



WWW.ATB.VAN DER WEEHE.BE
LINCOTHEP - ANLEG - OCEERHOUT



de olifant
VERVEN EN PLEISTERS



Crelan
Kantoor Chris Van Olmen
Dorpsstraat 66 - 2520 Emblem



MEUWERT & MEUWERT
MAATSCHAPPELIJKE ZETEL
83/484 88 24



KBC
Bank & Verzekering
Verzekeringkantoor
Herman Nauwelaers



STETA VREELING
ROYAL & DESIGN



NIEUWSBRIEF THE OAR - januari 2016

 www.ikwilroeien.be

 [The OAR op Facebook](#)

In deze editie:

- 1 - Nu en komende maand
- 2 - Terugblik
- 3 - De toekomst
- 4 - Op de kalender
- 5 - Prikbord
- 6 - Contact info
- 7 - Bijlagen

*Oude nieuwsbrieven vind je ook op onze website
the-oar.be/nieuwsbrief.html.*



Gespot: Aberdeen Hongkong drakenbootclub - capaciteit om ineens op het water te gaan 600 man!

Bouwfonds: Draag jij ook bij? Samen bouwen we aan onze roeitoekomst!

The Oar gaat in 2017 een nieuw era tegemoet

Met de bouw van het nieuwe clubhuis - wat heel snel naderbij komt! - komen we qua infrastructuur op gelijke voet of gaan we het zelfs beter hebben dan de meeste Belgische roeiclubs. Deze benodigde infrastructuur en ons modern materieel zijn belangrijke aspecten van de groei van The Oar. Doch verreweg het belangrijkste voor de leefbaarheid en de realisatie van die groei is de betrokkenheid van de leden. De sociale structuur die maakt dat iedereen er zich thuis voelt en bijdraagt tot het geheel.

Het bestuur van The Oar meent dat de persoonlijke en de sociale ontwikkeling van de leden, het bestaan van de club een boost kan geven. Een fantastische win-winsituatie voor de leden en de gemeenschap. Met dit doel voor ogen is het de taak van de vereniging te werken aan de sociale integratie van zijn leden om een succesvolle vereniging te zijn. De sociale groei van de leden binnen de vereniging is recht evenredig aan het succes van de vereniging.

Je kan ruwweg drie stadia onderscheiden die je leiden naar een succesvolle win-win voor jezelf en je club.

Zijn.

Gerespecteerd worden om wie ik ben.

Ik ben iemand voor anderen.

Ik ben roeier/roeister ik presteer, ik kan iets.

Deelnemen.

Ik ben deel van een ploeg.

Ik maak deel uit van de club.

Ik heb vrienden.



WWW. **ATB** VAN DER WEEHE .BE
LINCHESTER - ANKER - OCEANOL



Worden.

Deel worden van vereniging, er een onderdeel van zijn.
Bijdragen aan de gemeenschap terwijl je jezelf waarde geeft.
Een steun en toevertrouwen worden.

Veruit het belangrijkste doel van de vereniging, in het belang van de vereniging, is dat onze leden **worden**.
Is dit geen prachtige nieuwjaarswens aan alle leden?

Bouwfonds

Het bestuur heeft nog een bijkomende nieuwjaarswens voor 2017, een oproep aan de leden en sympathisanten van de vereniging om een bijdrage te doen aan de financiering en realisatie van de bouw van ons nieuwe clubhuis.

We vragen een vrijwillige bijdrage naar vermogen/de manier waarop je jezelf betrokken voelt:

- Je kan een **fysieke bijdrage** doen: geef een seintje aan Greet Van Erck die de coördinatie doet of aan Fred, onze materiaal bestuurder.
- Je kan een gift doen of giften ronselen waartegenover ook wat staat, het principe van **crowdfunding**, kijk op onze [website](#) voor meer informatie.
- Je kan inschrijven op een **intrestloze obligatielening** door The Oar uitgegeven onder pari aan 98%, terugbetaald in 10 jaar: zie bijlage en de [website](#).

