



NIEUWSBRIEF THE OAR – januari 2018



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

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



De omheining ... the making of!

Een gezond en voorspoedig 2018:

Iedereen van harte welkom op onze nieuwjaarsreceptie/ledenvergadering van 28 januari vanaf 11u30!

Het is dé gelegenheid om je nieuwjaarswensen persoonlijk over te maken aan je roeivrienden.

Voor de laatste maal zal dit doorgaan bij de Sasvrienden, de vissersclub naast onze oude vestiging. Wat kan je verwachten? Een aperitiefje, broodjes, croissants en koffiekoeken bij een gezellige babbel na de training.

Het bestuur zal voor 2018 de jaarkalender, de financiën, de vorderingen aan de bouw en de werking in het algemeen voorstellen. Het is dan ook het ideale moment om in je eigen agenda reservaties te maken voor roeievenementen en tegelijk daarbij ploegen te vormen. Het motto voor 2018: roei in ploeg. (Of in **crew** zoals de roeivoertaal het gebiedt.)

Voor onze vaste (werkende leden): Noteer alvast de datum van onze heel belangrijke algemene vergadering in je agenda: **zondag 18 maart** om 13 uur (na de training).

1 - Nu en komende maand

We zijn terug gestart met de verdere bouw van de club:

Je zal dus opnieuw regelmatig oproepen van onze vrijwilligersmanager Greet van Erk krijgen. Voor de grote brokken werk hebben we metsers en dienders nodig, iedereen kan ons hierbij helpen!

Kan je een uurtje vrijmaken na de training of heb je enkele uurtjes die je kan invullen om wat op te kuisen of te schilderen? Contacteer Greet of Fred.

Zondag 21 januari om 9u30 komen onze vrienden RARC met ons samen roeien:

Zorg dat je op tijd (vóór tijd) daar bent voor een vlotte ploegensamenstelling.

Alternatieve activiteit januari: Langlaufen

Voor de alternatieve activiteit in januari willen we gaan langlaufen in de Ardennen. De weersomstandigheden zullen bepalen wanneer dit kan doorgaan. Het zal een *last minute* beslissing zijn. We houden jullie op de hoogte! Mogelijks kan dit volgend weekend al doorgaan.



Nieuwe boten op de club:

De opmerkelijke roeier heeft al opgemerkt dat er twee nieuwe (oude) boten op de club zijn bijgekomen: een skiff (85 kg) en een pair oar. Voortgaand op de huidige naamgeving zullen ze respectievelijk Billy en Berre gaan heten. We danken Liesbeth en Yves voor de financiële ondersteuning hiervan.

Daarnaast zullen er binnenkort nog enkele boten verschijnen: twee 4+ (wat zoveel betekent als een punt vier met stuurman). En er komt waarschijnlijk ook een 4- (vier punt zonder stuurman) bij. De twee 4+ worden gesponsord door Sander en Fred. De 4- wordt aangekocht door Koen, Ive en Yves. Half februari zal een delegatie afzakken naar Londen om ze te testen en mee te brengen. Alle boten zijn van het type Janousek (zoals de Persephone) maar dan voor zware ploegen.

Medische onderzoeken op de club (voor sport- en wedstrijdroeiers):

Alle roeiers (eigenlijk ongeacht hun categorie) die in 2018 een wedstrijd willen roeien op Belgische wateren, moeten een licentie A-roeier aanvragen. Concreet betekent dit dat je een medisch onderzoek moet ondergaan of je fit genoeg bent om de wedstrijden tot een goed eind te brengen. De A-licentie ([blanco formulier](#)) is terug te vinden op de website en moet meegenomen worden naar de onderzoekende arts.

Ook dit jaar kan je je laten onderzoeken door dr. Riet Breesch. Zij zal op nog enkele nader te bepalen data (maar voornamelijk in februari) een paar maal naar de sporthal het Loo komen op de weektrainingen om je te onderzoeken. Zodra de data bekend zijn, vragen we je door te geven op welk moment je je graag zou laten onderzoeken.

