

Het Roer

Roei- en Zeilvereniging "Gouda" - nummer 6

Goudse Mijl

De een komt, de ander gaat....

WK RS Feva 2016

Team Roei en Zeil levert een mooie prestatie



SANDRA ZEILSTRA PHOTO GRAPHY

www.sandrazeilstra.nl www.oogopgouda.nl

ALLEEN BIJ
BROOD&KO:



MET HART EN HAND GEBAKKEN

BROOD&KO

Alphen a/d Rijn - Bodegraven - Gouda
Reeuwijk - Woerden

Erkend lid
Echte Bakkersgilde



Nieuwbouw - Onderhoud - Reparatie - Stalling

info@schoutenjachtbouw.nl
www.schoutenjachtbouw.nl



Einsteinstraat 56A - Reeuwijk - 06-51952379

HISWA

Sluiper 21



Specificaties:

Lengte:	6,30 m
Breedte:	2,30 m
Kruiphoogte:	0,90 m

Kijk voor uitgebreide informatie
en foto's op onze website.

Jachtwerf Reeuwijk

Jan Tinbergenstraat 21 • 2811 DZ Reeuwijk
Telefoon (0182) 301 100 • info@jachtwerfreeuwijk.nl

Voorwoord

Eén jaar voorzitter

Een jaar geleden kozen jullie mij als jullie nieuwe voorzitter.

En dan begin je..... Je zit de eerste bestuursvergadering voor. Vooraf had ik met veel leden en (oud) bestuursleden gesproken om historie en kennis te vergaren. Je voelt dat je medebestuursleden je aankijken. 'Hoe gaat ie het aanpakken?'. 'Heeft ie enig idee wat er allemaal speelt?'

Onwennig neem je je taak op je. Expres ga je niet aan het hoofd van de tafel zitten, maar juist tussen de andere bestuursleden. Je wilt uitzenden dat je niet de primus inter pares bent. Om je heen zitten bestuursleden die al veel meer ervaren zijn.

Aan de slag dan maar. Wat moet er allemaal georganiseerd worden? Meer vrijwilligers, meer leden, meer betrokkenheid van de leden, voldoende opleidingscapaciteit, sportieve samenbindende evenementen, het eiland opknappen, extra water, extra steigers, nieuwe boten, nieuwe statuten, eurolandje delen met buurverenigingen, goede sfeer scheppen, vrijwilligers in het zonnetje zetten, binnenbrandjes blussen, naar 2020 kijken en nog veel meer!

Langzaam maar zeker word je minder vaak verrast. Je begint de vereniging van binnen en van buiten te kennen. Je kan zelfs al de meeste namen van eenieder onthouden. Langzaam maar zeker kan je daadwerkelijk datgene doen waarvoor de leden je hebben gekozen.

Zorgen dat de vereniging sterk blijft, of nog liever sterker wordt. Stiekem denk je dat je de vereniging vast wel sterker kan maken. Maar wat is dan sterk of sterker?

Als ik een sterke vereniging zie, dan zie ik een vereniging waar iedereen zich thuis voelt. Waar er respect is voor elkaar. Waar iedereen respectvol met elkaar omgaat. Ik zie een vereniging met goed materiaal en een fijne sociëteit. Een vereniging met een goede opleiding zowel voor het roeien als het zeilen. Maar in mijn ogen heeft een sterke vereniging ook uitdagingen voor leden die de instructiefase voorbij zijn. Heel veel leden doen dat al individueel, maar in mijn ogen zou er ook het nodige door onze vereniging georganiseerd kunnen worden.

Waarom hebben wij nog geen clubkampioenschappen? Vrijwel iedere vereniging organiseert deze. Ik zie het al helemaal voor mij. Een weekend clubkampioenschappen roeien en zeilen, natuurlijk zowel voor de jeugd als de volwassenen. Ik zie ruimte voor nog veel meer sportieve, sociale evenementen. Ik ben ervan overtuigd dat onze vereniging ook deze evenementen nodig heeft om sterker de toekomst tegemoet te gaan.

In de komende jaren zouden er naar mijn stellige overtuiging ieder jaar één tot twee nieuwe evenementen bij moeten komen. En voor de samenhang van onze vereniging zou het goed zijn als roeiers en zeilers samenkomen in deze evenementen.

Als er één ding is dat ik hoop, dan is het wel dat mij dit gedurende mijn tijd als voorzitter lukt. Ik ben van plan mij daarvoor in te zetten, wie doet er met mij mee?

Chris Stoffer

Tienwerk.nl

Autisme begrijpen:

Relatietherapie

Coaching voor partners



Verkeerscollege

PITSTOP

Innoverend in verkeersonderwijs



**Voor een vaste prijs
uw rijbewijs**

Incl. onbeperkt lessen en praktijkexamens.

voor info:

www.vkspitstop.nl

0182 - 785 865

Lid van **BOVAG** rijsscholen



Damarin 410: Een snoepje van een sloepje

Damarin 582: Doorvaarthoogte van 78 cm. dankzij DBS systeem

Damarin 640: Ultieme weekender, als u eens van de plas af wil

Damarin 732: Modern, snelvarend, comfort genoeg voor vakanties

Ook specialist in: zeilsloepen/ daysailers, cruisers, onderhoud, winterstalling, flexiteek, elektrisch varen, heffen tot 2800 kg. etc.



Dutch built boats

Damarin jachtbouw, Goejanverwelledijk 36,
Gouda, 0182- 515386, www.damarin.nl

Inhoud

nummer 6 - najaar 2016

Algemeen

Pareltjes – Vrijwilligers 18

Roeien

Vijf Sluizentocht BRO 9
De een komt, de ander gaat... 10
Traversée de Paris et des Hautes-de-Seine 22
Aanstormend talent Anne-Fleur van der Zee 14
Roei eens anders: ga kustroeien 25
Eenvoudige winteroefeningen voor recreatieroeiers 28

Zeilen

Kielboten hebben een topweek! 6
Wie genoten er het meest: grootouders of kleinkinderen? 8
Zeilweekend Friesland 13
Zeilkampioenen 15
Reeuwijkers op de Sneekweek 16
Het WK Santander 2016 20

Jeugd

Young Ones 24

Overige 30
Colofon 30
Bestuur 31
Jeugdbestuur 31
Contact 31



Voorpagina: Dutch Coastal Rowing
Foto: eigendom Dutch Coastal Rowing

Kielboters hebben een topweek!

Tekst: Henk Riphagen | Foto's: Vele verschillende enthousiastelingen

Een topweek, anders kan je de zeilweek 2016 niet noemen. Ga maar na: de hele week prachtig zonnig weer met op woensdag zelfs even een drietje, toegewijde instructeurs, ijverige collega-cursisten en een gesmeerde organisatie met een “all in catering arrangement” , wat wil een mens nog meer?

De 25 cursisten hebben in 6 dagen enorm veel geleerd en velen konden dat op vrijdag succesvol afsluiten met een kielbootdiploma. Centaurs, Randmeren en zelfs de Tante Sidonia en de Robbedoes van de vereniging Elfhoeven werden van stal gehaald om ons allemaal een plekje in de boot te geven.

Wat mij bijblijft is het grote enthousiasme waarmee het corps instructeurs onder leiding van admiraal Jan Niks ons de fijne kneepjes van het zeilen in de kielboot probeert bij te brengen. Geen vraag is hen teveel (zelfs domme...) en geduldig leggen ze uit hoe je met een strakke blik op het voorlijk van de fok net iets hoger kunt varen. Wel de boten om je heen en de wal in de gaten blijven houden natuurlijk.

De sliplanding en de kunst van een goede dwarspeiling worden uitentreuren geoefend, zo vaak dat ik er 's nachts van droom. Op de theorieavond wordt de verhouding tussen het zeilpunt en het lateraalpunt uitgelegd en wij als cursisten zuigen deze kennis op als nieuwsgierige kleuters.

Donderdag de traditionele Plassentocht waarin we in een lange sliert door de bruggen varen (jammer voor de fietsers, die moeten even wat langer wachten). Ondertussen gooit instructeur Gert stiekem op een onverwacht moment onze man overboord of wil een sliplanding op een onmogelijke plek. Want ja, we gaan zelfs dan door met oefenen. De broodjes die op de Twaalfmorgen worden uitgedeeld smaken uitstekend

en worden weggespoeld met cola of sinas. Soms worden we wat overmoedig en dat resulteert in een vastlopen, net op een plekje waar RZVG-leden hun landje hebben. Lieneke en Peter kijken meesmuilend naar onze verrichtingen maar daar trekken we ons niks van aan. De laatste dag is nog even spannend, want ja, mag je voorzeilen en haal je de theorie? We zitten als pubers serieus te blokken op een onleesbare tekening van een kielboot en op de lijst met multiple choice vragen. Daarna voorzeilen voor de examinatoren en

“we zitten als peuters serieus te blokken...”

gelukkig halen de meeste cursisten het gewenste diploma. Als uitlaatklep mogen we 's middags heuse wedstrijdjes zeilen en dat maakt een ongelooflijk fanatisme

los in ons kielboters, want je wilt natuurlijk als eerste bij de bovenboei aankomen. Geen truc wordt gespaard en ik heb gehoord dat zelfs boten stiekem werden opgeduwd door een bevriende motorboot (niet gezien trouwens...). Een leuke ontspannen afsluiting van een geweldige week zeilen op onze prachtige plassen.

