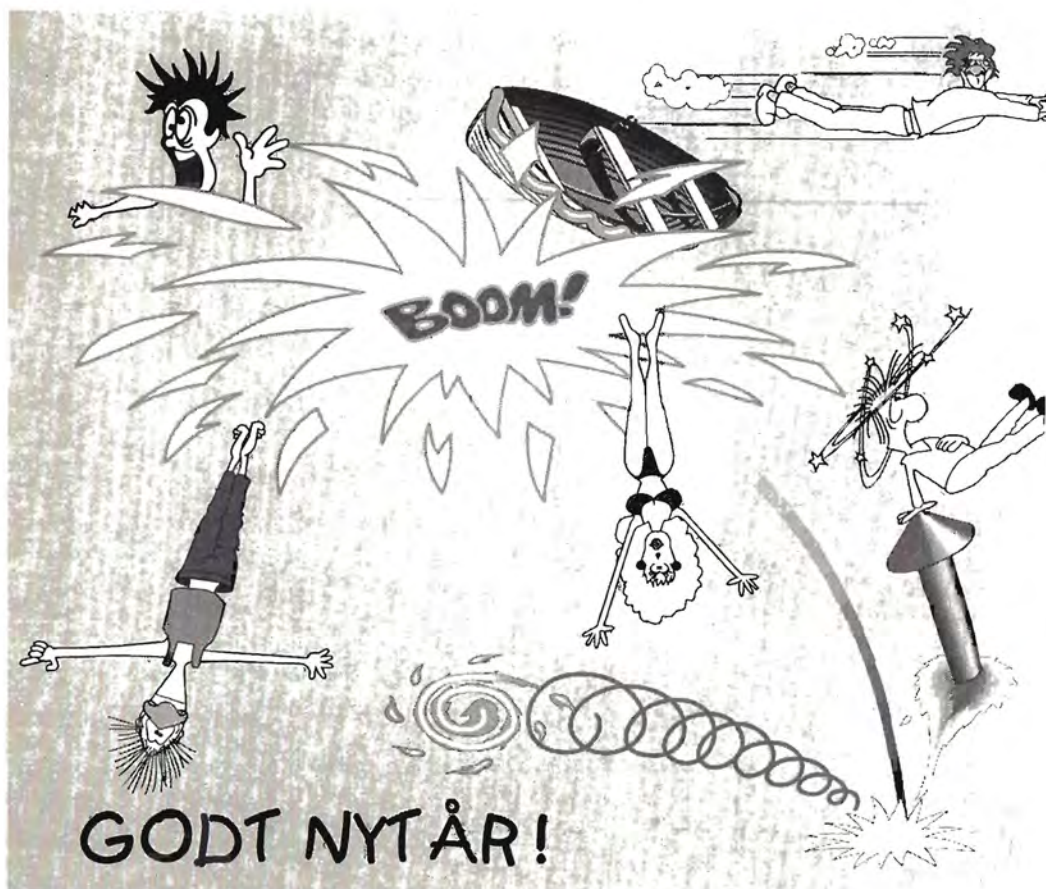


DANSKE STUDENTERES ROKLUB

Akademisk & Polyteknisk Roklub

DSR

MEDLEMSBLAD NR. 1 * JANUAR 1995 * 63. ÅRG.



INDHOLDSFORTEGNELSE

"Om strategi for DSR" leder /v Henning Rasmussen.....	s. 3-5
"Aktivitetsoversigt"	s. 6
"Sport & hygge weekend" /v Bo Christensen & Asbjørn Torp...	s. 7
"Vinterklargøring af bådene" v/ Christian Pedersen.....	s. 8
"Instruktørkuser" /v Instruktionsudvalget.....	s. 9-11
"QiGong - T'ai Chi" /v Mogens Haut.....	s. 12
"Nekrolog over en ræv" v/ Niels Marker.....	s. 13
"Generalforsamlinger i DSR" v/ Lene Christensen.....	s. 14
"DSR målsætning 1995"	s. 15
"Mogens Haut, husforvalter"	s. 16
"Orienteringssektionen" v/ Johan Frydendahl.....	s. 17-18
"Fra julen sidste år" v/ Mogens Haut.....	s. 19-22
"O-løbsprogram 1995"	s. 24

INDMELDELSE: sker ved at udfylde og indbetale indmeldelses-girokort. Dette forefindes på kontorets dør i bådehallen. Indbetalingen dækker de 3 første måneders kontingent. Nye er velkomne til 2 gratis prøvegange i klubben, inden indmeldelse skal finde sted.

KONTINGENT: opkræves kvartalsvist forud via giro. Ved overskridelse af betalingsfrist pålægges et gebyr på 25 kr. pr. rykker. Hvis rykker krydser forsinket indbetaling kan der ses bort fra rykker, men gebyret vil blive opkrævet det følgende kvartal.

UDMELDELSE: Kan ske gældende fra 1/1, 1/4, 1/7 og 1/10 og skal være DSR i hænde med mindst 3 dages varsel. Gyldig udmeldelse foretages ved at indbetale et girokort på nøjagtig kr. 3,00 til DSR's girokonto nr. 500 34 66 samt ved at anføre "udmeldelse", navn og adresse på den del af girokortet, som posthuset beholder (betalingsdelen). Girokortet er dokumentation for, at udmeldelse har fundet rettidigt sted og man bør i egen interesse gemme girokvitteringen. Kontingentopkrævningskortene kan ikke anvendes til udmeldelse, idet meddelelser ikke kan anføres på disse.

OBS ! IKKE AUTOMATISK UDMELDELSE VED RESTANCE: Man er medlem og kontingentpligtig, indtil gyldig udmeldelse har fundet sted, uanset om DSR's faciliteter og aktiviteter benyttes. Eksklusion vil først finde sted ved en restance svarende til ½ - 1 års kontingent og restancen vil om nødvendigt blive inddraget ved incasso. Alle omkostninger i forbindelse hermed betales af skyldneren.

Om strategi for DSR

Hvad er bestyrelsens strategi for DSR?

Dette er et af de spørgsmål, vi meget ofte bliver præsenteret for. På baggrund heraf har bestyrelsen i løbet af året 1994 afholdt nogle møder, hvor vi forsøgte at se lidt frem. Det følgende er i store træk den del af min beretning til årets generalforsamling, der opsummerede resultaterne af disse drøftelser.

Jeg vil gerne understrege, at dette ikke er en fast plan, som vi agter at køre blindt efter, men nok så meget et oplæg til en debat i klubben, og samtidig et indlæg i denne. Det er mit håb, at medlemmerne vil blande sig i debatten. Det er trods alt ikke bestyrelsens klub alene, det er også jeres! Så hvad vil I med DSR? Idéer og initiativer er meget velkomne, så hvorfor ikke gribe pennen og føre rede for jeres visioner her i bladet. Jeg er overbevist om, at redaktionen vil bevilge jer spalteplass, og tro eller lad være, bestyrelsen læser faktisk også bladet, når det udkommer.

Men til beretningen fra generalforsamlingen:

"Der har været rejst kritik af, at bestyrelsen ikke havde en strategi for klubben, hvilket efter min mening ikke er helt korrekt. Vi har faktisk arbejdet med dette spørgsmål i nogle år. Det er korrekt, at der ikke er kommet en pæn nedskrevet strategi fra os, men jeg mener, at der er kommet flere konkrete tiltag ud af debatten. Det er klart at den daglige ledelse af en klub af DSR's størrelse tager ganske mange kræfter, og vi derfor kunne forfalde til undskyldninger om, at vi har for travlt til at tænke fremad. Der er ingen undskyldninger; vi skal have tid til at finde ud af, hvad vi vil, hvilket jeg også mener at vi tager os en gang imellem; ikke nok og der hvor det kniber er nok at få resultaterne nedskrevet og præsenteret.

Det at klubben er vokset så meget i de seneste år (fra 470 medlemmer i 1988 til 1100 i år), gør det vigtigt at vi får tænkt os om, før vi bliver rendt over ende af en succes. Jeg skal derfor i det følgende forsøge at redegøre for nogle af de tanker, idéer og planer, der er kommet ud af de afholdte strategidrøftelser.

Spørgsmålet om hvor stor klubben skal være, er blevet mere og mere aktuelt, efterhånden som vi flere og flere aftener oplever at bådehallen er tom, og at der af og til står roere, der ikke kan komme ud at ro.

Svaret er ganske svært at give. Vi kunne jo godt tage 1000 medlemmer mere, hvis blot de ville love, at de kun roede om formiddagen. Det jeg vil sige er, at det ikke blot er et spørgsmål om at angive et tal, men nok så meget om, hvorledes vi indretter klubben, således at vi undgår de spidslastninger vi ser fire dage om ugen kl. 17. Øvelsen består altså nok så meget i at sprede aktiviteterne som i at begrænse medlemstallet.

For ikke at blive rendt over ende har vi omkring medlemstilgangen vedtaget:

Der vil næste år blive afholdt færre introduktionsaftener. Dette vil give en vis begrænsning, samtidig med at det vil betyde instruktionsstart for lidt større samlede grupper hver gang, hvilket man fra instruktørside ser som en fordel.

Vi agter at standse for tilgangen af nye medlemmer efter 300 indmeldelser.

Dette betyder ikke nødvendigvis, at vi ikke kan komme op over dette antal indmeldelser næste år, men at vi inden dette sker, vil tage emnet op til meget alvorlig drøftelse baseret på den dagligdag, vi kan observere på dette tidspunkt.

Der vil blive taget initiativer til at sprede aktiviteterne:

Der vil blive serveret middag hver dag mandag - torsdag.

Vi vil forsøge at få mere liv og dermed også roaktivitet ved flere arrangementer om fredagen (f.eks. fredagbarer)

Vi vil forsøge at reservere et antal både til motionsroning på instruktionsaftenerne. Dette vil nok i praksis blive 2-års inriggere samt scullermateriel.

Vi vil forsøge at indføre et nyt "samlingstidspunkt" både for instruktion og motion til f.eks. kl. 19.00, hvor bådene der gik ud ved 17-tiden begynder at komme hjem igen.

Vi vil forsøge at indføre samlingstidspunkter såvel lørdag som søndag.

Vi vil overveje om attraktive tilbud såsom videregående instruktion (fejlretning) og MOTION+ kan lægges senere på aftenen.

Dette skal ses som idéer til initiativer, som vi vil tage udførelsen kommer i sidste ende til at afhænge af medlemmernes (jeres!) indstilling, dels til at ændre på indgroede vaner og dels til at deltage aktivt i de aktiviteter, der skal hjælpe med indføre de nye tider - dvs. arrangementer, rovagter, etc.

Dette var egentlig kun refleksioner over den situation vi aktuelt står i eller forventer at stå i til næste sæson. Men hvad er det egentligt vi vil satse på at kunne tilbyde medlemmerne fremover?

Det er helt klart, at tilgang af nye medlemmer er én måde at bevare et medlemstal, der helst ikke må falde ret meget med de forpligtelser, vi har påtaget os. En anden måde er selvfølgelig at bevare de medlemmer, vi allerede har. Dette gør man ved at have et ordentligt tilbud til disse. Tankerne kan her hurtigt gå i retning af, hvilke nye tilbud man kan give. Ingen i bestyrelsen tror for nærværende på at det er flere tilbud, der er tiltrængt, men at vi skal tilstræbe os på at få lagt noget mere kvalitet ind i de, der allerede findes.

DSR er en **roklub**, hvorfor det først og fremmest er roning, vi skal satse på. Der er allerede nu vedtaget at gøre en ekstra indsats på instruktionsområdet, ikke over for de nye kaniner, men over for de eksisterende medlemmer.

Instruktionsudvalget har planer om at udbyde videregående kurser (kald det bare fejltræning). Dette tilbud skal selvfølgelig ses i forbindelse med den større fokusering på videregående uddannelse af vore instruktører til klubtrænere.

MOTION+ er et af de resultater, der er kommet ud af tidligere strategidiskussioner. Det er vores overbevisning, at idéen bag MOTION+ er rigtig. Næmlig at give medlemmerne mulighed for at yde en mere målrettet træningsindsats uden nødvendigvis at ro kaproning.

MOTION+ vil blive gjort til et selvstændigt område i den kommende sæson med egen rochef, der udelukkende koncentrerer sig om at få dette område til at fungere.

Jeg er derfor specielt glad for her i aften at kunne meddele, at bestyrelsen har besluttet sig til at indsupplere Teis Hansen som MOTION+ rochef.

På motions- og langtursfronten er der ikke specielle planer om store nye tiltag. Det er vores håb, at den indsats, der er ydet i år på specielt motionsområdet, vil tiltrække flere interesserede medlemmer til at deltage i arrangementet af aktiviteter.

Kajakområdet er lige nu under debat, ikke om hvorvidt der skal roes kajak, det skal der, men om hele organiseringen af området. Det ville derfor være forkert af mig at stå her og komme med en bestyrelsesstrategi for området (så meget mere da den ikke eksisterer endnu).

Bortset fra roningen vil vi fortsat udbyde gymnastik af høj kvalitet. Jeg kan nok ikke love den store udvidelse, med mindre nogen kan skaffe et par hverdage mere i ugen. Dog er gymnastik i weekender en mulighed, der kunne overvejes. Andre aktiviteter uden for DSR såsom løbetræning, badminton og andet vil stadig blive tilbudt, hvis mulighed byder sig, men der vil ikke blive satset specielt på disse områder.

Til slut vil jeg gerne opfordre alle, der har idéer eller visioner for DSR's fremtid om at deltage i debatten herom - det kan ske her, på medlemsnøder eller i bladet. DSR er trods alt hvad I, medlemmerne gør den til."

Det er som nævnt mit håb, at dette kan være indledningen til en debat, der kan være med til at forme, den roklub, du allerhelst vil være medlem af.

Må jeg her til slut sige jer alle tak for en god rosæson 1994 og ønske jer og jeres familier en rigtig god jul og et godt nytår.

På gensyn i DSR i 1995.

Henning.

Aktivitetskalender 1995

- * 3.- 5. februar : Instruktørkursus
- * 11. februar : Vinterfest
- * 24.-26. februar : Sport & hygge weekendtur
- * 3.- 5. marts : Instruktørkursus
- * 17.-19. marts : Instruktørkursus
- * 18. marts : Blåt øje
- * 24.-26. marts : Instruktørkursus
- * 2. april : Standerrejsning
- * 10. marts : DSR's venners generalforsamling
- * 12. maj : Introfest
- * 10. juni : Fødselsdagsfest
- * 23. juni : Sankt Hans
- * 31. august : Kanifest
- * 23. september : Klubkaproning + fest
- * 28. oktober : Standerstrygning

- * Se side 8 : Vinterklargøring af bådene

Sport & hygge weekendtur den 24. - 26. februar



- Sted:** Osted Fri- og efterskole
- Pris:** 400 kr (kost, logi, benzin og leje af sportsfaciliteter)
- Aktiviteter:** Gymnastik/dans (plads til ca. 100 på gulvet ad gangen), volley, basket, fjerbold, fodbold, håndbold, hockey og meget andet

Skolen ligger i nærheden af de smukke skove ved Skjoldnæsholm og Valborup.

Tilmeldingsliste ophænges i klubben i starten af januar.

Tilmeldingsfrist og infomøde:

Tirsdag den 24. januar kl. 20.00

- Arrangører:** Bo Christensen og Asbjørn Torp



Vinterklargøring af bådene

Vi er efterhånden et godt stykke inde i vintersæsonen og har fået klargjort nogle få af bådene, men der mangler stadig en del, og uden medlemmernes hjælp bliver arbejdet ikke gjort.

Hvis vi skal have både at ro i fremover, skal medlemmerne komme og hjælpe med at slibe, lakere og lave andre små reparationer på bådene, så de er til at ro forsvarligt i og ikke rådner op.

Der er mulighed for at komme ned og hjælpe med bådklargøring hver tirsdag aften fra 17.00 til 20.00 indtil standerhejsningen i begyndelsen af april og iøvrigt følgende lørdag eftermiddag: 7/1, 14/1, 21/1, 28/1 og 4/2, fra kl 13.00 til 16.00.

**Søndag den 22. januar er der arbejdsdag fra kl 8.30 til 17.00
Der vil blive serveret morgenkaffe, frokost og eftermiddagskaffe**

**Lørdag og søndag den 4. og 5. februar er
samtidig med klubtræneruddannelsen.**

**To dage arbejdes fra 8.30 til 17.00 og undervejs vil vi få serveret
udsøgt velsmagende sund mad.**

**Det er vores mål at arrangere en festlig weekend,
hvor vi når en masse og har det sjovt.**

Jeg har ikke tid til at arrangere flere tidspunkter til bådklargøring.

De både, der ikke er klar til brug i rosæsonen, får roforbud, så hvis I ikke kommer og deltager, risikerer I at måtte stå med lang næse en dejlig, lun sommereftermiddag, hvor andre har taget de tætte, brugbare både.

Når man deltager i bådklargøring, skal man have tøj, der kan tåle at blive lidt beskidt.

Godt nytår

Christian Pedersen

Instruktørkurser

I år tilbyder vi for første gang alle klubtræneruddannelsens 4 moduler, A, B, C og D.

Modulerne A og B er nødvendige for almindelige instruktører. Hvorimod C og D primært henvender sig til kaproere, erfarne instruktører og motion+ - instruktører

Nærmer besked og endelige kursusplaner hænges op på instruktionsudvalgets opslagstavle så hurtigt som muligt.

Spørgsmål henvendes til instruktionschef Karen Brems Føyn på telefon 36457324.

Begynderinstruktørkurserne

Modul A og B henvender sig til alle, der vil instruere, samt gamle instruktører, der trænger til en genopfriskning af sidste års eller tidligere kurser.

Modul A

- Emner:**
- roteori - analyser af hele robevægelsen
 - materiellære og trimning
 - robevægelighed
 - roteknik - praktik
 - løfte- og bæreteknik

Tid og sted: Fredag den 3. februar ca. kl. 19.00 - 22.00
Lørdag den 4. februar ca. kl. 9.00 - 16.00
Søndag den 5. februar ca. kl. 9.00 - 16.00

I DSR

Underviser: Jess Rasmussen

Tilmelding: Bindende tilmelding sker på opslag i klubben i januar
Tilmeldingsfrist den 31. januar.

Bemærkning: Vi reserverer robassin og samtlige roergometre lørdag og søndag.

Modul B

- Emner:**
- undervisnings- og instruktionsprincipper
 - undervisningslære - praktik
 - fejlanalyser
 - klubtrænerroller/-kvalifikationer
 - Instruktion i DSR

Tid og sted: Lørdag den 25. marts ca. kl. 10.00 - 16.00
Søndag den 26. marts ca. kl. 10.00 - 16.00

I DSR

Underviser: Instruktionsudvalget

Tilmelding: Bindende tilmelding sker på opslag i klubben i januar-marts.
Tilmeldingsfrist den 21. marts.

Bemærkning: Vi reserverer robassin og samtlige roergometre lørdag og søndag.

Udvidet instruktøruddannelse

Til modulerne C og D er der maksimalt mulighed for 20 deltagere. Alle interesserede skal skrive sig på, de vil så hurtigst muligt få besked om, hvorvidt de er "optaget".

