

## NIEUWSBRIEF THE OAR : FEBRUARI 2023

 [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)*



Quattro, Quattro is the name

### 1 - Nu en komende maand

#### Help mee in de The OAR vOAR en dOAR The OAR !!! Wat betekent dit voor ons allen :

Het schitterend karakter van onze club wordt gemaakt door ons allen.

dOAR dat heel wat mensen spontaan iets opnemen in iets wat ze graag doen of sterk in zijn blijft onze club draaien. Het zijn die kleine hulpmomenten dat het runnen van een club voor iedereen draagbaar blijft, maar toch ..

De club groeit jaar na jaar en we merken dat we naar een volgend kantelpunt gaan ; er dringt zich meer structuur op om alles goed te laten blijven lopen, maar vooral om telkens moe maar voldaan (lees : genoten van de geleverde inspanning) uit een perfect in orde boot te stappen na een georganiseerde training.

Deze bijdrage (op alle niveaus) levert dan ook na een training tevreden gezichten af aan de toeg, waar dan weer de plannen gesmeed worden om een volgende toertocht, een gezamenlijk werkmoment, een nieuwe uitdaging of een leuk clubmoment aan te pakken.

Het is deze OAR-gedachte die we in de club levend houden.

Even concreter : **WE HEBBEN JULIE ALLEMAAL NODIG OM DIT ALLES SAMEN TE BLIJVEN DOEN.**

En dit een halfuurtje tot een uurtje per maand. Dit kan gaan van een ploeg beginnende roeiers te begeleiden, over mee onderhoud aan het gebouw doen, een toogdienst, een botenwagen trekken, riemen slissen, instagram of facebook beheren, een gemeentelijke vergadering bijwonen, ..

Je kunt zo je expertise mee inzetten en moet dat warm water niet terug uitgevonden worden.

Vandaar de vraag om je naam in te vullen op de namenlijsten die uithangen op het bord in de gang. Je ziet hier de verschillende zaken staan die nodig zijn om onze club draaiende te houden. De namen die er al opstaan zijn van de mensen die dit aangaven in de ledenbevraging. De vraag is dan zeker ook gericht naar die mensen die er niet tot gekomen zijn om de ledenbevraging in te vullen (of dit anoniem deden).



Heb je meer tijd en zin om mee richting te geven aan onze club dan bestaat natuurlijk de mogelijkheid dat je mee trekt aan een event of eventueel mee in het bestuur stapt.

De voornaamste bevindingen ledenbevraging werden toegelicht op de nieuwjaarsreceptie. We geven ze hieronder nog even mee :

De algemene teneur van deze ledenbevraging is dat mensen graag naar de club komen om er zich op het water in goed onderhouden boten samen in ploeg inspannend tot rust te komen, ieder op zijn/haar niveau. Het aanbod is voldoende gediversifieerd zodat iedereen zijn/haar wedstrijden, toertochten, marathons, .. kan roeien. De communicatie naar leden is ruim voldoende over wat er staat te gebeuren.

Er zijn ook een aantal puntjes waar we nog beter in kunnen worden :

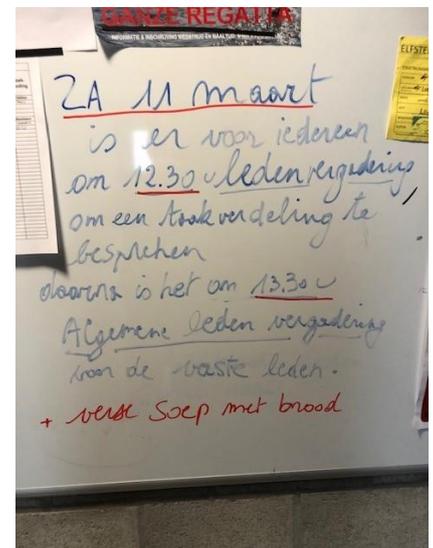
- Trainingen meer technische begeleiden met achteraf ook een gerichte feedback.
- Beginnende roeiers meenemen met ervaren boten
- Sneller kenbaar maken praktische aspecten van activiteiten
- Het 'Open' van the OAR ook open houden
- Respect voor het materiaal
- Meer mixed roeien

### Reünie oud roeiers op 25/02 om 13.30 h

Deze namiddag komen oud-roeiers van RARC – KAWV samen op The OAR. Voornamelijk om elkaar nog eens te zien en de oude gezamenlijk overwinningen terug even op te blinken. Een 25-tal vijftigers en zestigers worden verwacht.

