



Stroken



Nr. 3

April

år 2013



Ved standerhejsning



HUSK: Kilometerjagerklub

listen tages ned den 1. maj

ROKLUBBEN ØRESUND – KASTRUP

Indhold

03. Medlemsmøde april
05. Parkering ved Kastrup Gl. Lystbådehavn
07. Til Dig, som gerne vil vide mere om
08. Velkommen tilbage til bådene ...
09. Nye roere 2013
09. Klubautermanden
09. Kilometerjægerklubben
10. Kristi Himmelfartstur
10. Se pinesolen danse
11. Madpakketur - maj
12. Nyt fra Øresunds Ældreroere
13. Vinsmagning
13. Forårsrengøring
14. Sved-På-Panden
15. Kalender

Redaktion:

Lene Jacobsen (Redaktør)
Hanne Vinther.
Wickie G. Nielsen

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 15. Maj 2013**

Parkeringskort

Blot en opfordring til jer alle om at huske, at aflevere Parkeringskort tilbage i mappen efter lån.

Vi har kun et begrænset antal kort, så det er desværre ikke muligt at beholde det til næste gang, det skal bruges.

Tak.

/Bestyrelsen

Rotider

Ro tiderne i år vil være:

Tirsdag og torsdag kl. 17.00

/Bestyrelsen

Kontingent

Kontingent for det kommende år bliver:

Senior roere: 175 kr. pr. måned, hvilket giver et årsbeløb på 2.100,- kr.

Passive: 300 kr. pr. år.

Miniroere: 100 kr. pr. år.

Fitnessmedlemmer: 600 kr. pr. år

Skabsleje: 100 kr. pr. år.

Vores konto nr. for indbetaling er:

Reg. Nr. 6507

Konto nr. 3050343579

I ønskes alle en rigtig god ro-sæson.

**/Lene
kasserer**

Medlemsmøde 2. april

Huset

Vi startede med huset. Forårsrengøringen 16. marts var gået OK. Der var ikke mange medlemmer mødt op, men de ca. 10, der var, havde været effektive, og man kunne slutte kl. 14.00 efter endt vandkamp.

Bjarne Thorsen, som er hjemvendt fra Grønland efter at have boet der i 42 år, har sagt ja til at hjælpe husforvalter Anne Gredsted, som handyman. Bjarne har checket varmesystemet og konstateret, at flere radiatorventiler hænger. Bjarne og John Robinson fra Øresunds Ældreroere har nu været radiatorerne igennem og udskiftet ventilerne. Så nu er der igen varme på i klubstue, kondirum m.m.

Mht. udboring af kloakrør fra Herrernes bruserum afventer vi forårets komme. Måske kaustisk soda kan klare afløbsproblemet? Vi har jo fået 10.000 kr. fra Initiativpuljen i Tårnby Kommune til udboringen, men vi skal lige først have indtaget opdateret tilbud på arbejdet, inden vi evt. går videre.

Parkering

Søsportsklubberne på Kastrup Gamle Lystbådehavn har rettet henvendelse til Tårnby Kommune, da vi er bekymrede for at vores 36 parkeringspladser vil blive optaget af besøgende til Den Blå Planet. Vi afventer svar fra Kommunen mht. hvad der kan gøres for at sikre, at vi har parkeringspladser til rådighed.



Tårnby Kommune arbejder p.t. på at etablere et lyskryds på Amager Strandvej ved Skøjtevej. I den forbindelse lukkes nuværende indkørsel til vores parkeringsplads, og ny etableret i lyskrydset via Broforeningens indkørsel.

Roklubben Øresund og Øresunds Ældreroere har hver 10 parkeringstilladelser. Husk at levere dem tilbage efter brug, så de ligger i klubben til fælles bedste! Dette er VIGTIGT!

Sved-På-Panden roning

Rygtet vil vide, at der også bliver SPP-roning i år med start medio maj. Hold øje med opslagstavlen.

Kilometerjagerklub



Husk at tilmelde dig kilometerjagerklubben 2013. Sæt dig et mål for sæsonen – hvor mange kilometre, du vil ro – og skriv det på tilmeldingssedlen, som nedtages 1. maj! Det koster 50 kr. at være med

og 1 kr. pr. kilometer, du ikke når, eller ror for meget. Pengene går til en super fælles fest med Øresunds Ældreroere i slutningen af januar.

Kom og vær med. Det er sjovere, hvis både senior og ældreroere er med i Kilometerjægerklubben – og så er det en god anledning til at lære hinanden at kende og styrke fællesskabet.

Åbent hus

I år har vi valgt at holde to gange åbent hus hhv. tirsdag 9.4 og torsdag 11.4, hvor vi normalt også ror, frem for i en weekend. Vi formoder nemlig, at hvis man har mulighed for at møde op en tirsdag eller torsdag aften til åbent hus, så er det også et tidspunkt, der passer én normalt. Når vi har afholdt åbent hus i en weekend, har vi ofte oplevet, at folk så ikke kan ro tirsdag og torsdag.

Instruktion

På generalforsamlingen sagde Mette, Lene J., Irene, Nonnie, Kim og Mogens ja til at stå for instruktionen i år. Sidstnævnte fem gennemgik instruktørkursus modul A sidste år, og tager modul B her i april. Så vi har fem helt nyuddannede instruktører til at lære nye medlemmer at ro.

