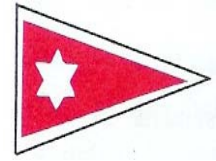


Stroken



Nr. 4

juni/juli

år 2012



Vi Ror Danmark Rundt 22-23-24. juni

Sankt Hans aften 23. juni

Roklubben Øresunds 82 års fødselsdag 10. juli

ROKLUBBEN ØRESUND – KASTRUP

- Indhold -

03	PR-Arrangementer
04	Køkkenet
04	Arrangementer i roklubben
04	Torsdags grill.
05	Brunch i skovshoved roklub
05	KLagkageroning
05	Tur til Lynetten
05	Skovshoved roklub - midsommerløbene
06	Vi rør Danmark Rundt
06	Sct. Hans
07	Madpakketur
08	Instruktion
08	Røsen rundt
08	Roklubbens fødselsdag
08	Tillykke
09	Nyt fra ældereroerne
10	Kalender.

Redaktion

Lene Jacobsen (Redaktør)
Hanne Vinther
Kurt Holm

Mail

stroken@roklubbenoeresund.dk

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 18. juli 2012**

Genopfriskning af ro beslutninger

Spuling af både:

Det er besluttet ikke at spule både en fast ugedag efter roning, men efter behov. Dvs. trænger bådene til at blive spulet for sand, græs og svanemøj to gange om ugen, så gør vi det. Trænger bådene ikke til at blive spulet, ja, så spuler vi ikke bådene.

Luger og dæksler

Når bådene er tørret af efter roning, **SKAL** luger og dæksler være skruet af og åbne, så båden får luft.

Placering af redningsveste

Det er besluttet, at redningsveste skal ligge på toffelisterne, ikke under dem.

Red.

Rotider

Ro tiderne i år vil være:

Tirsdag og torsdag kl. 17.00

Bestyrelsen

Klabautermænd

Vi har for længst passeret 1. maj, hvilke betyder at Klabautermænds ræset er i fuld gang.

Så hold øje med den lille gule fyr med hans nye næse. Han savner Dragør og vil gerne ros hjem, hvis vejr og vind tillader det.

Red.

PR-Arrangementer

Åbent Hus & Instruktion

Søndag den 29. april havde vi Åbent Hus i Roklubben Øresund, som var omtalt i 2770, Tårnby Bladet og Amager Bladet. I de to sidstnævnte havde endda tegnet annonce med information om tider for instruktion af nye roere. Og A-skiltet stod i ugen op til Åbent Hus ude på Strandvejen med information om arrangementet.

Vejret var fint til åbent hus arrangementet, men desværre dukkede der ikke mange potentielle senior roere op, og kun otte blev tilmeldt instruktionen på dagen; fire i maj og fire i juni.

De fleste af de fremmødte var faktisk ældre-roere, så det var et skuffende resultat.

Fire nye er startet til instruktionen i maj. Forhåbentlig kommer der flere til instruktionen i weekenden 8-9-10. juni.



Spræl i Byen

Fredag den 11. maj deltog vi i Spræl i Byen, som var et PR-arrangement, som Fælleskontoret i Tårnby Kommune stod for. 40 klubber var tilmeldt med en stand, hvor de viste deres aktiviteter.

Vi havde opstillet to ergometre i Tårnby Skoles gård, hvor vi tilbød de besøgende at prøve fiskespillet. Arrangementet havde besøg af mange børnefamilier – ikke lige vores målgruppe.

Uheldigvis stormede det fra vest, så alle telte var ved at blæse væk. I det hele taget blev Spræl i Byen ikke helt nogen succes, da klubberne var spredt over et for stort område, hvor gæsterne havde svært ved at finde rundt. Og så var det altså også umanerlig koldt den aften.

Oplev OL magien i skolen

Dansk Skoleidræt og Dansk Idrætsforbund har gjort et tiltag, hvor skolerne inviteres til at prøve nogle olympiske sportsgrene. Vi har kontaktet idrætslærerne i Tårnby

Kommune og spurgt, om der er nogle klasser, som kunne tænke sig at prøve at ro.

