

MEDLEMSBLAD FOR ROKLUBBEN ØRESUND



STROKEN

NR. 2 - MARTS / APRIL - 2015

Forårsrengøring 21. marts
Åbent hus 26. og 28. april



Standerhejsning 28. marts

Nyttige informationer:

Bestyrelse:

Formand Hanne Vinther

Tlf.: 40347535

Næstformand Nonnie Westphall

Tlf.: 20452469

Kasserer Lene Jacobsen

Tlf.: 20237858

Rochef Kurt Holm

Tlf.: 28616400

Materieludvalg: Mogens Jørgensen

Tlf.: 21781466

Kontingent:

Kontingent for det kommende år er:

Senior roere: 175,- kr. pr. måned.

Passive: 300,- kr. pr. år

Miniroere: 100,- kr. pr. år

Fitnessmedlemmer: 600,- kr. pr. år

Skabsleje: 100,- kr. pr. år

Nøglekort:

Henvendelse for at få et nøglekort til klubben skal ske til Kurt Holm.

Et nøglekort koster 100,- kr. i depositum.

Bank:

Vores konto hos BankNordik for indbetaling er:

Reg. Nr. 6507

Konto nr. 3050343579

Redaktion:

Lene Jacobsen (Redaktør)

Hanne Vinther

Steffen Svalling

Mail:

stroken@roklubbenoeresund.dk

Ro tiderne i år vil være:

Tirsdag og torsdag kl. 17.00

Hvis du er forsinket, så ringe til klubben, så et sæde kan reserveres – tlf: 20307486

Har du en spændende historie, en vittighed eller noget sjovt, du gerne vil fortælle om og dele med alle Øresundere. Så mail din historie til os.

Deadline for indlæg til næste Stroke er den 16. april 2015.

Bestyrelsen.

Indholdsfortegnelse:

Nyttige informationer.....	2
Foreløbig plan for Gudenåtur.....	3
Vinsmagning.....	3
Kilometerjægerfest.....	4
Nyt fra materielfronten.....	4
Medlemsmøde februar.....	5
Generalforsamling.....	6
Bestyrelsens beretning.....	6
Strategi 2015.....	9
Arbejdsgruppe "Instruktion".....	9
Arbejdsgruppe "Aktiviteter".....	11
Arbejdsgruppe "PR".....	12
Forårsrengøring.....	13
Standerhejsning.....	14
Åbent Hus & Instruktion.....	15
Opskrift på tunmousse.....	15
Madpakketure.....	15
Tirsdagsspecial - Astronomi.....	16
Klabautermændsfest.....	16
De tre musketerer.....	16
Kilometerjægerklubben.....	17
Nyt fra Øresunds Ældreroere.....	18
Ro-kalender.....	20

Foreløbig plan for Gudenåtur

Så er jeg efterhånden kommet så langt i min planlægning og indhentning af tilbud, at jeg kan fremsætte en foreløbig turplan:

Afgang fra Amager: lørdag den 25. juli ca. kl. 08.30. Ankomst til Skanderborg Roklub ca. kl. 1200. Herefter frokost, rotur samt placering af biler (Randers). Aftensmad i byen og overnatning i roklubben.

Søndag den 26. rotur for at udforske Skanderborg Sø m.v. ellers afslapning og spisning i byen. Overnatning i roklubben.

Mandag den 27.: Pakning af både og rotur til Ry Roklub, incl. 2 stk. overbæring, Fuldbro Mølle og Ry. Aftensmad i Ry og overnatning i klubben.

Tirsdag den 28.: Videre roning til Silkeborg Roklub, evt. via Himmelbjerget. Aftensmad i byen og overnatning i klubben.

Onsdag den 29.: Hyggeroning omkring Silkeborg med besøg i "Brillerne", Slåen Sø (evt. badning), Hjul Sø og Himmelbjerget, hvis det ikke var med dagen før. Aften i Silkeborg og overnatning i klubben.

Torsdag den 30.: Rotur fra Silkeborg til Tange Roklub, incl. Passage af sluse. Aftentur på Tange sø og overnatning i klubben.

Fredag den 31.: Sidste etape fra Tange til Randers Roklub. Herefter afhentning af bil(er) i Skanderborg. Aften i Randers. Overnatning i klubben.

Lørdag den 1. august: Hvis muligt en kort rotur på Randers fjord, ellers pakning af trailer og afgang til Skanderborg for aflevering af materiel. Derefter hjemad mod Amager.

Sådan kunne jeg foreslå, at turen kommer til at forløbe. Jeg gør opmærksom på, at det er en foreløbig plan, så andre ideer kan passes ind.

Prisen for en sådan tur har jeg beregnet til at være ca. 1000,- kr. pr. næse for bådleje, overnatninger trailer, forsikring og transport. Dertil kommer så indkøb til morgenmad og frokost, drikkevarer og lign.

Aftensmaden tænkes afholdt for egen regning. Andre løsninger kan være en god mulighed,

Hvis dette har vakt din interesse, så kontakt mig eller Lene. Vi er i øjeblikket ca. 6 personer, og vi har plads til i alt 9, så kom ud af busken og prøv noget nyt. Detailplanlægningsmøde vil blive annonceret senere.

Håber på en god tur.
Rohilsen til alle.
Kurt Holm, rochef.

Vinsmagning

Tirsdag d. 17. februar 2015

Preben var vært ved vinsmagningen, og vi blev ført med kyndig vejledning gennem de franske vindistrikter. Vi blev belært om både druer og vingårde.

Vinene kom fra en vin importør i Grenå, som har specialiseret sig i at opkøbe vine, som ligger lige op af de store og dyre vinhuse.

Det kom der en spændende vinsmagning ud af, med gode vine til rimelige priser, og det er jo det, det handler om, nemlig at finde gode vine til rimelige priser. I priskonkurrencen skød Irene 340 kr. og jeg skød 250 kr. galt. Vinder blev Nonnie med 234 kr. galt.

Vi startede med 2 Alsace vine: en Reisling og en Pinot Blanc. Den første var liflig og syreholdig. Den anden var rund og afbalanceret. Der var stor uenighed om, hvilken der var bedst.

Derefter kom 5 vine fra distriktet omkring Rhone. Der

var både vin fra det berømte Tour de France bjerg, Ventoux, og fra det fantastiske Chateauneuf du Pape (aftenens dyreste vin) med afslutning i Syrah druens vugge Crozes Hermitage. Fantastiske vine.

Herfra bevægede vi os over til Beaujolais, hvor vi fra Fleurie fik en af deres gode vine. Fra Beaujolais til Bourgogne, til hjertet af distriktet, nemlig Beaune. Her smagte vi aftenens clou, Cotes Du Beaune.

Der var lidt uenighed om det nu også var aftenens clou. Flere mente, at aftenens sidste vin, en St. Emilion fra Bordeaux var aftenens bedste vin. Under alle omstændigheder en stor tak til Preben for en spændende og fin vinsmagning.

Hilsen Irene og Allan



Kilometerjægerfest

Af Stig Riiber

Fredag d. 23/1 løb den årlige kilometerjægerfest af stablen. For en debutant, som undertegnede, uden de store forventninger eller sammenligningsgrundlag i øvrigt, blev det en oplevelse af de helt usædvanlige.

Festens tema var "Fransk aften", og jeg troede så i min naivitet, at det alene betød, at der ville blive serveret lidt god mad under hyggelige omstændigheder, men jeg blev klogere. Adskillige af gæsterne var iført franske kostumer, enkelte af mændene havde oven i købet anlagt sig en næsten autentisk moustache, og der var pyntet op i klubhuset, så man følte sig hensat til en fransk bistro.

Menuen stod bl.a. på fiskesuppe, confit de canard og et udvalg af lækre oste – alt ledsaget af masser af god vin – og som aftenen skred frem, og stemningen blev mere løssluppen, blev der sunget et udvalg af gode viser.



Kurt stod for inddrivelse af kilometerpenge (undertegnede måtte selv slippe i omegnen af 200 kr), og selv dette foregik i en rar og munter atmosfære.

Aftenen sluttede - nogle gik hjem og andre gik på Air Pub – men alle har garanteret haft en fantastisk fornøjelig aften.

Tusind tak til ældreroerne for et subliment arrangement.

Nyt fra materiel-fronten i 2015!



