

Svømmehalsaktiviteter

Den 24. og 31. dec. og d. 1. april er aflyst.

| Dato | 29. okt. | 5. nov. | 12. nov. | 19. nov. | 26. nov. | 3. dec. | 10. dec. | 17. dec. | 24. dec. | 31. dec. | 7. jan. | 14. jan. | 21. jan. | 28. jan. |
|-----------|----------|---------|----------|----------|----------|---------|----------|----------|----------|----------|---------|----------|----------|----------|
| Svømning | • | | • | | • | | • | | ■ | ■ | • | | • | |
| Kajakpolo | | • | | • | | • | | • | ■ | ■ | | • | | • |

| Dato | 4. feb. | 11. feb. | 18. feb. | 25. feb. | 4. mar. | 11. mar. | 18. mar. | 25. mar. | 1. apr. | 8. apr. | 15. apr. | 22. apr. | 29. april |
|-----------|---------|----------|----------|----------|---------|----------|----------|----------|---------|---------|----------|----------|-----------|
| Svømning | • | | • | | • | | ▲ | ★ | ■ | • | | ▲ | ★ |
| Kajakpolo | | • | | • | | • | ▲ | ★ | ■ | | • | ▲ | ★ |

| | | | |
|---|-----------------------|---|---|
| ▲ | Frivillig svømmeprøve | ★ | Kajak- og inriggerworkshop Starter kl. 8.00. |
|---|-----------------------|---|---|

Svømning

Som medlem af ro- og kajakklubben har du og din nærmeste familie gratis adgang til Hobro Svømmehal søndage fra kl. 9.00 - 10.00 i vinterhalvåret. Du kan se datoer og aktiviteter i svømmehallen. Generelt vil det være sådan, at der er svømning hver anden søndag og kajakpolo hver anden søndag. Man kan deltage i begge dele. I foråret vil der desuden blive arrangeret workshops, hvor vi øver færdigheder i at redde sig selv og andre ved kæntring. Mod slutningen af vintersæsonen vil der blive afholdt svømmeprøver. Røere skal kunne svømme 300 m og kajakroere skal kunne svømme 600 m. Derfor er det en rigtig god ide at tage imod tilbuddet om svømmetræning.

Arbejdsdag ved klubhuset.

Lørdag d. 29. juli var en del medlemmer samlet i klubben for at opsætte nye tagrender, fjerne taget fra containerne og lave generel oprydning. Tagrenderne var sponsoreret af Dansk Stål, hvilket var en stor besparelse for klubben. Stor tak for det.

Dagen forinden havde nogle få klubmedlemmer malet sternbrædderne huset rundt, så det var let at gå i gang med tagrender. Arbejdsdagen blev afsluttet med en hyggelig grillmiddag, hvor flere familiemedlemmer mødte op.

Der mangler dog stadig at blive sat tagrender op på sydsiden, sat 2 nye containere ind og at få taget lagt på igen.

www.hobroroklub.dk

Du kan finde rigtig meget information på hjemmesiden. Der er løbende opdaterede kalenderaktiviteter, beretninger og billeder fra arrangerede ture fra flere år tilbage.

Er du medlem, kan du følge med i bestyrelsens referater og se ro- og bådstatistikker samt finde kontaktinformation på andre medlemmer. Adgangskode oplyses hos kassereren.

Nyhedsbrev nr. 3 - 2017

Hobro Ro- og Kajakklub

September 2017



Indhold

- Nyt fra bestyrelsen
- Standerstrygning
- Fællesspisning
- Ny i klubben
- FUR—TUR
- Roreglement
- Svømmehalsaktiviteter
- Svømning
- Arbejdsdag ved klubhuset

