



## NIEUWSBRIEF THE OAR – Augustus 2018



[www.ikwilroeien.be](http://www.ikwilroeien.be)



[The OAR op Facebook](#)

### In deze editie:

- 1 - Nu en komende maand
- 2 - Terugblik
- 3 - De toekomst
- 4 - Op de kalender
- 5 - Prikbord en trainingsmomenten
- 6 - Contact info

*Oude nieuwsbrieven vind je ook op onze website [the-oar.be/nieuwsbrief.htm](http://the-oar.be/nieuwsbrief.htm)*



### Juli-augustus: Bouw clubhuis

Een maand verder weeral, de werkplaats werd afgewerkt en ingericht: schappen, werkbanken, kasten en de vaste werktuigen zoals o.a. kolomboor en slijpmachines werden geplaatst. Alle materieel heeft zowat zijn stekje gekregen en niet te vergeten, het noeste werk van Yves had er voor gezorgd dat de werkplaats volledig elektrisch aangesloten geraakte.

Ondertussen brand de lamp ook al in de gang en de toiletten.

Dit alles zette Fred, onze materiaalbestuurder, aan om al direct te gaan klussen aan de boten, wat resulteerde in nieuwe schoenen voor de skiffs Loewe en Ward, een nieuwe rolbank voor de Bill en een upgrade voor de Persephone 4 koppel die een bijkomende voetroerinrichting kreeg. Ook de kar van de Tovarich 2x kreeg een revisie.

De werkplaats was net op tijd klaar, want op 4 augustus gingen we met een stevige ploeg, de crème de la crème of de helden en heldinnen van de club, de oude club op de Bollaakdijk ontruimen en opkuisen om ze over te dragen aan de nieuwe eigenaars. De klus van de verhuis van het resterende materiaal naar de nieuwe werkplaats met behulp van vrachtwagen en dieplader van Het Baken (lees: Heidi) werd op één dag geklaard. Gelijktijdig werden er materialen en toestellen van ons magazijntje aan het asielcentrum (door de gemeente ter beschikking gesteld) overgebracht naar de club. Bovendien zorgde Koen, met zijn privé vuilkar, ervoor dat alle stort en afval afgevoerd werd naar het containerpark.

Daarmee is alles nog niet gezegd voor de voorbije maand: de laatste twee botenrekken werden geplaatst en geschilderd en ook het plafond van de hal werd geschilderd. In de kleedkamers en de toiletten werden de verluchtmodules geïnstalleerd. En een kunstig gesmeed hekwerk schermt nu het raam van de voordeur.

Zelfs voor deze voorbije vakantiemaand kan de onschuldige toeschouwer er niet naast kijken: er wordt nog altijd stevig doorgewerkt. Het cafetaria, meer bepaald de toogopstelling, is echter even blijven liggen. Er werden nieuwe plannen gesmeed om de toog opstelling te veranderen. We hopen in de komende maand hiermee aan de slag te gaan.



Dus als je jezelf in de toekomst aan de perfecte toog wil zien staan die je zelf mee gebouwd hebt, zet een stap voorwaarts om je aan te melden als vrijwilliger (zij die nog twijfelen: doe je ogen dicht, zodat de anderen een stap achterwaarts kunnen doen). We kunnen jullie alvast wel verklappen: er komt een 4+ in de nok te hangen. En er komt een knusse zithoek naast de kachel tegenover de toog. Meld je aan bij Greet en Fred (Fred is op verlof van 12 tot en met 21 augustus), er is nog heel wat 'Chinees vrijwilligerswerk' te doen.

## 1 - Nu en komende maand

### Zaterdag 25 augustus: Golden River toertocht op de Leie

Op deze zaterdag richt de VVR (Gent) een mooie tocht in over de kronkelende Leie op: de 34ste Golden River Roeitocht. Bij voldoende interesse trekken we er met onze OAR-vloot ook naar toe. Heb je interesse? Schrijf dan je naam op het blad op het bord in de club en **doe dit voor 19 augustus 2018**.