Det tilbud var idrætslærerne umiddelbart meget begejstrede for, og ni styks idrætslærere var ude at prøve at ro tirsdag den 8. maj, så de selv kunne danne sig et indtryk af mulighederne.

I skrivende stund har vi ikke fået tilbagemelding fra skolerne, om de kommer ned og ror en dag i juni måned. Men forhåbentlig får vi besøg af nogle 7-9. klasser.

Studenterkaproning

Anders Münter har kontaktet Handelshøjskolen og Universitetet og forespurgt deres idrætssektioner, om de kunne være interesserede i at ro en slags Oxford/Cambridge kaproning i Roklubben Øresund regi. Hvis det bliver til noget, bliver det nok først til september som en slags team-building for de nye studerende.

Så må vi se, om vi får respons derfra.

Hanne Vinther

Køkkenet

Så er ombygningen af køkkenet færdigt, og det er blevet så godt!

Der er blevet meget mere bordplads, komfuret står under emhætten, og flaskeskabet er flyttet, så køkkenet virker venligt og åbent. Alle skuffer og skabe åbner og lukker som en drøm.

Tingene er blevet sat på plads på en logisk måde, så de er lette at finde. Og ligeledes er der ryddet op i skabet ude i gangen, så det er let at tage tallerkener, glas, etc. når der skal dækkes op til fest eller større sammenkomster.

Opgaven bliver – ligesom i værkstedet – at holde orden (ikke rydde op).

Tak specielt til Mette Grau og Claus Salling for at være primus motorer i planlægning og ombygning af køkkenet. Mange andre har hjulpet med at nedtage/opsætte køkken, pakke i kasser, pakke ud af kasser, køre gammelt køkken væk, male, montere emhætte, udføre el-arbejde. Rigtig mange jobs!

Sågar er det gamle flaskeskab solgt for 500 kr.

Tak for indsatsen! ALLE SAMMEN!

Bestyrelsen

Arrangementer i roklubben

Ønsker du at have et arrangement i roklubben, koordineres dette via Mette Grau.

Alle arrangementer påføres kalenderen i entréen, men det er ikke nok blot at påføre sit arrangement her – det får Mette og bestyrelsen jo ikke besked af.

Så for at undgå dobbelt-bookinger, så hold Mette orienteret om aktiviteterne.

Bestyrelsen

Torsdagsgrill

Så skal vi i gang med at grille efter roning om torsdagen.

Tanken er, at man i lighed med om tirsdagen, hvor man krydser af ved tilmelding til roning, om man bliver og spiser, så sætter man et kryds, hvis man bliver og griller.

Vi mødes omklædt kl. 17.00 og ror en 10 km tur. Når vi kommer tilbage, sender vi en stafet til enten Netto eller Fakta og køber kød, salat og flutes ind til alle dem, som har meldt sig til at grille. Udgiften deles vi om.

Grillen tændes op, inden vi går i bad, så den er klar, når stafetten returnerer fra supermarkedet.

Salatsnitning bliver fælles hygge-projekt.

Vi håber, mange har lyst til at nyde sommeraftenerne i klubben.

Hanne Vinther

Brunch i Skovshoved Roklub

Søndag den 10. juni 2012 er der stor brunch buffet i Skovshoved Roklub for alle roklubber i Københavnsområdet.

Sted: SR Cafeen i Skovshoved Roklub.

Pris: kr. 50,00

Du kan enten tage en frisk morgentur før eller en eftermiddagstur efter brunchen.

Buffeten indeholder bl.a.;

- Røræg
- Bacon
- Pølser
- Baked beans
- Spinat
- Tomat, agurk og peberfrugt
- Frugt
- Yoghurt
- Ost
- Brød
- Juice
- Kaffe og the

Tilmelding samlet pr. Roklub eller enkeltvis til:
Xlira@sol.dk

Er I interesseret i at låne både eller få en tur i coastalbåden, så kontakt Kate Skavin
robaad@skovshoved.dk

Se på opslagstavlen for tilmelding.

