

VORDINGBORG RO- og KAJAKKLUB

NORDHAVNSVEJ 56, 4760 VORDINGBORG Tlf. 5537 3209

Web-adresse: www.vo-roklub.dk

E-Mail: vo-roklub@vo-roklub.dk

Bestyrelsesmedlemmer:

Formand:

Lilian Jeppe Hansen 2420 6869
Klubhus og ”Vi Roere”
Udlån af borde, stole og bestik

Næstformand:

Lars Augustesen 2160 5786
Kursusdeltagelse og sejlene materiel.

Kasserer:

Bodil Hagensen 2553 5647

Ungdomsleder:

Vivi Larsen 5534 6717

Kajakchef:

Bo Bensby 5537 6412

Daglig roning:

Christian Damgaard Olsen 2372 5756
Instruktion af nye roere,

Udstationeret båd under DFfR:

Bodil Nygaard 5537 5260
Langtur og udstyr til Langtur.

Ansvarlig for nøgler:

Lars Augustesen og Christian Damgaard Olsen

Redaktionen af ”Vi Roere”:

Teknik: Birger Rasmussen

Formand for Vordingborg Roklubs Venner:

KirstenMunthe-Brun Fæbyvej 85 4760 Vordingborg 5598 5060



AKTIVITETSKALENDER FOR ROSÆSON 2010

September

Søndag d. 19.	VM-Match	Side 4
Tirsdag d. 21.	Måneskinstur for ungdomsroere	se opslagstavlen
Onsdag d. 22.	Måneskinstur	se opslagstavlen
Søndag d. 26.	Gåsetårnsløb – Atletikklubben arrangerer	Se dagspressen
Tirsdag d. 28.	Kajakstur for pensionister & andre privilegerede	Se blad 2010 nr. 1

Oktober

Lørdag d. 9.	Tur de Mølleå	Side 5
Lørdag d. 16. Søndag d. 17.	Kajakkursus i klubben	se opslagstavlen
Lørdag d. 23.	Klubkaproning kl. 13.30	se opslagstavlen
	Standerstrygningsfest kl. 18.30	se side 6

November

Tirsdag d. 2.	Generalforsamling i VRV	se side 9
Torsdag d. 4.	Foredrag v/ Ib Davidsen	se side 6
Torsdag d. 18.	Julebanko kl. 19.00	se side 9

Andet:

Pigegymnastik og vintersæson	Side 3	Vordingborg kajaktrim 2010	Side 8
Velkommen til nye roere	Side 4	Medlemskab af roklubben i 50 år	Side 10
Kanaltur i København	Side 7	Ak ja - 50 år går bare hurtigt	Side 11
Vedligeholdelse af både	Side 8	Kontingent betaling	Side 12

Hver onsdag fra den 27. oktober Pigegymnastik kl. 19.00, se omtale i bladet
Hver onsdag Svømning i Iselinge Hallens svømmehal.

Startdato – se opslagstavlen.

Omklædning fra 20.15, svømning fra kl. 20.30 til 21.20.

Ude af omklædningsrummet Kl. 21.30

Hver torsdag kl. 18.30 i vintersæsonen – bådevedligeholdelse. (se inde i bladet).

PIGEGYMNASTIK OG VINTERSÆSON

Pigegymnastik og vintersæson hører sammen. Vi mødes igen i år første onsdag efter standerhejsning for at lave gymnastik. Hvad skal vi foretage os i år? Er det pilates, der trækker, eller er det bodyshape i kælderen ved alle vores træningsredskaber? Måske er det Zumba, vi skal more os med.

Vi starter onsdag den 27. oktober kl. 19.00. Hvis du har energi, kan du svømme bagefter.

Ses vi?

Kærlig hilsen fra tøserne

VM-FEBEREN ER OVER OS....

SØNDAG DEN 19. SEPTEMBER 2010 KL.