Modul C

- Emner:**
- fysisk træning, teori
 - træningsformer
 - anatomi/fysiologi
 - roskader
 - praktikprogrammer
 - ernæring

Tid og sted: Fredag den 3. marts ca. kl. 19.00 - 22.00
Lørdag den 4. marts ca. kl. 9.00 - 16.00
Søndag den 5. marts ca. kl. 9.00 - 16.00

I DSR

Underviser: Jess Rasmussen

Tilmelding: Bindende tilmelding sker på opslag i klubben i januar og februar.
Tilmeldingsfrist den 16. februar.

Modul D

Emner:

- træningsplanlægning
- programopbygning
- motionstræning
- roteknik
- formidling: træner-hold
- testning

Tid og sted: Fredag den 17. marts ca. kl. 19.00 - 22.00
Lørdag den 18. marts ca. kl. 9.00 - 16.00
Søndag den 19. marts ca. kl. 9.00 - 16.00

I DSR

Underviser: Jess Rasmussen

Tilmelding: Bindende tilmelding sker på opslag i klubben i januar og februar.
Tilmeldingsfrist den 16. februar.

Bemærkning: Vi reserverer robassin og samtlige roergometre lørdag og søndag.

Instruktionsudvalget

QiGong - T'ai Chi

Har du lyst til at prøve en alternativ måde til at styrke din fysik på og i tilgift også få styrket din psyke, dit immunforsvar, koncentrationsevne og måske blive fri for astma og allergi plus andre mere eller mindre kroniske lidelser, så er chancen der nu med årtusindårige gamle kinesiske øvelser for krop og sind.

Selv er jeg blevet fri for en masse problemer i ryggen, som jo ikke er ualmindeligt blandt roere. Og så er det afstressende, du kan få ro i sjælen af det, og hvem har ikke behov for det?

QiGong - ChiGong - Chi Kung er meget let tilegnede, men kraftfulde øvelser, der fremmer cirkulationen af Chi - livsenergi i meridianerne. Nogle kalder det akupunktur i bevægelse.

T'ai Chi er skyggeboksning - kinesisk kampsport kendetegnet med langsomme bevægelser, der kræver høj koncentration og kropsbevidsthed. Det er ikke let tilegnet, men basisøvelser kan forholdsvis hurtigt læres.

T'ai Chi eller T'ai Chi Chuan er baseret på QiGong og er i virkeligheden en kampsport, måske den mest udbyggede og effektive af alle de orientalske kampsportsgrene. Den dyrkes primært for bevægelsernes skyld og af raske mennesker.

QiGong dyrkes i kinesisk medicin primært i behandling af sygdomme, men også i høj grad i forebyggende behandling. QiGong dyrkes i USA af mange eliteidrætsfolk og er obligatorisk i træning af astronauter.

Hvis du er interesseret i at deltage, så skriv dig på listen i slyngelstuen med angivelse af bedste tidspunkt. Du kan også ringe til mig på 39 29 84 99.

Dette er et tilbud til medlemmer i alle aldersgrupper.

Men vi er allerede så småt begyndt inden jul, og indtil videre foregår det i salen hver **lørdag fra kl. 11.00 til ca 12.30**. Du kan blot møde op.

Påklædning: Let træningstøj, der ikke strammer, og lette sko f.eks. et par maosutter eller bare et par sokker.

Mogens Haut

Nekrolog over en ræv

Den 27. oktober ca. kl 18 ramtes en vellidt og tam ven af klubben af en bil på dens vej over Strandvænget på vej til Skipperhytten med sin madpakke i munden.

Ræven var på dette tidspunkt velnæret og utrolig flot i pelsen. Skipperhyttens "kaptajn" fortalte at den dagligt mødte op for at blive fodret, den hentede trygt sin mad indenfor blandt husets gæster, som dog respekterede den smule vilddyr der måtte have været tilbage i den ved ikke at forsøge at berøre den.

Ræven var ca. 12 år og har i hvert tilfælde de sidste seks somre haft grav og fem - seks unger under Skipperhyttens toilet, den var som nævnt flot i pelsen og kortsnudet.

Der er ingen tvivl om at det er samme ræv som undertegnede og andre fodrede med kalkun og andet en aften i sommer, og samme som tilsyneladende apatisk flere gange er set krydse Strandvænget som var det et stuegulv.

Der boede i vinteren 1993-94 en ræv i det nu nedrevne skur mellem kajakskuret og håndværftet. Om det var den samme er uvist, den var lurvet men ligeså tam.

Da jeg ankom lå den på cykelstien, overvåget af krofatter og en som må være en stamgæst, de omfattede dyret med samme kærlighed som andre tilegner deres kæledyr, og det så da også ud som den kendte ham - eller måske dem, i hvert tilfælde fik den det velkendte triste hundeblik i øjnene da de krydsede vejen tilbage til Skipperhytten.

Få minutter efter var den død.

Den ville muligvis være blevet savnet, men årsagen til dens fravær er hermed givet.

Niels Marker

Generalforsamlinger i DSR

Ordinær generalforsamling

Fredag den 25 november afholdtes årets generalforsamling. Det var som sædvanlig en god debataften, med mange gode forslag og indlæg om bla. motionsrum, kajak og scullerroning, kontingentfrihed mm. - Og så varede generalforsamlingen i år kun til 23.30....

Henning gennemgik i sin beretning blandt andet bestyrelsens målsætning for 1995. Dennes fulde ordlyd fremgår på næste side. Hvis I har nogle kommentarer til denne hører jeg dem meget gerne.

Bestyrelsens forslag om en ændring af dagsorden så kontingentfastsættelse foretages efter særlige forslag blev vedtaget, hvorfor den ekstraordinære generalforsamling blev afholdt den 29 november. Dagsordens forslaget blev stillet på baggrund af debatten om arbejdsordning og kontingent ved generalforsamlingen i 1993, hvor den lidt vanskelige situation opstod, at kontingentet var blevet fastsat, da man sidst på dagsorden diskuterede forslag, der ville resultere i kontingentændringer....Ikke så smart.

Ekstraordinær generalforsamling

Ved den ekstraordinære generalforsamling gav Niels Fredsteds bemærkning på den ordinære generalforsamling - om det hensigtsmæssige i ændringen af dagsorden - anledning til en hel del diskussion. For den valgte bestyrelse er det jo ikke så hensigtsmæssigt, hvis særlige forslag og derefter et kontingent, bestyrelsen ikke kan stå inde for, bliver vedtaget **efter**, at de selv er valgt. Forslaget kom til afstemning og blev **ikke** vedtaget (8 stemte imod, 3 stemte for). Vi har måske et bedre forslag klar til næste år....

Styrmandslaugets generalforsamling

Denne absolut mest muntre af alle DSR's generalforsamlinger afholdtes traditionen tro i sædvanlig kaos, med rigelig "47" til den "lyse" morgen. Martine (overstyrmand), Lars (kasserer) og Bjarne (sekretær) valgtes som det nye styrmandslag. Vi glæder os over jeres "trendy visions and strategies" : "Cement er godt for miljøet" og "Back to Basics".

Lene Christensen



DSR målsætning 1995

Medlemsantal

Vi ønsker at fastholde det nuværende medlemsantal på ca. 1000 medlemmer (opgjort pr. 1.10). Vi regner med at fastholde ca. 700 af de nuværende medlemmer og at indtage 300 indmeldte kaniner mod 418 i 1994.

Aktiviteter

Vi ønsker at fortsætte vore nuværende aktiviteter, som er : roning, gymnastik, motion+, instruktion, badmintonbaner, o-løb, weekendture, langture og fester.

Vi ønsker at sprede vore aktiviteter ud over alle ugens dage, således at klubben og dens materiel bliver udnyttet optimalt.

Vi ønsker især at styrke de følgende aktiviteter:

- Videregående instruktion
- Motion +
- Langtursroning
- Uddannelse af instruktører og langtursstyrmænd

Vi ønsker desuden at tilbyde nye aktiviteter som f.eks. :

- Løbetræning
- Skitræning
- Førstehjælpskurser

Klubliv

Vi ønsker at styrke klublivet ved at :

- Udvide medlemsaftener med mandag og onsdag
- Oprette et festudvalg
- Opfordre til grill aftener i sommermånederne
- Fremme debatten om DSR ved medlemsmøder og i klubblad

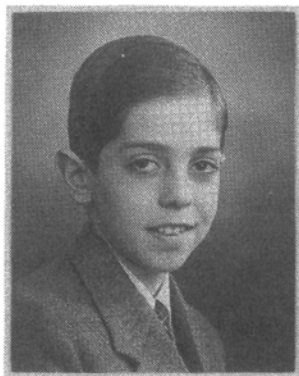
Mogens Haut, husforvalter

Startede som stud. polyt. med motionsroning i 1950, flerdobbelt mester ved klubkaproning i 1951, kaproning fra 52-58 først under træning af Ernest Barry, tidligere professionel verdensmester i 1x, senere under Trulle, Henry Larsen og Ib Christoffersen. Ambitioner og resultater var ikke så høje som nu, så det blev ikke en gang til et DM, men jeg har dog været med til at sætte banerekord på Brabrand i 8+ og blev norsk juniormester i 2x. Senere dyrkede jeg veterankaproning med sigte på de årlige vikingeregattaer i Kerteminde.

Skiftede klub i 1975 til Rungsted Roklub, hvor jeg hurtigt blev bestyrelsesmedlem. Rungsted sendte mig på kursus: DIF's Basiskursus, DFfR's Instruktørkursus I & II, DFfR's Langturstyrmandskursus og DFfR's Trænerkursus. Ledede klubbens vintergymnastik i lige ved 10 år.

I 1981 vendte jeg tilbage til DSR, specielt da mulighederne for roning på Bagsværd tiltrak mig. I DSR blev jeg kaproningschef i 1984, men skiftede over til husforvalter i 1987. Har været primus motor inden for scullerinstruktionen i snart adskillige år og er initiativtager og leder af de snart traditionelle instruktions-/træningslejre på Hjelmsjö Roddstadion. Har også dyrket langtursroning bl.a. i Sydfrankrig, den svenske skærgård, Ålandsøerne og Limfjorden. Som husforvalter har jeg været stærkt engageret i de væsentlige renoveringer, der er sket i klubhuset inden for de sidste 4-5 år.

Sidst har jeg fået mine rokvalifikationer pudset af ved klubtrænerkursus A & B. Har desuden været til assertionstræning, dyrker Tai Chi Chuan og Qigong og er stærkt interesseret i Taoisme. Har ingen tanker om at spille golf i stedet for at ro.



Orienteringssektionen

Referat fra generalforsamlingen den 6/12-94 kl. 20.00.

I april 1994 døde Einar Voigt i en alder af 90 år. Voigt var med til at starte DSRs orienteringssektion i 1940 og var aktiv med at få orienteringen organiseret, da Dansk Orienteringsforbund blev selvstændigt. Orienteringssektionen har mistet en af sine stiftere og et af sine æresmedlemmer. Æret være Einar Voigts minde.

Dirigent.

Poul Nissen blev valgt og konstaterede derpå generalforsamlingens lovlighed.

Beretning.

Ronald Clausen gennemgik beretningen for sektionens 54. sæson. Første arrangement var julekispus, som foregik i øsende regnvejr, hvorfor vi ikke var så mange. Vinteren fortsatte med løb fra Gåsehuset med to til tre ugers mellemrum. Rimeligt fremmøde.

Vi havde med besvær fået tilkæmpet os 2. påskedag til vort 49. Stifinderløb. Løbet foregik i Rude Skov, men på grund af datoen kom der kun ca. 350 deltagere, hvilket ikke er mange flere end til et løb i Sverige. Alt fungerede tilfredsstillende.

Deltagelsen i årets åbne løb har ikke været stor, men vi fik dog samlet i lille flok, som deltog i et løb i Sverige i foråret, og til klubmesterskabet i Rude Skov i november var vi 16 deltagere. De 3 første kom i mål inden for et minut. Klubmester blev Johan Frydendahl.

Efteråret løb i Gåsehuset har udmærket sig ved et væsentligt større antal deltagere, og der er kommet mange nye ansigter. Dette er noget af det mest positive for sektionen i mange år. Vores vigtigste opgave er at fastholde og styrke denne fremgang. For at få styrket det korps, der kan og vil lave løb i Gåsehuset, vil vi arrangere et internt banelæggerkursus i januar 95.

Regnskab.

Nis Schmidt gennemgik det udleverede regnskab. Kontingent på 1.120 kr. Stifinderløbet gav et underskud på kun 640 kr., fint med de relativt få deltagere. Renteindtægter på 1.860 kr. Der har ikke været behov for at give tilskud til vedligeholdelse af Gåsehuset. Sektionens overskud er herefter på 320 kr., og formuen er på 48.100 kr. Kontingentet blev fastsat til uændret 20 kr. Sektionen har 60 medlemmer og 3 æresmedlemmer.

Indsendte forslag: Ingen

Valg af styre.

Formand:	Ronald Clausen genvalgt.
Kasserer:	Nis C.J. Schmidt genvalgt.
Sekretær:	Johan Frydendahl genvalgt.
PR-arbejde:	Anne W. Rasmussen ønskede ikke genvalg Ingen valgt.

Evt. supplerung i løbet af året til PR-posten. Vi håber, at der er medlemmer, som melder sig frivilligt til at tage del i arbejdet og præge sektionen.

Revisor: Poul Nissen
genvalgt.

Eventuelt.

Med hensyn til vores 51. Stifinderløb, som er planlagt til den 30/4-95, ser det sort ud. Vi havde meddelt DOFs skovudvalg, at vi ville forsøge at finde en skov i Sverige, men at man skulle reservere en dansk skov som alternativ. På grund af en ringe indsats fra skovudvalget, har DOF imidlertid fået afslag på en dansk skov, og da det viser sig at være næsten umuligt at finde en skov i Sverige, står vi tilbage med en løbsdag, men ingen skov.

Som alternativ bør vi overveje at arrangere et eller andet specielt løb denne dag, evt. kombineret cykel- og o-løb med start og mål i Strandvænget.

Den 23. marts 95 er det 50 år siden Gåsehuset blev indviet, og denne markante fødselsdag bør fejres. Vi kan enten holde fødselsdag i forbindelse med det planlagte Gåsehusløb den 19/3 eller i weekenden den 25-26/3.

Næste års klubmesterskabsløb er i **Klosteris Hegn den 22/10-95.**

Johan Frydendahl.

Fra julen sidste år

Traditionelt modtager DSR's medlemmer jævnligt klubbens medlemsblad, som nogle læser med interesse, mens andre arkiverer det direkte i papirkurven. Som regel læser jeg det med interesse, (især mine egne indlæg); men jeg læser også andre klubbers blade, som er vidt forskellige. Særlig "ASR Årebladet" fra Århus Studenter Roklub er tit fornøjelig læsning med både humor og let porno. Her er et par udpluk fra dec. 93.

Brev fra Kurt



Kære Åreblad. Jeg hedder Kurt, og jeg er begyndt at ro i år. Jeg vil gerne lære at ro, ligesom de gør på billedet. Det er Jan og Svein, mine to fætre fra Nordnorge. De er hvalfangere. Det er de ikke på billedet, der er de på ferie på Tahiti. Man kan tjene rigtig mange penge ved at være hvalfanger, hvis man kan ramme hvalen, og hvis man får lov. Jan og Svein er meget trætte af, at det er svært at få lov til at skyde en hval. De synes, det er ret sejt at skyde hvaler. De synes også, det er ret sejt at tjene mange penge.

Jan og Svein, de driller mig. Jeg har fortalt dem, at jeg også er begyndt at ro; men så håner de mig med, at det er nogle pindebåde, vi ror i, og at bølgerne ikke er store nok. Især Svein er slem. Han praler med bølgerne ved Jan Mayen. Jeg kunne godt tænke mig at ro i sådan nogle både og sådan nogle bølger, som Jan og Svein ror i. Kan det læres her i Århus? Ude på Brabrand Sø måske? Det er ret vigtigt for mig. Man må føle sig som en rigtig mand! Skal man have sculler-ret? Jeg håber at få et svar i Årebladet. Jeg er ret sur på Jan og Svein. Jeg har ikke sendt dem noget julekort i år!

Kurt

Jeg er ikke vidende om Kurt fik svar på sine spørgsmål i Årebladet. Jeg vil dog mene, at hans ambitioner ikke vil blive opfyldt i en sculler, og at det nok kræver en del dispensationer fra diverse roreglementer, før han virkelig kan prøve kræfter med brændingen på Tahiti.

Interesserne er mangfoldige også i Århus, så her er et andet eksempel fra samme blad:

Fyr og Flamme



Den højstærede og mangeårige medarbejder ved Postvæsenet og nærværende organ Hr. Seiersen har bedt mig om at forfatte en morsom artikel. Det er rigtigt, at jeg tidligere har skrevet til Årebladet til gavn og glæde; men med årene falder det mig svært at være morsom. Måske har jeg aldrig været det.

I stedet vil jeg tage et længe overset emne under behandling. Jeg er vild med fyrtårne i alle aldre og farver, og jeg anser disse prægtige bygninger for en bedre skæbne værdig end blot at blive negligeret i Nyere Dansk Roforskning.

Som nævnt holder jeg af tårne af alle racer og lysstyrker, det er ikke kun de mest voldsomme og kendte, der står mit hjerte nær. Strøet rundt i landet ligger et væld af dejlige fyrtårne til majestætisk og jordbunden vejledning i en usikker tid på en usikker færd - og ofte på steder, hvor man ikke lige snubler over dem på vej til bageren. Næh, fyrtårne står som regel på udsatte og landskabeligt vidunderlige pynter og næs, hvor man kan være alene med Vorherre og elementernes rasen. Hvis da ikke lige solen skinner fra en skyfri himmel og vandet ligger som silke.

Jeg har mange billeder af fyrtårne, på fotografier og som postkortmotiver. Min omend endnu ikke fuldstændige samling står naturligvis til Redactionens disposition.

I lighed med kvinder har fyrtårne den forunderlige egenskab, at skønt så forskellige, så dog så ens. Oh, på en lidt længere rotur i det fjerne at skimte et tårn af en sjælden og ganske bedårende beskaffenhed dér, hvor vand og land mødes - lige efter at have rundet et hjørne. Efter en to-tre skift, en pakke kiks og en kop kaffe er man fremme og kan ved selvsyn konstatere, at skønt det helt mageløse design og helt særlige samspil med omgivelserne, som gør sig gældende dér på stedet, så har vi at gøre med en model upside-down med lys i toppen, dersom tidspunktet på dagen er til det.

Der er skrevet bøger om fyrtårne og livet sådanne steder. Jeg mindes især en spændende lille dokumentar-roman om et skifteholdssjak på en klippeø langt vest for Hebriderne engang i århundredets begyndelse. I stormvejr slog bølgerne op om tårnets fundament og saltvandsprøjet slog mod ruderne. Tre mand havde vagten i den periode, bogen omhandlede, og de måtte selvfølgelig ombringe hinanden i forlængelse af længst forsvundne begivenheder i en keltisk guldalder. Det kan ikke komme bag på nogen. Fyrtårne hviler i sig selv, men har ofte med drama at gøre, sådanne lokaliteter er rene reservater for ånder og mærkelige indflydelser.

