



Vel Roet

Oktober-November

År 2013

Nogle højdepunkter fra Amager Regatta 2013



Husk:

Kanindøb 28. september

Copenhagen Harbour Race 12. oktober

Løvfaldsturen 20. oktober

Generalforsamlingen 24. oktober

Standerstrygning 26. oktober

Og starten på vinteraktiviteterne i november

SAS

Medlemsblad for Roklubben SAS

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

Rundholtsvej 95, 2300 S
☎ 2053 0180
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
jpdebaan-at-gmail.com

Kasserer

Erik Nielsen
Pårupvej 6
2770 Kastrup
☎ 3252 0106
erik.nielsen-at-mail.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
Thorshavnsvej 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

Claus Larsen
Amsterdamvej 18, 1.
2300 København S
☎ 2168 9065
webmaster-at-roklubbensas.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
liskroener-at-gmail.com

Deadline for næste Vel Roet er 29. november 2013 kl. 18:00

Bladet udkommer i starten af december 2013

Indlæg sendes til velroet-at-roklubbensas.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

Kanindåb 2013 i Roklubben SAS



Kong Neptun har fået færtten af kanin, og den bryder han sig ikke om.

Han har derfor ladet tilflyde roklubbens bestyrelse, at han vil ankomme til Roklubben SAS med sit følge lørdag den 28. september anno 2013 kl. 15:00.

Kaninerne vil blive fremstillet for hans herlighed og deres uhumskheder vil blive tvættet af. Da Kong Neptun i øvrigt har et udmærket forhold til Roklubben SAS, garanterer han, at det bliver en relativ mild dåb.

Udøbte kaniner fra tidligere år indgår også i hans program. Kong Neptun ser gerne, at mange tilskuere vil overvære dåbshandlingen.

Der er fællesspisning i Roklubben kl. 18 og Kong Neptuns udsendinge vil uddele dåbs beviser.

Vel mødt o'kaniner til denne store dag i jeres hidtidige ellers så begivenhedsløse liv.

Tilmelding til dåb og/eller fællesspisning på opslagstavlen eller til Erik senest 26. september 2013.

Efter bemyndigelse fra Hans Majestæt.

Erik Nielsen
Tlf. 32520106



Ordinær generalforsamling i Roklubben SAS

Der vil blive afholdt ordinær generalforsamling i Roklubben SAS
torsdag den 24. oktober kl. 19:30.

Dagsordenen er ifølge lovene:

Valg af dirigent

A. Aflæggelse af beretning om klubbens virksomhed i det forløbne år.

B. Fremlæggelse af regnskabet for de første 3 kvartaler, samt orientering om sidste kvartals udgifter og indtægter.

C. Forelæggelse af budget for det kommende år.

D. Fastsættelse af kontingenter.

E. Disponering af anlægsfondens midler og fastsættelse af medlemsbidragets størrelse jfr. anlægsfondets love Paragraf 4.

F. Behandling af indkomne forslag.

G. Valg af bestyrelse, revisor og suppleanter i henhold til lovene

H. Eventuelt

ad pkt F: **Forslag fra bestyrelsen**

Bestyrelsen foreslår disse ændringer i lovene:

§	Nuværende tekst	Foreslået tekst
5.1	Klubbens ledelse varetages af en bestyrelse bestående af: - Formand - Kasserer - Rocheff - 3 medlemmer	Klubbens ledelse varetages af en bestyrelse bestående af: - Formand - Kasserer - <u>et medlem</u> <u>bestyrelsen bistås af op til 6 suppleanter.</u>
5.3	Formanden, kassereren og rochefen vælges direkte af generalforsamlingen. Bestyrelsen konstituerer iøvrigt sig selv.	Formanden, kassereren og rochefen vælges direkte af generalforsamlingen. Bestyrelsen <u>og suppleanterne</u> konstituerer iøvrigt sig selv.
5.4	Bestyrelsen og 3 suppleanter , samt 1 revisor og suppleant vælges for 1 år ad gangen.	Bestyrelsen og 3 suppleanter, samt 1 revisor og suppleant vælges for 1 år ad gangen.
6.3	Medlemmer af SAS-klubbens forretningsudvalg har adgang til alle sektionens møder og har desuden taleret, men ikke stemmeret.	Slettes.
6.6	Bestyrelsen kan nedsætte udvalg til varetagelse af særlige opgaver. Et sådant udvalg skal dog altid ledes af et bestyrelsesmedlem.	Bestyrelsen kan nedsætte udvalg til varetagelse af særlige opgaver.
9.1	Alle sektionens møder og arrangementer skal anmeldes til SAS-klubbens formand.	Slettes.

