



**De olifant**  
VERVEN – PLEISTERS – INDUSTRIECOATINGS

**BAKEN**  
sterk groenwerk



**HEIGHT**  
SOLUTIONS



Verzekeringkantoor  
Herman Nauwelaers



**IT INTERIEUR**  
TOTTÉ

## NIEUWSBRIEF THE OAR : APRIL 2022



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



[The OAR op Facebook](#)

### In deze editie:

- 1 - Nu en komende maand
- 2 - Terugblik
- 3 - De iets verdere toekomst
- 4 - Prikbord
- 5 - Algemene info

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



Lore op weg naar de volgende overwinning

### 1 - Nu en komende maand

#### Starten om 9.00 uur en 9.30 h vanaf 16 april 2022

Zoals al eerder mondeling vertelt zit er vanaf het paasweekend een verandering aan te komen in de starturen voor de regulier trainingen van het weekend. De ervaren roeiers van het eerste blok starten om 9.00 h, de minder ervaren roeiers (vroegere tweede blok) starten om 9.30 h.

De inschrijffapp is hieraan reeds aangepast.

Op de weekavonden blijven we starten om 18.30 h.

#### De nieuwe botenwagen is iets meer uitgerust geworden. Enkele aandachtspunten :

- De riemen hebben een riemenrek gekregen zodat de ze niet meer dansen in de botenwagen.
- Een kist met noodmateriaal is voorzien. Hierin zitten ook verschillende nuttige zaken om boten op de botenwagen te binden.
- Een laadbrief is gemaakt ; hierin staan een aantal praktische richtlijnen, maar ook een berekening om bij het laden het overladen tegen te gaan.
- Normaal gezien moeten geen extra balken op de liggers van de botenwagen gebonden worden. Moest dit toch om een reden nodig zijn overleg dan met Fred.
- Laat na gebruik niets in de botenwagen liggen dat uit de loods kwam, plaats alles terug op die plaats waar je het gevonden had. Twijfel je even (omdat je het zelf niet uit de loods hebt gehaald), vraag dan even aan de trainers.

#### Enkele traditionele wedstrijden op Belgische wateren

De maanden april en mei zijn de Belgische wedstrijdmaanden waarbij telkens op een watersportbaan, afhankelijk van de leeftijd een wedstrijd van 2 – 1 – 0,5 km geroeid wordt. Interesse : schrijf je in via de inschrijffapp onder de desbetreffend inschrijffblad :

- 23 & 24 april : Belgisch kampioenschap korte boot



**De olifant**  
VERVEN – PLEISTERS – INDUSTRIECOATINGS

**BAKEN**  
sterk groenwerk

**buuë**  
keukenstudio



**HEIGHT**  
SOLUTIONS



Verzekeringkantoor  
Herman Nauwelaers



**IT INTERIEUR**  
TOTTÉ

- 7 & 8 mei : internationale regatta KRSG
- 15 mei : Regatta met BBQ in Maubray
- 21 mei : Jeugdtriatlon Gent

In de triatlondiscipline wordt er eerst gelopen, dan geslalomd en vervolgens een rechte lijn wedstrijd.

### Waterlelietocht in Frans Vlaanderen : Zondag 8 mei 2022,

Bij het finaliseren van de inschrijving bleek door een misverstand dat we niet ingeschreven waren. Iets voor volgend jaar dan maar, maar een afstapping ter plaatse door een beperkte delegatie wordt nog dit jaar gedaan.



elfstedenroeimathon

### Roeimarathon : Elfstedentocht 27, 28 en 29 mei 2022

We spreken met de ingeschreven deelnemers af op woensdagavond 20/04/2022 na de training. We proberen dan alles concreet te krijgen. Een marathontuitdaging voor de geoefende roeier : 207 km in een team van 12 met een nachtje door. Reeds zes OAR-deelnames, de zevende nu einde mogelijk.

