



NIEUWSBRIEF THE OAR oktober 2019



www.ikwilroeien.be



[The OAR op Facebook](#)

In deze editie:

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

Vroegere nieuwsbrieven vind je ook op onze website the-oar.be/nieuwsbrief.htm



1 - Nu en komende maand

Zaaltraining op maandag- en woensdagavond zijn weer volop opgestart

Donkere dagen geeft heerlijke trainingen in de zaal. Een goede mogelijke manier om de winter door te komen met een fitte conditie. In elke zaaltraining streven we ernaar om te werken aan de core-stability door ons lichaam aan enkele oefeningen te onderwerpen, onze conditie op peil te houden op de ergometer en de flexibiliteit in het lichaam te houden door onze spieren op te rekken (lees stretchen).

Kom zeker eens mee proeven.

Zaterdag 19 oktober: Het volgend initiatietraject start

De komende vier zaterdagen zullen er weer een hele reeks mensen starten met het proeven van de roeisport. Op de zaterdagen starten een 10 nieuwe roeiers en roeisters. Op zondagen start een volledig gezin voor vier sessies (vader, moeder en drie dochters).

Heb je nog vrienden, kennissen of familie die ook eens willen proeven van de roeisport, dit kan in het laatste traject, startend op 14 december 2019.

Zaterdag 19 oktober : Klusdag gaat nu niet door maar op 23/24 november

De geplande klusdag, waar onze boten ten gronde worden opgeblonken, gecontroleerd op beschadigingen en ingewaxt wordt verplaatst naar een later moment in het jaar.

Door de momentele hoge toestroom van nieuwelingen lijkt het ons zinvol om dit op een rustiger moment te doen. Vandaar dat we dit verplaatsen naar 23/24 november. Doel is alle boten eerst door onze fluwelen handen



te laten passeren zodat ze de winter er weer goed tegen kunnen. Dit weekend kan er dus pas geroeid worden nadat alle boten een behandeling hebben gehad.

Vrijdag 1 november : VRL lange afstand

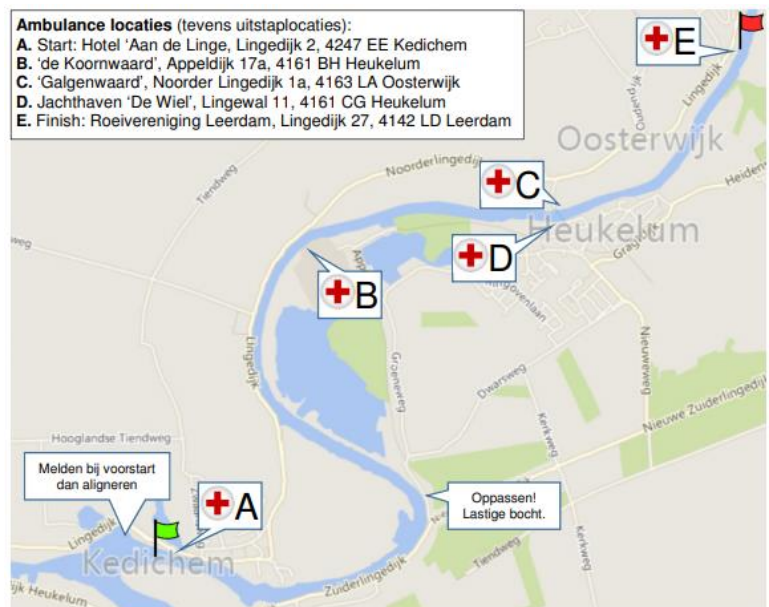
De Vlaamse roeiliga richt op deze vrije vrijdag voor zij die hun roeicarrière een boost willen geven, zij die willen gaan deelnemen aan de trainingen van het Belgisch Roeiteam een wedstrijd in van 6 km op het Netekanaal. De Belgische toproeiers tekenen hier dus present.

Heb je zin om ze aan het werk te zien, dan moet je zeker naar onze club komen. Kom je met de fiets (of breng je een fiets mee) dan kan je ze ook volgen over het hele traject.

We zoeken nog enkele helpende handen voor achter de toeg te staan of even bij een obstakel langsheen het traject om te voorkomen dat de roeiers bv tegen een brugpijler roeien. Kun je helpen, geef dat dan even door aan Yves.