10.00 afholdes

VENSKABSMATCH

I Vordingborg Ro- og Kajakklub.

Skriv dig på listen, der hænger i klubben og vær med denne søndag. Vi skal forsvare Vordingborgs ære.

Venskabsmatch er en traditionsrig kaproning mellem 4 roklubber, Præstø, Stevns, Viking og Vordingborg. Kaproningen blev startet i Præstø, og Præstø Roklub har afholdt kaproningen i over 50 år.

Venskabsmatchen bliver nu afholdt i Vordingborg.

Vi inviterer, opfordrer og udfordrer hermed DIG til at deltage. Få din form pudset af og mød op.

Det er kun for sjov, og alligevel er det ramme alvor.

Der er mulighed for køb af mad og drikkevarer søndag til frokost. Maden koster 60,- og vi skal have tilmelding til mad senest mandag den 13. september. I år vil vi gøre os de ihærdigste anstrengelser for, at der er lune retter til alle.

VI GLÆDER OS TIL AT SE JER ALLE

Velkommen og tillykke til de nye roere

Tillykke til de nye udklækkede roere i Vordingborg Ro- og Kajakklub, som har bestået et rokursus i rosæsonen 2010.

De nye roere er:

201013	Rebekka Bærnholdt		
201015	Dorthe Wille-Jørgensen	201016	Finn Pedersen
201018	Bent Larsen	201019	Jane Larsen

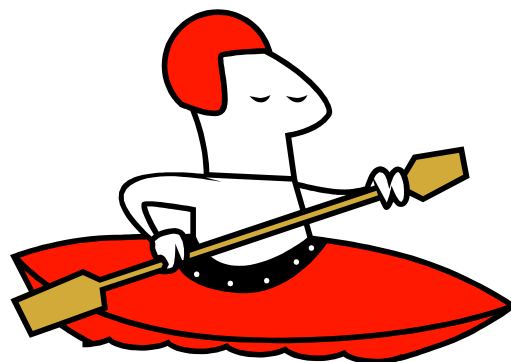


Muligheden er nu, at I kan få et styrmandskursus.

Vi glæder os til at ro flere gode ture og få nogle gode stunder med jer.

Med venlig hilsen

Roskolen



Tur de Mølleå

Fællestur for kajak- og inriggerroere

lørdag 9. oktober

Fællestur for kajakker og inriggere. **Kl. 8 lørdag morgen** mødes vi alle for at nyde morgenkaffen/teen sammen. Der pakkes kajakker på bilerne og vi kører til Lyngby Roklub hvor vi har lånt inriggere til vore roere.

Dette er en skovtur på Lyngby Sø, Mølleåen, Furesø og Vejlesø. Der bliver roet i roligt tempo med flere pauser undervejs. Distancen bliver ca. 20 km. I tilfælde af dårligt vejr, omlægges ruten til f. eks. Bagsværd Sø.

Hvis du **kører direkte** med din egen kajak, mødes vi kl. ca. 10.30 ved Lyngby Roklub.

Medbringes: Madpakke, skiftetøj og lyst til at opleve efterårsskovene i Nordsjælland.

Tilmelding: Senest onsdag 6. oktober af hensyn til planlægningen.

Hvor: På ophængt liste i klubben eller pr. telefon.

Hilsen Bo Bensby og Lilian Jeppe.

KANALTUR I KØBENHAVN

Søndag d. 22. august tog roerne og en kajak på tur til Københavns kanal.

Vi havde lånt tre 2 års inrigger fra Lyngby roklub og Lyngby dame roklub, de har et lille bådsted i Taarbæk. Bådstedet ligger ca. 7 kilometer fra Københavns Havn. Vi havde pakket madpakker, kaffe, kage, regntøj og tørt tøj, for vi vidste turen ville blive lang, og vejret kunne give regn senere på dagen.