### Algemene vergadering zaterdag 11/03 13.30 h

Alle documenten, nodig voor de formele algemene vergadering, zijn in opmaak en worden kortelings naar de stemgerechtigde leden van deze vergadering gestuurd. Naast de plannen voor 2023 worden ook de gedane zaken in 2022 worden toegelicht, wordt het financiële besproken en worden nieuwe leden voor de algemene vergadering (mensen die al 3 jaar lid zijn mogen zich kandidaat stellen om als stemgerechtigde mee de richting te bepalen en mee te werken aan onze club) Uiteraard is elk lid welkom op deze formele vergadering.



### Ledenvergadering zaterdag 11/03 12.30 h

Voorafgaand aan de formele algemene vergadering is er voor alle leden een vergadering waarin de groei van de club wordt besproken en hoe we iedereen hierin trachten te betrekken. Ook hier is iedereen natuurlijk welkom.

### Drukke op de club





**De olifant**  
VERVEN – PLEISTERS – INDUSTRIECOATINGS

**BAKEN**  
sterk groenwerk



Verzekeringkantoor  
Herman Nauwelaers



Zelfs op minder warme zaterdag- en zondagochtenden wordt regelmatig veel volk gespot om het water op te gaan. Dit beloofd voor de wel aangename ochtenden binnenkort. De dagelijks roeipuzzel vraagt wat tijd om te leggen, maar daarbovenop ook het op en van het water gaan. Hierdoor moet er al eens gewacht worden en is er enig risico voor het materiaal. Sleutelwoorden om dit vlot en veilig te laten vooruit gaan : **help elkaar**, zowel om snel op het water te zitten, maar ook bij het van het water komen.

Enkele eenvoudige zaken die het vlotter doen verlopen :

Bij de opstart van een training:

- Zet voldoende schragen klaar, maar zoveel mogelijk buiten de omheining. Hou een gangpad vrij vanuit de loods met vieren, dubbels, skiffs.
- Leg eerst riemen van UW boot. Leg ze bij elkaar aan de steiger.
- Boten die eerst van het schap gehaald worden, worden buiten de omheining geplaatst zodat andere boten ook van het schap gehaald kunnen worden.
- Maak uw boot klaar voordat hij naar de steiger wordt gebracht : zorg dat voetenplank goed staat en de dolhoogte correct is.
- Beperk uw steigertijd : laat u helpen bij het instappen (iemand die de boot vast houdt), stap in en laat u afduwen.

Bij de opruim van een training :

- Leg aan en haal uw boot uit het water.
- Plaats uw boot zo dicht mogelijk tegen de loods (waar hij binnen ligt). Dan in volgorde van belangrijkheid:
  1. Doe eerst je boot ; zeep, spoel, droog en bal hem, leg hem daarna op het schap.
  2. Help bij andere boten (draaien, verplaatsen, op schap leggen).
  3. Haal dan je riemen (was en droog ze, hang ze weg).
- Haal alle materiaal binnen (handdoeken, schragen, kledij en drinkflessen)

### Roeikalender 2023 hangt uit en op deze activiteiten kan ingeschreven worden.

Er zijn enkele kleine aanpassingen in de gepubliceerde roeikalender.

De papieren versie wordt kortelings vervangen met alle aanpassingen ; het tabblad van de inschrijffapp is er al op aangepast.

Nogmaals : maak even je eigen jaarplanning naar roei-events op en schrijf in op de inschrijffapp onder tabblad 'Wat wil ik roeien in 2023'. Wat is erbij gekomen :

- Terugkomdag ergometerproject van woensdagmiddag 22 februari naar 1 maart 2023 om 13.30 h.
- Een meerdaagse toertocht in Portugal, georgansieerd door de plaatselijke Portugese roeiclub, is erbij gekomen. Alle info terug te vinden op [ZÉZERE 2023 \(portugalrowingtour.blogspot.com\)](http://ZÉZERE 2023 (portugalrowingtour.blogspot.com))
- Deelname op aan de Roefeldag (24 juni) : een jeugdig moment waar langs de gemeente jongeren worden gestuurd om te koen proberen te roeien.

### Zaterdag 4 maart : Ganzeregatta

Het eerste wedstrijdgerichte wapenfeit op het water voor The OAR : de Ganzeregatta in Goes (Nederland).

De ploegen zijn verdeeld. De trainingen losgebarsten om de 4,3 km, vertrekkend uit het knusse haventje van Goes richting sluis op de Oosterschelde zo snel als mogelijk af te leggen.