Zaterdag 9 november : Lingebokaal te Leerdam (Nederland)

Deze dag willen we de Lingebokaal roeien, waarvan we al veel leuke dingen hebben gehoord. De wedstrijd is inmiddels een "klassieker" voor ploegen die in het najaar een mooie en gezellige achtervolgingsrace willen starten. Deze landelijke "roeiontmoeting met wedstrijd karakter" vindt plaats tussen Kedichem en Leerdam over ongeveer 6 km. Er zijn jaarlijks honderdvijftig tot honderdtachtig ploegen uit heel Nederland die deelnemen aan deze wedstrijd. Dit jaar zal er ook minstens één Belgische ploeg aanwezig zijn. Er wordt naast de blikken voor ieder veld gestreden om de Lingebokaal, de Coupe des Dames en de dagwinnaar.



Wil je mee kronkelen op de Ligne in Leerdam laat dit zo snel mogelijk weten. We zouden met de gevormde ploegen enkele keren op het water willen gaan.

Zaterdag 16 november : Clubavond in ons clubhuis

Onze tweede clubavond in ons eigenste clublokaal wordt gehouden in het derde weekend van november. Wil je graag te weten komen waar we volgend jaar gaan toervaren, in welke wedstrijden we ons gaan meten, waar het toerroekamp gaat doorgaan, met hoeveel ploegen we de elfstedentocht gaan aanpakken dit jaar, of in welke marathon we de ziel uit ons lijf kunnen roeien? Schrijf je dan zeker in.

Heb je zelf nog een goed idee, een spannend verhaal van een tocht gehoord dat we moeten na proberen, laat het dan zeker weten en samen zoeken we het uit of het een haalbaar iets is voor volgend jaar.

Breng zeker je familieleden mee, die dan ook kunnen genieten van de foto's, verhalen, anekdotes, .. van afgelopen jaar.

Tevens zetten we onze kampioenen in de spotlight nadat we genoten hebben van een warm en koud buffet.



De olifant
VERVEN — PLEISTERS — INDUSTRIECOATINGS
BAKEN
sterk groenwerk

Crelan
Kantoor Chris Van Olmen
Dorpsstraat 66 - 2520 Emblem

MEERWERT & MEYERS
MASSEHOVEN
03/484 30 24

KBC
Bank & Verzekering
Verzekeringkantoor
Herman Nauwelaers



buu 
keukenstudio
IT INTERIEUR TOTT 

Schrijf je in via mailadres OAR@live.be en vermeld naast de vermelding 'Clubavond' even je naam en met hoeveel personen je gaat komen. Een grote eter betaalt 20 euro, een kleine eter (-14 jaar) betaalt 14 euro. Het totaal bedrag, met vermelding van je naam en melding 'Clubavond' schrijf je over op rekening van The OAR. Doe dit voor dinsdagavond 12 november 2019 zodat we alles op tijd kunnen bestellen.

Voor het dessert spreken we jullie kookkunsten nogmaals aan : bak een taart, probeer je nieuwste recept voor chocomousse of lekker koekje, ... en laat iedereen verstomd staan van kookkunsten.

2 - Terugblik

Netedag, een succes !!

'Wat een heerlijke, enthousiaste en mooie club is hier neergepoot' was toch een opmerking die heel wat bezoekers hebben gemaakt. We hebben onze club kunnen doen stralen ; als voorzitter wil ik iedereen die dit mee heeft mogelijk gemaakt van harte bedanken.

Carl die zijn oceaanruiser bleef voorstellen, de pizzabakkers die zo goed als alle pizza's aan de man konden brengen. De tappers die glazen bleven vullen, de preparateurs voor ontbijt en receptie, de sportievelingen die de opdoffer van de blauwalg wisten weg te werken door enthousiast continu de ergometers te promoten, de netedagorganisatoren, de sprekers die onze club een mooie toekomst toewensten, de bonnekesverkopers, de spontane gidsen die onze armada bejubelde, de voorbereiders en de opruimers, de in het gat springers, Kortom iedereen : MERCI.

Resultaat: momenteel volle initiatiereeksen, een aardige duit in het bakje, een nog meer samenhangend team, nieuwe ideeën voor de toekomst en een club die iets kan.

Ook konden mensen Carl voor zijn project tegen de Plastic Soup sponsoren door hun recycleerbare beker als sponsoring terug te doneren. 200 mensen deden dat en dat leverde Carl 100 euro op.





BK Lang

Traditioneel is het laatste weekend van September het Belgische Kampioenschap. Even traditioneel is er evenveel kans op goed weer als op regen. Dit jaar hadden we een beetje van beide.

Het begon 's ochtends al met een stevige regenbui om de boten te monteren.

Gelukkig werd het daarna droger en kwam zelfs af en toe de zon er door schijnen.



Als eerste moesten Seppe, Luka, Max, en Simon hun reeks roeien om zo proberen in de A finale te geraken. Dit lukte, niet, maar in de namiddag wonnen ze wel overtuigend de B-finale en werden zo uiteindelijk 7e.

