



De olifant
VERVEN — PLEISTERS — INDUSTRIECOATINGS

BAKEN
sterk groenwerk



VAN HOOFF
VERZEKERINGEN &
PROTECT MANAGEMENT



NIEUWSBRIEF The OAR: AUGUSTUS 2024



www.ikwilroeien.be



[The OAR op Facebook](#)

In deze editie:

- [1 - Nu en komende maand](#)
- [2 - Terugblik](#)
- [3 - De iets verdere toekomst](#)
- [4 - Prikbord](#)
- [5 - Algemene info](#)

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



Avonturen op roeikamp - 22 juli 2024

'Overdragen aan de sluis, want de sluiswachter heeft er, 5 minuten vóór zijn middagpauze, geen zin meer in.'

1 - Nu en komende maand



Wat moet ik doen als ik omkantel ? - zaterdag 24 en zondag 25 augustus

Omkanteltraining is hier een deel van het antwoord. Op deze twee ochtenden proberen we je aan te leren dat je vooral rustig moet blijven en dat je vanuit de zijkant het gemakkelijkste terug in je boot geraakt. Je boot is een vlotter die je kan gebruiken om veilig aan de kant te geraken. **Hoe dit juist in de praktijk loopt : schrijf je in in de inschrijffapp met achter je naam de vermelding 'omkanteltraining'.**

Wit - groen - geel of rood magneetje : testweekend! - zaterdag 31 augustus en zondag 1 september

Hoe gaan we te werk : iedereen, ongeacht de huidige kleur van zijn/haar magneetje, zal de test moeten uitvoeren om zo zijn/haar roeiniveau terug te bepalen. Regelmatig wordt vastgesteld dat de kleur van het magneetkaartje niet meer overeenkomt met wat de persoon in werkelijkheid kan. Dit is niet altijd opportuun voor het gebruikte materiaal. Streefdoel van deze test is dan ook tweërlei: enerzijds het roeiniveau van al onze leden opkrikken zodat zij ook met het topmateriaal aan de slag kunnen en dit aan de hand van een duidelijke lijst wat men moet kunnen, anderzijds bescherming van het botenpark zodat de juiste mensen in de juiste boten roeien.



De trainers hebben een google sheet ontwikkeld (waarvan hiernaast een gedeeltelijke afdruk) waarin per roei(st)er zijn/haar vorderingen kunnen worden bijgehouden. Op verschillende testmomenten kunnen alle roei(st)ers intekenen om deel te nemen aan deze test. De eerste test gaat door op het laatste weekend van augustus.

Een nieuwe kleur magneetsticker wordt door de trainers geïntroduceerd voor mensen die deelnemen aan de initiatie en hun eerste stappen zetten in de roeibeweging. Dit vergemakkelijkt de organisatie van die initiaties, maar zeker ook de verdere opvolging van de nieuwe leden naar een groen magneetje. Zolang geen groen kaartje werd behaald, blijft men steeds onder de supervisie van een trainer.

Naam:		Datum groen kaartje :		Groen Geel Rood		
		Datum geel kaartje :		Niet OK Niet OK Niet OK		
		Datum rood kaartje :		Niet OK Niet OK Niet OK		
Datum OK	Gecheckt door	Waarom ?	Wat moet men kunnen voor dit kleur kaartje ? (Volgorde eerst groen dan geel)			
Veiligheid						
Niet OK		Vaaregels kennen en toepassen	Niet OK	Niet OK	Niet OK	
Niet OK		Kent de roeicommando's	Niet OK	Niet OK	Niet OK	
Niet OK		Vaart aan de juiste kant van het kanaal (stuurboordwal)	Niet OK	Niet OK	Niet OK	
Niet OK		Situaties op water inschatten en manoeuvres met skiff/C1 snel kunnen uitvoeren	Niet OK	Niet OK	Niet OK	
Niet OK		Situaties op water inschatten en manoeuvres met ploegboot snel kunnen laten uitvoeren				Niet OK
Niet OK		Bij omkantelen andere roei(st)er het initiatief nemen om hulpactie op gang te zetten				Niet OK
Niet OK		Boot als stuurman kunnen binnen leiden zonder steiger te raken met romp				Niet OK
Algemeen						
Niet OK		Inschrijffapp gebruiken (inschrijven / km's invullen)	Niet OK	Niet OK	Niet OK	
Niet OK		Boot correct op het water leggen (met collega roeier)	Niet OK	Niet OK	Niet OK	
Niet OK		Afstellen boot op eigen lichaamsmaten	Niet OK	Niet OK	Niet OK	
Niet OK		Correct instappen in skiff/C1 (waarbij boot wordt vastgehouden)	Niet OK	Niet OK	Niet OK	
Niet OK		Aanleggen aan steiger zonder dat bol de steiger raakt (skiff/C1)	Niet OK	Niet OK	Niet OK	

Zodra een groen magneetje behaald wordt wil dit zeggen dat men de basisregels van de veiligheid, techniek en algemeen botengebruik onder de knie heeft. Vanaf dat een groen magneetkaartje wordt behaald mag men ook gebruikmaken van de volledige kanaallengte in skiff of C1.

