



Swiss Rowing Indoors

Reglement "Swiss Rowing Indoors" Deutsch Stand: 28.01.2026



See-Club Zug
Seit 1882



Inhalt

1.	Allgemeines	3
2.	Teilnahmebedingungen	3
2.1	Teilnahmeberechtigung	3
2.2	Allgemeine Lizenzpflicht	4
3.	Kategorien und Strecken	4
3.1	Leichtgewichts Kategorien	4
3.2	Masters-Kategorien	4
4.	Schweizer Meisterschaft	5
5.	Setzung der Serien	5
6.	Beach Sprint (Run-Row-Run)	5
7.	Teamwettbewerb	5
8.	Warmup/Cooldown	6
9.	Rennbekleidung	6
10.	Bussen	6
11.	Prämien für Swiss Rowing Indoors Rekorde	6
12.	Haftung	6



1. Allgemeines

In diesem Reglement wird aus Gründen der einfacheren Lesbarkeit ausschliesslich die männliche Schreibform für alle Personen verwendet. Eingeschlossen sind damit aber immer Athletinnen und Athleten beider Geschlechter.

Bei Unklarheiten, welche durch übersetzte Versionen des Reglements entstehen, gilt immer das deutschsprachige Reglement.

Dieses Reglement stützt sich auf die World Rowing Rules of Racing sowie die [World Rowing Rules of Racing \(Indoor Rowing\)](#). Sollten sich einzelne Bestimmungen widersprechen, so gehen die Bestimmungen im hier vorliegenden Reglement «Swiss Rowing Indoors» vor.

2. Teilnahmebedingungen

2.1 Teilnahmeberechtigung

- 1) Teilnahmeberechtigt an den Swiss Rowing Indoors sind schweizerische Mitglieder der Verbandsvereine, welche gemäss Art. 9 der Statuten SWISS ROWING dem Verband gemeldet sind.
- 2) Nach Art. 9 der Statuten SWISS ROWING gemeldete ausländische Mitglieder von Verbandsvereinen sind ebenfalls startberechtigt, sofern sie folgende zwei Voraussetzungen erfüllen:
 - a) im Besitz der Niederlassungs- oder Aufenthaltsbewilligung sind und in der Schweiz Wohnsitz haben,
 - und
 - b) der Geschäftsstelle SWISS ROWING bis spätestens drei Monate vor dem Termin der Swiss Rowing Indoors ordentlich als Vereinsmitglieder gemeldet waren.
- 3) Das Startrecht nach Art. 1, Abs. 2 dieses Reglements verfällt, wenn ausländische Mitglieder von Verbandsvereinen im vorigen Jahr von einem anderen nationalen Ruderverband für Europameisterschaften (Elite, U23, U19), World Rowing Cup Regatten, Weltmeisterschaften (Elite, U23, U19) oder Olympische Spiele (inkl. Youth Olympic Games) selektioniert worden sind.
- 4) Ausnahmen kann die Schiedsrichterkommission bewilligen. Als Ausnahme ist unter anderem ein ausländisches Mitglied anzusehen, welches für seinen Stammverein startet. Als Stammverein wird jener schweizerische Verein angesehen, bei dem das Mitglied entweder
 - a) das Rudern erlernt hat
 - oder
 - b) mindestens zwei Jahre für diesen Verein regelmässig Wettkämpfe bestritten hat.

Für diesen Fall muss der meldende Verein spätestens einen Monat vor den Swiss Rowing Indoors ein schriftliches, begründetes Gesuch mit den entsprechenden Nachweisen an die Geschäftsstelle SWISS ROWING einreichen. Der Entscheid der Schiedsrichterkommission ist abschliessend und ohne Rekursmöglichkeit.

- 5) Die Anmeldung zu den Swiss Rowing Indoors erfolgt über den Verbandsverein, bei Ausländern unter Beifügung der die Teilnahmevoraussetzung ausweisenden Belege.
- 6) Athleten, welche nicht in einem SWISS ROWING angeschlossenen Club Mitglied sind, insbesondere ausländische Athleten sowie Einzelpersonen, müssen einen Haftungsausschluss unterzeichnen, um zum Start zugelassen zu werden. Bei minderjährigen Athleten muss der Haftungsausschluss durch einen gesetzlichen Vertreter (einen Elternteil



oder Vormund) unterzeichnet werden. Der Haftungsausschluss liegt der Ausschreibung bei. Der unterzeichnete Haftungsausschluss muss mindestens 90 Minuten vor dem ersten Rennen des Tages beim Wettkampfbüro abgegeben werden. Er kann auch bis am Vortag des Wettkampfes um 12 Uhr mittags per E-Mail gesendet werden an: info@rowingindoors.ch.