Der er fastlagt tre gange instruktion. Vi starter torsdag 18.4 med sikkerhed til søs, materiellet, ergometerroning og instruktion i romaskinen "Godt begyndt" på pontonen. Forhåbentlig når de nye roere også en tur på vandet den første gang.

Anden gang er søndag den 21.4 kl. 10.00, hvor vi øver, øver og øver rotaget og de forskellige kommandoer lige udenfor vores egen havn. Så er der frokostpause i klubstuen med medbragte madpakker. Efter

frokost ros en tur ned i lagunen, hvor vi øver det at ro sammen og få glid i båden.

Tirsdag den 23.4 ror de nye på samme tidspunkt kl. 17.00 sammen med os andre, men stadig under instruktion.

Herefter er der instruktion tirsdag og torsdag kl. 17.00, indtil de nye kan frigives. Vi regner med 6-7 gange instruktion i alt, som gerne skal være afsluttet medio maj. Hvis instruktionsudvalget får brug for hjælp af flere instruktører eller "flåaber" til at ro, kontakter de dem selv.

Vi har sagt ja til at instruere en blind person. En udfordring, som blev positivt modtaget på medlemsmødet. I DFfR har man erfaring med blinde, der ror, men for os er det nyt. P.t. forestiller vi os, at den blinde ror med en selvoppustelige redningsvest på og ikke skifter i båden. Og hvis man ikke har mod på at være i samme båd som en blind, så er det helt OK at sige nej hertil og komme i en båd kun med seende.

Facebook

Husk at tilmelde dig Roklubben Øresunds Facebook gruppe. Det er planen her løbende at bringe omtale og fotos fra roture, og også at opslå spontane roture på Facebook. Så vil du modtage denne ekstra ad hoc information, så tilmeld dig straks!



DFfRs generalforsamling

Poul Jahn og jeg deltog i Dansk Forening for Rosports generalforsamling i Middelfart den 16. marts.

Forslaget om kontingentstigning med 8 kr. pr. medlem fra 54 kr. til 62 kr. blev vedtaget, samtidig med der varsledes kontingentstigning igen i 2014 med yderligere 8 kr. Denne stigning sammen med stigningen i kontingent til Kredsen giver en årlig udgift for klubben på 100 kr. pr. medlem, hvilket ikke er en ubetydelig del af kontingentindtægterne for små klubber med lave kontingenter.

P.t. har DFfR 16.000 medlemmer. Der kommer 1.000 nye medlemmer hvert år, og der forsvinder 1.000 medlemmer hvert år.

Og det er jo svært at argumentere imod en

kontingentstigning, når vi samtidig gerne vil have DFfR til at tage sig af opgaverne:

- Flere ungdomsroere
- Sommerferie-roskoler
- Videreudvikling af rospinning
- Skolepartnerskaber
- Struktureret træning
- Inspirationsseminar
- Fastholdelse af medlemmer
- Infoside og udvikling

Vil du vide mere om DFfR's vision 2022, så læs separat indlæg sidst i bladet. Du kan også se DFfR's årshæfte 2012, som ligger i klubben, og endelig kan du abonnere på DFfRs nyhedsbrev. Se www.roning.dk.

Samtidig blev det også vedtaget, at nummerskilte til langdistancekapping skal sidde på bådens forluge. Kun ARK og Øresund var imod dette forslag, da vi netop lige har monteret nummerskilteholderne lige bag bøsningen til klubstanderen. Vi må klare monteringen af nummerskilte på lugen ved evt. deltagelse i langdistancekapping med noget gafatape ...

En anden ændring i reglerne blev, at det fremover ikke hedder "tyvstart" men "fejlstart".

Til generalforsamlingen modtog vi nogle plakater; blandt andet tre plakater til motionsrummet med træningsprogrammer til hhv. ergometer, kondicykel og vægttræning. Se dem i motionsrummet.

Der er kommet to nye typer oppustelige redningsveste, som er kortere og fylder knap så meget som den, vi har i klubben. Så de skulle være lettere at ro med på.

Og så kæmper DFfR for at få godkendt ergometerroing/rospinning som separat sportsgren indenfor dansk roing, så vi kan få del i flere penge fra tipsmidlerne fra Dansk Idrætsforbund i lighed med Dansk Kano & Kajakforbund, som har kanoroning, kajakroning og kajakpolo som tre idrætsgrene, og får 500.000 kr. pr. stk. Om DFfR så også kan få Coastal både ind som nr. 3 idræt, kan vi jo håbe.

/Hanne Vinther

Parkering ved Kastrup Gamle Lystbådehavn

Søsportsklubberne har fået svar fra Tårnby Kommune på vores henvendelse om hjælp til at friholde vores parkeringsplads for gæster til Den Blå Planet, så vores medlemmer fortsat kan parkere uden problemer.

Kommunen tager vores henvendelse meget alvorligt, men synes vi lige skal lade en måneds tid gå efter åbningen af akvariet for at se, om vi har et problem, når nyhedens interesse er aftaget.

I forbindelse med påske og lærerkonflikt, hvor tilstrømningen til Den Blå Planet var stor, har Øresunds Ældreroere konstateret mange biler på parkeringspladsen en onsdag, men ellers har der ikke været problemer.

