

NIEUWSBRIEF THE OAR : JULI 2020

 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



Een degelijke ondersteuning door ons jeugdig OAR-team op het Sport-it kamp

1 - Nu en komende maand

Dinsdag 21 juli 2020 : Zomerhappening

Roeien op een iets andere manier vandaag.

In ploeg proberen we vijf verschillende disciplines tot een goed eind te brengen ; samenwerken is hier de boodschap. Het is iets met roeien, maar dan weer wat anders.

Kom mee petanquen, synchroonroeien, op de seconde roeien, waterestafette en flessenvullen.

Achteraf kunnen we genieten van een heerlijke paella (vegetarisch of niet) met een verfrissend drank.

Gezien iets met corona moeten we de inschrijvingen afsluiten op 50 personen ; wacht dus niet te lang met inschrijven.

Even praktisch :

- Vereiste roei-ervaring: voor al wie kan roeien (ook al is het maar net)
- Leeftijd : zowel jeugd als volwassenen , wat een leuke mix geeft.
- Tijdschema: start roei-happening 9.00 h/ start paella-happening : 13.30 h
- Peter van dit event is Yves.
- Twijfel je of je dit kan meedoen, vraag even na bij de trainers.
- Iedereen kan meedoen (na inschrijven)
- Kostprijs: roei-happening is gratis / paella : 17 euro volwassenen – 12 euro (-14 jarigen)



- Inschrijven voor de paella-happening doe je via oar@live.be en geef even door met hoeveel personen je meebrengt van je gezin.

Wil je mee doen of helpen bij paella/roeien vul je naam in op de lijst die uithangt op het infobord in de gang.

Zaterdag 1 augustus 2020: Het volgend initiatietraject start

Heb je nog vrienden, kennissen of familie die ook eens willen proeven van de roeisport, dit kan in dit traject, het volgende traject gaat door op 1, 8, 22 en 29 augustus 2020.

Er zijn al negen aanvragen waarvan er reeds 4 bevestigd werden.

Zaterdag 15 augustus 2020 : LeoPelt

Op ons eigen tempo vertrekken we op het kanaal Bocholt-Herentals ter hoogte van Neerpelt en verkennen we daarna het kanaal van Beverlo tot aan het gaatje in Leopoldsburg. Na 18 km op een iets breder kanaal draaien we voor de eerste sluis voor 14 km nog het tweede kanaal op. Tellen we dit samen dan zitten we voor net iets boven de 32 km te genieten op Kempisch water als roei(st)er en/of stuurman/vrouw.

Even praktisch :

- Vereiste roei-ervaring: de basis roeitechniek kennen en al vlot minstens 15 km kunnen roeien (er wordt afgewisseld om te sturen).
- Leeftijd : zowel jeugd als volwassenen kunnen deelnemen.
- Kostprijs: versnaperingen onderweg (bij startpunt, middagplaats of aankomst)
- Tijdschema: wordt later medegedeeld via WhatsAppgroep 'Leopelt' en via het infobord. Zodra je je naam opgeeft wordt je toegevoegd aan de Whatsapp-groep.
- Peter van dit event is Yves.
- Twijfel je of je dit kan meedoen, vraag even na bij de trainers.
- Plaatsen zijn beperkt (momenteel op 30).
- Volgen met de (eigen) fiets is mogelijk, maar laat dit zeker op voorhand weten.

Wil je meeroeien, meefietsen of sturen vul je naam in op de lijst die uithangt op het infobord in de gang.



Versoepeling van de coronamaatregelen : even de do's en de dont's op een rijtje



De olifant
VERVEN — PLEISTERS — INDUSTRIECOATINGS

BAKEN
sterk groenwerk



KBC
Bank & Verzekering
Verzekeringkantoor
Herman Nauwelaers



buuè
keukenstudio
IT **INTERIEUR**
TOTTÉ

Het inschrijfsysteem via google docs werkt !

Dankuwel om zo goed de inschrijffapp (of google docs) te gebruiken.