Poul, Rochefen

Lagkageroning

Tirsdag d. 12. juni 2012.

Ingen sommer uden spisning af lagkager i Gefion. En af rosæsonens traditioner finder sted i Gefion, hvor et overdådigt lagkagebord står klar til os.

Pris: kr. 60,- pr. person, som dækker lagkage, kaffe/the ad libitum.

Hold øje med opslagstavlen for yderlig information og tilmelding.

Red.

Tur til Lynetten

Som tidligere nævnt, så genoptager vi i år tidligere fredagsture. Vi ror til en havn og spiser aftensmad, hvorefter vi så ror tilbage til roklubben.

Fredag d. 15. juni ror vi til **Lynetten** en tur på i alt ca. 16 km. (skal lige checkes)

Vi starter kl. 17.00 fra roklubben.

Alt efter vind og vejr kan der komme ændring i destinationen.

Hold øje med opslagstavlen for tilmelding.

Poul
Rochef

Skovshoved Roklub

Midsommerløbene

Lørdag den 16. juni afholder Skovshoved Roklub Midsommerløbene, som samler roere på tværs af for- og baglænsroere, sø og hav, ind- og outriggere, motion og elite. Øresunds hurtigste båd, midsommerstafetten, troldene efter heksene.

Løbene er alle "sjove løb", og handler derfor om den fælles aktivitet og fællesskabet.

Roklubben Øresund tilbyder ikke dette arrangement som et klubarrangement med holdtilmelding, etc. Men hvis du synes, det lyder interessant, så tag op og kig på løjerne.

Red.



Vi Ror Danmark Rundt

22-23-24. juni
2012

I anledning af Dansk Forening for Rosports 125 års jubilæum afholdes PR-Arrangement, der går ud på at gøre roerne synlige langs Danmarks kyster, søer og åer. Målet er for alle Danmarks roere at ro 100.000 km i løbet af weekenden. Se mere på www.virordanmarkrundt.dk.

Arrangementet starter ved solopgang fredag, og slutter søndag aften kl. 18.00.

På opslagstavlen kan du tilmelde dig én eller flere ture. Idéen er at få så mange roere på vandet som muligt og have det sjovt – samtidig med vi gør PR for rosporten. Der skulle være basis for noget afslapning og noget træsejl ... Det drejer sig mere om at være synlige end at ro langt ... F.eks. er vi ikke særlig synlige på Saltholm eller langs stensætningen ved lufthavnen. Og derfor går turene til Amager strand med landgang på stranden, hvor folk kan se vores både og få en snak om roning.

Turforslagene er som følger. Det er ikke sikkert, alle turene bliver til noget – for det er vi ikke roere nok til, men skriv dig på de ture, du kunne tænke dig at være med på. Du er også velkommen til selv at samle et hold og ro på det tidspunkt, det passer dig.

Fredag den 22. juni:

06.00-08.00 Morgentur, efterfulgt af morgenmad i roklubben

10.00 Tur til Amager Strandpark med formiddagskaffe på stranden
15.00 Tur til Amager Strandpark med eftermiddagskaffe på stranden
17.00 Almindelig rotur
22.00 Nattur med lygter

Lørdag den 23. juni:

10.00-13.00 Tur til Amager Strandpark med formiddagskaffe på stranden
13.00-17.00 Tur til Amager Strandpark med eftermiddagskaffe på stranden
Lørdag aften: Sankt Hans med mad, bål og båltale

Søndag den 24. juni:

11.00-17.00 Outrigger roning i lagunen. Ifør sig redningsvest og svømme mellem årer.
Medbring selv madpakke og drikkevarer
11.00 Almindelig rotur
14.00 Almindelig rotur

Vi deltager i KM-konkurrencen. Enhver klub, der har roet mindst 50 person-km, tildeles forlods 10 lodder til lodtrækningen. Herudover tildeles 1 lod for hver 20 person-km. Person-km beregnes som antallet af sæder (inkl. styrmand) gange de antal km, båden har bevæget sig – altså bliver en 2 åres inrigger med styrmand, der ror 30 km, omregnet til 90 person-km.