Begrundelse for ændringsforslaget:

SAS-klubben er kommet med skærpede krav til sammensætning af bestyrelsen, hvor der kræves at mindst 2/3 del af bestyrelsen består af SAS-ansatte, formanden skal være SAS-ansat. Kassereren må dog være pensionist. Da dette krav er vanskeligt at opfylde i vores forening med en bestyrelse på 6 medlemmer, foreslår bestyrelsen at halvere størrelsen på bestyrelsen, mens antallet af suppleanter sættes tilsvarende op. Der er jo ikke blevet mindre arbejde at udføre, mens vi indtil videre er nødt til at opfylde SAS-klubbens krav. Øvrige ændringer er tilpasning til SAS-klubben vedtægter revideret 13. marts 2013.

Da bestyrelsen ikke forventer at 2/3 del af medlemmerne er til stede ved generalforsamlingen, som det kræves i lovene for vedtægtsændringer, indkaldes der også til ekstraordinær generalforsamling, se nedenfor. Forslaget vil der kunne vedtages med 2/3 del af de fremmødte medlemmer.

Forslag fra Kenneth Kronborg

Jeg vil gerne foreslå til generalforsamlingen at vi får indkøbt 3 stk. nye concept2 model D pm4 ergometre til brug for vinteren.

Begrundelse:

Jeg tror at der er mange som gerne vil lave ro-spinning og det kræver at vi får nye ergometre.

Ekstraordinær generalforsamling i Roklubben SAS

Der vil blive afholdt ekstraordinær generalforsamling i Roklubben SAS
torsdag den 14. november kl. 19:30.

Dagsordenen er ifølge lovene:

Valg af dirigent

A. Behandling af indkomne forslag.

B. Valg af bestyrelse, revisor og suppleanter i henhold til lovene

C. Eventuelt

Forslaget vil være det samme som har været behandlet ved den ordinære generalforsamling. Skulle der være ændringer i teksten, vil disse blive offentliggjort på roklubben's hjemmeside, og ved opslag i klubben.

Der er lagt op til omvalg af bestyrelsen, for at bestyrelsessammensætning kan være i overensstemmelse med SAS-klubbens regler.

Formanden

Rettigheder

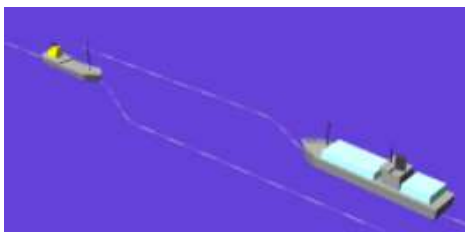
Tillykke til Per Dahlin som har fået trimmyret
og tillykke til Per Jellum som har fået scullerret.



Hurtigt mørkt

Nu nærmer efteråret og den mørke tid sig. Holdene bliver sat kl. 17, derfor er det ekstra vigtigt, at du kommer tidligt ned i klubben og skriver dig på tavlen.

Kan du se, at du bliver **lidt** forsinket, så ring til klubben og bed om at komme på tavlen



Færdselsregler

Nedenstående tekst har jeg sendt i en mail til vores nabo klub ARK og Roklubben København. Derfor er det ekstra vigtigt, at vi også selv overholder færdselsreglerne, for sikkerheden både for os selv og andre.

“I lyset af den forøgede fokus på trafikken i havnen og ulykken i DSR, vil jeg gerne opfordre jer til at være opmærksomme på, at vi roere i det mindste overholder de almindelige færdselsregler i havnen.

F.eks. at holde til styrbord i havnen, holde til styrbord for en modgående båd osv..

Vi oplever ofte, at der er problemer med modgående robåde i den forkerte side af havnen, og hvis man også er i tvivl om, hvordan man skal passere hinanden, skaber det kedelige situationer og risiko for sammenstød.

Så hvis i kunne tage dette op med jeres medlemmer, bør vi kunne holde ryggen fri, nu da der desværre er kommer mere og vildere sejlads i havnen.”