Det må indrømmes, at de store tårne forekommer at have den største iboende kraft. Hvilken udstråling fornemmes ikke fra tårnene ved Skagen, Nr. Lyngvig, Gedser Rev, Fornæs, Helgenæs... Kom mig ikke nær! Vig bort! Jeg kender min kraft og min styrke, jeg er ikke til for dig, myren ved min fod! Min opmærksomhed rækker langt, langt længere ud! Problemet med de store fyrtårne er blot, at de er meget forudsigeligt beliggende og meget forudsigeligt overbeglode, disse katedraler i sandet; og så får man ondt i nakken. Næh, giv mig hellere et mindre fyrtårn, gerne fredsommeligt beliggende. Ups! Lå du dér? Næh, hvor dejligt! Her har ingen da vist været før os! Er der mere kaffe på kanden?

Det skal i den forbindelse nævnes, at de tyske tårne overhovedet ikke dur! De er enorme, ganske usexede og bringer varsler om ondt vejr lige om hjørnet.

Hvilket bringer os ind på et andet aspekt ved fyrtårnenes væsen: Store som små gemmer de på en hemmelig og tidsløs viden. De ved, hvor strømmen går og har gået, de kender beliggenheden af vrage, stenene, præstekravernes reder og strandvaskernes blegede knogler og tænder. Og hvad der er vigtigst for os roere: De kender bølgerne rundt om odden, pynten. Som hovedregel er bølgerne højere og med skum på toppen rundt om et hjørne, så efter et passende antal fyrtårne, pynter og odder kan bølgerne være enorme, som højhuse af væltende vand. Dét ved tårnene, og dog røber de intet! Tænk at være så standhaftig og rummelig i al sin ophøjede ro! Det må respekteres. Fyrtårne er ej blandt denne verdens mest plaprende fænomener.

Blandt mine yndlinge blandt fyrtårnene vil jeg nævne Vesborg Fyr. Det ligger så smukt og på det psykologisk helt rigtige tidspunkt. Og så er det i lighed med tårnene på Hjelm og Sprogø med forrige århundredes helt utrolige sans for at skænde nationale mindesmærker placeret lige akkurat oveni en gammel sørøverborg fra Senmiddelalderen. Måske dette skal ses som et udslag af nemesis. Der var i hvert fald gang i sørøveriet i de indre danske farvande i de år, hvor alt var selvtægt og opløsning. I mine annaler så jeg forøvrigt i forgårs, at øen Hjelm i en 10-15 år frem til 1306 var en del af Norge som en følge af Marsk Stigs virksomhed. Den blev tilbageerobret i et regulært søslag!

Tårnet på billedet, der indleder denne artikel ligger på Sydøstfyen og hedder Elsehoved. Hvilket pittoresk navn! Hvem var Else, og hvad lavede hun her? Det er et meget venligt sted og ganske udmærket til en lille skraber på stranden i en strid Nordvest. Det kan jeg sige med sikkerhed, for jeg har selv prøvet det i sommers.

Så mange var ordene. Det skulle være disse liniers forfatter en glæde, om andre af roklubbens medlemmer nu føler sig bedre rustet til selv at drage ud i landet og tage disse nationale klenodier: fyrtårnene, i deres erindrings besiddelse.

Ærbødigst V. Damsbo

Jeg synes artiklen er et godt eksempel på de oplevelser, vi kan få på en langtur, især hvis vi har fantasien med. Det kan være spændende at tage på langtur i udlandet, men vort hjemlige farvand rummer også mange oplevelser, så hvorfor gå over åen efter vand? Hvis artiklen kan være med til at inspirere dig til at prøve langtursroningen, så har den haft sin mission.

Mogens Haut

Redaktion: Lisbet Jensen (ansv.)
Vestergårdsvej 10, 1.t.v., 2400 Kbh. NV tlf. 38 34 48 63
Tryk : Brønshøj Minitryk - Oplag : 1500 eks.
Tidfrist for indlæg til næste nummer er torsdag 12. januar 1995.

ADRESSELISTE

Danske Studenters Roklub - Strandvænget 55 - 2100 København Ø
Postgiro 500 34 66 - Kontortid onsdag og torsdag kl. 18 - 20
Telefon (Køkken og Kontor) : 39 29 63 26
MEDLEMSTEFON (Garderobe og Bådhal) : 31 18 58 11

Formand

Henning Rasmussen
Normasvej 14 st.
2000 Frederiksberg
36 46 47 67

Kasserer

Johan Frydendahl
Engbakken 27
2830 Virum
45 85 86 05

Sekretær

Lene Christensen
Østerbrogade 85,106
2100 København Ø
31 38 87 13

Kaproningschef

Jørgen Blom
Holsteinsgade 12.a1
2100 København Ø
35 43 87 45

Materielforvalter

Christian Pedersen
Th. Laubsg. 29,2.th
2100 København Ø
39 27 46 20

Instruktionschef

Karen Brems Føyn
Valbylangg.108,1.th.
2500 Valby
36 45 73 24

Langturschef

Bente Kjøller
N.Frihvnsg.26,4.tv
2100 København Ø
35 26 91 54

Kontingentkasserer

Kun skriftlige henv.
DSR, Strandvænget 55
2100 København Ø
Att: Kontingentkass.

Kaproningsudvalg

Teis P. Hansen
31 20 80 96
Vibeke Østergaard
31 39 08 84

Husforvalter

Mogens Haut
Strandvænget 55
2100 København Ø
39 29 84 99

Køgemester

Susanne Agersnap
H.C.Ørstedesvej 63
1879 Frdbrg. C
35 16 88 05

Motionschef

Lars Bundesen
Fredensborgg.14,4.
2200 København N.
35 82 14 18

ORIENTERINGSSEKTIONEN

Formand

Ronald Clausen
Engelsborgvej 44
2800 Lyngby
42 88 58 86

Sekretær

Johan Frydendahl
Engbakken 27
2830 Virum
45 85 86 05

Kasserer

Nis C. J. Schmidt
Hvedevej 14 st.
2700 Brønshøj
31 28 48 71

Public Relations

Anne W. Rasmussen
Hobrogade 11, 3. th
2100 København Ø
31 42 71 61

Orienteringsløb 1995

<u>Dato</u>	<u>Løbstype</u>	<u>Skov</u>	<u>Arrangør</u>
8/01	Nytårsstafet	Kongsøre	Holbæk OK
15/01	Gåsehus	Ravnsholt	*** DSR ***
12/02	Gåsehus	Ravnsholt	*** DSR ***
26/02	Gåsehus	Ravnsholt	*** DSR ***
12/03	B	Engtofte Søholt	Maribo OK
17/03	D-Spring Cup	Præstevang	FIF
18/03	A-Spring Cup	Danstrup Krogenberg	FIF
19/03	Gåsehus	Ravnsholt	*** DSR ***
19/03	D-Spring Cup	Gadevang	FIF
26/03	C	Næsbyholm	Herlufsholm GF
2/04	B	St.Li Bøgeskov	OK Roskilde
9/04	D-Anemoneløb	Tokkekøb/Øvelsestr.	SG
16/04	B	Kongskilde	OK Sorø
23/04	B-Rangliste	Gribskov Mårum	OK 73
30/04	B	Sverige	DSR

Tilmelding:

Gåsehusløb: Mødetidspunkt: Søndag mellem 10 og 12
3 baner på ca. 3 km, 5 km og 8 km

Øvrige løb: Johan Frydendahl tlf. 38 17 62 52 (arb.)
(14 dage før) Engbakken 27
2830 Virum tlf. 45 85 86 05 (priv.)

DANSKE STUDENTERS ROKLUB

Akademisk & Polyteknisk Roklub

DSR

MEDLEMSBLAD NR. 2 * FEBRUAR 1995 * 63. ÅRG.



Vores nye piger i strid vind på Maribo Sø - 1994

INDHOLDSFORTEGNELSE

"Tilbud til dig" leder /v Teis P. Johansen.....s.	3-4
"Orienteringssektionen indbyder"	4
"Aktivitetskalender"	5
"Medlemsmøde i DSR"	6
"Hjelmsjö 1995" /v Mogens Haut	7
"Sjælland Rundt - sidste nyt" /v Koordinationsgruppen..s.	8-9
"Indbydelse til Påsketur 1995 i Berlin"	10-11
"Nyt fra Kredsen"	12
"Oliekridttegning af Nivåhuset"	13
"Langtursstyrmandskursus" /v Ole Kammersgård.....s.	14
"Langtursroning" /v Langtursudvalget	14
"Jobannoncer"	15
"Støjforurening" /v Mogens Haut	16-17
"Information til DSRs medlemmer" /v Mette Bacher	18
"Ombygn.visioner og meningsundersøgelse /v Mogens Haut s.	19-23
"Nyt fra DSRs kaproningsafdeling" /v Mette Bacher	24-29
"Kursusoversigt fra DFfR - 1995"	30
"O-løbsprogram 1995"	32

INDMELDELSE: sker ved at udfylde og indbetale indmeldelses-girokort. Dette forefindes på kontorets dør i bådehallen. Indbetalingen dækker de 3 første måneders kontingent. Nye er velkomne til 2 gratis prøvegange i klubben, inden indmeldelse skal finde sted.

KONTINGENT: opkræves kvartalsvist forud via giro. Ved overskridelse af betalingsfrist pålægges et gebyr på 25 kr. pr. rykker. Hvis rykker krydser forsinket indbetaling kan der ses bort fra rykker, men gebyret vil blive opkrævet det følgende kvartal.

UDMELDELSE: Kan ske gældende fra 1/1, 1/4, 1/7 og 1/10 og skal være DSR i hænde med mindst 3 dages varsel. Gyldig udmeldelse foretages ved at indbetale et girokort på nøjagtig kr. 3,00 til DSR's girokonto nr. 500 34 66 samt ved at anføre "udmeldelse", navn og adresse på den del af girokortet, som posthuset beholder (betalingsdelen). Girokortet er dokumentation for, at udmeldelse har fundet rettidigt sted og man bør i egen interesse gemme girokvitteringen. Kontingentopkrævningskortene kan ikke anvendes til udmeldelse, idet meddelelser ikke kan anføres på disse.

OBS ! IKKE AUTOMATISK UDMELDELSE VED RESTANCE: Man er medlem og kontingentpligtig, indtil gyldig udmeldelse har fundet sted, uanset om DSR's faciliteter og aktiviteter benyttes. Eksklusion vil først finde sted ved en restance svarende til ½ - 1 års kontingent og restancen vil om nødvendigt blive inddraget ved incasso. Alle omkostninger i forbindelse hermed betales af skyldneren.

Redaktion: Lisbet Jensen (ansv.)
Vestergårdsvej 10, 1.t.v, 2400 Kbh. NV tlf. 38 34 48 63
Tryk : Brønshøj Minitryk - Oplag : 1500 eks.
Tidsfrist for indlæg til næste nummer er torsdag 9. februar 1995.

ADRESSELISTE

Danske Studenters Roklub - Strandvænget 55 - 2100 København Ø
Postgiro 500 34 66 - Kontortid onsdag og torsdag kl. 18 - 20
Telefon (Køkken og Kontor) : 39 29 63 26
MEDLEMSTELEFON (Garderobe og Bådhal) : 31 18 58 11

Formand

Henning Rasmussen
Normasvej 14 st.
2000 Frederiksberg
36 46 47 67

Kasserer

Johan Frydendahl
Engbakken 27
2830 Virum
45 85 86 05

Sekretær

Lene Christensen
Østerbrogade 85,106
2100 København Ø
31 38 87 13

Kaproningschef

Jørgen Blom
Holsteinsgade 12.a1
2100 København Ø
35 43 87 45

Materielforvalter

Christian Pedersen
Th. Laubsg. 29,2.th
2100 København Ø
39 27 46 20

Instruktionsrochef

Karen Brems Føyn
Valbylangg.108,1.th.
2500 Valby
36 45 73 24

Langtursrochef

Bente Kjøller
N.Frihvng.26,4.tv
2100 København Ø
35 26 91 54

Kontingentkasserer

Kun skriftlige henv.
DSR, Strandvænget 55
2100 København Ø
Att: Kontingentkass.

Kaproningsudvalg

Teis P. Hansen
31 20 80 96
Vibeke Østergaard
31 39 08 84

Husforvalter

Mogens Haut
Strandvænget 55
2100 København Ø
39 29 84 99

Køgemester

Susanne Agersnap
H.C.Ørstedsvej 63
1879 Frdbrg. C
35 36 88 05

Motionsrochef

Lars Bundesen
Fredensborgg.14,4.
2200 København N.
35 82 14 18

ORIENTERINGSSEKTIONEN

Formand

Ronald Clausen
Engelsborgvej 44
2800 Lyngby
42 88 58 86

Sekretær

Johan Frydendahl
Engbakken 27
2830 Virum
45 85 86 05

Kasserer

Nis C. J. Schmidt
Hvedevej 14 st.
2700 Brønshøj
31 28 48 71

Public Relations

Anne W. Rasmussen
Hobrogade 11, 3. th
2100 København Ø
31 42 71 61

Træningen varetages af Torben Knudsen (Gustav), som på fortræffelig vis har varetaget træningen det seneste års tid. I forventning om at rigtig mange medlemmer vil benytte sig af tilbuddet, er yderligere Lars Kristensen blevet tilknyttet som træner.

Mød op på et af ovenstående tidspunkter og få en snak med trænerne. Du er også velkommen hvis du har gode ideer m.v.

Med håbet om et godt og motionsrigt nytår!

Teis P. Hansen

Orienteringssektionen indbyder

Orienteringssektionen indbyder til to informationsmøder:

Tirsdag den 7. februar kl. 20.00 vil emnet være:

Forskellige kort, Orienteringssportens historie, Orienteringssektionens historie, hvad er orienteringsløb med mere.

Tirsdag den 14. februar kl. 20.00 vil emnet være:

Mere om orienteringsbanen, noget om orienteringsteknik og noget om hvordan man laver et orienteringsløb.

Fælles for begge aftner: Varighed ca. 1 time. Underholder er sektionens formand Ronald.

Kom og bliv inspireret til at udvide dine friluftaktiviteter. Kom og få så meget viden, at du ikke bliver borte i skoven.

Vores budskab er: Motion for hjerne og hjerte!

Aktivitetskalender 1995

- * 3.- 5. februar : Instrukørkursus
- * 11. februar : Vinterfest
- * 24.-26. februar : Sport & hygge weekendtur
- * 2. marts : Medlemsmøde kl. 20.00
- * 3.- 5. marts : Instrukørkursus
- * 17.-19. marts : Instrukørkursus
- * 18. marts : Blåt øje
- * 24.-26. marts : Instrukørkursus
- * 2. april : Standerhejsning
- * 10. marts : DSR's venners generalforsamling
- * 12. maj : Introfest
- * 10. juni : Fødselsdagsfest
- * 23. juni : Sankt Hans
- * 26. august : Kanifest
- * 23. september : Klubkaproning + fest
- * 28. oktober : Standerstrygning

* Se januar nr. side 8 : Vinterklargøring af bådene

Medlemsmøde

Torsdag den 2. marts kl. 20.00 i DSR

Bestyrelsen holder årets første medlemsmøde. Formålet er at høre DIN mening om stort og småt i DSR. Derudover vil vi orientere om planerne for den kommende sæson og fortælle om de ting vi for tiden beskæftiger os med i bestyrelsen f.eks.

- Ombygningsplaner for omklædningsrum, badefaciliteter og motionsrum
- Motion +
- Instruktionskurser
- Reglement og kajakroning
- Kajakrochef i bestyrelsen (Vibeke Jansen)
- Ny kaproningschef i bestyrelsen
- Og meget mere ...



Mød op - vi vil gerne høre netop DIN mening.....

p.b.v

Lene Christensen



Hjelmsjö 1995

Har du hørt om tidligere års træningslejre i Hjelmsjö?

Ja, det er bare årets rohjøjdepunkt for kommende sculleraspiranter og også for en del andre, som har prøvet det før.

Hjelmsjö er Skånes Roddförbunds rostadion ved Örkelljunga ca. 50 km fra Helsingborg i retning mod Stockholm. Faciliteterne på stedet er i top med en 2000 m lang afmærket kaproningsbane, et rummeligt hus med opholdsstue, TV, køkken, soverum, bad og sauna. Örkelljunga er en virkelig storstad med op til flere supermarkeder, banker, bibliotek, posthus, bowlingbane, minigolf, tennisbaner og rigtig golfbane.

Men der bliver ikke megen tid til at nyde storbyens fristelser eller den svenske natur. I år bliver det seriøst med hård træning fra tidlig morgen til sen aften. Blødsødne sommerturister anmodes derfor om at finde andre græsgange.

Nå, måske bliver det ikke så hårdt, men målet er at dygtiggøre sig ud i scullerøningen, og jeg ser gerne iver og entusiasme hos deltagerne i at tilegne sig kunsten at håndtere en sculler næsten til fuldkommenhed. At nogen også vil ro kajak er sekundært, men vil dog blive tolereret i mindre omfang.

**Tidsrummet bliver uge 31 og 32 fra sidste weekend i juli og to uger frem
eller
fra lørdag d. 29. juli til søndag d. 13. august.**

Det er tilrådeligt at deltage i mindst en uge, hvis du er begynder med to årer. Du skulle jo gerne nå mit mål og opnå en god rutine. Alle får størst udbytte af opholdet, hvis vi deltagermæssigt fordeler os jævnt over de to uger. Sidste år var der alt for mange i den første, og kun få i den anden.

Du kan godt begynde at sætte kryds i kalenderen, men gældende tilmeldingsliste vil tidligst komme i maj

Mogens Haut

Sjælland Rundt - sidste nyt

Planlægningen vedrørende Sjælland Rundt er nu i fuld gang. Der er dannet en PR-gruppe, en supportgruppe og en koordinationsgruppe. Desuden (og det er jo ikke mindst vigtigt) har ca. 20 meldt sig som interesserede i at være roere i rekordforsøget, og de er i fuld gang med træningen.

Idé og mål

Det helt overordnede mål med Sjælland Rundt-projektet er at slå Rungsted Roklubs rekord. Udover dette er ideen, at projektet skal være sjovt og lærerigt og fremme kammeratskabet i DSR.

Beskrivelse af projektet

Turen rundt om Sjælland er på 480-500 km. Der skal roes i en 4 personers inrigger med styrmand. Afstanden fra kysten må højst være 2 km.

Den nuværende rekord er på 49 timer og 49 minutter, hvilket betyder, at den nye rekord skal være derunder. Der skal bruges 22 roere inkl. 2 reserver. Roerne fordeles på 4 hold med 5 roere på hvert. Der skal roes 3 timer ad gangen.

DSR har valgt den løsning, at der hele vejen rundt om Sjælland vil sejle en følgebåd med, "Donna Wood". Båden har mandskab ombord til at sørge for forplejning og støtte til roerne, som skal spise og sove på båden. Båden kan have 47 personer om bord, og der er 25 sovepladser. Der vil derfor være mulighed for at tilbyde sponsorer og journalister at være med ombord.