Rest mij nog namens alle kielboters onze dank uit te spreken voor de geweldige inzet van alle vrijwilligers die de hele week in touw waren, de lekkere lunches en BBQ van Michael en de vriendschap die ik deze week weer op onze RZVG heb mogen ervaren. Tot volgend jaar!







Wie genoten er het meest: grootouders of kleinkinderen?

Tekst: Rob en Zeyka Kraaijpoel | Foto's: Rob Kraaijpoel en Sandra Zeilstra

Ik weet het niet, maar wij vonden het ontzettend leuk om twee kleindochters en een vriendinnetje uit Amsterdam een week bij ons op bezoek te hebben.

Het was prachtig weer bij het begin van de zeilweek en wij konden de eerste stappen van hun zeilcarrière van dichtbij volgen. Opvallend goed was de didactische aanpak van Leonie, eerst peddelen in een Optimist, daarna leren omslaan en de boot weer overeind brengen door aan het zwaard te gaan hangen.

Bij deze les lag instructeur Leonie ruim een uur in het koude water! De kleinkinderen luisterden ademloos naar Leonie, Anne, Emma en Roelf en dat is bij hen thuis wel eens anders.

De meeste moeite had Leonie om de grootouders, die als haviken naar hun kroost loerden, uit het zicht van de kinderen te houden. Want vooral in het begin werden die door de aanwezigheid van familie erg afgeleid. Bij de voortreffelijke BBQ aan het eind van de week (hulde aan Michael) waren alle (groot)ouders aanwezig. Onze kleinkinderen willen volgend jaar dolgraag weer meedoen. Wij bedanken de vele vrijwilligers die deze topweek van onze vereniging mogelijk



Vijf Sluizentocht BRO

Tekst: Liliane Berk | Foto: Ernst Jacobi

20 augustus jl. staat bij de “diza’s” van de BRO 2016 in het geheugen gegrift als een memorabele dag. Hoewel het weerbericht de voorafgaande week niets dan somberheid liet zien en wij allen dus bepakt met zuidwesters, regenpakken en kaplaarzen het strijdveld betraden, hadden de goden juist een ander plan voor ons in petto. Wij hadden de boten nog niet uitgebracht of voilà! De wolken weken en wij werden de hele dag getrakteerd op perfect roeiweer. Graadje of 21, zonnetje, wat wil een beginnend roeier nog meer? Nou, gezelligheid, sportiviteit en zo nu en dan wat hilarische momenten misschien? Check. Ook deze punten konden wij markeren met een ‘V’ op ons evaluatieformulier.

Met 4 boten vertrokken we ’s ochtends in alle vroegte op weg naar de eerste sluis. We kunnen stellen dat we daar in stijl “ontgroend” werden. De hele sluis was voorzien van een enorm pak kroos, zo dik dat onze C4 de wal niet eens kon bereiken! Met dank aan de sluismeester

“De hele sluis was voorzien van een enorm pak kroos”

die onze capriolen met leedvermaak gadesloeg maar wel bereid was onze riemen aan te pakken om ons zo wat dichters naar de kant te slepen. Zo kregen we de boten prachtig in het groen

gepositioneerd. Onze eerste sluiservaring was er een om nooit te vergeten!

Alsof wij ons leven niet anders gedaan hadden vervolgden wij onze tocht. De vele toeristen die midden in de zomervakantie de grachten van Gouda kwamen



bewonderen, werden getrakteerd op een sterk staaltje stuurmanskunst. Een hilarisch moment net na de koffie-break-met-appeltaart bij Juuls, toen Aafke met een stalen gezicht de C4 dwars in de smalle gracht legde en wel even liet zien dat rondes toch echt een eitje is!

Daarna begon het gevecht met de elementen op de IJssel. Met een heerlijk briesje begonnen we de oversteek, maar al gauw draaide de wind. Nu mochten we alvast een heel klein beetje ervaren hoe het zou kunnen voelen om te bikkelen tijdens, bijvoorbeeld, een Elfstedentocht. Al was de wind maar een klein beetje tegen en werden we maar een klein beetje nat door de golfslag van een tegemoetkomende vrachtboot.

Na de lunch werd het nog even spannend... zouden we de laatste sluis op tijd halen? De havenmeester heeft er na vieren ook genoeg van, dus dat was onze deadline. Maar met support van fotograaf en coach Ernst Jacobi voeren we om 15.59 uur het Reeuwijkse in.

Omdat onze tocht in de zeilweek plaatsvond, hadden wij het geluk dat de bar open was bij terugkomst. Onder het genot van een glaasje en een hapje konden wij terugkijken op een fantastische dag. Met dank aan onze instructeurs die, dankzij hun tomeloze inzet, ons deelgenoot hebben gemaakt van deze geweldige sport! We hopen dat er nog veel van deze tochten mogen volgen, en dat de “dozo’s” net zo’n plezier hebben gehad als wij.



De een komt, de ander gaat....

Tekst: Machteld Kolthof | Foto's: Joke Allaart, Helen Boulogne en Maus Jaarsma

De Goudse Mijl werd dit jaar voor de 14e keer georganiseerd, in september, om beter in de volle landelijke roeikalender te passen. Het comité Goudse Mijl en alle vrijwilligers hebben weer het nodige geregeld om het allemaal goed te laten verlopen. En met succes! In het comité wordt het voorzitters-stokje overgedragen door Jos Geerligts aan Tjeerd Meij. Reden genoeg dus om beiden wat vragen te stellen.

De een gaat Jos Geerligts

Jos, al 23 jaar lid, waarvan 14 jaar voorzitterschap van het comité, zegt:

“In de beginperiode van de Goudse Mijl heb ik een soort opwinding ervaren en nu na de 14e keer, voor mij de afronding, ook een bevrijding. Het geeft immers weer ruimte”, zegt hij. Voor hem is het vergelijkbaar met het wisselen van baan. Het vinden van een opvolger heeft wat langer op zich laten wachten.

In de beginperiode van het roeien was hij op zoek naar meer fysieke uitdaging.

Hij constateert dat de cultuur van de vereniging in 20 jaar tijd behoorlijk veranderd is; voor wat betreft de roeimaterialen: van wherry naar gladder boot, van hout naar kunststof. In de oude, houten boten staan de spanten zodanig dat je daar geen lange slidings op kan maken. De skiff-instructie appelleert aan het fenomeen ‘snelheid’ en laat zien hoe de ontwikkelingen in de vereniging gaan. Gedisciplineerd aan het roeien werken en oefenen.

Dan met stelligheid: “De Goudse Mijl heeft bijgedragen aan de deelname van Goudse roeiers aan landelijke wedstrijden. Een enorme stimulans en ontwikkeling voor de vereniging.”

Wat maakte het nu zo leuk voor jou? Jos antwoordt dat

hij geen mens is van oppervlakkige sensaties. Hij stelt dat als je aan iets begint, dan moet je het ook gewoon afmaken. De ontwikkeling van een vereniging brengt vaak iets goeds.

Over de vrijwilligers zegt hij dat je het van hen moet hebben. Hoe spreek je de juiste mensen aan? In feite

“het effect van dit evenement ... is goed voor de vereniging!”

speel je de baas over iets waar je niet de baas over bent. Hij vindt het mooi om te ervaren dat bij de vrijwilligers langzaam een eigen verantwoordelijkheid en dynamiek ontstaat. Je moet zorgen dat

dat wat er feitelijk moet gebeuren bij de juiste mensen terecht komt. Voor hem is het primaire doel de wedstrijd en het daarachterliggend doel is het belang dat de vereniging daar aan heeft.

Het verenigingsleven heeft mensen nodig die langdurig een lijn volhouden. Dat betekent ontwikkeling voor de vereniging.

Wat is voor hem het bijzondere aan de Goudse Mijl? Uniek is het type baan. Naast elkaar starten en niet in



kiellinie is een sterkte, maar ook een zwakte. Veel roeiers komen daar (nog) niet voor.

De meeste deelnemers komen voorbereid, dus krijg je een sterk veld.

Dan de regionale aanwas van deelnemers. Ooit deden wel 20 ploegen LTA-roeiers mee, roeiers met een motorische- of visuele beperking. Het zou mooi zijn als die weer mee gaan doen. Studenten zijn niet de hoofddoelgroep. De hoofddoelgroep zijn veteranen die hard willen roeien. Harder door getraind aan de start te verschijnen.