Pia

Standerstrygningstur

Lørdag den 26. oktober 2013

Så er det tid til at melde sig til årets sidste tur, nemlig standerstrygningsturen, igen i år med poster og spørgsmål, som vi skal finde og besvare undervejs.

Vi mødes kl. 11:00 medbringende madpakker og drikkevarer, som vi indtager et passende sted undervejs.

Tilmelding på opslagstavlen senest den 26. oktober.

Pia

Standerstrygnings middag

Efter sæsonens sidste rotur før standerstrygningen må vi samle kræfter til den kommende vinter.

Tag familien med til en fælles middag i rokлубben kl. 18:30.

Skriv jer på opslagstavlen i rokлубben, send sms til 2216 7237 eller mail til bodilkj@hotmail.com senest torsdag den 24. oktober.

Prisen for middag og kaffe bliver ca. 100.- kr.
Drikkevarer købes i klubben til favorable priser.

Vel Mødt.
Bodil



Husk!

Sidste frist for tilmelding til madpakketur til Esrum Sø er tirsdag den 15. oktober 2013.

Pia

Lidt om hvordan du kan holde din form ved lige i vinterhalvåret

Vores naboklub BKC (Bryggens Kajak Club) har et tilbud til dig i det kommende vinterhalvår. Fra 5. november 2013 til og med 1. april 2014, vil der igen blive afholdt BKC-LØBEHANDICAP - i alt 19 gange.

Af hensyn til alle klubbens nye medlemmer er her lidt om, hvordan det foregår. Sidste vinter var der over 30 der deltog - og der plads til flere og det uanset alder og køn.

TIDSPUNKT:

Hver tirsdag i ovennævnte periode – dog undtagen 24. december og 31. december.

TILMELDING & MØDETID:

Man melder sig i Roklubben SAS/BKC senest kl. 18:00 og er omklædt; Uret startes kl. 18:15 og første løber bliver sendt af sted umiddelbart efter, og så gælder det om, at løbe/gå ud af Lossepladsvej, helt ud til fodgængerovergangen ved de gamle indkørsel til Vandrerhjemmet og retur. Første gang er der fællesstart.

HVAD GÅR DET UD PÅ??

Det skal foregå så hurtigt som muligt – taktik bliver brugt af flere deltagere!! Og du løber kun mod dig selv og de andre deltagere. Det er faktisk sådan, at de fleste deltagere kommer i mål inden for 1 – 2 minutter, selv om der er op til 15 minutters forskel i starttiden. Og hvorfor så denne forskel?? Jo, det er jo ikke alle, der er lige gode/hurtige til at løbe/gå, så man bliver sendt af sted i forhold til sin bedste tid. Det gælder derfor så om at deltage så mange gange som muligt, og om at forbedre sin tid fra gang til gang. Når man så kommer i mål, får man point efter sin placering i det enkelte løb, samt ikke mindst bonuspoint, hvis man også forbedrer sin tid. De 3 løb, hvor man opnået færrest antal points fratrækkes - det være sig dårlig placering eller fravær.

HVOR LANGT??

Lige knap 4 km.

PÅKLÆDNING m.m.:

Varmt og praktisk tøj og gode løbesko anbefales. De nye selvlysende veste, som biler nu skal være udstyret med anbefales. Dels giver de lidt varme, dels kan du også ses/blive set på Artellerivej (tidl. Lossepladsvej).

KONKURRENCEN:

Dine resultater for de enkelte gange bliver lagt sammen, hvorefter der efter det sidste løb i april, vil være fundet en vinder.

ANDET:

Skulle du nu ikke være en ørn til at løbe, ja kan man også gå turene!! Efterhånden som alle kommer hjem bliver der pustet ud, hvorefter nogle går direkte i bad, andre tager lige en tur i roergometer. Der er præmier til de deltagere, som løbsarrangøren fra BKC, nu synes skal have del i disse. Derfor er der et deltagergebyr på 50,- kr. - et deltagergebyr, der ubeskåret går til præmier, og som skal betales ved første deltagelse. (det fulde beløb kr. 50,- er gældende uanset, hvornår man starter op i løbet for at være med hele vinterhalvåret.

KRÆVES DER TRÆNING??

Nej det gør der ikke (du kommer jo i træning af at deltage!!)