Kl. 10.45 stod vi alle klar i Taarbæk, og havde fået bådene i vandet. Solen skinnede, der var ingen bølger på vandet, så vi tog af sted mod Københavns kanaler.

Inden vi kom til Tuborg Havn havde alle fået regntøj på, for det stod ned i tove. Der var virkelig blevet åbnet for sluserne, alligevel roede de hårde roere og en enkelt kajak videre, for deres mål var kanalerne.



Efter 30 minutters holdte regnen op, og solen kom frem. På Langelinie holdte vi vores første pause, og spise mad. Inden vi tog videre, skulle vi lige over og se på Den Lille Havfrue. Men hun var taget til Kina, så der stod i stedet en stor fladskærm ude i vandet, med live billeder fra Kina.

Vi tog videre igennem havnen, forbi Maersk, Kongeskibet, Operaen, Christiansborg, koncerthuset og en masse turbåde og vandbusser. Vi roede ind gennem kanalerne, Frederiksholms kanal og Christianshavns Kanal, og ind fordi ubådhalerne og kanonbådhalerne, hvor vi tog et holdt på turen. Det var kage tid. Lige da vi skulle til og af sted igen, kom regnen tilbage med ekstra lang varighed. Det var ikke noget vi havde bestilt til vores hjemtur, men vi skulle jo hjem.

Efter en masse regn, kom solen frem igen, og selvom vi kun manglede 5 kilometer, inden vi var tilbage i Taarbæk, blev vi næsten tørre igen.

Turen var i alt på 35 km. Vi tog hjemmefra kl. 8.00 og var hjemme igen kl. 18.00. Hvis der igen næste år er interesse om sådan en tur, arrangerer vi den igen. Tak for en god tur.

Med venlig hilsen
Roskolen

HVOR MANGE UNGER HAR VORES SVANEPAR FÅET?
TAG MED UD OG RO SÅ FÅR DU SE.

HVILKEN FARVE HAR SKOVEN NU?
TAG MED UD OG RO SÅ FÅR DU SE.

HVOR MANGE ÆLLINGER HAR DU SET?
TAG MED UD OG RO SÅ FÅR DU SE

Et digt af Bodil H

Har du hørt, at bådevedligeholdelsen forsætter?

Hver torsdag kl. 18.30 i vintersæsonen

Vedligeholdelse af både er en del af de vinteraktiviteter, der er i vores klub.

Robåde og kajakker skal reparereres, og der skal slibes, lakeres og poleres således bådene kan bevares i flot stand, så vi kan roet i dem til næste sæson.

Vintervedligeholdelse består i at gennemgå bådene for fejl, mangler og skader, som I/vi udbedrer.

Vi at rengøre skinner, sæder og åre og gange og reparation af lakskader indvendig m.m.

De steder, hvor lakken er slidt eller på anden vis ødelagt, skal der slibes og lakeres på ny. Udvendig slibes bådene let overalt, hvis nødvendigt er, og lakeres. (husk der skal ikke slibes mere end højest nødvendigt)

Der skal også males åre.

Vogne til både og kajakker skal efterses og hjulene smøres.

Reservedele og materialer til vedligeholdelsen vil selvfølgelig blive indkøbt, vi mangler bare hænderne.

Der vil være bådevedligeholdelse hver torsdag kl. 18.30 i vintersæsonen frem til standerhejsning.

Aftensmad.

Kl. 18.00 er der aftensmad til alle dem som kommer og giver en hånd med.

Aftensmaden koster mellem 20 - 50 kr. pr. gang.

Vi starter op torsdag den 28. oktober.

Da jeg gerne vil have et praj om, hvor mange der kommer til sådan en aften, vil der blive hængt en seddel op i klubben, hvor man kan tilmelde sig til vedligeholdelse af robåde og kajakker. Hvis ikke du kommer forbi klubbens opslagstavle, send mig en mail via hjemmesiden.