Tidspunktet for turen vil enten blive Sankt Hans-weekenden **23.-24. juni** (det er det, der satses på i skrivende stund) eller **7.- 8. juli**, og vil afhængigt af vejret starte fredag eller lørdag. Som sikkerhed holdes den efterfølgende weekend i reserve. Starten går fra DSR.



Udvælgelseskriterier for roerne

For at kunne gennemføre turen og slå rekorden er der fastsat nogle kriterier for at deltage som roer. Disse kriterier går både på den nuværende fysiske formåen og på engagement og stor træningsindsats under hele perioden op til turen.

I slutningen af marts vil der blive foretaget en test af roernes form. De personer, der klarer testen i marts, under forudsætning af, at det drejer sig om 22 eller færre personer, kan regne med en plads på turen. Er der flere, der klarer testen, vil de bedste (de der ror længst) komme med, dog således, at der skal være mindst 5 kvinder. Er der færre end 22, vil personer, der på et senere tidspunkt kan sandsynliggøre, at de har gennemført testen, komme med.

Testkravene er:

Kvinder:	mindst 13.500 meter på 60 minutter
Mænd:	mindst 15.000 meter på 60 minutter.

Da der i øjeblikket er ca. 20 roere, og der må regnes med et vist frafald, er der således stadig mulighed for at komme med som roer.

Er du interesseret, så henvend dig til Michael Stenholm (tlf. 31 63 47 79).

Økonomi

Der vil være store udgifter forbundet med projektet. Den største udgift er følgebåden (ca. 40.000 kr. ud af et samlet budget på ca. 50.000 kr.). Disse udgifter skal i størst mulig udstrækning dækkes af sponsorer, da DSR kun kan forventes at yde et mindre tilskud til projektet.

Behov for flere aktive !

At ro Sjælland rundt i rekordtid er en stor opgave, der kræver mange frivillige til at tage sig af de mange opgaver - mange flere frivillige, end vi er i øjeblikket. Derfor: overvej, om du ikke kunne tænke dig at være med i større eller mindre omfang til at give en hånd med projektet og sikre, at DSR slår Rungsted Roklubs rekord. Er du interesseret, så henvend dig til et af medlemmerne af koordinationsgruppen. Navne og tlf.numre finder du på opslagstavlen.

Koordinationsgruppen



DANSK FORENING FOR ROSPORT
Stiftet 15. januar 1887 Medlem af Dansk Idræts-Forbund,
Nordisk Rotorbund og Fédération Internationale des Sociétés d'Aviron
KØBENHAVNSKREDSSENS BESTYRELSE
Skovalleen 40, 2880 Bagsvaerd Postgiro konto 5 05 40 60

Indbydelse til Påsketur 1995 i Berlin

- Tidsrum Onsdag, den 12. april - mandag, den 17. april.
- Både Vi låner tyske både.
- Deltagerantal 16
- Overnatning I roklubben Ruder-Union Arkona Berlin som ligger i bugten "Sharfe lanke" ved den nordlige del af søen Havel. Der er ca. 30 min med bus direkte til Kúdamm, eller ca. 40. min til Potsdam.
- Forplejning Omfatter morgenmad alle dage, frokost i 3 dage, aftensmad 2 dage i klubben.
- Mødested/
rejse Ved roklubben Kvik kl. *oplyses senere*. onsdag d. 12. april.
Vi kører med bus og er hjemme igen i løbet af mandagen den 17.
- Pris Kr. 1000,- pr. deltager, incl. forplejning, overnatning og transport.
- Tilmelding/
betaling Skal ske på tilmeldingsblanketten.
Tilmelding og betaling skal være i hænde **senest d. 27 marts 1995**.
Herefter vil samtlige tilmeldte snarest få besked. Ved overtegning trækkes der lod.
- Betaling på giro 5632773 (leif Hansen)**
- Turleder Leif Hansen
Næstvedgade 21, 5.TH
2100 København Ø
Telf: 35 26 66 37

PS! Lidt rutine i outriggerroning vil være en fordel, men ikke et krav.

Tilmelding til Påsketur 1995 i Berlin

Tilmeldingen er bindende, og deltagergebyret vil normalt ikke kunne godtgøres efter tilmeldingsfristens udløb. Ved overtegning trækkes der lod blandt de modtagne tilmeldinger.

Navn _____

Klub _____

Adresse _____

Telefon dag _____ aften _____ alder _____

Er du langtursstyrmand (x) ja _____ nej _____

Har du tidligere været på ferielangture i Tyskland (x) ja _____ nej _____

Deltagelse er betinget af følge med _____

Ovennævnte tilmeldes hermed til Københavnskredsens påsketur 1995, og er indforstået med de givne tilmeldings- og betalingsbetingelser.

Det forventes, at ovennævnte er i stand til at gennemføre rodistancer på op til 40 km pr. dag og er bekendt med DFFR's langtursreglement. Lidt rutine i outriggerroning vil være en fordel, men intet krav.

Deltagers underskrift _____

Klubbens underskrift _____

Tilmelding og deltagergebyr på kr. 1000,- skal senest den 27 marts 1995 være sendt til:

Leif Hansen giro 5632773
Næstvedgade 21, 5. TH
2100 København Ø

NB! Tilmelding er først gyldig, når deltagergebyret er modtaget.

Formandsmøde

i Ishøj Roklub

Der blev holdt formandsmøde fredag den 27. januar i Ishøj Roklub. Udover den almindelige dagsorden var aftenens tema:

Klubtræneren i klubben.

I skrivende stund vides det ikke, hvormange der kom, men det er tilladt klubberne at lade sig repræsentere ved 2 personer udover formanden. Hør hos din formand, hvad han fik med hjem fra aftenens debat.

INDENDØRS

RO-KONKURRENCER

Tidspunktet for Danmarksmesterskaberne i Indendørs Roning nærmer sig med hastige skridt. Det foregår i Fredericia den 4.-5. februar; men allerede den 21.-22. januar afvikler Københavns Roklub

COPENHAGEN OPEN

Adressen er:

Tømmergravsgade 13
2450 København SV

Alle klasser bliver repræsenteret og der afvikles som vanlig nogle spændende dystre i Firmaturneringen.

NOGET OM

"EX-X-Mas" !

For tredje år i træk stod Københavnskredsens Kaproningsudvalg for afviklingen af X-Mas-Race.

Det var planen, at det skulle finde sted (også for tredje år i træk) i Danske Studenters Roklub den sidste lørdag for jul. I år var det den 17. december.

Desværre virkede det, som om folk havde mere travlt med juleforberedelserne end med at tænke i robaner, for det kneb gevaldigt med tilmeldingerne i år. På selve tilmeldingsdagen var der blot kommet ca. 20 tilmeldinger.

Kaproningsudvalget valgte derfor at aflyse arrangementet; Men sandelig! om det ikke derefter begyndte at VÆLTE ind med tilmeldinger !

Nogle ringede kl. 22 på dagen for tilmeldingsfristen, mens én rotræner ringede dagen efter for at tilmelde 15 letvægttere !

Naturligvis kunne vi ikke ændre aflysningen, så X-Mas-Race blev ikke afholdt i år.

Vi håber derfor, at klublederne fremover vil tilmelde deres roere til X-Mas-Race FØR tilmeldingsfristens udløb.

Kaproningsudvalget

**KREDSBESTYRELSEN ØNSKER
ALLE KØBENHAVNSKREDSSENS
ROERE:**

**ET RIGTIGT GODT
NYTÅR !**

Oliekridttegning af Nivåhuset

Vort 83-årige medlem Bent Packness, som stadig er aktiv old-boy roer og gymnast, har foræret klubben en oliekriddtegning fra 1971 af Nivåhuset, DSR's dejlige weekendhytte, som desværre ikke eksisterer mere.

Tegningen er ophængt i slyngelstuen ved siden af Packness' 6 tegninger fra en langtur i Norge i 1969.



Langtursstyrmandskursus

Nu er chancen der for at blive langtursstyrmand. Sidst i februar, sandsynligvis i uge 8, vil der blive afholdt et langtursstyrmandskursus, hvor nogle af punkterne vil være :

- Navigation
- Meteorologi
- Førstehjælp
- Turplanlægning
- Valg af udstyr m.m.

Man er ikke langtursstyrmand, blot fordi man har deltaget i kurset. Kravene, der skal være opfyldte er:

- At man er "almindelig" styrmand
- Kæntringsøvelse
- Langtursstyrmandskursus
- Delt. i et antal langture

Kravene kan opfyldes i vilkårlig rækkefølge. Der er ikke nogle faste regler for hvor mange ture man skal have deltaget i for at blive langtursstyrmand, men en tommelfingerregel er en 3-4 ture i forskelligt farvand fjernt fra DSR.

Nærmere oplysninger om datoer med mere vil komme på opslagstavlen, sammen med en tilmeldingsliste.

Ole Kammersgård

Langtursroning

Langtursudvalget er igang med at planlægge årets ture. Der er planer om påsketur, pinsetur, diverse week-end ture samt et par ture, der strækker sig over en uge. Mere om alt dette i næste nummer af klubbladet.

Allerede nu har DFR's *Motions- og tur udvalg* 3 ture på programmet:

Påsketur til Prag (12. april - 17. april). Prisen er 1195,- og inkluderer bustransport, 3 hotelovernatninger og mulighed for at ro i Prags centrum.

Tilmeldingsblanket og turbeskrivelse finder du på opslagstavlen i Slyngelstuen.

Ferielangture i Juli:

- Themsen, England (1. juli - 9. juli)
- Irland (15. juli - 23. juli)

Tilmelding kan først ske i løbet af foråret.

Langtursudvalget



Rovagter søges

Rovagterne har en vigtig funktion, nemlig afvikling af den daglige motionsroning.

I den kommende sæson vil bestyrelsen gerne udvide antallet af dage med rovagt, således at der bliver rovagt også fredag og lørdag foruden tirsdag, torsdag og søndag. Herved håber vi at kunne lette noget af det store pres på tirsdage og torsdage.

Hvis dette skal lykkes, er der behov for flere rovagter. Hvis du har et par sæsoner bag dig i DSR (helst), så overvej, om ikke også du burde gøre en indsats for klubben ved at være rovagt.

Der vil blive tale om at være rovagt ca. 2 gange pr. måned. Man er ikke forhindret i at komme på vandet de dage man er rovagt, man kommer blot sidst afsted. Der er derfor tale om en vigtig indsats, der ikke kræver megen tid.

Som ny rovagt vil du blive givet en grundig introduktion om rovagtsordningen.

Der vil medio marts blive afholdt et møde for både gamle og nye rovagter, hvor planen for sommerens rovagtsordning lægges.

Er du interesseret, så henvend dig til motionsrochef Lars Bundesen enten i klubben eller på tlf. 35 82 14 18.



Hjælp - Vi mangler barvagter !!!!

Har du lyst til at lave lidt frivilligt arbejde i DSR - så er muligheden der nu. Vi mangler nye friske barvagter til at passe baren i DSR nogle tirsdage og/eller torsdage om året.

Hvis du er interesseret så kontakt Lotte Torp for mere information på tlf. 39 29 23 06. Du kan også skrive dig på sedlen i DSR.

Lotte vil senere indkalde til møde for alle nye og gamle barvagter.

Barvagtsudvalget, Lene Christensen

Støjforurening!!

Vi lever i et samfund med støj - alt for meget støj. Vi kan ikke undgå støj, men megen støj er unødvendig og tit en unødvendig plage for mange mennesker. Det gælder også i DSR.

Udsugningsventilatoren i herrerens baderum støjer, og det samme gælder ventilatoren ved saunaen. En dag får vi nok udskiftet begge ventilatorer til nogle, der støjer meget mindre; men ventilatorerne har deres mission, og det er også forholdsvis kort tid, at de badende er generet af støjen.

Roning i robassinet er heller ikke lydløst, men lyden illustrerer meget godt træningen, og lydtrykket er ikke så højt, at det er generende, måske tværtimod.

Det absolut værste tilfælde af støjforurening har vi imidlertid i træningsrummet. Roergometrene af den gamle model Concept II larmer ualmindeligt meget. Det er der ikke umiddelbart noget at gøre ved, forhåbentlig får vi inden alt for længe lyddæmpet rummet og på den måde skåret toppen af støjen. Vægtræningen er heller ikke helt lydløs, men det værste er dog radioen. Der er næsten altid en eller anden, der tænder for den, og så vælter støjen ud sammen med alt den anden støj. Nogen vil nok kalde det musik, det der kommer ud af kassen, men det er meget sjældent tilfældet, og det er svært at skelne, hvad der kommer fra radioen, og hvad der kommer fra de andre støjklender.

For mig er det direkte en plage at komme ned i træningsrummet eller bare i omklædningsrummet, når det hele kører for fuld udblæsning, og det samme er tilfældet for mange andre medlemmer; men de fleste er for tilbageholdende med at protestere. Personligt har jeg prøvet at slukke for radioen, og det har givet forskellige resultater. De fleste gange er det slet ikke blevet bemærket, at radiostøjen forsvandt, eller de tilstedeværende har nydt, at støjen blev mindre. Andre gange er det sket, at kort tid efter, at jeg har slukket, blev den tændt igen, og andre gange har der lydt høje protestråb: "Vi vil høre radio." Når det er sket, har jeg mistet lysten til at træne i rummet og er i stedet gået over i robassinet eller har taget en løbetur.

Det kan ikke være meningen, og det er i virkeligheden hensynsløst over for de medlemmer, der ikke bryder sig om alt for meget støj. Det er i øvrigt også direkte skadeligt for ens hørelse. Hvis det var en arbejdsplads ville Arbejdstilsynet sikkert blande sig og stille med nogle krav; men nu er det fritid og idræt. Det har jo ikke hjulpet meget, at DSR's Miljøkontrol tidligere har påtalt forholdene.

Reglen med radioen bør være:



1) At den kun bliver tændt, hvis alle er indforstået med det. Det vil sige, at ingen tænder den uden at have spurgt de andre i rummet, om det er i orden.

Dernæst: 2) Det må være enhvers ret at have lov til at slukke for radioen, selvfølgelig uden, at den straks bliver tændt igen og uden protester, jvfr. 1).

Hvis vi kan blive enige om at benytte radioen sådan, vil ingen føle sig generet af den. Det vil være hensynsfuld adfærd, og ingen tager skade af lidt mindre larm. Vi kan selvfølgelig også indføje et afsnit i klubbens reglement om brug af radio med mulighed for sanktioner i tilfælde af misbrug af radioen, men der står så meget i reglementet, og det er jo kun et spørgsmål om lidt omtanke og om at vise hensyn.

Mogens Haut

PS.: For megen larm/for kraftig diskoteksmusik forekommer naturligvis også i forbindelse med klubbens fester. Men sådan skal det åbenbart være, så her har jeg givet op. Nu har jeg anskaffet et par ørepropper, som jeg håber er effektive.



Motionsudvalget søger medlemmer

Motionsudvalget har en masse ideer til motionsaktiviteter til den kommende sæson. Desværre er vi i øjeblikket for få (5) til at gennemføre alle de arrangementer, vi gerne vil.

Vi søger derfor aktive og meget gerne idrige medlemmer, der har lyst til at gøre en indsats på motionsområdet. Der stilles ingen krav om lang tids erfaring i DSR, lysten til at være med er vigtigst.

Du vil blive medlem af et udvalg, der har det sjovt og hyggeligt, selv om der ind imellem er hårdt arbejde med arrangementerne. Men: jo flere vi er, jo lettere bliver det.

Hvis du har lyst til at være med eller bare vil høre nærmere, så kontakt motionsrochef Lars Bundesen i klubben eller på tlf. 35 82 14 18.

Information til DSRs medlemmer.

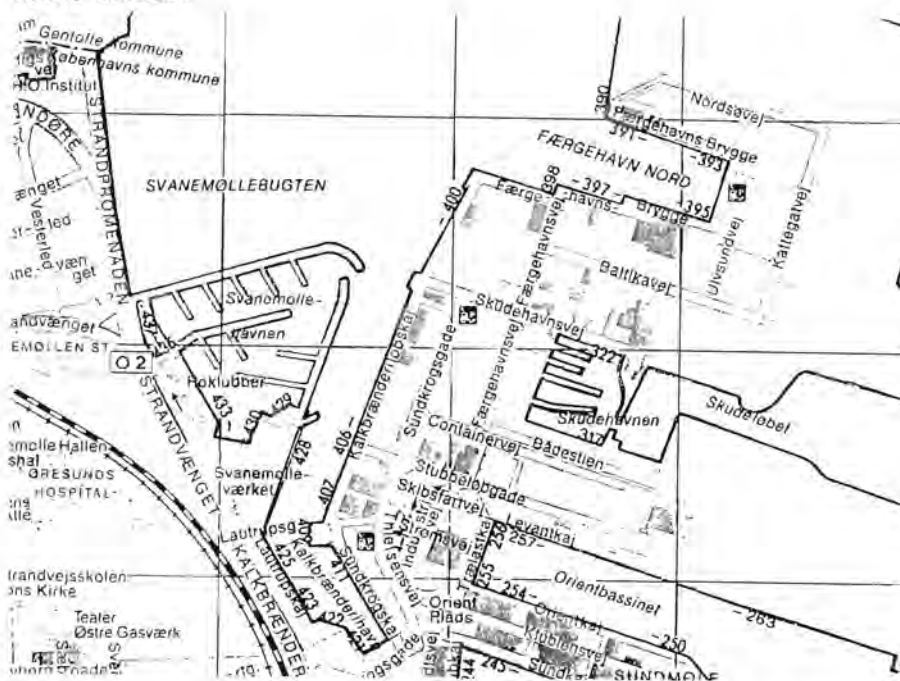
Som Formand for Informationsudvalget i Københavnskredsen modtager jeg ofte nogle højst forskellige indlæg af mere eller mindre interessant karakter.

Her er et af dem:

Skudehavnen flytter til: SVANEMØLLEHAVNEN.

1. På Nordsiden af lystbådehavnen anlægges "Svaneknoppen" fremtidig placering af jolleplads og P-pladser/vinteropbevaring af Lystbåde. (Ca. april 1995).
2. Helt nord for "Færgehavn Nord" anlægges "Ny Fiskeri-havn". (Ca. september 1995).
3. I "Kalkbrænderi-havnen" på østsiden af lystbådehavnen udlægges nye bådebroer. (Ca. april 1995).
4. I inderste del af "Kalkbrænderi-havnen" etableres nyt havneanlæg for lystsejlere - pladsen bliver ikke egnet for roerne. (Ca. april 1995).

Mette Bacher.



Ombygningsvisioner og meningsundersøgelse

Bestyrelsen har i et stykke tid arbejdet med tanker om forbedring af klubbens omklædnings- og badefaciliteter og ikke mindst træningsrummet. Der har været mange ideer på bordet, og en del af disse var ret urealistiske. Det synes dog som om, at bestyrelsen nu er kommet til noget, som opfylder de fleste behov. Nu kan man som bekendt ikke altid forvente at få både i pose og sæk. Det sker, at man må give afkald på noget for at opnå noget andet, og så må man vælge og prioritere.