Koen en Ive doen dit in twee zonder. Een vrouwenboot met Ann S, Kristien, Eva, Eline worden aangevoerd door Lianne. Lianne doet dit ook voor de mannenacht (Pepijn, Jeroen, Ben, Stijn, Rik, Glenn, Thomas P en Andreas). Bert, Yves, Ezra en Sharan doen dit dan weer vier koppel. Ook Andreas, Johan, Marieke en Filip proberen deze

kilometers zonder stuurvrouw te weerleggen. Heidi en Lore doen het dan op hun eentje in hun skiff. Koen en Ive trekken zich erdoor in de twee zonder.

Achteraf worden de opportuniteiten en de gemiste kansen nabesproken met een mossel of sparerib.

Wil je mee komen supporteren, dan kan dit zeker (geef het even op in de inschrijffapp), maar doe dit voor 25 februari.

Meer info : [RV Scaldis - De wedstrijd](#)

### Brugge boat race op zondag 5 maart

Ook hier zijn de ploegen bekend en wordt er getraind voor een iets langere afstand : 5 km.

De volgende ploegen verdedigen hier onze clubkleuren :

- Een gestuurde punt vier met Stijn, Glenn, Thomas, Pepijn en met Lianne als stuurvrouw.
- Een gestuurde mixed koppel vier met Jan A, Bert B, Helga C en Ann S. Hier wordt nog naar een stuurman/vrouw gezocht.
- Heidi en Kristien doen een dubbeltje
- Y&Y (Yoichi en Yves) doen ook een dubbeltje.

Meer info : [Brugge Boat Race \(krbrugge.be\)](#)

### Canal it up : 19 maart om 9uur

In maart plannen we een opruimactie van al het zwerfvuil, achtergelaten op de kant van en op het water, **want ... de zee begint aan onze steiger !!**

Het kanaal ziet er soms behoorlijk smerig uit ; af en toe komt de melding dat er moest geslalomd worden tussen het afval dat op het water dreef. Maar de dijken, zeker net boven de waterlijn, zijn ook niet altijd een fraai gezicht vanop het water, zeker in de winterperiode wanneer het zomerse groen allemaal verdwenen is.

Vorige versie leverde heel wat afval op, niet alle recent achtergelaten maar ook plastic van jaren geleden. Canal it up (wat dicht bij Clean it up ligt) is een initiatief van kajakkers die regelmatig het water afschuimen naar vuil. We willen ons steentje in een kleinere plastic-soup bijdragen.

Het accent deze ochtend ligt dan ook eerder op opkuisen dan op roeien. Breng stevige schoenen en een lange broek (tegen de doornen) mee. De plastic zakken en grijpers voorzien wij.

Heb je zin om dit mee te organiseren, schrijf je dan in op de inschrijffapp 'Canal it up 19/03'.

### Sportsterren in Ranst : 24 maart

De gemeentelijke kampioenviering die door corona al 2 jaar niet is doorgegaan wordt in een nieuw kleedje gestoken. Het wordt een OPEN viering voor alle sportclubs. Bedoeling is dat elke club zelf een sportster kan nomineren. (sportster is iets of iemand die de club laat blinken, schitteren, stralen, opvallen). Dit kan een persoon zijn (terreinverzorger, langste aangesloten lid, toch kampioen.... zelf in te vullen) of het kan ook een activiteit zijn waarin jullie vinden dat jullie als club uitblinken ( goed voorbeeld van oudercontact, faire supporters....).



The OAR draagt Lore voor met haar toch wel mooi bijeengeroeid palmares dit jaar.

Wil je graag mee Lore in de bloemetjes zetten schrijf dan in op de inschrijffapp, zodat we aan de gemeente Ranst kunnen laten weten met hoeveel supporters we komen. Het exacte programma volgt nog voor die avond.

## 2 – Terugblik

### Ergometerproject scholen van 6 tem 14 februari met terugkomdag op woensdag 22 februari

223 jongeren hebben het beste van zich gegeven op de clubergometers, maar ook op diegene die we konden lenen van Eric, Ben, Rik, Ingrid, Filip, Jeroen, Jules en Brecht. De snelste tijd werd geroeid bij de meisjes door Lemke (47.06) van de knipoog van Ranst. Bij de jongens ging Michel als eerste over de 200 m lijn (46.50).



Ook de krant passeerde om dit evenement te verslaan (zie link : [https://www.gva.be/cnt/dmf20230210\\_95704462](https://www.gva.be/cnt/dmf20230210_95704462)). Eric, Filip, Yves, Sharan, Marc E en Fred stonden paraat om al deze kinderen die beginnende roeislagen aan te leren. Een dikke merci aan iedereen om dit mede mogelijk te maken.