Hilsen Christian D. Olsen

VORDINGBORG KAJAKTRIM 2010

Søndag d. 15. august blev der roet kajaktrimløb i Vordingborg mellem Vordingborg og Petersværft for 7. gang.

Dagen startede i strålende sol og ingen vind, så der var lagt op til en rigtig god dag.

Selvom vejret var varmt og stille, begyndte det lidt på hjemturen at blæse op, dog manglede der kun et par enkelte kajakker i land, før trimløbet blev afsluttet. Så vinden ændrede ikke noget ved resultaterne.



Tak til deltagerne for en fin stævnedag.

Generalforsamling.

tirsdag den 2. november 2010 afholder støtteforeningen VRV ordinær generalforsamling i rokklubben kl. 19.00.

Dagsordenen iht. lovens § 9.

1. Valg af dirigent.
2. Beretning om foreningens virksomhed i det forløbne år.
3. Forelæggelse af det reviderede regnskab til godkendelse.
4. Behandling af indkomne forslag.
5. Valg: a. Formand Kirsten Munthe-Brun er IKKE på valg.
b. 2 bestyrelsesmedlemmer er på valg: Bodil Larsen og Ole Hansen.
d. 1 revisor er på valg: Jakob Frederiksen
6. Fastsættelse af kontingent for det kommende år.
7. Eventuelt.

Forslag der ønskes behandlet på generalforsamlingen, skal være formanden i hænde senest 10 dage før afholdelsen.

Dagens ret er gule ærter tilsat div. grønsager, dertil skinke med stærk sennep og andet traditionelt tilbehør, som det blev besluttet på en tidligere ordinær generalforsamling koster dette beskedne måltid **kun 50,-Kr.**

Vi håber på stor deltagelse af medlemmer og af hensyn til arrangementet må vi bede om **Tilmelding** senest mandag den 27. oktober til Kirsten Munthe-Brun tlf. 55 98 50 60 eller på E.mail: **k-jmunthe@mail.dk**

Kirsten Munthe-Brun

Juleafslutning og Julebanko

torsdag den 18. november kl. 19.00.

Vi har valgt at afholde julebanko om torsdagen så vi undgår fredagens populære fjernsynsudsendelser. Vi skulle gerne blive rigtig mange i år.

Den årlige julehyggebankoaften i rokklubben bliver, traditionen tro, ligesom tidligere år. Alle er velkomne. Der er et festligt pyntet juletræ, som man kun har set magen til i de gamle danske spillefilm.

Der kan købes spilleplader, gløgg, æbleskiver, sodavand, øl, m. m..

Når alle er kommet på plads og har forsynet sig, starter vores julebanko.

Der er mulighed for at vinde en af de mange rare julepræmier og/eller den store flotte juleand.

Herefter skulle alle være klar til at starte den moderne danskernes stressede december måned med - at stå i kø - at købe ind - at slæbe hjem - at gøre julerent - at pakke julegaver ind - at tænde julelys - at give julegaver - at modtage julegaver - at bytte julegaver.

Med venlig julehilsen Kirsten Munthe-Brun



Medlemskab af roklubben i 50 år

I vores klub har vi en tradition, der hedder, at man bliver belønnet med en årgangsnål, når man har været medlem i henholdsvis 10 år, 25 år og 50 år. Disse nåle bliver uddelt ved standerhejsning.

Således også i år.

Desværre havde vi (bestyrelsen) glemt et medlem. Øv, hvor ærgerligt.

Vi har jo, dengang som nu, en regel, der hedder, at man først kan blive meldt ind, når man er fyldt 13 år.. og ingen i bestyrelsen havde den tanke, at vi havde nogle medlemmer, der var så gamle.

Vi blev klogere.

Jeg erfarede hurtigt efter selve standerhejsningen, at jeg havde glemt at hædre et medlem. Til det næste bestyrelsesmøde blev vi enige om, at en så stor begivenhed ikke skulle gå upåagtet hen, og det var ikke nok at hædre vores medlem ved en kaffeaften. Der skulle mere rampelys på.