Og når indkørslen til parkeringspladsen flyttes, så man skal sno sig for at komme ind på vores parkeringsplads, bliver parkeringsmuligheden ved vores klubber nok også mindre åbenlyse.

Tårnby Kommune har lovet at etablere nye parkeringspladser der, hvor indkørslen lukkes, til erstatning for dem vi mister ind til Broforeningen.

Teknisk Forvaltning mener, at et skilt med "privat" parkering er svært at håndtere. Og det kan vi godt forstå. For hvilke biler tilhører søsportsklubberne, og hvilke gæster til Den Blå Planet? Jeg mener nu stadig, at et skilt med "Parkering forbeholdt Søsportsklubberne" kunne have en præventiv virkning.

Man kan også overveje at nedsætte parkeringsrestriktionen til 2 timer frem 3 som i dag. Det er vi dog ikke interesserede i.

Men altså, lad os se, om vi kommer til at mange parkeringspladser, før vi foretager os mere.

/Hanne Vinther

Til dig, som gerne vil vide mere om situationen i dansk roning.

Dansk Forening for Rosport (DFfR) satser på følgende tre områder:

- Flere ungdomsroere
- Fastholde medlemmer
- Sikkerhed

Læs rapporten her:

DFfR Vision 2022 – klubundersøgelse

Hovedbestyrelsen har foretaget en undersøgelse blandt et udvalg af klubber, hvor vi har bedt dem forholde sig til punkterne i Vision 2022.

Formålet med undersøgelsen er at inddrage klubbernes input i visionsprocessen og dermed sikre etablering af tiltag, der er relevante for danske roklubber. En repræsentant for klubben er blevet interviewet, og undersøgelsen har fundet sted i foråret og sommeren 2012.

26 klubber deltog i undersøgelsen

Esbjerg, Odder, Strib, Holte, Vejle, Juelsminde, Horsens, Næstved, Fredensborg, Rungsted, Lyngby Dame, Præstø, Viking, Holstebro, Kolding Dame, Hellerup, Bagsværd, Furesø, Skjold, KVIK, Skovs-hoved, SAS, Øresund, DSR, Hellerup Dame, Ægir.

Vores henvendelser om input til Vision 2022 er blevet overordentligt positivt modtaget, og klubberne har vist begejstring for at få lov til at deltage.

Klubbens tre største ønsker

Klubbernes største ønsker varierer meget, men de mest gennemgående temaer handler om ønsket om flere unge roere og forbedret fastholdelse af medlemmer.

Vi har oplevet i snakken med klubberne, at virkelig mange gerne vil have flere unge roere, men synes det er svært. Fastholdelse af medlemmer er en stor udfordring stort set alle steder. Mange klubber får nye

medlemmer ind hvert år og tilbyder struktureret instruktion. Men de nye medlemmer falder hurtigt fra.

Klubbens tre største udfordringer

Der kommer færre forskellige emner frem, når vi spørger til klubbernes største udfordringer. Her er de fleste enige om, at udfordringerne er at finde nok frivillige, at rekruttere nye medlemmer og ikke mindst at fastholde dem.

Hvordan arbejder I med medlemsfremgang og fastholdelse af medlemmer?

20 af klubberne prioriterer fremgang og fastholdelse højt. Kun en enkelt klub har markeret området som et lavt prioriteret område. Som nævnt, så har mange af klubberne struktureret instruktion af nye medlemmer, og de modtager en del nye medlemmer hvert år. Det skaber bare ikke vækst i det samlede antal medlemmer, fordi frafaldet er så højt.

Dette område er det punkt i Vision 2022 områderne, hvor flest klubber har markeret en høj prioritering.

Hvordan forholder I jer til ungdomsroning, og hvordan arbejder I med det?

Området prioriteres højt blandt mange af de adspurgte (18 klubber), men mange kæmper med at komme i gang og har forsøgt uden succes. Problem er at finde trænere til de unge roere og andre ildsjæle. Enkelte klubber fravælger det bevidst.

Hvordan arbejder I med struktureret træning i inriggere og/eller outriggere?

Struktureret træning i ergometrene er blevet hverdag i en del klubber, men i bådene på vandet sker det i langt mindre grad. Få klubber tilbyder struktureret træning. I klubber med tradition for kaproning trækker gamle kaproere den strukturerede træning med sig. Dermed bliver andelen af struktureret træning højere.

Halvdelen af de adspurgte klubber prioriterer den strukturerede træning højt og halvdelen mellem eller lavt.

Har klubben passende faciliteter?

18 klubber er godt tilfredse med deres faciliteter og prioriterer det derfor ikke. En lille del af klubberne (4 stk.) kæmper med dårlige faciliteter og adgang til vandet. Her fylder det til gengæld meget, og der er udfordringer med økonomi, naturfredningsforening, kommuner o.s.v.

Miljø og muligheder. Er jeres ro farvand truet eller udfordret?

For mange klubber er det ikke et aktuelt problem, og 14 svarer, at det ikke er prioriteret. Problematikken lader til at berøre særligt københavnske klubber samt enkelte andre.

Hvordan arbejder I med sikkerhed og hvilke behov ser I?

