



Vel Roet

Februar-Marts

År 2013

Et par gode billeder fra Amagerregatta 2012



Husk:

GAS generalforsamling 20. februar

Medlemsmødet og den ekstraordinære GF med afstemning 21. februar

Svømmetiderne i Korsvejens Skoles svømmehal

Arbejdsdagen 23. marts

Og meget mere



Medlemsblad for Roklubben SAS

ROKLUBBEN SAS
Postbox 150
2770 Kastrup
<http://roklubbensas.dk>

Rundholtsvej 95, 2300 S
☎ 3257 3490
Bank Nordik: 6507 3050475769
CVR nummer 29905061

Roklubbens bestyrelse:

Formand

Jan Peter de Baan
Ambra Allé 48
2770 Kastrup
☎ 3252 7717 / 2289 1264
arb.: 3232 2655
jan-peter.de-baan-at-sas.dk

Kasserer

Erik Nielsen
Pårupvej 6
2770 Kastrup
☎ 3252 0106
hven-at-vip.cybercity.dk

Rochef

Pia Boel Madsen
Violinvej 31
2730 Herlev
☎ 4484 9661 / 2624 9661
(udlån af både/hus)
pia-at-chin.dk

Næstformand

Helle Clemensen
Hyben Alle 92
2770 Kastrup
☎ 3251 6792
helle.clemensen-at-sas.dk

Kaprochef

Michael Olesen
Frederiksstadsgade 15
1667 København V
☎ 2165 2361 / 4240 8865
(udlån af både til SPP)
michaelolesen_4-at-msn.com

Festkoordinator

Bodil Jørgensen
Thuja Alle 15
2770 Kastrup
☎ 3252 3373
bodilkj-at-hotmail.com

Sekretær

Alice Larsen
Amsterdamvej 18 1.
2300 København S
☎ 2891 3290

Suppleant

Henrik Corfitsen
Thorshavnsgade 21, 3.tv
2300 København S
☎ 5852 1901

Hus- og Parkforvalter

Kurt Jørgensen
Erik Eriksens Gade 10, 4.tv
2300 København S
☎ 4717 1443
2964 8801
kurtwinnie-at-mail.tele.dk

Udenfor bestyrelsen:

WebMaster

Anne Marie Hein
Kongshvilebakken 18
2800 Lyngby,
☎ 4588 1113
amh-at-kongshvile.dk

Materielforvalter

Karsten Felland
Amagerbrogade 2, 3. th.
2300 København S
☎ 5153 6361
karsten.felland-at-gmail.com

Støtteforeningen G.A.S

Formand: Lis Krøner
Ingolfs Alle 53
2300 Kbh S
☎ 3255 9032
lskroener-at-gmail.com

Deadline for næste Vel Roet er 22. marts 2013 kl. 18:00

Bladet udkommer i slutningen af marts 2013

Indlæg sendes til velroet-at-privat.dk, se dem på <http://velroet.nervous.dk>

Indlæg modtages næsten i ethvert format og illustrationer er **meget** velkomne.

Redaktør: Frede Madsen ☎ 4484 9661 mob: 2617 9661

Standerhejsning

Når vinteren begynder at løsne sit greb om land og vand, og våren bryder frem, skal vi igen se at komme på vandet.

Vi holder derfor

standerhejsning i Roklubben SAS lørdag den 6. april kl. 15.

Efter hejsningen vil der bydes på en forfriskning, mens de ivrige kan få sig en tur på vandet.

Kl. 18:30 er der middag.

Tilmeldning til middagen sker på opslaget på tavlen. Prisen er i skrivende stund ikke sat, men den plejer at være rimelig!

For dem der før denne dato vil ud at ro (f.eks. i påsken), skal det almindelige vinterreglement overholdes.

Bestyrelsen

Bronze ved DM

Roklubben SAS havde 2 tilmeldt til DM åbne danske mesterskaber i Ergometerro-ning den 26. jan i Gladsaxe Sportshal.

Jesper Krogh fik en flot 3. plads i tiden 6.49.6 min på 2000 meter og dermed bronze-medalje i 30+ letvægt.

Kenneth Kronborg måtte desværre melde afbud pga. maveproblemer.