Wat hem bij blijft is de aanwezigheid in de begintijd van de voormalig voorzitter van de ANWB, wijlen de heer Nouwen. Toen een Heren-2 omsloeg, hebben ze samen geholpen bij het redden.

Als er slecht weer op komst is vraagt dat om tijdige maatregelen, bijvoorbeeld niet in lijn, maar in kiel starten. Afgelasting van de wedstrijd door harde wind heeft hij gelukkig nog nooit meegemaakt.

Ten slotte: het effect van dit evenement is gewoon goed, goed voor de vereniging!

De ander komt.... Tjeerd Meij

Tjeerd lanceert meteen een standpunt over het leveren van een bijdrage aan de vereniging: "Daar waar je kan, zet je je in voor een vereniging, want iedereen is wel ergens goed in".

Dat heeft hij zelf ook in de praktijk gebracht. Tjeerd heeft al ruime bestuurservaring opgedaan als voorzitter van een volleybalvereniging, maar na een schouderblessure ging het volleyballen niet meer.

De blik viel toen op de RZVG. Bovendien is het ook erg leuk om met je partner dezelfde sport te beoefenen.

Tjeerd is lid sinds 2011, samen met zijn vrouw Monique. Hij ziet het als een soort 'verplichting' om je als lid van de vereniging in te zetten.

Wat bindt hem aan de vereniging? Aantrekkelijk voor hem is de combinatie van de wedstrijdsport en de sociale contacten; je leert veel mensen kennen.

Hij roeit in de Vette acht, boordroeien, en is tevens captain van de ploeg. Tevens heeft hij skiff-les gegeven.

Waar ligt voor hem de uitdaging met de Goudse Mijl? Tjeerd: "We zitten nu rond de 60 ploegen. Het zou mooi zijn als we weer tegen de 80 ploegen hebben en dan -grotweg- in de verhouding 2/3 deelnemers 'van buiten' en 1/3 van de vereniging. De sociale verbondenheid die zo'n evenement met zich meebrengt, ook in de voorbereiding, is goed voor de vereniging."

Wat zou je anders willen doen?

Ploegen aantrekken. Het is uniek om parallel (boord-aan-boord) te starten met 4 ploegen in 4 banen.

Een half jaar voor het evenement meer aan PR doen in de omgeving. Jeugdnummers ook vertegenwoordigen op de Goudse Mijl. En wie weet, een experiment met een hele mijl en een halve mijl? Of een groot evenement met een toertocht ernaast?

En ja, het is heel positief dat er genoeg vrijwilligers zijn, maar we moeten de balans in de gaten houden; meebewegen met het aantal inschrijvingen. Het positieve is natuurlijk dat de betrokkenheid vanuit de vereniging groot is. BRO'ers kunnen breder ingezet worden.

Ten slotte ziet Tjeerd graag dat er meer wedstrijd ploegen van de RZVG gaan meedoen aan de Goudse Mijl, bijvoorbeeld ook skiffeurs.

En last but not least: men moet zich eerder inschrijven!





Zeilweekend Friesland

Tekst: Mariëlle Cleophas | Foto's: Marc Setzpfand

Op vrijdag trokken 32 zeilers en onze kok naar de zeilschool in De Veenhoop. Een prachtige locatie. Midden in het mooie Friese landschap, met een scala aan vogels, ligt een gebouw met een mooie serre en eetruimte. De slaapkamers met stapelbedden zorgden voor het sentiment van schoolkamp.

Onder het genot van koffie en een drankje werd er bijgepraat en ervaringen uitgewisseld. De sfeer zat er al goed in. De bootindeling werd bekend en iedereen dook het bedje in.

De ontbijtploeg ging al vroeg aan de slag. De zonsopkomst foto's stonden al op de app en onze vogelaar Diego was al op pad geweest. Martin was druk aan het zoeken naar het beste weer en de beste wind. We konden aanschuiven aan een heerlijk ontbijt; dat had onze kok Mariëlle fantastisch geregeld.

Bootjes optuigen en het water op. Er werd fanatiek geboemd om de snelheid te verhogen. Ook dat hoort er in het Friese land bij. In de loop van de ochtend trok de wind aan, zodat we op een mooie tijd in Earnewâld op een heerlijk vlotterras konden lunchen. Het was een echte oefening met weinig wind. Voor de fanatiekeling een uitdaging om zonder motor weer op het honk terug te komen. Ieder vlagje werd gepakt, vol ijver om de andere boten voor te blijven of weer in te halen. Op naar De Veenhoop waar een voortreffelijke barbecue maaltijd voor ons klaar stond.

Wat een luxe om een privé kok aan de wal te hebben. Onder het genot van een hapje en drankje werden de zeilervaringen van de dag doorgenomen.



De volgende ochtend was er meer wind. Er was een mooie tour uitgezocht. De gedrevenheid om de beste koers uit te zoeken en de wind in de zeilen te houden, een bootje voorbijvaren, de verbazing en zoekende blik hoe dat kan, het loskomen uit ondiep water. De grenzen werden opgezocht, er werd water geschept, gehoosd en gestoeid met de draaiende wind. Even opwarmen tijdens de lunch en weer het water op. Een fantastische zeildag. Deze werd afgesloten met een gezellige en lekkere maaltijd. Opruimen en weer terug naar huis.

“ieder vlagje werd gepakt”

Nagenietend van het weekend kijk ik alweer uit naar volgend jaar!



Aanstormend talent Anne-Fleur van der Zee

Tekst: Wouter van Catz | Foto: Wouter van Catz

Op 18 juni wist Anne-Fleur van der Zee op de Bosbaan in Amsterdam Nederlands Kampioen te worden in de dubbelvier voor meisjes tot en met 16 jaar. Eind juli was ze betrokken bij alle Nederlandse medailles tijdens de Coupe de la Jeunesse (Jeugd EK) in het Poolse Poznan. Hoog tijd om Anne-Fleur eens op te zoeken en kennis met haar te maken.

We ontmoeten haar op een zaterdagmorgen om 8 uur in de giekenloods waar ze samen met coach Toine Vergroesen een trainingssessie voorbereidt. Na enkele keren de Breevaart op en neer te zijn gefietst vinden we een plekje in de sociëteit om haar een aantal vragen te stellen.

Je bent 16 jaar en wint 3 medailles op het Jeugd EK. Hoe lang roei je al?

'Ik ben een paar jaar geleden gestart met instructieroeien en dit is mijn 4e wedstrijdseizoen. De eerste paar jaar heb ik alleen in de skiff geroeid, maar de laatste 2 jaar ook in combinaties met meiden van andere verenigingen.'

Hoe ben je op het Jeugd EK terecht gekomen?

'Ik roei wedstrijden individueel in de skiff en ben zo door de bondscoach opgemerkt. Hij selecteert meiden individueel op basis van hun prestaties en maakt met hen combinaties voor de diverse disciplines. Ik ben dit voorjaar geselecteerd voor de vier zonder stuurvrouw.'

Je wordt dan geselecteerd met meiden van andere verenigingen. Hoe ziet de voorbereiding in aanloop naar zo'n evenement er dan uit?

'De selectie is ongeveer een maand voor de Coupe en je hebt tot dan de tijd om een team te worden. Roeien kunnen we natuurlijk, maar die laatste maand gaat het echt om het samenspel in de boot. De halen van iedere

roeier moeten perfect gelijk zijn want dat levert de meeste snelheid op. Hierdoor won ik bijvoorbeeld op de Tromp. Individueel, in de skiff, waren de tegenstanders eigenlijk sterker, maar wij waren beter op elkaar ingespeeld en wonnen daardoor.'

Roeien is een sport waar techniek, kracht en uithoudingsvermogen samenkomen. Hoe ziet je trainingsweek er gemiddeld uit?

'Ik train gemiddeld zo'n 6 tot 8 keer per week. Daarvan is 1 krachttraining bij een sportfysioloog die mij begeleidt. De overige trainingen zit ik in de boot of op de ergometer als het weer het niet toe laat om het water op te gaan.'

Dat is een aardige belasting. Hoe combineer je dat met vriendinnen en school?

'School is een kwestie van goed plannen. Ik zit op het Coornhert gymnasium en zij zijn gelukkig ook flexibel als evenementen in een schoolweek vallen. In het seizoen heb ik niet veel tijd om uit te gaan, maar in de roeiwereld heb ik al veel vriendinnen gemaakt, dus dat gaat helemaal goed hoor.'

Over een paar jaar ga je studeren. Ga je de stad kiezen op basis van de universiteit of de roeivereniging?

'Ik denk een beetje van allebei. Ik wil geneeskunde studeren en denk aan Rotterdam, Amsterdam of Leiden. Alle drie hebben goede roeiverenigingen, dus dat komt wel goed.'