Sikkerhed har meget bevågenhed, og klubberne påtager sig et stort ansvar (måske for stort?). 16 af de adspurgte prioriterer sikkerhed højt, og ingen prioriterer det lavt.

Mål og medaljer. Hvilke ambitioner har I om deltagelse i regattaer?

OL har haft stor effekt i mange klubber, men de færreste klubber har fokus på mål og medaljer. Og så er der dem, der har stort fokus på det og deltager i danske og internationale regattaer.

Hvilke forventninger har I til forbundet og sekretariatet?

Klubberne ønsker forbundsstøtte til: fredningssager, printersager, klubbetøj, PR, diverse værktøjer til klublivet, etablering af samarbejde med Dansk Kano & Kajak Forbund, IT løsninger til medlems- og kilometer-registrering. Nogle klubber udtrykker utilfredshed med deres kontakt til forbund og sekretariat, andre har bare ikke den store kontakt. Mange er enige om, at det virker lidt langt væk.

Overordnet konklusion på undersøgelsen

Undersøgelsen viser en prioritering i klubberne på fastholdelse af medlemmer, ønske om flere unge roere og sikkerhed. Emnerne går igen, når man frit spørger klubberne om deres ønsker og udfordringer. Hertil kommer udfordringen med at finde frivillige til at løse opgaverne i klubberne.

Det lader imidlertid til, at en del klubber er

temmelig opgivende og mangler redskaber til at fastholde medlemmer og etablere interessante tilbud til unge roere.

Anbefalinger

Ud over de initiativer, der allerede er igangsat i forhold til at få flere unge i dansk roning (Skolepartnerskaber, Edon pilot projekt (sculler med støttepontoner til ungdomsroere), ATRO implementering ("at ro" træningsprogrammer) etc. samt etablering af et sikkerhedsudvalg, der arbejder på udvikling af redskaber og guidelines til klubberne, så mener vi, at der bør være øget

fokus på fastholdelse af medlemmer.

Dette kunne ske i form af kurser, input på inspirationsseminarerne, en dybdegående kortlægning af de konkrete problemer og udvikling af redskaber til klubberne samt uddannelse af udviklingskonsulenterne i forhold til netop dette emne. Der er sikkert flere muligheder.

Standerhejsning 23. marts

Vel mødt til årets standerhejsning, stod det nedslående klart, at det ikke blev til nogen rotur denne dag. Der var is så langt øjet rakte eller i hvert fald næsten ud til Røsen. Og med mindre vi havde påmonteret skøjter under bådene i løbet af vinteren, så ville det være et stykke tid, før vi kunne få årets første rotur.

Kl. 11.00 samledes vi alle ude ved standeren, hvor Hanne foruden den officielle tale til klubben også holdt en for 50 års jubilaren Preben Henningsen, som efter overrækkelsen af 50 års nålen fik æren af at hejse standeren for dette års ro-sæson.

Stort tillykke til Preben Henningsen.

Herefter gik alle ind i klubstuen, hvor der blev budt på knastelak, kaffe og kage.

Nu ville vi jo så have klædt om for at tage ud på vores første tur. I stedet for valgte nogle af os at gå en tur, mens andre blev tilbage i den lune klubstue. Turen gik ned forbi den Blå Planet, som dagen forinden var åbnet og videre ned til Kastrup lystbådehavn, hvor vi vendte for at gå tilbage til klubben for at indtage en dejlig frokost med sild, snaps, højt belagt smørrebrød og ost til afslutning.

Tak til Anne Gredsted og Anne Marie Glennung for dette års arrangement.

/Lene



Formandens tale:

"Velkommen til standerhejsning 2013. Jeg tror aldrig, vi har været i denne situation, hvor is i havnen forhindrer første rotur.

Vintervejret skyldes "De fyrretyve riddere". Baggrunden bag vejrvarslet er:

Den 9. marts år 320 nægtede 40 kristne riddere at ofre til de romerske guder og kejseren. Som straf blev de tvunget til at stå nøgne på en tilfrosset sø i Armenien gennem en hel nat. Alle frøs ihjel, men blev gjort til helgener, fordi de var så stærke i den kristne tro.

Vejrvarslet siger, at som vejret er den 9. marts, sådan bliver det de næste 40 dage ... Og hvis solen den dag skinner lige så længe, som en fummelfingret kvinde er om at sadle en hest, vil alt gå godt!

40 dage fra 9. marts giver 18. april, og det er netop den første instruktionsaften for nye roere. Vi håber alt vil gå godt her, og at vi får medlemsfremgang i år.

Nu vil jeg ikke lade riddernes skæbne gå

videre til jer, selvom I er stærke i troen på roning. I skal ikke fryse ihjel, og derfor vil jeg slutte min tale og bede Preben Henningsen hejse standeren i anledning af hans 50 års jubilæum i klubben.

Preben har været aktiv roer i alle 50 år, samtidig med at han har taget sig kærligt af sin kone, datter, søn og frem børnebørn. Han har passet sin familie, og derfor er de fleste kilometre blevet tilbagelagt i sculler tirsdags aftener, når vi andre er på vej hjem til klubbaften. Du er også meget flittig i romaskinen vinteren igennem.