Ønskerne vedrørende faciliteterne i nederste etage er i store træk:

1. Forøgelse af kapaciteten af damernes omklædningsrum.
2. Renovering af damernes baderum.
3. Renovering af herrernes omklædningsrum.
4. Renovering og udvidelse af træningsrummet.
5. Renovering af herrernes bad og saunaområdet.
6. Eventuel etablering af en sauna til damerne.
7. Renovering af arkivet med langtursgrej og andet materiel.

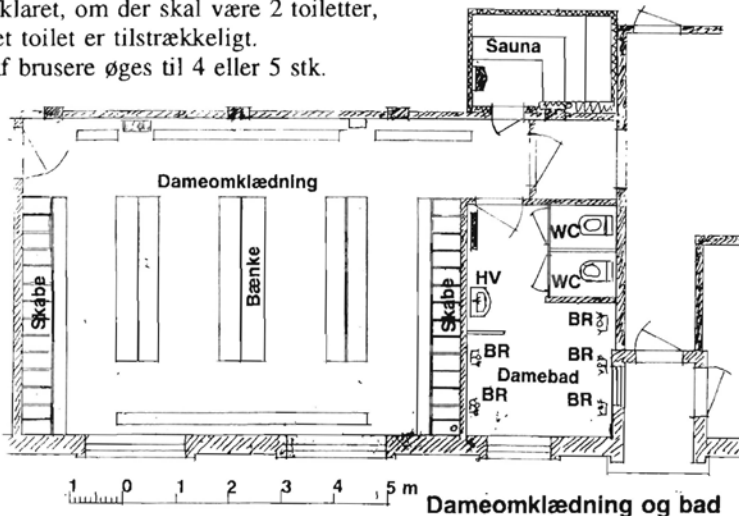
ad 1. En stor del af omklædningsrummet optages af skabe, som efterhånden må siges at have set bedre dage. Planen er at fjerne alle eksisterende skabe og i stedet opsætte nye skabe langs de to endevægge.

Det vil skabe meget mere gulvplads og give albuerum.

Det vil blive et meget mindre antal skabe end i dag, og det vil derfor være slut med, at det enkelte medlem kan have sit eget skab. Skabene vil blive korttidsskabe, hvor man kan låse sit tøj og værdigenstande inde, mens man er ude at ro, til gymnastik eller soler sig på græsset. Måske bliver der dog plads til et mindre antal reserverede skabe til opbevaring af småting, som det kan være besværligt at transportere frem og tilbage hver gang. Det er dog ikke sikkert, at disse skabe bliver etableret i omklædningsrummet, men måske i bådehallen.

Gulvet skal isoleres og forsynes med lun gulvbelægning, men der etableres ikke gulvvarme. I øvrigt skal der være lyse farver og tilstrækkelig belysning.

ad 2. Her er det planen at flytte toilettet til hjørnet ved siden af døren, således at damerne ikke behøver at gå gennem hele baderummet forbi de brusebadende. Det er ikke afklaret, om der skal være 2 toiletter, eller om et toilet er tilstrækkeligt. Antallet af brusere øges til 4 eller 5 stk.



ad 3. I princippet indrettes herrernes omklædning som damernes, det vil sige, at alle de nuværende skabe fjernes, og nye skabe langs endevæggene og den lange væg mod bådehallen etableres. Det vil give gulvplads, men da rummet er rigeligt stort, skæres ca. en tredjedel mod øst fra og konverteres til træningsrum. Også hos herrerne vil skabene blive korttidsskabe, men der er større mulighed her for et antal reserverede skabe til de medlemmer der har meget svært ved at undvære deres eget skab.

Der etableres varme i rummet.

Gulvet, der gennem årene har sat sig betydeligt, rettes op, og der udføres et isoleret gulv som hos damerne.

ad 4. Der er pladsmangel i træningsrummet, og det bliver mere og mere populært at benytte det. Der er blevet udtrykt betænkeligheder ved at gøre rummet alt for indbydende, så det bliver endnu mere populært, men det er en uholdbar indstilling, som ikke deles af flertallet i bestyrelsen. Som nævnt under 3. konverteres en del af herrernes omklædning til træningsrum, og det meste af medlemsværkstedet får samme skæbne. Der skal dog stadig være opbevaring af redningsveste, men alt andet materiel skal anbringes enten i arkivet eller i bådehallen.

Der bliver således fremover to træningsrum. Indretningen af disse er ikke fastlagt, men det vil nok være naturligt med roergometre i det nuværende rum og vægttræning i det nye rum.

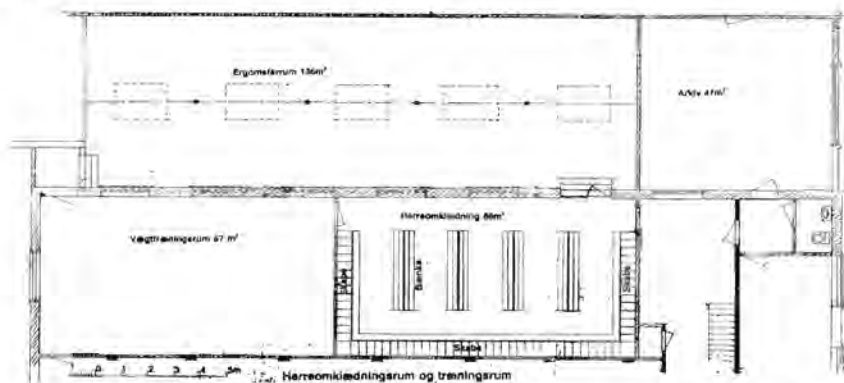
Generelt skal rummene renoveres, betongulvet har sat sig og er brudt helt sammen. Det skal rettes op, og der skal laves et isoleret trægulv i begge rum.

Der skal etableres varme og ventilation.

Der skal lyddæmpes.

Belysning skal renoveres.

Der skal males.



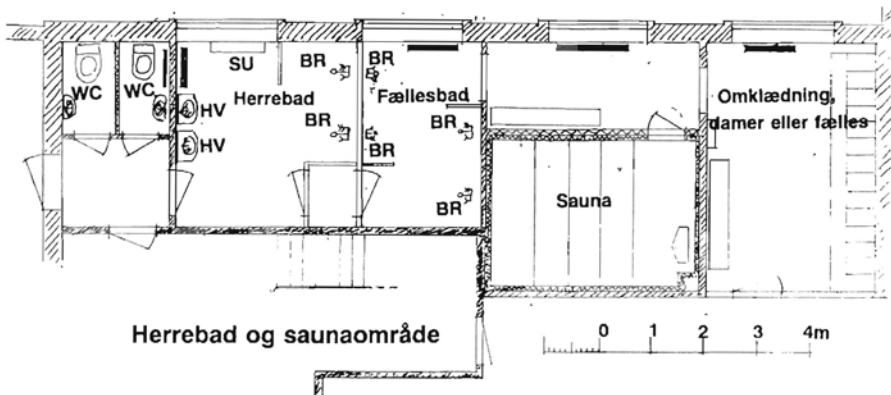
ad 5. Herrerens baderum er i dag forholdsmæssigt for stort, og saunaens baderum er for lille. Planen er at konvertere herrerens bruserum til bruserum for saunaen. I det nuværende rum med håndvaske og urinal indrettes et par brusere, og der etableres gennemgang fra dette rum til det nye bruserum til saunaen.

Saunaen bevares med uændret status, det vil sige som fællessauna.

Det nuværende forrum til saunaen ophøjes officielt til omklædningsrum, enten som fællesomklædning eller som dameomklædning, og der opsættes korttidsskabe langs den lange væg. Det nuværende baderum til saunaen bliver forrum/hvilerum til saunaen.

Funktionen bliver således, at herrerne kan komme til saunaen fra herrerens baderum, og de kan bade enten i det første rum, der kun er for hankøn, eller de kan gå videre ind i det fælles baderum. Herfra kan de komme videre til saunaen. De, der benytter det nye omklædningsrum, kommer til saunaen som nu.

Det er ikke fastlagt, hvem der skal kunne benytte det nye omklædningsrum. Det vil være oplagt for de damer, der benytter saunaen flittigt, og dette vil så være en udvidelse af damernes omklædningsfaciliteter. Om det skal forbeholdes alene damerne, eller det skal være fælles, kan komme an på en prøve, herrerne får jo direkte adgang fra deres baderum, men nogen synes selvfølgelig, at det er hyggeligt at være sammen.



ad 6. Der har været udtrykt ønske om en sauna alene til damerne. Det er noget uvist, hvor stort dette ønske er. Det er i hvert fald sikkert, at den nuværende sauna skal bevares som en fællessauna. Det er imidlertid muligt at etablere en mindre sauna for damer i det nordvestlige hjørne af bådehallen, hvor kajakterne tidligere var placeret. Adgang til en sådan sauna vil blive direkte fra damernes omklædning, og den kan vel indrettes til 9-12 damer.

Det vil være et indhug i bådehallen, hvor der i forvejen ikke er for megen plads, men det synes dog at være acceptabelt, hvis behovet virkelig er til stede.

Ideen om en tilsvarende sauna alene til herrerne, som er for generte til at gå i fællessauna, er skrinlagt.

ad 7. Arkivet er i en dårlig forfatning, og der trænger til en ordentlig gang oprydning, men rummet som sådant er rummeligt og kan indrettes udmærket både til opbevaring af langtursgrej og andet materiel, som ikke benyttes hver dag, f.eks. kaproernes rigge om vinteren, og hvad der ellers ligger i det nuværende medlemsværksted.

Den tidligere lejer af bådæværfet havde en del af rummet, denne del er nu til rådighed.

I det sydvestlige hjørne står en gammel dampkedel, som aldrig vil komme i brug, og som derfor skal fjernes.

Det beskrevne projekt er et skitseprojekt. Det er ikke besluttet i bestyrelsen, om dette er de endelige planer. Måske har du nogle bedre ideer og måske nogle indvendinger, som skal vurderes, inden der vedtages noget endeligt.

Spørgeskema

Til de kære medlemmer er her nogle principielle spørgsmål, som jeg beder jer besvare for at få det bedste grundlag til at disponere optimalt. Og så ved både I og bestyrelses-medlemmerne, at det ikke er muligt at finde en løsning, som alle finder helt rigtig.

1. Har du for øjeblikket et skab?
2. Vil det være uoverkommeligt for dig at undvære dit eget skab, så du i stedet skal medbringe dit tøj, sko, håndklæde m.v., hver gang du skal i klubben?
3. Vil det være rart altid at kunne låse sit tøj og værdigenstande inde, når du er ude at ro el. lign. i stedet for, at det hænger på en knage eller ligger på en bænk?
4. Vil du hellere bevare de gamle skabe og dermed ikke få mere gulvplads og albuenum?
5. Er 1 stk. toilet tilstrækkeligt i damernes baderum, eller bør der være 2 stk.?
6. Er 1 stk. toilet tilstrækkeligt i herrernes afdeling, eller bør der være 2 stk.?
7. Benytter du den nuværende sauna? Ofte? Om vinteren efter gymnastik? Om vinteren på andre tidspunkter? Om sommeren efter roning?
8. Hvis du ikke går i sauna, er det så fordi, det er en fællessauna?
9. Hvis der var en damesauna, ville du så benytte den?
10. Synes du, det skitserede projekt opfylder klubbens behov, eller har du nogen gode alternativer? Hvis det sidste er tilfældet, så må du barsle med dem.

Navn, medlemsnr. og alder:

Du behøver ikke nødvendigvis at opgive navn og medlemsnr, men så i hvert fald køn og alder. Blandt de navngivne besvarelser afleveret senest den 1. marts og med svar på de fleste spørgsmål vil der blive udtrukket en vinder. Præmien? Det kan være alt fra et marcipanbrød til en rejse til Hawaii. Det har bestyrelsen ikke besluttet endnu.

Mogens Haut, husforvalter

Nyt fra DSRs kaproningsafdeling.

af: Mette Bacher.

DSRs kaproningsafdeling osrer af aktivitet trods tidernes kulde og de isbelagte søer.

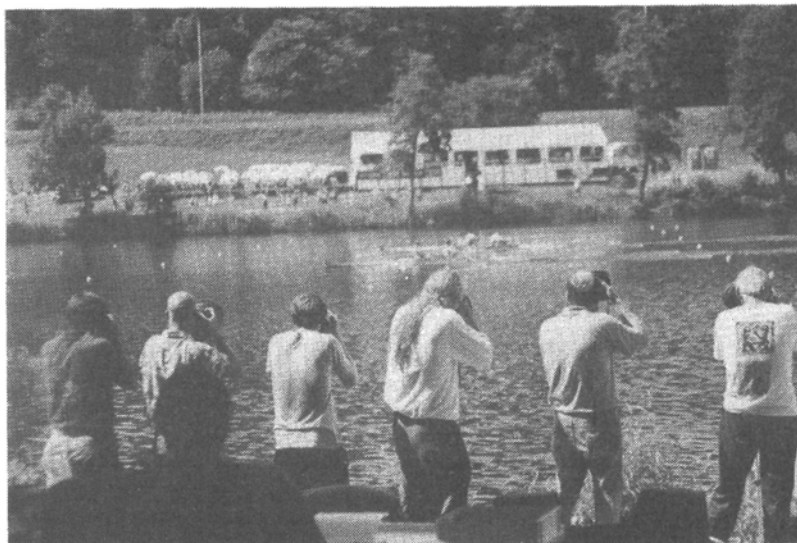
Kaproningsafdelingen har i dets udvalg undtaget een person eller to, fået ny ledelse. Den for 1994 valgte kaproningschef, *Jørgen Blom*, der på fremragende vis overtog Danmarks største kaproningsafdeling efter *Reiner Modest*, har af private årsager valgt at trække sig fra posten som kaproningschef. Jørgen skal have en stor tak og ros for sin positive måde at styre kaproningsafdelingen på.

Ny på posten som kaproningschef er: *Jens Chr. Pørneki*.

Jens Christian trådte sine første roer-barnesko i Bagsværd Roklub men har gennem de sidste sæsoner været aktiv både som kaproer og træner i DSR.

Jens fortsætter som aktiv kaproer på et højt plan og håber på at blive udtaget til VM i otter, hvor en finaleplads gerne skulle udløse OL-billetten til 1996. Hvis det lykkes, bliver det iøvrigt anden gang, Jens Chr. Pørneki kommer til OL i otter!

DSRs formand, Henning Rasmussen og den netop i bestyrelsen indsupplerede *Teis P. Hansen*, vil i det første stykke tid støtte Jens i det nye arbejde i kaproningsudvalget.



Kaproning er populært i udlandet! Pressefotografernes vagtparader er altid linet op i Luzern.

Mette Bacher fortsætter på femte år sit Infochef-hverv. Hendes opgaver er af mere administrativ karakter som: Anmeldelser til kaproninger, turarrangementer og DSRs kontakt til pressen.

Anders Brems er stadig med i udvalget som ansvarlig for at materiellet er i orden, inden det tages i brug på Bagsværd Sø.

I den forbindelse har kaproerne arrangeret en "bådklargøringsdag" med efterfølgende spisning en søndag i februar, hvor ALLE kaproerne bliver sat stævne for at få det sidste materiel gjort fikst og færdigt inden årets virkelige prøvelser på det våde element.

DSR har pt. tre trænere til at varetage opgaverne med at få vores kaproere til at ro bedre og hurtigere.

Det er *Ole Bloch*, *Carsten Hassing* og *Morten Tibian*.

Ole Bloch fungerer som træner for datteren Mette, der med makkeren Anna Helleberg ror letvægts dobbelt-sculler.

Vi har Morten Tibian, der selv satser på landsholdsroning i dobbelt-sculler. Morten har fået godt gang i en dameotter, hvilket der efterfølgende vendes tilbage til.

Carsten Hassing er ny træner i DSRs kaproningsafdeling.

Indenfor kaproerkredse har Carsten Hassing gjort det godt både som aktiv kaproer - sidst med en OL-deltagelse i otter i Barcelona i 1992 - iøvrigt sammen med Jens Chr. Pørneki - og siden som træner.

Carsten Hassing har formået at få nogle af Danmarks yngre kaproere

til at ro så stærkt, at det kulminerede med en VM-bronzemedalje i juniordobbelt-sculler hos pigerne i 1993, mens et af Danmarks største talenter, Bertil Samuelsson fra Lyngby Roklub, vandt guld ved Nations Cup i fjor. Andre af Carsten Hassings mandskaber har præsteret at ro sig til finalerne ved blandt andet junior-VM i 1994.



Morten Tibian har dannet kvindegruppe!

Selvom DSRs nye træner normalt er hjemmehørende hos naboen, Roforeningen KVIK (!), ser vi frem til et godt og givtigt samarbejde med Carsten, der har et virkeligt seriøst og nøgternt syn på, hvad der bør sættes på indenfor kaproning på et højt niveau.

Ser man på, hvad der bliver satset på i 1995, er kaproernes målsætninger vidt forskellige!

Men for manges vedkommende venter der nogle virkelig store opgaver. Vore allerbedste roere sætter på at blive udtaget til VM i Finland senere på året. Det er ved dette års VM, at der bliver udtaget mandskaber til OL i 1996!

Er man yngre, og skal der sættes, er det Nations Cup i Groningen i Holland, der bør være guleroden.

Endelig vil der for de, der endnu ikke har prøvet, hvad det vil sige at ro rigtigt kaproning, være masser af muligheder for at forsøge sig på det mere nationale plan.

Nogle sætter måske på DM, der i år foregår i Brabrand. Andre tager til takke med deltagelse ved et par danske regattaer osv.osv.

Kaproningsafdelingen består i år af 35 roere, heraf 20 kvinder! Det er i den forbindelse rart at konstatere, at 16 af dette års kaproere er "ærkegætte indfødte DSR-roere". For bare to sæsoner siden kunne denne kategori tælles på een hånd!

At målsætningerne hos DSRs kaproere er vidt forskellige, kunne konstateres ved besvarelserne af nogle spørgeskemaer, undertegnede delte ud på et kaproningsmøde forleden.

På spørgsmålet om, hvad den enkelte roers målsætning for 1995 er, blev der svaret således:

- B-udtagelse til VM 1995.
- VM-finale i dobbelt-sculler, letvægt.
- Skrive hovedopgave!
- Deltagelse i Luzern.
- Lære at ro og ikke fange ugler!
- Finale i Luzern.
- DM!
- Nations Cup i Groningen.
- VM-finale!
- Tørskoet i mål!
- VM!
- At lære og ro otter - hurtigt!
- Let B+ VM i Finland/Letv. 2X, Nations Cup!

Som læserne sikkert har kunnet konstatere ved at læse i klubbladet i efterårsmånederne 1994, har der hersket et noget anstrengt forhold mellem nogle af DSRs bedste 2-åres roere og Danmarks Rocenter, hvori de i fjor var tilknyttet.

Det har medvirket, at bare een enkelt, Morten Tibian, har valgt at fortsætte i Rocentrets 2-åres gruppe, mens Jesper Hattel, Niels Hyldager, Jens Chr. Pørneki & Kaare Mattesen er med i een-åres gruppen, hvor der fra Danmarks Rocenters side satses på at få en otter udtaget til OL i 1996.

Også vores Verdensmester Thomas Poulsen samt vor ene guldvinder ved Nations Cup, Thomas Ebert (den anden var Henrik Jensen), forsøger sig i Rocentrets letvægts gruppe.

