

ROKLUBBEN »FURESØ«  
Medlem af Dansk Forening for Rosport  
under Dansk Idrætsforbund  
Adresse: Furesøbad, Fiskebæk, 3500 Værløse  
Klubtelefon: 4495 0157  
Girokonto: 6550509  
<http://www.rofu.dk>



NR. 3 APRIL 2006 - 38. ÅRGANG

# FURESØ

**Lyngbytur**  
**7. maj kl. 9.00**

**Se side 13**

**Vel mødt!**



## Fugleinfluenza?



Da jeg læste og hørte om, at der tæt på Furesøen er konstateret fugleinfluenza, sad jeg og reflekterede lidt over hvilken betydning det kunne have for os der færdes på og i søen. Jeg gjorde selvfølgelig som tusindvis af andre danskere har gjort før mig - jeg så gennemgik den tilgængelige information for at få en smule klarhed.

Det der fremgår som vigtigt i forbindelse med fugleinfluenza og som tydeligt fremgår af alle vejledninger: "Er at undgå at bringe smitten videre til eksempelvis tamme besætninger."

Hvordan kan vi bidrage og hjælpe og hvad skal vi undgå?

Det som er allermost vigtigt er at man ikke rører ved døde fugle eller fugles ekskrementer.

Døde fugle kan vi nok finde ud af at holde os fra, det er trods alt ikke et nyt fænomen for os. Der dør tusindvis af fugle hver vinter (ca. 20 -25.000 om dagen i vinterhalvåret), så dem er vi vant til at møde, på samme måde er det med ekskrementerne, dem er vi også vant til, men nu skal vi blot være

mere observant på, at "skidtet" bliver vasket af på den rigtige måde, nemlig ved god anvendelse af sæbe. Desinfektion af årer, fodtøj og lignende. Rensning af broer.

DIF ( Dansk Idræts Forening) har udsendt nedenstående vejledning via specialforbundene som allerede er videresendt og opsat som opslag i klubben.

### Information om fugleinfluenza

Flere klubber og medlemmer har spurgt DIF og flere specialforbund om forholdsregler ved kontakt med fugleefterladenskaber under ophold og færdsel på bådebroer m.m. Det er især idrætterne sejlsport, roning, kano-kajak, vandski og sportsdykning, der kan have interesse i informationer om fugleinfluenza. D/F henviser i den forbindelse til Sundhedsstyrelsens hjemmeside.

D/F har talt med Sundhedsstyrelsen, som henviser til sine forholdsregler vedrørende risikoniveau 1 om sporadisk kontakt med fugle eller deres efterladenskaber.

Med Sundhedsstyrelsen som kilde skal vi derfor oplyse følgende:

- Rør ikke ved syge eller døde fugle
- Undgå direkte berøring med fugles efterladenskaber
- Undgå at berøre sig selv (typisk i næsen eller øjnene) eller andre med forurenede hænder

Hvis man har fjernet død fugl vaskes hænderne efterfølgende grundigt med vand og sæbe. (evt. kan bruges håndsprit (70 % -85 %), hvis ikke der er håndvaskefaciliteter i nærheden).

Grundig håndvask gælder også, hvis man uforvarende har rørt ved en syg eller død fugl eller fugles efterladenskaber.

Vask i øvrigt hænder grundigt og hyppigt med sæbe, fx efter rotur og før spisning

Rengør forurenede fodtøj, fx fodtøj som har trådt i fugleefterladenskaber Vask evt. forurenede tøj med sæbe ved temperaturer, der anbefales for pågældende slags tøj og med sæbemængde svarende til vandets hårdhedsgrad.

Yderligere bør vi overveje grundig rengøring af både efter roning. Vore både er særlig udsatte da de bæres på land og placeres indendørs, hvor andre kan berøre dem med hænderne.

Man bør også overveje årer og andet grej som kan have behov for særlig grundig rengøring, fx roske, tasker, bådshage, m.m.

Det kan også anbefales med jævne mellemrum at højtryksspule slæbesteder, bådebroer og lignende, hvor fx andefugle ofte opholder sig, og hvor der derfor er mange fugleefterladenskaber. Dette er forelagt Søsports Samarbejd Udvalg og her vil kommunen komme tilbage med anbefaling.

