

I ROKLUBBEN ER VI I GANG HELE ÅRET

Udendørs-sæson 2023 er ved at slutte og i roklubben kan vi se tilbage på aktiviteter ugen igennem.

Det tidligste tidspunkt i løbet af ugen, der er aktivitet på i klubben er lørdag morgen kl. 7.30, hvor der roes en 12 kilometers tur der klares på ca. 1½ time. Herefter er weekenden jo stadig "ung" endnu og deltagerne har fået frisk luft i lungerne med energi til weekendens øvrige aktiviteter.

Når det bliver tirsdag og torsdag startes der i klubben kl. 9.00, hvor formiddagsroerne benytter klubben også med ture på 12 km. også med en varighed på ca. 1½ time. Deltagerne er pensionister og efterlønnere, men der er også plads til andre, der har mulighed for at komme på vandet på den tid af dagen.

Om aftenen i dagene mandage til onsdage er der roning kl. 18.30 også hvor der roes i ca. 1½ time, hvis ikke der er stemning for en længere tur. Hver tirsdag er der klubaften efter roningen, hvor der drikkes en kop kaffe eller te og der snakkes om aftenens tur eller ture i ugens løb.

Når du læser disse linier tænker du sikkert, hvorfor skriver klubben nu om de aktiviteter som der har været mulighed for at deltage i? Men der kommer jo en sommersæson igen i 2024 så tænk på, hvornår på dagen og ugen du kunne tænke dig at komme på vandet. Vi starter midt i april måned med roning i traditionelle inriggerbåde, hvor du kan få en tur på vandet.

Men du behøver ikke vente med at prøve kræfter med ro-teknikken, du kan starte med roning på romaskiner under kyndig vejledning; kontakt Jesper Christensen på kasserer@augustenburg-roklub.dk for en aftale om, hvornår du kan komme i gang på romaskinen. Hvis du har tid til at besøge os en tirsdag eller torsdag formiddag kl. 9.00-10.00 så kig forbi klubben, hvor der er fast indendørs roning på det tidspunkt. Vi er jo glade for den friske luft, så det er primært i vinterhalvåret romaskinerne bliver benyttet.

... i øvrigt har undersøgelser vist at det kun er langrend, der har større iltoptag i lungerne end roning – det er ikke ensbetydende med, at man skal have en superfysik for at starte med roning – den kan opbygges.

HAVKAJAKAFDELINGEN

Siden opstarten af klubbens nye havkajakafdeling sidste år er det gået støt og roligt fremad. I 2023 har vi fået 10 nye medlemmer, så afdelingen nu er oppe på 15 aktive kajakroere.



Kongeåsturen ved startstedet (Vejen Fodboldgolf)



Kongeåsturen, på vej mod Frihedsbroen, hvor billedet er taget fra

Sæsonen startede med, at vi kunne byde velkommen til Intro-hold 1, som hurtigt fik tag på kajakporten. Alle teknikker blev øvet og behersket. Efter fri-roningen den 21. juni sagde den eksterne instruktør, kajakvejleder Chresten Krogh fra DGI, at han aldrig havde haft så nemt ved at fri-ro et hold.

Den 8. juni blev der afholdt et åbent hus-arrangement for Fiskeri- og Landbrugsstyrelsen, hvor deltagerne kunne få en prøvetur. Vejret var superflot og deltagerne var meget begejstrede. Det betød stor tilslutning til det efterfølgende Intro-hold 2. Stor ros til deltagerne, som udviklede sig meget og overvandt alle udfordringer. Én deltager gennemførte endda med et lille handicap – en imponerende bedrift. Nu er holdet klar til at indtage klubbens rofarvand, som er noget af Danmarks bedste, hvor der bl.a. er mulighed for at se sæler, marsvin og et meget varieret fugleliv.

Den 16. september var havkajakafdelingen på tur på Kongeåen, og igen var vejret med os – over 20 grader og svag vind. Morgenmaden blev indtaget ved Vejen Fodboldgolf, hvor der var mange gode faciliteter såsom bænke, hængekojer, toilet og en



Helle og Ebbe gør klar til morgenroning



Heidi, Merete, Kenny, Allan, Lone/Janet

god bro til isætning. Alle kom godt på vandet, og de forskellige styreteknikker blev taget i brug – især for-roret, som viste sig at være særdeles nyttigt til de mange "hårnålesving". Frokosten blev indtaget ved Frihedsbroen, og efter 12 kilometer med medstrøm og medvind sluttede turen i Foldingbro, hvor der blev serveret kage.