Med udgangen af den sidste vinter-måned bevæger vi os med hastige skridt mod standshejsningen, lørdag d. 28. marts, der er en af rosportens store årlige begivenheder, som vi alle ser frem til.

I løbet af den skånsomme og milde vinter vi har oplevet indtil nu, har der også været godt gang i forberedelserne med at gøre vores både klar til den forestående sæson. Tak til alle,

som har mødt op til deres bådehold indkaldelser og været med til at gøre vores bådepark klar til sæsonstart. Heldigvis har vi været forskånet for de store overraskelser i vores gennemgang af bådene, en god afvaskning afslørede ingen store skrammer, som ikke kunne klares med sandpapir og et par gange lak.

Vi blev sidste år begunstiget med midler til at kunne købe 10 nye årer til vores inriggere. Der er blevet indkøbt "Concept2" Big Blade kul fiber årer, som er

leveret "skræddersyet" til bestemte både – i første omgang til "Tårnby", "Flinterenden" og til den nye 4-åres inrigger, som vi får leveret til vores 85 års jubilæum i juli. Årerne vil blive mærket med bådnavn og plads 1, 2, 3, 4, efter behov. Da vi er i pladsnød på vores årestativer vil de nye årer derfor blive anbragt i bådene på to tværlister, som henlægges i bådehallen under ro-turen. Årerne har alle forskellige total-længder, men de er tilpasset bådens varierende bredde således man oplever det samme træk uanset hvilken plads man sidder på.

Vi har også erhvervet en for os ny, men en ældre klinkbygget træsculler, som er en mellemstørrelse, bredde- og balancemæssigt, mellem vores Trim sculler "Tvilling" og den noget slankere "Empacher" singlesculler. For at få plads til den ny ankomne sculler og samtidig gøre det nemmere at få begge sculler ned fra "loftet" er de begge anbragt på et stativ, som kan hejses op og ned ved hjælp af et håndspil, som er monteret på den vestvendte væg i bådehallen. Nærmere instruktion følger i forbindelse med erhvervelse af scullerretten.



Endnu en nyhed i bådehallen for 2015. I forbindelse med håndtering af vores både på løftevognen har Øresunds Ældreroere taget initiativ til at montere/integrere på genial vis, et elektrisk hejsepil på løftevognen, som gør det muligt at betjene den på vanlig "gammel" manuel vis med håndsving, men også med elektrisk assistance, hvis man skulle foretrække dette. Der vil blive opslået behørig sikkerheds- og betjeningsvejledning for brug af den nye funktion.

Endnu engang tak til alle, der har hjulpet til med materielklargøringen, som gør det muligt at nyde mange dejlige ro-ture i den forestående sæson. Igen i år skal vi understrege vigtigheden af, og appellere til ALLE, om at indberette skader og uheld på vores materiel til "ANKEPROTOKOLLEN" (det gule ring-bind, der ligger på skranken i bådhallen). Kan skaden ikke umiddelbart udbedres, skal båden mærkes med "UDE AF DRIFT" skiltet, til vejledning for andre.

Altid kontakt en af os eller et andet bestyrelses-medlem, vedr. uheld eller skade på materiellet.

Materialeudvalget, marts 2015

Allan & Mogens



Medlemsmøde februar

Københavnskredsens formandsmøde

Det, der fyldte mest på dette møde, var Bagsværd Sø, hvor A.P. Møller fonden har givet 50 mio. til Bagsværd Sø.

Pengene skal bruges til bygning af bådehal samt baner – det hele skal stå færdig ultimo 2017 – Håbet er, at dette gerne skulle trække flere internationale stævner til.

Hanne fik ikke lejlighed til at klage over manglende planlægning af f.eks. juleroning. Dog er dette års juleroning allerede fastsat til den 12. december.

Svanemølle havnen bliver blokeret.

Københavnskredsen vil fremover arbejde på, at der ikke bliver endnu mindre vand at ro på.

Klaus: Vi er en del af Bagsværd projektet, og det kunne vi måske spinde lidt på.

Arbejdsgrupper:

Der har været afholdt møde i de 3 arbejdsgrupper (Instruktion, PR og Aktiviteter). Resultatet af møderne blev fremlagt på medlemsmødet – se resultaterne andet steds i Stroken.

Fastholdelse af medlemmer

Der blev talt om at have en meningsudveksling omkring fastholdelse af medlemmer inden de nye roere kommer.

Det har været meget frustrerende sidste år, at lige så snart de nye roere blev frigivet, så stoppede de.

Amagerregatta

Vi er løbet ind i et problem ifm. afholdelse af Amagerregattaen, idet Kastrup Kajak/Neptun afholder et stort arrangement, den samme lørdag. Det kommer i konflikt med vores afholdelse af Amagerregattaen, som vi står for i år.

Lene

Generalforsamling

Tirsdag den 24. februar var der generalforsamling i Roklubben Øresund, og kun 18-20 stykker havde valgt at møde op, selvom alle bestyrelsesmedlemmer, suppleanter og revisorer var villige til genvalg. Mystisk!

Men til jer, som ikke var mødt op, kan jeg berette, at bestyrelsens beretning og regnskab fik stor ros af de fremmødte. Det var lykkedes at skaffe 170.000 kr. fra forskellige fonde og Tårnby Kommune til hhv. hus og materiel, og revisor Kim Westphal kunne på kasserer Lenes vegne fremlægge et flot regnskab med små 50.000 kr. i overskud samt et budget baseret på tidligere års realiserede beløb.

Nonnie Westphall har meddelt, at hun ikke genopstiller næste år som næstformand, og i Stroken og på generalforsamlingen efterlystes en 2. suppleant, som kan gå ind i bestyrelsesarbejdet til ad hoc opgaver og få erfaring med bestyrelsesarbejdet. Det lykkedes overhovedet ikke. Ikke en eneste meldte sig til posten, og det er nu op til bestyrelsen at kontakte enkelte medlemmer for at høre, om de kan påtage sig jobbet som 2. suppleant og være med til de ca. 7 bestyrelsesmøder, vi har om året. Så nu kan ingen vide sig sikker. Jagten er gået ind!

Under eventuelt uddybede jeg, hvorfor vi har valgt at sælge vores 26 år gamle trailer for 5.000 kr. til Tolo Roklub, som kan bruge den i Grækenland. For det første har vi ingen, der har trailer-kørekort i Roklubben Øresund, så der er ingen, der kan køre med traileren. For det andet har vi ikke brug for at transportere vores både, da vi ingen langdistancekaproere har, og vi låner både i de klubber, vi besøger, inkl. til Amagerregattaen, hvor vi låner både i den arrangerende klub.

Jan Bregendahl efterlyste mobilepay i roklubben, og bestyrelse og revisor Irene svarede, at det vil vi helst være fri for, så længe det kan undgås, da det giver en masse ekstra posteringer og administrativt arbejde for kassereren. Så længe vores medlemsskare er +40/50 år, og er vant til at medbringe kontanter til betaling i Tutten, så undgår vi mobilepay. Dog er vi klar over, at vi til Amagerregattaen bliver nød til at tilbyde mobilepay, da deltagerne i festen er yngre og ikke går med kontanter.

Mht. fastholdelse af medlemmer talte vi om muligheden for at tilbyde en form for klippekort til medlemmer, f.eks. studerende, som ikke har råd til at betale et roklubkontingent, hvis de kun når ud at ro få gange i løbet af ro sæsonen.

Hanne Vinther, formand

Roklubben Øresund

Bestyrelsens beretning 2014

I alt roede vi 11.038 km i 2014. Sommersæsonen bød på megen sol, men desværre også masser af vind fra øst med aflysning af roture til følge. F.eks. fredagsfyraftensturene. Tre roere har roet over 800 kilometer, så tillykke med sølvåret til Ingolf W. Pedersen (943 km), Birgit Sonne (939 km) og Kurt Holm (884 km).

I 2014 startede 11 personer til instruktion. 4 meldte fra, da de ikke kunne nå at være i roklubben til kl. 17.00, og heller ikke kunne afse de 2-3 timer en rotur tager. 1 flyttede til Helsingør, 1 på over 70 år måtte vi opgive at frigive, da åretager var for svagt. 1 hørte vi ikke fra trods vores henvendelser. Nettoresultatet er 4 nye roere plus 2 roere fra Nibe Roklub. Hvis vi kigger på 2013 er 5 ud af 8 nye roere tilbage. Så der er en svag stigning i medlemsantallet.