En simpel forholdsregel kunne være at medbringe et stykke håndsæbe, så vi kan få vasket hænder og fødder, hvis "uheldet" skulle være ude ved landgang på broer og bolværker.

Statens Serum institut skriver på deres hjemmeside.

Fugleinfluenzavirus smitter normalt ikke mennesker. I sjældne tilfælde er der dog påvist sygdom hos mennesker, der har haft tæt kontakt til fugle. Den store opmærksomhed, der aktuelt er for fugleinfluenza af typen H5N1 skyldes, at der fra 2003 har været meget omfattende udbrud af sygdom blandt fjerkræ i mange lande i Asien og Europa. Dertil kommer spekulationer om, hvorvidt den aktuelle fugleinfluenza forandrer sig, så den forårsager en verdensomspændende influenzaepidemi blandt mennesker.

Kan fugle influenza virus smitte mennesker?

Fugleinfluenzavirus smitter normalt kun fugle og (sjældnere) grise. Den første dokumenterede fugleinfluenzavirus H5N1 infektion hos mennesker blev påvist i Hong Kong i 1997.

De mennesker, der er blevet smittet med sygdommen, er al le smittet af fjerkræflokke. Der er ikke konstateret smitte fra vildtfugle til mennesker.

Hvordan kan mennesker smittes med fugleinfluenza?

Mennesker kan få sygdommen via tæt kontakt med syge eller døde, smittede fugle. Fuglene udskiller virus via sekreter fra luftvejene samt gennem afføring. For eksempel kan man på markeder, hvor der er levende fjerkræ, komme i forbindelse med stov, der indeholder pulveriseret, tørret afføring og dermed virus. Speciel risiko for smitte er der ved slagtning, plukning af fjer, udskæring og tilberedning af smittede fugle.

Vil I vide mere kan jeg stærkt anbefale, at i hopper ind på nedenstående hjemmesider, der meget kort og konkret fortæller om fugleinfluenza, hvorledes den håndteres og især hvorledes vi alle kan være med til at undgå spredningen.

Sundhedsstyrelsen. [www.sst.dk](http://www.sst.dk).  
Statens seruminstitut [www.ssi.dk](http://www.ssi.dk)  
Fødevarestyrelsen:  
[www.fsvt.dk](http://www.fsvt.dk)  
Myndighedernes portal  
[www.fugleinfluenza.com](http://www.fugleinfluenza.com)

Vær især opmærksom på, at vores daglige rofarvand ligger i en overvågningszone.



Husk 2006  
(Kanindåb)

## Roklubben Furesø har en hjemmeside.

For mange virker det som en banal ting, men det er ikke alle der er klar over det.

*For et stykke tid siden stod jeg i klubben og talte om nogle billeder, som en anden havde lagt om på hjemmesiden til glæde for os alle. Da den tredje person spurgte hvor det var man kunne finde billederne, sagte vi i kor på klubbens hjemmeside. Vedkommende så nu lige så spørgende ud som tidligere, hvorefter han spurgte, hvor finder man den. Det var først her, det gik op for mig, at det ikke var alle, der kendte til klubbens hjemmeside. Derfor har jeg nu valgt at fortælle lidt om den.*

Du kan finde selve siden på [www.roklubbenfureso.dk](http://www.roklubbenfureso.dk). Når du så er kommet ind på siden er der en masse muligheder. Jeg vil forsøge, at fortælle lidt om nogle af de ting du kan finde, resten må du selv gå ind og udforske. Forsiden er den side hvor du kan få et overblik over om der er sket noget nyt, samt se hvad de næste ting der sker i klubben er. Det er også her fra du kommer videre til resten af siderne.

Du kan gå ind og læse lidt om klubben, de forskellige afdelinger og hvordan du bliver roer. Disse ting henvender sig mest til folk ude fra, som vil finde ud af om roklubben er noget for dem.