Ook hier wordt met een overnachting gewerkt de nacht nadat de 207 km werden afgewerkt. Naar huis rijden dezelfde avond is er dan echt over. Omdat hier dan ook weer moet gezocht worden naar een geschikte slaappleats vragen we jullie om je op te geven als je mee wilt doen in de inschrijffapp. Goesting krijgen doe je door even te kijken op hun [website](#).

### Boten die eerst buiten komen zo ver mogelijk van de loods op schragen leggen

Na de botenverdeling ligt het botenplein dan ook heel snel vol, wat dan soms weer resulteert in toeren uitvoeren met boten om toch snel op dat water te geraken. Vraag is om de boten die eerst uit de loods komen zo ver mogelijk van de loods weg leggen (dus op de schragen die buiten de omheining geplaatst zijn) zodat een doorgang open blijft voor andere boten.

### Botenfonds

Bert sponsorde een scherm voor de kassa, de sponsoring van bedrijven Stoop en Meeus doen samen met de verkochte crocques, cake, .. de stand op 4500 euro. Een gemeente merci. Wil je zelf ook bijdragen door een actie of gewoon sponsoren. Pols even bij Heidi.



## 2 - Terugblik

### 9 & 10 april : Internationale Spring regatta GRS Gent

GRS organiseerde afgelopen weekend de eerste lijnwedstrijden van het seizoen 2022.



Steeds nemen er heel veel naties hieraan deel. Buiten onze buurlanden rondom ons waren delegaties afgevaardigd van o.a. Noorwegen, Spanje, Gibraltar, Noorwegen tot zelfs Indonesië toe. Lore heeft de kans gekregen om met Club Gent in 4- te starten in U19. Voor Lore haar allereerste wedstrijd boordroeien. Ze zetten een tijd neer die niet ver van het baanrecord lag.





In de namiddag kwam Heidi in actie met haar Blackadder skiff. Als Master roeide ze tussen het jonge geweld een mooie 7° plak algemeen.



De stormwind nam ondertussen in kracht toe toen het de beurt was een Glenn en Stijn om te starten in skiff. Het was eerder alle moeite doen om over de golven de meet te bereiken.

Lore ging voor de VRL een combinatie roeien met Chloe van UNB in dubbeltwee U19. Ze wonnen dit met 5 seconden voorsprong op 2 Duitse Ploegen.



Als laatste race voor the Oar stapten Glenn en Stijn in dubbeltwee met als doel vooral ervaring op te doen voor de komende wedstrijden.

Op zondag stond alleen nog Lore geprogrammeerd voor wedstrijden. De weergoden waren nu de roeiers gunstig gezind en alle wind was gaan liggen. Lore kwam in de laatste reeks aan de start van Skiff junior U17. Ze moest op jacht gaan naar de best roeiende junioren uit de eerste reeks. Ze knalde er meteen vandoor zonder enige tegenstand uit haar reeks. Na aankondiging van de uitslag bleek dat ze 4 seconde rapper was dan de eerste Duitse en was ze algemeen winnaar in deze categorie.



Door het succes in 4- op zaterdag kwam de vraag van de coach van Club Gent of Lore niet mee kon roeien in 4x Junior u19. Doel was vooral om de sterke ploeg van Oostende het vuur aan de schenen te leggen en te zien of er groot verschil zou zijn. de start werd schitterend genomen en de strijd ging tussen Oostende, Noorwegen en deze combiploeg. Halfweg is de Noorse ploeg tussen de beide boten geschoven en werd dit de uiteindelijke uitslag. Een mooie 3° plek als afsluiter van dit wedstrijdweekend.

Volgende afspraak BK korte boten in Hazewinkel 23-24 april.