Het voorkomt dat bij de start een grote groep mensen bij elkaar blijft staan. De ploegen verdeling kan goed voorbereid worden, waardoor iedereen sneller op het water is. Blijf je zeker inschrijven, maar schrijf je zeker ook uit als je toch moest verhinderd geraken.

Kleedkamers en douches zijn terug in gebruik:

De kleedkamers en douches mogen terug gebruikt worden, maar hier zijn ook een aantal corona-voorzorgsmaatregelen :

- Zit er veel volk in de kleedkamer, wacht dan even (op voldoende afstand van de anderen) tot er voldoende plaats is.
- Beperk je tijd in de kleedkamer : dus omkleden en dan terug naar buiten.
- Ga je zitten op de bank leg dan eerst even je handdoek of een kledingstuk zodat contact tot een minimum beperkt blijft.
- Na het douchen (als je de laatste bent) maak je kleedkamer zo droog als mogelijk (met de aftrekker).
- Vertrek je als laatste uit de kleedkamer, zet dan de deur volledig open zodat er maximaal verlucht wordt.
- Laat geen kledij of sportgerief achter.
- Elke zaterdag na de training wordt de kleedkamer gedesinfecteerd.

Reinigen en ontsmetten van de boten:

Een woord van dank ook aan alle roei(st)ers om de rituele wassing van het gebruikte materiaal te blijven.

Ontsmetten is en blijft belangrijk : de handen bij aankomst, het gebruikte toilet, de gebruikte materialen, .. met alcohol spray.

En ook ne dikke merci voor al die andere anti-corona maatregelen waarmee iedereen probeert het corona-virus een hak te zetten (anderhalfmeteren, ..). Blijf eraan meewerken.



Het clubhuis is terug open:

Alles is volgens de regels van corona in het clubhuis geregeld en klaargezet zodat een virus weinig kans maakt om over te springen. Om het iedereen gemakkelijk te maken zijn ter plekke de nodige regels uitgehangen. Even de voornaamste punten nog eens op een rijtje :

- Bij binnenkomst is er ontsmettingsgel voor de handen, gebruik hem.
- Er wordt gewerkt met een barkeep(st)er – die een mondkapje moet dragen.
- Dit maakt dat niemand nog achter de toog mag komen, maar alles aan de barkeep(st)er moet besteld worden.
- Het afpunten van de kaarten gebeurt door de barkeep(st)er. Je kaart zelf bijhouden kan ook maar dan moet je zelf een pen meebrengen om zelf de ontwaarding te doen.
- Er is een éénrichtingsverkeer ingericht om het kruisen van personen te voorkomen.

- Alles wordt na gebruik ontsmet ; glazen worden met speciaal product gewassen, oppervlakken, klinken, .. worden ontsmet bij afloop.

Gezocht : liefhebbers om het cafeteria open te houden bvb maandag-, woensdagavond of zaterdag- zondagochtend (in de week bij goed weer s middag s avonds?)

Oproep naar hulp voor kleine taken

Hier en daar een handje hulp zou welkom zijn om ons clubgebouw op orde te houden. Vandaar de vraag aan iedereen om af en toe eens een half uurtje vroeger te komen ofwel een half uurtje langer te blijven om eens :

- De loods uit te keren.
- De vuilbakken te vervangen.
- De zaal te keren of eens met nat te doen.
- De kleedkamers te kuisen en ontsmetten (voor corona) na de roeisessie.
- ...

Laat het weten in de Whatsapp-groep zodat Fred jullie hierin kan begeleiden.

Ook zou het handig zijn moest je eens de toeg in het weekend een paar uurtjes van 10 tot 13 uur willen doen.

Den Berre , onze tweede pair oar (of twee zonder) is van zijn hoogste schap gehaald om eens grondig onder handen genomen te worden. Eigenlijk lees hier vaarklaar maken. Een schitterende boot om het puntroeien onder de knie te krijgen. Heb je tijd om je knutselskills te toe te passen dan kan je gerust Fred een handje toesteken om die boot op punt te krijgen.