En ting som både er til folk udefra og klubbens medlemmer er vores nyhedsdel. Her kan man finde alt fra resultater fra en kaproning til hvad der nu er sket på hjemmesiden.

En anden spændende del er kalenderen. Her kan du se, hvornår der sker noget, ud over den sædvanlige roning. Samtidig vil du også kunne klikke dig ind på invitationer og tilmeldinger for de forskellige aktiviteter, hvis disse

findes. Vi er som noget nyt begyndt at lave online tilmelding til nogle af tingene. Til at starte med er det kurserne og kanindåben, men jeg regner bestemt med at mere og mere vil komme over på denne måde.

Så er der et område som kun henvender sig til medlemmer. Det er medlems info. Her kan du finde love og reglementet. Samtidigt er det her du kan bestille dig klub tøj, og sidste min ikke mindst er det muligt at se gamle nummer af Furore. Samtidigt er det her du finder vejen ind til de sider, der kun er adgang til for medlemmer.

Du kan logge dig ind på medlemsdelen med dit medlemsnummer og telefonnummer. Senere kan du rette dit password, således at det kun er dig der kender det. I denne del kan du finde en medlemsliste, så du kan finde oplysninger om andre medlemmer. En anden liste du kan finde er brovagslisten, så altid kan se om det er din dag til at have vagten.

Du kan også lægge billeder og artikler op, som du ønsker at fa' ud på hjemmesiden. Dog vil tingene blive kikket igennem, før de bliver lagt ud på siden. En at de helt stor ting under medlemsdelen er et forum, hvor du kan være med til at diskutere alt muligt. Ønsker du nogle at ro med, kan du efterlyse dem her. Men du kan også tage andre ting om, hvis du har lyst.

Sidst men ikke mindst vil jeg nævne vores nyhedsbrev, som bliver brugt til at sende påmindelser ud om tilmeldinger og arrangementer. Det er også under medlemsdelen at du kan tilmelde dig til denne mail liste, hvis du ikke allerede er kommet på den.

*Glæder mig til at du kikker forbi [www.roklubbenfureso.dk](http://www.roklubbenfureso.dk), og giver ideer til, hvordan siden gøres beder, samt deltager i diskussionen om klubbens fremtid.*

*Webmaster, Martin N. Diedrichsen,*  
114

# ROREGLEMENT



Roklubben Furesø  
Medlem af Dansk Forening for Rosport  
Under Dansk Idræts Forbund

*Vedtaget af bestyrelsen 16. februar 2006*

Afsnit A. Roning i dagligt rofarvand

1. Generelt
2. Inriggere og gigbåde
3. Outrigerroning
4. Kaproning
5. Styrmanden
6. Instruktion og frigivelse
7. Brovagt
8. Motorbåd
9. Vinterroning

Afsnit B. Langture

Roklubben Furesø's daglige rofarvand er Furesø, Vejlesø, Farum Sø, Bagsværd Sø og Lyngby Sø.

## 1. Generelt

1.1. Roning skal ske under hensyntagen til de dermed forbundne risici, vandtemperatur, sigtbarhed, lufttemperatur, vindhastighed m.v., således at der kun roes når vejforholdene gør dette forsvarligt.

1.2. Medlemmerne må kun benytte de både, deres rettigheder tillader, herunder også motorbåden. En gang om året før standerstrykning vil alle rettigheder blive revideret.

1.3. Enhver rotur skal inden afgang indføres i roprotokollen med angivelse af afgangstidspunkt, bestemmelsessted, bådnavn samt deltagernes navne og numre. Ved hjemkomst noteres hjemkomsttidspunkt og antal km.