TILLYKKE til Jesper, som for øvrigt fik stor opbakning af 8-10 SAS heppere.

Erik Nielsen



Medlemsmøde og ekstraordinær generalforsamling

Der afholdes medlemsmøde **21. februar kl. 19:30** i Roklubben SAS.

Dagsorden:

- Valg af dirigent
- Fremlægning af regnskab for 2012 til godkendelse
- Eventuelt

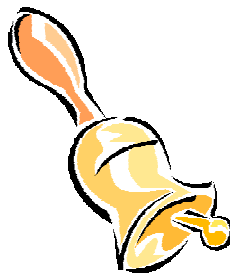
Umiddelbart derefter afholdes der en **ekstraordinær generalforsamling**, da bestyrelsen er fremkommet med to forslag, som kræver godkendelse af en generalforsamling.

Dagsorden:

- Valg af dirigent
- Behandling af indkomne forslag (se modsatte side)
- Eventuelt

Der vil være almindelig rugbrødsbuffet inden møderne.

Bestyrelsen



Husk GAS generalforsamlingen

Onsdag, den 20. februar 2013 kl. 19.00

(se indkaldelsen i december-januar nummeret)

Vedr. forslag til ekstraordinær generalforsamling 21. februar 2013

Kontingent 2013

1. Forslag: Kontingent for ikke SAS ansatte medlemmer er uforandret 125 kr. per måned for seniorer og uforandret 87,50 kr. per måned for pensionister. Hele kontingentet går til roklubben.

Roklubbens bestyrelse tager dette forslag op, fordi SAS-klubbens bestyrelse har besluttet, at ikke SAS ansatte medlemmer ikke længere skal betale kontingent til SAS-klubben fra 2013 og ikke længere får tilsendt eller vil kunne drage nytte af SAS-klubbens mange tilbud.

Skulle nogle af roklubbens ikke SAS ansatte eller CSC medlemmer ønske et fortsat medlemskab af SAS-klubben skal I selv kontakte SAS-klubben direkte på tlf 32324761 eller mail: sas-klubben.danmark@sas.dk

Roklubbens SAS ansatte seniorer betaler uforandret 100 kr. per måned til roklubben og 25 kr. per måned til SAS-klubben. Roklubbens SAS pensionister betaler uforandret 75 kr. per måned til roklubben og 12,50 kr. per måned til SAS-klubben.

Kasserer

Erik Nielsen

Køb af ny otter

2. Forslag: Køb af ny otter, mærke WinTech til 161.500 kr

Bestyrelsen tager dette forslag op, fordi roklubbens gamle otter ”Toke Viking” er udslidt og bør udskiftes med en ny.

Desuden er der en del af vores nye og yngre medlemmer, som har stor glæde af otter roning, ikke mindst til Copenhagen Harbour Race.

Otter roning er meget eftertragtet og kan tiltrække nye medlemmer. Roklubben har deltaget i CHR hvert år i vores gamle otter i åben mix klassen, og træningen op til denne kaproning har været rigtig god.

Roklubben kan ved køb af ny otter fremover deltage i sommer 8GP og Götaelven, hvis vi kan få flere dygtige og oplærte roere med.

Kasserer

Erik Nielsen

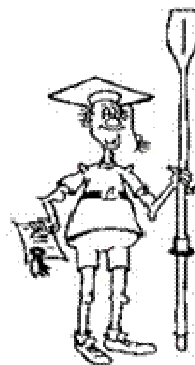
Sydhavnsstyrmandskursus og opfriskning.

For at få flere styrmænd vil Pia og Erik forhøre sig om nogle af de nye roere vil på Sydhavnsstyrmandskursus (langebro-slusen).

Desuden mangler flere fra sidste års lokalstyrmandskursus den praktiske prøve og her vil en lille genopfriskning være til stor gavn for alle.

Foreløbig dato er den 10. april i roklubben.

Erik



Arbejdsdag 23. marts

Mødetid kl. 10. Der er lidt frokost til de arbejdsomme.

Svømmehal

Fredag den 22. februar og den 22. marts fra kl. 18.00 har Roklubben Øresund åbent i Korsvejens Skoles svømmehal.

Her er der stadig mulighed for at aflægge svømmeprøve, prøve nogle af redningsmulighederne eller blot tage en svømmetur.