I vinterhalvåret har klubben svømmetid i Humlehøj Hallen hver tirsdag kl. 21.00-22.00, hvor der kan øves selvredning og makkerredning samt aflægges svømmeprov (300 meter) iført robeklædning. Hvis man er fri-roet og har roet over 300 kilometer kan man desuden deltage i vinterroning fra den 1. november frem til standerhejsning i april.

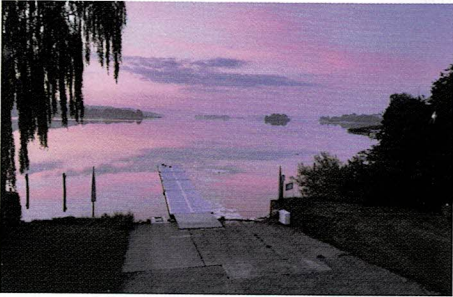
Er du interesseret i at høre mere eller få en prøvetur i en havkajak, så kom forbi klubben en onsdag i sommerhalvåret kl. 18.00. Vi starter et nyt intro-hold op den 1. maj 2024, så sæt gerne kryds i kalenderen. Minimums-aldersgrænsen for optagelse i roklubben er 12 år.

Se vores hjemmeside og kajakreglementet for at få yderligere oplysninger.

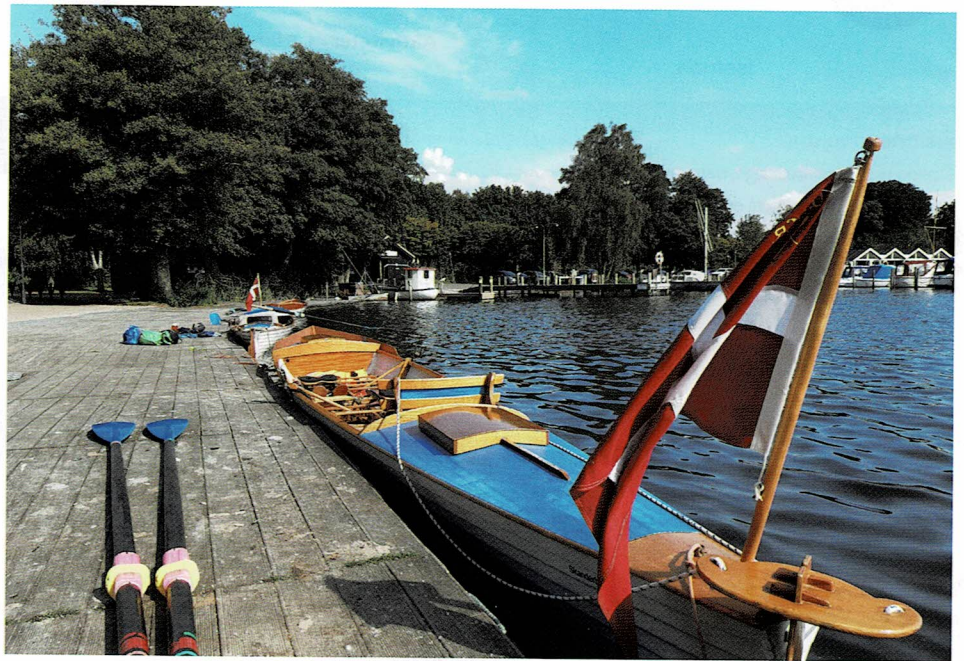
INDLÆG FRA NYT MEDLEM:



Klargøring for tur



Morgen ved Skanderborg Roklub



Pause ved Ry Roklub

YES!!! – ENDELIG...

Endelig fik jeg prioriteret at komme til intro i roning i Augustenborg Roklub, og det er den bedste gave jeg har givet mig selv i lang tid!

Jeg startede i klubben i foråret 2022 - først i inriggere. Efter kort tid blev jeg opmærksom på, at der også var startet et introhold i havkajak for første gang i klubbens historie. Intro-holdet var totalt booket, men efterfølgende fik jeg nogle prøveture i havkajak – fedt!

Hvor heldig kan man være?

