



Stroken



Nr. 1

Januar/Februar

2010

Kilometerjæger fest



Klabautermand fest

Generalforsamling



Rettelse

Der har desværre indsneget sig en tastefejl i den fremsendte indkaldelse til generalforsamlingen d. 9. februar 2010.

I bedes se bort fra Punkt 6 - Indkomne forslag. Dette punkt skulle ikke have været med.

Jeg beklager fejlen.

Lene Jacobsen
[Formand]

Stroken - ny redaktør

Stroken har fået en ny redaktør. Wickie Gjesing Nielsen overtager jobbet med at sammensætte bladet, finde illustrationer etc. Stroken vil udkomme i en ny form, som jeg håber, I alle tager vel imod.

Lene

Deadlines for Stroken 2010

10. marts
04. maj.
02. juni.
03. august.
21. september.
02. november.



ROKLUBBEN ØRESUND - KASTRUP

INDKALDELSE TIL GENERALFORSAMLING

Roklubben Øresund indkalder hermed til generalforsamling i klubbens lokaler

tirsdag den 9. februar 2010 kl. 19.00

med følgende dagsorden:

1. Valg af dirigent
2. Beretning
3. Fremlæggelse af regnskab
4. Fremlæggelse af budget
5. Fastsættelse af kontingent
6. Indkomne forslag
7. Valg:
 - h). til bestyrelse i henhold til lovene (næstformand, kasserer, husforvalter og ungdomsleder – Næstformand og kasserer er villige til genvalg)
 - i). 2 suppleanter. (Lene Jacobsen er villige til genvalg)
 - j). 2 revisorer.
 - k). 1 revisorsuppleant (Kim Westphall er villig til genvalg)
8. Eventuelt

Alle forslag, der ønskes behandlet på generalforsamlingen, skal skriftligt være bestyrelsen i hænde senest 14 dage før generalforsamlingen.

Kastrup, den 15. januar 2010

Roklubben Øresund
KIM WESTPHALL

næstformand

Medlemsmøde – januar

Bådklargøring

Heldigvis er der ikke konstateret større skader på bådene ved vinterens klargøring. Så trods at der har været nogle "no shows" på bådklargøringsholdene, har vi fulgt Mogens' plan, og alle både ser ud til at blive klar til den kommende rosæson. Super!

Juleroning

Irene slog et slag for, at flere deltager på Kredsens juleroning. Igen havde man været heldig med fint, roligt vinter-ro-vejr i Københavns Havn med servering af gløgg og æbleskiver i B&W roklub på Langelinie. Hyggeligt!

8GP

Det er kun lykket at stille seks roere på klubbens Otter-Grand-Prix hold. Så vi har måtte aflyse ergometerroningen, da holdet yderligere har været ramt af sygdom. Der er endnu nogle runder tilbage af 8GP, så du kan nå at være med endnu. Henvendelse rochef Poul. Hurtigt!

Husk at lukke dørene

Vi tør næsten ikke skrive det, men vi har i længere tid været forskånet for indbrud. Måske fordi der er sat et skilt op i vinduet med, at der ikke er kontanter at finde i roklubben. For ellers har vi måtte konstatere, at terassedøren ofte ikke er låst. Så tjek lige næste gang, du forlader klubben som den sidste, at såvel terassedør som døren mod syd er låste. På medlemsmøde talte vi om, at sætte et skilt på terassedøren, som viser, hvad vej håndtaget skal vende, for at døren er låst. Vi talte også om at lægge en rundstok i klemme, så døren ikke kan åbnes.

Medlemssituationen

Tre af kaninerne fra 2009 hænger ved, men flere aktive har meldt sig passive (f.eks. Ivens som har valgt at ro tæt på deres sommerhus). Medlemssituationen er ikke kritisk mht. at kunne

betale vores regninger, men medlemstallet er dalende, og vi kunne helt bestemt godt bruge nogle flere medlemmer til at skabe noget mere aktivitet i klubben.

Derfor talte vi på medlemsmødet om, hvad Roklubben Øresund kan gøre, og der kom flere forslag op om PR for rosporten for at tiltrække flere medlemmer. I forbindelse med sundhedsugen i oktober 2009 i Tårnby Kommune fik vi delt nogle flyers ud og fortalt, at vi starter instruktion i maj måned. Her fik vi også en god kontakt til kommunens nye sundhedshus, som kan benyttes til PR. Aviser og Tårnby.net skal bruges. Muligheden for at stille en båd op i butikcentre nævntes også. Ligesom personlig henvendelse til firmaer til etablering af firmahold også blev nævnt. Weekend-instruktionen i september 2009 virkede godt, så måske den form for kvik-instruktion kan benyttes med succes ifm. instruktionen i 2010.

Det meste er jo prøvet før, men noget må vi gøre ... Så, alle M/K, styrk indsatsen for at få flere medlemmer i 2010.