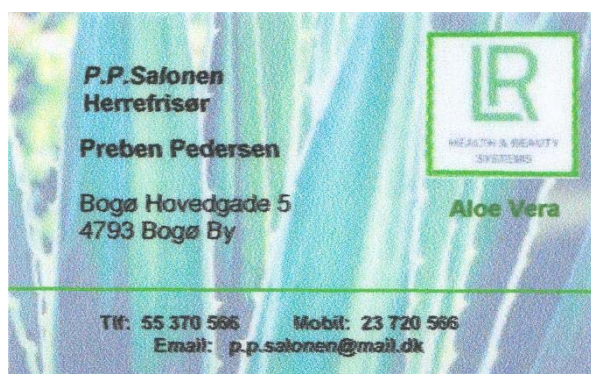
Nu ved du måske, hvem jeg skriver om, men hvis du ikke har gættet det, er personen

BIRGER RASMUSSEN.

Birger blev hædret ved vores Havnejazz arrangement, hvilket var meget naturligt, da Birger har været frontløber ved samtlige Havnejazz arrangementer. Birger er samtidig blevet udnævnt til æresmedlem i roklubben.

Jeg vil nu kun tilføje: tak for din trofasthed overfor Vordingborg Ro- og Kajakklub og undskyld, at vi glemte dig i første omgang.

Lilian



Graffiti:
En hemmelighed
er en oplysning,
man brænder efter
at bringe videre.

Ak ja - 50 år går bare hurtigt.

En dag i 1960 stod jeg og så ud over vandet ved Nordhavnen. Jeg så nogle slanke både pile frem og tilbage, det så helt fantastisk ud. Jeg må indrømme at jeg blev helt misundelig. Outriggere hed bådene. Der var kun én vej, det var en indmeldelse i Roklubben. Jeg faldt straks for det at ro kaproning.

Dengang i 60erne var der ikke noget der hed, massører, fysioterapeut, Team Danmark og hvad ved jeg - det var slet ikke opfundet endnu. Vi havde end ikke en rigtig træner, vi klarede det selv, med gode råd fra bestyrelsesmedlemmer og andre.

Ordet kulfiberbåd, ja, bare udtrykket "ny båd" var noget man ikke brugte, man sagde ikke den slags dengang, og slet ikke højt. Vi bar hver aften vores båd ud, roede 20 km., bar båden tilbage, og gik i gang med træningen på land. Nu vil nutidens ungdom tænke, forkromede træningsredskaber, ro-ergometer, muskel-opbygning, pædagogik – næ, nej, vores træningsredskaber var hentet i smedens skrotbunke og på en ophuggerplads.

Efter en løbetur på ca. 10-12 km, var det barskt, at løfte en brugt kornvalse fra et nedlagt mølleri 25 gange, sjipling i 4 min.. Fat i vægten igen, vægten om på ryggen, og så 25 knæbøjninger, sjippe igen, ned på ryggen og så lige 25 armstem, med vægt, - det var træning. Det var ikke noget man tog skade af.

Oven på sådan en omgang træning, ville sauna og bad gøre underværker. Saunaen fik vi godt nok 15 år senere - brusebad var noget klubben, på det tidspunkt, kun havde et af. Hvis der ikke var kø ved bruseren, var det fordi vandvarmeren var i stykker, og det skete tit. Virkede vandvarmeren, opdagede man hvor mange langturs- og motionsroere klubben egentlig havde.

Når sådan en dejlig rodag, med løb og vægttræning og bad, var forbi, så var det på cykel (et gear) hjemad. De 7 km cykling var noget man nød, at følge med i naturens forandring, omskiftning i vejret og fuglenes sang. Jo - det var dejligt, samtidig glædede man sig til at køre de 7 km til klubben næste dag.