Nyt fra bestyrelsen

- ”Park og Trafik” vil udskifte gangbroen fra Nedre Strandvej til klubhuset. Det er endnu usikkert, hvornår det bliver; men i den tid, hvor broen er midlertidigt fjernet, vil porten mod havneområdet være åben.
- A/B Strandparken ønsker parkeringsforbud på dele af Nedre Strandvej. Bestyrelsen har sendt en indsigelse mod dette.
- Arbejdsdagen i klubben gik godt; men der er ting, der stadig skal gøres færdigt. Der bliver lavet en opfølgings-arbejdsdag.
- Der bliver indhentet tilbud på at få lagt ny belægning omkring klubhuset; men der vil ikke blive taget beslutning, før vi kender prisen.
- Der bliver indkøbt 2 nye coastfightere, der er indkøbt nye big blade årer til inriggerne og der er søgt fondsmidler til ergometer.
- Sommerfesten flyttes til den nye arbejdsdag, som - i skrivende stund - endnu ikke er fastlagt.
- Roturen til Hadsund flyttes til d. 14-15/10
- Fællesspisning bliver fremover 2. mandag i måneden.
- Standerstrygning bliver d. 11/11.

Standerstrygning lørdag

den 11. november kl. 9:00

Kl. 9:00 er der kaffe og rundstykker, samt fordeling af dagens opgaver:

- Bådebroerne tages op og rengøres med højtryksrensere. Det kan knibe med vandtrykket, så dette prioriteres frem for vask af både og kajaker.
- Robåde og kajaker gennemgås for skader, der skal udbedres.
- Rengøring og oprydning indendørs og udendørs på klubbens område.

Kl. 12:00 serveres der frokost.

Kl. 13:00 er der standerstrygning ved formanden og kåring af årets røere.

Fællesspisning

Kom og mød dine roammerater til en hyggelig fællesspisning. Det foregår som hovedregel den anden mandag i måneden; men kan dog være aflyst enkelte gange. Hold dig derfor orienteret på opslags-tavlen i klubhuset og på hjemmesiden. Fremover vil spisningen komme til at koste 20 kr. *Medbring selv drikkevarer.*



Ny i roklubben - min mands og mine oplevelser i Hobro Roklub.

Christina spurgte mig, ud af det blå, syntes jeg: "Hvad med at starte i roklubben"? Ja, tænkte jeg, hvorfor ikke.

Jeg havde absolut ingen forudsætninger eller erfaringer at trække på; men da jeg er en stor fan af engelske krimier, hvor man ser de elegante robåde glide ned ad de respektive floder med vajende flag og sportstrængede besætninger, så jeg straks mig selv som en del af dette billede.

Da dagen nærmede sig, hvor vi skulle starte, fik jeg dog straks betæneligheder og så også mere realistisk på omstændighederne. Modtagelsen, vi fik af vores entusiastiske instruktør Linda, gjorde at tingene ikke så helt umulige ud. Dertil skal føjes, at de første gange i klubben blæste det så meget, at det ikke kom på tale at ro. Jeg prøvede romaskinen og drak kaffe med de øvrige medlemmer, som var meget imødekommende. Jeg blev også glad, da jeg mødte Ingrid, som fortalte mig, at hun også var begyndt at ro, da hun var gået på efterløn. Jeg syntes egentlig, at det var meget hyggeligt, MEN alvoren truede lige om hjørnet.

En fredag eftermiddag, hvor vinden skulle være passende, havde Linda sammen med Carlo og Ingrid arrangeret, at vi skulle ud at ro. Det blev en oplevelsesrig eftermiddag. Jeg vidste ikke, at der var ugle på vandet; men det skulle jeg snart få lært. Ligeledes har jeg lært mig en del fagudtryk og fået mange gode råd, som jeg har kunnet bruge og bestræber mig på at bruge. Det råd, jeg har fået flest gange, er "Følg tagåren"!!!!

Jeg forstod snart, at min rejse fra "ikke roer" til "roer" var så personlighedsomvæltende, at det ville påvirke min hverdag. Min mand ville heldigvis følge mig på denne rejse. Vi føler, at vi er blevet taget godt imod, og jeg kan forsikre, at det ikke er med ligegyldighed, vi møder op om tirsdagen.