Øresundbron 10 år

Den 1. juli fylder Øresundsbron 10 år. Du kan læse om det på <http://dk.oresund10.com>. Jubilæet fejres med blandt andet brøløb, cykelløb og sejlads/matchrace. Endnu er der ingen planer om f.eks. at ro til Sverige, som landets roere gjorde i forbindelse med indvielsen af broen. Roklubben Øresund har umiddelbart nok at gøre med værtskabet til årets Amagerregatta den sidste lørdag i august; det kan knibe med kræfter til også at stå for evt. broroning.

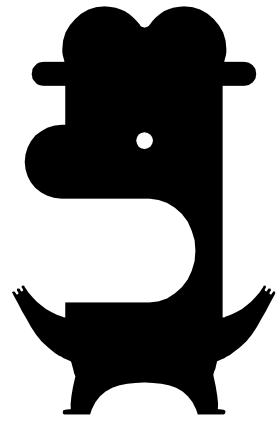
Amagerregatta

Husk, Roklubben Øresund står for at arrangere årets Amagerregatta med såvel baneudlægning og spisning/fest for Amagers roklubber lørdag den 28. august.

Hanne Vinther



OPRÅB



Der er følgende ledige poster til bestyrelsen:

FORMAND

MATERIALEFORVALTER

HUSFORVALTER

Interesserede bedes henvende sig snarest. Det er et stort problem, at der mangler så mange i bestyrelsen, så kom nu og hjælp os.

Mange hilsner
Bestyrelsen

Julefrokost 2009

Årets julefrokost sidste tirsdag før jul var igen et tilløbsstykke. Rigtig mange Øresundere var mødt op for at ønske hinanden god jul – og naturligvis smage på juleøllet.

Fra at være en julefrokost med få gode ting, har buffeten ændret karakter til at være et større ta-selv-bord. Lækkert!

I år lykkedes det Anne-Marie at snige nogle grøntsager ind på bordet. Jeg har lagt mærke til, at hun hele tiden gør det ... altså det med det grønne; også til Tutvagter og til kanin-frokost. Og grøntsagerne bliver revet væk. I kan se opskrifterne andet steds i bladet.

Tak til alle kokke, borddækkere og afryddere.

Og tak til Nonnie for julesangen. Vi må nok have den igen til næste julefrokost for at se, om øvelse gør mester. Sangen var ren talgymnastik, og det viste sig ikke at være Øresundernes stærke side.



Juleroning

3 friske Øresundere lånte båd i roklubben SAS og roede ind til B&W Roklub lørdag d. 12. december, for på denne vinterdag at deltage i Københavner Kredsens årlige julearrangement med varm gløgg og æbleskiver.

Desværre havde Kredsen ændret datoen for arrangementet, hvilket muligvis var årsagen til, at der ikke var flere der deltog!



Red.

Hanne Vinther

Teateraften

Årets teateraften faldt tidligt i år. Vi tog af sted lørdag d. 9. januar 2010 til Folketeater, for at se Sebastians version af "Skatteøen".

Ikke så snart lyset var slukket før der blev affyret nogle kanonskud, så salen lettede i deres stole, og hermed var stilen lagt. Det var skøn og morsom musical, med dejligt ørehængende musik. Især ostesangen slog kegler.

Efter sidste strofe var sunget gik turen med Metroen til Roklubben, hvor vi indtog en dejlig middag. Der skortede ikke på den lækre mad og det blev nydt til fulde.

Stort tak til Hanne og Else Marie for endnu et strålende arrangement.

Lene



Spisetider i Roklubben Øresund

Breaking News!!

Tendensen har de senere år været at spise tidligere til klubaften. Så på medlemsmøde i januar blev vi enige om at der er mad tirsdage:

Kl. 19.30 i vintersæsonen
Kl. 20.30 i rosæsonen

Tutten

Der er sat Tutvagter helt frem til og med 20. april. Tak for det!

Alle Tutternaserne (ca. 15 stykker) stiller op 1-2 gange med dejlig mad alle tirsdage.

Er du ikke på vagtlisten, men godt kunne tænke dig at tage en Tutvagt, så kontakt mig. Du kan også tage en vagt sammen med en anden, så I er to – det er der flere, der gør. Du kan se vagtlisten på Tut-døren.

Hanne Vinther

Tak

Mange tak for de 2 dejlige flasker rødvin, jeg har modtaget i anledning af min 50-års fødselsdag i december. Med håbet om mange gode ro og naturoplevelser sammen i 2010 ønskes I alle et godt nytår.

Med venlig hilsen
Anne Marie Glennung.

Opskrifter

Nedenunder kommer som aftalt opskrifterne på salaterne fra "julemikken"

Lun rødbedesalat.