### Een clubwerking voor leden door leden

In deze maanden werd beroep gedaan op enkele vrije momenten van jullie om ergens te helpen. Dankzij deze hulp geraakten naast de pinten vol, boten opgeblonken, het tennisballenarsenaal uitgebreid, steigers ontdaan van vuil en rijm, postkOARten werden ontworpen, begeleid in en naast de boot, een botenwagen aangepast, ... volgende drie acties :

### Initiatietraject April : 3 en 10 april





**De olifant**  
VERVEN – PLEISTERS – INDUSTRIECOATINGS

**BAKEN**  
sterk groenwerk



**HEIGHT  
SOLUTIONS**



Verzekeringkantoor  
Herman Nauwelaers



**IT INTERIEUR  
TOTTÉ**

De roeiplanken werden ook deze weekends terug boven gehaald. 9 mensen trappelden om zich de perfecte roeislag eigen te maken met ideaal initiatieweer, onder toezien en helpend oog van Tinne, Greet, Liesbeth, Sharan, Marc E, Stijn, Kristien en Yves. Anton H, Danaë, Ezra mogen we al verwelkomen als nieuwe leden. An gaf al aan ook lid te worden. Anton A, Yoko, Rik, Mateo werken hun laatste initiatie beurten nog af en zijn ook zeer geïnteresseerd om lid te worden. Leen heeft genoten van deze initiatierEEKS.

Knap begeleidingsteam. Dank je wel.

### Canal it up op zondag 27 maart. We starten om 8.30 h

Greet zorgde voor echt lekkere soep met ballekes (na of tijdens de opkuis). Met een verdienstelijke



poging van Glenn 'Beter 1 vuilzak in de hand dan 10 in de waterkant' werd getracht de Gazet te halen, maar het werd 'The Oar 'proeijt' boorden en water Netekanaal schoon'.

[https://www.gva.be/cnt/dmf20220328\\_93276872](https://www.gva.be/cnt/dmf20220328_93276872)

Carl Plasschaert, die in 2019 de als eerste Belgische soloroeier de Atlantische oceaan overstak en hierbij de 'Plastic Soup'-organisatie steunde, plantte in de roeiclub het zaadje om hier concreet iets te doen. Verschillende OARsome rowers pikten dit op en gaven aan ons mooie roeiwater te gaan ploggen.

Het opkuis-idee werd geplukt bij de Brusselse Canal-it-up organisatie omdat tijdens de vele trainingsmomenten op het water maar pas op valt wat er allemaal in het kanaal terecht komt of aanspoelt aan haar oevers. Op een frisse zondagochtend werd niet aan de riemen getrokken maar met geleende knijpers de bermen proper gemaakt. De ideale periode van het jaar om, net voordat de weelderige kanaalbermen terug in het groen staan, het vele afval te spotten van op het water en langs de bovenkant van de berm. Met roeiboten op het water werden aanwijzingen gegeven waar de grotere brokken vuil lagen die dan met de vele grijpers letterlijk konden weggewerkt. Moeilijker van de kant bereikbare plaatsen werden met een motorbootje opgekuist. De alternatieve berm-af

berm-op roeitraining liet bij de deelnemers een enorm goed gevoel achter. Stukken stoel, fietszadels en -banden, pillendozen, ballen, visnetten, flessen met chemisch producten er nog in, drankflessen, -brikken, -blikken, mondkmaskers, buizen, ... vulden in totaal 37 vuilzakken.

8 km bermen liggen er nu een pak properder bij, voor de massa plasticen drijfvuil wordt roeigewijs nog een oplossing gezocht voor een volgende 'Canal it up'-actie.







**De olifant**  
VERVEN – PLEISTERS – INDUSTRIECOATINGS

**BAKEN**  
sterk groenwerk



Verzekeringkantoor  
Herman Nauwelaers



### De temperatuur in onze hOARizon : zondag 10 april

De temperatuur is niet altijd optimaal, voornamelijk bij koudere dagen durft het al eens wat langer duren om aangenaam te vertoeven voor en achter de toeg. Marc Eekels deed een oproep om over deze problematiek in groep met een beproefde techniek na te denken. Een verslagje werd afgeleverd aan het bestuur met oplossingen die nog verder moeten uitgediept worden.