Alvast bedankt.

2 - Terugblik

6-10 juli sport-it kamp

Met corona was het lang onzeker of het kamp dit jaar kon doorgaan. Na nog wat verwarring over dat jeugdkampen en sportkampen een andere bevoegde minister hebben mocht het kamp dit jaar toch doorgaan. Uiteindelijk waren er 12 inschrijvingen.

In de voormiddag waren er kennismakingsspelletjes onder de begeleiding van Ann (monitrice van sport-it). In de namiddag was het roeien. Oscar kon al roeien en Wout, Dries, en Ilyas hadden net de initiatie achter de rug en Lara en Luca hadden vorig jaar al meegedaan aan het Sport-it kamp. We konden dus zowel in smallere als brede boten gaan.



Gedurende de week zijn we, afhankelijk van de wind, in kleinere en grotere boten gegaan. Het weer viel meestal mee behalve op woensdag. In de voormiddag begon Sharan met een circuittraining waardoor iedereen ineens wakker was maar ook wel vermoeid. In de namiddag konden we dan droog op het water maar werden toch nog doorweekt toen we de boten van het water haalden en kuisten.

De laatste dag sloten we dan af met een aantal wedstrijdjes. In de voormiddag werd er in verschillende ploegen geroeid om zo punten te verdienen. Op de middag had Sharan nog een testje voorbereid om de theoretische kennis voor het roeibrevet te toetsen. In de namiddag stonden de finales op het programma. Er waren enkele heel spannende wedstrijden bij met snelle tijden wat aangeeft dat iedereen goede vooruitgang heeft gemaakt. Na al dit testen konden diegene die wilden nog in een volans of skiff zonder vlotter proberen en er waren er toch enkele die recht zijn gebleven!

Op het einde van de dag kreeg iedereen zijn roeibrevet en een diploma van sport-it.



Bedankt aan Filip, Sharan, Marie, Gerline, Pepijn, Max, Luka, Lore, en Casper om iedereen een toffe week te bezorgen!

Alle foto's en filmpjes van de afgelopen week staan hier:

<https://www.flickr.com/photos/139396896@N06/albums/72157715054431556>

Geslaagde initiatie en sport-it kamp



Dankzij de hulp van heel wat leden hebben 19 mensen hun initiatietraject kunnen afronden. Bij de eerste lessen stonden Lisanne, Lore, Pepijn, Yanni, Greet VE, Liesbeth, Jan A, Wim, Johan, Sharan, Filip en Yves klaar om de beginselen van het roeien op aangename manier bij te brengen. Bij de volgende lessen werden ze door heel wat ploegen meegenomen in de ploegen.

Resultaat is dat er ondertussen al meer dan de helft heeft beslist om zich verder te verdiepen in het roeien.

Maar het zijn nog geen specialisten : vandaar nog even de vraag aan alle ervaren roei(st)ers : zie je iemand sukkelen, twijfelen, mogelijks iets niet correct doen, help dan even en/of doe het even goed voor. Merci aan al die helpende handen.

Bij de eerstvolgende botenverdelingen blijven we natuurlijk de nieuwe roei(st)ers mee in ploegboten te krijgen. Breng hen uw tips en tricks gerust over.

En ondertussen blijft het maar aanvragen regenen : voor augustus zijn er al terug 7 aanvragen.

Daarnaast stond Fred paraat om alle kleine vastgestelde mankementjes aan de boten snel weg te werken. Na deze drukke initiatieweken en het sport-it kamp hebben we er enkele nieuwe, vooral jonge leden bij! Iedereen alvast van harte welkom in de club!

3 - De nabije en iets verdere toekomst

Het **Belgisch Kampioenschap korte en lange boot** gaat door, wel op een verschillende datum.

- BK Korte boot gaat door op 6 september en 12 september in Gent.
- BK lange boot gaat door op 17 en 18 oktober in Hazewinkel.