1.4. Ingen båd må anvendes uden fuldtalligt mandskab inkl. en styrmand, der har ansvaret for turen.

1.5. Klubbens både må kun benyttes til de af bestyrelsen udpegede formål og vægtgrænser.

1.6. Ind-og udbæring af materiellet skal ske med forsigtighed.

1.7. Roning i mørke:

- Må kun foretages i både med styrmandsplads.
- Båden skal føre de af klubben godkendte lygter

1.8. Badning og fiskeri fra bådene er forbudt.

1.9. Bådholdet må ikke være påvirket af spiritus, medicin el.lign.

1.10. Kun 2-åres inriggere må gå gennem slusen ved Frederiksdal, medmindre særlig tilladelse fra Rochefen foreligger.

1.11. Et bådhold må ikke efterlade båden ved broanlægget, medmindre et andet hold har overtaget båden.

1.12. Efter endt tur skal båden rengøres:

- Bundpropper tages ud og placeres på sidelangremmen.
- Båd, årer og bundbrædder renses (spules) for snavs og tørres.
- Bundbrædderne anbringes på toftelisterne.
- Båd, årer, bukke, klude, øsekar, bådshager og andet materiel anbringes på dertil bestemte pladser
- Materieforvalteren kan ved opslag fastsætte yderligere regler for rengøring af bådene.

1.13. Det materiel, der hører til en båd, må ikke flyttes/ benyttes i en anden båd.

1.14. Hvis der laves eller opdages skader på en båd, skal styrmanden udfylde en skadeanmeldelse som findes på skranken, og evt. sætte et skilt på båden med teksten "Må ikke benyttes".

1.15. Røere under 18 år skal aflægge svømmeprøve på 300 m mindst én gang hvert år.

1.16. Redningsveste bør medbringes i båden på alle roture. Påføring af redningsvest skal øves i forbindelse med klubbens roskole, korttursstyrmandskursus og i forbindelse med instruktion.

## 2. Inriggere og gigbåde.

2.1. Bådene skal på alle ture føre klubbens stander og på søn-og helligdage samt officielle flagdage tillige DFfR's langtursflag.

2.2. Bådene skal følge kystlinien og afstanden til denne må ikke overstige 200 m. Dog må der godt krydses over munden til Store Kalv.

## 3. Outriggerroning (gælder ikke for gigbåde).

3.1. Scullerretten deles i to:

- A-scullerret giver kun ret til at ro singlesculler/outrigger, når der ved såvel afgang som hjemkomst er hjælp til at bære båden mellem bådhal og vandet.
- B-scullerret giver ret til at ro singlesculler på egen hånd.

3.2. For at opnå scullerret forudsættes det, at roeren har Astyrmandsret, at roeren, uden hjælp i en singlesculler, kan foretage ombordstigning, sætte fra broen, lægge til og gå fra borde, at en af klubben godkendt person med A/B-scullerret skønner at roeren har den fornødne rutine, erfaring og sikkerhed til at ro outrigger og at roeren ved prøve udfører det i stk. 3.8 beskrevne i forbindelse med kæntring.

3.3. Outriggere må kun benyttes på Furesø og Vejlesø.

3.4. Roning i outriggede både kræver at roeren/roerne har scullerret eller at der i båden er en instruktør med A/B-scullerret.

3.5. Roning i singlesculler, 2+ og 2-starter først når vandets temperatur er 10 grader og derover. Hvis vandets temperatur falder til under 10 grader inden standen tages ned, ophører roning i singlesculler. Roning i alle andre outriggere kræver at der bæres oppustelig redningsvest indtil vandet bliver 10 grader og derover.

3.6. Afstanden til kysten må ikke overstige 100 meter (ca. 12-14 åretag vinkelret ud fra kysten). Dog må der godt krydses over Fiskebækbugten og mundingen til Store Kalv.

3.7. Roning i outrigger må ikke påbegyndes, hvis bølgerne er så store at de brækker over (også bare enkelte steder). Hvis bølgerne bliver som ovennævnte eller større i løbet af roturen, skal der straks vendes om eller søges ind til kysten.

3.8. Ved kæntring skal roeren/roerne holde sig til båden og bruge den som opdrift, og hurtigst muligt komme ind til kysten, hvor roeren/roerne kan bunde. Her tømmes båden for evt. vand inden roeren/roerne igen stiger ombord. Husk dog at roerens sikkerhed kommer før bådens.

