

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. 4 MAJ 2008 - 40. ÅRGANG

FURESØ



Thomas Henney – en frisk dreng med idræt i blodet.



Efter en solrig pinse var Thomas frisk til at komme ned i Roklubben for at fortælle lidt om sin tid i klubben og som roer. Thomas har en travl hverdag, hvor centrum selvfølgelig er skolen, men alle ledige stunder er fyldt ud med idræt. I dag er Thomas 14 år og er for et par år siden flyttet fra Syvstjerneskolens til Bagsværd Kostskole. Det er et super sted, hvor der både er gode kammerater og gode lærere.

Ved siden af skolen er det idrætten som fylder. Foruden roning har Thomas prøvet meget. Lige nu spilles der golf og dyrkes rosport, og det som tæller i vintermånederne er håndbold og skisport - fortrinsvis i Østrig. Springgymnastik er også dejligt specielt efter at trampolinen er sat op i haven. Trampolinen benyttes dagligt med stor fornøjelse.

Familien støtter Thomas og lillebror Mark i alt. Familien har været aktiv i roklubben med mor Marianne i spidsen, men også Stuart har roet. Efter

en anstrengende pinselangtur med bl.a. en bordfyldning, hvor øllerne var tæt på at flyde ud af båden, besluttede han sig dog for at udskifte årerne med golfkøller (man er jo ikke skotte for ingenting).

Marianne har roet siden 1981 i ARA Århus, Danske Studenters Roklub, Stanford USA og Furesø og roede indtil 2000, men stoppede på grund af problemer med ryggen. Heldigvis begyndte Thomas i klubben i 2005 og det gav Marianne lyst til at ro igen. Efter en rigtig ungdomssæson, ville Thomas prøve kræfter med kaproningen.

Kaproning blev prøvet af i ikke mindre end to sæsoner. Men da Thomas er en meget let letvægter, kræver det så meget træning for at opbygge vægt og muskler og for at opnå resultater, at det er der ikke tid til ved siden af skolen. Med to kaproningssæsoner må det siges, at det er prøvet grundigt af.

Ved siden af kaproningen har Marianne og Thomas trænet flere gange om ugen for at hygge sammen og øve teknik, det var både dejligt og meget trættende.

I roklubben sætter Thomas pris på det sociale liv og er glad for ungdomsaftenerne. Her sker en masse, og der er rigtig gode kammerater. Når roerne mødes, snakker de lidt om, hvad der kunne være sjovt at lave og herefter bliver holdene sat efter ønsker og erfaring. Thomas påskønner de små hurtige hold og samarbejde for at nå et mål.

Idræt og skole hører naturligt sammen, og de supplerer gensidigt hinanden. I dag er det matematikken, som trækker sammen med viljebetonet holdsport. Thomas er en meget bestemt dreng med en betydelig viljestyrke, som sættes ind på de udvalgte områder, der dyrkes i øjeblikket. Thomas sætter pris på disciplinen på Bagsværd kostskole, hoppe i trampolin efter skoletid og kammeratskaberne i roklubben og i skolen.

Thomas er allerede skrevet op til

efterskole – og han har valgt SØS, Sydøstsjællands Idrætsefterskole. Oure idrætsskole blev undersøgt først, men blev valgt fra, da idrætstilbuddet var for smalt.

I hele sit liv har Thomas med familien boet i Værløse og er meget glad for at bo her med skoven og Furesøen tæt på og muligheden for at prøve mange

forskellige ting af. Som Thomas diplomatisk udtrykker sig, er »Jeg ikke så stædig som resten af familien« – og det giver en mængde muligheder for at prøve nye udfordringer – men det er sikkert, at vi ser Thomas på ungdomsaftenerne og forhåbentlig igen efter SØS.....



Motion+ / Sved på panden / Teknik roning.

Kært barn har mange navne.

Vi mødes hver lørdag kl. 1000 for at ro efter ovenstående koncept. Tilbuddet henvender sig til øvede roere, og vi vil fortrinsvis ro med to årer.

Programmet vil bestå af en blanding af teknik/balance og høj puls roning. Skulle der en dag netop være ni til stede, bliver otteren formodentlig lagt i vandet, hvis der er stemning for det.