Naam: Anne-Fleur van der Zee
Leeftijd: 16 jaar
School: Coornhert Gymnasium
2013 1^e wedstrijdseizoen
2016 1^e NK dubbelvier meisjes t/m 16 jaar
2^e Coupe de la Jeunesse M4-
3^e Coupe de la Jeunesse M4-
3^e Coupe de la Jeunesse M8+

Zeilkampioenen

Tekst: Wouter van Catz | Foto's: Wietske van Soest en Wouter van Catz

Mark Neeleman wint NK Pampus

Erelid Mark Neeleman mocht tijdens de najaars-ALV zijn kampioenenbord met een nieuw plaatje vullen na de winst op het NK Pampus begin september. Voor Mark was dit zijn tweede seizoen in deze klasse en toen hij door voormalig KWVL havenmeester Laurence van Wijngaarden werd gevraagd om met hem het NK te varen, bedacht hij zich geen moment. De ervaring van Mark en Laurence in combinatie met een snel schip zorgde ervoor dat enkele zeer ervaren Pampuszeilers het onderspit moesten delven!



Enno Kramer en Ard Geelkerken wederom NK in de FD-klasse

Het NK werd op het IJsselmeer voor de kust van Workum gevaren. Met maar liefst 6 gewonnen wedstrijden uit een totaal van 6 wedstrijden was dat dus een echte 'clean sweep'. Het niveauverschil met de overige deelnemers was overduidelijk. Wij zijn intussen de tel kwijt geraakt, maar het is duidelijk dat Enno en Ard nog altijd onbetwist de beste FD-zeilers van Nederland zijn!



Reeuwijkers op de Sneekweek

Tekst: Sabine Kreisel | Achtergrondfoto: Richard de Jonge

Begin augustus heb ik samen met zeven andere instructeurs van de RZVG aan de Sneekweek deelgenomen. De voorbereidingen hiervoor vonden al in mei plaats. Die bestonden onder andere uit een campingplaats reserveren, het vervoer (inclusief zeven zwaardboten) rond krijgen, wedstrijdlicenties aanvragen en vesten laten bedrukken. De week voordat we vertrokken zijn we geregeld op de RZVG geweest om o.a. de zeilnummers in de zeilen te plakken en de trailers op te bouwen.

Vrijdag 5 augustus was het dan zo ver, ons avontuur begon! Zelf mocht ik in de Volvo van mijn vader rijden, incl. trailer met 2 Splashes en één boot op het dak, super gaaf! Zaterdag startten de wedstrijden met veel wind, eigenlijk te veel wind voor ons achten, veel meer dan we van het varen op Reeuwijk gewend waren. Maar toch zijn we het water op gegaan, op weg naar de allereerste start om dat wedstrijdzeilen eens mee te maken. Helaas voor mij haalde ik de eerste start niet door een vervelende aanvaring, die resulteerde in een gat in de romp. Gelukkig doet duct tape wonderen en ben ik daarna weer het water op gegaan.

De hele week woei het ontzettend hard (windkracht 5) en om dan met zoveel boten (bijvoorbeeld bij een start) en golven te zeilen was een behoorlijke uitdaging voor ons allemaal. Een aantal van ons hebben de finish op sommige dagen gehaald, maar vaak werd er ook aan onze eigen veiligheid en dat van het materiaal gedacht waardoor we niet uitvoeren voor de start. Desondanks zijn we wel een dag gaan zeilen met elkaar om vooral van de harde wind te genieten en veel te leren. Dit hebben we dan ook uitvoerig gedaan 😊.

Wanneer we rond 13:30 uur van het water af kwamen, waren daar de lieve ouders van Robin (Jaap en Gradi) die ons hartelijk ontvingen met knakworstjes en warme chocolademelk.

“om met zoveel boten en golven te zeilen was een behoorlijke uitdaging”

Op hun campingplaats aan het Sneekmeer mocht onze vloot verblijven. Wat zijn we daar ontzettend gastvrij en liefdevol ontvangen. Als

dank zijn we dan ook met elkaar de allerlaatste avond uit eten geweest in Sneek.





Hugo de 1^e prijs in ontvangst mocht nemen. Hij heeft maar één wedstrijd niet gevaren (de dag waarop z'n mast brak), maar door zijn goede score in de Splash silver klasse werd hij toch eerste in het eindklassement. Superknop! Nadat de schaal veilig was opgeborgen, stortten we ons in het eindfeest waar iedereen nog een keer uit z'n dak kon gaan. Helaas was de ochtend daarna ook zwaarder dan gedacht. Gelukkig hadden we hier in de voorbereiding rekening mee gehouden, waardoor we zaterdagochtend pas de camping moesten verlaten.

Hierdoor hadden we de hele vrijdag nog om alvast de trailers op te bouwen, tassen in te pakken etc. Zo reden we zaterdag aan het begin van de middag weer richting de RZVG waar we meteen de voorbereidingen van de Zeilinstruweek invlogen.

De Sneekweek 2016 was voor mij een ongelooflijke week waarin ik ontzettend veel heb geleerd qua wedstrijdzeilen met erg veel wind en golven, iets dat ik op Reeuwijk nog nooit had meegemaakt. Daarnaast zijn wij als instructeursgroep ook een stuk hechter geworden. Je leert elkaar een stuk beter kennen wanneer je zeven dagen met z'n allen op een camping zit, spelletjes speelt en bier drinkt. Ik heb enorm genoten van het zeilen, de feesten en vooral van mijn mede-instructeurs. Het was fantastisch en wie weet gaan we volgend jaar weer met wellicht een grotere groep (wie wil aanschuiven is welkom). Wij raden het in ieder geval iedereen aan!

Natuurlijk draait de Sneekweek vooral om het wedstrijdzeilen, maar ook de sfeer 's nachts mag niet ontbreken. Zo zijn we op maandag met elkaar op stap gegaan in Sneek. Wat een bruisende binnenstad troffen we daar aan! Overall podia met muziek, zeilers en bier, fantastisch! Hier kregen we de smaak goed te pakken, waardoor we dinsdag een kijkje gingen nemen bij de schuimparty op het starteiland. Ook hier was tot diep in de nacht veel leven in de brouwerij. Als klap op de vuurpijl, waar we daarna natuurlijk bij moesten zijn, was het eindfeest op donderdagavond op het starteiland, volgend op de prijsuitreiking waar onze



Wafelbakkerij & Notenbar



John
Kempen



De lekkerste verse
noten en stroopwafels

Elke woensdag markt Reeuwijk
Top kwaliteit voor marktprijsjes

Pareltjes – Vrijwilligers

Tekst: Machteld Kolthof

Vrijwilligers maken de vereniging, de een prominent, de ander achter de schermen, weer een ander inventief, creatief, technisch etc. etc. Wat beweegt ze? Aan het woord twee vrijwilligers. Een dame die de sterren van de hemel kookt, naar haar moeder's recept of gewoon van haar zelf. En een heer die zeer veelzijdig is, een 'mensen-mens', die met zijn humor veel mogelijk maakt.

Mariëlle van Gemert.

Lid vanaf 1993. Haar dochter Kinou was lid geworden en in die tijd moest je als ouder ook lid worden. Zo raakte ze betrokken en is eigenlijk meteen 'dingen' gaan doen. Evenementencommissie, feesten organiseren, met een leuke vast groep. Ook heeft ze al verschillende keren de catering aan huis verzorgd.

Later ving zij als 'walmoeder' kinderen op met 'probleempjes', bijvoorbeeld wanneer er een boot was omgeslagen. Het koken voor zeilers begon al bij haar thuis. Na het wedstrijdzeilen of instructie kwamen de zeilers bij haar thuis eten. Dat was altijd 'heel erg leuk!'


Van huis uit zit het zeilen in de familie. Haar opa had een meubelmakerij en interieur winkel en haar vader bouwde met zijn broers een eigen boot.

Joost van Vliet

Pascalstraat 13-H
2811EL Reeuwijk
The Netherlands

0182 - 60 68 93
info@mlc-bv.nl



 Marine & Lounge Cushions B.V.

Computerhulp Reeuwijk

*Koop uw computer bij de man,
die hem aan huis repareren kan!*

- * Voor particulieren en bedrijven, zonder extra kosten als abonnement e.d.
- * Verkoop van nieuwe en 2^{de} hands pc, printers e.d.
- * Beveiligen tegen spam, virussen, spy- of malware. Maken van back-up!
- * Updaten software, opschonen en sneller maken oude pc.
- * Installatie:adsl, internet TV

Service aan huis werkdagen tot 21:00
en weekend tot 18:00.

Mark Smael 06-10245763



M&M

PURE FLOWERS

Miereakker 4 | 2811 BB Reeuwijk
T 0182 39 32 25 | info@mmbloemen.nl
www.mmpureflowers.nl



Wat bindt haar aan de vereniging?

De omgang met mensen. "Zalig!", zegt ze.