Heller ikke når man ser på spindesiden, har der været noget at råbe hurra for, når man ser de sidste par år tilbage på Danmarks Rocenters forsøg på at danne en damebruttogruppe i den tunge vægtklasse.

Det har bevirket, at samtlige af DSRs stærke kvindelige kaproere i denne sæson ror i klub-regi, hvor de såmænd nok skal klare sig glimrende alligevel.

Et par af landets bedste dametrænere, Carsten Hassing & Richardt Biller (fra Lyngby), har på egne initiativer dannet nogle kvindebruttogrupper i henholdsvis tung- og letvægt, hvor DSR har enkelte deltagere med.



Medaljens bagside! Vores dobbelt-firer danmarksmestre havde det ikke godt i rocentret.

Der er lagt op til nogle gevaldige dystre i kvindernes letvægts dobbelt-sculler.

Lene Andersson & Mette Bloch, der pt. er landets stærkeste kvindelige letvægtsroere og som iøvrigt blev Danmarksmestre sammen i dobbelt-sculler i 1993, kunne IKKE, trods flere velmenende råd fra folk med forstand på den slags, danne en slagkraftig letvægts dobbelt-sculler i den forløbne sæson.

Hver for sig havde Lene & Mette en vidt forskellig opfattelse af dette projekt, der måske KUNNE have resulteret med en VM-medalje i 1994.

Mette dannede istedet en dobbelt-sculler med den unge og talentfulde Anna Helleberg fra Sorø, mens Lene måtte satse på letvægts single-sculler. Både Mette & Lene kom til VM - men hver for sig, hvor en 6.- og en 9. plads blev de bedste placeringer.

Lene Andersson bebudede i eftersommeren 1994, at hun ville vende tilbage i letvægts dobbelt-sculler med en ny makker!

Makkeren er fundet og det er Berit Christoffersen fra Lyngby Dameroklub, der mest har gjort det rigtigt godt i den tunge klasse gennem de sidste 5-6 år.

Der bliver lagt op til nogle gevaldige dystre i 1995, hvor både Mette & Anna samt Lene & Berit håber på udtagelse til VM. Men bare eet mandskab kan komme afsted - hvor en VM-finale kan give den eftertragtede OL-billet!

Da netop dame letvægts dobbelt-sculler er kommet på det olympiske program, skal det blive spændende at se, om DSR for første gang i historien vil blive repræsenteret ved OL i kvindernes letvægts dobbelt-sculler!

Camilla Riff Alexandersen har efter nogle år i single-sculler forladt denne bådtype for at forsøge sig i et projekt med nogle af landets "tunge" piger i en dobbelt-firer.

Her kan blandt andet nævnes at så kendte navne, som Inger Pors fra Assens, Lene Petersen fra Silkeborg og Ulla Werner fra Lyngby Dameroklub. Fælles for de tre sidstnævnte er, at de har været OL deltagere i henholdsvis Seoul og i Barcelona.



MT-group på vej mod målet!

Som før nævnt har Morten Tibian forsøgt at danne et rigtigt interessant projekt.

Gruppen, der kalder sig *MT-group (!)*, har dannet en dameotter og oven i købet en ÆGTE klubotter. Noget der virkelig er sjældent indenfor dameroning, hvor man vist hidtil aldrig har set en otter herhjemme, uden at roerne kom fra flere forskellige klubber.

Gruppen, der træner meget målbevidst og synes meget seriøse, består hovedsageligt af helt nye roere, hvoraf nogle havde debut på kaproningsbanerne i fjor. I besætningen findes dog tre erfarne kaproere, Rie Sørensen, Stinne Petersen & Vibeke Østergaard, der HAR prøvet at snuse en del til international roning i de mindre bådtyper, uden dog at komme helt til tops.

Nu skal det være - og hvorfor ikke ?

Man skulle foranlediges til at tro, at Morten Tibian har været ude med målebåndet i sin ivrige søgen efter talenter, for hovedparten af kvinderne har en højde på 180 cm eller derover!

I hvertfald er højdegennemsnittet for de ni deltagere i otterprojektet meget tæt på de 180 cm!

Enhver rotræner med høj, international erfaring, vil da også slikke sig om munden, hvis han kan danne hold i kvindernes tunge klasse og hvor højden på roerne er, som i DSRs nye dame-otterprojekt!

Ser man med internationale øjne på dameottere af høj standard, kan det nævnes, at det slet ikke er unormalt, at flere er kvinderne har en højde af 183-186 cm, som man blandt andet kunne konstatere, da det tyske mandskab, der blev verdensmestre i otter i fjor, steg op af båden for at modtage guldmedaljerne.

I de tidligere østlande, virkede det som om at alle kvindelige roere skulle være over 180 cm i højden for overhovedet at blive kaproere. Dengang blev pigerne også sorteret fra i skolerne, hvor de langlemmede blev hevet fra til svømning eller roning.

Det er gudske lov ikke så grotesk herhjemme, selvom Morten Tibian, uden at stille krav til de kvindelige roere, åbenbart alligevel har foretaget en vis sorteren!

Nu forudsætter det selvfølgelig, at man også kan ro stærkt for at nå til tops internationalt, men hvorfor ikke prøve? Med tre garvede i besætningen og en masse seriøs træning, kan det da godt være at otteren indenfor en overskuelig periode kan få international standard.

Målsætningen for 1995 kan godt gå hen og ligne en B-udtagelse til VM. Men for at komme så langt, kræves det at mandskabet tager udenlands for at bevise dets berettigelse - thi der findes ingen konkurrenter herhjemme. Otteren skal blandt andet prøve kræfter ved et af verdens største otterløb, der foregår i London i dette forår.

Det skal blive interessant at følge dette projekt, der på klubbasis forsøger sig i rosportens flagskib.

Besætningen består pt. af ni piger og en styrpige, der dog IKKE måler 180 cm!

Det er: Vibeke Østergaard, Stinne Petersen, Lisbeth Magner, Rie Sørensen, Mette Overgaard, Bettina Frederiksen, Louise Frederiksen, Christina Rindom, Anette Tornehøj og styrpige: Anne Kathrine Secher.

I næste nummer bringer kaproningsafdelingen flere oplysninger til DSRs øvrige medlemmer om de mange andre roere i vores trup og om de projekter og målsætninger, der arbejdes på. Endelig bringer vi resultaterne af Indendørs-DM i ergometerroning og en oversigt over årets regattaer.

KURSUSOVERSIGT - TILMELDINGSFRIST

Klubtræneruddannelsen

Modul A - Roteknik

<u>Tid:</u>	<u>Sted:</u>	<u>Tilmeldingsfrist:</u>	<u>Kursusnr.:</u>
24.-26.3	Ålborg	10.02.95	95/01
31/3-2.4	Helsingør	17.02.95	95/02
31/3-2.4	Esbjerg	17.02.95	95/03
07.-09.4	Silkeborg	24.02.95	95/04
07.-09.4	Nyk. Falster	24.02.95	95/05
21.-23.4	Århus	10.03.95	95/06
21.-23.4	KVIK	10.03.95	95/07
28.-30.4	Odense	17.03.95	95/08
28.-30.4	Roskilde	17.03.95	95/09

Modul B - Aktivering

<u>Tid:</u>	<u>Sted:</u>	<u>Tilmeldingsfrist:</u>	<u>Kursusnr.:</u>
28.-30.4	Nyk. Falster	17.03.95	95/20
28.-30.4	Kolding	17.03.95	95/21
05.-07.5	Odense	24.03.95	95/22
05.-07.5	Ålborg	24.03.95	95/23
05.-07.5	Roskilde	24.03.95	95/24
19.-21.5	Århus	07.04.95	95/25
19.-21.5	Lyngby	07.04.95	95/26

Modul C - Fysisk Træning

<u>Tid:</u>	<u>Sted:</u>	<u>Tilmeldingsfrist:</u>	<u>Kursusnr.:</u>
03.-05.3	Odense	21.01.95	95/30
08.-10.9	Randers	28.07.95	95/31
15.-17.9	Fredensborg	04.08.95	95/32

Modul D - Rotræning

<u>Tid:</u>	<u>Sted:</u>	<u>Tilmeldingsfrist:</u>	<u>Kursusnr.:</u>
24.-26.03	Øst/Midtjylland	10.02.95	95/40
06.-08.10	København	25.08.95	95/41
06.-08.10	Kolding	25.08.95	95/42

Outriggerseminar

<u>Tid:</u>	<u>Sted:</u>	<u>Tilmeldingsfrist:</u>	<u>Kursusnr.:</u>
20.-21.5	Odense	07.04.95	95/50

Ungdomslederkursus 1

<u>Tid:</u>	<u>Sted:</u>	<u>Tilmeldingsfrist:</u>	<u>Kursusnr.:</u>
25.-26.03	Kolding	10.02.95	95/60
25.-26.03	Brøndby	10.02.95	95/61
11.-12.11	Odense	29.09.95	95/62

Bladkursus

<u>Tid:</u>	<u>Sted:</u>	<u>Tilmeldingsfrist:</u>	<u>Kursusnr.:</u>
18.-19.3	Silkeborg	03.02.95	95/65

Langtursstyrmandskursus

<u>Tid:</u>	<u>Sted:</u>	<u>Tilmeldingsfrist:</u>	<u>Kursusnr.:</u>
21.-22.1	Lemvig	09.12.94	95/80
28.-29.1	Sorø - Kongskilde	16.12.94	95/81
25.-26.3	Odense	10.02.95	95/82
07.-09.4	Skovshoved	24.02.95	95/83
07.-09.4	Skovshoved	24.02.95	95/84
29.-30.4	Kolding	17.03.95	95/85
29.-30.4	Nordborg	17.03.95	95/86
06.-07.5	Nyk. Falster	24.03.95	95/87

Materielkursus 1

<u>Tid:</u>	<u>Sted:</u>	<u>Tilmeldingsfrist:</u>	<u>Kursusnr.:</u>
28.-29.01	Odder	16.12.94	95/90
11.-12.11	Furesø	29.09.95	95/91

Materielkursus 2

<u>Tid:</u>	<u>Sted:</u>	<u>Tilmeldingsfrist:</u>	<u>Kursusnr.:</u>
04.-05.11	Odder	22.09.95	95/95

Kursusoversigt

fra DFfR

- 1995 -

Se

kursuskatalog

på

opslagstavlen

for

yderligere

information

UDDANNELSE I RØNING - VEJEN FREM

Redaktion: Lisbet Jensen (ansv.)
Vestergårdsvej 10, 1.t.v, 2400 Kbh. NV tlf. 38 34 48 63
Tryk : Brønshøj Minitryk - Oplag : 1500 eks.
Tidsfrist for indlæg til næste nummer er torsdag 9. februar 1995.

ADRESSELISTE

Danske Studenters Roklub - Strandvænget 55 - 2100 København Ø
Postgiro 500 34 66 - Kontortid onsdag og torsdag kl. 18 - 20
Telefon (Køkken og Kontor) : 39 29 63 26
MEDLEMSTELEFON (Garderobe og Bådhal) : 31 18 58 11

Formand

Henning Rasmussen
Normasvej 14 st.
2000 Frederiksberg
36 46 47 67

Kasserer

Johan Frydendahl
Engbakken 27
2830 Virum
45 85 86 05

Sekretær

Lene Christensen
Østerbrogade 85,106
2100 København Ø
31 38 87 13

Kaproningschef

Jørgen Blom
Holsteinsgade 12.a1
2100 København Ø
35 43 87 45

Materieforvalter

Christian Pedersen
Th. Laubsg. 29,2.th
2100 København Ø
39 27 46 20

Instruktionsrochef

Karen Brems Føyn
Valbylangg.108,1.th.
2500 Valby
36 45 73 24

Langtursrochef

Bente Kjøller
N.Frihvnsg.26,4.tv
2100 København Ø
35 26 91 54

Kontingentkasserer

Kun skriftlige henv.
DSR, Strandvænget 55
2100 København Ø
Att: Kontingentkass.

Kaproningsudvalg

Teis P. Hansen
31 20 80 96
Vibeke Østergaard
31 39 08 84

Husforvalter

Mogens Haut
Strandvænget 55
2100 København Ø
39 29 84 99

Køgemester

Susanne Agersnap
H.C.Ørstedsvej 63
1879 Frdbrg. C
35 36 88 05

Motionsrochef

Lars Bundesen
Fredensborgg.14,4.
2200 København N.
35 82 14 18

ORIENTERINGSSEKTIONEN

Formand

Ronald Clausen
Engelsborgvej 44
2800 Lyngby
42 88 58 86

Sekretær

Johan Frydendahl
Engbakken 27
2830 Virum
45 85 86 05

Kasserer

Nis C. J. Schmidt
Hvedevej 14 st.
2700 Brønshøj
31 28 48 71

Public Relations

Anne W. Rasmussen
Hobrogade 11, 3. th
2100 København Ø
31 42 71 61

Orienteringsløb 1995

<u>Dato</u>	<u>Løbtype</u>	<u>Skov</u>	<u>Arrangør</u>
12/02	<i>Gåsehus</i>	<i>Ravnsholt</i>	*** DSR ***
26/02	<i>Gåsehus</i>	<i>Ravnsholt</i>	*** DSR ***
12/03	B	Engtofte Søholt	Maribo OK
17/03	D-Spring Cup	Præstevang	FIF
18/03	A-Spring Cup	Danstrup Krogenberg	FIF
19/03	<i>Gåsehus</i>	<i>Ravnsholt</i>	*** DSR ***
19/03	D-Spring Cup	Gadevang	FIF
26/03	C	Næsbyholm	Herlufsholm GF
2/04	B	St.Li Bøgeskov	OK Roskilde
9/04	D-Anemoneløb	Tokkekøb/Øvelsestr.	SG
16/04	B	Kongskilde	OK Sorø
23/04	B-Rangliste	Gribskov Mårum	OK 73
30/04	<i>B</i>	<i>Sverige</i>	<i>DSR</i>

Tilmelding:

Gåsehusløb: Mødetidspunkt: Søndag mellem 10 og 12
3 baner på ca. 3 km, 5 km og 8 km

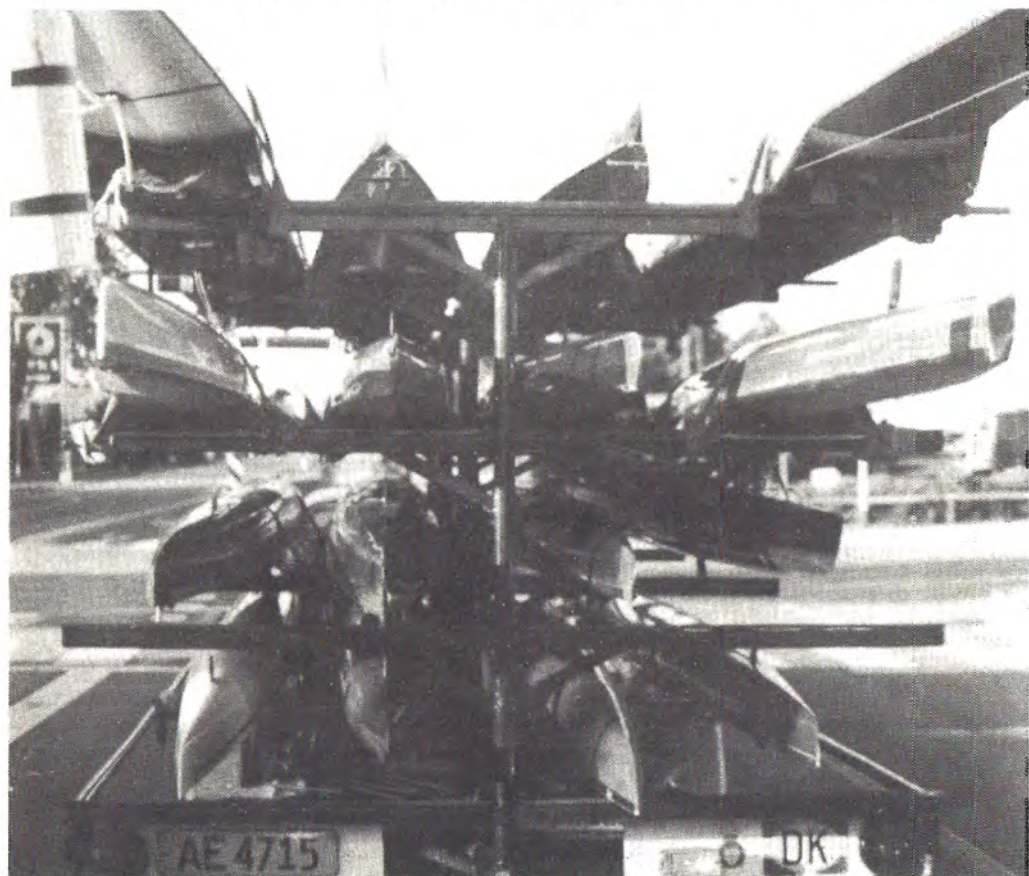
Øvrige løb: Johan Frydendahl tlf. 38 17 62 52 (arb.)
(14 dage før) Engbakken 27
2830 Virum tlf. 45 85 86 05 (priv.)

DANSKE STUDENTERS ROKLUB

Akademisk & Polyteknisk Roklub

DSR

MEDLEMSBLAD NR. 3 * MARTS 1995 * 63. ÅRG.



På vej til regatta

INDHOLDSFORTEGNELSE

"Sæsonen nærmer sig" leder /v Lars Bundesen	3
"Rovagtsmøde" /v Lars Bundesen	4
"Indkaldelse til ekstraordinær generalforsamling"	4
"Aktivitetskalender"	5
"Standerhejsning" /v Henning	6
"Kajakroning" /v Vibeke Jansen	6
"Nyt fra Langtursudvalget"	7
"Bekendelse" v/Bjarne Smedegaard	8
"Blåt Øje" v/Styrmandslauget	9
"Nyt fra kredsen" /v Bjarne Engell	10
"Livet i DSR" /v Lars Bundesen	11
"Nyt fra Kaproningsafdelingen" v/Mette Bacher	12-16
"Tillykke til Lene Andersson"	17
"Nyt Sportsblad" /v Mette Bacher	18
"DFfRs Hovedgeneralforsamling" /v Mette Bacher	18
"O-løbsprogram 1995"	20

INDMELDELSE: sker ved at udfylde og indbetale indmeldelses-girokort. Dette forefindes på kontorets dør i bådehallen. Indbetalingen dækker de 3 første måneders kontingent. Nye er velkomne til 2 gratis prøvegange i klubben, inden indmeldelse skal finde sted.

KONTINGENT: opkræves kvartalsvist forud via giro. Ved overskridelse af betalingsfrist pålægges et gebyr på 25 kr. pr. rykker. Hvis rykker krydser forsinket indbetaling kan der ses bort fra rykker, men gebyret vil blive opkrævet det følgende kvartal.

UDMELDELSE: Kan ske gældende fra 1/1, 1/4, 1/7 og 1/10 og skal være DSR i hænde med mindst 3 dages varsel. Gyldig udmeldelse foretages ved at indbetale et girokort på nøjagtig kr. 3,00 til DSR's girokonto nr. 500 34 66 samt ved at anføre "udmeldelse", navn og adresse på den del af girokortet, som posthuset beholder (betalingsdelen). Girokortet er dokumentation for, at udmeldelse har fundet rettidigt sted og man bør i egen interesse gemme girokvitteringen. Kontingentopkrævningskortene kan ikke anvendes til udmeldelse, idet meddelelser ikke kan anføres på disse.