Ligesom alle andre har du i Roklubben Øresund truffet nogle rokammerater, som du stadig holder sammen med, ser privat og tager på skitur med. Og så er du manden, der er god at kende, når ting skal skaffes til roklubben. Du har et kæmpe netværk at trække på".

Efter at Preben havde hejst standeren og fået overrakt Roklubben Øresunds jubilæumsnål, løb vi ind i klubstuen og varmede os på en kop kaffe, en lille én og et stykke hjemmebagt kage. Da vi ikke kunne komme ud at ro, var vi nogle stykker, som gik en tur over til Den Blå Planet for at se på folkemylderet der. Vel tilbage i klubben var der frokost. Tak til Anne Marie Glennung og Anne Gredsted, der havde sørget for sild, to stykker smørrebrød og ost. Rigtig hyggeligt var det. Og dejligt at se så mange fremmødte.

/Hanne Vinther

Velkommen tilbage i bådene - sæson 2013!

I løbet af en lang og kold vintersæson 2012/13, nåede vi i år, næsten, at få alle bådene igennem den årlige klargøring på værkstedet. Med undtagelse af "Peberholm" og "Ndr. Røse" er alle både blevet rengjort, eftersat og repareret efter behov og stod faktisk klar til vores standerhejsning, d. 23. marts.

Vejrguderne mente desværre i år, at det var alt for tidligt at komme på vandet fra

"Øresund", men i løbet af de følgende uger er der heldigvis "kommet hul igennem", således vi har kunnet få både roere og vores både i deres rette element.

En tak til alle medlemmer, som igen i år har mødt op til de planlagte klargøringsaftener vinteren igennem og givet et nap med at vedligeholde vores materiel til en høj og sikker standard. Ligeledes tak til ældreroerne, som har taget deres tørn med gennemgang af vores årer og deltaget på klargøringsholdene på nogle af bådene.

Apropos vores årer: Som billedligt er blevet berettet i en tidligere udgave af "Stroken" kunne det se ud, som om vi havde fået nye træ årer i roklubben. Dette er ikke tilfældet, men skyldes vores proff.-maler, Johnny Svendsen har givet årerne en "livsforlængende kur" med en fantastisk flot finish. Det er betryggende, da den sidste, nye, træåre sandsynligvis er blevet købt for mange år siden. Heldigvis har klubben gennem mange år valgt at købe den nye generation af lettere årer, som er fremstillet af kulfiber materiale – og dem har vi d.d. en beholdning af, på 28 stk. til inriggere, samt 16 stk. til scullere. Derudover har vi 31 årer af træ, til at supplere med.

Med vores fælles indsats og disse ord ser vi frem til en god og sikker sæson 2013. "Til roning klar!"

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 ringbind, 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 bestyrelsesmedlem, vedr. uheld eller skader på materiel".

Materialeudvalget, april 2013

/Allan & Mogens

Nye roere 2013

Til Åbent Hus den 9.4 og 11.4 dukkede 10 interesserede op, og de skrev sig alle op til instruktion, som starter 18. april, og forventes at slutte medio maj.

Åbent Hus/Standerhejsning har været omtalt i 2770, Tårnby Bladet og Amager Bladet samt været på Amager Bladets Facebook side og i deres kalender. Og så har vi haft A-skilt med reklame ude på Amager Strandvej samt plakater i vinduerne.

Vi må konstatere, at vores strategi med at holde Åbent Hus på en ro-aften var en god idé, idet vi ramte målgruppen af senior roere og ikke ældre roere.

Nu koncentrerer vi os om at få de 10 nye lært at ro og få dem integreret i klubben. Flere af de fremmødte efterlyste, om der var et socialt fællesskab i roklubben efter roning – og her kunne vi jo sige STORT JA til, at det har vi.

Hvis der viser sig et behov for at starte yderligere rokursus op, så bliver det i juni måned.

Tag godt imod de nye roere!

/Hanne Vinther

Klabautermanden



Klabautermanden har haft et velfortjent ophold i Roklubben Dragør igennem vinteren, men er snart klar til at komme på vandet igen.

Det sker ifølge kalenderen den **1. maj**.

Hvis du ser en gul træskulptur ude ved hoveddøren i Roklubben Øresund, har du mødt Klabautermanden. Det er herefter meget vigtigt, at du tager ham med inden for og stiller ham på indskrivningspulten ude i bådehallen og ikke mindst skriver i roprotokollen, ud for klabautermand, datoen for hvornår du har sat ham på pulten.

Hvis du skal ud og ro og vejret er til det, vil han meget gerne ros tilbage til Dragør Roklub med det samme, idet han befinder sig bedst der.

Hele denne her stafet går kort sagt ud på at have Klabautermanden til at overnatte færrest mulige dage i den enkelte roklub. Klubberne skal nemlig betale 1 øl pr. overnatning til den årlige Klabautermandsfest.

/Lene

Kilometerjæger klubben

Hvem kan blive medlem?

Det kan alle aktive roere i roklubben Øresund og i Øresunds Ældreroere.



Altså ingen adgang for passive medlemmer og for familie og andre udenforstående.

Hvordan bliver jeg medlem?

Man skriver sig på listen nedenfor med angivelse af det antal kilometre, man mener at nå i sæsonen.