1 kg kogte rødbeder
1 håndfuld pinjekerner (kan udelades)
2 spsk. olivenolie
3 spsk. sennep med hele korn (f. eks. Dijon)
2 spsk. balsamisk eddike
1 spsk. vand
Knust hvidløg efter smag
Hakket persille i rigelige mængder

Smut rødbederne og riv dem groft. Rist pinjekernerne på en varm pande til de er gyldne. Rør en marinade af sennep, olie, eddike, vand og hvidløg. Vend det hele sammen og drys med salt, krostkværnet peber og persille.

På denne måde kan 4 personer sætte et kg rødbeder til livs, hvis der er noget til overs kan det opbevares et par dage på køl.
Velbekomme

Salat med grønkål og grapefrugt

stok grønkål eller 1 posefuld fra Brugsen/Føtex etc.
ca. 500 g
2 grapefrugter, gerne blodgrapefrugter
1 spsk. grov sennep
2 spsk. olivenolie
30 g hakkede valnødder

Rib grønkålsbladene. Et par af de fineste kan lægges til side og hakkes fint til pynt.

Grønkålen blancheses, duppes tør og skæres evt. i mindre stykker.

Lægges i en salatskål.

Grapefrugterne skrælles og fileterne skæres ud over en skål, så den overskydende saft opsamles og derefter blandes med sennep og olivenolien til en dressing smages til med salt og peber.

Grapefrugter blandes med grønkål og pyntes med evt. med den finthakkede rå og med hakkede valnødder.

Kan suppleres med tynde skiver jordkokker.

Velbekomme

(Kilde: Lars Sonne – Hansen: Radiokokken - lyst til grønt året rundt)

Hilsen Anne Marie

Tusinde tak

Endnu en gang tusinde tak for den fine åre port på Rådhuset, og samt den fine gave, ved vores vielse i oktober 2009.

Det var en dejlig og hyggelig dag for os og vores gæster.

Med Venlig hilsen
Thomas og Wickie Nielsen



8GP

Der er to runder tilbage, hvis man har lyst til at deltage. Henvendelse til rocheffen – Poul

1 x 15 min pr. mand.
2 x 1000 meter pr. mand.

Køkkenet og klubstuen

Ældreroerne giver både køkkenet og klubstuen den store omgang rengøring



Husk at sætte X



Klabautermand fest

Lørdag den 6. februar 2010 er der Klabautermands fest i Dragør Roklub kl. 15:00.

Listen for tilmelding på opslagstavlen i klubben.

Red.

Standerhejsning

Vi er ved slutningen af januar, og tiden nærmer sig for standerhejsningen. Dette sker lørdag d. 27. marts 2010, så reserver dagen i jeres kalender.

Red.

Madpakketure 2010

Jeg har spurgt både i Roklubben SAS og Øresund, om der er stemning for at gentage madpakketurene fra sidste år hver den første søndag i måneden. Og det er der!

Formålet er at ro lidt længere ture (ca. 30 km) og få set andre farvande end lokalfarvandet. Og ved henholdsvis at ro fra SAS på Islands Brygge og Øresund i Kastrup, behøver vi ikke at aftale med andre roklubber at låne både. Det stiller os også dejlig frit mht. at ændre rute, hvis vejret byder det.

Det er altså fællestur med roere fra SAS og Øresund – og evt. tilløbere fra andre roklubber. Typisk er der start søndag kl. 10.00 og hjemkomst kl. 17.00-18.00 stykker. Hvis vi skal gennem slusen, må vi starte før og slutte senere; nemlig afgang kl. 09.00 og hjemkomst kl. 18.00.

Datoerne står fast. Turene kan ændre sig afhængig af vejret:

2. maj Tur til Ishøj fra Roklubben SAS
6. juni Saltholm rundt fra Roklubben Øresund
4. juli Amager Rundt fra Roklubben SAS (45 km)
1. august Tur fra Kastrup til SAS/Københavns Havn.
5. september Kredsens tur på Furesøen

STOR madpakke og drikkevarer skal medbringes. Og hvad der medbringes til fælles bedste i form af hjemmebag, hjemmegjorte bittere/snapse o.lign. er yderst velkomne, altid!

Notr datoerne i din kalender allerede nu!

Hanne Vinther 4034 7535

Reminder om Gudenåtur

Nu er vi kommet vel ind i det nye år, og foråret begynder at nærme sig, selv om det ikke lige er til at få øje på.

I den anledning vil jeg lige minde om, at der er mulighed for at komme på rotur på Gudenå i Kristihimmelfartsferien. Læs nærmere herom i tidligere udgave af Stroken eller på opslag i klubben.

Man kan selvfølgelig også kontakte mig for yderligere oplysninger.

Godt Nytår og rohilsen til alle.

Kurt.

Kalender 2010

Januar:

30. Kilometerjæger fest.

Februar:

02. Medlemsmøde.

06. Klabaftermand fest (Dragør Roklub)

09. Generalforsamling.

Marts:

02. Medlemsmøde.

27. Standerhejsning.



Deadline for indlæg til næste Stroke er den 10. marts 2010