3.9. Bestyrelsen bekendtgør ved opslag i bådhallen hvilke formål outriggerne må bruges til.

3.10. Scullertræning (1x):

- Må kun foregå i de dertil udpegede både.
- Må kun foregå, hvis der er en instruktør/træner eller brovagt til stede med A/B-scullerret.
- Ved vandtemperaturer under 15 grader kræves det, at der bæres oppustelig redningsvest.
- Indledes med instruktion fra roklubbens bro eller ledsagebåd.
- Må kun foregå i det område, som instruktøren udpeger. Fiskebækbugten eller mundingen til Store Kalv må aldrig krydses.
- Kræver ikke styrmandsret

## 4. Kaproning

4.1. Gældende for kaproningstræning i singlesculler, 2+ og 2-ved vandtemperatur under 10 grader:

- Vurderes for den enkelte roer af træner/kaproningschef og kræver forældres/værges underskrift for kaproere under 18 år.

- Kaproningschef/træner skal bekendtgøre ved opslag hvilke kaproere, der har tilladelse til roning i singlesculler, 2+ og 2-.
- Der skal tillige bæres oppustelig redningsvest -med mindre træningen foregår med ledsagelse af motorbåd.

4.2. Kaproning o. lign. i andre farvande sker under ledelse af kaproningschefen eller træneren og kun med deres viden.

## 5. Styrmanden

5.1. Korttursstyrmandsretten deles i to:

- A-styrmandsret giver ret til at have styrmandsansvar på Furesø og Vejlesø
- B-styrmandsret giver ret til at have styrmandsansvar over hele klubbens daglige rofarvand.

5.2. A-styrmandsret opnås efter deltagelse i et af klubben godkendt styrmandskursus, og efter at have bestået en praktisk prøve.

5.3. B-styrmandsret tildeles et medlem med A-styrmandsret, når rochefen skønner, at medlemmet har den fornødne rutine, erfaring og sikkerhed til at være styrmand over hele klubbens daglige rofarvand. Medlemmet skal selv anmode rochefen om B-styrmandsret.

5.4. Enhver tur ledes af en af bestyrelsen godkendt styrmand, som overfor klubben har det fulde ansvar for såvel turens forløb som for materiellets behandling.

5.5. Ansvarer gælder fra båden tages fra pladsen i bådhallen til den igen er på sin rette plads.

5.6. Selv om der på holdet er mere end én med styrmandsret, har den ledelsen og ansvaret, der indskrives som styrmand i roprotokollen.

5.7. Styrmanden har lov til at lade en roer, der ikke har styrmandsret, tage roret, men førstnævnte har stadig ansvaret.

5.8. Styrmanden har til enhver tid pligt til at efterkomme bestemmelserne i "Bekendtgørelse om færdsel m.v. på Furesøen" og "Bekendtgørelse om færdsel m.v. på Farum Sø".

5.9. Styrmanden har endvidere pligt til at gøre sig bekendt med de opslag vedrørende roning, som måtte findes i bådhallen.

5.10. Hvis en roer nægter at efterkomme sin styrmands anvisninger, har styrmanden pligt til at indberette episoden til bestyrelsen.

## 6. Instruktion og frigivelse.

6.1. Ethvert aktivt medlem, som ikke tidligere har lært at ro, skal gennemgå den af klubben arrangerede instruktion/roskole. Roning under uddannelsen må kun ske i både, hvor styrmanden er instruktør eller hjælpeinstruktør.

6.2. Efter tilfredsstillende uddannelse indstiller en instruktør medlemmet til frigivelse. Kun en af klubben godkendt person kan frigive medlemmer.

## 7. Brovagt

7.1. Det er brovagtens opgave at åbne klubben til de fastsatte tider.

7.2. Brovagten består af op til 4 personer, hvoraf mindst 1 bør være erfaren roer med et godt kendskab til klubben.

7.3. Brovagten tilser, at bådholdene har en fornuftig sammensætning herunder specielt at nye medlemmer kommer på hold.

7.4. Brovagten skal påse, at bådene og materiellet behandles reglementeret.

7.5. Brovagten kan nedlægge roforbud i tilfælde af dårligt vejr.

7.6. Brovagten skal opholde sig, så han/hun hele tiden har opsyn med broen og søen. Som følge heraf, skal mindst én af brovagterne blive på land.

