



## Nyhedsbrev, september

### ***Formanden har ordet***



Kære rovenner.

Så er vi trådt ind i september med masser af sol, varme og vandtemperatur på +20 grader. Reelt er september nok også den sidste måned at få flere kilometer på dit rokort.

Vi har traditionen tro arbejdsdag med efterfølgende standerstrygning lørdag den 28. oktober. Dermed skydes vintersæsonen i gang, og roning skal herefter foregå efter vinterreglementet. Fra i år

er det obligatorisk at deltage i klubbens koldtvandskursus, før du går på vandet i vintersæsonen. Kurset er drevet frem af et samarbejde mellem Sikkerheds- og Uddannelsesudvalget. Jeg vil benytte lejligheden til at takke for det store arbejde og de mange frivillige timer, der er lagt i for at få kurset gjort til en realitet.

Jeg har to opfølgningpunkter:

1. I vinters og forsommeren oplevede vi noget mindre hærværk i klubben uden for normal åbningstid. Vi opfordrede dengang alle til at sikre, at vinduer og porte var lukkede og låst, når I forlader klubben. Samtidigt ændrede vi koden på kodeboksen. Det har virkelig hjulpet. Vi har nu undgået disse dumme drengestreger i over to måneder. Derfor vil jeg takke jer alle for at kontrollere at vinduer og portene i klubben er låst når I forlader klubben. .

2. Klubbens økonomi er i en god balance, hvilket hovedsageligt skyldes vores adfærd i vinteren 2022/23, hvor vi oplevede vi en eksplosion i stigende energipriser. Jeg er den dag i dag stadigvæk stolt af, at vi kunne ændre adfærd stort set fra dag til dag. Det betød et væsentligt fald i vores energiforbrug og dermed at energjudgiften kunne holdes i ro. Tak for det. Lad os fastholde vores gode sparsommelige energiadfærd, når vi går ind i den kommende vinter.

Sluttelig vil jeg ønske året kaniner tillykke med dåben og frigivelsen til roer – jeg opfordrer alle til at invitere en ny roer med ud på en tur sammen med jeres hold

Rohilsen Claus

[formand@fredensborgroklub.dk](mailto:formand@fredensborgroklub.dk)





## 16 sejre, Merete i særklasse - igen

Fredensborg Roklub tog grådigt for sig af retterne, da DFfR i sidste weekend i august afholdt Nordic Masters på Bagsværd Sø.

Med 57 besatte sæder var FR den fjerde største klub ved mesterskaberne, der blev afviklet med en lang række løb. I alt 16 gange blev det til sejr for klubben. Ikke mindst klubbens kvinder kom først over målstregen.

Deltagerne fra FR var Svend Aage Nielsen, Kim Børgesen, Søren Heinrichsen, Hans Tapper, Lene Mathiasen, Anni Mortensen, Lene Marie Hansen, Sanne Poulin, Karin Bodelund, Bettina Cervin, Ulla Poulsen, Anne Mette Jørgensen og Merete Boldt.

**Resultaterne kan opsummeres således:**

- **Bettina, Ulla og Kim** vandt hver et løb.
- **Anni, Sanne, Lene Marie, Svend Aage, Søren og Hans** kom først to gange.
- **Karin** var med i en vindende båd tre gange, **Lene og Anne Mette** fire gange.

Vanen tro var **Merete** igen i en klasse helt for sig selv - seks gange kom hun først. Imponerende!



## Hak i siden, men vandt alligevel

Hvis der er noget, vi diskuterer meget i klubben, er det risikoen for sammenstød. Vi har

færdselsregler, nogle bruger skrappe farver på trøjen, så de bedre kan ses, andre et spejl på hatten for at kunne kigge bagud.

Alt det kunne ikke forhindre et sammenstød i forbindelse med Nordic Master - sammenstødet skete nemlig på parkeringspladsen! Ålborg Roklub bakkede ind i vores trailer og beskadigede 4'eren Varese.

Det forhindrede imidlertid ikke, at vores damehold senere vandt i netop Varese, efter at Sv. Aage havde lappet den med gaffatape.

Ålborg har erkendt fadæsen, og vi får gennemført en mere regelret reparation på forsikringens regning.



## **Bank under bordet - ingen sammenstød på søen**

Det ærgerlige uheld på parkeringspladsen kommer efter et år, hvor vi overhovedet ikke har haft nogen sammenstød på søen - "Tre bank under bordet", siger Claus.



Sikkerhedsudvalgets skiftende medlemmer har kontinuert arbejdet på at forbygge sammenstød gennem små løbende forbedringer, f.eks. kasketter med spejle, spejle til montering på riggen, udlægning af bøjer, ansøgning om endnu flere bøjer hos Skoven og genplacering af bøjerne.