Der følger en detaljeret invitation, så hold øje med opslagstavlen.

På gensyn til nogle fornøjelige tirsdage i den kommende mørke – og forhåbentlig ikke for kolde - tid.

På vegne af BKC-løbehandicap

Søren Uldall

starter, tidtager og skribent



Betriebs Regatta i Hamborg

Lufthansa og SAS deltager i Betriebs Regattaen i Hamborg 21. september. Roklubben SAS er tilmeldt i 6 løb, som er kortbane 500 meter. SAS deltager med Susanne, Michael, Per D., Allan, Erik.

Erik

Efterlysning!

Der er nogle, som har ønsker om at deltage på DFfR klubtræner kursus modul A og B for at blive instruktører.

Kunne det også være noget for dig, så henvend dig til bestyrelsen.

Kursusplanen kommer op i midten af oktober og kurset bliver afholdt i starten af 2014.

Pia



Amager Regatta 2013

Så kom dagen endelig: Dagen, hvor Amager regattaen skulle afvikles. Vi havde i år rigtig mange både med og kunne have haft flere med, hvis jeg havde tilmeldt dem. Det havde jeg ikke - der plejer jo ikke at være så mange der vil ro, men det er jo positivt.

Vi havde stort set både med i alle løb, undtagen de to ungdomsløb og kanindamer. Det er sådan, at vi ikke får deltagerpoint for at eftertilmelde bådehold. Ellers kunne vi jo have haft et hold mere tilmeldt i de to sidste herrehold. Det skal jeg huske til næste år.

Det var især dejligt, at vi kunne stille med to dame senior 4 årers, hvor

- 1) Dorthe efter 20 års pause i Amager regattaen fik comeback. Hun er i øvrigt allerede gået i skarp træning til næste år.
- 2) Edith, som startede sidste år, også fik prøvet at ro i vores lille regatta. Håber ikke, at det har skræmt hende.
- 3) Line var tilbage - også dejligt at se hende igen.
- 4) Kristine, som har døjet med ryg problemer, var med som cox - dejligt også at se hende igen.

Det blev til tre sejre og en del anden- samt tredjepladser. Og som alle jo nok ved, vandt ARK igen i år, og SAS blev toer - men det skal også snart være slut!

Den første sejr kom i hus, da Susanne vandt sit singlesculler løb. Det var dejligt at se, da hun havde været så nervøs i de sidste 14 dage op til regattaen. Lis og Elsebeth vandt også deres Grandold Girls's løb. Erik, Lis, Kurt T, Kristian og cox Lene C vandt også deres løb. Stort tillykke til dem alle sammen.

For mit eget vedkommende synes jeg, at det var en god dag, selv da det begyndte at blæse op til mit første singlesculler løb i regattaen. Alle de andre løb, som jeg deltog i, var rigtig gode, selv om det kun blev til andenpladser.

Til den efterfølgende fest som ARK (arrangøren) stod for, havde de tømt halvdelen af deres nye bådehal, så der var plads til de omkring 75-80 spisende gæster. Jeg synes, at det var god mad, som de havde fået fra Medborgerhuset på Islands Brygge.

Jeg havde spurgt formanden fra Amager regattaen, om han ville læse alle hold op til præmieoverrækkelsen. Det gjorde han så. Jeg synes, at selv om man ikke skal have præmie, vil jeg da godt vide, hvem der har roet.

Så alt i alt en god og dejlig dag. Håber, at alle havde den samme oplevelse som jeg. Stor tak til Vibe og Susanne som lige fik ringet / skrevet rundt og skaffet de sidste til at ro.

Er i skrivende stund på MC ferie i Dolomitterne, Østrig og Tyskland, men vil være i Hamburg den 21. september for at deltage i Betriebs Regatta.

Vel kæmpet.
Michael.



Grill-GAS Søndag den 18. august 2013

Som sædvanlig var vi i GAS's bestyrelse spændte på, hvordan vejret ville blive. Det er sjovest, når det hele kan afvikles i tørvejr. Det tegnede nu ikke alt for godt. Der var lovet bygevejr. Da vi skulle til at dække borde regnede det, og vi besluttede at sidde inde og spise og så se hvad det ville blive til senere.