Marianne (51)

Lyngbytur

Det var så smukt, det var så dejligt, at man næsten fik tårer i øjnene. Det kunne være taget lige ud af H. C. Andersen, men det var klubbens forårstur til Lyngby.

Søndag klokken 9:00 flokkedes medlemmerne omkring skrivepulten, mange ville på heldagsturen og en del var stemt for en frisk formiddagstur. Martin ledte sin første tur som rochef, og man kan roligt sige, han havde vejret med sig. I let vind fra nord strøg bådene med Frederiksdal, hvor der blev hygget og drukket formiddagskaffe, før bådene skulle igennem slusen. Heldigvis var der ikke mange kanoer og robåde, det gjorde starten i Mølleåen til en leg.

Bøgen var lige sprunget ud, og det kunne opleves meget tydeligt fra robådene, som i frisk fart gled igennem Mølleåen og igennem den smalle indgang til Bagsværd sø.



Vi ror op langs banerne, og har rig mulighed for at se kaproerne på Danmarks rostadion hvor de flittigt træner, og nogle af bådene fik en hilsen med på vejen af Henrik, som var ude og træne. Der er nogle skrappe



regler for roning i Bagsværd sø, regler som skal beskytte såvel kaproere som turroere.

I klart solskin roede vi igennem Mølleåen og Lyngby sø til Lyngby Roklub. Her blev bådene forsvarligt fortøjet og roerne med faste skridt og stor begejstring kastede sig over den medbragte mad og drikke efterfulgt af et velfortjent hvil.

Turen tilbage igennem Lyngby sø, Mølleåen, slusen ved Frederiksdal og hjem igennem Furesøen foregik uden problemer. Så søndag eftermiddag landede Lyngby-tur roerne med vind i håret og huden glødende af sol. Det var bare en dejlig tur.



Jeg har allerede i min korte tid som rochef fået flere spørgsmål omkring, hvad en brovagt skal og kan gøre. For at fjerne lidt af den mystik, der er omkring brovagterne, har jeg her beskrevet brovagtens opgave, og hvordan den kan løses. Samtidigt er det lidt om, hvad du kan gøre som roer for at hjælpe brovagten.

Hvad er en brovagt?

En brovagt er et medlem af roklubben, som får til opgave at lede og styre en roaften i klubben.

Hvem er brovagt?

Alle medlemmer af klubben kan være brovagt. Men der er nogle af klubbens medlemmer, der ikke får vagter. Der er 3 ting som gør, at man kan gøre sig berettiget til at undgå brovagter. At man er ungdomsroer. Der er ansat nogle trænere, som varetager denne opgave. At man ikke er aktiv roer, og derfor heller ikke kommer i klubben. At man deltager aktivt i klubarbejdet

på anden vis. Så som instruktør på klubbens kurser eller på anden måde bruger meget tid i klubben, for at få den til at fungere

Hvorfor har vi brovagter?

I Roklubben Furesø har vi brovagter, for at sikre at alle klubbens medlemmer kan komme ud at ro, uden at skulle kunne lave aftaler med andre roere.

Hvad skal en brovagt så gøre?

Ja det første man, som brovagt skal gøre, er, at sørge for at klubben er åben til det fastsatte tidspunkt, og at klubbens medlemmer kan komme ind. Samtidigt skal man sikre sig, at det er forsvarligt at tage ud og ro den pågældende dag.

Når vi så når til det fastsatte tidspunkt, skal brovagten sørge for at alle fremmødte roere er skrevet på listerne.

Derefter er det brovagternes opgave at lave bådhold, således at alle kan komme ud og ro.

Når alle er kommet på vandet, er det normalt at brovagten laver kaffe, så den er klar, når roerne kommer hjem igen.

Men du har først en opgave, når rotden slutter. For du skal, som brovagt, sikre at alle kommer hjem igen. Det betyder, at du må vente til sidste båd er hjemme. Hvis der går for lang tid, er det din opgave at sørge for der bliver gjort det fornødne for at få dem hjem. (Her kan det være at få en motorbåd ud og se efter dem).

Hvordan laver man så bådhold?

Ja, det er lidt op til brovagten selv, hvordan han/hun vil gøre.