#### Het programma:

- 8u30: aanmelden + koffie/thee
- 9u00: boten monteren
- 9u45: briefing
- 10u-10u30: inschepen
- ca 13u: picknick in Sint-Marten-Latem (eigen lunchpakket of belegd broodje te bestellen)
- 16u-17u: terug bij VVR
- 18u30-19u: BBQ

Het volledige pakket (= inschrijving + sandwich + drankje + BBQ) kost 30 euro.

Prijzen: Deelname = 10 euro / BBQ = 16 euro / belegd broodje = 3 euro / drankje = 1 euro

### 25 en 26 augustus: Triatlon VTT

Dit weekend moet er vroeg geroeid worden, als je op het water wil gaan.

De Kempische triatlonclub houdt zijn jaarlijkse triatlon waardoor er langsheen het clubhuis en onder de brug wordt gefietst en wij op dat moment het parcours niet kunnen passeren.

Concreet moeten we normaal om 11u van het water zijn.

### Zaterdag 1 september: Zeeroeifestival

Ben je nieuwsgierig naar het roeien op zee? Dan kan je op zaterdag 1 september in De Haan komen proeven van het zilte nat. Je hoeft je niet op voorhand in te schrijven, je mag de dag zelf langskomen en de boten uitproberen. Leen en Armand zijn alvast geïnteresseerd, jij ook? Meer info vind je op de affiche in bijlage.

### Jeugdtriatlons in het najaar: 8/09 (Gent) en/of 15/09 (Oostende)

Voor de jongeren tot 14 jaar worden er verschillende jeugdtriatlons in het najaar ingericht. Triatlon betekent dat er drie disciplines moeten afgewerkt worden: een wedstrijdje over 500 m, een slalom en een stukje lopen. We zullen alle jonge roeiers eens erop aanspreken of ze hier interesse voor hebben. Zeg je zelf: dit is iets voor mij? Spreek dan één van de trainers aan.

## 2 - Terugblik

### Zaterdag 21 juli: Clubkampioenschap

Het was een zonnige dag, de wolkenloze hemel beloofde een topdag te worden. 2 moedige ploegen zouden de strijd aangaan tijdens het clubkampioenschap. Liesbeth, Andreas, Kobe VL, Pepijn en Yves zaten in team 1, Fred, Johan, Luka, Nena en Simon waren de tegenstanders in team 2. De eerste wedstrijd was een heuse estafettreeks op surfplanken. Team 2 startte met een voorsprong en in een spannende finale wist Nena de voorsprong te behouden en zelfs uit te bouwen.



Het volgende onderdeel was de bekende 'schat je tijd'. Team 2 kende zichzelf het beste. Enkele eervolle vermeldingen: Fred was 1 seconde te snel. Kobe was de enige die te snel roeide. Daarna was het tijd voor een nieuw onderdeel: de jeu de boules. Op de ergo worden in 10 slagen een aantal meters geroeid. Eén iemand van het team, zet deze afstand voor het andere team. De teams proberen die afstand te benaderen in hetzelfde aantal slagen. Voor team 2 trok Yves een 107 m, team 1 stond voor een moeilijke opgave om de 170 m van Luka te benaderen. Andreas deed dit het beste met 1 m verschil. Team 2 was verrassend consistent met 3 roeiers op 6 m verschil. De waterestafette zou beslissen over een eventuele vijfde ronde: de beroemde waterestafette. Team 2 wist het pleit te beslechten en vulde als eerste hun fles vol water. Team 2 was de verdiende clubkampioen 2018! Bij een gezellige BBQ in Het Badhuis werden de kampioenen geëerd. En werd er nagepraat over het geslaagde clubkampioenschap. Je kan alle foto's [hier](#) vinden.







### **Van maandag 23 t.e.m. vrijdag 27 juli: Jeugdkamp op de Nederlandse Wateren: de Weerribben**



Het was weer een roeikamp met alle ingrediënten: een afwijkend weertype (dit jaar zeer warm), een schitterende locatie (Kalenberg nabij Giethoorn - de masters hebben tijdens hun toertocht in 2016 er gechilled na een middagmaal) met een afwisselend roeiwater, voldoende begeleiding voor de aanwezig jeugd, een strak kookschema met verschillende kookinzichten, gezelschapsspelen, quiz, ...