De eneste dage vi havde fri for træning, var de dage vi deltog i kaproninger, hvem husker ikke Bagsværd Sø, Sorø Sø, Viborg Nørresø, Simlången, Brabrand, Maribo, Næstved kanal og Præstø fjord, der var nok at se til, og førstepræmien skulle gerne med hjem hver gang. Når vi havde klaret os rigtig godt, vankede der sodavand til alle - men sjældent mere end een gang hver sæson. Vi blev ikke pakket i vat og bomuld. Sportsskader var ikke noget vi kendte til. Svæklinge - det var de andre.

Nu ligger præmierne, og flyder, i en gammel skotøjsæske.

Er man så heldig at få besøg af børnene falder snakken på mange ting. Gamle dage! Hvordan var det i gamle dage?

Når jeg så med tænksom mine tager skotøjsæsken frem, og vender mig om, opdager jeg, at jeg har hele huset for mig selv. Hvor er de henne? Hvorfor tror de, at jeg ikke vil dele glæden over fordums bedrifter med dem?

Der er jo så meget at fortælle. Alle løb er jo ikke ens, de forskellige måder de blev roet på, selve starten - ja - alle forberedelserne. Jeg husker med glæde en episode på Bagsværd Sø. Den spænding før, og glæden efter - når vi klarede det.

Jo, vi var gode.

Hvis de unge bare ville lytte så

En gammel roer. Birger Rasmussen

VED DU AT NÆSTEN ALLE KLUBBENS MEDLEMMER GØR DET ?

HUSK KONTINGENT BETALING

BETALER KONTINGENT VIA BETALINGSSERVICE
GANSKE GRATIS 15/4 - 15/6 - 15/8 - 15/10

VIL DU SLIPPE FOR INDBETALINGSKORT I POSTKASSEN ?

VIL DU SPARE DIN KLUB FOR NOGLE UDGIFTER ?

VIL DU HJÆLPE KASSEREN MED IKKE AT SKULLE NÆGTE
MEDLEMMER ADGANG TIL BÅDENE ?

SÅ KIG GODT PÅ NÆSTE INDBETALINGSKORT, BETAL DET OG BRUG OPLYS-
NINGERNE PÅ KORTET TIL AT TILMELDE DIG BETALINGSSERVICE. ER DU I
TVIVL, SÅ RING TIL KASSEREN

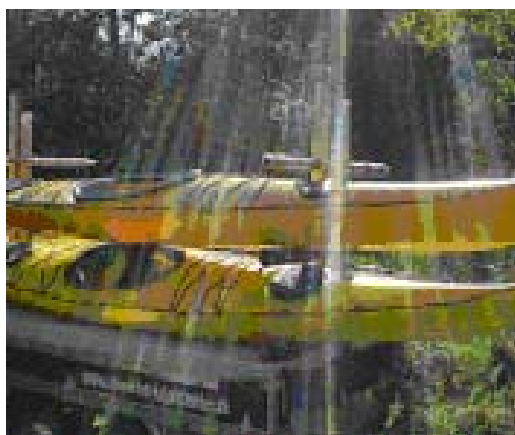
PÅ 25 53 56 47

RIGTIG GOD ROTUR
BODIL

BPS NR.04538048
DEBITOR NR. 00001
KUNDE NR. ER DIT MEDLEMS NR.

***Største udvalg i havkajakker og tilbehør i Sydsjælland og på øerne.
Prøveroning – du kan altid ringe for en aftale. Grundig vejledning fra
uddannet havkajakinstruktør med mange års erfaring.***

Følg med på hjemmesiden. Nye modeller til foråret.



RONEKLINT-KAJAKCENTER

RONEKLINTVEJ 12

4720 PRÆSTØ

e-mail: kontor@roneklint-kajakcenter.dk
www.roneklint-kajakcenter.dk
telefon: +45 61 51 92 29