Tak til specielt trænerne med Mette Grau i spidsen, og tak til medlemmerne for at tage godt imod nye medlemmer. Instruktionen i 2014 strakte sig over en al for

lang periode, og vi mistede overblikket over de nye roere. I 2015 gør vi de nye roere opmærksom på, at trænerne arbejder gratis og også gerne selv vil ud at ro, så de nye roere skal være seriøse omkring instruktionen og melde afbud, såfremt de ikke kommer.

Vi er 53 aktive medlemmer, 25 mini-roere, 6 fitness-medlemmer og 13 passive. Antallet af mini-roere er steget – specielt efter en meget vellykket mini-roer dag i august, som Jytte og Kurt Holm stod for. Det koster kun 100 kr. om året at være mini-roer, og da alle medlemmer under 25 år giver tilskud fra Tårnby Kommune uanset bopæl, så vil vi da gerne have flere af dem. Forhåbentlig får vi mini-roerne knyttet til roklubben, så de måske en dag vælger roning som deres sportsgren. Apropos unge, så er Gitte Hastrup i gang med at kontakte den lokale skole for at gøre opmærksom på Roklubben Øresund.

I marts afholdt vi lokalstyrmandskursus for nye såvel som gamle roere. Det gav 8 nye lokalstyr mænd, og muligheden for Gitte Hastrup at blive træner, idet hun er tilmeldt modul A & B her i februar/marts.

I sommersæsonen ror vi tirsdage og torsdage. Alle ved, Tutten sørger for mad efter roning til klubaften. Færre er klar over, at der også er fælles spisning efter roning torsdag. Her køber vi fælles ind og griller.

Forhåbentlig får vi bedre gang i torsdagsroning og grilleri i 2015.

Jytte Holm, Leif Jønsson, Bent Jansen og Arne Schultz stod igen for "grill i lagunen" i juni måned. Vi startede ud i skønt solskinsvejr, men mens vi sad og nød grill-pølserne trak det op, og vi måtte ro hjem i meterhøje bølger fra øst. En ubehagelig overraskelse.

Samarbejdet med Dragør Roklub og Roklubben SAS mht. madpakketure hver den første søndag i måneden går godt. I år lykkedes det at ro rundt om Saltholm, og der var rekord deltagelse på den lange tur rundt om Amager med tre 4-åres og to 2-åres. Roklubben SAS stod for rotur pinsemorgen til Trekronefortet og løvfaldstur på Esrum Sø. Derimod fungerede kreds-turen på Furesø samt juleroning ikke, og vi måtte opgive at deltage pga. datoforvirring. Kredsen har lovet, det bliver bedre i 2015, hvor juleroningen allerede er fastlagt til 12.12.15.

Sammen med Dragør Roklub har vi jo også Klabaftermanden. En sjov dyst mellem vores to roklubber om at få anbragt det gule hoved i den andens klub til overnatning. I 2014 ser det ud til, at Klabaftermanden har overnattet flest gange i Dragør, og den har også stået der hele vinteren, idet det igen i år lykkedes os at ro den til Dragør den sidste dag, dysten løb. Roklubben Øresund har således vundet "håneretten" over Dragør Roklub, og det vil vi fejre med en god fælles frokost på lørdag.

Forhåbentlig kan vi fortsat låne både i Svanemølleklubberne, så vi kan ro op langs Sjællands kyst mod nord på Kr. Himmelfartstur til Skodsborg/Stuckmannsparken og til lagkageroning, når byggeriet i forbindelse med udvidelsen af Nordhavnen nærmest gør det umuligt at ro fra Kastrup til Svanemøllen, idet vi kommer helt ud i sejlrenden og ror langs en kaj – såkaldt "grædemur".

Der er lang udsigt til, at der etableres en kanal for kajaker og robåde mellem Svanemøllen og Københavns Havn. Svanemølleklubberne har fået etableret nogle containere på Nordre Molehoved i Københavns havn, hvor de har nogle robåde, så de kan ro en tur i havnen uden at skulle ro udenom den nye store Nordhavns bydel. Lyst ser det ikke ud, idet man nu skal etablere en vej tunnel fra den vestlige del af Nordhavn til Østerbro til at tage den tunge trafik til container- og krydstogtsterminalerne. I forbindelse med tunnelbyggeriet vil man spærre 1 års tid for udsejling fra Svanemøllen, hvor der ligger 1.100 lystsejlere og 4 store roklubber. Projektet ventes færdigt i 2017.

Også i Københavns Havn er roerne trængt. Der bygges hele tiden ud i vandet, samtidig med der etableres broer på tværs af havnen, så vi tvinges ud i midten af løbet sammen med havnebusser, rundfarer og speedbåde.

Det sidste vil vi komme til at mærke til Amager-

regattaen og til Sved-På-Panden roning, når banerne ligger i Sydhavnen.

Apropos Amagerregattaen, så blev den afholdt af B&W i 2014 på forkortede (750 m frem for 1.000 m) baner inde ved Midtermolen – og i øs-regnvejr. Vi deltog i fem løb, og fik en flot 1. plads i +60 og to 2. pladser i hhv. Old Girls og Grand Old Girls. SAS vandt velfortjent regattaen efterfulgt af ARK, Dragør Roklub, Roklubben Øresund - og B&W på sidstepladsen. Roklubben Øresund er værter for Amagerregattaen i 2015, så forhåbentlig får vi flere hold med i år.

Mht. Sved-På-Panden-ronings 10 km motionsturnering har vi de sidste to år kun deltaget med to 2-åres hhv. Grand Old Boys & Girls. Allerede nu reklameres der for langdistance-roningen for at få flere hold med.

Mht. vinteraktiviteter går det meget stille og roligt. Medlemmerne passer hver sin træning i hhv. ro-maskinerne, ved gang eller løb, og så samles man tirsdage til klubaften. Fremmødet tirsdage har været rigtig godt her i vinter, og special-arrangementerne med FairFishing v/Knud Vilby, Astronomi v/Ole Berg og vinsmagning v/Preben Henningsen trækker fulde huse.

Vi har svømmehallen ved Korsvejen sammen med de andre søsportsklubber hver fredag 18.00-20.00, men ingen benytter. Selv ved afholdelse svømmeprøver og træning i at svømme mellem årer og iføre sig redningsvest møder kun få op. Alt for få.

Mogens Jørgensen og Allan Elgaard holder fortsat gang i vinteraktiviteten med at vedligeholde vores både. Systemet med at være på et bådklaringshold, som kun kræver en indsats nogle timer i løbet af 1-2 uger, er en succes, og giver en flot bådpark. I år må vi skrotte 4-åres Kastrup, og vi får en ny 4-åres træbåd leveret fra Greisdalen til vores 85 års fødselsdag i år. Til hjælp til anskaffelsen har vi fra A.P. Møllers fond modtaget 100.000 kr. Det er planen, at stævnen af Kastrup opsættes på klubhusets sydlige gavl.

Til standerhejsningen i år døbes en træsculler, som vi har arvet fra Nakskov Roklub. Båden er gammel men i fin stand, og vi forventer, at den vil være god at lære at ro outrigger i, da den ligger mere stabilt på vandet end en plast sculler. Der er en stigende interesse for at ro med to årer, så forhåbentlig får vi mere gang i outrigger roning i år.

Anskaffelsen af 10 fiber big blades, finansieret af 35.000 kr. fra Velux fonden, har trukket ud, da vi har været i tvivl om, hvilken type åre det skal være, og hver åre skal rigges til, så den præcis passer til én plads i én bestemt båd. Årerne er nu leveret.

Fra Trygfonden modtog vi 5.500 kr. til anskaffelse af kasteliner, som nu er fast udstyr i vores inriggere, og vi øvede os i brugen heraf både til standerhejsning og –strygning.

Carlsbergs Sportfond har givet 8.300 kr. til en ny bådvoan.

Fra Tårnby Kommunes Initiativpulje har Øresunds Ældreroere modtaget 8.000 kr. til indkøb af Concept2 rosæder til afløsning af de gamle gulvtæpper, såkaldt "numsefryd".