Bij toekomen na een hete autorit werd maandag de keuze gelaten om vooral een verfrissende duik te nemen of een eindje te gaan roeien door de Weerribben. Een heerlijke spaghetti en een hete slaapkamer rondde de avond af.

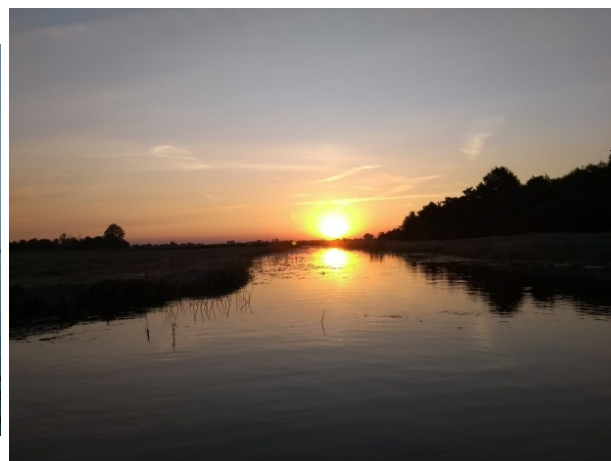


Gezien de voorspelde hete dagtemperaturen de tweede dag moest iedereen 's morgens vroeg (7u) uit te veren om toch al om 8u op het water te kunnen zitten. Op het programma stond een tocht van 35 km (vlot uitgestippeld op de kaart) die in realiteit een goede marathon (42 km) bleek te zijn. De term een 'Yveske doen' kreeg een nieuwe invulling. De tocht had alles wat een toertochtkamp beoogt: een magnifieke omgeving, goede roeiploegen, even uit het water om een boot over een drukke sluis te brengen, brede kanalen met veel trage jachtjes, een stil natuurgebied, een sluis om een hoogteverschil van 30 cm op te vangen, een rustplaats met hoge uitstapsteigers, ... en vooral veel roeikilometers. Godzijdank stonden Sharan, Nancy en Greet ons op te wachten met verfrissende drank om de uitgedroogde kelen terug te smeren na deze toch uitputtende marathon.



De derde tocht stond in nog hetere roeitemperaturen. Vandaar dat er besloten werd om het opwarmende intensieve roeien af te koelen met een zwempartij in een plaatselijk openluchtzwembad. Maar eerst toch even door de mooie Weerribben met zijn smalle wateren, soms zeer smal waar enkel de stuurman/vrouw met de peddel de boot nog in gang kon houden. Het parcours had enkele nog smallere bruggen in petto waar de ploeg van de "More Arty" besloot op kunstzinnige, onverwachte maar toch spontane wijze besloot een vervroegde duik te nemen. Met een toch mooi verder parcours over een nu regelmatig gecontroleerde afstand werden in Blokzijl de boten aangemeerd en werd door iedereen nu in het zwembad gesprongen. Sportieve Nancy, vrouw van Ive, kon de kriebels niet meer weerstaan en vroeg om terug te mogen roeien naar Kalenberg. Fien heeft haar plaats afgestaan, Nancy roeide mooi met de ploeg binnen.

De temperaturen bleven maar naar boven gaan, wat maakte dat de roeitochten toch iets korter werden. Donderdag stond Dwarsgracht op het programma; de vooropgestelde tocht naar Giethoorn bleek ook marathonallures te hebben en werd daarom met een 20-tal kilometers ingekort. Ondertussen was beslist om ook een fietsploeg in te leggen zodat één boot aan de kant bleef liggen. Op het terras van het enige café van Dwarsgracht (dat eigenlijk nog mooier is dan Giethoorn zelf) werd voor het middagmaal afgesproken. Na een korte maaltijd en een verfrissend duikje werd er terug naar Kalenberg geroeid om na een BBQ-tje de leerrijke quiz van Sharan en Sita proberen te winnen.