OBS ! IKKE AUTOMATISK UDMELDELSE VED RESTANCE: Man er medlem og kontingentpligtig, indtil gyldig udmeldelse har fundet sted, uanset om DSR's faciliteter og aktiviteter benyttes. Eksklusion vil først finde sted ved en restance svarende til ¼ - 1 års kontingent og restancen vil om nødvendigt blive inddraget ved incasso. Alle omkostninger i forbindelse hermed betales af skyldneren.

Sæsonstarten nærmer sig

Vintersæsonen bevæger sig mod afslutningen, og standerhejsningen nærmer sig. Standerhejsningen er i år søndag d. 2. april kl. 11.00 - reservér allerede nu dagen og mød op. Husk at tilmelde dig til frokosten, hvis du vil spise med. Det letter planlægningen.

Vintersæsonen har som sædvanligt været præget af et højt aktivitetsniveau med gymnastik, orienteringsløb, to motionsture til Sverige, motionsweekend i Osted og skitur til Schweiz, for nu at nævne nogle af aktiviteterne. Hvis medlemmerne ikke er i form til sæsonstarten, kan det i hvert fald ikke lastes DSR. Der har været rimeligt fremmøde til materielklargørings-weekenderne, således at også materiellet skulle være klar til sæsonstarten.

Også på kursusfronten har der været aktivitet. Der er uddannet ca. 40 nye instruktører, og et hold nye langturstyrmænd er under uddannelse. Der har været - eller vil blive - afholdt orienteringsmøder om ernæring samt om vægttræning.

Vi er således på nogle områder godt rustet til den ny sæson og til at modtage kaninerne, når de begynder at vælte ind. På andre områder er der brug for "friskning af tropperne". Som det kunne ses i sidste nr. af bladet, er der brug for flere barvagter og flere rovagter. Motionsudvalget har også plads til endnu nogle aktive medlemmer. Der er nok også andre, der kan bruge ekstra hænder - bl.a. Sjælland Rundtarrangørerne. Så hvis du har lyst til at give en hånd med, så henvend dig til den ansvarlige på området eller til en anden fra bestyrelsen. Jeg er sikker på, at du vil være velkommen.

I sidste nr. af bladet kunne du læse om ombygningsplanerne for stueetagen vedrørende forbedring af omklædnings- og badefaciliteter samt træningsrummet. Der er forskellige forslag på bordet, og bestyrelsen har endnu ikke taget endelig stilling. Så giv din mening til kende, besvar Mogens' spørgeskema og mød op på medlemsmødet d. 2. marts, således at bestyrelsen får det bedst mulige grundlag for at træffe en afgørelse i overensstemmelse med medlemmernes ønsker.

Sammen med motionsudvalget er jeg så småt i gang med planlægningen af motionsroningen for den kommende sæson. Tilbuddene vil blive en blanding af arrangementer på dagligt rofarvand samt weekend- eller endagsture på farvand i den nærmeste omegn - Furesø, Roskilde Fjord m.v. Hvis du har forslag til aktiviteter inden for mit ansvarsområde, er du meget velkommen til at kontakte mig.

På gensyn d. 2. april.

Lars Bundesen

Rovagtsmøde

"Gamle" rovagter og potentielle nye rovagter indkaldes hermed til rovagtsmøde

Torsdag d. 23. marts kl. 20.00 i Kongeværelset

Dagsorden for mødet (med ret til ændringer):

1. Fastlæggelse af rovagtsordningens indhold.
2. Rovagtsordning i weekender.
3. "Føl"-ordning for nye rovagter.
4. Udarbejdelse af lister over rovagter
5. Udarbejdelse af vagtplan for sæsonen.

Alle, der har lyst til at blive rovagt, eller som vil høre nærmere, er velkomne.

Med venlig hilsen

Lars Bundesen, motionsrochef

Ekstraordinær generalforsamling

Indkaldelse til Ekstraordinær generalforsamling i DSR

Tirsdag den 4. april 1995 kl. 19.30 i bestyrelsesværelset i DSR

1) Valg af kaproningschef

Aktivitetskalender 1995

- * 2. marts : Medlemsmøde kl. 20.00
- * 3.- 5. marts : Instruktørkursus
- * 16. marts : Ernæringsforedrag kl. 20.30
- * 17.-19. marts : Instruktørkursus
- * 18. marts : Blåt øje
- * 24.-26. marts : Instruktørkursus
- * 2. april : Standerhejsning kl. 11.00
- * 4. april : Ekstraordinær generalforsamling kl. 19.30
- * 10. april : DSR's venners generalforsamling
- * 30. april : Langtursaften kl. 19.00
- * 12. maj : Introfest
- * 12.-14. maj : Langtur på Roskilde Fjord
- * 3.-5. juni : Langtur i de sydsjællandske farvande
- * 10. juni : Fødselsdagsfest
- * 23. juni : Sankt Hans
- * 26. august : Kanifest
- * 30. august : KVIK-match
- * 23. september : Klubkaproning + fest
- * 28. oktober : Standerstrygning

- * Se januar nr. side 8 : Vinterklargøring af bådene

Standerhejsning

søndag d. 2. april 1995 kl. 11.00

Kl. 11.00	Standeren hejses med korledsagelse fra Studentersangforeningen.
Kl. 12.00	Fælles frokost.

Mød op, og vær med til at give sæsonen en festlig start.

Hvis vejret er til det, hvad det forhåbentlig er, vil der selvfølgelig være mulighed for årets første rotur denne dag!

I bedes skrive jer på listen i Slyngelstuen vedr. tilmelding til frokosten eller give besked til undertegnede på tlf. 36 46 47 67 af hensyn til planlægningen.

Henning.

Kajakroning

Søndag d. 2. april hejses DSR's stander, hvilket betyder at rosæsonen STARTER.

Erfarne roere kan opnå bestyrelsens tilladelse til at ro kajak i perioden fra standerhejsning til scullerskiltet lukkes -

(indeni scullerskiltet står der: "scullerøring er ikke tilladt").

Standerhejsningen markerer også at vinterrøningen er forbi og ophæver vinterrøreglerne, som bl.a. påkræver iførelse af våddragt; - men, men, men - der skal indtil 1. maj fortsat roes med redningsvest.

De bedste rohilsner
Vibeke Jansen

Nyt fra Langtursudvalget

DSR's nyetablerede langtursudvalg er kommet godt fra start. Diskussionerne i udvalget er præget af optimisme og vilje til at skabe en større aktivitet på langtursområdet, end der har karakteriseret klubben i de sidste par år.

Allerede nu er der planlagt to tredagesture, som vil blive åbne for tilmelding:

- **12.-14. maj (store bededagsferien) på Roskilde Fjord.**
- **3.-5. juni (pinse) i de sydsjællandske farvande.**

Nærmere oplysninger følger på opslagstavlen og her i bladet.

Derudover regner vi i udvalget med at kunne tilbyde to ugeture i sommerens løb:

- **I industriferien (enten uge 28, 29 eller 30) i Danmark eller et af vores nabolande.**
- **I august (enten uge 31, 32 eller 33): Fyn rundt.**

Nærmere oplysninger om i hvilke uger, turene finder sted, følger senere.

Endelig har vi fastlagt en **langtursaften søndag den 30. april kl. 19.00**. Her bliver der mulighed for at hilse på Langtursudvalget, stille spørgsmål og komme med forslag og ideer til de forhåbentlig mange weekend-ture, vi skal på i løbet af sæsonen. Så sæt allerede nu kryds i kalenderen ud for den 30. april.

På Langtursudvalgets vegne/Søren.

Langtursudvalget er: Ole Kammersgård (formand, langtursrochef), Dorthe Bartels, Susanne Brodersen, Birgitte Bruun, Søren Møller Christensen (public relations), Jesper Friis, Lene Hansen, Berit Johnsen, Jens Reimer og Charlotte Ringius.

På opfordring fra Bjarne Smedegaard bringer vi dette lille digt.

Fra Piet Heins bog: "Husk at leve"

Bekendelse

Gå uden vaklen
 livets krav imøde!
Vi får kun éngang tilbudt
 verdens grøde.
Og vi kan sove ud,
 når vi er døde.

Der er ingen absolut
 op eller ned.
Der er ingen
Gud eller Fanden.
Vi får ikke anden
 kærlighed
end, den som vi gir
 hinanden.

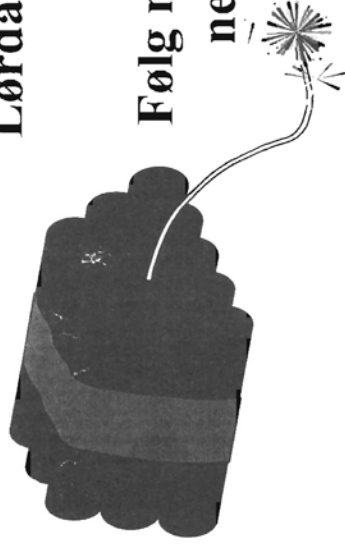
Livet skal være et bølgeslag
i evighedsrytmer begravet.
 At ta' alt
 at gi' alt,
at glide i ét med havet.

Styrmandslaugget præsenterer:

Blåt Øje

Lørdag d. 18. marts kl. 19.00

Følg med på opslagstavlen -
nedtællingen er startet



...ooo000000 - **INFORMATIONSDVALG** - 000000ooo...

**BÅD-
VEDLIGE-
HOLDELSE**

Alle kredsens klubber er nu mere eller mindre optaget af at gøre bådene klar til den nye sæson.

Informationsudvalget har foretaget et lille uofficielt rundspørge hos de af klubberne, vi nu kunne komme i kontakt med, for at høre, hvordan det gik.

Fælles for alle de adspurgte klubber er, at der ikke er nogen vej uden om:

Medlemmerne skal selv trække læsset !!!

Selvfølgerlig trækker klubberne på en bådebygger til de egentlige reparationer, men slibning, lakering og reparation af småskader må medlemmerne selv ordne, hvis alle både skal være klar.

Det er fælles for klubberne, at bådvedligeholdelsesarbejdet er frivilligt.

I enkelte klubber klares det ved, at en flok veteran-medlemmer finder sammen i vinterhalvåret og klarer hovedparten af arbejdet.

Andre klubber organiserer arbejdet ved, at de deltagende medlemmer fordeles på et passende antal både. Hver gruppe får så ansvaret for at sætte én båd i stand.

For at hjælpe de menige medlemmer med råd og vejledning er der ofte udpeget én af de frivillige til at styre arbejdet, enten en styrmænd eller et medlem af klubbens materieludvalg.

Nogle klubber forsøger sig med arbejdsdage eller week-ender, hvor så mange som overhovedet muligt stiller op. Deltagerne får måltider og forfriskninger hele dagen. I andre klubber samles man holdvist på tidspunkter,

hvor der iverigt er liv i klubhuset.

I så godt som alle klubber hævdede de loyale redaktører eller formænd, at det gik helt godt og at man nok skulle nå målet.

Informationsudvalget/bjarne engell

**BYGGERI I DET
DAGLIGE
RO-OMRÅDE**

Københavns borgere kan i det daglige følge med i, hvordan det er ved at komme gang i de store offentlige og private byggerier. Roerne vil også blive berørt af disse arbejder.

Indtil videre er Frihavnen lukket område for robåde, men når ØK's hovedkvarter tages i brug, kan det da kun være et spørgsmål om tid, før ØK's roklub flytter med.

Skudehavnen skal flyttes for at give plads til udvidelserne af Københavns Havn. Dette arbejde begynder nu i foråret 1995.

H.C.Ørsted-værket går over til naturgas og dermed skal Langebro og Knippelsbro ikke længere kunne lukkes op.

Holmen er jo også under forvandling.

Arbejdet med jernbaneforbindelsen ud til Lufthavnen i Kastrup er igang. Den kommer til at krydse Kalvehod Løbet syd for Slusen.

Endelig kommer den faste forbindelse mellem Amager og Skåne, som vil gøre Amager lidt længere at ro udenom.

Vi håber i de kommende måneder at kunne bringe nærmere om, hvordan det vil påvirke vores udfoldelsesmuligheder.

Informationsudvalget/bjarne engell

"Livet i DSR"

Enkelte medlemmer har måske bemærket, at jeg til tider ses med et kamera. En del af de foto, jeg har taget, er nu blevet til første version af mit diasshow "Livet i DSR", som vil blive forevist

**Søndag
d. 26. marts
kl. 19.00**

Showet vil indeholde billeder fra gymnastik, bådklargøring, motionsroning, diverse langture m.m.m. Der vil også blive mulighed for at se diverse papirbilleder, taget i klubben.

Der vil denne aften ikke være spisning, men kaffe, the og kage.

Af hensyn til planlægningen bedes du skrive dig på tilmeldingssedlen på opslagstavlen.

d venlig hilsen
Bundesen

Nyt fra Kaproningsafdelingen.

Af: Mette Bacher.

Mette Bloch har valgt at stoppe.

I sidste nummer af DSR-bladet, fortalte jeg lidt om de forskellige mandskaber, der satses på på klubplan.

I fjor fandt den kendte letvægter, Mette Bloch, sammen med Anna Helleberg fra Sorø.

Bloch/Helleberg opnåede at komme til VM, hvor resultatet blev en 6. plads.

Meningen var, at de to letvægttere skulle fortsætte samarbejdet og prøve at kvalificere sig til OL.

For enkelte i kaproningsafdelingen kom det nok ikke som den helt store overraskelse, at nyheden om Mette Blochs stop med international roning blev en kendsgerning.

Men for hovedparten af landets roere, VAR det nok en overraskende nyhed, at Mette Bloch gennem Danmarks Radios TV-sport, udtrykte, at det for hendes vedkommende var slut med alt, hvad der hed international roning.

Den umiddelbar årsag var, ifølge Mette, nogle urealistiske krav, der blev stillet fra DFfRs Kaproningsudvalgs side sammenholdt med, at Roforbundets landstræner: Morten Espersen, kunne udnytte muligheden for at træde ind og ændre både på holdsammensætninger og måske udpege en anden træner til at tage sig af et i forvejen godt sammenroet hold.

Man kan da i den forbindelse godt følge Mettes kritik af systemet, for umiddelbart synes det ikke at være nogen god løsning, at en af DFfR valgt landstræner, skal træde til og ændre både på hold og træningsmetoder.

Som nævnt så mange gange før, var vore to-åres herregruppe igennem en lignende procedure i fjor, hvilket betød, at herre dobbelt-firerens resultat ved et VM blev det dårligste i mænds minde mens det desværre også var medvirkende til, at flere af Danmarks allerbedste 2-åres roere valgte at stoppe karrieren!

Nu har også Mette Bloch valgt at stoppe.

Medfølelsen går til Anna Helleberg, der fuld af optimisme gik ind i projektet med en af landets dygtigste letvægtsroere.

Anna Helleberg fortsætter sin karriere og kan i år satse på at komme til U-23 "VM" - Nations Cup i letvægts single-sculler.

Man kan også forestille sig at Anna Helleberg kan gå ind som reserve til den nydannede spændende dobbelt-sculler konstellation med Lene Andersson & Berit Christoffersen.

Nyt fra Kaproningsafdelingen.

af Mette Bacher.

Udtagelseskriterier fra DFfRs Kaproningsudvalg 1995.

Beskrivelsen er inddelt i:

- a: Indledende bemærkninger
- b: Generelle krav.
- c: Specifikke krav til U19 (junior).
- d: Specifikke krav til U23 (senior B)
- E: Specifikke krav til seniorer.
 - E.a. Udtagelse til senior-NM
 - E.b. Udtagelse til senior-VM, A-landshold.
 - E.b.1: Ubetinget A-deltagelse til senior-VM:
 - E.b.2 Betinget A-udtagelse til senior-VM.
 - E.c. Udtagelse til senior-VM, A-landshold.
 - E.d. Udtagelse til senior-VM, B-landshold:
- F. Priser for landsholdsdeltagelse.

A: Indledende bemærkninger:

I forbindelse med sæson 1993 og 1994 blev der opnået flotte resultater indenfor alle tre aldersklasser. Der blev forsøgt etableret landsholdsbådtyper i U19, U23, åben- og letvægts senior, som kunne udgøre potentielle OL kandidater for Atlanta 1996 og Sydney 2000. Dette vil fortsætte i sæsonen som står foran os.

Det er vigtigt at understrege, at trænerne og roerne i forbindelse med VM og Nations Cup 1995 yder det maksimale af forberedelser, da 1995 er altafgørende for OL-deltagelse.

Dansk roning har begrænsninger i antal af nye såvel som etablerede eliteroere og trænere på internationalt niveau. Det er derfor nødvendigt at samle alle kræfter om de olympiske bådtyper, da 1995 bliver et meget afgørende år med hensyn til OL kvalifikation.

Trænere/mandskaber som allerede i 1994 har opnået medaljer i OL-bådtyper blandt senior åben og letvægt opmuntres til at fortsætte arbejdet og kan få dispensation fra generelle og specifikke krav efter aftale med landstræneren.

Prioriteringen bliver derfor i udtagelserne:

1. Mulig OL kvalifikation med stærkest mulige hold.
2. Mulig 8. plads i ikke-OL-bådtyper ved VM, under hensyntagen til kvalificeret niveau.
3. Erfarings- og udviklingsbådtyper med henblik på årene efter 1996 (egentligt B-landshold).

B. Generelle krav:

Husk at indsende resultater for 6000 og 2500 meter test til "KU landstest i roning, Landstræneren, Skovalléen 40, 2880 Bagsværd".

Resultaterne skal være KU i hænde senest fredag d. 18. februar (Fredagen efter DM).

Beskrivelsen er inddelt i:

- E.a. Udtagelse til senior-NM.
- E.b. Udtagelse til senior-VM, A-landshold.
- E.b1 Ubetinget A-udtagelse til senior-VM.
- E.b2 Betinget A-udtagelse til senior-VM.
- E.c. Udtagelse til senior-VM, A-landshold.
- E.d. Udtagelse til senior-VM, B-landshold.

For at sikre en tilstrækkelig bred udvikling og udnytte muligheden ved at VM afholdes i Finland, har KU besluttet at arbejde både med A- og B-landshold i 1995.

A-landsholdet er principelt åbent for alle.

B-landsholdet består generelt af personer, som ikke har været til VM før, tilhører U23 kategorien eller betragtes som talentfulde. En kandidat til B-landsholdet forventes at dyrke eliteroning på landsholdsniveau de næste 5 år.

Gentagelse fra punkt A. ovenfor:

Trænere/mandskaber som allerede i 1994 har opnået medaljer i OL-bådtyper blandt senior åben og letvægt opmuntres til at fortsætte arbejdet og kan få dispensation fra generelle og specifikke krav efter aftale med landstræneren.

E.a. Udtagelse til senior-NM:

Udtagelse foretages efter Forårsregattaen. For bådtyper som ikke har vist niveau eller hvor der ikke er afklaring i det indbyrdes konkurrenceforhold, bruges KU Testregatta til endelig afgørelse.