Tolo Roklub i Grækenland har købt vores bådtrailer for 5.000 kr. Vi har ikke brugt den 26 år gamle trailer i flere år, og så vidt vides har vi heller ingen medlemmer, som har trailerkørekort, og kan køre med den.

Vicevært Bjarne Thorsen står for det almindelige vedligehold af vores hus, og har sammen med Øresunds Ældreroere fået efterisoleret vores klubstue indvendigt. I denne vinter efterisoleres gavlene udvendigt på klubhuset, og der isoleres over lemme ud til Tutten. Der er også sat et spjæld i emhætte, så den varme luft ikke trækker ud den vej.

Alex Vestergaard har stået for udskiftning af vinduerne i klubstuen til lavenergi vinduer. Vi fik 10.000 kr. i tilskud hertil fra Initiativpuljen i Tårnby Kommune. Forhåbentlig får vi 10.000 kr. mere i år, så vi også kan få de sidste 3 vinduer mod øst udskiftet. (I alt 171.800 kr.)

Samarbejdet med Øresunds Ældreroere går godt, og vi har stor glæde af deres hjælp med at vedligeholde vores hus og både. I vinter fik de også lavet et fint nyt årestativ. Og så fungerer det fint med fællesarrangementerne, hvor Øresundsroerne står for Sankt Hans arrangementet, og Øresunds Ældreroere står for KM-jægerfesten. Og her skal lige tilføjes, at vi håber på endnu flere kilometer jægere fra Øresundsroerne. Det er sjovere, når vi er mange, der jager kilometer.

Men det er heldigvis ikke arbejde det hele. Vi har haft fester og sammenkomster. Udover standerhejsning og standerstrykning har der været Sankt Hans aften med festlig båltale af Stig Riiber og 84 års fødselsdagsarrangement 10. juli med deltagelse fra Dragør Roklub og Roklubben SAS. Ca. 30 mennesker deltog i spisningen, som Mette Grau og Jeannie Elgaard stod for. En dejlig sommeraften, hvor vi kunne sidde ude i gårdhaven.

I vinterhalvåret havde vi julefrokost med stor deltagelse og svære quizzer. Nytårsbadet på årets sidste dag fik en ansigtsløftning med servering af en lille buffet, KM-jægerfesten blev afholdt i fransk stil, og teateraften "De tre musketerer" på Østre Gasværk havde deltagelse af 46 personer – også her var der dejlig mad, som medlemmerne selv havde lavet. Overskudet på denne sammenkomst var 2.400 kr. + 1.340 kr. som Mette Grau fik ind for sit lotteri. Beløbene går i bådfonden. (I alt 3.740 kr.)

I det hele taget er MAD meget vigtig i Roklubben Øresund. Tak til Lena Juhl og Tutudvalget for at sørge for mad hver tirsdag og lave et stort overskud, som

går direkte i bådfonden. I år er det 20.000 kr. Også tak til Mette, som køber dagligvarer ind og står for udlejning af klubbens lokaler. Vi udlejer lokalerne for 2.000 kr. Og tak til Birgit Sonne for det år, hun har vasket håndklæder og viskestykker. Vi skal nu finde en afløser for Birgit.

Og med al denne herlighed, så kan man jo ikke forstå, folk ikke strømmer til for at komme ud at ro og være en del af vores fællesskab. Men det er op ad bakke. I dag betaler folk for deres motion i fitnesscentre på timebasis og melder til og fra som det passer dem bedst. Så det at "stå i klub" og afse 2-3 timer til roning to gange ugentligt har folk svært ved at få indpasset i deres kalender.

I efteråret fik vi en henvendelse fra Københavns Kommune, om vi kunne lære nogen af deres borgere at ro og få dem ind i vores fællesskab. Det var typisk borgere, som havde afsluttet et 3 måneders forløb i fitnesscenter, betalt af kommunen, og som nu skulle se at komme videre i et sundere liv. Vi spurgte Tårnby Kommune, om de havde et lignende behov, men det havde de ikke på det tidspunkt. Efter at have mødt borgerne for Københavns Kommune må vi konstatere, at det ikke er den vej, vi skal gå. Vi skal satse på yngre og friske medlemmer.

På PR-siden indsendte vi artikler til lokalpressen om sæsonstart og optagelse af nye medlemmer, vi havde et A-skilt stående på Amager Strandvej om åbent hus, og vi opsatte diverse plakater i vinduerne om åbent hus, instruktion og rotider. Sidste år forsøgte vi os også med en flyer til supermarkedernes og Sundhedshusets dør.

Mht. vores hjemmeside, så er den noget af en katastrofe. Kun Øresunds Ældreroeres del er opdateret med fotos o.s.v. Forhåbentlig kommer vores hjemmeside snart over på en anden platform, hvor den er nemmere at vedligeholde, og hvor flere redaktører/område-ansvarlige kan stå for opdateringen, så det ikke hænger på én Web-master. Kim Westphall og Steffen Svalling arbejder på sagen, så den nye side kommer op at står før sæsonstart, når potentielle medlemmer starter deres søgning efter en roklub.

Som redaktør af Stroken formår Lene Jacobsen at samle stof sammen til at udgive 7 klubblade om året. Stroken giver super information om Roklubben Øresunds aktiviteter, og er helt oplagt at have på hjemmesiden. Steffen Svalling har overtaget at layoute Stroken, efter Wickie stoppede efter at have layoutet Stroken i flere år.

Vores Facebook gruppe fungerer sådan set OK, men det ville være dejligt, om flere medlemmer postede noget på siden – og ikke mindst "liker" f.eks. opslag om åbent hus og instruktion, så vi når ud til et bredere publikum.

Tre arbejdsgrupper har arbejdet med strategi for

sommeren 2015 mht. instruktion, PR og aktiviteter, og det er der kommet nogle rigtig gode resultater ud af. Strategierne blev præsenteret til medlemsmøde i februar og blev godt modtaget. Nu skal de bare føres ud i livet Se joblisten på opslagstavlen.

I dag skal vi jo vælge en bestyrelse, og er alle villige til genvalg, hvis medlemmerne stemmer på dem. En lille forklaring: Sidste år overtog Kurt Holm jobbet som rochef efter Poul Jahn, som gik i utide. Dermed fik vi en rochef, men kom til at mangle en 2. suppleant. Mogens Jørgensen gik ind som 2. suppleant, og det er meget praktisk, da han står for materiellet sammen med Allan. Nu tager vi så skridtet videre, idet Mogens har sagt ja til at indtræde i bestyrelsen som Materieforvalter – et job som har stået vacant i en

årrække. Dvs. nu mangler vi igen en 2. suppleant som kan hjælpe ad hoc med diverse opgaver. Jobbene i bestyrelsen som ungdomsleder og Husforvalter er stadig vacante.

Til slut vil jeg på bestyrelsens og egne vegne takke alle de medlemmer, som har gjort en indsats for vores roklub og vores fællesskab i løbet af året. Også en stor tak til bestyrelsen.

Vi håber, medlemmerne er friske på at stille op med arbejdskraft igen i år, for vi får travlt. Udover instruktion, PR, og de sædvanlige arrangementer har vi 85 års fødselsdag, Amagerregatta og Spræl i Havnen.

Strategi 2015

Der har været afholdt møder i arbejdsgrupperne for hhv. instruktion, PR og aktiviteter i februar måned, og det flotte og interessante resultat blev fremlagt på medlemsmøde i marts. Og det blev taget rigtig godt imod af medlemmerne.

I denne Stroke kan I læse i detaljer om, hvad grupperne har fundet frem til.

Og så er det jo bare med at komme i gang med at føre planerne ud i livet.

Se også joblisten på opslagstavlen, og meld dig gerne til én eller flere jobs.

Bestyrelsen

Resultat af arbejdsgruppernes møder

Arbejdsgruppen vedr. instruktion

Møde den 13. januar 2015

*Deltagere: Kurt Holm, Mogens Jørgensen, Allan Elgaard, Helle Magh, Gitte Hastrup, Hanne Vinther,
Deltagere deltid: Rene Hertz & Stig Riiber*

Vi har ca. 11 aktive instruktører

Tir. 7.4 - Medlemsmøde

Emne: Medlemsfastholdelse.

”Roning er en sport, hvor man bliver modtaget åbent, uanset hvem man er?” Hvad gør vi for at modtage roere åbent?