Kom og vær med!

Bestyrelsen

Sct. Hans

Traditionen tro fejrer vi Sct. Hans aften i roklubben med fælles spisning, bål, båltale og midsommersang.

Hvis man gerne vil en tur på vandet, så ror vi ud kl. 13.00, så vi rettidig kan være tilbage til spisningen.

Hold øje med opslagstavlen for tilmelding.

Red.

PS: Der er stadig brug for hjælpende hænder til arrangementet. I kan tilmelde jer på aktivitetslisten.

Søndag den 1. juli Amager Rundt fra Roklubben SAS

Denne madpakketur er en laaang tur på ca. 45 km – en sej tur! Man kan ro hele vejen, eller man kan aftale med en anden roer om at dele turen, så én roer fra SAS til Dragør (24 km), og én roer fra Dragør til SAS (21 km).

Vi roer fra Roklubben SAS, Islands Brygge 66b, kl. 09.00 for at komme igennem slusen i åbningstiden. Efter ca. 10 km roning gør vi landgang ved Kongelunden og drikker formiddagskaffe og får strukket benene. Frokosten indtages i Dragør, efter vi har været langt til havs syd om Amager for at undgå stenene der.

Efter frokost går turen tilbage til SAS, hvor vi passerer Kastrup lysbådehavn, strandparken, Benzinøen, Trekronefortet, og roer hele vejen ned igennem Københavns Havn til Sydhavnen, hvor vi slutter ved 18.00-tiden. Om nødvendigt kan vi gå ind til Roklubben Øresund og holde pause.

Tilmelding til turen sker på opslagstavlen senest torsdag den 28. juni.

Hanne Vinther/40 34 75 35

Madpakketur til Ishøj i maj måned

Vi var en 4 åres og to 2 åres som begav os ud på turen fra Islands Brygge til Ishøj den første søndag i maj måned. Roere fra Roklubben SAS og Øresund deltog.

Da vi kom fri af land ved Avedøre møllerne blev der lidt modvind og bølger at tage fat i, men ikke mere end vi kunne klare. Solen skinnede heldigvis, så vi kunne nemt holde varmen, og vi nød formiddagskaffen i Brøndby Roklub.

Men til frokost i Ishøj Roklub måtte vi krybe indenfor, for det var en kold vind der blæste der. Heldigvis var vinden med os hjem, så de 34 km turen blev på var alle godt tilfredse med. Vi var heldige med at have tørvejr, sol langt det meste af tiden, og kun let vind.

Red.

Madpakketur søndag 12. august Havnetur fra Roklubben Øresund

Notér venligst, at madpakketuren i august er den anden søndag i måneden og ikke den første som vi plejer!

Da forhåbentlig flere nye roere gerne vil prøve at ro en tur i Københavns Havn, skal vi finde en rute som ikke er så lang som en normal havnetur hjemme fra Roklubben Øresund, som er tæt på de 40 km.

Normalt ville vi starte hjemmefra kl. 10.00 og er retur ved 18.00-tiden. Vi roer igennem Lynetteløbet ind i Københavns Havn og gør landgang på Trekronefortet, hvor vi drikker den medbragte formiddagskaffe. Fra Trekrone roer vi langs Langelinie, hvor vi ser den store og den lille havfrue. Herefter passerer operaen, Amaliehaven og det nye skuespilhus. Turen fortsætter sydover igennem den smalle Christianshavns Kanal, hvor vi kommer ud ved den Sorte Diamant – hvor der er en meget lille havfrue-figur. Frokost med medbragt mad i Roklubben SAS på Islands Brygge. Tilbageturen går igennem Frederiksholms Kanal, forbi Christiansborg, bagom Holmen og retur til Kastrup – evt. gennem Strandparken.