Hvad koster det?

Det koster 50,- kr. i startgebyr, samt herefter 1,- kr. pr. kilometer man ror eller bliver roet, enten for meget eller for lidt. Maksimum udgift: 250,- kr. Hvad bruges pengene til?

De bruges til en fest, som afholdes fredag den 24. januar 2014.

Det er en forening, man melder sig ind i, så det koster, selv om man evt. ikke kan deltage i festen. Det er også en regel, at man er tilmeldt festen, når man er medlem. Hvis man ikke kan deltage i festen, så meld afbud.

Man kan **stadig nå** at tilmelde sig til Kilometerjægerne ved at skrive sig på listen, som hænger på opslagstavlen. Listen bliver taget ned den 1. maj.

/Lene

Kristi Himmelfartstur

Torsdag den 9. maj

De sidste mange år har vi ikke deltaget i Netværk Københavns fællestur til Struckmannsparken Kristi Himmelfartsdag, da det fra Roklubben Øresund er en laaaang tur på over 50 kilometer tur/retur – og så tidligt på sæsonen, hvor vi ikke rigtig er slidt til på hænder og bagdel.

Vi må indse, at vi ikke kan regne med at passere byggeriet af krydstogtsterminal ved Nordhavnen, og derfor er vi gået i ledtog med Roklubben SAS, som har en partnerskabsaftale med Skjold om at låne både. Skjold ligger i Svanemøllehavnen.

Og så begynder det at ligne noget ... Hvis vi låner både i Skjold er turen fra Svanemøllen til Struckmannsparken ved Skodsborg og retur på omkring 25 km.

Hold øje med opslagstavlen for tilmelding. Deadline tirsdag 7. maj.

Og husk madpakke og drikkevarer til turen. Det er også en god idé med lidt skiftetøj, da det godt kan være en våd (og kold) landgang på stranden. Vadesko er også en god idé. Et tæppe til picnic'en – den fælles frokost kl. 12.00 med de øvrige klubber i København – er en super god idé.

/Red.

Se pinesolen danse

Søndag den 19. maj



Roklubben SAS inviterer Roklubben Øresund til at deltage i ekstrem morgenroning for at se pinesolen danse natten til pinesøndag.

Mange synes, denne tur er en rigtig god oplevelse, nemlig at stå op før en vis herre får sko på, tage ned i Roklubben SAS, ro ud af den tomme Københavns Havn ved Lynetteløbet og ud på Øresund for at se solen stå op (og måske danse) og ikke mindst måske få en "lille en" til sceneriet.

Der skal nok være en bager eller to, som har åbent på Christianshavn, når man ro hjem igen, så man kan få lidt morgenmad tilbage i Roklubben SAS.

SAS Rochef Pia Madsen har fundet ud af, at solen står op 4:51, så der mødes i Roklubben SAS kl. 3:20!

Tilmelding på opslagstavlen senest torsdag 16. maj.

/Red.

Madpakketur maj – Ishøj

Årets første madpakketur finder sted søndag den 5. maj, hvor vi mødes i Roklubben SAS, Rundholtsvej 95 (Tidl. Islands Brygge 66B), 2300 København S, kl. 09.00.

Først ror vi ud gennem slusen i Sydhavnen. Derefter under jernbanebroen og ned langs alle sejklubberne i Sydhavnen. Ned langs Amagers kyst og under Avedørebroen, hvor vi ror over til Sjællands kyst og ror syd om vindmøllerne ved Avedøreværket med ankomst til Brøndby Roklub til en kop formiddagskaffe.

Fra Brøndby er der ikke meget mere end 5 kilometer langs stranden til Vallensbæk og Ishøj Havn.

Vi spiser vores medbragte mad i Ishøj Roklub. Efter frokost er der mulighed for at gå på Kunstmuseum Arken og se udstillingen: CARL-HENNING PEDERSEN 100 ÅR. (Entré 95,- kr.).

I år ville den danske COBRA-maler Carl-Henning Pedersen være fyldt 100 år. I den anledning viser ARKEN en stor udstilling med over 200 af kunstnerens malerier, akvareller, tegninger, skulpturer, mosaikker, keramiske værker og digte. Udstillingen viser værker fra hele hans kunstneriske virke fra slutningen af 1930'erne og frem til hans død i 2007.

Dem, der gerne vil have en is og se færøbåde, gør det.

Hjemturen går fra Ishøj til Hvidovre Roklub, hvor vi spiser resterne af den kage og kaffe, der måtte være tilbage. Slusen åbner kl. 17.00, så vi afpasser afgang fra Hvidovre derefter. Efter spuling af både i Roklubben SAS er vi klar til at tage hjem ca. 18.00.

En tur på ca. 35 km. Medbring drikkevarer, frokost, kaffe/kage.

Tilmelding på opslagstavlen senest torsdag den 2. maj.

Madpakketur juni – Saltholm Rundt

Start fra Roklubben Øresund søndag den 2. juni kl. 10.00.

Saltholm rundt er en tur på godt 30 km, som kræver godt vejr for at gennemføre. Det må ikke blæse for meget, for vi skal være sikre på at kunne komme hjem igen, og vi skal også kunne passere sejltrengen på betryggende vis. Der går jo nogle store skibe derude, som vi ikke skal komme i vejen for.

