



Nyhedsbrev, august

Formanden har ordet



Kære rovenner.

Så er der rigeligt med brugte sommerferier til salg på hylderne – men på hylderne i klubben er der travlhed med at få bådene ud på vandet, roning og tilbage på hylderne igen.

Mens der har været hedebløge i Sydeuropa og oversvømmelser ude i verden, så har vi oplevet en

dansk sommer måske lidt til den våde side, men den har ikke kunnet afholde os fra at dyrke vores yndlingsport på Esrum Sø.

Vi har sammen roet mere end km 40.000 bare i 2023 – flot. Næste gang du kommer i klubben så giv din makker et klap på skulderen og sig i den bedste sportsånd "Godt roet, makker".

Men vi ror ikke kun her. Som du kan læse nedenfor så har vores langtursgruppe været med i Klinteløbet, ældreroerne tager til Skive, Karin B , Sanne H , Merete fra FR og Mai-Britt fra Køge tog førstepladsen ved Sorø Regatta, vi har stort hold til Nordic Masters i Bagsværd og er igen i år med i Berlin. Det er en ekstra kvalitet, at vi også kan komme med båden rundt i andre farvande, uanset om det er i konkurrence eller for fornøjelsens og motionens skyld.

Det er således en aktiv og udadvendt klub, vi 24 august kl. 17.30 byder de nye kaniner velkommen i. Kom så mange som muligt for at give de nye den rigtige velkomst - og tilmeld dig fællesspisningen bagefter.

Sluttelig vil jeg sige tak til vores kasserer og min mangeårige rokammerat Bjørn Andersen. Han har, efter 12 år i bestyrelsen og de seneste 6 som kasserer, valgt at trække sig på grund af sygdom og for at kunne bruge kræfterne på sine veldrevne virksomheder – se månedens portræt nedenfor. Vi takker Lene-Marie Hansen for at træde ind i kassererrollen og byder hende velkommen som fulgyldigt medlem af bestyrelsen.

Rohilsen Claus

formand@fredensborgroklub.dk



Kanindåb 2023

Torsdag den 24. august kl.17.30 er der kanindåb for årets nye roere.

Kanindåben er en gammel tradition, der dog er blevet moderniseret en del siden dengang i 70erne, som disse billeder stammer fra. Vi skal holde fokus på, at det skal være en festlig begivenhed for alle. Vi skal fejre, at vi har fået nye roere at ro sammen med og have det hyggeligt sammen med bagefter.

Så kom og vær med til at fejre, at Kong Neptun og hans følge døber årets kaniner til ægte roere!

Efter dåben er der fællesspisning.

Pris: 100 kr. - drikkevarer kan købes.

Husk at tilmelde dig til spisning enten via hjemmesiden eller på opslaget i klubben senest mandag den 21. august.

Under selve dåben og de udendørs forberedelser - det vil sige fra kl. 17.00 til kl. 19.00 - er det ikke muligt at benytte broerne, Så spring roningens over denne dag og deltag i festlighederne i stedet.



Ny kasserer: Lene-Marie Hansen

Bjørn har valgt at stoppe efter seks år som kasserer. Lene-Marie Hansen, der hidtil har været

suppleant i bestyrelsen, tager over.

"I mit job arbejder jeg med økonomi og skat i Ørsted, normalt med tal med rigtig mange nuller bagefter. Det er jo sådan set det samme her, selv om man lige skal vænne sig til, at når der står 47, er det 47 kroner. ikke 47 millioner", siger hun.

Lene-Marie har roet i fem år, og er normalt at finde i båd sammen med Sanne Poulin, Lene Mathiasen og Anni Mortensen hver torsdag aften og lørdag morgen - hvad der også, som vist på billedet, kan give en medalje om halsen.

Roning lærte hun i USA, hvor hun har boet det meste af livet, og det er angiveligt noget andet end her:

"I USA skal man købe sig til alt. Der er ansatte til at trække båden op af vandet og varme håndklæder i omklædningsrummet. Her i Forenings-Danmark er det medlemmerne, der skaber klubben - i vores tilfælde sammen med de vrede svaner på broen."

"Jeg elsker det. Jeg valgte Fredensborg, fordi jeg i starten efter min hjemkomst til Danmark boede i Hornbæk. Nu er jeg flyttet til Frederiksberg, men tager stadig turen til Fredensborg. Det er hele rejsen værd".

Efter de mange år i udlandet betragter Lene-Marie FR som "min portal til Danmark". Det var her, hun fik venner, og det er på Esrum Sø, hun kan se, hvor smukt Danmark kan være.

"Jeg er superglad for at være med til at drive den her klub, og glæder mig faktisk til at pusle med regnskabet - uden millioner".



Stort FR-hold til Nordic Masters, både ved årerne og på land

Med i alt 58 sæder er Fredensborg Roklub den femte-største deltager, når Nordic Masters afvikles 25.-27. august i Bagsværd. Og så er Merete i øvrigt ikke bare en af favoritterne i bådene, men tillige med i den komite, der står for arrangementet.

Det var i den rolle, hun for et par uger siden forsigtigt spurgte ældre-roerne, om de måske ville bistå med praktikken. Svaret var selvfølgelig ja - en god håndfuld ældre-roere bruger dagen på at skabe rammerne for roerne på vandet.