7.7. Brovagten modtager personer der ønsker at blive medlem, og fortæller dem om klubben, dens aktiviteter og betingelserne for at blive medlem.

7.8. Brovagten henviser personer, der ønsker at blive medlem, til et medlem af bestyrelsen (rochefen), med henblik på instruktion/roskole.

## 8. Motorbåd

8.1. Motorbåden må kun føres af de af bestyrelsen udpegede medlemmer.

8.2. Motorbåden må ikke anvendes til lystsejlsads.

8.3. Benzintanken i motorbåden skal altid være mindst 1/4 fuld ved endt sejlsads. I modsat fald fyldes tanken af motorbådsføreren.

8.4. I perioden mellem standerstrygning og standerhejsning må motorbåden kun benyttes i nødstilfælde. Dog må kaproningstræneren benytte den hele året hvis vejret tillader det.

## 9. Vinterroning

I perioden mellem standerstrygning og standerhejsning (vinterroning) er roreglementets bestemmelser skærpet på nedenstående punkter.

9.1. Roning er kun tilladt på Furesøen

9.2. Roning må kun finde sted i det daglige tidsrum fra en halv time efter solopgang til en halv time før solnedgang.

9.3. Der skal udvises ekstra opmærksomhed på vejrforhold, og roning er ikke tilladt, hvor der er bølger der brækker over eller hvor der er skum på vandet eller hvor der er is.

9.4. Afstanden til land under roning må under ingen omstændigheder overstige 50 m. Dette medfører bl.a., at det ikke er tilladt at krydse mundingen af Store Kalv eller gå lige over Fiskebækbugten.

9.5. Frigivne roere, der ønsker at blive registreret som vinterroere, skal skriftligt henvende sig til bestyrelsen (Rochefen) og modtage instruktion om sikkerhed og andre forhold ved vinterroning, samt gennemgang af gældende regler herfor. For roere under 18 år er tillige forældres/værges underskrift nødvendig. Rochefen udfylder derefter medlemskartoteket, og først derefter har man lov til at udøve vinterroning.

9.6. Hver båd skal bemannes med en erfaren og personlig myndig styrmand, som skal have virket som sådan i mindst 1 sæson.

9.7. Roning er tilladt i alle inriggerbåde, som ikke er til reparation. Roning i gigbåde er tilladt, dog skal styrmanden have scullerret. Roning i 4x+/-, 4+/- og 8+ er tilladt, dog skal et medlem af instruktionsudvalget med scullerret deltage i turen.

9.8. Redningsvest skal altid bæres. Påklædningen skal være egnet til udøvelse af vinterroning.

9.9. Bestyrelsen kan når som helst forbyde vinterroning ved opslag i klubben. Dette kan gøres både individuelt og generelt, både hvad farvand og personer angår.

9.10. Ved kaproningstræning kan alle typer både benyttes. Dog skal singlesculler altid være ifølge med en anden båd større end singlesculler.

## B. LANGTURE.

1. Enhver tur ud over det daglige rofarvand er en langtur. Langture kan være organiseret på flere måder:

- Med deltagere alene fra Roklubben Furesø
- Med deltagere fra såvel Roklubben Furesø som fra andre klubber, herunder kredsture og landsture
- Med deltagere fra Roklubben Furesø sammen med deltagere fra en anden roklub med roning alene i den anden roklubs daglige rofarvand.

2. DFfR's langtursreglement skal overholdes på langture.

3. For at kunne ro på langture skal der aflægges svømmeprøve 300 m, svømning mellem 2 årer og iføring af redningsvest i vandet (i hht. DFfR' langtursreglement §3 stk.2 og stk.3) ved klubbens bro-anlæg eller i svømmehal, overfor en af klubben godkendt person. Prøven må ikke være ældre end 2 år.

4. Enhver båd på langtur skal ledes af en langtursstyrmand.

5. Langtursstyrmandsret tildeles et medlem, der har gennemgået et af DFfR godkendt kursus med tilfredsstillende resultat, når bestyrelsen skønner at medlemmet har den fornødne rutine, erfaring og sikkerhed til at lede en langtur.