Nancy en Sharan roeiden in de open categorie. Wat wil zeggen dat alle dubbels samen roeiden en dat het uiteindelijke resultaat op basis van een toegekende correctiefactor wordt berekend. Luid aangemoedigd door Geert en Sieglinde roeiden ze mee in het pak en wisten nog voor een veel jonger ploeg te eindigen. De mannenploegen hadden een snellere tijd, maar na de correctiefactor werd duidelijk dat ze een mooie 3e plaats hebben behaald!



Horzolregatta

Uiteindelijk, na een jaartje wachten (wegens een toenmalige foute boeking in de agenda), werd er reikhalzend uitgekeken om 51 km te mogen roeien over de Heerhugowaardse wateren. Na de toertochters (Sita, Sharan en Bert die voor de 35 km gingen) op het water te hebben geholpen en vervolgens te hebben uitgezwaaid, werd het startschot anderhalf uur later gegeven voor zij die volle bak wilden gaan op die 51 km.

Koen en Ive trokken bij de start aan de riemen, Yves stuurde. 17 km later werd er een position switch uitgevoerd: Koen ging 17 km sturen, Yves begon aan de riemen te trekken. Na volle 34 km geduwd te hebben kon Ive zijn bleintjes op de handen wat rust geven. Koen terug aan de riemen, Ive op stuur, Yves blijft zitten (roeien).

Gestart met schitterend weer, een fikse afkoeling op 7 km van het einde en een eindstrijd tegen de harde wind die was komen opzetten werd deze ploeg verdienstelijk 2^{de} in een deelnemersveld van 5. Iets minder dan 5 uur later werd op de fluit geblazen om aan te geven dat ze mochten stoppen.

Het toertochtend team heeft op aangename wijze met iets meer position switches de 35 km gerond.

Net voor een nieuwe stortbui lag al het materiaal op de botenwagen. Na een verwarmende douche en een lekker chinees buffet werd met enige stijfheid in de armen en benen deze sympathieke club (OSSA) verlaten. Zeker iets dat volgend jaar terug op de kalender mag.



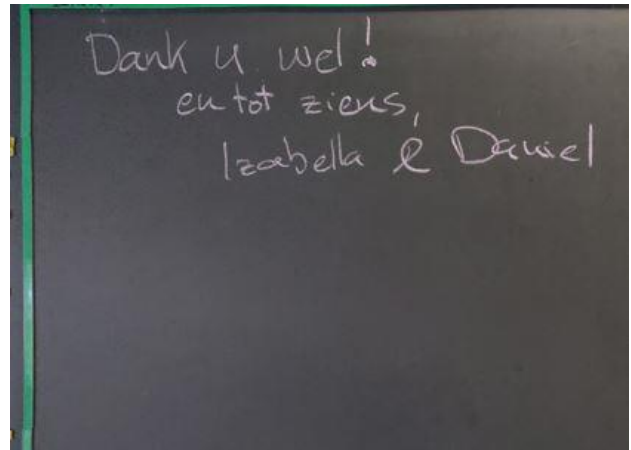


Sympathisanten en roei(st)ers die de handen uit de mouwen staken, afgelopen maand :

De opkomst in helpers voor de Netedag was enorm. Het opgestelde schema zat volledig vol ; de blauwalg gaf ons nog iets meer marge. Nogmaals een gemeente dankuwel vanuit de club naar jullie enthousiaste bijdrage.

Daarnaast nog een dikke Merci aan Ludo die de lastige taak op zich heeft genomen om de drakenboot, vol gegroeid met mosselen tijdens de hete zomermaanden, terug spekglad te maken en hem dan vervolgens ook nog eens volledig te simoniseren.

Ook hebben we Izabella en Daniël uitgezwaaid naar hun nieuwe bestemming : Chalone sur Saone. Ook een smakelijke dankuwel aan de verschillende taartenbakkers.



3 - De nabije en iets verdere toekomst

Zaterdag 23 november : Belgisch kampioenschap ergometer

Het moment om nog een Belgische titel te halen : wil je je volledig geven op de ergometer, dan moet je je naam opgeven op het inschrijvingsblad op de club.

De 24 uur van TRT op Hazenwinkel voor De Warmste Week

Een pril idee, maar wel een mooi.

Sporten voor een goed doel en zo komen we bij de vraag van TRT om mee 24 uur aan een stuk door te roeien en zo geld in te zamelen ; de roeiers laten zich sponsoren voor hun geroeide kilometers.

Dit gaat ergens door in december en het zou leuk zijn moesten we met onze club TRT gaan versterken. Hoe en wat weten we nog niet exact bij gebrek aan info, maar zodra we er meer van weten, dan smijten we het in de groep.