Graag hadden we alle A-licenties in orde gehad vóór eind februari 2018. Het voorkomt een reeks onnodige boetes voor zij die te laat waren met hun licentie-indiening. Zijn hier nog vragen over, stel ze dan aan de trainers. **Opgelet: we hebben dan ook je rijksregisternummer nodig!**

Trainingsmomenten voor de volgende maand:

Wanneer?	Hoe ?
Maandag om 19u30 Roeien om 6u 's ochtend s Roeien overdag in de week	Indoor training sporthal Het Loo te Broechem Op afspraak met Yves (WhatsApp-groep ochtendroeiers) Op afspraak, zie mailgroep lijst met Fred (gevorderden) Check met Fred om aan te sluiten en je vrije uren op te geven.
Woensdag om 14u00	Training op het water (doelgroep: jeugd)
Woensdag om 18u30	Ergometer indoor zaaltraining Sporthal Het Loo
Zaterdag om 9u30	Training op het Netekanaal en initiatie op afspraak
Zondag om 9u30	Training op het Netekanaal

- Mailgroep lijst voor roeien overdag, ben je gevorderd in het roeien, wil je overdag roeien in de week? Geef dan je momenten dat je wil roeien op aan de groep, via de maillijst die wekelijks wordt geïnitieerd op zondag door Fred.
Geef je dus op (mail) voor zondagmiddag op bij Fred, die de coördinatie doet als je overdag wilt roeien in de komende week. Gewoonlijk worden maandag, dinsdag, woensdag en donderdag om 9u voorgesteld.
- De echte ochtendroeiers communiceren per WhatsApp (in de groep 'Ochtendroeiers'), dus als je hiervoor interesse hebt, spreek Yves dan aan zodat je deelgenoot wordt van de WhatsApp en daaruit volgende prachtige trainingen.



2 - Terugblik

Vrijdag 29 december: Ijsschaatsen



Met 5 moedige roeiers (Marie, Sharan, Luka, Max en Simon) trokken we op een bewolkte dag naar Antwerpen. De andere helft van de groep zou ons daar ontmoeten. We besloten te voet naar de Groenplaats te gaan, bij wijze van opwarming. De familie De Winter zette gelijk een sprintje in, 'wandelen' noemden ze dat. Op de ijsbaan werd de groep versterkt door Isa. Filip, Liesbeth en Yves vonden het veiliger op het droge. Na een tijdje gebeurde het onvermijdelijke: er werd een wedstrijd gehouden. Simon toonde zich de beste slommer tussen de andere schaatsers met een ronde tijd van 25 seconden. Tegen het einde van de schaatsessie zette de voorzitter ons aan tot illigal gedrag: hij serveerde olieballen aan de kant, terwijl het strikt verboden is te eten op de schaatsbaan. Hij maakte het gelukkig goed: hij nam ons mee naar een heel gezellig café in hartje stad. Het was er zo gezellig dat we bijna onze trein misten. Maar dankzij de snelle tred van de familie De Winter kwam alles goed (we hadden zelfs 4 minuten speling!).



De bouw van het clubhuis tijdens de feestdagen:

Na een welverdiende rust voor onze vrijwilligers in december, die al sinds de afbraak van de botenloods aan de Bollaakdijk in mei aan de slag zijn, zijn we in januari terug gestart. Het riemenrek is afgewerkt, de poort in de omheining werd geplaatst en de trap naar het cafetaria staat er al. Geert, Sharan, Yves, Filip en Wim trotseerden de voorbij storm om de omheining af te werken waarbij Fred voor het eerst met zijn nieuwe heup terug op de werf verscheen. Laten we vooral ook Greet van Erk en Ludo bedanken voor het toezicht op de werf in december!



3 - De toekomst

Wat staat er allemaal op het programma in 2018?

Op het bord in de loods hangt de volledige kalender uit met alle zaken waar we als club willen aan deelnemen en/of wat we organiseren in 2018. Dit alles mits voldoende interesse natuurlijk. Dit programma vind je ook wat verder in de nieuwsbrief.