Men jeg vil da komme med nogle råd.

Bed folk om at vente uden for, til du er færdig, så du kan få ro til at sætte holdene.

Start med at skabe et overblik over, hvilke både der skal på vandet.

Start med inriggerne, husk "søen rundt" bådene. Det skal gå op. Hvis

ikke må man flytte på nogle. Men husk, du må ikke presse nogle til mere, end de vil. Flyt nogle af dem der vil søen rundt over på en almindelig aftentur. Men kan evt. også flytte nogle af outriggerne over til inrigger. Der er hjælp at hente i mappen med bemanningslisterne. Her findes en side, hvor det står, hvordan antallet af roere går op i inriggerne.

Det kræves også, at der er styrmand til alle både og evt. instruktører til de nye. Hvis der ikke er det, må du også flytte rundt på folk, så det kan lade sig gøre.

Hvis du ikke helt kan finde ud af det, spørg en af de erfarne om hjælp, men sørg for at du lærer af det, så du selv kan næste gang.

Når du har fået styr på inriggerne, er det tid til at kikke på outriggersiden. Her kræve det lidt mere kendskab til roerne. Antallet vil altid gå op, hvis man kan ro i alle både. Men det er ikke alle, der kan ro alt. Her skal man også finde ud af, om personerne har rettighed til at ro den båd, som de skal ro. Du kan se, hvad der er af krav til bådene på bådlisten i mappen med bemanningslisterne. Her kan du også se, hvad bådene må bruges til. Og medlemsrettighederne står i pc'en for de enkelte medlemmer. Men spørg roeren, han/hun ved godt hvad han har af rettigheder.

Hvad er brovagtens ansvar?

Det er dit ansvar som brovagt at sørge for at alle kommer på vandet. Der ud over skal du sørge for at alle overholder klubbens roreglement. Det betyder, at der skal være styrmand i alle både og i scullere skal der også være scullerret. Dette gælder også motorbåden, som man skal have motorbådsret til.

Hvad må du så som brovagt?

Du kan nedlægge roforbud, hvis vejret ikke tillader roning. Dette kan også gøres for enkelte typer både (eks. sculler) eller for roere (eks. nye roere).

Hvis du som brovagt laver et roforbud, er det kun rochefen, der kan ophæve det. Dog kan kaproere tage ud, hvis træner eller kaproningchefen giver tilladelse.

Du må flytte folk rundt på listerne, så bådholdene går op, dog må du ikke presse nogle til at tage ud i noget, de ikke har lyst til.

Du kan også afvise en roer, der ikke er kommet til tiden. Det gøres normalt, hvis man er begyndt på at sætte bådhold. Eller man ikke lige kan se, at det nemt går op.

Hvordan hjælper du så brovagten?

Som "almindelig" roer kan du hjælpe brovagten, ved at skrive dig på listen med det samme. Du skal også sætte kryds, om du er frigivet, styrmand osv.

Når du har skrevet dig på listen, så træk væk, så brovagten får luft til at lave bådhold. Det hjælper ikke at stå og spørge om noget, mens brovagten sætter bådhold. Har du specielle ønsker, så gå til brovagten tidligt. Så kan han/hun tage det med, når der laves bådhold. Men det er brovagten, der bestemmer, hvem der ror med hvem på en brovagt.

Hvad er så Styrmandens ansvar?

Hvis du er styrmand på en båd, skal du skrive jer ind på pc'en. Som styrmand har du også ansvaret for, at bådene er pænere og renere, end da du tog den. Samtidigt skal du som styrmand sørge for båden kommer på sin plads.

Alle roer skal hjælpe hinanden, hvis der spørges om hjælp. Dette gælder også, hvis brovagten beder om hjælp.

Jeg håber, du vil gøre brug af nogle af disse råd, for det vil gøre det hele lettere for alle. Og hvis man giver brovagten tid og plads til at udføre sin opgave, kommer alle hurtigere på vandet.

Rochefen

Hvad ser vi på vore ture Furesøen rundt?



