



## Nieuwsbrief VADA-roeien februari 2019

### Agenda

- 15 februari, 24 maart en 26 april 2019: Roeiproeven
- 24 maart 2019: instructieavond Haalbeeld
- April, mei 2019: beginnerscursussen
- April, mei, juni 2019: instructie basis skiff-vaardigheden
- 12 mei 2019: Videovaren
- 28 juni tot 1 juli 2019: Skiffkamp
- 22 september 2019: VADA Roeien Onderlinge

### In deze nieuwsbrief

- Bericht van het roeibestuur
- Informatie beginnerscursus 2018
- Van de Instructiecommissie
- Aankondiging Onderlinge 2019
- Aankondiging skiff-start

### Bericht van het roeibestuur

Beste roeileden,

Deze keer ontvangen jullie een korte nieuwsbrief met een aantal inhoudelijke onderwerpen. Tijdens het recente roeiploegcoördinatorenoverleg de wens besproken om een aantal zaken anders/beter te regelen:

- Allereerst is er een voorstel om de procedure bij het afvaren te vereenvoudigen door alleen nog maar toe te staan dat alle roeiboten eerst richting de Rijn varen, dus niet direct het havenkanaal over te steken. ARGO hanteert deze regel al langer en zou dit beter, duidelijker en veiliger vinden.
- Tweede voorstel is het verplicht afschaffen van het ploegaccount voor reserveren en afschrijven van roeiboten via MyFleet. Dit moet dan voortaan per roeiboot door de stuurman of een ander roeier plaatsvinden met zijn/haar onder de eigen inlognaam.
- Derde onderwerp betrof voorstellen voor het optimaliseren van het nieuwe L-vlot, zowel in gebruik als wat praktische voorzieningen die dat eenvoudiger kunnen maken.
- Vierde onderwerp betrof het benutten van de extra capaciteit van het L-vlot op zaterdag en zondag door nieuwe en nieuw te vormen roeiploegen.

Een punt dat vanuit het Roeibestuur ter sprake is gebracht is het gebruik van ARGO boten en ergometers. Aan wie daar gebruik van maakt is het uitdrukkelijk verzoek onze wedstrijdcommissaris/materiaalcommissaris op de hoogte te stellen en altijd via MyFleet af te schrijven bij ARGO. Via jullie ploegcoördinator en het binnenkort te verschijnen verslag kan

iedereen kennis nemen van deze en andere onderwerpen die zijn besproken en afgesproken.

Wat betreft de voorstellen gaat het roeibestuur zich daar op beraden en ze inbrengen in onze afdelingsvergadering in het voorjaar.

Met vriendelijke groet,

Alex Grashof  
Vz. Afdeling Roeien

## **Informatie beginnerscursus 2019**

De instructiecommissie organiseert in april en mei de jaarlijkse beginnerscursus van 12 lessen. Doel is het aantrekken/opleiden van nieuwe leden. De cursisten leren de basiskennis en -vaardigheden die nodig zijn om in een ploeg, onder leiding van een stuurman, te roeien in C-materiaal zonder risico op blessures of materiaalschade. Er is ook aandacht voor het gezellige ploeggevoel. Om een goed beeld te geven van Vada roeien komen onderhoud van het materiaal, stuurvaardigheden, proevensysteem, ploegenstructuur, vrijwilligerswerk e.d. ook aan bod. De instructeurs zijn ervaren en komen uit diverse ploegen.

Vorige jaren was de beginnerscursus overtekend. Daarom werken we in 2019 voor het eerst met twee vaste groepen (van ieder maximaal 14 cursisten):

- groep 1 is weekend- en avondroeien (zaterdag 13:30 uur en woensdag 18:00 uur). De groep kan na de cursus door als beginnersploeg op zaterdagmiddag (instructiecommissie verzorgt begeleiding)
- groep 2 is midweekroeien (maandag 15:30 uur en donderdag 15:30 uur). Groep 2 stroomt na de cursus in bij FF3 of FF

Heb je familie, vrienden, kennissen, collega's met belangstelling om lid te worden van Vada roeien? Graag hem/haar tippen op de beginnerscursus. Er zijn nu nog plekken beschikbaar en vol=vol. Uitgebreide info en exacte data vind je in de [folder](#).

Informatie opvragen en aanmelden kan bij de organisatie van de beginnerscursus: [beginnerscursus@vadaroeien.nl](mailto:beginnerscursus@vadaroeien.nl)