Een geel magneetkaartje gaat weer een stapje verder : hier beheers je de roeibeweging correct op alle momenten volledig in een skiff. Naar algemeen botengebruik zijn de eisen ook wat hoger.

Een rood magneetkaartje richt zich dan meer op het ploegroeien en hier de leiding durven nemen over een ploeg, maar ook gepast snel kunnen reageren op moeilijke situaties. Om een rood kaartje te halen is een geel kaartje vereist.

Wat moet je nu juist kennen? Een lijst hangt uit op het grote bord, waar de botenverdeling wordt opgemaakt, met alle vereisten, gerelateerd aan de kleur van de magneet.

Sport-it kamp + trainingsweek voor de jeugd - 19 tot 23 augustus

Van 19 augustus tot 23 augustus wordt er ter voorbereiding van het naseizoen extra getraind en geroeid door onze jeugd. Tegelijkertijd vindt ook het Sport-it -kamp plaats. Het zal dus gezellig druk worden volgende week! Onze gemotiveerde trainers Eric en Filip nemen deze jeugd onder hun vleugels en zullen deze week in goede banen leiden.



De olifant
VERVEN — PLEISTERS — INDUSTRIECOATINGS

BAKEN
sterk groenwerk



HEIGHT
SOLUTIONS



VAN HOOFF
VERZEKERINGEN &
PROTECT MANAGEMENT



World Rowing Masters Regatta - 11 tot 15 september



Terwijl onze jeugd zich volop voorbereidt op het najaarsseizoen, zijn ook heel wat masters volop aan het werk. Zij maken zich klaar voor de World Rowing Masters Regatta in Brandenburg (Duitsland). Met de hulp van het trainingsschema van Marc en onder deskundige begeleiding van onze ervaren trainers wordt er momenteel nog duchtig gewerkt aan techniek en uithoudingsvermogen. Je zal dus de komende weken nog menig boot over het water kunnen zien scheren!

VRL -Toertocht van Turnhout naar Mol - 22 september

Vergeet je niet in te schrijven in de inschrijffapp!

Dit zegt de VRL alvast over hun toertocht:

“Op zondag **22 september** dit jaar gaat de VRL toertocht door.

Het traject voor deze tocht gaat van **Turnhout naar Mol** en bevat **30 km** roeiplezier!

De start van onze toertocht ligt aan de **Turnhoutse Kajak club ‘Technico’**. Na een drankje en versnapering hebben we daar een ideale locatie om de boten te water te laten.

Onderweg houden we even halt voor een hapje en een drankje en een sanitaire stop.

Op het eind van de tocht zullen we het Zilvermeer te Mol opvaren om er aan te meren en de boten terug op de wagens te laden. Bij **Port Aventura, de Zilvermeerhaven**, hebben we de mogelijkheid tot douchen en omkleden en kunnen we nagenieten bij een heerlijk etentje.”

Komende events in september - Kijk in de inschrijffapp en zet je naam erbij!

- Internationale Regatta (KRCG) - 14 september 2024
- Drieluik (KCRG) - 15 september 2024
- Toertocht VRL - 22 september (WARM AANBEVOLEN VOOR AL ONZE RECREANTEN!)
- Belgisch Kampioenschap Lange Boten - zaterdag 28 en zondag 29 september

2 – Terugblik



Henley Masters - 12 en 13 juli 2024 (verslag door Marc)

Marjan gaf te kennen in het voorjaar dat ze graag zou willen meedoen aan de Henley Masters. Toen ze vroeg of ik mee ging als begeleider heb ik geen seconde getwijfeld om “ja” te zeggen. Voor mij nog eens een unieke kans om naar het Mekka van de roeisport te gaan. Henley-on-Thames is een dorp gelegen aan de Thames waar jaarlijks de week na de grote Royal Henley Regatta de Henley Masters worden georganiseerd. Upper Thames Rowing Club is de organiserende vereniging en dit jaar was een speciale editie aangezien het de 30e keer was dat deze wedstrijden georganiseerd werden. Nancy zou ook met ons meegaan.