Afhængig af vindretningen, går turen sydover mod Dragør, over den smalle sejltreng ved SAS nødhavn og syd om Peberholm. Når vi har passeret Øresundsbron holder vi kaffepause ved Svaneklapperne på Saltholm, hvor vi kigger efter sæler.

Herefter ror vi op langs Saltholm på svenskesiden og nord om øen for at gøre landgang ved Saltholm Havn ved klinten, så husk vadesko. Frokosten spises ved Saltholm museum. Vi ror de resterende 7 km tilbage til Kastrup. Vi passerer den brede sejltreng ved Røse fyret.

Hvis vejret ikke tillader at ro Saltholm rundt, ror vi en tur til Dragør og drikker formiddagskaffe, hvorefter turen går nordover til Lynette havnen, hvor vi spiser frokost.

Vi er retur i Kastrup ca. kl. 17.00. Så husk en STOR madpakke og drikkevarer. Alt ferskvand på Saltholm sejles til øen, så husk at medbringe vand til hele roturen. Og alt skrald tages med retur til Kastrup.

Tilmelding på opslagstavlen senest torsdag den 30. maj.

Hanne Vinther
Tlf. 4034 7535

Nyt fra Øresunds Ældrerøere

Vinsmagningen –

sæsonens sidste - blev en skøn eftermiddag "Under Sydkorset", hvor alle sejl var sat til, når det gjaldt vin såvel som mad. Alt var i top – også stemningen, som ikke mindst den lækre champagne bidrog til. En stor **TAK** til "vindrengene" fra alle os glade deltagere.

Generalforsamlingen –

forløb stille og roligt uden de store armbevægelser. Bestyrelsens forslag om kontingentforhøjelse og ændringer til vedtægterne gik glat igennem. Og vi fik et nyt Festudvalg helt ude problemer – der havde allerede meldt sig det nødvendige antal frivillige inden Generalforsamlingen – hjerteligt velkommen til dem.

I kan se eller gense referatet m/bilag på hjemmesiden.



Standerhejsningen ----

er så levende beskrevet af Johnny på hjemmesiden, så det vil jeg undlade her, men lige sige, at hvis I ikke har besøgt siden for nylig, så gør det nu, - den er et besøg værd.



Som det kan ses på billedet her fra 1963, er det ikke første gang vi ikke kunne ro på standerhejsningsdagen. Det lave hus foran Øresund er "Kastrup Dameroklub"

Medlemskort –

har været et stort ønske hos flere af Ældrerøerne, og da Finn A. blev bedt om det, gik han straks i gang med opgaven, som blev til mange gode forslag. Det er nu op til Bestyrelsen at vælge et af dem, som så vil blive printet til hver enkelt med navn på.

Det kunne f.eks. blive dette kort:



Første rodag –

efter Standerhejsningen blev en "nedtur – vejret var bestemt ikke med os, men 2. rodag lykkedes det - 5 raske svende fik en båd i vandet ude ved molen og havde en herlig tur i det skønneste solskin – modigt var det! Se en masse herlige billeder på hjemmesiden.

Brev fra Lis:

Kære Teater arrangører,
Tusind tak for en pragtfuld aften i Østre Gasværk, hvor den sandelig ikke fik for lidt. Fuld fart på hele vejen. Sikken energi.

Også tak for dejlig mad og hyggeligt samvær efter forestillingen. Det havde I gjort rigtig godt. Sikken energi og stort arbejde fra jeres side.

Jeg hyggede mig meget.

Kærlig hilsen

Lis

Sommersæsonen –

er – forhåbentligt da – i fuld gang, når denne udgave af STROKEN udkommer. Der er udsendt aktivitetsliste, der indeholder mange dejlige såvel sportslige- som sociale arrangementer. Der er tale om besøg hos og af andre roklubber, grill på stranden, Kanindåb etc. etc.

Rigtig god sommersæson til os alle!

Med stor Rohilsen

Mary

Vinsmagning

Den 19. marts havde Preben inviteret til vinsmagning i rklubben og 16 medlemmer og 2 tidligere medlemmer havde taget imod invitationen.

Det blev en forrygende aften, hvor vi smagte 9 vine. Hertil fik vi serveret et tapas bord bestående af pateer, pølser og oste, arrangeret fremragende af Anne Marie.

Vi startede med en Cremant 'd Alsace, en champagnetype fra Alsace, og jeg tror den faldt i de flestes smag, som en dejlig aperitif og måske også til mad. Herefter fik vi en rose, lidt sød efter min smag, men mange ville gerne nyde den på terrassen en varm sommerdag. Herefter smagte vi en hvidvin og 5 rødvine.

Her var det største hit nok Terras d'el Rey, en portugiser til kun 30,- kr. Her fik vi noget for pengene.

Den sidste vin skulle vi gætte drue, land og vingård. Her gættede Flemming rigtigt. En Pinot Noir fra Marlborough, New Zealand. Godt smagt, og som præmie fik han en flaske af samme vin.

Tak til Preben for et godt arrangement og til Anne Marie for god mad.

/Kim



Forårsrensning.

Kalenderen sagde lørdag d. 13. april og at det dermed var tid til den årlige forårsrensning i rklubben Øresund, men trods sol og blå himmel var der frost og bestemt ikke forår i luften.