Aan de zeilinstructieweek in de zomer werkt ze al 15 jaar mee. Dat is een zaak van 'ons kent ons'. Daar neemt ze elk jaar vrij voor "Die week staat voor mij gewoon vast", zegt ze, "daar is geen discussie over." Zij verzorgt dan samen met Michael de lunch voor alle deelnemers en 's avonds koken ze samen voor de instructeurs.

Het koken heeft ze van haar moeder geleerd. Die kon heel goed koken en de familierecepten bewaart ze nu. In Zwitserland is ze op haar 21^{ste} echt met koken in aanraking gekomen.

Haar favoriete smaak is bourgondisch en het eten moet kwalitatief goed zijn, net zoals dat bij haar moeder was. Ze gaat bij de slager achter de toonbank kijken wat er wordt gesneden, zodat ze weet wat er op het bord komt. Ze kookt ook voor roeiers en zeilers die een week of weekend weg gaan naar Friesland of elders in het land.

Wat wens je de vereniging toe?

Een grote band met elkaar in de sport, in activiteiten en interesses!

Jack Kruizinga

Aan het woord een vrijwilliger die al 38 jaar lid is van de RZVG. We hebben allebei net geroeid en een nat pak gehaald: dus moet er koffie bij! Ik heb het koud en Jack dirigeert me naar de raamkant van de sociëteit en zegt: "Hier, ga lekker in de zon, dan word je weer warm". Dat is Jack.

Jack ging 38 jaar geleden op surfles bij Rutjes. Daar is het begonnen, maar toen hij met de surfplank voor de RZVG lag, leek hem dat wel wat.

Er was toen nog ballotage, maar via zijn broer is hij toen lid geworden.

Na de BRO heeft hij in een Acht geroeid, maar die ploeg is toen uit elkaar gevallen. Hij roeit nu al weer circa 15 jaar in een vaste ploeg. Dat is een hele leuke roeiploeg. Ze gaan jaarlijks naar het buitenland om te roeien. Stockholm, Hamburg, Berlijn. Sinds drie jaar gaan ze echt een weekend weg met de ploeg; verenigingen worden aangeschreven. Het roeien met zijn ploeg geeft hem ook vastigheid; bij de koffie wordt de week doorgesproken. Het is een teamsport dus voor hem ook een stok achter de deur.

Vanaf het begin was hij voor de RZVG actief; bij feesten en partijen en hij heeft in het verleden ook roeiles gegeven. Grijzend: "ik had geen instructeursdiploma, hoor".

Koken is zijn hobby en hij heeft zich daarvoor opgegeven destijds. Het is leuk om met zeilwedstrijden en BBQ's dat samen met een groep te doen.

Een 'mensen-mens', zegt hij van zichzelf. Hij is werkzaam in Rotterdam als ambulante woonbegeleider en doet dat al vanaf 1981. Hij begeleidt zo'n 28 gezinnen. Hierbij kan hij met humor een hoop bereiken.

De kick van het roeien is voor hem de inspanning en de ontspanning, de cadans van het roeien, wat praten onderweg of juist genieten van de natuur. Elk seizoen is weer mooi vanaf het water. "Ondanks het feit dat je al 38 jaar rond peddelt", zegt hij. Een ploeggenoot heeft vogelkennis, dus ze leren daar ook wat van. Jazeker, het is een sociaal gebeuren.

Jack vindt het goed dat de vereniging een beroep doet op haar leden, vanuit het bestuur en door leden die al vrijwilligerswerk doen. Bewustwording bij de leden aanwakkeren, beseffen dat je wat voor de vereniging over moet hebben. Niet wijzen en zeggen 'geen tijd'.

Over de vereniging zelf in al die jaren zegt Jack dat hij meegaat met de veranderingen, dat maakt ook dat hij al 38 jaar trouw lid is.

Naast het roeien en koken, is zingen in een koor al 12 jaar een hobby. Ook wordt er wekelijks geholpen op een boerderij, met een groep vrienden. Een drukbezette man dus.

Tot slot zegt Jack dat wanneer hij het naar zijn zin heeft, hij er voor de ander kan zijn.

Dat heeft hij dan ook in 38 jaar laten zien op de RZVG!



Het WK Santander 2016

Tekst: Dirk Elderenbosch, Otto de Fraiture, Pieter Bokhoven en Olivier Elderenbosch | Foto's: Winand de Fraiture en Pieter Newton

Het WK duurde van 23 tot 29 juli, waarvan er van 25 tot 29 juli om de titel gestreden werd. De eerste twee dagen werden gebruikt voor de inschrijvingen, controle van de boot en een 'practice race'. De practice race was erg handig om kennis te maken met de baan, de omstandigheden in het start gebied (stroming en golven) en de grootte van de "fleet" waarin we de wedstrijden gingen varen. Dirk voer samen met Otto, en Pieter voer samen met Olivier.

Team Nederland

Team Nederland was op de Engelse ploeg na het best vertegenwoordigde land met zo'n 25 teams. Strijd op het water, gezelligheid op de kant. Dit vat de sfeer van de Feva-klasse het beste samen. De Feva-klasse is een hele gezellige klasse. Dit merk je nationaal, onder de Nederlandse zeilers en ouders, maar ook internationaal met andere zeilers op het WK. Op het water is het natuurlijk strijd, want fanatiek is iedereen wel, maar zodra de wedstrijden zijn afgelopen kan iedereen het goed vinden met elkaar. Op een van de avonden was er ook een borrel georganiseerd voor alle Nederlandse zeilers en ouders. De gezellige activiteiten rondom het zeilen maakten het natuurlijk extra leuk.

Kwalificatie wedstrijden

Het WK bestond onder andere uit twee kwalificatie dagen, deze dagen hebben we 5 starts hebben gedaan. Na de kwalificatie starts werd het hele startveld van ca. 165 boten ingedeeld in drie fleets van 55 boten. In de gold, silver en bronze fleet. Hoe je de kwalificatie wedstrijden had gevaren bepaalde in welke fleet je werd ingedeeld. Wij hadden ons voorgenomen om ons in de silver fleet te kwalificeren. En dat is gelukt!

The Final Series

Na dat we waren gekwalificeerd voor de silver fleet, begonnen de zo geheten 'Final Series'. De Final Series duurden 3 dagen, waarin acht starts gepland stonden.

Twee dagen op de Atlantische Oceaan en een dag in de baai van Santander.

De start stond elke dag gepland om 13.00 uur. Maar wegens gebrek aan wind waren we meestal pas rond 15.00 uur gestart. Het moeilijkste aan de wedstrijden waren de starts. Als je een goede start had, kon je goed in de voorhoede mee varen. Als je start minder goed was, moest je heel veel goed maken tijdens de wedstrijd. Het starten ging in de loop van het WK natuurlijk steeds beter! Op de eerste dag van de Final Series was het heel licht weer. We hebben toen ook maar één start gedaan. Pieter en Olivier voeren die wedstrijd een 17^e plaats. Dirk en Otto voeren een 10^e plaats. Dit was een mooi begin van de Final Series.

Op de tweede dag duurde het weer heel lang voordat we het water op gingen. Die dag hebben we 4 starts gedaan om de niet gestarte starts van gisteren in te halen. Pieter en Olivier voeren die dag goede wedstrijden met een



13^e, 19^e, 4^e en 8^e plaats. Dirk en Otto hadden die dag een pechdag met een kapotte gennakerval en een valse start. Daardoor voeren zij naast een 10^e en 19^e plaats ook een 46^e en 56^e plaats. Hierdoor zijn ze ver gezakt in het klassement. Omdat we zo veel starts hebben gedaan waren we pas om ongeveer 20.00 uur van het water af. Op de laatste dag van het WK voeren we de wedstrijden in de baai. Dirk en Otto hebben op die dag veel goed gemaakt, Pieter en Olivier hebben hun goede plek in het klassement vast weten te houden.

Met een 19^e, 16^e en 4^e plaats zijn Dirk en Otto gestegen naar een 14^e plaats in de silver fleet. Pieter en Olivier zijn met een 24^e, 20^e en 5^e plaats, 8e geworden in de silver fleet.

Daarmee waren wij de beste

Nederlandse teams in de silver fleet. We zijn héél erg blij met deze resultaten en kijken terug op een erg mooi, leerzaam, maar vooral héél gaaf eerste WK!!

De RS-Feva Worlds 2017 worden georganiseerd in Medemblik! Wij vinden het heel gaaf dat het WK op eigen water wordt georganiseerd en we hopen dat er nog veel meer Nederlandse teams mee zullen doen!

“Wij hadden ons voorgenomen om ons in de silver fleet te kwalificeren. En dat is gelukt!”



Traversée de Paris et des Hautes-de-Seine

Tekst: Anja van Velzen | Foto's: Janneke van Gennepe

De Femmes Fatales op avontuur.