De resultaten van de crowdfunding en obligatielening zullen met regelmaat op de website worden weergegeven. Via de media gaan we de financiering verder openbaar maken. Het is dus van belang een mooie start te maken zodat men zich aangesproken voelt om deel te nemen.

1 - Nu en komende maand

Trainingen op het water en in de zaal op Het Loo Antwerpse steenweg te Broechem

Wanneer?	Hoe ?
Maandag om 19u30	Zaal training indoor roeien iedereen welkom
Dinsdag om 6u 's ochtends	Op afspraak met Yves of Markus (WhatsApp)
Dinsdag om 9u 's ochtends	Op afspraak, zie groep lijst met Fred (mail)
Woensdag om 9u 's ochtends	Op afspraak, zie groep lijst met Fred (mail)
Woensdag om 18u30	Zaal training indoor roeien en fitness iedereen welkom.
Zaterdag om 9u30	Gewone training
Zondag om 9u30	Gewone training

- Op een ander moment roeien kan ook, maar spreek dit steeds op voorhand af met Fred, Yves of een andere trainer.
- Elke zondag wordt aan de geïnteresseerden een lijst doorgestuurd met de reeds geplande trainingen overdag voor de komende week. De coördinatie hiervan ligt bij Fred, dus stuur hem een mailtje als je bij de mailgroep wenst aan te sluiten (dit kan ook voor een korte periode).
- De echte ochtendroeiers (meestal op dinsdag om 6u) communiceren per WhatsApp, dus als je hier interesse voor hebt, spreek Yves of Markus dan aan zodat je deelgenoot wordt van hun WhatsApp en hun prachtige trainingen.



WWW.ATB.VAN DER WEEHE.BE
BOENENSTRAAT - ANKER - OUDERVELD



Crelan
 Kantoor Chris Van Olmen
 Dorpsstraat 66 - 2520 Emblem



KBC
 Bank & Verzekering
Verzekeringskantoor
 Herman Nauwelaers



- Het is natuurlijk leuker als je samen kan sporten in plaats van dat iedereen apart komt. De grote groep jeugd komt op woensdag en zondag. Andere dagen kan natuurlijk ook nog als je nog wat extra wil trainen of anders niet kan.

De woensdagtraining van Markus is altijd heel leuk is en de foto's getuigen van de telkens grote opkomst!



Zondag 15 januari: samen roeien met de RARC bij The Oar

Vandaag werd er ook weer samen geroeid met de RARC. We beloven in de volgende nieuwsbrief weer een kort verslag.

Zaterdag 21 januari en zondag 5 februari: medisch onderzoek op de club

Wedstrijdroeier, dit belangt jou aan! Riet, onze roeiende arts, wil je graag aan een deskundig onderzoek onderwerpen zodat je op verantwoorde wijze (lees gezondheidsgewijs) kan deelnemen aan de Belgische wedstrijden. Dit onderzoekje resulteert in een A-licentie. Riet maakt enkele momenten vrij in de komende weekends zodat ze je op de club kan onderzoeken. Maak van dit aanbod gebruik: het bespaart je een bezoek aan je eigen huisarts en je bent ineens in orde voor je Belgisch wedstrijdprogramma.

Hou volgende data zeker in het oog:

- Zaterdagmiddag 21 januari 2017 tussen 12u00 en 13u00
- Zondagmiddag 5 februari 2017 tussen 12u00 en 13u00

Als je bij de inschrijving van een wedstrijd in België (meestal 2 à 3 weken op voorhand) nog geen goedgekeurde A-licentie hebt, krijgt de club hier een boette voor. Vanaf dit jaar zullen we je vragen deze boetes zelf te betalen.

Je kan dit dus perfect voorkomen door nu een formulier mee te nemen van de club en door je eigen dokter te laten invullen als je er nog eens langsgaat of op de momenten dat Riet langskomt, even naar de club te komen.



