



OPEN ANTWERPSE ROEIVERENIGING

NIEUWSBRIEF

WWW.THE-OAR.BE

Januari 2025

NR.

01

Actueel



Gelukkig nieuwjaar! Een nieuw jaar betekent nieuwe kansen, nieuwe ervaringen en misschien ook wat nieuwe, al dan niet sportieve voornemens. Wat je ook onderneemt, wij wensen jullie alvast een mooi 2025! Onze nieuwsbrief start het jaar alvast in een nieuw kleedje. Hopelijk bevalt het! Veel leesplezier!

Sponsoring in 2025

Heb je een hart voor onze club en zou je dit jaar graag iets willen bijdragen aan onze werking: financieel of materieel? Wil je iets meer weten over de mogelijkheden? **Spreek ons even aan voor meer informatie.** Je kan hiervoor terecht bij Liesbeth, Bert of Kristien.

Herinnering lidgelden

Velen hebben reeds hun lidgeld betaald, waarvoor dank. Voor wie het nog niet gedaan heeft, is dit een warme oproep. **Na 31 januari ben je immers niet meer verzekerd.** Probeer het dus zeker in orde te maken vóór deze datum. Bedankt!

Event in de kijker



Op **26 januari** klinken we samen op het begin van een nieuw roei-jaar tijdens onze **nieuwjaarsreceptie**. Iedereen is welkom vanaf 12u voor een drankje en iets om te eten. Tijdens deze receptie **dopen we ook een aantal van de nieuwe aanwinsten in onze botenloods**. Wie er graag wil bij zijn, kan zich tot 22 januari inschrijven op het tabblad van de nieuwjaarsreceptie in de inschrijffapp.



Momenteel wordt de laatste hand gelegd aan **het roeiprogramma van dit jaar. Je zal het zeer binnenkort zien verschijnen in de inschrijffapp.** Hierop kan je intekenen voor alle evenementen en activiteiten van 2025 die je interessant vindt. Sommige activiteiten zijn niveau- en/of leeftijdsgebonden. Heb je daar vragen over? Spreek even een trainer of ervaren roeier aan. Zij kunnen je meer vertellen over het aanbod.

Algemene Vergadering

Wij nodigen alle leden uit op onze **Algemene Vergadering. Deze vindt plaats op zaterdag, 22 maart 2025 om 13.00u in de cafetaria.** Wil je wat wijzer worden over de jaarrekening, begroting, leningen, obligaties,... van de club? Iedereen is welkom om te komen luisteren.

Oproep ergometers



Voor het **scholenergometerproject** vanaf 17/2 zijn we **op zoek naar ergometers** om de kinderen te laten kennismaken met onze sport. Ben je bereid om jouw ergometer half februari voor ongeveer twee weken uit te lenen? Laat het dan even weten aan Fred om verdere afspraken te maken.

Rond 15 maart organiseren de trainers **een nieuw moment voor het vrijwillige roeiexamen.** Op die manier willen ze het systeem van het komende roeibrevet nog verder optimaliseren. Heb jij zin om samen met de trainers te kijken wat je al kan in je skiff? Houd dan zeker deze datum in je achterhoofd.

Stageweekend voor de jeugd van 31 januari tot 2 februari



Van 31/1 tot en met 2/2 organiseren onze jeugdtrainers **hun jaarlijkse roeiweekend: een gezellig en sportief weekend vol roeien en veel plezier.** Tijdens het roeiweekend wordt er ook geslapen op de club, wat zorgt voor een extra gezellige sfeer. Greet zal zorgen voor de nodige energie en alle deelnemers voorzien van heerlijke maaltijden. Teambuilding op zijn best!

Ergomania - 4 januari 2025

Op zaterdag, 4 januari zijn Marc en ik naar Hazewinkel geweest voor het jaarlijkse ergo-event van TRT Hazewinkel, de Ergomania. Hier gaven verschillende atleten het beste van zichzelf tijdens een 6 kilometer-voluit-proef op de ergometer. Het was behoorlijk afzien maar er zijn zeker mooie resultaten neergezet. We doen momenteel deze test ook in onze club, zodat iedereen zichzelf kan testen. Ook hier worden stuk voor stuk mooie resultaten neergezet. Line.