Op de grote kalender op het bord heb je ook de mogelijkheid om je in te schrijven voor de activiteiten: leg er dus je agenda even naast. Heb je interesse voor één of meerdere activiteiten, schrijf dan je naam achter de activiteit. Houd even rekening met de deadline: we vragen om je tijdig in te schrijven zodat we de nodige zaken ook op tijd kunnen regelen.

Houd er eveneens rekening mee dat je voor alle wedstrijden op Belgische bodem een A-licentie nodig hebt. Voor die activiteiten vragen we dan ook dat je dit zelf in orde brengt! Zie eerder in de nieuwsbrief wat je hiervoor moet doen.

Van 20 februari t.e.m. 3 maart: ons ergometerproject voor de scholen uit de omgeving

In de sporthal het Loo komen 10 klassen van 5 scholen zich meten op de ergometers. Wij zoeken nog vrijwilligers om deze enthousiaste bengels mee in te leiden in het roeien. Dinsdag 20 februari en donderdag 22 februari (gans de dag) en donderdag 20 februari 's morgens (vooral 20/2 hebben we nog onvoldoende begeleiding).

Zaterdag 3 en zondag 4 maart: de Brugge Boat Race

Onze eerste grote uitdaging voor de ploegboten: lange afstand in alle boottypen. Iedereen van de club kan deelnemen. Informeer je trainer en zoek samen je ploegmaatjes! (De Ganzeregatta valt hierdoor weg dit jaar!) Maak je ploeg op de nieuwjaarsreceptie!

April: Paasstage voor de jeugd op onze club

In de Paasvakantie zal er in één van de weekends een paasstage op de club gehouden worden. Momenteel staat dit gepland tijdens het tweede weekend van de paasvakantie (6, 7 en 8 april). Verdere info volgt in de nieuwsbrief van februari.

Ook in voorjaar: Coastal roeien in Calpe, Spanje

(reeds ingeschreven: Fred, Marc Lismont, Yves, Koen, Greet, Leen, Magda en Chris Lismont gaan mee als compagnons.)

Dit gaat door **van 9 t.e.m. 15 april**, de eerste afspraken zijn gemaakt maar moeten nog gefinaliseerd worden (kostprijs voor de huur van boten en trainer is 10 euro p/p per dag, 's morgens kunnen we allen roeien en in de namiddag met de leden van de club). Coastal en zeeroeien houden in dat er gedurende 4 dagen geroeid wordt. Er staan bergwandelingen en toeristische uitstappen voor roeiers, niet-roeiers en mogelijk ook voor kinderen op het programma. Zij die willen kunnen het weekend nadien nog blijven (extra te boeken) en mogelijk nog privé gaan zeeroeien of op uitstap gaan. Je kunt er ook zeilen voor zij die daar ervaring in hebben.

De beste vluchten gaan met Transavia vanuit Eindhoven (rond de 99 euro - want geen paasverlof daar - en zijn zelf te boeken). Mogelijke logies zijn Hotel Port Calpe of één van de andere (ook appartementen) aan de Playa Levante of de jacht/vissershaven. Alles is op wandelafstand van de hotels of appartementen in Calpe.

De roeiclub 'Remo RCNC Calpe' is gevestigd in de jachthaven die aan de voet van De Penon ligt, een rots die recht uit zee 300 meter de hoogte in gaat, te midden van een natuur reservaat. Deze willen we ook beklimmen (geen klimgear nodig). Er zijn mooie bergwandelingen maar ook fietsroutes o.a. zo uit de Vuelta gegrepen, bijvoorbeeld de Col de Rates met een prachtig restaurant op de top. Hotel Porto Calpe heeft trouwens fietsen te huur. Begin maar te googelen als je interesse hebt. Heb je nog vragen? Stel ze aan Fred of Marc Lismont, die beiden gingen scouten met Pasen vorig jaar. Let wel: je zal snel moeten beslissen om nog een vlucht en een hotel te kunnen boeken aan goede prijzen. Een voorproefje vind je [hier](#).