Der var 32 voksne, 3 børn og 3 babyer tilmeldt. Det er rigtig flot. Vi kunne godt være inde i klubstuen. Grill-mestrene, Kurt, Jørgen og Just klarede det fint. Der var kylling, koteletter og pølser som sædvanlig. Flütes og salatbord var der også. Valther assisteret af Lene stod for servering af bloody mary på plænen inden maden.

Efter spisningen var der kaffe og formandens hjemmebagte gulerodskage. De største af børnene solgte amerikansk lotteri. Der var mange fine gevinster. REMA 1000 var hovedsponsor stærkt forfulgt af JYSK. Men Nordea var også på banen. Og så var der alle de "private". F.eks. Anne-Lenes Værksted, Just og Birthe, Erik og Hanne, Frede og Pia og sikkert flere endnu. Vi er meget taknemmelige for alt hvad vi får.

Derefter var det tid til de sædvanlige spil. Nu var vejret blevet fint, så resten kunne afvikles udendørs. Der blev kåret GAS-mestre i ringespil, dart og fodbold. Der var præmier og medaljer til vinderne. Jeg tror alle havde en rigtig hyggelig eftermiddag. En stor tak til alle, der gav en hjælpende hånd på dagen, og endnu engang tak til sponsorerne. Uden dem ville vores overskud ikke blive særlig stort.

Kassereren har meddelt, at GAS fik et overskud tæt på de 5.000 kr. Det er vi i bestyrelsen meget tilfredse med.

På bestyrelsens vegne
Lis

Vi kom, vi roede, vi sejrede

5 forventningsfulde roere mødtes i Københavns Lufthavn en torsdag aften, meget klar på at indtage Staines, hvor kampen om ASCA-trofæet, æren og udholdenheden skulle stå.

ASCA-løbet skulle foregå fredag. Efter inspektion af vores strømlinede 4+ blev pladserne i båden fordelt og vi roede mod start. Vi så modstanderne an – de erfarne herrer fra British Airways og det unge, stærke hold fra Lufthansa.

Men vi lod os ikke sådan slå ud, og vi så flotte ud i de røde trøjer!

Desværre fik vi ikke just det løb, vi havde håbet på: BA vandt løbet foran LH, og vi kom ind på en stensikker 3. plads.

Noget måtte ske! En omrokering syntes som det oplagte valg. I'eren havde fx lidt pladsproblemer ved måsen. Heldigvis roede vi hurtigt nederlaget af os og var kampklar til lørdagens løb.

Lørdag skulle blev genoprejsningens dag. Vi fik vores trofaste, engelske styrmand Murray i båden, og han var vist endnu mere opsat på sejr end os.

Vi skulle ro både Special Invitation Race mod BA og dernæst deltage i Starine Regatta i et mix løb.

Først skulle vores nye pladser i båden stå deres ilddåb mod BA – mon vi kunne slå dem denne gang?

Vi kom hurtigt som en gazelle fra start og havde BA hvor vi helst ville have dem – bagved os.

Vi fik blod på tanden; mon vi havde en chance i mix-løbet vi skulle ro senere???

Igen var Murray MEGET klar på en sejr til os, og han lagde en slagplan med Michael, der strokede båden. Murray vidste lige, hvad der skulle til for at gøre vores unge, muskuløse modstandere nervøse – og det virkede!

Vi fik en drømmestart og holdt dem bag os under hele løbet, og igen kom vi først over målstregen, godt hjulpet på vej af en taktisk Murray og et helt fantastisk heppehold på land.

Præmieoverrækkelsen var en oplevelse i sig selv: 2 kvindelige borgmesterkandidater overrakte pokalerne, og vi følte os henstillet til Barnaby.

Dog kunne vi forundret konstatere, at pokalerne var i herre- og damemodel: herrerens var en god størrelse til både øl og drinks. Damernes var ikke helt samme model, de kunne kun rumme en dobbelt gin og meget lidt tonic.

Vi kan hermed konkludere, at det er så meget sjovere at vinde!!!

Tak til alle deltagende for en fantastisk oplevelse.