Mijn eigen deelname was in 8+ in 2001 waar we in de halve finale strandden tegen de organiserende vereniging. Voor diegenen die het Henley principe niet kennen. Je start telkens met 2 boten naast elkaar uit dezelfde categorie. De winnaar van de heat gaat door naar de volgende ronde en de verliezende ploeg kan inpakken. Aangezien het Verenigd Koninkrijk niet meer tot de EEG behoort, was het uitgesloten om Marjan haar skiff vanuit België mee te nemen. Dus zijn Marjan en ik elks op zoek gegaan naar een goede skiff voor haar. Marjan zocht bij lokale roeiclubs en ik heb rechtstreeks contact gezocht met Imogen Grant (Meervoudig wereldkampioene bij de lichtgewicht). Zij heeft uiteindelijk gereageerd en we konden haar Hudson skiff huren waarmee ze in Luzern een wereldrecordtijd heeft neergezet van 7.23.36.



Op donderdag 11 juli vertrokken we in de ochtend met de auto richting Calais. Aangezien we Marjan haar riemen mee in de auto hadden, vroeg de Engelse douanier wat we van plan waren. Hij wenste Marjan veel succes toe voor haar wedstrijd. Na de overtocht tot Dover zijn we linea recta naar Henley gereden. Eens aangekomen lag haar Hudson skiff gemonteerd en klaar op een botenwagen op de terreinen van Upper Thames Rowing Club.

Na een try-out op de roeibaan en het bijstellen van het span was Marjan in de wolken over haar boot. De wedstrijden waren op vrijdag en zaterdag. Marjan werd pas ingedeeld vanaf de 2e heat op zaterdag. Dit gaf ons de kans om het befaamde Henley Rowing Museum te bezoeken alvorens we haar boegnummer gingen afhalen. Zaterdag was het dan zover. Ik had Marjan geadviseerd om steeds zo snel mogelijk uit de startblokken te vertrekken opdat haar concurrente haar niet meer in het vizier zou hebben. Aan de meet won ze "easily" wat betekende dat er meer dan 5 bootlengtes tussen de 2 skiffs waren.



De olifant
VERVEN — PLEISTERS — INDUSTRIECOATINGS

BAKEN
sterk groenwerk



buuë
keukenstudio



HEIGHT
SOLUTIONS



VAN HOOFF
VERZEKERINGEN &
PROTECT MANAGEMENT

IT **INTERIEUR**
TOTTÉ

Nancy en ik mochten meevaren met de kamprechter zodat we de race telkens konden



meevolgen. Aanmoedigen was verboden. Zwijgzaam genoten we van haar wedstrijd. In de namiddag was het de finale tussen Marjan en Chen van de Cantabrigian Rowing Club. Weer hetzelfde scenario bij de start waarmee Marjan met 4 bootlengtes voorsprong aan de meet deze Britse uit Cambridge klopte. Toen we bij de botenwagen arriveerden stond Marjan met een kamerbrede glimlach ons op te wachten. Mission completed ! Ze stond met een mooi doosje in haar hand dat ze fier opende om haar medaille te tonen.



Poetsdag - 17 juli 2024

We hebben weer een stralende club dankzij de opkomst van zoveel vrijwillige poetsers. Jong en oud, iedereen stak de handen uit de mouwen om onze club weer te laten stralen. Rond 11u bood iedereen zich aan en werden de taken spontaan verdeeld. De taken waren divers: de kleedkamers schrobben, ramen en toeg poetsen, het stofzuigen en dweilen van de cafetaria, het vegen van de loods, de aanpak van de toiletten, gangen en de keuken, het afwassen van de tafels en de stoelen. Dankzij die vele vrijwilligers kreeg alles een opruimbeurt en zag alles er in een mum van tijd weer tiptop uit. Na een gezellige broodjeslunch ging iedereen voldaan weer naar huis.

We willen dan ook iedereen bedanken die hieraan heeft meegeholpen: Erik, Dirk, Lo, Danny, Elize, Evelien, Liesbeth, Yves, Bert, Ann, Kristien en Greet! Wil je volgende keer ook je steentje bijdragen? Houd dan zeker de aankondigingen in de gaten.