Zaterdag 9 juni: VRL toertocht

De planning:

- Afspraak zaterdagmiddag 9/06/2018 in Namen. Bezoek Namen en de citadel.
- Voor het diner: plaatsens van de boten aan de start van de tocht (Hastière).
- Diner in RCNSM. Slapen in Hotel of jeugdherberg.
- Zondag vroeg vertrek met de bus naar de start (Wépion – Hastière). Meteen inschepen en vertrekken.
- Enkele sluizen in de voormiddag.
- Middagmaal op het eiland (BBQ).
- Passage Dinant.
- Verder varen tot Wépion.

De toertocht zelf valt samen met de Felicien Rops toer. De VRL plaatst er een namiddaguitstap bij op zaterdag.

Van 9 tot 12 augustus: Portugal Rowing Tour

Dit jaar hebben we dit niet opgenomen in ons programma, omdat we deze fantastisch toer in de streek van Aveiro met een grote delegatie van The Oar reeds maakten in 2015. Nochtans is het echt aan te raden voor zij die hem nog niet deden of zij die nog eens graag van de Portugese gastvrijheid willen genieten. Wil je toch gaan, dan moet je dit uiterlijk in februari vastleggen, anders is er geen plaats meer.

De vluchten moet je zelf boeken, de rest is door de organisatie geregeld tot het inleggen van je boot toe. Suzanne is al kandidaat. Fred en Magda gaan misschien ook mee. Er zijn wel een paar wijzigingen in de planning: er zijn dit keer overnachtingen in twee verschillende hotels gepland. Het programma en 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
Nieuwjaarsreceptie	28/01	Fred
Ergometerwedstrijd GRS	10/02	Filip
Zelfverdediging (ov)	14/02	Yves, Sharan
Klusdag	24/02	Fred
Botenonderhoud	25/02	Fred
Brugge Boat Race	3-4/03	Sharan
Heineken Vierkamp	10-11/03	Yves
Regatta Seneffe	11/03	
Indoor skiën	21/03	Yves, Fred
Stageweekend Jeugd	6-8/04	Marie, Filip, Sharan
Coastal rowing	9-13/04	Fred
Internationale Spring Regatta	14-15/04	
Klusdag - botenonderhoud	14/04	Fred
BK korte boten	28-29/04	



Duatlon	5/05	
Elfstedentocht	11-12/05	Yves
Regatta Maubray	20/05	Sharan
Triatlon GRS	26/05	
Jeugdtriathlon	02/06	
Toertocht VRL	9-10/06	
Dommelregatta	10/06	Yves
Botenonderhoud	17/06	Fred
Handicap International de Visé	23/06	Yves
TRT triatlon	24/06	
Dwars door Gent	30/06	Sharan
Sport-It kamp	2-6/07	
Recreatieve regatta	07/07	
Clubkampioenschap	21/07	
Jeugdtoertocht VRL	21/07	
The Oar jeugdsportkamp	23-27/07	
Havenfeesten	18-19/08	
Triatlon VTT	25-26/08	
Golden River tocht	25/08	Yves
Klusdag	25/08	Fred
Botenonderhoud	26/08	Fred
Drieluik Gent KRSG	8-9/09	
Triatlon KRSG	8/09	
Triatlon Oostende	15/09	
Moeseltocht	26-28/09	Fred
Um den grünen Moselpokal	29/09	Fred
BK lange boten	29-30/09	
Moordregatta	6/09	
Jeugdroeihappening	13/09	
Klusdag - botenonderhoud	20/09	Fred
Lange afstand VRL	01/11	
Clubavond	10/11	
Horzol regatta	18/11	Yves
BK OBIC	24/11	Filip



5 - Prikbord

Ploegvorming: Master 8+?

Al een paar keer is er een oproep gelanceerd naar een master 8 ploeg, om regelmatig samen te (g)roeien in die ploeg. Indien de ploeg het ziet zitten kan er dan ook deelgenomen worden aan enkele wedstrijden met het motto: winnen is leuk, maar samen goed roeien op een wedstrijd is zeker zo leuk.

Wil je ook graag in een gelijkgestemde ploeg roeien? Hoor eens bij leeftijdsgenoten, gelijkgestemden, ... wat er kan om dan samen in een boot te stappen. Gelieve Yves of één van de trainers te laten weten of je interesse hebt om een ploeg te vormen.