## 3 - De iets verdere toekomst

Elk event heeft zijn/haar doelpubliek maar als The OAR proberen we iedereen mee te nemen naar dat event dat je wil mee doen. Twijfel of je mee kan (roeicapaciteitsgewijs), hoor even bij de trainers.

### Toertocht VRL op 4 en 5 juni

De eerste **toertocht van de VRL** (onder nog licht voorbehoud) in het voorjaar (4 en 5 juni) is een verjaardagseditie van de roeiclubs van Oostende en Gent (een 150 jubileum). Er wordt dan ook van Oostende naar Gent geroeid in twee dagen waarbij een 60 km wordt afgelegd. Overnachting gebeurt in Beernem. Verder info volgt later vanuit de VRL.

### Het roekamp in het Noorden van Holland : 25 tem 29 juli

Roeien van den Helder tot ergens voor Amsterdam is het plan. Logement ligt vast voor 20 deelnemers. Inschrijven is mogelijk in de inschrijffapp.

### 1 km knallen in Libourne (Frankrijk) : WK masters ook voor niet masters

Gezien het feit dat er een 5000-tal deelnemers worden verwacht in Libourne voor de week van 7 tot 11 september 2022 is een goede slaapplek zowaar rond. De ploegen liggen ook quasi vast, alhoewel hier nog zeker in geschoven kan worden. De trainingen zullen hier ook iets pittiger worden zodat we klaar zijn

## 4 - Prikbord

### Vaste handen gezocht voor internationale regatta in 3 en 4 september.

Aan alle Belgische clubs wordt gevraagd hier mee te helpen.

### Licentiepapier, voor een Belgische wedstrijd nodig, te laat is een boete

Voor alle Belgische wedstrijden (zowel op het water als op een roeimachine) moet twee weken voor de wedstrijd de A-licentie in orde zijn. Het formulier vind je achter [deze link](#), maar tevens op de [website](#). Met dit formulier moet je naar een arts gaan, die jou medisch geschikt zou moeten verklaren. Dit formulier daarna (ingescaand of per foto) naar Filip te sturen. Hij doet de verdere clubadministratie hierrond. Ben je hiermee te laat en wordt er een boete aangerekend, dan zal deze boete worden doorgerekend.



**De olifant**  
VERVEN – PLEISTERS – INDUSTRIECOATINGS

**BAKEN**  
sterk groenwerk



**HEIGHT SOLUTIONS**



Verzekeringskantoor  
Herman Nauwelaers



**IT INTERIEUR TOTTÉ**

## **Ik wil komen roeien en gebruik ... de inschrijf-app voor en na mijn roeisessie : even iets onder de aandacht brengen**

Het werken met de inschrijfapp wordt geapprecieerd ; lekker handig en overzichtelijk.

Schrijf je in via de app met de verschillende tabbladen naast de training voor een wedstrijd / toertocht / clubevent / .. (elk evenement heeft zijn tabblad).

Na elke roeisessie (door de week of training) wordt gevraagd om je boot en geroeide kilometers op te geven. Dit in de twee extra kolommen achteraan je gekozen roeimoment.

**De gekende algemene coronamaatregelen worden langzaam maar zeker afgebouwd:** De omikron-golf dooft verder uit. We zitten in code geel wat voor ons betekent :

- De CO<sub>2</sub>-concentratie in het clubhuis moet opgevolgd worden tijdens ergometertrainingen met de ter beschikking zijnde meter.
- De kleedkamers blijven open, douchen kan.
- Reinigen en ontsmetten van de boten en riemen: boten en riemen worden volledig gereinigd met water en zeep.

## **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 hier hun [contactgegevens](#).

### **Trainingsmomenten voor de volgende maand:**

Je kan op veel verschillende momenten roeien, zowel in de week als weekend. De enige voorwaarden zijn dat je met minimum twee bent (waarvan minstens één peter / meter) en de inschrijfapp hebt ingevuld.

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

### **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.