6. Enhver deltager i en langtur skal godkendes af rochefen eller formanden.

7. På langture skal føres stander og DFfR's langtursflag.

8. Som gæsteroer i en anden roklubs daglige rofarvand under ledelse af en korttursstyrmand fra denne klub kan man se bort fra stk. 2, 4, 6 og 7, selv om turen i princippet er en langtur for gæsteroeren. Gæsteroeren skal i så fald indordne sig den pågældende roklubs regler.

## En sviptur til Amerika

Vore to roere Henrik og Niels Henrik, som Furore tidligere har omtalt (se nr. 1, januar 2006), har igen bevist deres evner som ergometerroere ved at deltage i verdensmesterskaberne i Boston den 25. februar. Henrik ville forsvare sit verdensmestertitel, og Niels Henrik ville for første gang prøve at være med til Ergometer VM.

De drog af sted den 22. februar, så de havde nogle dage til at akklimatisere sig og se på omgivelserne inden selve stævnet om lørdagen. Træningsresultaterne viste, at de begge havde mulighed for personlige rekorder.

Der var 160 deltagere i deres klasse *Junior Letvægt*, og der blev roet i 40 ergometre af gangen. Rekorder blev det ikke men et nyt flot VM blev det til Henrik og en fin 5. plads til Nils Henrik. De var 3 og 2 sekunder fra deres allerbedste tider.

Inden hjemrejsen om mandagen var der tid til lidt mere sightseeing og lidt indkøb.

*Ovenstående oplysninger stammer fra klubbens træner Jørgen Andersen.*

## Lyngbyturen.



Der er mindst tre ture, man bør tage med på i løbet af året, nemlig Lyngbyturen, Havneturen og Nattergaleturen.

På Lyngbyturen starter vi mod Frederiksdal kl. 9.00, hvor vi holder en kort pause. Herefter trækkes bådene gennem slusen, hvorefter vi fortsætter til Bagsværd Sø, hvor vi holder en længere pause i Bagsværd Roklub for at indtage lidt væske (kaffe, vand m.v.). Derefter går turen til Lyngby Dameroklub, hvor vi indtager den medbragte frokost. Hjemturen går tilbage gennem Mølleåen, gennem slusen. Vi regner med at være hjemme igen ved 16-tiden.

Husk til turen at medbringe morgenmad, frokost, drikkevarer til en hel dag samt dit gode humør.

**Tilmelding til  
styrmandskursus  
kan foretages  
via hjemmesiden  
[http://www.  
roklubbenfureso.  
dk/](http://www.roklubbenfureso.dk/)**

## AMOK-Weekend

Lørdag d. 18/3 2006 blev der spillet, hygget, gøglet, spist og set masser af film hele natten og lige indtil den lyse morgen!!

Med til det fantastiske, storslåede og formidable show var Frederik, Fie, Anne-Sophie/Fine, Jonas, Martin, Rune, Niclas og undertegnede. Det var en uforglemmelig aften, der startede med en fornem middag efterfulgt af fantastiske spil, som f.eks. muldvarpespillet og det helt igennem GE-NI-ALE spil kaldet VANDFALDET!

Der blev som sagt også set en række stjernespækkede film med bl.a. den fantastiske Sean Bean. Filmene var Flightplan, The Island, Crash og til sidst King Kong!

Det er en tradition vi ville opfordre til skulle vedligeholdes og at alle der har



mulighed for det, skulle komme næste gang. Det styrker sammenholdet og man lærer at kende hinanden på en anderledes måde end til træning. Så hvis du ikke var der er du gået glip af en forrygende aften!

*Af Christian og Oliver*



# Kalender



## Kontingent?



Kontingentet opkræves halv- eller helårlig forud:

Juniorer (indtil 18 år) . . . . . 450 kr halvårlig  
800 kr. helårlig

Seniorer . . . . . 700 kr halvårlig  
1.300 kr. helårlig

Passive . . . . . 300 kr. helårlig  
Indskud seniorer 200 kr., juniorer 100.