I Roklubben Øresund betragter medlemmerne sig som fuldstændig åbne og imødekommende, men nye roere giver udtryk for at folk sidder med de samme rokammerater om tirsdagen, og at vi kan være svære

at komme ind på livet af. Sproget kan også forekomme hårdt. Det må vi jo tage til efterretning.

Søn 26.4 - Åbent hus kl. 14.00

Potentielle medlemmer har bedre tid en søndag til at komme til åbent hus en søndag, hvor de alligevel måske går tur.

Tir 28.4 - Åbent hus kl. 17.00

Åbent hus en tirsdag, hvor der er klubaften, så man se, hvordan det foregår.

Åbent hus varer kun en time. Der vises rundt i klubben, og gæsterne prøver at ro i godt begyndt og i roergometer. Der er ikke fælles informationsmøde, men hver gæst får en introduktionsfolder og en side med ofte stillede spørgsmål.

Buzz ord er: Roning giver motion, frisk luft, naturoplevelser, ingen idræts-skader og et godt socialt fællesskab.

Instruktion

Hellere praktik end teori. Det drejer sig om at komme på vandet.

Formen den første gang er stadig: Godt Begyndt, Rørgometer og materiel/sikkerhed til søs. Og efter roning opsamling og info om påklædning. Efter hver instruktion afkrydses skemaet med, hvad en ny roer skal lære i fællesskab instruktør/ny roer. Hvis der er mangler, bedes de nye roere selv huske at sige det til den næste instruktør.

Andet materiale

Liste over, hvad en ny roer skal lære, udleveres første gang.

Liste med forklaring af kommandoer udleveres efter behov – sættes på hjemmeside.

Tir 5.5 - Instruktion kl. 17.00

Valgt at springe torsdag 30.4 over, da det er Bededagsferiestart.

Tor 7.5 - Instruktion kl. 17.00

Herefter instruktion tirsdag og torsdag.

Søn 31.5 - Instr. 10.00-14.00

Mulighed for at prøve noget forskelligt uden at have travlt – man behøver ikke nødvendigvis at ro langt, men måske frokosten med på turen og gøre landgang på stranden i Lagunen?

Tor 4.6 - Instruktion slut

Det understreges overfor de nye roere, at vi meget gerne vil have nye medlemmer, men at instruktørerne arbejder frivilligt og ulønnet, og de derfor bedes være seriøse og i videst muligt omfang komme til instruktion to gange ugentligt + 1 søndag, så vi kan få afsluttet instruktionen – og instruktørerne selv også kan komme ud at ro. MEN hvis de nye roere skulle være forhindret i at komme, finder vi også ud af det. Reglen er, at de nye roere melder fra, hvis de ikke kan komme næste gang. Kan en roer først være der 17.30, så aftales at der afsættes et rosæde i båden til vedkommende. Ring hvis forsinket. Vi har ikke kapacitet p.t. til at instruere både 17.00 og 18.00, men vi ved, det er et problem for folk at nå frem til kl. 17.00, hvis de arbejder nord for København, og sidste båd kommer alligevel sjældent på vandet før 17.30.

Tor 13.8 - Vi mødes igen

Inden sommerferien gør vi opmærksom på, at nye roere og instruktører mødes igen en torsdag først i august, hvor der er opfriskning af instruktion og finpudsning af rostil.

Her spørges efter interesse for at lære at ro med to årer.

Efter roning er der hyggeaften – evt. med grill-menu.

August - Ro med to årer

Vi benytter gigbådene Tvilling og Svaneklapper samt træsculler + evt. plast single- og dobbeltsculler.

Faste hold/instruktør

*) Visitkort afløses af plakat med foto af instruktørerne. Se PR-gruppen.

Som udgangspunkt vil vi bestræbe os på, at de nye roere får samme instruktør de første tre gange – og gerne også det samme rohold. Så bliver instruktionen ens hver gang i starten. Instruktørerne/flåaberne bliver tutorer for de nye roere, så de føler sig trygge i roklubben og har tilknytning til andre nye roere. Der udarbejdes et "visitkort" (*), hvor de to parter kan notere hinandens telefonnumre og email-adresser, så man nemt kan komme i kontakt. Kan evt. være bagsiden af "klippekort" med ro-oplevelser.

Indskrivning

Hvert hold gør deres egen båd klar.

Når vi kommer lidt hen på sæsonen spørges ved indskrivning, om man ønsker at ro kort, langt, motion, kaproning eller med nogen bestemte roere.

Vi har haft for vane at skille roere ad, som kender hinanden, for at de skal lære andre roere at kende. Vi prøver at lytte mere til roernes ønsker.

Vi øver os i, at det er forskellige medlemmer, der sætter bådholdene.



Resultat af arbejdsgruppernes møder

Arbejdsgruppen vedr. Aktiviteter

Møde den 27. januar 2015

*Deltagere: Kim Westphall, Nonnie Westphall, Irene Dahl, Gitte Hastrup og Hanne Vinther,
Deltagere deltid: Lena Juhl og Anne Marie Glennung*

Arbejdsgruppen valgte at dele om i to kategorier:

1) Arrangementer 2) Aktiviteter.

Mht. Arrangementerne vil man gerne pifte dem op, så der kom lidt mere fest og farver.

Maj/juni - Bar i gårdhaven

Da vi har en del fester i år, vil vi gerne etablere en fast bar i gårdhaven mellem hoveddør og terassedør – Nordøstlige hjørne. Evt. som denne bar, bygget af paller, og gerne nem at skille ad. Evt. overdækket af sejl.

ARRANGEMENTER:

Lør. 28.3 - Standerhejsning

14.00 standerhejsning, 50 (Jøns) & 60 (Arne) års jubilare og dåb af sculler
14.45 bitter, kaffe & småkager
15.30 (eller tidligere) roning
18.30 middag

Søn. 26.4 - Åbent hus

14.00-15.00 Kaffe/the/vand + småkager. Hanne V./Tut koordinerer

Tir. 28.4 - Åbent hus

17.00-18.00 Kaffe/the/vand + småkager. Hanne V./Tut koordinerer

Tir. 23.6 - Sankt Hans

Roklubben Øresund er værter for Øresunds Ældreroere.
Traditionelt arrangement.
17.00 Roning
19.30 Forret, grillkød, grillede bananer
21.30 Bål & båltale.

Fre. 10.7 - 85 års fødselsdag

17.00 Båddåb af 4-års inrigger efterfulgt af roning (alle både går ud samtidig)
19.30 Let mad a la tapas/fingermad (mad udefra) – ikke "sid-ned-middag"
21.00 Bar med drinks, musik og dans
Roklubben SAS og Dragør Roklub inviteres.
Selvom det er sommerferietid, håber vi på stor deltagelse til festen.

Tor. 13.8 - Vi mødes igen

Årets nye roere, instruktører, flåaber og øvrige roere

samles til luksus grill-buffet efter roning med finpudsning af rostil.

Søn. 16.8 - Mini-roning

10.00 Jytte & Kurt Holm er primus motorer i roning
12.00 grill-pølser og is i gårdhaven.

Lør. 29.8 - Amagerregatta

Der opsættes separat detaljeret jobliste i juni måned med punkterne:

Catering på Kastrup Ny Lystbådehavn med sandwich/kage/kaffe/the/øl/vand
Oppyntning og borddækning til fest/præmieoverrækkelse. Spisning i klubstue, bar og dans i telt i gårdhaven.
Middag (mad udefra)
Bar/musik

Lør. 12.9 - Spræl i Havnen

Idéer efterlyses til, hvordan vi i samarbejde med de øvrige klubber på Kastrup Gamle Lystbådehavn kan fylde hele havneområdet med attraktive aktiviteter til PR for vandsport.
Første møde ang. Spræl i Havnen afholdes 2.2.15. Kurt og Hanne deltager.

Lør. 24.10 - Standerstrygning

Traditionelt arrangement:
13.00 Roning
16.00 Standerstrygning efterfulgt af bitter/kaffe/brød
17.30 Smørrebrød

AKTIVITETER:

Fre. 29.5 - Fredagsroning.

Rotur med spisning i Dragør eller Lynetten

Fre. 25.9 - Fredagsroning.