WWW.ATB.VAN DER WEEHE.BE
LINCHEP - ANKER - OCEANOL



De olifant
VERVEN EN PLEISTERS



Kantoor Chris Van Olmen
Dorpsstraat 66 - 2520 Emblem



Verzekeringkantoor
Herman Nauwelaers



Zondag 22 januari: mogelijks langlauf

De weersvoorspellingen voor deze week en volgende weekend zien er momenteel zo uit dat er een grote kans is op een pak sneeuw in de Ardennen. Ideaal moment om onze conditie eens op een andere manier te verbeteren, zijnde met langlaufen. Doel is dit met de jeugd en sympathisanten te doen; we houden jullie op de hoogte van de verdere ontwikkelingen op de langlaufmogelijkheid. Wil je graag mee (als langlaufer, wandelaar in het feeëriek besneeuwde bos of als chauffeur voor onze jeugd)? Laat dan iets weten aan Filip, Markus of Yves. Moest je toch zin hebben om te roeien, dit kan uiteraard ook. Gewoon naar de club komen op het gewone uur.

Zondag 29 januari 2016: Nieuwjaarsreceptie

Na de ochtendtraining klinken we op het nieuwe jaar. Het aperitief staat klaar om 12u00 en onder enkele wijze woorden kunnen we genieten van een koffietafel. De voorzitter zal de kalenderplanning voor 2017 in een min of meer definitieve vorm voorstellen. Bekijk alvast de voorlopige kalender planning (zie onder 4. Op de kalender), er zal een rondvraag gedaan worden, wie waarvoor geïnteresseerd is en zich wil inschrijven voor bepaalde evenementen. Onze voorzitter zal ook een beeld schetsen wanneer je zoal kan komen roeien en de verschillende mogelijkheden die daar zijn om aan te sluiten bij een trainingsgroep (vroeg ochtend, overdag, 's avonds, in het weekend). Verder zal onze penningmeester een voorlopig financieel verslag van 2016 en het budget voor 2017 voorstellen. Onze secretaris zal uitleg verschaffen over de financiering van het nieuwe clubgebouw, de crowdfunding en de obligatielening. En daarbij een beeld schetsen van de werken en de hulp van de leden die we bij de bouw gaan nodig hebben en wanneer die zal nodig zijn.

Januari: Zelfverdedigingscursus georganiseerd door ons oud lid Karl Caers

Meer uitleg en een concrete datum volgen nog via onze voorzitter Yves. Houd je mail en onze Facebookpagina in het oog!

2 - Terugblik

Zondag 18 december: samen roeien met de RARC

Deze keer scheepten we in aan de steiger van Viersel. Na het gebruikelijke gepuzzel (optimale mix van RARC-roeiërs en OAR-roeiërs, mannen en vrouwen, jeugd en masters) konden de verschillende boten gevuld worden en kon er weer met het nodige enthousiasme aan de riemen getrokken worden.

Zaterdag 21 december: lasershooten



Het lasershooten was heel tof. Afspraak aan de roeiclub. Het was opvallend dat het een "jongensclubje" was, met uitzondering van Inez maar zij stond haar mannetje, zeker en vast. Eerst waren er een paar mededelingen en dan konden we spelen. We werden opgedeeld in 2 ploegen, de roden en de groenen. We hebben 2 sessies kunnen spelen. Het was een hele klus om zo veel mogelijk de pakken van het andere team te raken. Het groene team had als eerste ruim gewonnen. Nadat de groep terug verdeeld werd is het rode team gewonnen met een ruime voorsprong. Nog een drankje om terug op krachten te komen om dan voldaan terug naar huis te rijden. (Met dank aan Max voor het verslag!)



WWW. **ATB** VAN DER WEEHE .BE
LINCOTHEEP - ANKER - OCEERHOUT



De olifant
VERVEN EN PLEISTERS



Kantoor Chris Van Olmen
Dorpsstraat 66 - 2520 Emblem



KBC
Bank & Verzekering
Verzekeringkantoor
Herman Nauwelaers



Nieuwjaarsdag: love story

Greet en Koen werden gespot in dubbel, vredig glijdend op het water van de het zonnige Netekanaal. Wat jammer dat we daar geen foto's van hebben!