Vrijdag: 38 °C. Te warm om overdag te roeien, dus een echte ochtendsessie werd gepland. Iedereen om 4u uit zijn bed om om 4u45 op het water te zitten. Ondertussen is ook achterhaald waarom het nabijgelegen plaatsje Muggenbeet "muggenbeet" noemt. Kwestie van timing zat het goed: eerst een stuk door de echt smalle kanalen van de Weerribben (More Arty is niet meer omgekanteld) onder de verkoelende bomen door en net dat de bomenrij even ophield met een rij te spelen kwam de zon op boven de rietvelden van de Weerribben. Na deze tocht werd met een door Sita en Sharan verzorgd ontbijt al het roeimateriaal terug op de botenwagen geladen, kamers en keuken werden bijéengeraapt en een tocht in een gekoelde auto naar Emblem deed ons terug in Emblem belanden.



De traditionele friet met mayonaise onder de notelaar bij Greet en Koen sloot dit geslaagde kamp af. Op [onze Flickr-account](#) staan nog heel wat foto's van het Oarkamp.

### 3 - De toekomst

#### 28 tot 30 september: Toertocht aan de Moesel en de Bernkastel regatta

Een eigen organisatie van Fred en Markus. Niet iedereen gaat hetzelfde doen, maar deze mensen hebben zich al opgegeven: Marc Lismont, Markus, Lisanne, Leen, Koen, Greet, Kristof, Johan, Sharan, Sita, Yves, Liesbeth, Heidi, Lasse, Julie, Guido, Fred en Magda.

#### De agenda:

- Vrijdag 28 september: 's ochtends vroeg rijden we naar Traben-Trarbach, we willen daar rond 11u de boten monteren om met onze toertocht te starten. Na de lunch roeien we verder naar de rede van Bernkastel. We zullen dan zo'n 25 km afleggen. We dineren die avond om 20u in Kloster Machern.
- Zaterdag 29 september kun je ofwel nog wat toervaren richting Wintrich of meedoen aan de regatta. 's Avonds kunnen we in de feesttent eten en/of naar de wijnfeesten in Kröv (Kröver Nacktarsch-Wijnfeest) gaan.
- Zondag 30 september: in de ochtend kan er nog geroeid worden. 's Middags vertrekken we naar Emblem om rond 17u de boten weer af te laden en te monteren.

#### Zaterdag 29 en zondag 30 september: Belgisch kampioenschap Lange Boten

Heb je zin om je te meten met de andere Belgische clubs, weliswaar in lange boten (vieren of achten) dan wordt het tijd om je op te geven met je ploeg. Spreek één van de trainers aan!

#### Zaterdag 6 oktober: Heraldiek op de Moordregatta te Tilburg

Deze wedstrijd staat bij velen hoog aangeschreven vanwege zijn mooie parcours, de strijd om de bruggen, de eindsprint op de watersportbaan waar net die ploeg wordt ingehaald waarachter je reeds 2 km zat te jagen, de ideale afstand (om je langzaam maar zeker tot het gaatje te roeien).

Zeer leuke wedstrijd om in acht of vier te doen: liefhebbers, meld je tijdig aan zodat je samen hier naartoe kan (g)roeien. Schrijf je in op het blad dat uithangt op de club.



## Zondag 18 november: Horzolregatta

Iets nieuws dat we me de club willen proberen: een roeimarathon van 51 km in C4+. Op deze (hopelijk droge en niet te koude) zondag kan er getoerwaard worden over hetzelfde parcours - zij vertrekken een half uurtje later dan de marathon vaarders en moeten er maar 35 km doen. Zij doen niet mee aan een kleine lus van het parcours in de vorm van een acht.

Om 9u wordt de start gegeven voor de marathon wat betekent dat we ofwel zeer vroeg uit de veren moeten om tijdig in HeerHugoWaard te zijn, ofwel dat we er een voorafgaande overnachting aan vast koppelen in de nabijheid van Alkmaar.

Wil je dit "adventoar" meemaken? Geef dan je naam op (blad in de loods) zodat de nodige voorbereidingen (lees ook ploegtrainingen) kunnen georganiseerd worden. Heb je meer info nodig? Geef even Horzol roeimarathon in op je browser, of vraag even na bij Yves.