Kristine og Susanne



Ændret roreglement per august 2013

Roreglementet for Roklubben SAS er blevet ændret og godkendt af bestyrelsen i august 2013. Det ændrede roreglement findes på opslagstavlen i roklubben og vil senere komme på roklubben nye hjemmeside: roklubbensas.dk

De fleste ændringer er vedrørende lokalfarvand og styrmandsrettigheder. Her kan nævnes:

§1 stk 3: Der er ændret ved lokalfarvand. Vi har nu lokalfarvand I, II, III. Outrigger-roning er udvidet til at foregå mellem Kalvebodbroen og Knippelsbro.

§1 stk 4: Det er tydeliggjort, at roerne frigives til roning i inrigger og andre bådtyper.

§2 stk 5: Vinterroning: Samtlige roere skal være iført en af DFfR godkendt redningsvest eller oppustelig redningsvest.

§3 stk 2, 3, 4: Er ændret til lokalstyrmandsret I, II, III.

Erik Nielsen

Noget at lave i det lange vinterhalvår

I det kommende vinterhalvår vil der igen igen blive lagt poster ud til det månedlige og traditionelle BYORIENTERINGSLØB (forkortet BY-O-LØB).

Af hensyn til alle klubbens nye medlemmer er her lidt om, hvordan det foregår.

TIDSPUNKT:

Den første torsdag i månederne november, december, januar, februar, marts og april (Det kan garanteres, at det kun er løbet i april, der foregår i lyse timer). Reserver torsdagene den 7. november, 5. december, 2. januar, 6. februar, 6. marts og 3. april. Ret til ændring omkring den 3. april forbeholdes.

TILMELDING & MØDETID:

Man melder sig i Roklubben SAS senest kl. 18:00 på løbsdagen – kan du først komme lidt senere går det også, men første løber bliver sendt af sted umiddelbart efter kl. 18:00.

HVAD GÅR DET UD PÅ??

Det hele går i al sin enkelthed ud på at finde nogle poster, der er blevet lagt ud i timen inden DU møder op. Disse poster vil primært være udlagt i området mellem Slusen og Knippelsbro – afstikkere til Sjælland og Metro, Bella Center/Vandrehjem kan ikke udelukkes!! Posterne kan være udlagt på containere, træer, gamle biler, hegn, både, trapper, broer, tasker og lign. Løbsudlæggeren tegner den enkelte dags poster ind på et kort – dette kort bliver stillet til rådighed for den enkelte deltager, der så tegner posterne ind på sit eget kort, som DU så selv skal løbe med og finde posterne udfra. Du får oplyst, hvad den enkelte post er placeret på. Simpelt OG ALLIGEVEL SVÆRT, for hvad tænker en løbsudlægger, der har siddet i en bil, contra en forpustet løber/fodgænger fra Roklubben SAS. Det gælder så om at finde alle posterne (6-7 stk. på den korte og 10 på den lange tur) og komme tilbage til Roklubben SAS så hurtigt som muligt.

HVOR LANGT??

Der er 2 ruter: EN KORT (4 – 6 km) OG EN LANG (6 – 8 km, ja sommetider 9 – 10 km).

PÅKLÆDNING m.m.:

Varmt og praktisk tøj og gode løbesko anbefales. Medbring en lommelygte, der ikke vejer og fylder for meget – du skal jo selv slæbe rundt med den!! Lygten er god at have med, da det ikke er alle poster, der er placeret på oplyste steder. Selvlysende vest vil det være en god ting at medbringe, da du derved bedre kan ses.

KONKURRENCEN:

Dine resultater for de enkelte gange – 6 i alt – bliver lagt sammen, hvorefter der efter det sidste løb i april, vil være fundet vindere af de 2 ruter. Dårligste resultat trækkes fra.

ANDET:

Skulle du nu ikke være en ørn til at løbe, ja kan man også gå turene!! Efterhånden som alle kommer hjem, indfinder der sig en herlig stemning i klublokalerne – de enkelte poster diskuteres, det har jo været let for nogle og svært for andre at finde posterne.

KRÆVES DER TRÆNING??

Nej det gør der ikke, men det kan anbefales at stille op til BKC-løbhandicap om tirsdagen (se indlæg om dette andetsteds).

Efter de enkelte løb samles vi til summen og spising - enten buffet a la Lis Krøner, eller også er der et medlem eller flere, der har fremtryllet en spændende ret til en rimelig pris.

På gensyn til nogle fornøjelige torsdage i den kommende mørke tid.

BY-O-LØB-udlægger

Søren Uldall

Starter, dommer & skribent

OBS!