2.2 Allgemeine Lizenzpflicht

An den Swiss Rowing Indoors besteht eine allgemeine Wettkampflizenzpflicht für alle Ruderer, welche für einen Ruderclub starten, der dem Schweizerischen Ruderverband (SWISS ROWING) angeschlossen ist. Die Wettkampflizenz muss für das Jahr des Wettkampfes gültig und bis zum Anmeldeschluss bei der SWISS ROWING Geschäftsstelle beantragt sein.

3. Kategorien und Strecken

Die für die Kategorien zugelassenen Jahrgänge sind in der jeweiligen Ausschreibung zu entnehmen.

Kategorie (jeweils Frauen und Männer getrennt)	Strecke	Rennen
Offen	2000m	Schweizer Meisterschaft
Leichtgewicht	2000m	Critérium National
Junioren U19	2000m	Schweizer Juniorenmeisterschaft
Junioren U17	1500m	Critérium National
Junioren U15	1000m	Critérium National
Masters 30	2000m	Critérium National
Masters 40	2000m	Critérium National
Masters 50+	2000m	Critérium National
Para Rowing (Kategorien je nach Meldungen)	2000m	Critérium National
Beach Sprint (Run-Row-Run) U19	Run/750m/Run	Schweizer Juniorenmeisterschaft
Beach Sprint (Run-Row-Run) Offen	Run/750m/Run	Schweizer Meisterschaft
Team-Wettkampf Offen (im Wechsel)	2000m	Schweizer Meisterschaft

3.1 Leichtgewichts Kategorien

Athleten, die in den Leichtgewichtskategorien gemeldet sind, starten zusammen mit den Athleten der offenen Kategorie. Es erfolgen jedoch separate Wertungen und separate Siegerehrungen.

Athleten, welche in einer Leichtgewichtskategorie starten, müssen sich frühestens 2 Stunden und spätestens 1 Stunde vor der Startzeit des Rennens vom Schiedsgericht wiegen lassen.

Die Gewichtslimiten sind wie folgt:

Kategorie	Gewichtslimite
Leichtgewicht Männer	Max. 75.0 kg
Leichtgewicht Frauen	Max. 61.5 kg

3.2 Masters-Kategorien

Die Masters-Kategorien werden zusammen gewertet. Die ersten 3 des Rennen Masters erhalten eine Medaille. Treten in einer Kategorie mehr als 3 Teilnehmer an, so erhält der Zeitschnellste dieser Kategorie ebenfalls eine Medaille.



4. Schweizer Meisterschaft

Folgender Titel wird dem bestklassierten Athleten von einem SWISS ROWING angeschlossenen Club mit einer für das Austragungsjahr des Wettkampfes gültigen Lizenz von SWISS ROWING verliehen:

Rennen	Titel
Schweizer Meisterschaft	Schweizer Meister Indoor Rowing
Schweizer Juniorenmeisterschaft	Schweizer Juniorenmeister Indoor Rowing

In allen Rennen (Meisterschaft und Critérium National) ist das Podium mit den drei besten Teilnehmern mit einer für das Austragungsjahr des Wettkampfes gültigen Lizenz von SWISS ROWING zu besetzen. Teilnehmer ohne gültige Wettkampflizenz SWISS ROWING, welche einen Podestplatz belegen konnten, werden im Klassement gemäss ihrer erreichten Zeit geführt und erhalten im Rahmen der Siegerehrung eine offizielle Medaille. Der Schweizer (Junioren-)Meistertitel wird nur an Athleten vergeben, welche die Teilnahmebedingungen gemäss Kap. 2.1 dieses Reglements erfüllen und im Besitz einer gültigen Wettkampflizenz SWISS ROWING sind.

5. Setzung der Serien

Es werden keine Vorläufe ausgetragen. Die Teilnehmer werden durch SWISS ROWING in A- und B-Läufe (wenn nötig C, D, etc.) gesetzt. Die Einteilung ist verbindlich und kann vom Teilnehmer nicht angefochten werden. Für die Gesamtklassierung spielt es keine Rolle, in welchem Lauf die Zeit gefahren wurde; die Rangliste wird über alle Läufe einer Kategorie erstellt.

6. Beach Sprint (Run-Row-Run)

In den Indoor-Beach-Sprint-Rennen treten pro Lauf immer maximal vier Athleten gegeneinander an. Sie absolvieren zuerst eine Rennstrecke, setzen sich dann auf den Ergometer, rudern 750 Meter, stehen nach der absolvierten Ruderstrecke wieder auf und sprinten ins Ziel. Massgebend ist die Gesamtzeit der Laufstrecken und der Ruderstrecken. Die Zeitnahme erfolgt am Start und am Ziel individuell pro Athlet.

Der Drag-Factor ist auf allen Ergometern gleich voreingestellt und darf nicht verändert werden. Die Athleten können sich nicht auf den Wettkampfgeräten aufwärmen. Die Athleten werden von Mitgliedern der Jury oder Jury-Assistenten eingewiesen und vor Ort über den Ablauf orientiert.