Mulighed for at deltage i begge aktiviteter! Det er god motion, hvor vidt forskellige muskelgrupper bliver anvendt.

Jeg har modt nogle skønne mennesker i klubben – altid godt humør! Jeg har virkelig nydt hvert sekund – samværet med andre på vandet, ude i naturen, samt se lokalområdet fra "søsiden", og som bonus spotter vi en gang imellem et par marsvin eller en sæl.

Det er meget fleksibelt mht. ro-tidspunkter. Efter kort tid kan man ro med en erfaren havkajak-roer, så man kan komme på vandet flere gange om ugen (april til oktober).

I vinterhalvåret har vi også aktiviteter, f.eks. kan man frit benytte klubbens romaskiner, derudover kan man komme i Humlehøj Svømmehal i én time - hver tirsdag aften.

Ses vi i "Augustenborg Roklub – nu med havkajak"?

Det håber jeg

(Find flere informationer på

www.augustenborg-roklub.dk)

/Helle

EFTERÅRSTUR TIL GUDENÅEN:

En gruppe roere fra hovedsageligt fynske roklubber, har gennem mere end 40 år holdt en tradition i hævd med en dedikeret roer fra Odense, som turleder: En weekend i september at ro strækningen Skanderborg – Silkeborg og retur. I år var der foruden deltagelse af fire fynske roklubber også deltagelse af tre sønderjyske klubber, herunder Augustenborg Roklub. Turen er på ca. 45 km roning hver vej med den forhindring at bådene skal bæres over en befærdet vej ved Fuldbro Mølle og ved Ry Mølle. Roerne skifter rundt mellem de forskellige både efter en fastlagt plan, så alle kommer til at ro med alle. De praktiske opgaver er delt ud til alle deltagere, så en f.eks. har opgaven at sørge for aftenmad lørdag, en sørger for morgenmad o.s.v. Udgifterne deles efter turen.

I år blev vi lidt overraskede, da vi ankom til Skanderborg Roklub fredag aften, idet der også var besøg af 9 damer fra en anden roklub og der var lidt trængsel i både køkken og soveafdeling. Skanderborg Roklub havde ikke oplyst, at der også var andre gæster, men vi tænkte at det nok skulle gå. Vi fik fordelt køleskabsplads og sovepladser, inden der blev startet på aftenmaden. Efter at damerne havde spist deres mad og var nået til desserten, fandt de lige pludselig ud af, at de faktisk havde booket Ry Roklub til deres tur. Så de pakkede sammen og drog videre til Ry. De havde godt nok undret sig over, at de ikke kunne finde nogle både med de navne, de havde fået oplyst.

I år var starten på Skanderborg So en lidt sorgelig oplevelse, idet soen er voldsomt plaget af algevækst

med en grim lugt. Men vi skulle ikke bade, kun ro. I Tåning Å var det lidt mere klart vand, men slet ikke som ved et tidligere besøg ved en rotur i juni 2023. Efter første overbæring af bådene ved Fuldbro Mølle, var der lidt mere sigtbarhed i vandet og vi kunne nyde turen hen over Mossø. Frokosten blev nydt ved Emborg Bro inden den næste overbæring ved Ry. Traditionen tro blev årets hold fotograferet foran Ry Roklub af en tilfældig forbipasserende, der blev spurgt om hjælp. Turen fortsatte derpå ud på Juelso, gennem Borreso og Brassø. Det fine vejr havde lokket mange på vandet - i motorbåde, kajaker, stand-up-paddel boards og på turbådene. På strækningen fra Brassø op til Silkeborg, skifter Gudenaen navn til Remstrup Å og her var der meget trafik af alle typer fartyger og det er altid en oplevelse at se især Hjejlen på vandet.

I år var vi allerede i Silkeborg ved 16-tiden efter 6 timers roning og kunne slappe af i Silkeborg Roklub inden aftenmaden.

Søndag gik turen retur til Skanderborg, men vinden var frisket op fra øst, så vi fik noget modvind hen over de store søer. Især turen på Mossø var lidt hård. Med modvind og modstrøm tog det ca. en time længere at ro retur. Til gengæld fik vi set isfugl ved Gudensøen og nogle flotte havørne over Mossø.

Tilbage i Skanderborg var der blot tilbage at rengøre bådene for de grønne algebelægninger og sige tak for endnu en flot tur.

/Charlotte