### Ergometeren in Gent : zaterdag 4 februari

2000 m / 1000 m alles geven op een roeimachine is linksboven de meters in het oog houden dat ze snel naar beneden blijven gaan. Is gefocust blijven om die tijd op de 500 m niet naar boven te zien oplopen met ondertussen elke slag opnieuw proberen een snelle inpik beet te hebben. Is stiekem opzij om te genieten van hoe hard de concurrentie aan het afzien is. Is op het projectiescherm uw bootje hopelijk te zien opschuiven naar dat van die eerst is, .. en je er dan ook over gaat. Is u soms afvragen 'Waarom doe ik dit weer?'. Achteraf is het na enkele minuten achter lucht gezocht te hebben, genieten van de geleverde in-/ontspanning. Rik deed er 6.20.10 over (elfde), Glenn 6.52.90 (24<sup>ste</sup>) en Stijn 7.08.30 (26<sup>ste</sup>). Heidi duwde zich als master na 3.38.09 over de meet (tweede) en Kristien deed dit in 4.05.71 (zesde). Sharan klokte af na 3.19.10 (zevende) en Brecht na 3.24.90 (Elfde). Mooie prestaties.



### Initiatietraject zondagen 5 en 12 februari

Ook het eerste initiatietraject van het jaar werd afgerond. Els, Jeroen, Roy, Annelies, Katja en Kevin hadden redelijk perfect, maar ook een beetje fris, weer om zich te verdiepen in al die extra aandachtspuntjes die een roeislag typeren. Eline, Sharan, Greet, Yves en Tine kregen een aantal mensen al warm om verder te gaan met deze uitdieping. Ook iedereen hier een dikke merci aan alle helpende handen.



### Nieuwjaarsreceptie met broodjes : zondag 29 januari 12.00 h

Na het glas bubbels (of iets anders lekkers) en een schitterend lunch-buffet, verzorgd door Greet en Liesbeth, werd naast de korte toelichting van het jaarprogramma (dat reeds via inschrijffapp ter beschikking is) de resultaten van de enquête uitvoerig besproken. De OAR-gedachte stond er centraal.

Daarna werd onder een laagje champagne aan de nieuwe gerefurbishte Filippi Punt vier zijn naam toegekend : Quattro. Deze lichtgewicht vier is zeker welkom in onze zwaardere armada.



### Ouderinfomoment : zaterdag 28 januari

Verschillende ouders kwamen luisteren naar Eric, Marc en Glenn die hun wensdroom uitten naar de jeugd om met deze jongeren (aangevuld met andere uit de omstreken) te kunnen werken op termijn naar een meisjesacht en jongensacht.

Het jaarprogramma werd toegelicht, enkele aandachtspuntjes werden aangehaald om zo stapje voor stapje naar die droom te werken. Dankjewel ouders om te komen proeven van de jeugdwerking.



### 'De clubwerking vOAR leden dOAR leden'

En ondertussen blijven die kleine zaken doorlopen. Glazen die afgewassen geraken, een zaal die in een wip en een flip nieuwjaarsreceptieklaar is, lampen die vervangen geraken, presentaties die voorbereid worden,



**De olifant**  
VERVEN – PLEISTERS – INDUSTRIECOATINGS

**BAKEN**  
sterk groenwerk



**HEIGHT**  
SOLUTIONS



Verzekeringkantoor  
Herman Nauwelaers



**IT** INTERIEUR  
TOTTÉ

raamkaders geraken opgemeten en geplaatst, stoomtoestellen getest om de terrastafels een beurt te geven, ...  
Blijven doen The OAR, we zijn zo goed bezig 😊 😊 😊

### 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 : zeker doen.

Wat komt er in de verte aan :

- Internationale wedstrijd in Gent (8 en 9 april)
- Belgisch kampioenschap korte boot in Hazenwinkel (21, 22 en 23 april)
- Toertocht Biesbos (7 mei)
- Internationale regatta in Gent (6 en 7 mei)
- Regatta in Maubray (14 mei)
- Elfstedentocht (19 tot 21 mei)
- Portugal

Schrijf al in op de inschrijffapp 'Wat wil ik roeien in 2023' maar ook op het specifieke tabblad.

### 4 - Prikbord

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

Het werken met de inschrijffapp 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.

### 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 inschrijffapp 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](mailto:oar@live.be) sturen.