Zomerhappening - 21 juli 2024

Op zondag, 21 juli vond onze zomerhappening plaats: een dag die elk jaar in het teken staat van sport en gezelligheid. Een dag waarop iedereen samenkomt om te genieten van een veelzijdig programma.

De ochtend begon op het water, waar een reeks spelletjes en activiteiten voor een hoop plezier zorgde. Het water was het decor voor tal van sportieve en ludieke wedstrijden. De sfeer was ontspannen, en er werd volop gelachen en

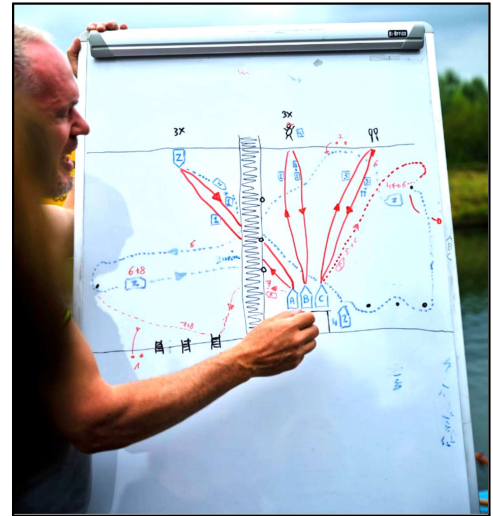


aangemoedigd. Van het klassieke petanque op de ergometer en een slalom met de roeiplank tot een spannende (en ietwat chaotische) estafette over het water, waarbij teamwork en balans cruciaal waren. Plezier verzekerd dus!



Na deze actieve ochtend volgde een rustige namiddag met een gezellige receptie. Onder het genot van een hapje en een drankje kon iedereen bijpraten en genieten van de sfeer. De receptie werd opgeluisterd door de speech van onze voorzitter, het vorige bestuur werd gehuldigd en in de

bloemetjes gezet en er werd ook stilgestaan bij een speciaal moment: het afscheid van Ludo. Met warme woorden van dank werd duidelijk hoeveel Ludo voor onze club heeft betekend. Hij was een steunpilaar van de vereniging en we zullen hem niet vergeten.



De dag werd afgesloten met een heerlijk paella diner, dat met zorg en liefde was bereid. Grote pannen vol geurige paella, gevuld met zeevruchten, kip en verse groenten, stonden te dampen en trokken al snel een hoop hongerige roeiers aan. Deze Zomerhappening was weer een dag om niet snel te vergeten.

Met een perfecte mix van sport, gezelligheid en lekker eten, kunnen we terugkijken op een geslaagd evenement.

Bedankt aan iedereen die deze dag mogelijk heeft gemaakt en aan alle leden voor hun enthousiaste deelname. Op naar volgend jaar.





De olifant
VERVEN — PLEISTERS — INDUSTRIECOATINGS

BAKEN
sterk groenwerk



VAN HOOFF
VERZEKERINGEN &
PROTECT MANAGEMENT



Gouds Roeikamp 22/26 juli 2024 (verslag door An Vdd)

Korte versie: 5 dagen heerlijk roeien langs kleine en grotere kanalen met sluizen, bruggetjes in prachtige stukjes Nederland - culinaire verwenweek – 12 oarsympathieke deelnemers



Volledige versie:

Onder een stralende zon maken Yves, Liesbeth, Bert, Kristien, Koen, Greet, Filip, Tine D., Glenn, Eva, Ann P en An Vdd de Free Willy, de Aquarius en zichzelf klaar voor de trip.

Club Rijnland in Leidschendam is de eerste stop. Ze hebben een goed georganiseerde en gevulde botenloods, een terras aan het water en koffie. Sympathieke roeiers ook en gevorderde senioren die enthousiast boot en riemen in het water dopmelen.

Op een prachtig eerste traject komen we een sluis tegen... waar de sluiswachter een norse ambtenaar blijkt. Om een burn-out te vermijden, besluit hij 5 min voor het voorziene uur te pauzeren. 2 uur wachten is niet echt ons ding. Dus over naar plan B: boten uit het water torsen en na een wandeling vlekkeloos terug in het water laten. Obstakels zoals een bank, fietsen, zwemmers en een laag bruggetje houden ons niet tegen. Met behulp van een touw en een buikliggende roeier op de brug leiden we de boten vakkundig onder het bruggetje en roeien we verder naar roeiclub De Raak in Den Haag.

Dan zijn we benieuwd naar onze verblijfplaats. Onze stek is zeer ruim bemeten voor 12 man en mooi gelegen aan een plas met eigen aanlegsteiger. 's Avonds smaakt de spaghetti en liggen de bedden uitstekend !