## 4 - Op de kalender

Wedstrijd	Jaarlijkse activiteit
Toertocht	Fundraising/bekendheid/andere
Training (alternatief)	Sportkamp/scholen
Klusdag op club	

Wat?	Wanneer?	Peter
Havenfeesten	18-19/08	
Triatlon VTT	25-26/08	
Golden River tocht	25/08	Yves
Zeeroei festival	01/09	
Drieluik Gent KRSB	8-9/09	
Triatlon KRSB	8/09	
Triatlon Oostende	15/09	
Moeseltocht	28/09	Fred / Markus
Um den grünen Moselpokal	29/09	Fred / Markus
BK lange boten	29-30/09	
Moordregatta	6/10	
Jeugdroeihappening	13/10	
Klusdag - botenonderhoud	20/10	Fred
Lange afstand VRL	01/11	
Clubavond	10/11	
Horzol regatta	18/11	Yves
BK OBIC	24/11	Filip



## 5 - Prikbord en trainingsmomenten

### The Oar neemt afscheid van Helena

Helena, de vrouw van Ludo, overleed op 23 juli. Op 28 juli namen we afscheid van haar. Ludo wil graag de leden bedanken voor hun blijken van medeleven en steun tijdens deze zware beproeving.

### Balans in de boot

Hierbij nog een interessante video over het verbeteren van je balans in boot en hoe je de juiste doorhaal hoogte kunt vinden. [Je kan 'm hier bekijken.](#)

### Boten en materiaal, organisatie van de botenloods

We zijn volop bezig met de bouw en organisatie van de inrichting van de botenloods. We zullen alles duidelijk organiseren, met markeringen en opschriften, met handelingen en procedures. Tot die tijd vragen we de leden geduld te hebben en omzichtig te werk gaan in de loods en met het materieel. Bij twijfel vraag de trainers uitleg, zij helpen u graag en zo blijven alle zaken op hun plaats liggen.

#### Enkele raadgevingen:

- De tennisballen hebben een eigen korf. Als je ze van een boot haalt worden ze daarin gedropt – heb je er nodig na je roeisessie, dan kan je ze hier snel vinden.
- De riemen gaan in het riemenrek nog een vaste plaats krijgen maar begin alvast met de riemen met het etiket naar je toe te plaatsen en alle riemen van één boot in dezelfde rayon.
- Neem je lege flesjes en afval mee naar huis, er is maar een kleine vuilbak op dit moment.
- Hou de loods en oprit netjes, laat geen kledij of hervulbare flessen rondslingeren.  
(Kijk ook eens of er nog kledij e.d. van je is verloren gelegd)

Tot slot: sluit altijd de poorten (van de loods en het hek) als je op het water bent!

**Sluit ook steeds het nummerslot nadat je als eerste bent toegekomen op de club.**

**Zodat het niet per ongeluk wordt meegenomen door een geïnteresseerde passant.**

De heerlijke roeimaanden zijn volop bezig, dit betekent dat Emblem Plage ook weer volop leeft. Zeker op de warmere dagen zullen we vreemd volk rond de loods en op onze steiger aantreffen. Daag hier niet uit, blijf vriendelijk en loop je tegen problemen aan, ga dan naar de clubleiding en breng ze op de hoogte zodat gepast kan gereageerd worden.

### Roeikledij in voorraad bij de materiaal bestuurder:

Ben je nog op zoek naar roeikledij? De club heeft nog het één en ander in voorraad:

- Polo's (marineblauw met The Oar en logo op de rug): 2 x L en 2 x XL - 35 euro per stuk
- Roeipakjes dames: 1 x XL - 80 euro per stuk
- Roeipakjes mannen: 1 x XL - 80 euro per stuk

Zit je maat er niet tussen, geef dan toch even door aan Fred, zodat we op de hoogte zijn van de wie wat wil bestellen. Weet dat er ook nog hoody's zijn, lange roeibroeken, petten, T-shirts met lange en korte mouwen. Allen in de clubkleuren.