Afzien op de ergometer: een terugblik op de 6 km - test

PAUL	25.58.8	2.09.9
EZRA	24.35.6	2.02.8
FURKAN	23.58.5	1.59.8
NURCAN	23.28.9	2.17.5
PETER	23.09.8	2.27.8
VALERIE	24.45.8	2.02.1
MARTYN		
AUN P.	28.17.4	2.21.4
FILIP	23.37.9	1.58.1
DORIEA	26.18.8	2.11.5
MARTEA	23.02.1	1.55.1
IVE	22.53.3	1.54.4
BEN	22.13.9	1.51.1
HAUS	24.09.7	2.00.8
FRE	24.48.7	2.03.9
STYAN	22.51.3	1.54.2
LINE	24.23.3	2.01.9
GLENN	23.06.5	1.55.5
HELGA	25.54.8	2.09.5
BERT B.	25.16.1	2.06.3
6k { ANDREAS	24.34.9	2.02.9
6k { CORNEEL	23.28.3	1.57.3
6k { CAMIL	25.23.9	2.06.9
6k { TIJS	26.43.9	2.13.6
3k { TOON	19.33.6	3.15.6
3k { JOSEFIEN	14.42.6	2.27.2
3k { ELIZE	15.44.8	2.37.5
3k { HELEMA	15.07.4	2.37.2
6k LUKA	26.00.8	2.10.0

Op 6 en 8 januari werden de spieren flink op de proef gesteld. Het was tijd voor de gevreesde 6 km-ergometertest: een echte krachtproef waarbij iedereen alles gaf om de afstand zo snel mogelijk af te leggen met zweten, afzien en pure wilskracht!

We waren met velen: 29 mensen waagden zich eraan. Iedereen zette zijn of haar beste beentje voor. Of je nu een persoonlijk record hebt neergezet of de test simpelweg hebt volbracht, het is een prestatie om trots op te zijn. Proficiat aan alle deelnemers en bedankt aan Filip en Marc voor de begeleiding! Bert

Kalender

JANUARI

- zo 26 januari: nieuwjaarsreceptie op de club vanaf 12u.

FEBRUARI

- za 8 en zo 9 februari: klus- en poetsweekend op de club (zie oproep)
- za 15 februari: Open Vlaams roei-ergokampioenschap (GRS)
- ma 17 en di 18 februari: ergometerproject scholen (zie oproepen)
- zo 23 februari: Internationale Rivierenhoofd - 6 km (Seneffe)
- zo 25 februari: Canal -it-Up (opruim afval in en langs het Netekanaal)

MAART

- za 1 maart: Ganzeregatta - 4,3 km (Goes)

Prikbord



Dankzij Marc die zijn onvermoeid zijn voelspriet blijft uitsteken om buitenkansjes te spotten in binnen- en buitenland én een heel aantal gulle sponsors, is er **een nieuwe skiff aan ons botenpark toegevoegd** (categorie tot 75 kg). Deze aankoop werd mogelijk gemaakt door de gezamenlijke inspanningen van Marc, Ingrid en Frank, Thomas, Heidi, David, Eric en Jules, waarvoor dank!

Het is momenteel koud en grijs, maar er zijn in januari toch alweer veel mensen in de boot gestapt. **Denken jullie nog aan het noteren van je kilometers voor de Kilometervreter?** Vul na je training even jouw 'logboek' in (achter je naam in de inschrijffapp). Dan ben je mee in de running voor de eeuwige roem!