23 september 16:00 uur. Een komen en gaan op de RZVG. Na wat overpakken van koffers in de auto's was Femmes Fatales klaar voor vertrek. Drie auto's, tien dames. De dames slaagden erin om elkaar al in Reeuwijk kwijt te raken – ja, daar begon de file al – maar toch reden de drie auto's vrijwel direct achter elkaar de Parijse parkeergarage in.

Een eerste prestatie, dat moet gezegd. Na het opbergen van de spullen in de kamers was het de hoogste tijd de langs de snelweg genoten maaltijd weg te spoelen. De dames trokken direct een Frans café in. De wijn smaakte opperbest en tegen een uurtje of twee was de rust in het hotel wedergekeerd.

Zaterdagochtend ontbijten en lopend naar de roeivereniging. Want daar kwamen ze tenslotte voor. Aanmelden, shirts ruilen en socializen met Joost – Nederlander- en sinds zijn negende in Parijs én lid van de roeivereniging. En toen, ja toen. Tijd voor een wandeling door Parijs (de eerste schoenen waren overigens inmiddels al gekocht). Met de metro naar de stad en langs mooie plekken en stukjes in Parijs. Picknicken in Place des Vosges -het oudste plein en park van Parijs- want er moest gegeten worden. In de stralende zon, de temperatuur redelijk, rond de 25 graden. Na de broodjes en drankjes werden wat winkels aangedaan en werd

er gelopen. Heel veel gelopen, gelachen en nog maar eens van een 'wit ofzo' op een terras genoten. Denkt u lezer 'wat was dat' – er werd ook nog gemusiceerd! In de krochten van het Louvre wist Harriët een cello te bemachtigen en er volgde Bach. Dit leidde weer tot een opstootje want er bleven heel veel mensen ineens staan. De eigenaar van de cello had een goede dag; tijdens Bach verveelvoudigde duidelijk zijn dagomzet, wat weer tot veel hilariteit leidde. En toen de voeten uiteindelijk niet meer wilden, - er moest ook geroeid worden zondag! – volgde nog een bezoek aan de roeivereniging met drankjes en chipjes en ander lekkers aan de Seine. De zaterdag eindigde met een etentje.

Zondag begon met een nachtelijk avontuur; om 4.30 uur gingen de wekkers af en om 5 uur vertrok Femmes Fatales lopend naar de roeivereniging. Daar aangekomen was het één drukke kluwen van mensen. De ene outfit was nog fleuriger dan de andere en onze oranje shirts met rode broek, grote letters NEDERLAND en rood-wit-blauw, zorgde voor herkenning bij landgenoten. Zo'n 1.000 roeiers nemen deel. Om 5.30 uur aan een



Frans ontbijt. Als een geoliede machine. Eenmaal in de boten te water (wij hadden 2 gladde-vieren te leen met stuurman relaxed liggend maar zonder coxbox) was het eindelijk zo ver en roeiden we op de Seine. Het wisselen gebeurde vanwege glad materiaal anders dan 'over of naast elkaar heen' via een bootje van de organisatie. Het water bleek een

kokende snelkookpan door wind en tij.

Eerlijk is eerlijk:

C4-en en wherries zijn beter geschikt voor deze golven.

Maar ach, we roeiden op de Seine. Dat water trotseerden

we wel. En ach, af en toe hozen is dan ook wel stoer, toch? Uiteraard lagen we af en toe stil voor mooie plaatjes.

“En ach, af en toe hozen is dan ook wel stoer, toch?”

Af en toe werd er ook een wedstrijdje gedaan. Onder toezien oog en aangemoedigd door een 5-tal dames van Nautilus maakte Femmes Fatales in dertig halen 'korte metten' met een Franse (mannen) vier die steeds de pas wilde afsnijden. Dat ging dan wel weer fijn in glad! Na een aantal prachtige uren op de Seine in een boot, was het aanleggen bij de roeivereniging. En toen – toen de boten op de wal lagen, viel de regen als een koude douche over



Parijs. Maar geen nood: er stond een warme maaltijd klaar en in allerijl werden er binnen tafels geplaatst, tot in de loodsen toe: lunchen tussen de boten. Restte nog, na een afscheid van Joost en adressen uitwisselen met RV Pampus voor foto's, de thuisreis te beginnen. Na koffie met koekjes in de buurt van Gent nog een laatste etappe: Reeuwijk. Al met al een geslaagd weekend voor Femmes Fatales. Parijs smaakt zo naar meer dat een volgende tocht buiten de Reeuwijkse wateren al is gepland.



Young Ones

Tekst: Marijn (9 jaar)

Ik vond het zeilweekend hartstikke leuk! Het was heel gezellig en ik heb veel nieuwe vrienden gemaakt. Op zaterdag heb ik vooral gezeild rond het eilandje. Het waaide super hard en ik ging heel schuin. Ik vond dat best spannend maar ik ging gelukkig niet om. Ik leerde de windroos, wat opkruisen betekent en nog veel meer! Ook waren er gezellige spelletjes. 's Avonds gingen we op jacht naar een schat. Er waren allemaal instructeurs verstoppt en die moesten we vinden.

Ons groepje heeft helaas niet gewonnen maar het was wel gezellig. Pas toen het donker was gingen we terug met de motorboten. Bij het slapen gaan was het druk, maar ook heel erg gezellig. Zondag gingen we een tocht met de motorboot maken met een paar Optimisten erachteraan. Ik was super moe! De pannenkoeken waren héél erg lekker!! Ik heb er wel vier opgegeten. Kortom, dit was heel erg leuk!! En toen alles voorbij was, gingen we nog lekker zwemmen.

Ik kan niet wachten tot volgende keer!!!



vers, vriendelijk, vakkundig

't Kaashuys

Miereakker 8
Reeuwijk
0182-300797

Dorpsstraat 103
Zoetermeer
079-3167616

Weydeland Kaas, buitenlandse kazen,
verse noten, olijven en tapenades, diverse specialiteiten

Roei eens anders: ga kustroeien

Tekst: Pim Brinkman | Foto: eigendom Dutch Coastal Rowing

De hoogste vorm van roeisportbeleving is met warme kwast en bitterballen nagenieten van een mooi plassenrondje op het terras van RZVG. Daarover geen discussie. Maar er is meer. Ik schreef eens in dit blad over roeitochten met mijn roeiploeg op de Somme en de Moezel. Zeer aanbevelenswaardig, maar het komt qua roeien toch neer op ongeveer hetzelfde, met andere uitzichten.

Voor wie nu echt eens compleet anders wil roeien, en zonder allerlei club- en cursusgedoe vooraf, maar hup: van vandaag op morgen, is er nu iets verschrikkelijk leuks: kustroeien - uiteraard haastig vertaald in coastal rowing want dat klinkt stoerder.

Maar het is ook best wel stoer. Stel je voor: je zit in een gestuurde vier. In plaats van het vlakke veenwater met rietzomen zie je in de verte strand en duinen en aan de andere kant een ononderbroken streep horizon tussen zee en lucht. Je ruikt het zoute water, het bruist om je heen en de boot wordt steeds hoog opgetild door groene golven. Je roeit een poos en gaat dan bij mooi weer misschien even door de branding het strand op om de badgasten te verbazen en een ijsje te halen. Na afloop vaar je tussen metershoge pieren een zeehaven in. Of je doet het iets rustiger aan op het Grevelingenmeer of de Oosterschelde, nog altijd zout, ruim en soms echt woelig water. Je stapt ook daar even uit op een drooggevalen plaat of je meert af om een verlaten eilandje te verkennen. Leuk om eens te proberen, toch?

Eerst de gebruikelijke bezwaren wegtikken. Nee, het is niet gevaarlijk, het is niet wezenlijk anders roeien dan je gewend bent, het is niet duur en je hebt geen speciale uitrusting nodig. Waarom gaan we dan niet meteen met de Breevaart het Wad op? Nou ... er komt toch wel wat bij kijken. Eerlijk gezegd is het onbegonnen werk als je het allemaal zelf zou moeten organiseren. Want je hebt wél een speciale zeeboot nodig, een trailer, allerlei spullen voor navigatie en veiligheid en last but not least een stevige dosis kennis van zaken.

Welnu: dat hebben een paar mannen met te veel vrije tijd dus allemaal voor je geregeld. Je kunt zo aanschuiven. Ze hebben een vereniging opgericht: Dutch Coastal Rowing (DCR) waarover verderop meer. Man van het eerste uur en Grote Roerganger van DCR is een oude bekende: Guus van Wechem. Er is een zee-roeiboot met trailer gekocht, de boot is compleet gereviseerd en uitgerust, er is allerlei equipment voor veiligheid en navigatie aangeschaft en ook al heel wat ervaring op groot (kust)water

opgedaan: op rivieren, het IJsselmeer, de Wadden en de Noordzee. En dat ook met fikse wind en over grotere afstanden.