1. etape:

Hvis vi ror mod syd mod Kolle Kolle, er det første vi passerer, en lille havn, som blev etableret i forbindelse med oprensningen af Furesøen. Bag havnen op ad skrænten finder vi



Naturskolen, hvor klubbens medlemmer har hørt interessante foredrag. Naturskolen blev etableret i 1972, og besøges årlig af omkring 5000 på dagbesøg eller lejrskole. Der findes en lille udstilling om Furesøen, som kan besøges søndage mellem kl. 13 og 16. Cirka 800 meter længere fremme kommer vi til Fandens Hage, og der inde mellem træerne en lille dam

Caspers dam. Det var de enevældige konger som havde spisekammer fra skov og sø. Caspers dam blev dengang brugt til dambrug, og modefisken var Karper, sandsynligvis deraf navnet, da historien ikke nævner nogen herr Casper.

Dybendalsrenden er det næste punkt vi passerer. Det er en smeltevandsrende fra den sidste istid. I dag er renden godt tilgroet.

Dybendalsrenden. Et lokalt sagn fortæller, at smeden i Farum kun ville lade sin datter gifte med en rig mand. Pejlar var lun på datteren

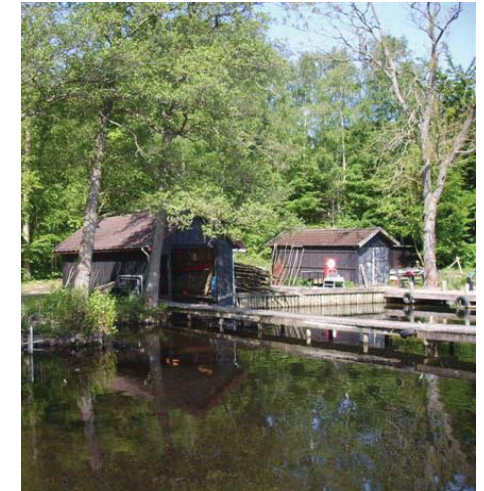


og ville derfor hente en skat, der var gemt i en af kaempehøjene i Nørreskoven. Skatten blev bevogtet af en farlig drage, og Pejlar overtalte derfor den stærke Ole Dybendal til at hjælpe sig. Dragen og Ole Dybendal kæmpede og Scirede hinanden dødeligt. Deres blod faldt ned gennem skoven og dan-nede en kloft - Dybendalsrenden. Pejlar fik ikke datteren, og skatten ligger måske stadig i Nørreskoven.

Helt nede i bunden af bugten kan man se op igennem Kolle Kolle slugten, som går næsten op til Københavnsvejen. Kolle Kolle er i dag kursus- og hotel center.

På turen ned til Kolle Kolle har vi passeret nogle landgangssteder, det er pladser kano og kajak roere kan slå lejr. Fuglelivet på søen skal beskyttes, derfor er det forbudt at ro ind i sivene, og landgang må kun finde sted på de anviste steder.

Turen fra Fiskebæk til Kolle Kolle er 2,5 kilometer.



Tak til TrygFonden!

Fra TrygFonden har vi modtaget tilskud for udskiftning af vor 24 år gamle Mercury motor. Motoren var forældet og både støjede og svinede. Båden er bygget af Jørgen Andersen og Allan for mange år siden, og er konstrueret så den ikke laver hæk- og bobølge når den følger roerne og samtidig er den nem at komme op i når den skal ud og redde roere som er kærtret og slæbe både hjem.



Jørgen og Lars (Nivå bådtilbehør) afprøver båden ved levering

Tak til...



Hvert år afholder Roklubben Furesø en middag for de roere som har udført nogle af de vigtige opgaver som sikrer os alle en god og sund klub.

Alle er velkomne til at deltage, det kræver blot at en af lederne, hvor man har gjort en indsats for klubben, anbefaler deltagelse.

I år var vi en af fem, så for hver femte roer, var der en, som har ydet en ekstra indsats for de andre fire i båden. Det var en rigtig god roer-hyggeaften.

Formandens tak til de som var inviteret!

Alle de inviterede er intelligente, ser godt ud, vidende, stærke og muntre, men vigtigere er at alle har deltaget i at forbedre og vedligeholde Roklubben Furesø!