Fuldmånetur/natteroning

Efter pinse (uge 22) opsættes revideret tilmeldings-seddel til roning. Listen skal udover afkrydsning til at spise have felterne:

Kort tur: under 12 km

Lang tur: over 12 km

Kom-i-form-roning – træningsprogrammer printes og lamineres til bådholdene

Februar 2015 - Jobliste

Der opsættes en jobliste med alle arrangementerne, hvor medlemmerne kan melde sig til at hjælpe til og/eller stå for arrangementerne.
Udvalgene for det enkelte arrangement står for detail-planlægning af arrangementet og udførelse.

Uge 36 (sept) - Vinter Aktiviteter & Arrangementer

Der er deadline på Stroken 10. september 2015. Her skal kulturture og andre vinter aktiviteter med. Der holdes møde i Arbejdsgruppen for Aktiviteter i uge 36.
F.eks. tirsdag den 1. september kl. 17.00

Resultat af arbejdsgruppernes møder

Arbejdsgruppen vedr. PR.

Møde den 20. januar 2015

Deltagere: Lise Salling, Claus Salling, Nonnie Westphall, Chris Magh, Helle Magh, Hanne Vinther, Deltagere deltid: Steffen Svalling

GENERELT

Vi er i hård konkurrence med udbydere af motion på timebetaling, som f.eks. kajakhotellet og fitnesscentre, hvor man kan tilmelde sig hold, når det passer en, og deltage i kort tid, f.eks. 1 time, hvor roning tager 2-3 timer, og er på faste ugentlige tidspunkter.

Selvom der tales meget om vigtigheden af at "stå i klub" og være en del af fællesskabet i lokalsamfundet – og måske også yde en frivillig indsats, så er det altså ikke klublivet folk vælger.

28.3.2015 - Introfoder

Introduktionsfolderen til nye medlemmer blev gennemgået og revideret ud fra Arbejdsgruppen vedr. Instruktion buzz ord: Roning giver motion, frisk luft, naturoplevelser, ingen idrætsskaker og et godt socialt fællesskab. Der lægges vægt på sommer-roning til havs og ikke ergometerroning.

Alle steder, hvor der står senior-roer, skal der stå "roer", da senior-roer kan misforstås som værende ældre roere.

28.3.2015 - FAQ Ofte stillede spørgsmål

Listen med ofte stillede spørgsmål, som er et indlæg til introfolderen blev gennemgået og revideret.

NU OG FREMEFTER

Plakater

Billeder af ergometerroning fjernes/nedtones, da vores motionsrum kun har romaskiner af ældre model, og pladsen i rummet er trang. Motionsrummet kan ikke klare sig i konkurrencen med Fitnesscentrenes tilbud. Klubstanderen skal være på alle plakater for at få et ens udtryk i vores materiale.

Følgende plakater blev gennemgået og revideret:

- 1) Dørskilt med almindelig information – hænger året rundt på hoveddør, dør til kondirum og vindue ud mod græsplænen ved sti.
- 2) Åbent Hus plakat hænger samme steder men kun op til Åbent hus arrangementerne
- 3) A-skilt til Strandvejen med reklame for Åbent hus uændret.
- 4) Åbent hus A4 side med "klip-af" sedler blev omdelt i 2014 til supermarkeder og sundhedshus, fordi det ikke lykkedes helt at få vores Åbent Hus arrangement i pressen. Denne flyer udgår, da

- supermarkederne ikke har opslagstavler mere.
- 5) Skilt med instruktionsdage afløser Åbent hus plakat på døre/vinduer
- 6) A5 flyer med aktivitetstilbud i hhv. sommersæson (rød tekst) og vintersæson (blå tekst) på for- og bag-side blev uddelt som flyer til Spræl i Byen i september 2014 samt i villakvarteret i lokalområdet for at få fitnessmedlemmer. Denne flyer kan evt. genbruges til Spræl i Havnen.

9.4.2015 - Flyer til firmaer

Der udarbejdes en flyer om sæsonstart og instruktion til opsætning på opslagstavlerne i firmaerne i Kastrup, f.eks. Kirstinehøj industriområde. Budskabet skal være, at man enten selv starter til roning eller tager én eller flere kolleger med.

Udestående

Klippekort med 10 ro-oplevelser til uddeling til nye roere sidst i instruktionsforløbet blev ikke gennemgået pga. tidsmangel. Klippekortet er ment som inspiration til, hvad man også kan opleve som roer. Klippekortet efterfølger afkrydsningskemaet med, hvad en ny roer skal lære, inden man bliver frigivet. Klippekortet skal revideres, så den kun indeholder ro-oplevelser og ikke ting, der gennemgås under instruktion.

26.4.2015 - "Visitkort"

Afløses af plakat med foto af instruktørerne. Arbejdsgruppen vedr. Instruktion foreslår, at der udarbejdes et "visitkort", hvor ny roer og tutor/instruktør/flåabe kan notere hinandens telefonnumre og email-adresser, så man nemt kan komme i kontakt med hinanden.

PR-gruppen foreslår, at der i stedet opsættes en plakat med billeder af alle instruktørerne med deres detaljer samt en QR (Quick Request) kode, som den nye roer kan scanne ind på sin smartphone. Steffen Svalling ved, hvordan man får QR koder.

NU OG FREMEFTER

Fotos

Chris og Steffen går i gang med at fotografere, så vi får nogle gode fotos til plakater, PR-materiale og pressen.

Roerne indkaldes evt. til bestemt tidspunkt for fotosession iført deres klubtrøjer. Fotos tages ved klub, ponton og på vandet. Billeder på vandet tages fra anden robåd eller fra broerne i lagunen.

På medlemsmøde og i Stroken spørges, om der er medlemmer, der decideret ikke ønsker deres foto anvendt i presseøjemed.

Pressen

Vi er 100% afhængige af, at lokalpressen bringer vores indlæg om, at rosæsonen starter, og at der er åbent-hus og instruktion. Problemet med at få artikler i bladene er, at en artikel om åbent-hus har præg af en annonce, som koster penge. Vi har tidligere forsøgt os

med annoncer i Tårnby Blad og Amager Blad – det giver ingen respons.

Tårnby Bladet bringer næsten alle artikler, vi sender, men Tårnby Bladet udkommer kun én gang månedligt, så deadlines passer ikke altid med begivenhedernes aktualitet.

2770 udkommer hver 14. dag, men har ikke så meget spaltepads, så de bringer ikke altid vores artikler, men oftest.

Amager Bladet har opfordret idrætsklubberne til at indsende artikler og fotos, da bladet er ramt af nedskæringer, og ikke har mulighed for at dække alle begivenheder. Imidlertid er det vores oplevelse, at det er MEGET vanskeligt at få bragt artikler i Amager Bladet. Hanne kontakter sportsjournalisten, og spørger, hvad der skal til, for at Amager Bladet vil give os pressedækning.

Generelt for alle tre lokalblade gælder, at de elsker at ændre i overskrift og tekster, så det ser ud som det er redaktionelt stof. Resultatet er ofte, at informationen i artiklen bliver forkert og misvisende. Men det må vi leve med.

Udvalget fik udleveret de artikler, lokalpressen valgte at bringe i 2014, og går i tænkeboks mht. at finde emner, som egner sig til at skabe opmærksomhed omkring Roklubben Øresund og tiltrække nye medlemmer.

I 2014 bragte 2770 artikel om standerhejsning, kasteliner, forårsrengøring og åbent hus. Tårnby Bladet bragte artikler om standerhejsning, kasteliner, roskole, mini-roning, roning i andre farvande, vintersæsonen, bådklargøring og juleroning.

1.3.2015 - Sociale medier

Medlemmerne opfordres til at "like" og dele opslag vedr. Åbent Hus-arrangementerne.

1.3.2015 - Hjemmeside

Vores nuværende hjemmeside vedligeholdes kun af Øresunds Ældreroere, og er helt forældet mht. oplysninger om Roklubben Øresund.

Steffen Svalling og Kim Westphall har fået OK fra bestyrelsen til at opstarte ny hjemmeside, hvor flere medlemmer får adgang til at indsætte nyheder, så vedligehold af hjemmeside ikke hænger på én webmaster.

Der blev ikke aftalt, hvornår den ny hjemmeside kan være klar, men det ville være hensigtsmæssigt, at den var klar 1. marts 2015.