Det billede, jeg nu ser foran mig, er billedet, hvor vi ror på Mariager Fjord. Der er overskud til nyde naturen, og vi skal på madpakketur til Paradiset. Jeg har dog for nylig erfaret - fra pålidelig kilde, at Paradiset ligger nærmere Mariager end Hobro, så tiden må vise, om vi når dertil.

Flemming Krebs og Susanne Kokholm Sørensen (Nye medlemmer 2017)

FUR - FUR

Lørdag d. 9. september drog 5 kajakroere, 8 inriggeroere fra Hobro og 2 inriggeroere fra Had-sund til Fur.

De 24 km. blev tilbagelagt i høj sol og stille vejr, så Limfjorden viste sig fra sin pæne side og gjorde turen omkring den smukke ø til en fornøjelse.

Dagen sluttede med en veltilberedt middag med råvarer fra Fur.

Helle og Peter Havtorn var vore gode guider hele øen rundt.

Shyge



Hvor og hvornår må man ro kajak?

Rosæsonen går på hæld, og det begynder at blive koldt og mørkt udenfor. I roreglementet er det præciseret under hvilke forhold og betingelser, der må ros ud. Herunder er udsnit fra roreglementet.

Dagligt rovand:

- Rosæson: Fra klubhus til Langs Odde samt til og med Mariager.
- Vinter*: Fra klubhus til Masterne. Der må kun ros i isfrit vand.

Andre rovande:

- Åer, søer, fjorde og kyster. Maksimalt 600 meter fra land.

Roning i mørke:

- I mørke og ved dårlig sigtbarhed skal der ros med lys, der kan ses 360° rundt.
- Natroning er kun tilladt for roere med langtursret eller i følge med turleder med langtursret



*Ifølge roreglementets § 3.3 betegnes al roning i vandtemperaturer under 8 °C som vinterroning. Vinterroning er kun tilladt, hvis man som roer er blevet tildelt vinterrøret og har deltaget på en klubaften, hvor sikkerheden omkring vinterroning er blevet gennemgået.

| Rosæson: Vandtemperatur > 8 °C | | | |
|--|----------------|----------------------|---|
| EPP-niveau/kajakret | Dagligt rovand | Andre rovande | |
| EPP1 | Med hvem | EPP2-roer | - |
| | Middelvind | Højst 5 m/s | - |
| | Vandtemperatur | ≥ 10 °C | - |
| EPP2 | Med hvem | Alene | Roer med langtursret |
| | Middelvind | Højst 10 m/s | Højst 8 m/s |
| | Vandtemperatur | ≥ 8 °C | ≥ 10 °C |
| EPP3 | Med hvem | Alene | Alene med langtursret |
| | Middelvind | Højst 10 m/s | Højst 10 m/s |
| | Vandtemperatur | ≥ 8 °C | ≥ 10 °C (turkajak) ≥ 8 °C (havkajak) |
| Langtursret | Med hvem | Alene | Alene |
| | Middelvind | Højst 10 m/s | Højst 10 m/s |
| | Vandtemperatur | ≥ 8 °C | ≥ 10 °C (turkajak) ≥ 8 °C (havkajak) |
| Vinterroning - turkajak: Vandtemperaturer < 8 °C | | | |
| EPP-niveau/kajakret | Dagligt rovand | Andre rovande | |
| Vinterrøret | Med hvem | To EPP2-roere sammen | - |
| | Middelvind | Højst 5 m/s | - |
| Vinterroning - havkajak: Vandtemperaturer < 8 °C | | | |
| EPP-niveau/kajakret | Dagligt rovand | Andre rovande | |
| Vinterrøret + EPP2 | Med hvem | To EPP2-roere sammen | EPP3-roer med langtursret |
| | Middelvind | Højst 5 m/s | Højst 8 m/s |
| Vinterrøret + EPP3 | Med hvem | Alene | To roere med langtursret |
| | Middelvind | Højst 8 m/s | Højst 8 m/s |