4 - Prikbord

Aira : 29 augustus 2019

Jorn Carron en Inge Goessens werden ouder van een flinke dochter.

Een gemeente proficiat met die nieuwe roeister (mogelijks in spé) en geniet van al die heerlijke momenten met de dochter.

Roeikledij:

Het blijft een moeilijk verhaal om alle kledij binnen te krijgen ; nog steeds zijn er enkele petten, een T-shirt en enkele hoodies niet geleverd. We blijven JL vragen naar de verder leveringen ; dit geldt ook nog steeds voor de bedrukte roeipakjes en leggings die van kleur veranderen als je ze aandoet (rood wordt roze, zwart wordt licht zwart).

Voor zij die graag ook in de clubkleuren roeien, de club heeft een voorraadge besteld aan roeipakjes en turtle vestjes voor de jonge en iets oudere meisjes en jongens.

Fotoroeikalender 2019:

Heb je tijdens één van onze roeimomenten, of daaraan verwante momenten, een heerlijke foto getrokken, die op je smartphone of fototoestel is blijven kleven, maar waar je toch van denkt : echt wel een Oarsome moment dat moet gedeeld worden, stuur hem dan naar Yves. Hij begint weer aan de fotokalender voor 2020, met foto's



De olifant
VERVEN – PLEISTERS – INDUSTRIECOATINGS
BAKEN
sterk groenwerk

Crelan
Kantoor Chris Van Olmen
Dorpsstraat 66 - 2520 Emblem

WED. WERT & KEYSERS
MASSEHOVEN
03/444 30 24

KBC
Bank & Verzekering
Verzekeringskantoor
Herman Nauwelaers



buuë
keukenstudio
IT **INTERIEUR**
TOTTÉ

van 2019 en kan dergelijke foto's zeker gebruiken. Alvast bedankt.

5 – Algemene info

Contacteren van bestuursleden/trainers :

Wens je iemand te spreken van het bestuur, API (aanspreekpunt persoonlijke integriteit) of de trainers. Dit kan op elke training.

Wens je ze anders te contacteren dan vind je via [deze link](#) hun contactgegevens.

Trainingsmomenten voor de volgende maand:

Alle reguliere roeimomenten vind je terug op de onze website. Hier de [link](#).

Wil je roeien overdag op een gewone weekdag, meld dit aan Fred, je krijgt dan per mail wekelijks de mogelijkheden aangeboden. Fred onze materiaal bestuurder is op verlof van 5 t/m 21 oktober. (Geert neemt de coördinatie over)

Zijn er nog andere momenten waar je graag op het water zou gaan, contacteer steeds iemand van het bestuur, om hiervoor toestemming te krijgen.

En toch nog wat leuke foto's van het afgelopen WK, met dank aan Sport Graphics





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.



6 - Op de kalender

De roeikalender voor 2019

Bekijk onderstaande kalender al eens om te zien waaraan je dit jaar nog allemaal aan kan meedoen. Schrijf tijdig in door je naam op ditzelfde blad op de roeiclub in te vullen (zie bord in de gang van de kleedkamers ; je naam niet vermelden betekent dat de kans groot is dat je niet zult gecontacteerd worden of in een whatsapp-groep opgenomen worden bij verdere organisatie van een evenement.



Agenda 2019

Wedstrijd (vr geïnteresseerden)		Toertocht	Clubactiviteit	Jeugdkamp/-stage	
Alternatieve activiteit /training		Klus- en botenonderhoud	Aanbevolen voor competitieoer		Aandachtspunt
Datum	Deadline inschrijving	Activiteit	Waar Voor wie	Wat	Peter/ meter
Zaterdag 22 september		Opendeurdag / officiële opening clubhuis	Club		Yves / Fred
Zaterdag 19 oktober	Inschrijven vr Woe 16 okt	Start nieuw initiatietraject	Club		Yves/Filip
Zaterdag 19 oktober		Klusdag / botenonderhoud	Is verplaatst naar 23/24 november		
Vrijdag 1 november	Inschrijven vr	Lange afstand VRL	Jeugd / Master		
Zaterdag 9 november	Inschrijven vr Zat 26 okt	Linge bokaal	Leerdam Jeugd / Master	6000m achtervolgning	Yves
Zaterdag 16 november	Inschrijven vr Zon 10 nov	Clubavond	Club		Yves/Fred
Zaterdag 23 november	Inschrijven vr Zat 26 okt	BK OBIC	Deurne Jeugd / Master		Filip
Zaterdag 14 december	Inschrijven vr Wo 11 dec	Start nieuw initiatietraject	Club		Yves/Filip