Da havnebusserne og anden trafik skaber meget uro i vandet, så vær opmærksom på dønninger, når i lægger bådene ned til pontonen eller hvis i lægger til andet sted i havnen.

Pia



Lørdag den 12. oktober er der race i havnen, da Københavns Roklub igen er arrangør af Copenhagen Harbour race. Det helt store skue er jo, når der sendes op imod 30 ottere ned igennem havnen. Men der er også rigtig mange inriggerere, der kæmper imod hinanden.

Og da det er i oktober måned, har der de sidste mange år været stærk blæst og kraftig strøm, som er en stor udfordring for alle som ror og styrer. Her mener jeg specialt styrmanden i 8+ som har en 17 meter lang båd, der skal rundt nede ved Slusen..... og jeg taler af egen erfaring fra sidste år.

Der hænger en seddel for tilmelding i klubben. Og så er der jo regatta fest bagefter i KR, som også plejer at kunne diske op med god mad og mere fest bagefter.

Kaprochefen

MOTIONSTURNERINGS

Tallene for femte runde 2013 lyder: 5.153 roere fra 51 klubber har roet 1.380.839 kilometer, hvilket giver et gennemsnit på 267,968 km/roer

Roklubben SAS er ramt af ”den gule farve” i tabellen. Men tilbagegangen er dog kun på tre pladser, og dermed slutter man som nummer fem i 2. division.

Læs om Motionsturneringen på roning.dk

2. division

1 Humlebæk Roklub 288,886

2 Varde Roklub 280,830

3 Fredericia Roklub 272,020

4 Silkeborg Roklub 271,777

5 Roklubben SAS 270,129

6 Hellerup Roklub 262,636

7 Hadsund Roklub 258,885

8 Bagsværd Roklub 252,615

9 Roklubben Skjold 251,142

10 Lyngby Dameroklub 242,295

Erik Nielsen

POC Port of Copenhagen

POC langdistancekayroning lørdag den 10. august med arrangør Københavns Roklub havde kun 1 SAS 2-års inrigger med ud af 32 deltagende både i de 5 klasser. Roklubben SAS blev nr. 4 ud af 5 både i inrigger 10 km Masters Mix. Holdet var cox Lene Truelsen (Øresund), Kristian Bøckhaus, Erik Nielsen.

Leif Thygesen skriver: De to nye hold i klassen Roklubben SAS: Nielsen, Bøckhaus og Truelsen samt Skovshoved: Markussen, Skavin og Meldgaard Madsen må sande, at der roes stærkt. Begge hold ror på en pæn tid under en time i reel rotid, men det er bare ikke nok, når roigangerne i masterklassen trykker til. Men et friskt indslag var både SAS og Skovshoved, og man kan håbe at se begge klubber til flere langdistancekayroninger.

Erik Nielsen



SPP

SPP Sved På Panden er slut med afslutning 13. september fra Hellerup. Roklubben SAS deltog i løbet af sommeren med 4 hold inklusive et super kaninhold, som desværre kun deltog 1 gang.

Bedste SAS båd, hold 850 fik samlet en æresfuld 4. plads. Hold 888 blev nr. 9, hold 853 blev nr. 21 og vores kaniner hold 854k blev nr. 5 i kaninkonkurrencen. Godt klaret igen i år trods de nye handicapregler!

Pointkonkurrencen

Hvordan gik det så rent faktisk i pointkonkurrencen, når nu der var forkerte H-faktorer i fredags? Ja nu har vi jo rettet fejlen og som det fremgår af resultatlisten vandt ARK 4 "Oldstars" den 7. og sidste SPP-runde, med et lille minut over deres direkte konkurrenter fra KR 557 "Gondolen". På 3. pladsen kommer endnu et ARK-hold "To-åre-pedoen", som dermed også vandt over deres direkte konkurrenter, SAS 850, som roede sig til en 5. plads. Til gengæld måtte ARK "Apollo 13" se sig slået i kampen om den samlede 5. plads af HR 372, som slutter sæsonen med en 4. plads.

Inden sidste runde var der også kun ét point mellem nr. 3 og 4, ARK 27 og SAS 850. ARK 27 fik dog udbygget deres samlede føring med to point i sidste runde så de ender på en rimelig sikker bronzemedalje med 225 point, foran SAS 850 med 222 point.