Turen sker i samarbejde med Roklubben SAS, så vi arbejder på at finde en løsning som tilgodeser nye roere med en kortere distance, evt. ved at ro fra SAS og til Trekrone inkl. tur i kanalerne, altså en tur på ca. 20 km. Eller to nye roere deles om distancen, dvs. én roer roer ud og én roer hjem.

Tilmelding til turen sker på opslagstavlen senest torsdag 9. august.

Hanne Vinther
Tlf. 4034 7535

Instruktion

Nr. to omgang instruktion finder sted i weekenden 8-9-10. juni.

Vi starter fredag kl. 17.00 med instruktion i romaskiner og sikkerhed til søs. Forhåbentlig når vi også en lille tur på vandet.

Afhængig af vejret er der instruktion lørdag og søndag kl. 10.00.

Alle medlemmer er velkomne til at deltage i instruktionen som "flåaber" – og for at lære de nye medlemmer at kende. Forhåbentlig kan det danne basis for nogle individuelle roaftaler ud over roning tirsdag og torsdag kl. 17.00.

Tag godt imod de nye medlemmer.

Bestyrelsen

PS

Outriggerdagen / lær-hinanden-at-kende dagen / velkommen-i-roklubben-dagen har vi valgt at lægge søndag den 24. juni i forbindelse med Vi-Ror-Danmark-Rundt. Så mød også op her!

Røsen Rundt

Dragør Roklub og Roklubben Øresund arrangerer Røsen Rundt hver 2. tirsdag i måneden.

Distancen er ca. 10 km.

Datoerne er som følger:

Tirsdag d. 12. juni

Tirsdag d. 10. juli

Tirsdag d. 14. august

Tirsdag d. 11. september

Alle ture om Røsen foregår fra Roklubben Øresund.

Vi ror kl. 18.00

Holdene sættes ved lodtrækning.

Du kan deltage, hvis du er villig til at ro med hvem som helst. Det er på forhånd givet, at resultatet som følge af lodtrækningen bliver helt urimeligt og tilfældigt.

Dagen slutter med fælles spisning i Roklubben Øresund for dem, der har lyst og til TUT-priser.

Poul, Rochef

Roklubbens fødselsdag Tirsdag 10. juli 2012

I år falder roklubbens fødselsdag (82 år) på en tirsdag, som er vores klubaften.

Mange vil jo være på sommerferie på det tidspunkt, men for de roere, som er hjemme, byder klubben på fødselsdagslagkage ca. kl. 20.00. Sandwich og drikkevarer kan købes i klubben.

Der er roning kl. 17.00 som sædvanligt – og her inviterer vi Roklubben SAS og Dragør Roklub til at deltage – vi mikser holdene. I forvejen er der Røsen Rundt med Dragør Roklub denne aften.

Tilmelding på opslagstavlen til spisning nødvendig.

Red.

Tillykke

Hjertelig tillykke til vores kasserer Lene Jacobsen, som har fejret sin 50 års fødselsdag.

Hjertelig tillykke til Øresunds Ældreroere, som fejrer at det er 15 år siden ældre-roerne startede i Ældre Sagens regi, hvoraf de seneste 5 år har været som selvstændig forening under Dansk Forening for Rosport som Øresunds Ældreroere. 15/5 års jubilæet fejres i roklubben den 6. juni.

Bestyrelsen



NYT FRA ÆLDEREROERNE - - - -

Det regner aldrig om onsdagen ...

Så kom vi rigtigt i gang, - i regn og rusk og med en enkelt aflysning – så myten om, at det altid er godt vejr om onsdagen holder ikke helt stik.

Men 2. maj vendte bøtten, 39 kom på vandet – en tangering af sidste års rekord. 2 af de roende var Kaniner fra i år.

Idrætsmærket

Planlægningen af rodelen af Idrætsmærket er i fuld gang – rochefen er i gang med at sætte hold, og det bliver spændende at se, hvor mange der kan gennemføre de 20 km. Nogle har dog valgt at tage denne del af prøven i romaskine, hvor distancen er 5 km på små 30 min. Når det gælder den ene kilometer på små 7 min. er der ingen pardon – der er det bare op i bådene og af sted.