12.9.2015 - Spræl på Havnen

Aktiviteter ifm. PR-arrangementet i Tårnby Kommune "Spræl på Havnen" fastlægges på et senere tidspunkt. Idéer til aktiviteter efterlyses.

Kurt og Hanne deltager i første planlægningsmøde med Tårnby Foreningsråd og de andre klubber i kommunen den 2. februar 2015.

Forårsrengøring 21. marts

Dette er en sikker forårsbebuder: Rengøring af klubstue, bad, toiletter, kondirum samt oprydning i bådehal.

Vi plejer at være ret effektive, så vi mødes kl. 09.00 til morgenmad og fordeling af arbejdsopgaverne. Kl. 14.00 går vi hjem efter måske at udryddet det sidste wienerbrød fra morgenkaffen.

Altså en overskuelig størrelse for alle.

Dertil kommer, at Øresunds Ældreroere rengør køkkenet den 19. marts, og Preben og Freddy B. ordner gulvet i klubstuen med stenolie den 26. marts.

Tilmelding på opslagstavlen, så vi ved, hvor meget morgenmad, der skal købes.

Bestyrelsen



STANDERHEJSNING 28. MARTS KL. 14.00



Så er det allerede ved at være tid til at sommer-sæsonen starter.

Lørdag den 28. marts er der festlig standerhejsning med fejring af Leif Jønsson som 50 års jubilær, Arne Schultz som 60 års jubilær og Else Marie Kristensen og Lena Juhl som 40 års jubilæum. Og så er der dåb af en træ single-sculler.

Derfor ser programmet således ud:

Kl. 14.00 Standerhejsning
Kl. 14.45 Bitter, kaffe og småkager
Kl. 15.30 (eller tidligere) roning
Kl. 18.30 Middag

Menuen – som vi selv står for – er:

Forret: Kalkun tonnato

Hovedret:

Let saltet/røget skinkesteg med ovnbagte kartofler.
Chili-appelsin nudelsalat og aubergine/pastasalat.

Dette efterfølges af kaffe og kage.

Prisen er 110 kr. pr næse, og frist for tilmelding på opslagstavlen er senest tirsdag 24. marts.

Skriv dig også på joblisten mht. at tilberede noget af ovenstående mad. Irene og Hanne V. står foreløbig på som kokke, og Betina står på listen mht. borddækning.



Nye medlemmer

Åbent Hus & Instruktion

Vi holder to gange åbent hus for at tiltrække nye medlemmer. Første gang søndag den 26. april kl. 14.00 til 15.00, og anden gang tirsdag den 28. april fra 17.00 til 18.00.

Dette er besluttet i arbejdsgruppen for instruktion ud fra at mange mennesker har mere tid til at gå til åbent hus en søndag, hvor de måske alligevel skal ud at gå en tur. Og hvis de kan komme til åbent hus en tirsdag, så har de måske fremadrettet også mulighed for at ro om tirsdagen.

Efter åbent hus arrangementerne er der møde for instruktørerne torsdag den 30. april – dagen før Bededag. Her ved vi, hvor mange nye roere, vi kan forvente, og kan bemande bådene derefter med såvel instruktører, flåaber og tutorer.

Instruktionen foregår tirsdage og torsdage kl. 17.00 (senest 17.30) med start tirsdag 5. maj og forventet slutning 4. juni.

Tag godt imod de nye medlemmer.

Strategien for instruktion kan læses andet steds i Stroken.

Bestyrelsen

Nedenstående opskrift på den lækre tunmousse, som vi fik på teateraftenen.

Lækker tunmousse

Ingredienser for 4 personer

1.33	ds.	Tun i olie. konserver
133	gram	Løg 1
1.67	dl.	Crema fraiche 18 %
2.67		Husblas, blade
1	dl.	Piskefløde
		Salt, Peber, Citron, saften heraf
0.67	glas	Stenbiderrogn rød

Forklaring:

Tunen hældes i en sigte og dryppes af. 4 blade husblas udblødes i kold vand.

Tun, groft revet løg, creme fraiche og saft fra citronen blendes. Caviar røres ud heri.

Knug vandet af husblasen. Smelt med et par skefulde

kogende vand. Hæld husblas i blandingen med en tynd stråle ved konstant piskning.

Smag til med salt, peber og citronsaft.

Stil i køleskabet til du kan tegne mønstre i blandingen.

Pisk fløden til skum og vend den i blandingen. Stil i køleskabet i minimum 2 timer.

Server med flûtes, iceberg salat, cherry tomater, agurk og rødløg.

Opskriften er fra www.alletiderskokebog.dk



Madpakketure

Hvad er en madpakketur? Er det en tur, hvor man ror en tur med sin madpakke?

Ja, det kan det godt være. Vi har faktisk roet Saltholm rundt med madpakken ombord for at spise den i roklubben, da vi kom tilbage.

Men en madpakketur er en lidt længere tur på 30-45 km, som foregår den første søndag i måneden.

Det er fællesture med Dragør Roklub og Roklubben SAS. Nogle ture udgår fra Kastrup, andre udgår fra Roklubben SAS i Sydhavnen.

Og så har man altså madpakke, drikkevarer, kaffe,

kage og en lille én til halsen med på turen, så der er en belønning, når der holdes pauser undervejs, hvor vi går i land og strækker kroppen.

Datoerne er:

- 03.05 Københavns Havn fra Kastrup
- 07.06 Saltholm rundt fra Kastrup
- 05.07 Amager rundt fra Sydhavnen
- 02.08 Ishøj fra Sydhavnen
- 06.09 Tur på Furesøen – foreløbig dato

Tilmelding til turene kommer på opslagtavlen ca. 3 uger før.

Hanne Vinther

Tirsdagsspecial – Astronomi

I januar fortalte Ole Berg os om Astronomi. Der var et stort fremmøde og interesse for emnet. Vi blev ført igennem stjerne himlen, galakser, planeter, hvad er et sort hul mv. suppleret med billeder, som Ole selv havde taget med sit eget kamera, og det er vel og mærke ikke et lille lommekamera, der bruges til dette.

Det var overskyet denne aften, så det blev ikke muligt for os at supplere foredraget med et kig op på himmelen i Oles stjerneikkert.

Det var en fascinerende og interessant aften, som

åbnede øjnene for os, om en verden der ligger lysår fra vores.

Lene



Klabautermændsfest

Lørdag d. 28. februar blev der afholdt Klabautermændsfest hos Roklubben Øresund.

Festen startede kl. 15.00. Alle havde medbragt en ret, som blev sat frem på en buffet. Der var mange forskellige lækre retter, og der var rigeligt at tage af. På et andet bord specielt til formålet var øl efter øl stillet op på rad og række. Spørgsmålet var så, hvor man skulle starte, og hvad man havde lyst til at smage.

For at der kunne være en fornuftig fordeling mellem roere fra Øresund og Dragør, havde Kirsten arrangeret at man trak en knap, for at finde ud af hvor man skulle sidde.

Godt i gang med mad og øl skulle spændingen udløses. Hvem havde vundet årets dyst! Flest overnatninger af den gule mand.

Resultatet blev, at Klabautermanden havde overnattet med 87 til Dragør og 66 til Øresund, hvilke betød at vi vandt med færrest overnatninger.

Det var en rigtig hyggelig dag i godt selskab, god mad og drikke.

Tak til alle der har bidraget med at få Klabautermanden roet til Dragør.

Best.

Teateraften

De tre musketerer

Årets teateraften fandt sted d. 31. januar.

Stykket var en af klassikerne, "De tre Musketerer" lavet om til en musical med 80'er musik. Stykket blev spillet på Østre Gasværk, som passer sig rigtig godt til sådan en forestilling med dens runde former og rå kulisser.

Den røde tråd i stykket var De tre musketerer, suppleret med fantastisk 80'er musik, god humor, og gode præstationer af skuespillerne. Hold da op hvor det svingede. Man blev så kisteglad af den gode musik, som på en rigtig god måde passede ind i teaterstykket og med replikker og hentydninger til

ting der havde foregået i 80'erne, og som dermed dukkede op af tågerne fra ens hukommelse.

Det var simpelthen en kanon godt teaterstykke.