Erik Nielsen

Rostatistik top 30 per 17. september

	Alle ture		Langture		KM-Jagerklubben		
	ture	km	ture	km	Mål	Mangler	Overskud
1 Lis Krøner	84	1276	6	86	1200		76
2 Kristian Bockhaus	75	1040	2	28	805		235
3 Valther Jørgensen	67	988	8	165	1300	312	
4 Susanne Nellemann Nielsen	72	864	4	137	902	38	
5 Søren Uldall	52	761	5	152	666		95
6 Erik Nielsen	60	739	6	119	1200	461	
7 Niklas Hagström	68	683	1	14	700	17	
8 Allan Christensen	54	673	6	147	1000	327	
9 Henrik Corfittsen	41	661	5	120	800	139	
10 Pia Boel Madsen	41	635	6	105			
11 Michael Olesen	60	634	2	28			
12 Frede Madsen	36	515	4	85			
13 Per Jellum	46	486			700	214	
14 Per Dahlin	47	479	1	14	525	46	
15 Kristine Schwartz	34	424	3	85	650	226	
16 Vibe Jørgensen	34	416	1	46	683	267	
17 Kim Kjelstrup	25	385	1	34	650	265	
18 Elsebeth Werge	27	383	5	76			
19 Kurt Jørgensen	24	374	2	20			
20 Jørgen Adamsen	20	321			500	179	
21 Lotte Brun Veiss	29	314			300		14
22 Claus Larsen	25	304			500	196	
23 Gunhild Marcussen	23	297					
24 Jan Hellesøe	24	283	1	14			
25 Claus Due Andersen	21	271					
26 Just Holm	17	271					
27 Lene Corfittsen	19	248			300	52	
28 Helene Schultz	18	243					
29 Jan Christiansen	28	236					
30 Lis Pedersen	16	210					
...	

Roklubben SAS har et klubblad, som hedder VEL ROET.

Det udkommer 6 gange om året og trykkes i A5 i 120 eksemplarer.

Vi modtager gerne reklamer i A4, som vi så trykker i A5.

Priserne til VEL ROET er per blad:

Hel bagside i farver: 250 kr.

Hel side i sort/hvid: 150 kr.

Halv side i sort/hvid: 75 kr.

Kvart side i sort/hvid: 50 kr.

Kalenderen



September	28.	15:00	Kanindøb
		18:00	Dåbsmiddag
Oktober	03.	19:00	Supperoning i Roklubben Gefion
	05.	13:00	DM 2013 på Bagsværd sø
	12.	12:00	Copenhagen Harbour Race (Inrigger løb)
		14:30	Copenhagen Harbour Race (8+ løb)
	20.	10:00	Madpakketur, løvfaldstur på Esrum sø
	24.	19:30	Ordinær generalforsamling
	26.	11:00	Standerstrygnings tur
		15:00	Standerstrygning
		18:30	Standerstrygnings middag
November	05.	18:00	Første BKC-løb fra roklubben
	07.	18:00	Første BYO-løb fra roklubben
	14.	19:30	Ekstraordinær generalforsamling
	30.	16:00	Julefrokost
December	05.	18:00	BYO-løb fra roklubben
	21.	18:30	Traditionel julestue med julemand og gaver
Januar	02.	18:00	BYO-løb fra roklubben
Februar	06.	18:00	BYO-løb fra roklubben
Marts	06.	18:00	BYO-løb fra roklubben
April	03.	18:00	Sidste BYO-løb fra roklubben

Faste aktiviteter i sommersæsonen:

Tirsdage	17:00	Roning
	17:30	Outriggeroning
	20:00	Lis's madder
Torsdage	17:00	Roning
	17:30	Outriggeroning
	20:00	Torsdagsgrill (slutter ved udgangen af september), derefter Lis's madder

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

Faste aktiviteter i vintersæsonen:

Tirsdage	18:00	BKC-løbhandicap (starter 5. november) Og anden motion
Torsdage	18:00	Motion, klubaften mm.

REMA 1000
Meget mere discount!

JYSK

Nordea

Vi takker REMA 1000, JYSK og Nordea samt alle de private for støtten til roklubbens støtteforening GAS. Vi er meget taknemmelige for alt hvad vi får.



Flere højdepunkter fra Amager Regatta 2013