Halvårligt kontingent betales senest 27. februar/31. juli.

Soldater og medlemmer over 18 år under uddannelse betaler junior-kontingent. Ansøgning med kopi af studiekort eller lign. dokumentation til kassereren.

Kontingentet skal betales forud og restance medfører tab af retten til at benytte klubbens materiel (ligesom tab af stemmeret på generalforsamlingen).

Ved rykning betales kr. 25.

**HUSK MEDLEMSNUMMER PÅ GIROKORTET!!!**

## Klubkalender

Søndag, 7/5 kl. 9.00:  
LYNGBYTUR.

Lørdag, søndag, 20/21/5:  
ROSKOLE.

Onsdag, 31/5 kl. 19:  
OUTRIGGERRONING.

Onsdag, 7/6 kl. 19:  
OUTRIGGERRONING.

Lørdag, søndag, 10-11/6:  
STYRMANDSKURSUS 1

Onsdag, 14/6 kl. 19:  
OUTRIGGERRONING.

Fredag, 16/6 kl. 23.30:  
NATTERGALETUR.

Lørdag, søndag, ?/7:  
ARRESØTUR.



*En glad tak til fødselsgavegiverne:  
Jørgen H, Erik S, Ib M, Vagn K,  
Kurt F, Kurt N, Peer W, Jan K,  
Niels F, Jens Chr. H, Erik J, Ossy J,  
Hanne H, Marianne W, Anni K,  
Ellen J, Birthe J, Regnar J, Jytte N,  
i anledning af min 60 års dag.*

*Kim*



# B

---

## Bestyrelse

---

*Formand:* Kim Andersen,  
Skovvej 4, Buresø,  
3550 Slangerup, tlf. 4733 9233  
e-mail: formand@rofu.dk

*Sekretær:* Lone Ley  
Cedervangen 118,  
3450 Allerød, tlf. 4817 7017  
e-mail: sekretaer@rofu.dk

*Kasserer:* Bent Søegaard,  
Kollemosevej 3A,  
2840 Holte, tlf. 4541 0170  
e-mail: kasserer@rofu.dk

*Rochef:* Jens Chr. Hansen,  
Klostergårdsvej 5, 3500 Værløse,  
tlf. 4448 0821  
e-mail: rochef@rofu.dk

*Materielforvalter:* Bo Jystrup,  
Sandholmvej 8,  
3450 Allerød,  
tlf. 4499 2727  
e-mail: materielforvalter@rofu.dk

*Ungdomsleder:* Jonas Eik Jacobsen,  
Nybrovej 304, B 046,  
2800 Kongens Lyngby,  
tlf. 2872 5517  
e-mail: ungdomsleder@rofu.dk

*Kaproningschef:* Henrik Rong,  
Toftegårdsvej 28  
3500 Værløse  
tlf. 2488 9334  
e-mail: kaproningschef@rofu.dk

*Suppleanter:* Martin Hallengren,  
Hareskovhvidevej 8, lejl. 22,  
3500 Værløse, tlf. 4447 0520  
e-mail: suppleant\_u@rofu.dk  
Adda Nielsen, Vibevangen 7,  
3520 Farum, tlf. 4495 6694  
e-mail: suppleant\_s@rofu.dk

*Husforvalter:* Jytte Nielsen,  
Mosestedet 5, 3500 Værløse,  
tlf. 4448 3325  
e-mail: husforvalter@rofu.dk

---

## FURORE

*Ansvarshavende redaktør:*  
Peer Wintersø,  
Bybækterrasserne 111 D,  
3520 Farum, tlf. 4495 6240  
e-mail: redaktoer@rofu.dk

*Sats og layout:*  
Regnar Jarnbak, Mølledalen 5,  
3500 Værløse, tlf. 4497 3042  
e-mail: layout@rofu.dk

Næste nummer af FURORE forventes ultimo maj. Stof til bladet skal være redaktionen i hænde senest 14. maj.  
e-mail: furore@rofu.dk

*Mange kloge ord  
siges som en spøg.  
Men det er nul og  
nix mod de dumheder,  
som siges i fuldt alvor!*