Herefter gik turen til roklubben, hvor vi alle skulle have noget at spise. Da vi jo havde befundet os i 80'erne, så var det helt oplagt, at arrangørerne havde konsulteret Karolines kogebøger, og en fantastisk menu, var blevet fremtryllet.

En stor tak til Else Marie og Hanne for et godt arrangement.

Lene

KILOMETERJÆGERKLUBBEN

Kilometerjægerklubben starter ved standerhejsningen, så sæt dig et mål for, hvor mange kilometer, du vil ro i år. Afvigelse fra målet afregnes med 1 kr. pr. kilometer, og pengene går til en sjov fest "ad libitum" sammen med Øresunds Ældreroere sidste fredag 29. januar 2016. Idéen er selvfølgelig, at komme ud at ro flere ture og få flere kilometer på bogen, dvs. øge aktiviteten hos dig selv og dine rokammerater.

Se Stig Riibers referat af Kilometerjægerfesten 2015 i fransk stil. Rigtig festligt!

Reglerne for Kilometerjægerklubben og -festen:

Tilmelding til deltagelse i Kilometerjægerfesten skal ske på ophængt liste i Roklubben i perioden fra Standerhejsning og til 1. maj.

Tilmelding er bindende, og koster kr. 50.00, der betales til festudvalget senest 1. december.

Ved tilmelding er mindste "SATS" 50 kilometer. Det koster 1.00 kr. pr. kilometer, man "rammer" ved siden af. Dette afregnes til festen.

Tilmeldte, der ikke kommer til festen, vil blive opkrævet grundbeløb kr. 50.00, samt beløb for det de har ramt ved siden af.

For at kunne deltage i kilometerjagten/ -festen, SKAL man på vandet og ro eller roes.

Kilometerjægerfesten afholdes sidste fredag i januar måned, festudvalget i Øresunds Ældreroere står for arrangementet.

Evt. overskud ved festen indbetales til BÅDFONDEN.

Til festen kan kun deltagere i kilometerjagten deltage.

Vilhelm G. Jensen
Øresunds Ældreroere

Hanne Vinther
Roklubben Øresund

Nyt fra Øresunds Ældreøere

Kilometerjægerfesten

Tekst og foto: Mogens Voigts



Kilometerjægerfesten 2015 blev vanen tro en bragende succes. Festudvalget havde virkelig lagt sig i selen og pyntet klubstuen op til den helt store guldmedalje.

Flot så det ud og de 36 deltagere i festen satte sig glade og forventningsfulde til bords. Festens tema var Fransk hvilket en stor del af deltagerne havde taget helt bogstaveligt og der var mange festlige udklædninger.



Maden var helt fantastisk, så der var lagt op til en festlig og fornøjelig aften, og festlig og fornøjelig blev den da også, hvilket fotoene også taler deres tydelige sprog.



Kurt Holm havde fået fornøjelsen af at indkræve "bøderne" for for lidt eller for megen roning i 2014, efter det mål den enkelte deltager selv havde sat, og der var vist nogen, der sponsorerede til

festen mere end andre.

Vanen tro gik der ikke lang tid før snakken gik lystigt til tonerne af Charles Aznavour, men fællessang blev der også tid til.

Tak til arrangørerne for en fantastisk aften.

FORMANDEN HAR ORDET

Hurra, nu nærmer vi os Standerhejsningen, som vi alle glæder os til, så vi igen kan komme ud på Øresund.

Som noget nyt prøvede bestyrelsen at forny tilbuddene i vintersæsonen, som Mary har skrevet, havde vi "Temadage", hvor repræsentanter for DFfR kom og fortalte om roning for ældre, samt personlig forberedelse til den kommende sæson.

Det var glædeligt at se så mange, der mødte op til den første temadag, men det skyldtes måske, at der var onsdagsspising bagefter?

Til den anden temadag var det så som så med besøgende, de udeblevne mistede virkelig megen god oplysning om, hvordan man i vintersæsonen kan holde sig i god form til den nye sæson. Vi var på gulvet og prøvede forskellige øvelser, som man kan lave dagligt i hjemmet. Pudsigt nok var der fuldt hus til kaffen kl. 1200.

Christian Søe' 1. hjælps kursus var også rimeligt besøgt, så nu glæder vi os til, at han kommer og underviser i Hjerte-lunge redning.

En stor tak til de medlemmer, der igen i år meldte sig til forskellige opgaver på huset og bådene.

Jeg synes, det er for dårligt, at det altid er de samme, der melder sig til arbejdet for fællesskabet, mens dele af medlemmerne år efter år ikke deltager i den del fællesskabet, men gerne deltager i det sociale.

Håber vi får en sommer med masser af godt vejr, så vi kan nyde roturene.

Vilhelm G

Førstehjælps kursus

Jeg synes, det var et meget fint foredrag, hvor vi fik gennemgået nogle væsentlige ting ifm sikkerhed og uheld, samt hvad vi kan gøre hvis vi oplever én af disse.

Det var også tydeligt at det var særdeles vigtigt at bevare roen, sige til sig selv at man skal slappe af og tænke sig om, og prøve at tænke logisk.

Endnu en fin onsdag i Roklubben.

Med venlig hilsen
Alex



Men – og heldigvis for det – er det jo ikke "Tant og Fjas" alt sammen. Der har været idrætsmærkeprøver, og Temadagen den 5. november, som er udførligt beskrevet på hjemmesiden, var en af disse gode seriøse oplevelser, som blev fulgt op den 14. januar med besøg af Nicki Wienfeld Almquist fra Dansk Forening for Rosport – jeg skal love for at den unge mand fik gang i os – heldigvis var vi sammen om gymnastikken 2 og 2 – ellers havde nogle af os sikkert ligget på gulvet endnu – men dejligt var det. Også denne begivenhed er beskrevet m/billeder på Hjemmesiden.

Temadagens budskab blev fulgt op af Christian Søe, der den 18. feb. fortalte os om Førstehjælp. Se Alex' referat andetsteds på siden. Og den 11. marts er temaet Livredning.

Må undertegnede slutte med at sige:

TAK FOR EN DEJLIG VINTERSÆSON

og minde om Generalforsamlingen den 25 marts. Herefter er vi klar til Standerhejsning den 28. marts og 1. Rodag den 1. april.

Stor Rohilsen fra Mary

STATUS - ved slutningen af sidste halvdel af vintersæsonen 2014/2015.

En masse festlige oplevelser – senest "Kilometerjægerfesten", som Mogens refererer ovenfor. Men også 3 dejlige "Herremiddage", som fortjener mange *****! 18. marts har Øresund inviteret til "Tak for hjælpen" spisning – det plejer ikke at være kedeligt.



KALENDER FOR ROSÆSON 2015

21.03	Forårsrengøring kl. 09.00-14.00	23.06	Sankt Hans aften
28.03	Standerhejsning kl. 14.00	05.07	Madpakketur Amager rundt
07.04	Medlemsmøde. Emne: Fastholdelse af medlemmer	10.07	Roklubben Øresunds 85 års fødselsdag
26.04	Åbent Hus kl. 14.00-15.00	02.08	Madpakketur til Ishøj
28.04	Åbent Hus kl. 17.00-18.00	12.08	Sved-På-Panden roning i Hellerup
30.04	Instruktørmøde	13.08	Vi ses igen! Finpudsning af rostil for nye og gamle roere
03.05	Madpakketur til Københavns Havn	16.08	Mini-Roning kl. 10.00
05.05	Instruktionsstart. Herefter hver tirsdag og torsdag kl. 17.00	20.08	Sved-På-Panden roning i Rokl. SAS
07.05	Sved-På-Panden roning i Hellerup	29.08	Amagerregatta
20.05	Sved-På-Panden roning i Rokl. SAS	02.09	Sved-På-Panden roning i Rokl. SAS
29.05	Fredagsroning	06.09	Furesø-tur (dato foreløbig)
31.05	Instruktion kl. 10.00-14.00	11.09	Sved-På-Panding roning i Hellerup – Afslutningsfest
01.06	Sved-På-Panden roning i Rokl. SAS	12.09	Spræl i Havnen
07.06	Madpakketur Saltholm rundt	25.09	Fredagsroning/måneskinstur
09.06	Grill på stranden	24.10	Standerstrygning
16.06	Lagkageroning		
18.06	Sved-På-Panden roning i Hellerup		