Es können mehrere Runden durchgeführt werden, in welchen jeweils die Bestplatzierten in die nächste Runde aufsteigen. Die Medaillen werden im Finalrennen der «LAST 4» vergeben.

Die Beach Sprint Rennen sind offizielle Meisterschaftsrennen, resp. Junioren-Meisterschaftsrennen. Dem siegreichen Athleten wird der Titel «Schweizer Meister, resp. Junioren-Meister» verliehen. Der Club des siegreichen Athleten erhält das Fanion. Die ersten drei Athleten erhalten Medaillen.

7. Teamwettbewerb

Der Teamwettbewerb ist ausschliesslich reinen Club-Mannschaften vorbehalten. Renngemeinschaften sind vom Start ausgeschlossen.

Der Teamwettbewerb erfolgt geschlechtergetrennt. Pro Team sind immer vier Athleten des gleichen Geschlechts engagiert. Das Team legt die Reihenfolge der Ruderer teamintern fest (Ruderer 1, Ruderer 2, Ruderer 3 und Ruderer 4).

Die als Team zu absolvierende Strecke beträgt 2000 Meter. Ein akustisches Signal, das nach dem Start für alle Mannschaften alle 30 Sekunden ertönt, signalisiert den obligatorischen Wechsel des Ruderers innerhalb des Teams. Es müssen alle Ruderer eines Teams abwechselnd gemäss der vordefinierten teaminternen Reihenfolge zum Einsatz kommen.



Dem schnellsten Team, resp. Club, wird der offizielle Schweizer Meistertitel «Teamwettbewerb» verliehen. Dem siegreichen Club wird das Fanion übergeben. Die ersten drei Mannschaften erhalten Medaillen.

8. Warmup/Cooldown

Für das Aufwärmen und das Cooldown stehen Ergometer zu Verfügung. Die Teilnehmer haben sich an die Weisungen des Veranstalters zu halten bezüglich Zutritts zu den Aufwärm- und Cooldown-Ergometern.

9. Rennbekleidung

Alle Teilnehmer mit einer gültigen Wettkampflizenz SWISS ROWING sind verpflichtet, die Rennen in den offiziellen Clubtenüs zu bestreiten. Eine Missachtung dieser Regel kann vom Schiedsgericht mit einer Verwarnung oder dem Ausschluss vom Rennen geahndet werden.

10. Bussen

Wer in der Halle vor, während oder nach dem Rennen auf den Boden spuckt, wird durch das Schiedsgericht mit einer Busse von CHF 50.- belegt.

Wer den Griff des Ergometers vor, während oder nach dem Rennen spicken lässt, wird durch das Schiedsgericht mit einer Busse von CHF 50.- belegt. Das Spickenlassen des Griffs kann die Rennelektronik stören, zu Rennunterbrüchen oder im schlimmsten Fall zu Rennwiederholungen führen.

Erscheinen Teilnehmer nicht oder zu spät zum Start oder werden sie nicht oder zu spät abgemeldet, so wird eine Busse in der Höhe des Startgeldes erhoben.

Das Schiedsgericht sorgt für das Inkasso. Das Bezahlen von verhängten Bussgeldern gilt als Teilnahmevoraussetzung für die kommenden Regatten mit Schiedsgericht SWISS ROWING.

11. Prämien für Swiss Rowing Indoors Rekorde

Wer in einer offiziellen Schweizermeisterschaftskategorie (siehe Kapitel 4 Schweizer Meisterschaft, resp. Schweizer Junioren-Meisterschaft) einen neuen Swiss Rowing Indoors Rekord aufstellt, erhält vom Veranstalter eine Prämie in bar ausbezahlt. Swiss Rowing Indoors Rekordhalter können nur Athleten mit einer gültigen Wettkampflizenz SWISS ROWING werden, welche mindestens 1 Monat vor dem Wettkampftag eine Lizenz bei SWISS ROWING beantragt haben. Die Prämienhöhe sowie die aktuellen Rekordzeiten sind der Ausschreibung zu entnehmen.

Nicht prämienberechtigt im Jahr 2026 sind die neu eingeführten Disziplinen Beach Sprint (Run-Row-Run) und Teamwettkampf.

12. Haftung

Die Teilnahme an den Swiss Rowing Indoors erfolgt auf eigenes Risiko. Jeder Teilnehmer ist für seine Gesundheit verantwortlich. Ein Sanitätsdienst ist vor Ort. Weder der Veranstalter noch SWISS ROWING haften im Falle von Unfällen, bei anderen Schäden an Personen oder Material oder bei Verlust von persönlichen Sachen, die vor, während oder nach der Veranstaltung geschehen.