Bagefter byder Roklubben Øresund på pølsebord.

Tilmelding på vores opslagstavle både til svømning og pølsebord senest tirsdagen inden.

Pia

Handikaproning, 4 minutters roning

Vi har igen handicaproning i romaskine 2 gange om måneden i JAN, FEB, MAR 2013. Resultatet fra torsdag den 24. januar er sendt til deltagerne. Jesper Krogh forbedrede sig mest og fik 100 point.

Konceptet er enkelt: Du skal ro 4 minutter i romaskinen, og den distance du ror indgår i resultatet. Alle får point ud fra forbedringer i forhold til den distance, som er regnet ud fra handicap-formlen. Eller efter 1. gang din egen ny distance.

KOM og vær med 14/2, 28/2, 14/3. I kan ro når det passer jer mellem kl. 18-20. Ved slutresultatet fratrækkes dårligste resultat. Det er aldrig for sent at deltage.

Sidste gang den 14/3 afsluttes med præmier kl. 20. Der serveres forløren skildpadde evt. med en eller to forsinkede sneøl. Tilmelding på opslag i roklubben.

Erik Nielsen



Instruktion 2013

Nu nærmer den nye rosæson sig, og her er datoerne for vores rekruttering af nye roere.

I år vil vi holde et specielt åbent hus for vores nye naboer tirsdag den **23. april kl. 17:00**. Her kan de så hilse på os og har også her en mulighed for at hilse på hinanden.

Åbent hus for alle er tirsdag den **30. april kl. 17:00**.

Instruktion af ny kaniner starter torsdag den **2. maj**, og løber i maj måned.

Inden kaninerne starter skal vi også have aftaler omkring instruktion og datoer på plads. Der er instruktørmøde torsdag den **25. april, kl. 20**. Mød op her og støt op omkring det store arbejde med at få vores kaniner godt igennem forløbet.

Pia



Nu er vi med hastige skrid på vej mod foråret, men der er stadigvæk 2 runder af denne vinters 8 GP. De tre første runde er roet med to hold i år, et 8GP og et 4GP hold.

Det bliver svært at gentage sidste års samlede 4. plads, men det kan nås med lidt held. 8 GP holdet består af Kristine, Susanne, Vibe, Allan, Per, Jan H, Niklas, Kenneth, Jesper og Michael O.

Vi roede 3. runde som er 8x(2x1000m) i tiden 0:59:11.8 og det er den bedste tid på den distance, SUPER GODT roet!

Åben Mix Otter

Pos.	Hold Navn	Runde 1	Runde 2	Runde 3	Runde 4	Runde 5	Placering
1.	DSR InKa vest	100.00	100.00	99.69	0.00	0.00	299.69
2.	ARK	99.70	97.65	99.22	0.00	0.00	296.57
3.	Helsingørmix	98.68	97.87	97.78	0.00	0.00	294.33
4.	Lyngby	91.93	95.49	98.62	0.00	0.00	286.04
5.	Skivefræserne1	94.83	92.22	93.81	0.00	0.00	280.86
6.	RRmix	93.63	92.72	91.06	0.00	0.00	277.41
7.	Roklubben SAS. De andre 8	92.18	89.37	93.70	0.00	0.00	275.25
8.	Præstø Roklub 8'er hold	87.28	82.14	87.40	0.00	0.00	256.82
9.	HEI Rosport 2	85.73	76.29	87.07	0.00	0.00	249.09
10.	Dragør2	86.12	67.99	85.71	0.00	0.00	239.82
11.	SR kajak	88.96	0.00	100.00	0.00	0.00	188.96
12.	AR OPEN MIX 8 FIGHTERS	91.07	0.00	94.78	0.00	0.00	185.85
13.	De glade tosser II (28-59 år)	92.22	0.00	92.73	0.00	0.00	184.95
14.	Sønderborg Roklub	92.92	90.62	0.00	0.00	0.00	183.54
15.	Skivefræserne2	90.99	0.00	87.61	0.00	0.00	178.60
16.	Teamuro Gangnam Style	74.49	0.00	76.43	0.00	0.00	150.92
17.	De gode fra Odder	99.94	0.00	0.00	0.00	0.00	99.94
18.	DSR InKa øst	99.11	0.00	0.00	0.00	0.00	99.11
19.	Ægirs Onde Mix	97.05	0.00	0.00	0.00	0.00	97.05
20.	Br 20 +	94.59	0.00	0.00	0.00	0.00	94.59
21.	Skivefræserne3	90.67	0.00	0.00	0.00	0.00	90.67



I 4 GP konkurrencen ligger vi meget godt med en 2. plads inden 4. runde, som er den klassiske distance 4x2000m.