## **Van de Instructiecommissie**

- **Videovaren**  
Op zondagmiddag 12 mei 2019 is er weer VIDEOVAREN. Roeiers die aankomende zomer willen werken aan verbetering van hun techniek kunnen zichzelf zien roeien op de video en als zij dat willen aanwijzingen krijgen van Gerdjan de Wit tijdens een centrale nabespreking op maandagavond 13 mei. Ewald Lems zal op de Rijn filmen vanuit de boot van Willem Roskam. Voor meer informatie zie <http://vadaroeien.nl/instructie/artikel/252/videovaren>
- **Instructie basis skiff-vaardigheden**  
Er is behoefte aan instructie in BASIS-SKIFFVAARDIGHEDEN. We gaan ervan uit dat deze wens binnen de ploegen wordt opgepakt door de eigen instructeurs. Om hier tijdelijk bij te ondersteunen, bieden we twee cursussen basis-skiff-vaardigheden aan, bedoeld voor roeiers die nog nooit, of bijna nooit, in een skiff hebben gezeten. De eerste cursus is op vrijdagochtenden in april-mei-juni 2019. Opgeven en info bij Machiel Spuij ([wedstrijden@vada-roeien.nl](mailto:wedstrijden@vada-roeien.nl)). De tweede cursus wordt op zondagmiddagen in mei-juni 2019 verzorgd door de dames van Dubbel&Dwars. Opgeven en info via [instructie@vada-roeien.nl](mailto:instructie@vada-roeien.nl).

- **Instructieavond Haalbeeld**

Op zondag 24 maart 2019 is de jaarlijkse instructieavond over het HAALBEELD zoals de instructiecommissie dat voor ogen heeft. Iedereen is welkom, met name nieuwe leden en (aspirant-)instructeurs. Meer informatie en opgeven: <https://vadaroeien.nl/instructie/artikel/399/instructie-avond-haalbeeld-op-24-maart-2019>

## **Oproep Onderlinge 2019**

Wie organiseert de Onderlinge wedstrijden 2019 op 22 september? En heeft er een leuk idee om de Onderlinge Wedstrijden tot een onvergetelijke dag te maken?

Op 22 september vinden de Onderlinge Wedstrijden van 2019 plaats. Het roeibestuur is op zoek naar enthousiaste mensen of ploegen die ideeën hebben om 22 september tot een onvergetelijke dag te maken voor alle roeiers. In ons collectieve geheugen staat nog het jaar gegrift waarop er ook drakenboten waren om in te varen.

Daarnaast zoekt het bestuur mensen en/of ploegen die de organisatie op zich willen nemen. Vorig jaar namen DixMix en WOMO de uitvoering van de Onderlinge voor hun rekening en zorgden zij ervoor dat ook STOER kon meedoen. Een aantal activiteiten zijn bijvoorbeeld het opbouwen van de wedstrijd baan; het uitwerken van het wedstrijdschema; het mobiliseren van starters, finishers en vlothonden, en; het uitreiken van prijzen aan de winnaars van de dag. Er zijn een aantal handleidingen beschikbaar die ter inspiratie kunnen dienen.

Heb je ideeën en wil je de Onderlinge Wedstrijden mee helpen organiseren? Stuur dan een bericht aan Dieuwke Klaver [roeien@wsv-vada.nl](mailto:roeien@wsv-vada.nl)

## **Oproep Skiff Start**

Beide laatste jaren organiseerden Dixmix, Womo en Wouw op een zondag in Mei in het Gat van Opheusden voor de liefhebbers de zog. SKIFF START plaats. Dat behelst een kennismaking met het roeien in de skiff voor (roeiers niveau skull 1 )in een veilige omgeving o.l.v. een instructeur. Per instructeur, per boot oefenen om beurten 2 cursisten, die elkaar om het uur afwisselen. Touwen zijn desgewenst beschikbaar. Als je al eens een enkele keer in een skiff zat, maar wat verder wilt oefenen onder begeleiding, ben je ook welkom. Voor mensen die al vaker skiffen vindt later dit jaar het skiffkamp in Tilburg plaats.

We willen bij voldoende belangstelling - en voldoende instructeurs! -weer zo'n dag gaan organiseren op een zondag in Mei als het water warm genoeg is en het weer het toelaat en voldoende skiffs beschikbaar. Als voorlopige datum geldt nu zondag 12 Mei (onder voorbehoud!). Dan skiffen de instructeurs de bootjes naar het Gat, de 'cursisten' komen dan per Wherry. Vorig jaar is er niemand omgegaan!!! Graag inventariseer ik hoeveel roeiers hieraan willen deelnemen als cursist en hoeveel instructeurs er willen/kunnen meedoen.

Als er genoeg animo is en genoeg begeleiders zijn, horen jullie dat zo snel mogelijk van me met de definitieve datum en verdere gegevens. Graag melden wie belangstelling hebben of dit mee willen begeleiden uiterlijk voor 3 maart naar [Alice.de.gier@xs4all.nl](mailto:Alice.de.gier@xs4all.nl)

## **Kopij aanleveren volgende nieuwsbrief / foto van de week**

Heb je iets voor de nieuwsbrief of een Foto van de Week? Stuur dit dan naar [communicatie@vadaroeien.nl](mailto:communicatie@vadaroeien.nl). Vertel bij de Foto van de Week waar en wanneer deze genomen is, wat er te zien is en eventueel waarom je juist deze foto hebt genomen! Voor de Foto van de Week geldt geen deadline.

De eerstvolgende **sluitingsdatum voor de Nieuwsbrief** is vrijdag 22 maart 2019.