Het **najaarprogramma** staat terug ongeveer op punt. Kijk even in rubriek 5 voor jullie/onze verder uitdagingen.

4 - Prikbord

Roeikledij:

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

5 - Op de kalender

De roeikalender voor 2020 is terug up-to-date gebracht met den huidige beschikbare informatie

Legende					
	Voor de goede roeier	Voor de recreatieve roeier	Clubactiviteit	Kamp/-stage	
	Klus- en botenonderhoud	Alternatieve activiteit	Aanbevolen voor competitieroeier	Initiatiemoment	
Nr	Datum Wedstijd	Activiteit + Waar	Voor wie	Wat	Peter/ meter
9	Dinsdag 21 juli	Zomerhappening + BBQ	Jeugd / Master		Yves/ Sharan
10	Zaterdag 1 augustus	Start nieuw initiatietraject	Club	1, 8, 22, 29 augustus	Yves
11	Zaterdag 15 augustus	Toertocht Leopoldsburg - Neerpelt	Iedereen	32.2 km over Kempisch water	Yves



12	Zaterdag 5 september	Triatlon KRSG Gent	Jeugd	Lopen/ slalom / roeien	
13	Zondag 6 september	Belgisch kampioenschap korte boot te Gent	Jeugd / master	Skiff / dubbel / pair OAR	Filip
14	Zaterdag 12 september	Belgisch kampioenschap korte boot te Gent	Jeugd / master	Skiff / dubbel / pair OAR	Filip
15	Zondag 13 september	Drieluik Gent KRCG	Gent Jeugd		
16	19 september	Blauw-witte toertocht	Jeugd / master	30 km over de Leie naar Gent	Yves
Nr	Datum Wedstijd	Activiteit + Waar	Voor wie	Wat	Peter/ meter
17	Zaterdag 3 oktober	Moordregatta Tilburg	Jeugd / Master	6500 m achtervolging	
	Zaterdag 3 oktober	Moordregatta Tilburg			
18	Zaterdag 10 oktober	Start nieuw initiatietraject	Nieuwelingen	10/17/24/31 oktober	Yves
19	Zondag 11 oktober	Horzol regatta (enkel C2X+ of C4X+) Heerhugowaard	Jeugd / Master	Toertocht (35 km)	
	Zondag 11 oktober	Horzol regatta (enkel C2X+ of C4X+) Heerhugowaard	Master	Marathon (53 km)	
20	Zaterdag – Zondag 17/18 oktober	BK Lange boten te Hazewinkel	Jeugd / Master	1000m / 2000m	
21	Zaterdag 24 oktober	Klusdag / botenonderhoud	Iedereen		Fred / Yves
22	Zaterdag 7 november	Recreatieve regatta VRL	Jeugd / Master	Bij the OAR Wedstrijdtype nog te bepalen	
23	Zaterdag 7 november	Clubavond	Iedereen		Fred / Yves
24	Zaterdag 14 november	Linge bokaal Leerdam	Jeugd / Master	6000m achtervolging	
	Zaterdag 14 november	Linge bokaal Leerdam			
25	Zaterdag 21 november	BK OBIC Deurne	Jeugd / Master		
26	Zondag 29 november	Winterregatta Eindhoven	Jeugd / Master	5000m achtervolging	
	Zondag 29 november	Winterregatta Eindhoven			
27	Zaterdag 6 december	Start nieuw initiatietraject	Nieuwelingen	6/13/20/27 december	Yves
28	Te bepalen in overleg	Amsterdam Light Festival	Iedereen	1.5 uur roeien op grachten	

6 – 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 hier hun [contactgegevens](#).


Trainingsmomenten voor de volgende maand:

Alle [reguliere roeimomenten](#) vind je terug op de onze website, voor zover de coronarichtlijnen geen eten in het roet gooien.

Wil je roeien overdag op een gewone weekdag, meld dit aan Fred, je krijgt dan per mail wekelijks de mogelijkheden aangeboden.

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

Foto's @ Flickr

- Op zoek naar andere 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.