Laten we eens inzoomen op boot, bemanning en veiligheid. De boot heet de Noorderhaaks. Omdat je met (soms echt hoge) golven te maken hebt, heeft deze een gesloten constructie met inwendige drijflichamen. Bij lek slaan of kenteren (wat overigens niet gauw zal gebeuren) blijft de boot drijven. Er is geen 'kuip', maar een soort goot. Die loopt door het midden vanaf het voordek tot aan de achtersteven.

Het overkomende water stroomt in deze goot en loopt van achteren weer weg. Vollopen kan dus niet. De boot heeft breed uitwaaiierende boorden zodat golven geweerd worden. De boeg heeft veel drijfvermogen zodat hij door een golf wordt opgetild en niet, zoals bij gewone roeiboten, er doorheen snijdt. De Noorderhaaks

“Je ruikt het
zoute water,
het bruist
om je heen”



neemt daarom ook hoge golven verrassend eenvoudig. Je stampst niet: je zweeft! Het is een sensatie om door fikse golven te roeien.

Dan de bemanning. Zeeroeien is verrassend gelijk aan het roeien dat je gewend bent. Er zijn tamelijk normale riggers, riemen, voetenboorden en slidings. Als je kunt plasroeien, kun je ook zeeroeien; het is allemaal wat ruiger, maar er is geen speciale techniek vereist. Je moet wel alert zijn. Omdat het water naast de boot bij de inpik hoger of lager kan staan of soms zelfs 'afwezig' is, moet je de haal en de haalfrequentie steeds aanpassen. Ook de stuurman moet opletten. Niet voor tijdig slippen bij bruggetjes want die heb je daar niet, maar het is bijvoorbeeld even wennen om de boot van een golftop af te laten surfen en handig tegen een volgende op te sturen. En wanneer er vanaf het strand door de branding wordt gestart, zijn de commando's ook weer wat anders dan vanaf het Reeuwijkse vlot. Echter een wezenlijk verschil met het plassenroeien vormen de afstanden. Soms zijn die (veel) groter. Je moet daarom van tevoren goed weten wat je te wachten staat. Van Harlingen naar Vlieland roeien duurt een kleine vier uur en dan moet er onderweg niet geteut worden - wat trouwens ook niet kan want je moet de ebstroom mee hebben. Maar dat is al tamelijk extreem. Je kunt bijvoorbeeld ook bij IJmuiden of Katwijk het zeegat uit, een uurtje langs de kust varen en terug. En op de Grevelingen of het IJsselmeer kun je bij wijze van spreken plassenrondjes maken. Maar bijna altijd zijn bij kustroeien de afstanden groter en is de veilige kust een stuk verder weg. Je voeten worden zeker nat en vooral op boeg, de rest soms ook - kustroeien heeft ook daarom een beperkt vaarseizoen. Je moet letten op eten en vooral

drinken, en op veranderende weersomstandigheden.

En zo komen we op het volgende punt: veiligheid. Dutch Coastal Rowing wil altijd tenminste één ervaren kustroeier aan boord als captain. Die heeft tevoren de routes, stromingen en weersverwachtingen grondig bestudeerd en is bekend met alternatieven. Er moet altijd een plan B zijn. Ook is er GPS en marifoon, er zijn goede kaarten en waterdichte telefoons. De bemanning weet wat ze te wachten staat, is goed voorbereid en draagt altijd zwemvesten. Bij aarzeling over het weer wordt niet op zee geroeid. Er zijn in die gevallen overigens bijna altijd prachtige alternatieven: Bij IJmuiden kun je ook mooi roeien tussen de pieren (nog altijd een groter wateroppervlak dan het totaal van de Reeuwijkse Plassen), bij de Waddenzee zijn de Friese Meren, bij het IJsselmeer de Randmeren, bij de Oosterschelde de Grevelingen: allemaal prachtig vaarwater, ook bij veel wind.

Waarom zijn we niet eerder op het idee gekomen? Dat is niet helemaal waar. De KNRB heeft een aantal decennia geleden geprobeerd om het roeien op groot water te promoten. Daartoe heeft ze aan een aantal roeiverenigingen onder gunstige condities wat zeewaardige C4 boten (type Yole de Mer) ter beschikking gesteld met als voorwaarde dat die boten ook aan andere roeiverenigingen ter beschikking zouden worden gesteld. Daar heeft ook RZVG in het verleden gebruik van gemaakt. Er zijn mooie roeitochten naar Texel en Terschelling geweest en we hebben ook op het IJsselmeer gevaren. Maar te vaak ging het niet goed. Met de boten werd namelijk niet de noodzakelijke kennis en ervaring bijgeleverd. De organisatoren waren vaak



zeilers die wel vertrouwd waren met groot water, maar op een andere manier. Zij hielden soms weinig rekening met het fysieke (on)vermogen van roeiers die geen ervaring hadden met afstand roeien. Het ontbrak ook te vaak aan leiding en discipline. Zo arriveerde eens een roeiploeg te laat in de haven voor een roeitocht naar een Waddeneiland. Er was geen ervaren leiding en men vertrok toch maar, in haast en zonder GPS of telefoon. Het briljante besluit werd genomen om de (door anderen) zorgvuldig uitgestippelde route naar het waddeneiland in te korten door recht over te steken.

Je ziet het eiland al liggen, nietwaar? Dus recht zo die gaat! Maar ja: waar eerst water was, kwamen opeens zandbanken tevoorschijn. Terugroeien was wegens de stroom geen optie. Ter nauwer nood wist men zich te redden door de 150 kg zware boot met uitrusting een stuk achter zich aan te slepen. Gelukkig was de vaargeul niet ver, maar dat had ook anders kunnen zijn. Dit soort geknoei leverde teleurstellingen op en zorgde ervoor dat het roeien op groot open water in ons land geen succes werd, terwijl kustroeien in onder meer Engeland, Frankrijk en Italië zeer populair is.

Het initiatief Dutch Coastal Rowing pakt het nu dus anders aan. Er is goed materiaal. Kennis van zaken bij de captain is verplicht. Hetzelfde geldt voor een degelijke voorbereiding - ook van de bemanning - en er kan niet zomaar overal geroeid worden.

De vereniging is onafhankelijk, dus geen onderdeel van een bestaande roeivereniging. De website van DCR is nog in ontwikkeling maar kan al bekeken worden: zie

www.dutchcoastalrowing.nl. Ook communiceert DCR via Facebook.

De Noorderhaaks ligt bij RV Alphen en wordt daar ook onderhouden. Vanaf half mei dit jaar is de boot nagenoeg elk weekend op het water geweest, dus DCR mag niet klagen over belangstelling. Er zijn ook allerlei ontwikkelingen. Er zijn weer nieuwe vaarroutes verkend en ook is er via de website een automatisch afschrijfsysteem voor de boot in de maak.

Wie vaker wil kustroeien of zelfs met een ploeg de boot wil huren, kan voor het geringe bedrag van € 35,= per jaar lid worden van de vereniging. In principe staat DCR voor iedereen open die kan roeien, 18 jaar of ouder is en lid van een roeivereniging. En beschikt over voldoende conditie! Captains moeten aan een aantal duidelijke eisen voldoen, zoals aantoonbare kennis/ervaring op het gebied van navigatie, varen op stroom en getij, omgang met GPS en marifoon en bekendheid met het gekozen vaarwater. Officiële diploma's zijn niet vereist, DCR verzorgt zelf regelmatig korte cursussen op deze gebieden. De Noorderhaaks kan worden gehuurd voor € 100,= per dag (inclusief trailer).

Voor de meeste roeiers zal dat een stap te ver zijn. Maar eens proberen en een dagje meegaan kan ook! In overleg wordt dan, aan de hand van je wensen en ervaringen en de beschikbare tochten, gekeken bij welke tocht je het beste kan aansluiten. Je kunt dat doen als individu maar ook met een aantal roeimaten. Kijk daarvoor op de website voor inschrijvingen, of bel met Guus: 06 5158 2862. Er gaat een roeiwereld voor je open!



Eenvoudige winteroefeningen voor recreatieroeiers

Tekst: Rob Kraaijpoel | Foto's: Rob Kraaijpoel

In de winter wanneer het te koud is om te roeien, kun je altijd nog wat roeibewegingen op de ergometer maken. Daarbij kunnen eenvoudige oefeningen helpen om jouw roeibeweging zelfs wat efficiënter en eleganter te maken. De oefeningen, die ik hier laat zien, zijn uitgetest op de Fifty-Fit roeiers. Dit is een groepje roeiers dat in het na- en voorjaar 6 weken achtereen op dinsdagmiddag om 13.30 uur bijeenkomt om wat eenvoudige gymnastiek oefeningen in de sociëteit te doen, waarna een deel gaat roeien en de rest gaat ergometeren.

Doel van deze oefeningen is om de handel gelijkmatig te bewegen, dus geen vertragingen, stops of versnellingen. Als je dat lukt, ziet niet alleen jouw roeien er een stuk beter uit, maar gaat ook de boot door het gelijkmatige bewegen beter lopen.