In punt roeien

Wil je meer weten over hoe je moet roeien in punt? Bekijk dan [dit filmpje](#).

Tennisballen

Heb je thuis nog enkele tennisballen, die minder goed botsen, die verouderd zijn, die met andere woorden hun eerste leven achter de rug hebben? Breng ze mee naar de club.

Met een kleine chirurgische ingreep krijgen ze een zinvol tweede leven aangeboden: beschermer van onze armada (als die op het schap ligt). We hebben er nog een dertigtal nodig.

Boten en materiaal, organisatie van de container en de nieuwe botenloods

We zijn volop bezig met de bouw en organisatie van de inrichting van de botenloods (wat nog een hele poos kan duren). Geleidelijk en dit zal ook een stuk proefondervindelijk moeten gebeuren. We zullen alles duidelijk organiseren, met markeringen en opschriften, met handelingen en procedures. Tot die tijd vragen we de leden geduld te hebben en omzichtig te werk gaan in de loods en met het materieel. Bij twijfel vraag de trainers uitleg, handel niet onwetend.

Enkele raadgevingen:

- Het riemenrek is af, de riemen gaan daar nog een vaste plaats in krijgen maar begin alvast met de riemen met het etiket naar je toe te plaatsen.
- Neem je lege flesjes en afval mee naar huis, er is maar een kleine vuilbak op dit moment.
- Houd de loods en container en oprit netjes, laat geen kledij of hervulbare flessen rondslingeren. (Kijk ook eens of er nog kledij e.d. van je rondslingert op het oude clubhuis!)
- Zorg dat de boten correct gebonden zijn, ook nu ze in de loods liggen, want daar kan nog wind door spelen zolang de metselwerken aan het sanitaire blok en cafetaria niet klaar zijn.

Tot slot: sluit altijd de poorten (ook de container en het hekwerk) als je op het water bent!

Roeikledij in voorraad bij de materiaal bestuurder:

Ben je nog op zoek naar roeikledij? De club heeft nog het één en ander in voorraad:

- Polo's (marineblauw met The Oar en logo op de rug): 2 x L en 2 x XL - 35 euro per stuk
- Roeipakjes dames: 1 x S, 1 x M, 1 x L en 1 x XL - 80 euro per stuk
- Roeipakjes mannen: 2 x L, 1 x XL - 80 euro per stuk

Foto's @ Flickr



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!



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

WhatsApp: hoe loopt het? Zoals de meeste al hebben gemerkt is The Oarsome Rowers als WhatsApp-groep actief. Deze groep is gemaakt om snel meldingen door te geven aan alle leden (en ouders) over lopende zaken, voorvallen, slechte weersomstandigheden, dringende bouwperikelen, vragen rond trainingen, ... maar NIET om aparte roeimomenten (anders dan de reguliere trainingen) onderling te organiseren. Hiervoor hebben we andere groepen: ochtendroeiers, groep per evenement.

Daarnaast bestaat er nog een groep voor de trainers.

Bovenstaande vraagt nog altijd 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.

Merk je dat je niet in een groep zit en er toch wil bij horen? Laat dan even iets weten aan de 'administrator' van de groep. Hij/zij (doorgaans Yves, Filip, Antje) kan je eraan toevoegen.

Dierenverhalen

Onze mascotte van de Bollaakdijk de Poes is verhuisd naar het badhuis (bij Leen) en heet nu Loes.

6 - Contact info

WIE?	HOE?	WAT?
Algemeen	oar@live.be	insturen foto's algemene vragen inschrijvingen drakenboot
Yves Royackers	0468 193 609	<u>voorzitter & sport coördinatie</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 wekdagen
Paul Joossens	0498 419 252	<u>penningmeester</u>
Sita Vreeling	0494 375 788 sita.vreeling@gmail.com	secretariaat PR website nieuwsbrief
Filip Joossens Yves Royackers Antje Hansmeier Marie De Winter Fien De Winter Sharan Corten	0477 977 659 0468 193 609 0049 151 422 623 89 0493 625 247 0497 222 315 0496 786 875	trainers en coaches
Greet Van Erk	0498 818 015	<u>Vertrouwenspersoon jeugd</u>