Hvert eneste tiltag bygger på utallige analyser af uheldsrapporterne. Uheldsrapporterne udarbejdes ved den systematiske gennemgang af hændelsen, før, under og efter sikkerhedsudvalgets søforhør af de implicerede parter.

"Jeg opfordrer jer alle til fortsat at have fokus på egen færdsel på søen og følge sikkerhedsudvalgets retningslinjer og samtidigt have et vågent øje på andre brugere af søen, så vi helt undgår sammenstød i rosæson 2023", siger formand Claus.



# Kaninerne - og en hel del andre - i vandet

August er traditionelt også tid for årets kanindåb, i år med syv nye, der fik den traditionelle omgang med kaninører og vandgang, der hører til optagelsen i fællesskabet. En fornøjelig afslutning for de syv, der startede i vinter i ergometrene og trofast har holdt sammen gennem foråret under en langt mere intensiv og grundig instruktion end vanligt. Hatten af for instruktørerne! Resultatet er da også, at de syv allerede er habile roere, med hver deres ambitionsniveau.

Nu handler det, som uddannelseschef Lene M. gerne gentager, om at få de nye helt ind i fællesskabet. De gjorde deres ved at stå i køkkenet til sport og spaghetti ugen efter - nu skal de også have plads i bådene på de vanlige træningsdage.



# Et er søkort at læse...

Ulla og 35 andre ældre-roere var i fremmed farvand, da ÆR 14.-17. august afviklede den traditionelle langtur, i år til Skive. Om det nu også var nødvendigt med at kort for at følge kysten, kan altid diskuteres.

Helt som vanligt var vi afsted med tre overnatninger og to aktive dage, enten ved årene eller som turister i området. Skive Roklub har haft os på besøg tidligere, og ligesom sidst bød de velkommen med en gammel dansk og morgensang på kajen, før vi gik i bådene. Det med sangen er måske en tradition, der er værd at efterligne?

Det blev til en tur op af fjorden og dagen efter ad Karup Å, som skibonitterne insisterer på at kalde Skive Å. Og så var der et passende mål af festlighed om aftenen på et meget tolerant hotel, der tillod os at nappe til papvin fra Finns egne dunke..

Blandt fornøjelserne var, at vi fik lov at prøve Skives coastal-båd. Materielbestyrer Clemme havde en klar dom: Den er alt for tung - sådan en skal vi ikke have.



## Det kolde vand og det kolde kursus nærmer sig

Det var varm kaffe på kanden og kolde facts på skærmen, da Steen i sidste



uge holdt generalprøve på det koldtvandskursus, vi har besluttet at gøre obligatorisk for alle, der vil ro mellem standerstryg og -hejs.

Steen foretog en imponerende grundig gennemgang af risikoen ved vande og vinteren, der nu rettes til og tilbydes alle, formentlig i sidste uge inden standerstryg. Nærmere dato følger.

---

## Syv nye ældreere

I løbet af sommeren har vi haft en lille kampagne for flere ældremedlemmer på facebook, og det har givet kontant resultat.

Syv nye medlemmer er blevet en del af fællesskabet, lige nu under instruktion af Vibeke, Steen, John, Mogens, Aage og Tove.

Det betyder, at klubben lige nu for første gang længe har nettofremgang i medlemstal.

Tag godt imod:

Per Jacobsen

Henrik Danholt

Line Løkkegaard

Henriette Stein

Anna Uhrenholth

Gurli Poulsen

Erling Larsen

---



## Månetur uden måne

Ældreroerene markerede den formelt sidste sommeraften 31. august med en fuldmånetur. Fem både afsted ud i natten, ikklædt lanterner og juletræskæder. For en gang skyld roede vi i kortege, og nød synet af kysten fra land og den stille lyd af årernes plask. Gæve nødeboere inviterede ind på kajen til hjemmebag og en egenimporteret whisky. Så glemmer man for en stund, at månen var godt skjult bag skyerne, og først dukkede op hen af midnat, da vi for længst var sejlet hjem.



## Kommende aktiviteter

- 23. sept. Dansk Mesterskab
- 30. sept. Efterårskaproning, Bagsværd
- 14. okt. Copenhagen Harbour Race
- 28. okt. kl. 8.30-13.30 Standerstrygning og arbejdsdag.
- **FASTE AKTIVITETER**
- Tirsdag kl. 9. Ældreroning



- Tirsdag kl 17. Fælles 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**



---

*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](mailto:nyhed@fredensborgroklub.dk)

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