En otter til Berlin

FR deltager vanen tro i løbet Quer durch Berlin 7. oktober, denne gang med en herre-otter.



Fredensborg Roklub

21. juli kl. 09.45 · 🌐



KÆRE PENSIONIST: Savner du motion, frisk luft og masser af fællesskab? Så er Fredensborg Roklubs Ældre-afdeling måske noget for dig.

Vi er 70 aktive mænd og kvinder mellem 65 og 89, og vi har plads til en håndfuld mere. Du kan komme med i båden på vores faste formiddagsture tirsdag og torsdag, uanset om du er erfaren roer eller ej. Har du aldrig haft fat i en åre, lærer vi dig hurtigt teknikken.

Du bliver en del af et fællesskab, der er på vandet hele sommeren, og vinteren ig... [Se mere](#)



Facebook virker!

Hen over sommeren har klubben kørt en lille kampagne for flere medlemmer til ÆER med ovenstående tekst - og det virker. For et par hundrede kroner har vi øget kendskabet til klubben, fået 147 klik på vores hjemmeside, en række henvendelser og, ikke mindst: **Fire nye medlemmer**. Vi byder velkommen til Per, Henrik, Line og Henriette, der alle er kommet på vandet under kyndig instruktion af Mogens, John og Tove, hjulpet af Sten og Vibeke.



Klinteløbet - Johnny Skaftø beretter:

Lørdag den 5. august var vi 6 roere, der drog af sted til Stevns Roklub i Rødvig for at deltage i Klinteløbet. Et løb, der blev afviklet første gang sidste år, og som forhåbentligt bliver en tradition fremover.

Der var både en 12,5 km og en 25 km distance, og vi stillede op med en damebåd (Lizzie, Sanne og Mette) og en herrebåd (Lennart, Thomas og Johnny) på 25 km distancen.

En fantastisk tur langs verdensarven Stevns Klint – en fryd for øjet.

Efter en vippetur i pænt høje bølger kom vi i mål. Det indebar modtagelsen af en bronzemedalje, samt tre øl, til damerne og en sølvmedalje, samt tre øl, til herrerne, i vores respektive klasser.

I skulle prøve det – bare det at få lov at ro langs Stevns Klint er det hele værd.

Viggo var så rar at transportere vores både frem og tilbage.

Månedens portræt



For at vise bredden i vores roklub bringer vi i nyhedsbrevet hver gang et portræt af et medlem, denne gang:

Bjørn Andersen

Der er en person i klubben, vi alle har været i kontakt med: Bjørn Andersen. Det er ham, der som kasserer har budt os velkommen med et girokort - og det er ham, der påtager sig det noget utaknemmelige job at rykke de få, der glemmer den årlige betaling af kontingentet.

Nu har Bjørn imidlertid på grund af sygdom besluttet at trække sig fra posten og overlader ansvaret og en sund pengekasse til Lene-Marie Hansen.

Bjørn har været med i bestyrelsen i 12 år og passet finanserne de sidste seks. Roning for ham startede i 1990 bag formand Claus i en dobbeltsculler på den skotske flod Clyde, da de begge læste til ingeniør på universitetet i Glasgow. Det var en intens tid, med roning fire gange om ugen og kaproning hver anden uge, ofte afsluttet på en passende pub.

Hjemkommet til Danmark roede de først nogle år i Hellerup Roklub, indtil de begge i 2003 hoppede i en otter i Fredensborg. Det blev siden til en firer og talrige kaproninger rundt i Norden. Fire gange har Bjørn været med til at vinde den 22 km lange otter-regatta i Gøteborg.

Bjørn har drevet sin egen virksomhed og samtidig været meget trofast i klubben. Han ønskede egentlig at trække sig som kasserer allerede på generalforsamlingen, men indvilgede i at blive nogle måneder, ikke mindst for

at sikre regnskabet konvertering til et nyt system. Meget betegnende har en af hans sidste gerninger været igen at rykke nogle stykker, der glemte halvårskontingentet.



Kommende aktiviteter

- 14.-17. august Ældreroerne, tur til Skive.
- 24. august kl. 17.30. Kanindåb med spisning.
- 25.-27. august. Nordic Masters, Bagsværd.
- 31. august. Fuldmånetur i ÆR.
- 6. september. Bestyrelsesmøde.
- 23. september. DM i Sorø.
- 4. oktober. Bestyrelsesmøde.
- **FASTE AKTIVITETER:**
- Tirsdag kl. 9: Ældreroning.
- Tirsdag kl. 17: Motionsroning.
- Torsdag kl. 9: Ældreroning.
- Torsdag kl. 17: Sport og Spaghetti.
- Lørdag kl. 8 Roning eller ergometertræning. Alle er velkomne.

følg med på vores hjemmeside - tryk her

Hvis du vil have en mail, når der kommer nyt på hjemmesiden, så tilmeld dig her

følg med på vores hjemmeside - tryk her

Hvis du vil have en mail, når der kommer nyt på hjemmesiden, så tilmeld dig her



*Dette nyhedsbrev får du som medlem af Fredensborg Roklub. Du er velkommen til at kontakte os med forslag, ros og kritik.
Send os gerne billeder fra ture og forslag til månedens portræt*

Du kan kontakte os på:
nyhed@fredensborgroklub.dk

Hvis du ikke længere ønsker at modtage nyhedsbrevet, så skriv det her: [unsubscribe from this list](#).