Dinsdagmorgen is het roeidoel Rotterdam. We slaan eerst de riemen uit richting Delft. De «mooi stukje om te beginnen» commentaar klopt volledig. Delft heeft 3 roeiclubs, waarvan één in een uniek historisch gebouw (foto hier naast). Ze hebben geen bezwaar tegen enkele curieuze roeiers op zoek naar een toilet.



Daarna nemen de lage bruggen af en roeien we naar onze lunchplek aan de kade bij de kerk van Schiedam. Tijd om te wisselen daarna en voor mij om puntroeien te proberen.

Op het zonovergoten parcours passeren we veel woonboten tot onze eindbestemming, roeiclub De Maas in Rotterdam. 's Avonds smaken de fajitas en spelen we een hilarisch spel waar cadeautjes sneller van eigenaar verwisselen dan het tempo van een topcompetitieboot.



De olifant
VERVEN — PLEISTERS — INDUSTRIECOATINGS

BAKEN
sterk groenwerk

buuë
keukenstudio



HEIGHT
SOLUTIONS



VERWERF & DEYERS
MASSENHOVEN
03/484 30 24

VAN HOOFF
VERZEKERINGEN &
PROTECT MANAGEMENT

IT **INTERIEUR**
TOTTÉ

Dag 3 belooft flink wat kilometers en opnieuw zomers weer. Terug een mooi landschap met molens, sluisen en bruggetjes, ook héél lage en smalle. Het is nu eens liggen en slippen, dan weer roeien door een tapijt van waterlelies. Stuurmanskunsten komen goed van pas.



's Middags weet de landploeg de roeiers weer te vinden en de lunch en drankjes iedereen. Daarna roeien we de brede, drukke Hollandse IJssel op richting Gouda, zijn smalle waters en de Karnemelksloot. De top-roeikamp-voorbereiders hebben het zo uitgekend dat we 's avonds kunnen aanleggen in onze tuin!

Na álle juiste afslagen en op tijd de laatste sluis te nemen (stressje - meer details aan de toeg) bereiken we die inderdaad. Tijd voor zwemmen, plonsen en aperitieven!

Donderdag bezoeken we Gouda en de lokale markt. 3 keer raden wat het dominante thema is? 's Namiddags steken we de Reeuwijkse plas over onder een stevige bries. Maar ook hier is een andere sportieve interventie nodig. Boten en materiaal uit het water halen en na een wandeling van 950 m terug te water laten. Letterlijk en figuurlijk heavy !!!

Dan toeren we verder naar Alphen a/d Rijn. De landploeg van die dag heeft alweer wat bekokstoofd, lekker en meer dan voldoende-zelfs voor de hongerige sportieveling.

Snel komt vrijdag, de laatste (roei)dag. We laten onze gezellige stek proper achter en gaan terug het Aarkanaal op richting de Oude Rijn. Tot voorbij de middag stopplaats -café "De Hoek" in Koudekerk-krioelt het weer van mooie domeinen en gezellige tuintjes. Ook wat plezierboten en soms een statige reiger die de deining rustig gadeslaat. Bij Leiden nemen we een scherpe bocht richting Leidschendam, de allerlaatste rechte lijn terug naar het startpunt.

Frietjes als afsluiter is een roeikamp traditie. Deze keer met mosselen of alternatief, gezellig aan het Vlietland water. Wat een gouden roeikamp was dit ! Wil je er volgend jaar bij zijn? Zeker doen!





De olifant
VERVEN — PLEISTERS — INDUSTRIECOATINGS

BAKEN
sterk groenwerk



VAN HOOFF
VERZEKERINGEN &
PROTECT MANAGEMENT



PS Benieuwd welk dier we op de Aquarius hebben meegetroond en in een sluis van de verdrinkingsdood gered hebben? Of naar een verrassend receptje met appel?

Check it out aan de toog bij Yves, Liesbeth, Bert, Kristien, Koen, Greet, Filip, Tine D., Glenn, Eva, Ann P. of An Vdd.



Afscheid Ludo - 24 juli 2024

Op woensdag 24 juli 2024 heeft Ludo bewust afscheid genomen van het leven. Na een diagnose wilde hij graag waardig sterven en heeft hij gekozen voor euthanasie. In de loop der jaren heeft hij ongelooflijk veel werk verricht op onze club. Hij stond altijd klaar om boten op het water te helpen, handwarmertjes aan te reiken in de winter of de loods uit te vegen. Hij was er ook regelmatig voor een leuke babbel aan de toog. We hebben veel respect voor zijn beslissing. Hij zal erg gemist worden.