Weer of geen weer (of ook heel slecht weer): als we kunnen roeien, roeien we



golfopzweepende wind hielden hen niet uit de Tovarich.

Het winterse weer maakt dat het niet altijd eenvoudig is om op het water te geraken, maar het moet toch al echt lelijk doen willen we besluiten om het dan toch niet te doen. Bij de echt-vroege-sessies (of ook de zesuurochtendsessies) zijn Sander en Yves eens terug gedraaid nadat het padje naar de steiger te glad was om de boot op het water te krijgen, en stonden Ive, Sander, Koen en Wim drie ochtenden later op hetzelfde moment op de steiger om vast te stellen dat -5°C vriestemperaturen een kanaal kan doen dichtvriezen. Paul en Liesbeth VC hadden de volgende dag meer geluk bij de zeer barre omstandigheden; aanhoudende regen, besneeuwde hoogvlaktes en een striemende koude

Zaterdag 7 januari: Ergomania

Door enkele testen van de nationale ploeg werd de Ergomania enkele keren verplaatst en hebben we dit niet samen met TRT gedaan. Ive, Stijn, Seppe, en Wout hebben op maandag 9 januari dan op de club zelf over een afstand van 6 km eens voluit doorgegaan op de ergometer en hebben die avond goed geslapen.

3 - De toekomst

Februari 2017: Ergometerproject - oproep vrijwilligers (12 klassen!)

In de periode net voor de krokusvakantie komen 12 klassen (vijfde en zesde leerjaar) van groot Ranst proeven van het (ergometer)roeien. Zoals gebruikelijk krijgen ze eerst een kwartiertje uitleg over het roeien om daarna samen op de ergometers te proberen dit onder de knie te krijgen. We sluiten ook telkens af met een kleine (klas)competitie die we daarna opentrekken naar de beste school en de beste ergometerroei(st)er van het jaar.

Dit gaat door tijdens de week en we zoeken nog enkele mensen die kunnen helpen; dit kan gaan van mee klaarzetten ergometers en helpen de jeugd de juiste beweging aan te leren tot het geven van de uitleg in het begin. Concreet zijn volgende dagen gereserveerd voor de scholen in de sporthal het Loo: dinsdagochtend 14/2, donderdagochtend 16/2, vrijdagochtend 17/2, dinsdag (hele dag) 21/2, donderdagochtend 23/2 en vrijdagochtend 24/2. Heb je tijd of kan je je vrijmaken? Kom dan het team van Markus, Fred, Ludo, Fien en Yves ondersteunen.



	Dinsdag 14/2	Donderdag 16/2	Vrijdag 17/2	Dinsdag 21/2	Donderdag 23/2	Vrijdag 24/2
voormiddag	Yves Fred Ludo	Markus Fred Ludo	Markus Fred Ludo	Yves Fred Ludo	Yves Fred Ludo	Yves Fred Ludo
namiddag	-	-	-	Yves Fred Ludo	-	-
Terugkomdag: zaterdag 11 maart 2017 om 13u00						

Zaterdag 4 maart: Ganzeregatta Goes

Op zaterdag 4 maart 2017 vindt de 13de editie plaats van de Ganzeregatta in Goes. Deze roeiwedstrijd loopt over 4,3 km (2 km voor de jeugd). Wil je graag meedoen? Laat dan aan Markus weten dat je interesse hebt.

10 t/m 13 augustus: toertocht op de Mondego rivier te Portugal

Deze tocht werd gekozen als grote meerdaagse voor dit jaar. Reeds toegezegd: Fred, Ludo, Greet en Koen, Leen, (Suzanne van Visé), ... Nog enkele deelnemers en we kunnen bestellen, wat we uiterlijk op 30 januari moeten doen anders zijn er geen plaatsen meer! Het inschrijvingsformulier vind je in bijlage.