### Foto's @ Flickr



Op zoek naar foto's van The OAR? We hebben heel wat albums met onze activiteiten op onze Flickr account gezet, van 2012 tot nu!

Nieuwsgierig? <https://www.flickr.com/photos/139396896@N06/albums>. Heb jij nog foto's van ons clubgebeuren? En in hoge resolutie? Je mag ze via WeTransfer naar oar@live.be sturen.





### WhatsApp: een snelle manier om op de hoogte te blijven van wat er op de club gebeurt

WhatsApp: hoe loopt het? Zoals de meeste al hebben gemerkt is The Oarsome Rowers als WhatsApp-groep actief. Deze groep is gemaakt om snel meldingen door te geven aan alle leden (en ouders) over lopende zaken, voorvallen, slechte weersomstandigheden, dringende bouwperikelen, vragen rond trainingen, ... maar NIET om aparte roeimomenten (anders dan de reguliere trainingen) onderling te organiseren. Hiervoor hebben we andere groepen: ochtendroeiers, groep per evenement. Daarnaast bestaat er nog een groep voor de trainers.

Bovenstaande vraagt nog altijd natuurlijk dat je een slimme telefoon (lees: smartphone) nodig hebt om hier mee op de hoogte van te kunnen blijven. Dit is uiteraard geen verplichting om een smartphone te kopen als je die nog niet moest hebben. De traditionele communicatiewegen (spraak, GSM, mail, nieuwsbrief) blijven we natuurlijk ook nog gebruiken.

Merk je dat je niet in een groep zit en er toch wil bij horen? Laat dan even iets weten aan de 'administrator' van de groep. Hij/zij (doorgaans Yves of Filip) kan je eraan toevoegen.

### Trainingsmomenten voor de volgende maand:

Wanneer?	Hoe ?
Maandag om 19u30	Training op het water
Roeien om 6u 's ochtends	Op afspraak met Yves (WhatsApp-groep ochtendroeiers)
Roeien overdag in de week	Op afspraak, zie mailgroep lijst met Fred (gevorderden)
	Check met Fred om aan te sluiten en je vrije uren op te geven.
Woensdag om 14u00	Training op het water (doelgroep: jeugd)
Woensdag om 18u30	Training op het water
Zaterdag om 9u30	Training op het Netekanaal en initiatie op afspraak
Zondag om 9u30	Training op het Netekanaal

- Mailgroepslijst voor roeien overdag: Ben je gevorderd in het roeien, wil je overdag roeien in de week? Geef dan je momenten dat je wil roeien op aan de groep, via de maillijst die wekelijks wordt geïnitieerd op zondag door Fred.  
Geef je dus op (mail) voor zondagmiddag op bij Fred, die de coördinatie doet als je overdag wilt roeien in de komende week. Gewoonlijk worden maandag, dinsdag, woensdag en donderdag om 9u voorgesteld.
- De echte ochtendroeiers communiceren per WhatsApp (in de groep 'Ochtendroeiers'), dus als je hiervoor interesse hebt, spreek Yves dan aan zodat je deelgenoot wordt van de WhatsApp en daaruit volgende prachtige trainingen.



## 6 - Contact info

WIE?	HOE?	WAT?
Algemeen	oar@live.be	insturen foto's algemene vragen inschrijvingen drakenboot
Yves Royackers	0468 193 609	<u>voorzitter &amp; sport coördinatie</u>
Filip Joossens	0477 977 659	<u>ledenadministratie</u> clubkledij
Fred Van der Weehe	0475 711 789 fred.vanderweehe@telenet.be	<u>materiaalmeester</u> <u>secretaris</u> overdag roeien op weekdagen
Paul Joossens	0498 419 252	<u>penningmeester</u>
Sita Vreeling	0494 375 788 sita.vreeling@gmail.com	secretariaat PR website nieuwsbrief
Filip Joossens Yves Royackers Antje Hansmeier Marie De Winter Fien De Winter Sharan Corten	0477 977 659 0468 193 609 0049 151 422 623 89 0493 625 247 0497 222 315 0496 786 875	trainers en coaches
Greet Van Erk	0498 818 015	Vertrouwenspersoon (API)