I en 4'er er der en styrmand, og det svarer til at styrmanden vedligeholder, rengøre, reparerer og lakerer bådende, stryger flaget, udskifter tovværket, laver instruktion

Lad os prøve at forestille os hvordan det ville have set ud, såfremt de mange opgaver vi udfører ikke laves - og alle

nøjes med at betale kontingentet og møde op til lidt roning de dage det passede. Ja, så var bådvojnene rustne uden ophaler liner, bådene beskidte, hullede, med brækkede tofter og lakskader, mange med råd, og lasede flag. Broen var beskidt og huller. Roerne vidste intet om, hvordan man går i bådene, lægger fra og kommandoen er noget hver især finder på - som det nu passer til humøret man ved ikke hvordan man ror, styrer, lægger til og fra. Bådhallen er beskidt og rodet og vort smukke klublokale ligner et teenager værelse efter en fest... Ja, man bliver helt trist ... og det skal vi ikke være i aften! For sådan er det slet ikke her i Roklubben Furesø. Nej tværtimod!

Tak til alle Jer som ordner vort klublokale så smukt og hygger om os alle. Tak for dem som udgiver klubblad og hjemmeside for ikke at tale om medlemslister og regnskabet. Tak for instruktørerne som lærer alle at ro og gebærde sig til søs. Tak til bestyrelsen som betjener os alle på den bedste måde. Tak til kaproerne som præsenterer klubben overalt i verden ved ihærdigt flid. Tak til trænere og ungdomsledere. En stor Tak til Jer alle fra klubbens medlemmer fra de andre 4 i båden.

Et hurra for Roklubben Furesø, tre lange og tre korte!!



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 (lige som tab af stemmeret på generalforsamlingen).

Ved rykning betales kr. 25.

HUSK MEDLEMSNUMMER PÅ GIROKORTET!!!

Klubkalender

Lørdag/søndag, 31. maj-1. juni:
HAVNEFEST.

Onsdag, 4. juni kl. 18.45:
OUTRIGGERRONING.

Lørdag/søndag, 7.-8. juni:
NIVÅTUR. Se opslagstavlen.

Onsdag, 11. juni kl. 18.45:
OUTRIGGERRONING.

Lørdag/søndag, 14.-15. juni:
STYRMANDSKURSUS 1.

Freitag, 20. juni:
NATTERGALE- og FRØTUR.
»Vi ror Danmark rundt«.

Søndag, 22. juni kl. 9-16:
FORLÆNGET SØNDAGSTUR.
Del af »Vi ror Danmark rundt«.

Mandag, 23. juni kl. 17-18.45:
SCT. HANSRONING.

Mandag, 23. juni kl. 19.00:
SCT: HANSAFTEN.

Stander til alle medlemmer!



Standeren kan være med til pryde ethvert klædningsstykke og skabe glæde, stolthed og velvære - blot ved at man bærer den! Benyt den på jakken, trøjen, slipset, håret, skoene, badebukser, kjole, smoking, skjorten, træningstrøjen, - den kan bæres overalt Klubbens nettoppris pr styk 50,- kr. og købes hos rochef@rofu.dk.

B

Bestyrelse

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

Sekretær: Hanne Christensen
Kassemosevej 4,
3520 Farum, tlf. 4495 4008
e-mail: sekretaer@rofu.dk

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

Rochef: Martin Diedrichsen,
Kildebakken 42, 1.tv,
2860 Søborg,
tlf. 3967 3212
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: Frederik Hermansen,
Ryetevej 35, st.th.,
3500 Værløse, tlf. 2272 1097
e-mail: suppleant_u@rofu.dk
Adda Nielsen, Vibevangen 7,
3520 Farum, tlf. 4495 6694
e-mail: suppleant_s@rofu.dk

Husforvalter: Anni Kreutzfeldt,
Bavnestedet 71, 3500 Værløse,
tlf. 4448 3553
e-mail: husforvalter@rofu.dk

FURORE

Ansvarshavende redaktør:
Erik Jacobsen,
Fensmarks Alle 5,
3520 Farum, tlf. 4495 0804
e-mail: ecj@city.dk

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

Næste nummer af FURORE forventes ultimo august.
Stof til bladet skal være redaktionen i hænde senest 1. august.
e-mail: furore@rofu.dk

*Hvorfor mure sig
inde, når man kan
more sig ude!*