Starten på Ældreroerne

Det hele startede med et møde i Københavns-kredsen i 1995, hvor Hanne Vinther hørte om noget, man i Lyngby Roklub kaldte for "Ældreroening". – Og noget sådant måtte Hanne

naturligvis også have ! Så hun gik i gang, og i februar 1997 fik Øresund, med støtte fra Ældre Sagen, sin egen afdeling for ældre roere.

Ca. 20 interesserede, roere såvel som ikke-roere, havde meldt sig, og efter endt instruktion og aflæggelse af svømmeprøve kom man på vandet. – Og "Kaffekassen" blev opfundet ! Af disse pionerer kan vi stadig glæde os over samværet med Bodil og Thorkild og en gang imellem ser vi da også Rigmor og Harry, som desværre ikke kan ro mere. I løbet af et par år dukker så andre kendte navne op: Elly, Eva og Inger-Lise. Sidstnævnte var i flere år, sammen med Rudy, yderst aktiv i klubbens hverdag så vel som til fester, som de i flere år var primus motor for med assistance fra Hanne og Peer. Vi er nogle, der stadig husker Kilometerjæger festen, hvor Inger-Lise som bordelmutter udtalte: "Der er ikke meget forskel på mændene til hverdag og fest, - det er de samme slidte cowboy bukser, de har på". Det var det år, der var "Western Fest", og Finn A. fik 1. præmie. - Der var ikke set flottere sherif siden John Wayne ! – Men tro nu ikke, at det var fest det hele – dengang som nu, var det roning, der var det væsentligste. I det hjemlige såvel som i "fremmede" farvande. Finn A. var også den gang en ihærdig turarrangør.

11. juli 2007 blev den nu yderst livskraftige klub selvstændig med navnet "Øresunds Ældreroere".

Jubilæumsfest 5/15 år

Festkomiteen er i fuld gang med planlægningen – med masser af hjælpere. Peer i køkkenet, Bent tager sig af vinen, Finns harmonika er nypudset, det "gamle" festudvalg er alle vegne, og Jytte svæver over vandene og "holder øje" – så det kan da vist ikke gå helt galt ? Referat følger.

Så er der ikke mere nyt for denne gang, så jeg slutter med en stor rohilsen.

Mary

Husk at sætte x i din kalender



juni		juli		august				
1	fr	1	sø	Madpakketur	1	on		
2	lø	2	ma		2	to		
3	sø	Madpakketur	3	ti	Medlemsmøde	3	fr	
4	ma		4	on		4	lø	
5	ti	Medlemsmøde	5	to		5	sø	
6	on	SPP – SAS	6	fr		6	ma	
7	to		7	lø		7	ti	Medlemsmøde
8	fr	Instruktion	8	sø		8	on	
9	lø	Instruktion	9	ma		9	to	
10	sø	Instruktion	10	ti	Røsen Rundt	10	fr	
11	ma	Brunch i SR	11	on		11	lø	
12	ti	Røsen Rundt	12	to		12	sø	Madpakketur
13	on		13	fr		13	ma	
14	to		14	lø		14	ti	Røsen Rundt
15	fr	Fredagstur	15	sø		15	on	
16	lø	Midsommerløb	16	ma		16	to	SPP – Hellerup
17	sø		17	ti		17	fr	Fredagstur
18	ma		18	on	stroken deadline	18	lø	
19	ti	SPP – Hellerup	19	to		19	sø	
20	on		20	fr		20	ma	
21	to		21	lø		21	ti	
22	fr	Vi ror Danmark rundt	22	sø		22	on	
23	lø	sct. Hans aften	23	ma		23	to	
24	sø	Vi ror Danmark rundt	24	ti		24	fr	
25	ma		25	on		25	lø	Amagerregatta
26	ti		26	to		26	sø	
27	on		27	fr		27	ma	
28	to		28	lø		28	ti	
29	fr		29	sø		29	on	SPP – SAS
30	lø		30	ma		30	to	
			31	ti		31	fr	