4 GP holdet består af Lis, Valther, Kristian og Erik.

Super godt at vi har 2 hold med i år.

Kaprochefen

Michael

60+ Mix Firer

Pos.	Hold Navn	Runde 1	Runde 2	Runde 3	Runde 4	Runde 5	Placering
1.	Helsingør-fireren	100.00	100.00	100.00	0.00	0.00	300.00
2.	Roklubben SAS, Gas +60	93.99	94.57	95.32	0.00	0.00	283.88
3.	"Birthe mix-fireren"	90.36	95.45	94.61	0.00	0.00	280.42
4.	HEI Rosport 1	88.13	81.89	0.00	0.00	0.00	170.02
5.	Københavns roklub hold 1	0.00	87.95	0.00	0.00	0.00	87.95
6.	KR senior50+ hold 1	86.10	0.00	0.00	0.00	0.00	86.10
7.	hold 1	86.10	0.00	0.00	0.00	0.00	86.10
8.	Københavns roklub hold 2	0.00	84.76	0.00	0.00	0.00	84.76
9.	KR senior50+ hold 2	82.15	0.00	0.00	0.00	0.00	82.15
10.	hold 2	82.15	0.00	0.00	0.00	0.00	82.15
11.	KR senior50+ hold 3	78.19	0.00	0.00	0.00	0.00	78.19
12.	Hold 3	78.19	0.00	0.00	0.00	0.00	78.19
13.	Fredensborg ældre hold 4	0.00	0.00	74.59	0.00	0.00	74.59
14.	Københavns roklub hold 3	0.00	74.43	0.00	0.00	0.00	74.43

Følg med på: <http://www.8gp.dk>

BY-O-Løb 2011/2012 - Pointtotal									
	Navn	1. løb	2. løb	3. løb	4. løb	5. løb	6. løb	Frdrag	Samlet point
	LANG RUTE (tonserne):								
1	Erik Nielsen	10	9	10					29
2	Per Dahlin	7	10	8					25
3	Lis Krøner	9	7	7					23
4	Kristian Bäckhaus		8	8					16
5	Jørn Rasmussen	8							8
	KORT RUTE (hyggerne):								
1	Henrik Corfitsen	9	10	10					29
2	Elsebeth Werge	8	9	6					23
3	Alice & Claus Larsen	7	8	8					23
4	Jan Peter de Baan	10		9					19
5	Ketty Hansen	6		5					11
6	Lene Corfitsen	9							9
7	Pia Madsen & Jørn Rasmussen			7					7

I skrivende stund er der løbet 3 x BY-O-Løb og i de to klasser (lang og kort rute) er der den samme udvikling i point. På den lange rute er det Erik Nielsen, der har taget teten med 29 points qua 2 første pladser og en 2. plads. 2. pladsen indehaves af Per Dahlin, der lige skulle bruge sæsonens første løb til at lære løbsudlæggerens luner at kende. Per har 25 points, skarpt forfulgt af Lis Krøner med 23 points.

Også på den korte rute er der tildelt 29 points til indehaveren af 1. pladsen Henrik Corfitsen. 2. pladsen deles med 23 points deles af Elsebeth Werge og Alice & Claus Larsen. På 4. pladsen kan Jan-Peter de-Baan ikke helt afskrives med 19 points.

Reglerne er jo sådan at dårligste resultat efter sidste løb kan trækkes fra, og Jan-Peter har ikke noget at trække fra, det har de øvrige. Sæsonen har budt på et par uheld, hvor Lene Corfitsen kom til skade med højre skulder/arm, da en kæde lige pludselig var i vejen. Samme kæde faldt Per Dahlin også over. Til gengæld har Per 2 gange fundet en af de udlagte poster et helt andet sted, end hvor den var placeret. Godt gået, Per!!