4 - Op de kalender

Wedstrijd	Jaarlijkse activiteit
Toertocht	Fundraising/bekendheid/andere
Training (alternatief)	Sportkamp/scholen
Klusdag op club	

Wat?	Wanneer?	Peter
Zelfverdediging	Datum volgt voor januari	Yves
Ergo Gent	04/02 - gaat niet door	/
Zwemmen in Hengelhof	25/02	Sharan
Ergometerproject Rantse scholen	Van 14/02 tot 24/02	Fred
Ganzenregatta	4/03	Markus
Terugkomdag ergometerproject	11/03	Yves
Head Amsterdam	18-19/03	Antje
Seneffe	19/03	Filip
Badmintontornooi	26/03	Markus
BK Korte boot	22-23/04	Filip / Fedrik
Int. Regatta Gent	6-7/04	Filip
Weekend vrijhouden voor verhuis!	29-30/04	Fred
Maubray	14/05	Markus / Fien
Jeugdtriatlon GRS	20/05	Fedrik
Elfstedentocht	26-27/05	Sharan / Yves



Jeugdtriathlon BTR	03/06	Fedrik
Toertocht VRL	11/06	Fred
Visé	24/06	Fred
Sport-it kamp	3-7/07	Marie / Filip
Clubkampioenschap + BBQ + botendoop	21/07	Yves / Sharan
Roeikamp OAR op de Ruhr (Duitsland)	31/07 – 5/08	Antje
Toertocht Portugal	10t/m 13 Augustus	Fred
Klusdag (boten/lokalen/plein)	Zaterdag 26/08	Fred
Jeugdtriathlon KRSG	02/09	Fedrik
WK Masters te Bled	6-10/09	Yves / Antje / Markus
BK lange boten	23-24/09	Fedrik
Bernkastel	23/09 of 30/09	Markus / Sharan
Moordregatta	30/09 of 7/10	Yves / Marie
Klusdag (winteropkuis)	Zaterdag 28/10	Fred
Clubavond	04/11	Fred / Yves
Suikerrace	19/11	Filip
Elke derde zondag van de maand: samen roeien met de RARC in Emblem of Viersel (onder voorbehoud van wijzigingen).		

Opgelet: Wekelijks zal er een werkgroepje gevormd worden voor de werken aan de bouw. Greet van Erck spreekt de leden aan om een lijst van competenties aan te leggen en de beschikbaarheid van de leden. Verwacht je dus aan een vraag van Greet!

5 - Prikbord

Lidgelden 2017

Heb jij je lidmaatschap al verlengd? Na 5 jaar ongewijzigd te blijven en met de verhuisplannen in het achterhoofd zullen de lidgelden zoals reeds aangekondigd op de clubavond voor 2017 iets stijgen.

Dit zijn de tarieven voor 2017:

- Junior (-18): € 160
- Senior en master: € 220
- Familielidgeld: € 440
- Sympathisant: € 30

Het rekeningnummer is nog steeds BE 76 9730 3900 0195.

Alvast bedankt voor jullie snelle reactie en laten we er samen een fantastisch 2017 van maken.

Roeikledij

De webshop met onze roeikledij is weer afgesloten. De levering wordt rond half februari verwacht! Ben je toch nog vergeten je roeipakje of turtle te bestellen? De club heeft een beperkte voorraad bijgekocht, vraag aan Fred, onze materiaalbestuur, of je nog kan bekomen wat je nog nodig hebt.



WWW.ATB.VAN DER WEEHE.BE
ATB VAN DER WEEHE.BE
BOEKHOEF - SAKES - OECHELOF



Hou je club proper

We blijven jullie eraan herinneren: Laat geen lege flesjes slingeren, ruim je kledij op, leg alles terug waar je het vandaan haalde. Hang de handdoeken op de draad en gebruik deze die op de raad hangen alvorens nieuwe te nemen. Stop vuile handdoeken in de wasmand als ze droog zijn. Laat geen handdoeken op andere plaatsen slingeren. Alleen zo houden we onze club proper!

Houtkachel in het clubhuis

Het koude seizoen is volop bezig, onze materiaalbestuurder heeft aan de hand van een voorval op te merken dat deze niet mag aangestoken worden door personen die niet over het gebruik gebriefd zijn. Het is zeker niet de bedoeling dat jongeren de kachel aansteken!