Oefening I

De eerste oefening gaat als volgt: Ga met gestrekte benen met de rug rechtop zitten. Maak met de handel een cirkelvormige beweging, alsof je de omtrek van een voetbal beschrijft (foto I). De voetbal zit virtueel geklemd tussen de buik en de dijbenen. Bij deze oefening gebruik je alleen de handen en de armen. De rug blijft rechtop en de benen gestrekt. Maak de cirkelbeweging in dezelfde richting als de roeibeweging. Stel er zou een lampje zitten op de zijkant van de handel en in het pikkedonker kijk je vanaf de ingang van de ergometerloods naar de roeier. Dan zou je het lichtje een gelijkmatige cirkelbeweging zien maken. Vaak is het handig om iemand anders naar jouw oefening te laten kijken, want die ziet meteen dat je geen cirkel maakt maar een rechthoek, of ongelijkmatig beweegt.



Foto I

Oefening II

De oefening gaat op dezelfde wijze en je beschrijft met de handel de omtrek van een ei. Het ei ligt in horizontale stand, met de grootste ronde kant tegen het lichaam aan en de kleinste bij de catch. Vanuit de uitzetstand van de roeibeweging strek je de armen en buig je de rug naar voren (foto II a). Beweeg om de korte cirkel van het ei, maak de haal aan de bovenkant van het horizontaal liggende ei, nog steeds met gestrekte benen (foto II b). Beweeg om de grote cirkel van het ei heen en kom met de handel weer in de uitzetstand. Het is nu lastiger om steeds met gelijke snelheid te blijven bewegen. Laat jouw roeipartner je controleren.



Foto II a

Oefening III

Lijkt op oefening II. Maar nu mag je een halve rails rijden. De handel beschrijft nu de omtrek van een kettingkast van een fiets. De kleine cirkel bij het achterwiel is de catch en de grote cirkel bij de trapas is het ronde wegzetten bij het lichaam. Het lastigste punt is de overgang van het wegzetten met de gestrekte armen naar het rijden. Probeer de snelheid van de handel bij het uitzetten en bij het begin van het rijden gelijk te houden, zodat er één gelijkmatige beweging naar de catch ontstaat. De meeste roeiers snellen na de uitzet bij het rijden naar voren, maar dat is helemaal fout. Je moet je realiseren dat de boot tijdens de haal ca. 3 meter aflegt en tijdens de terugrit ca. 7 meter. Als je naar voren snelt, geef je de boot niet de gelegenheid om de meters af te leggen. Je werkt de bootsnelheid tegen.



Foto II b

Oefening IV

Idem en dan met de hele rails.

Als je deze oefening met vier man in de boot uitvoert en je geeft met de benen nog een klein accentje bij de catch dan gaat jouw boot zelfs bij light paddle lopen. Je zult versteld staan wat er gebeurt. Want een lopend schip geeft geluid en zweeft vooruit. Als je dit met jouw ploeg drie halen lukt, kan het ook vier halen. Het kost wel concentratie maar als het lukt, raak je eraan verslaafd. Want voor een roeier is er niets mooiers dan een lopend schip.



I studiobrink.nl
E info@studiobrink.nl
T 06-16191711

Mourits

advocatenkantoor

voor particulier en ondernemer

Fokkerstraat 11
2811 EN Reeuwijk
tel. 0182 300945

www.mouritsadvocatenkantoor.nl

reparatie en gemak



TV, vaatwasser of wasautomaat **stuk?**

Wij repareren snel en vakkundig. Besluit u toch een nieuw apparaat te kopen, dan betaalt u geen onderzoekskosten.



Bestel via onze webwinkel!
Ga naar www.radiovandijk.com



Radio van Dijk

WITGOED • INBOUWAPPARATUUR • TV & AUDIO • REPARATIE

Van Heuven Goedhartstraat 35 • Reeuwijk • Tel (0182) 39 33 66



van Meurs

Slager Traiteur

Miereakker 12 Reeuwijk
Tel. 0182 394195
slagerijvanmeurs@live.nl

Overige

Sluitingsdatum inleveren kopij “Het Roer” nr. 7
Donderdag 1 juni 2017

Redactie-adres:

E-mail: roer@roeienzeil.nl

De redactie moedigt iedereen aan om bijdragen te leveren aan Het Roer.

Criteria voor tekst:

Goed leesbaar, kort en bondig. Indien nodig kan de redactie de tekst inkorten of kleine tekstwijzigingen ten aanzien van de leesbaarheid aanbrengen. Aantal woorden: 340 – 370 (half A-viertje) of anders in overleg.

Criteria voor foto's:

De fototechnische kwaliteit moet van voldoende niveau zijn:

- gefotografeerd met een kwaliteitscamera (belangrijk voor scherpste en detaillering)
- tenminste 1600 x 2400 pixels
- aangeleverd in het originele bestand, niet nabewerkt (de foto's worden door de redactie drukgereed gemaakt)

De naam van de fotograaf moet bekend zijn en deze geeft toestemming om de foto na te bewerken en te publiceren in Het Roer en op de website van de Roei- en Zeilvereniging “Gouda”.

De redactie bepaalt of een foto wordt geplaatst. Dit kan te maken hebben met de kwaliteit van de foto maar ook met keuzes van de redactie ten aanzien van de inhoud en vormgeving van het blad.

Adverteren?

Neem contact op met roer@roeienzeil.nl.

Vertrouwenspersonen intimidatie:

Adelheid van der Torren tel. 0182-399073
Jens Nooitgedagt tel. 0182-395220

Arthur Verwoerd Reeuwijk

Einsteinstraat 19
2811 EP REEUWIJK
Tel: 0182 301505

Verkoop Verhuur Reparatie Onderhoud

Colofon:

Redactie

Wouter van Catz
Ingrid Schulting

Machteld Kolthof
Leonie Wijnsema

Vormgeving en fotografie

Leonie Wijnsema
Sandra Zeilstra

Druk

Telstar Media, Pijnacker

ZEILMAKERIJ HEMMES

ZEILMAKERIJ
HEMMES
BUISKAPPEN
DEKZEILEN

Bodegraafse Straatweg 41
2805 GK Gouda
Tel/fax (0182) 51 49 92

Bestuur

Voorzitter

Chris Stoffer
telefoonnummer 0182-539116
voorzitter@roeienzeil.nl

Secretaris

Daphne Lemmens
telefoonnummer 06-21812462
secretaris@roeienzeil.nl

Penningmeester

Henk Verwaal
telefoonnummer 0182-393631
penningmeester@roeienzeil.nl

Roeicommissaris

Vincent Zimmerman
telefoonnummer 0172-645205
roeicommissaris@roeienzeil.nl

Zeilcommissaris

Jeroen van Catz
telefoonnummer 06-45206788
zeilcommissaris@roeienzeil.nl

Comm. Vastgoed en Vloot

Vacant

Comm. Verenigingsleven

Nancy Davilar
telefoonnummer 0182-601713
commissarisverenigingsleven@roeienzeil.nl



Nancy
Davilar

Vincent
Zimmerman

Chris
Stoffer

Daphne
Lemmens

Jeroen
van Catz

Henk
Verwaal

Jeugdbestuur

Voorzitter

Alex Janse
06-31085152
voorzitter.jeugdbestuur@roeienzeil.nl

Secretaris

Thom de Groot
06-15112208
secretaris.jeugdbestuur@roeienzeil.nl

Penningmeester

Marlous Schouten
06-29927718
penningmeester.jeugdbestuur@roeienzeil.nl

Promotie

Fleur Lafeber
06-50407753
Julia Kniese
06-39272437
pr.jeugdbestuur@roeienzeil.nl

Contact

jeugdbestuur@roeienzeil.nl

Contact

Verenigingsgebouw

Notaris d'Aumerielaan 35
2811 HS Reeuwijk
telefoonnummer 0182-392280

Beheerder

Michael de Wit
beheerder@roeienzeil.nl



V.l.n.r.:
Marlous Schouten
Julia Kniese
Fleur Lafeber
Thom de Groot
Alex Janse



Michael
de Wit



DUPREE

MAKELAARS O.G.

Uw makelaar voor deze regio!

www.dupreemakelaars.nl

Kantoor Gouda

Westhaven 36, 2801 PK Gouda
Telefoon 0182 - 55 12 55, Fax 0182 - 55 12 11
E-mail gouda@dupreemakelaars.nl

Kantoor Reeuwijk

Zoutmansweg 12, 2811 ES Reeuwijk
Telefoon 0182 - 39 42 00, Fax 0182 - 39 56 00
E-mail reeuwijk@dupreemakelaars.nl



finance plus⁺

BEDRIJFSADVIES EN FISCAAL ADVIES

www.financeplus.nl

Pascalstraat 3, Reeuwijk • Tel. 0182-622000

Wij maken de plus⁺ waar!

*Maak een afspraak met Robin Dijkstra
voor een gesprek over uw bedrijfssituatie.*