Og løbsudlæggeren har også vist, at han kan bomme!! Han er jo trods alt også kun et menneske!!

Søren

Kalenderen



Februar	07.	18:00	BY-O løb
	14.	18:00	Ergometer handikap
	16.		KM jagerfest
	20.	19:00	GAS generalforsamling
	21.	19:30	Medlemsmøde og ekstraordinær GF
	22.	18:00	Svømning
Marts	28.	18:00	Ergometer handikap
	07.	18:00	BY-O løb
	14.	18:00	Ergometer handikap
April	22.	18:00	Svømning
	23.	10:00	Arbejdsdag
	02.	18:00	Sidste BKC løb
	04.	18:00	BY-O løb
	06.	15:00	Standerhejsning
		18:30	Middag
	10.		Sydhavns styrmandskursus
	23.	17:00	Åbent hus for de nye naboer
	25.	20:00	Instruktørmøde
Maj	30.	17:00	Åbent hus
	02.	17:00	Ro-instruktion starter
	30.	20:00	Ro-instruktion slutter

Faste aktiviteter i vintersæsonen:

Tirsdage 18:00 BKC-løbehandicap (starter 2. november) og anden motion

Torsdage 18:00 Motion, klubaften mm.

Slusens åbningstider: Se opslagstavlen eller <http://kb-kbh.dk/slusen.htm>



BKC-løb placeringer

	Navn	Klub	løb 1	løb 2	løb 3	løb 4	løb 5	løb 6	løb 7	løb 8	løb 9	løb 10	Totalt tid
Dato													
1	Kristian Böckhaus	SAS	2	23	21	32	38	29	35	23	11	20	234
2	Jesper Krog	SAS	2	38	26	23	23	21	14		25	29	201
3	Mette Høegh	BKC	2		38	35		26	38		21		160
3	Erik Nielsen	SAS	2	14	13	12	35	35	17	24	26	21	199
5	Allan Christensen	SAS	2	25	19		29	25	29	20	22		171
6	Erling Olsen	BKC	2	13	24	24		20	15	32	23	25	178
7	Michael Søjbjerg	BKC	2	20	20	14	16	32	12	22	24	26	188
8	Jørgen V Jørgensen	BKC	2	26	22	25		38	32				145
9	Nicklas Søjbjerg	BKC			2	29	16	11	26	18	16	35	153
10	Kristine Schwarz	SAS	2	25	19	22	26	25	21	16	17	16	189
11	Henrik Corfitzen	SAS	2	29	9	10	24	19			29	24	146
12	Valther Jørgensen	SAS			2	38		12	20		21	38	131
13	Per Dahlin	SAS	2	19	15	20	19	22	19	26	15	17	174
13	Tom Larsen	BKC	2	12	10		26	23	22	19	13	22	149
15	Anette Arnsted	BKC	2	18	12	17	32	18		21		14	134
15	Bo Markussen	SAS	2	16	23	19	21	16	24	17	10	13	161
17	Lis Krøner	SAS	2	16	8	18			25	29	12	18	128
18	Niklas Hagström	SAS						2	24	38	32	23	119
18	Anne Marie Friis Jørgensen	BKC	2	17	25	9			16	15	35		119
20	Martin Olsen	BKC			2	29		11		35	38		115
21	Majbritt Holm	BKC	2	21			22	15	13	25			98
22	Rie Martens	BKC		2	32	8		17			18	19	96
23	Lise Dreistel	BKC	2	11	6	15	17	13	18			15	97
24	Jan Peter De Baan	SAS	2		7			14			14	32	69
25	Pernille Pallesen	BKC	2	22	11	13	20						68
26	Terje Larsen	BKC	2	35	17	11							65
27	Simon Nielsen	BKC	2		35	21							58
28	Kristian Lykkemark	BKC	2	32	17								51
29	Alice Larsen	SAS	2	9	29								40
30	Ketty Hansen	SAS	2	10		16							28
31	Tine Rauff	BKC		2	14	7							23
32	Birte Marie Meldgaard	BKC			2						19		21
33	Kim Kjelstrup	SAS		2	5								7
34	Anne Mette Matthieser	SAS	2										2
34	Hanne Micheelsen	BKC		2									2
34	Camilla Brem	BKC		2									2