Vrijwilligerswerk



Graag wil ik het nieuwe jaar starten met **een warme dank-je-wel aan alle vrijwilligers die hun steentje hebben bijgedragen aan de verschillende evenementen en activiteiten van 2024**, én aan de mensen die regelmatig spontaan het initiatief nemen om een handje toe te steken. Dat is 'VOar en DOar The Oar' in zijn puurste betekenis. Bedankt!

Vrijwilliger in de kijker

Een speciaal woordje van dank voor **Bernadette** die al twee zondagochtenden delen van de cafetaria en de keuken heeft gepoetst, terwijl ze op haar mede-rummicubbers wacht. Bedankt, Bernadette!



Jeugd aan de bak

Op 14 december zorgden **Lore, Line, Kobe en Max** voor een heerlijke verrassing: een spontane pannenkoekenbak voor de aanwezige roeiers! De warme lekkernij en gezellige sfeer maakten de koude trainingsochtend compleet. Bedankt, bakteam! Wat een leuk idee!

Hulp gevraagd

Scholen ergometerproject

Op 19, 20, 25, 26 en 27 februari (schooluren) komen er 183 kinderen naar onze club om hun eerste stapjes te zetten op de ergometer. Daar hebben we extra handen (en ergometers!) voor nodig. Kan je je één, een halve of meerdere dagen vrijmaken? Laat het even weten aan Fred om verder af te spreken.

Start - to - row (maart)

Heb je eerder zin om **startende volwassenen te begeleiden** bij hun eerste stappen in de roeisport? Op **zo 23 en zo 30 maart** kunnen de trainers jullie hulp gebruiken voor de begeleiding van de initianten. Schrijf de datum alvast in je agenda, laat iets weten aan een trainer en vermeld het achter je naam op de inschrijffapp.

Op **za 8 en zo 9 februari** organiseren we **een poets- en klusweekend**. Vrijwilligers die, na hun training, een aantal klussen of poetstaken op zich willen nemen zijn van harte welkom. Stijn en Hans begeleiden die dag het klusteam. Het poetsteam kan bij Liesbeth en Kristien terecht! We maken er altijd iets gezelligs van! Geef je op in de inschrijffapp. Extra stofzuigers, dweilen, emmers en dergelijke mogen altijd meegebracht worden.

Contact



Welkom bij The OAR. Wil je **roeien** of onze zaal **huren**? Wil je een **schadegeval** melden aan een boot of het gebouw? Heb je een **algemene vraag**? Aarzel niet en spreek ons rechtstreeks aan of stuur een appje of een e-mail. Hieronder vinden jullie alles wat je nodig hebt om vlot een antwoord te krijgen op jullie vragen!


Ons adres

Open Antwerpse Roeivereniging vzw
'THE OAR'

Kesselsesteenweg 21,
2520 Ranst

Onze website & socials

www.the-oar.be
www.ikwilroeien.be

 [theoarvzw](https://www.facebook.com/theoarvzw)

 [@the_oar](https://www.instagram.com/the_oar)

Onze e-mailadressen en contactpersonen

info@the-oar.be

Kristien en Bert

voorzitter@the-oar.be

Bert

secretariaat@the-oar.be

Heidi en Nancy

roeien@the-oar.be

Ive en Filip

verhuur@the-oar.be

Greet en Liesbeth

boekhouding@the-oar.be

Liesbeth en Paul

materiaalmeester@the-oar.be

Stijn en Hans



Onze API's

Iedereen moet zich veilig kunnen voelen. Merk je moreel, psychisch, lichamelijk of seksueel gedrag dat over jouw grenzen gaat of over die van iemand anders? Aarzel niet en meld het aan Greet (links) of Helga (rechts)!

Onze sponsors



Dankzij de financiële en materiële steun van onze sponsors kunnen wij onze club vernieuwen, verbeteren en laten groeien. Hun sponsoring draagt bij aan een mooi clubhuis en het kwalitatieve materiaal waarmee we veilig onze sport kunnen beoefenen. Hartelijk dank voor jullie bijdrage en steun.



Keukens & Interieur nv.

VERWERFT-KEYSERS
BOUWHANDEL