Det afholdt dog ikke 10 friske medlemmer fra at møde op for at tage en tørn under Anne Gredsteds kyndige ledelse.

Kl. 9 havde alle indfundet sig og kunne starte arbejdsdagen med morgenbrød, kaffe, juice og "en enkelt" eller to, mens arbejdsopgaverne blev uddelegeret.

Og så blev der taget fat: Der blev pudset, skuret, skrubbet, vasket, gnuttet, støvsuget og fejlet. Stemningen var god og moralen høj og der blev virkelig arbejdet igennem. Det var derfor en vel fortjent formiddagskaffe med wienerbrød der blev nydt et par timer senere. Pausen blev så også lige brugt til at tø vinduespudserne op! Det var virkelig en kold tjans.

Efter kaffepausen fik vi afsluttet de planlagte opgaver. Hvad fik vi så gjort:

- ✓ Vinduespudsning inde og ude
- ✓ Afkalkning og rengøring af herre- og damebad / omklædning
- ✓ Rengøring af herre- og dametoiletter
- ✓ Oprydning og fejning af bådhallen
- ✓ Rengøring af motionsrum
- ✓ Rengøring af gang.

Det var en arbejdsom og hyggelig lørdag. Havde vi været et par stykker flere havde vi også nået at give stolene i klubstuen en tiltrængt rengøring.

Det skal dog også lige nævnes at nogen havde taget forskud på forårsrensningen og havde rensset og behandlet marmorgulvet i klubstuen. Læg lige mærke til hvor flot det er blevet!

Sidst men ikke mindst har ældrerøerne efterfølgende gjort køkkenet rent.

Tak for en hyggelig arbejdsdørdag

/Kirsten Bendiksen

Billeder fra forårsrengøring



Sved-På-Panden Både kaproning - og motionsroning

Et godt tilbud til alle roere om at komme i form !

Til ungdomsroere, seniorroere, ældre roere, kaniner, nye, gamle og eliteroere !

10 km motions-kaproning på Øresund og i Havnen

Kunne du tænke dig at få motion og komme i træning - samt at møde roere fra andre roklubber? Så find et hold og vær med i de i alt 7 gange 10 km motionsroning i løbet af sæsonen. Det er sjovt, og tilmelding er let.

Er du "Kanin" fra 2013, så deltag i "Kanin-konkurrencen" i de tre sidste runder efter sommerferien.

Arrangementsdatoer 2013:

Torsdag d. 16.5 Hellerup

Mandag d. 27.5 SAS

Mandag d. 10.6 Hellerup

Mandag d. 24.6 SAS

Torsdag d. 22.8 Hellerup

Mandag d. 2.9 SAS

Fredag d. 13.9 Hellerup med afsluttende fest i HR

Bådtype:

2- og 4-åres inrigger - samt Coastal Boats udenfor konkurrence.

Der ros efter DFFR's point-beregning

Deltager kategorier/pokaler/præmier:

Præmie til de 3 hold med flest points efter 7 gange

Præmie til holdet, der forbedrer sin tid mest over 7 gange

Præmie til det "Kanin" hold med flest points efter 3 gange

Der er pokal til det vindende hold i alle tre kategorier.

Tid:

Der ros i 2 heats. Første start kl. 17.30.

Sted:

I Havnen ved Islands Brygge eller på Øresund ved Hellerup.

Tilmelding:

Til dommerbordet senest 5 minutter før start, men helst pr. mail dagen før løbet til roning@gaustad.dk.

Forplejning: Der er mulighed for at købe mad efter roningens begge steder.

Både lånes i klubberne i Havnen og ved Hellerup. Husk nummerskilt i A3 størrelse.

Tilmelding på opslagstavlen.

Kalender

maj

on	1
to	2
fr	3
lø	4
sø	5 Madpakketur
ma	6
ti	7 Medlemsmøde
on	8
to	9 Kristi Himmelfartstur
fr	10
lø	11
sø	12
ma	13
ti	14
on	15 Deadline STROKEN
to	16 Sved-På-Panden
fr	17
lø	18
sø	19 Pinse tur
ma	20
ti	21
on	22
to	23
fr	24
lø	25
sø	26
ma	27 Sved-På-Panden
ti	28
on	29
to	30
fr	31

Juni

lø	1
sø	2 Madpakketur
ma	3
ti	4 Medlemsmøde
on	5
to	6
fr	7
lø	8
sø	9
ma	10 Sved-På-Panden
ti	11 Lagkageroning
on	12
to	13
fr	14
lø	15
sø	16
ma	17
ti	18
on	19
to	20
fr	21
lø	22 DK-Rundt
sø	23 DK-Rundt
ma	24 Sved-På-Panden
ti	25
on	26
to	27
fr	28
lø	29
sø	30

juli

ma	1
ti	2 Medlemsmøde
on	3
to	4
fr	5
lø	6
sø	7 Madpakketur
ma	8
ti	9
on	10
to	11
fr	12
lø	13
sø	14
ma	15
ti	16
on	17
to	18
fr	19
lø	20
sø	21
ma	22
ti	23
on	24
to	25
fr	26
lø	27
sø	28
ma	29
ti	30