Trainerscursus vernieuwde oproep

Er gaat binnenkort een trainerscursus van start, gegeven de Vlaamse roeiliga. Kandidaten, ouders en aspirant trainers, je bewijst er onze club een geweldige dienst mee door je in te schrijven! We hebben, gezien de groei van de club, nood aan hulptrainers om op terug te kunnen vallen. Spreek één van de trainers aan als je mee wilt doen.

Foto's @ Flickr (naast face book op de nieuwsbrief de twee puntjes aanklikken.)

Op zoek naar foto's van The Oar? We hebben heel wat albums met onze activiteiten op onze Flickr account gezet, van 2012 tot nu! Nieuwsgierig? <https://www.flickr.com/photos/139396896@N06/albums>. Heb jij nog foto's van ons clubgebeuren? En in hoge resolutie? Je mag ze via WeTransfer naar oar@live.be sturen. Alvast bedankt!

Good to know

De weerstand van een roeiboort die door het water gaat wordt 80% bepaald door 'skin drag', of dus hoe glad zijn huid is. En voor 20% door 'wave drag', of hoeveel golven hij maakt. De wave drag wordt voornamelijk bepaald door hoeveel volume er onder water zit, of dus hoe diep hij zinkt als hij in het water ligt met jou er in. En verder ook door hoe breed (en lang) hij is. Een smalle lange boot die nog eens ultralicht is met een lichte roeier zal dus weinig wave drag hebben. Maar dan is er nog de skin drag die wel wat meer effect heeft. En daarom altijd mooi je bootje proper maken na het roeien! :)

Whatsapp: een snelle manier om op de hoogte te blijven van wat er op de club gebeurt

Vanuit de trainersgroep is gebleken, na enige testen, dat het heel handig is om snel iedereen op de hoogte te brengen van iets dat op de club zou gebeuren. Een extra roeisessie, melding dat je wat later komt wegens file, het aflassen van een training wegens vrieskoude, het samenroeien met RARC, ...

Vandaar dat we zouden willen werken met één algemene groep en verschillende groepen per roei-event (Ganzeregatta, BK korte boot, ...), type roeier per trainingsmoment (jeugdgroep, ochtendroeiers, vroege vogels, nachtachtraining, ...). Bij het afgelopen WK in Kopenhagen bleek dit goed te werken, maar ook de ochtendroeiers spreken zo vlot af.

Vandaar dat we binnenkort naar je zullen toestappen met de Whatsapp vraag: van welke groep zou je graag deel uitmaken. Bovenstaande vraagt natuurlijk dat je een slimme telefoon (lees smartphone) hebt om hier mee op de hoogte van te kunnen blijven. Dit is uiteraard geen verplichting om een smartphone te kopen als je die nog niet moest hebben. De traditionele communicatiewegen (spraak, GSM, mail, nieuwsbrief) blijven we natuurlijk ook nog gebruiken.



6 - Contact info

WIE?	HOE?	WAT?
Algemeen	oar@live.be	insturen foto's algemene vragen inschrijvingen drakenboot
Yves Royackers	0468 193 609	<u>voorzitter</u>
Filip Joossens	0477 977 659	<u>ledenadministratie</u> <u>clubkledij</u>
Fred Van der Weehe	0475 711 789 fred.vanderweehe@telenet.be	<u>materiaalmeester</u> <u>secretaris</u> overdag roeien op weekdagen
Paul Joossens	0498 419 252	<u>penningmeester</u>
Sita Vreeling	0494 375 788 sita.vreeling@gmail.com	secretariaat PR website nieuwsbrief
Fedrik Degrauwe Filip Joossens Markus Fahlbusch Yves Royackers Antje Hansmeier Marie Dewinter Fien Dewinter Sharan Corten	0493 762 428 0477 977 659 0499 310 601 0468 193 609 0049 151 422 623 89 0493 625 247 0497 222 315 0496 786 875	Trainers en coaches

7 - Bijlagen

- Obligatielening
- Inschrijvingsformulier Portugal