3 - De iets verdere toekomst

Komende events (meer uitleg kon je al lezen in de juli-editie!):

- Oktoberregatta (in het verleden: Moordregatta) - zaterdag 5 oktober
- Horzolregatta (toertocht 35 km of marathon 51 km) - 13 oktober
- OBIC (ergometerwedstrijd) - 18 november

4 - Prikbord en trainingsmomenten

Afscheid van de vader van Sieglinde

Heel onverwacht hebben Sieglinde, Geert en hun kinderen afscheid moeten nemen van hun vader/schoonvader/grootvader. Wij wensen hen veel sterkte toe met dit verdriet.

NIEUWE LEDEN!
Welkom!

We verwelkomen onze leden die zich deze maand lid hebben gemaakt van onze club. Een warm welkom aan:

Zie je dus een nieuw gezicht? Spreek hen zeker aan! Flores (zoon van Gijsbert), Marie (terug lid geworden) en Kristen.

Oproep voor de initiaties van 20 en 27 oktober!

Er staan weer vele geïnteresseerden te trappelen om te leren roeien. Ze moeten nog even geduld uitoefenen, maar ze zijn al met een hele groep. We doen een oproep aan onze ervaren leden om op deze twee dagen (of één van de twee dagen) een handje te komen toesteken bij het begeleiden van deze nieuwe mensen. Interesse? Schrijf deze data dan alvast in je agenda en vergeet dan ook je naam niet in te vullen in de trainingsapp op die data.

E-mailadressen van het bestuur.

Om ervoor te zorgen dat iedereen het bestuur gemakkelijk en efficiënt kan bereiken, zijn er nieuwe e-mailadressen aangemaakt. Op die manier kunnen jullie de juiste personen rechtstreeks aanspreken met schadegevallen, zorgen, (sportieve) vragen, aanvragen tot het gebruik van de zaal, complimenten,...

Wil je iets zeggen? Stuur ons een mailtje of spreek ons direct aan tijdens de trainingen!



e-mailadres

info@the-oar.be

secretariaat@the-oar.be

voorzitter@the-oar.be

boekhouding@the-oar.be

materiaalmeester@the-oar.be

roeien@the-oar.be

verhuur@the-oar.be

starttorow@the-oar.be

verantwoordelijke

Kristien en Bert

Nancy en Heidi

Bert

Liesbeth en Paul

Stijn en Hans

Ive en Filip

Liesbeth en Greet

Ive en Sharan



Roeikledij beheerd door leden.

Nieuwe roeikledij nodig? Greet is de persoon die je daarvoor kan aanspreken.

Zij beheert de voorraad van onze kledij en kan je vooruit helpen met alle vragen hierover.

Ik wil komen roeien en gebruik ... de inschrijf-app voor en na mijn roeisessie

Het werken met de inschrijfapp wordt geapprecieerd; lekker handig en overzichtelijk.

Schrijf je in via de app met de verschillende tabbladen naast de training voor een wedstrijd / toertocht / clubevent / ... (elk evenement heeft zijn tabblad).

Na elke roeisessie (door de week of training) wordt gevraagd om je boot en geroeide kilometers op te geven.

Dit in de twee extra kolommen achteraan je gekozen roeimoment.

5 – Algemene info

Contacteren van bestuursleden/trainers:

Wens je iemand te spreken van het bestuur, API's (aanspreekpunt persoonlijke integriteit) of de trainers. Dit kan op elke training. Zie onze nieuwe e-mailadressen!

Trainingsmomenten in de inschrijfapp:

Je kan op veel verschillende momenten roeien, zowel in de week als weekend. De enige voorwaarden zijn dat



De olifant
VERVEN — PLEISTERS — INDUSTRIECOATINGS

BAKEN
sterk groenwerk



buuë
keukenstudio



HEIGHT
SOLUTIONS



VAN HOOFF
VERZEKERINGEN &
PROTECT MANAGEMENT

IT **INTERIEUR**
TOTTÉ

je minimaal twee bent (waarvan minstens één peter / meter) en de inschrijffapp hebt ingevuld.

Alle [reguliere roeimomenten](#) vind je terug op onze website.

Foto's @ Flickr



- Op zoek naar andere 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 club gebeuren? En in hoge resolutie? Je mag ze via WeTransfer naar oar@live.be sturen.