Det forventes at letvægtskandidater er i vægt til Forårsregattaen og eventuelt KU-testregatta.

Endelig udtagelse til NM foreligger onsdag efter KU testregatta.

Udtagelsesansvarlig er Reiner Modest.

E.b. Udtagelse til senior-VM, A-landshold:

A-landsholdskandidater starter som minimum ved:

Odense Langstræk, Forårsregatta Bagsværd, Essen, Scandinavian Open/NM, Luzern. Desuden er det en forudsætning, at der efter udtagelse deltages ved den Internationale Københavnsregatta.

Dog vil scullerøere, der har niveau til deltagelse i FISA's World Cup, i samråd med Landstræneren, alternativt kunne deltage i World Cup istedet for de generelle udtagelsesregattaer.

Letvægtskandidater forventes at være i vægt fra Forårsregattaen og videre frem. Undtagelse herfor er hvis roerne deltager i tunge bådtyper til Scandinavian Open/NM, eller hvis der aftales specifikt med landstræneren.

Udtagelsesansvarlig er Reiner Modest.

Resultaterne vil blive offentliggjort i bladet "Roning", hvor der indgår vægtfaktor, testtider samt absolutte testtider.

Omkring de regattaer der anvendes til vurdering, skal det bemærkes, at KU lægger vægt på progression, dvs. at der vises sportslig udvikling fra sæsonstart til endelig udtagelse.

Det er vigtigt at trænerne arbejder seriøst på at, der kan ske omrokeringer så egoistiske hensyn i holdsætning elimineres.

C. Specifikke krav til U19 landshold:

Udtagelseskriterie for U19 er resultater, der sandsynliggør placering i den bedste halvdel til Junior-VM.

Følgende regattaer skal der som minimum startes ved:

Odense Langstræk, Forårsregatta Bagsværd, KU Testregatta, Sorø-regattaen.

I forbindelse med KU testregatta vil der blive arrangeret et trænermøde, hvor eventuelle større hold etableres.

Endelig udtagelse til NM foreligger onsdag efter KU testregatta.

Endelig udtagelse til junior-VM foreligger onsdagen før Sorø Reg.

Der foretages både A og B udtagelser. B-udtagelser er som hovedregel for junior B-roere og første års A-roere, med henblik på erfaring og udvikling.

Udtagelsesansvarlig er Bjarne Jeppesen & Claus Byskov Jensen.

D. Specifikke krav til U23 landshold:

Udtagelseskriterier for U23 er resultater, der sandsynliggør placering blandt de ni bedste til Nations Cup.

Følgende regattaer skal der minimum startes ved:
Odense Langstræk, Forårsregatta Bagsværd, KU Testregatta, Sorø-
regattaen.

Letvægtskandidater forventes at være i vægt fra Forårsregattaen på
Bagsværd Sø.

I forbindelse med KU testregatta vil der blive arrangeret et
trænermøde, hvor eventuelle større hold etableres.

Endelig udtagelse til Nations Cup foreligger onsdag efter Sorø
Regattaen.

Der foretages både A & B udtagelser. B-udtagelser er med henblik på
erfaring og udvikling.

Udtagelsesansvarlig er Bjarne Jeppesen & Claus Byskov Jensen.

E. Specifikke krav til senior landshold, NM & VM:

E.b1 Ubetinget A-udtagelse til senior-VM:

Hold der bliver nr. 1, 2 eller 3 ved Luzern-Regattaen, hvor hele VM94-
finalen er tilstede, og mindre end 3,0 sekunder efter vinderen er
automatisk ubetinget udtaget.

E.b2. Betinget A-udtagelse til senior-VM:

Landstræneren kan indbyde hold og roere til forstærkning af bådtyper
eller dannelse af nye bådtyper. Landstræneren knytter den egnede
træner(e) til holdet(ne). Evaluering af disse hold foretages af KU og
landstræneren i fællesskab.

Udtagelse af A-landsholdet foreligger onsdagen efter Luzern Regat-
taen.

F. Priser for landsholdsdeltagelse:

Følgende priser er gældende for deltagelse til diverse mesterskaber:

JJunior-NM:	kr. 1.400,-
Junior-VM, A-udtagelse:	kr. 2.400,-
Junior-VM, B-udtagelse:	kr. 2.900,-
Nations Cup, A-udtagelse:	kr. 2.900,-
Nations Cup, B-udtagelse:	kr. 3.400,-
Senior-NM:	kr. 1.400,-
Senior-VM, A-udtagelse:	kr. 2.900,-
Senior-VM, B-udtagelse:	kr. 3.900,-

Priserne er inclusive landsholdsdragt bestående af ro-trikot og
trøje. Såfremt en roer udtages til flere repræsentative opgaver, kan
prisen for udtagelse reduceres i forhold til prisen på tøjet.
Tilsvarende reduceres deltagergebyret for trænere.

Udgifter til træningslejre m.m. er ikke medregnet.

Danmarksmesterskab
til Lene S. Andersson
i Ergometerroning!

TILLYKKE TILLYKKE !!!



Nyt Sportsblad.

af Mette Bacher.

SPORTENS VERDEN er et nyt, landsdækkende sportsblad, der så dagens lys sidst i januar.

Bladet, der kan købes i alle kiosker landet over, koster bare 19,75 kr.

For ca. 20 kroner får man en masse læsestof om forskellige sportsgrene i det fyldige blad, der normalt vil have et sidetal på 70-80!

SPORTENS VERDEN, skal ikke være et resultatorienteret blad, men indeholde baggrundshistorier, forskellige spændende interviews med kendte personer indenfor sportsverdenen, måder at træne på, kost og ernæring m.m.

Sidst, der udkom et sportsblad var i midten af halvfjerdserne, hvor bladet Alt om Sport havde stor succes, indtil bladets redaktør fandt det smartest, at bladet lagde hovedvægten af stoffet over på Fodboldresultater. Det blev bladets endeligt - og først nu - mange år efter, vover en fynsk redaktion, at fremstille et sportsblad, som man håber, kan blive en succes.

Undertegnede har fået job som freelancer ved Sportens Verden, hvor roning selvfølger bliver prioriteret højt.

Emnerne kan f.eks. være: Projekt Sjælland Rundt, Morten Tøbbians dameotter-projekt, træningsmetoder osv.osv.

Hvis nogle af DSRs medlemmer har spændende projekter i gang, som I mener kan interessere landets sportsinteresserede, da ret henvendelse til undertegnede på telefon 44 44 55 57.

Selvfølger optager Sportens Verden ikke roning HVER gang, bladet skal til at udkomme, men spændende projekter indenfor vores sportsgren er måske interessante nok til en mindre artikel.

Mette Bacher.

DFfRs Hovedgeneralforsamling afvikles i Grenå d. 11.-12. marts.

I år afvikles roernes hovedgeneralforsamling på Stena Hotel i Grenå. DSR vil deltage med 4-5 personer, der blandt andet kan opleve følgende:

Lørdag d. 11.marts 14-16, Generalforsamlingen starter

- Indlæg om unges forventninger til idrætsforeninger, hvorfor og hvornår de ikke længere bliver indfriet. Generelt og inden for rosport v/Peter John. Hansen, Sportsanalytiker på Center for Idrætsforskning.

- Indlæg om internationale roprojekter v/Matt Smith, FISA.

Udover drøftelse af indkomne forslag og budgetter, er hovedbestyrelsen på valg.

Mette Bacher.

Redaktion: Lisbet Jensen (ansv.)
Vestergårdsvej 10, 1.t.v, 2400 Kbh. NV tlf. 38 34 48 63
Tryk : Brønshøj Minitryk - Oplag : 1300 eks.
Tidsfrist for indlæg til næste nummer er torsdag 16. marts 1995.

ADRESSELISTE

Danske Studenters Roklub - Strandvænget 55 - 2100 København Ø
Postgiro 500 34 66 - Kontortid onsdag og torsdag kl. 18 - 20
Telefon (Køkken og Kontor) : 39 29 63 26
MEDLEMSTELEFON (Garderobe og Bådhal) : 31 18 58 11

Formand

Henning Rasmussen
Normasvej 14
2000 Frederiksberg
36 46 47 67

Kasserer

Johan Frydendahl
Engbakken 27
2830 Virum
45 85 86 05

Sekretær

Lene Christensen
Østerbrogade 85,106
2100 København Ø
31 38 87 13

Kaproningschef

Jens Chr. Pørneki
Østerbrogade 88F, st.
2100 København Ø
31 38 09 97

Materielforvalter

Christian Pedersen
Th. Laubsg. 29,2.th
2100 København Ø
39 27 46 20

Instruktionsrochef

Karen Brems Føyn
Valbylangg.108,1.th.
2500 Valby
36 45 73 24

Langtursrochef

Ole Kammersgård
Vardegade 24,1.tv
2100 København Ø
31 42 53 60

Kontingentkasserer

Kun skriftlige henv.
DSR, Strandvænget 55
2100 København Ø
Att: Kontingentkass.

Kaproningsudvalg

Bettina Frederiksen
Sofievej 10, st.tv.
2840 Holte
45 41 06 17

Husforvalter

Mogens Haut
Strandvænget 55
2100 København Ø
39 29 84 99

Køgemester

Susanne Agersnap
H.C.Ørstedesvej 63
1879 Frdrbrg. C
35 36 88 05

Motionsrochef

Lars Bundesen
Fredensborgg.14,4.
2200 København N.
35 82 14 18

Motion+ rochef

Teis P. Hansen
Tåsingevej 66,3.th.
2100 København Ø
31 20 80 96

Kajakrochef

Vibeke Jansen
Borgervænget 78
2100 København Ø
31 18 47 80

ORIENTERINGSSEKTIONEN

Formand

Ronald Clausen
Engelsborgvej 44.
2800 Lyngby
42 88 58 86

Kasserer

Nis C. J. Schmidt
Hvedevej 14 st.
2700 Brønshøj
31 28 48 71

Sekretær

Johan Frydendahl
Engbakken 27
2830 Virum
45 85 86 05

Orienteringsløb 1995

<u>Dato</u>	<u>Løbstype</u>	<u>Skov</u>	<u>Arrangør</u>
12/03	B	Engtofte Søholt	Maribo OK
17/03	D-Spring Cup	Præstevang	FIF
18/03	A-Spring Cup	Danstrup Krogenberg	FIF
19/03	Gåsehus	Ravnsholt	*** DSR ***
19/03	D-Spring Cup	Gadevang	FIF
26/03	C	Næsbyholm	Herlufsholm GF
2/04	B	St.Li Bøgeskov	OK Roskilde
9/04	D-Anemoneløb	Tokkekøb/Øvelsestr.	SG
16/04	B	Kongskilde	OK Sorø
23/04	B-Rangliste	Gribskov Mårum	OK 73
30/04	B	Sverige	DSR

Tilmelding:

Gåsehusløb: Mødetidspunkt: Søndag mellem 10 og 12
3 baner på ca. 3 km, 5 km og 8 km

Øvrige løb: Johan Frydendahl tlf. 38 17 62 52 (arb.)
(14 dage før) Engbakken 27
2830 Virum tlf. 45 85 86 05 (priv.)

DANSKE STUDENTERES ROKLUB

Akademisk & Polyteknisk Roklub

DSR

MEDLEMSBLAD NR. 4 * APRIL 1995 * 63. ÅRG.



Roinstruktion anno 1936. (Mette Bachers fotoarkiv).

INDHOLDSFORTEGNELSE

"Sæsonstart 1995" leder /v Henning	s.	3-4
"Aktivitetskalender"	s.	5
"Kanindræberkursus" /v Instruktionsudvalget	s.	6
"Gåsehuset har fødselsdag" /v Ronald	s.	7
"Kajak" /v Niels Marker	s.	8
"Nyt fra Langtursudvalget" /v Søren	s.	9
"Fra arkivet" v/Mette Bacher	s.	10
"DSR's pigeotter i London" v/Christina	s.	11-12
"God start på dagen" /v Hanne & Asbjørn	s.	13
"Nyt fra kredsen" /v Inf. udvalget	s.	14
"Gamle skabe eller albuerum?" v/Lasse Wredström	s.	15
"Donau Tour 1995" v/Dorthe, Berit og Lene	s.	16-18
"Vi hører dere er danske ..." /v Niels Helweg-Larsen ..	s.	19-22
"Ny mand på Rostadion" /v Mette Bacher	s.	23
"6 km landstest i ro-ergometer" v/ Mette Bacher	s.	24
"Til Topmøde i Grenå" v/ Mette Bacher	s.	25-29
"Tyranner i Idræt" v/ Jens Hansen	s.	30-33
"Ordens- & amatørudv. beretn." v/ H. Möhring-Andersen ..	s.	34-38
"O-løbsprogram 1995"	s.	40

INDMELDELSE: sker ved at udfylde og indbetale indmeldelses-girokort. Dette forefindes på kontorets dør i bådehallen. Indbetalingen dækker de 3 første måneders kontingent. Nye er velkomne til 2 gratis prøvegange i klubben, inden indmeldelse skal finde sted.

KONTINGENT: opkræves kvartalsvist forud via giro. Ved overskridelse af betalingsfrist pålægges et gebyr på 25 kr. pr. rykker. Hvis rykker krydser forsinket indbetaling kan der ses bort fra rykker, men gebyret vil blive opkrævet det følgende kvartal.

UDMELDELSE: Kan ske gældende fra 1/1, 1/4, 1/7 og 1/10 og skal være DSR i hænde med mindst 3 dages varsel. Gyldig udmeldelse foretages ved at indbetale et girokort på nøjagtig kr. 3,00 til DSR's girokonto nr. 500 34 66 samt ved at anføre "udmeldelse", navn og adresse på den del af girokortet, som posthuset beholder (betalingsdelen). Girokortet er dokumentation for, at udmeldelse har fundet rettidigt sted og man bør i egen interesse gemme girokvitteringen. Kontingentopkrævningskortene kan ikke anvendes til udmeldelse, idet meddelelser ikke kan anføres på disse.

OBS ! IKKE AUTOMATISK UDMELDELSE VED RESTANCE: Man er medlem og kontingentpligtig, indtil gyldig udmeldelse har fundet sted, uanset om DSR's faciliteter og aktiviteter benyttes. Eksklusion vil først finde sted ved en restance svarende til ¼ - 1 års kontingent og restancen vil om nødvendigt blive inddraget ved incasso. Alle omkostninger i forbindelse hermed betales af skyldneren.

Sæsonstart 1995

Rosæsonen står for døren. Den 2. april hejser vi standeren som traditionen byder med sangledsagelse fra Studentersangforeningen og efterfølgende frokost. Jeg håber naturligvis at se rigtig mange af jer ved den lejlighed (**søndag den 2. april kl. 11.00**).

Med standerhejsningen er startskuddet så givet til 6-7 måneders aktivitet på vandet.

Aktivitetsmæssigt, mener vi, at være klar med et godt tilbud til alle uanset ambitionsniveau.

Motionsroningen har altid været den bærende aktivitet i klubben, og det vil den nok også være fremover. Her er strukturen den kendte. Man mødes hver tirsdag og torsdag kl. 17.00, hvor der vil være rovagter til at sørge for holdsammensætningen, således at alle kommer ud at ro. Herudover er der frit spil på alle andre tider, og jeg håber at mange vil udnytte andre tidspunkter, da en spredning af aktiviteterne er et ønske, der står højt på bestyrelsens ønskeseddel. Der vil blive taget initiativer til at støtte denne spredning bl.a. ved oprettelse af rovagtsordninger på andre tidspunkter, men det frie initiativ er meget velkomment.

Jeg gerne gøre lidt reklame for morgenroning. Her vil du med garanti ikke blive mødt af rovagter, der blander sig i dine gøremål, mens du er i gang med at vågne. Skal du have en god start på dagen, er der næppe nogen bedre måde. Vejr og vind plejer at arte sig i de tidlige morgentimer, så Sundet er en fantastisk oplevelse på dette tidspunkt. Er du ikke overbevist, så prøv!

Til de, der ønsker lidt mere målrettet motion, har vi i år gjort en ekstra indsats for at få MOTION+ rigtig i gang. Her vil du blive sat på hold med andre, der har samme ambitionsniveau som du selv, hvad enten dette er at være aktiv deltager i langdistancekaproninger, deltage i inriggerkaproning på kortbane (2000 m), dyrke (motions)kaproning i outriggede både med træning 2-4 gange om ugen eller blot mødes regelmæssigt for at få sved på panden. Teis P. Hansen leder og fordeler, så henvend dig trygt til ham og følg desuden med i opslagene i klubben.

Kaproning på højt plan dyrkes også i DSR. Vi har i øjeblikket en kaproningsafdeling på 30-40 m/k-er, der træner dagligt en eller flere gange. Har du lyst til at prøve kræfter, så tal med Jens Chr. Pørneki om, hvorledes du kommer i gang.

Vi skal ikke her glemme langtursroningen, der under Ole Kammersgaards ledelse har lagt et ganske omfattende program for ferieture i år. Men også på dette område, vil eget initiativ blive påskønnet. Har du lyst til at tilbringe ferien i/med en robåd, så tal med Ole. jeg er sikker på, at han vil være enhver behjælpelig med at realisere deres planer.

Det daglige rofarvand undergår til stadighed forandringer, både positive og negative. Til de positive hører at der med bebyggelsen af midtermolen i frihavnen er åbnet for færdsel i den gamle frihavn. Indsejling kan ske dels ved at gå styrbord om Langeliniefyret og dels gennem kanalen inde ved "Isbjørnen". Til det negative hører at der er ombygninger i gang i Svanemøllehavnen, der vil blive oprettet fortøjningspladser til sejlbåde på ydersiden af molen i hele løbet ind til Kalkbrænderihavnen, hvilket betyder, at den første del enhver rotur fra klubben skal forgå i stærkt trafikeret farvand, hvor en stor del af trafikken tilmed går på tværs at sejløbet.

Vær forsigtig, vi skulle nødigt have alt for mange uheld med påsejlinger. Når I forlader klubben, så gå ud gennem udsejlingen for robåde som sædvanlig og ro helt over til den modsatte side af havneløbet, før I vender næsen udad. Der vil i de kommende år ske mange forandringer i Svanemølleområdet, desværre nok ikke til det bedre set fra roerside, men hvis vi alle sammen viser lidt hensyn og agtpågivenhed, så lærer vi også nok at leve med forandringerne.

En af de faste begivenheder her i foråret er Dansk Forening for Rosports hovedgeneralforsamling. Det ville være en overdrivelse at sige, at der skete revolutioner. Emnerne var de sædvanlige. Ungdomsroning og en profilering af motionsroningen. Der tales meget, men jeg synes ikke resultaterne står mål med alle de gode hensigter, man hører om. Men det jo nok heller ikke fra hovedorganisationerne, vi skal forvente aktivitet i det daglige, men fra klubberne.

Det ser ud som om mange gør et ganske stort stykke arbejde på ungdomsroningsområdet. Bl a. er der afsat midler til ungdomsvenligt materiel, da vi jo nok må se i øjnene, at vore traditionelle inriggere ikke er særlig velegnede til unge på 12-14 år. For DSR's vedkommende er dette ikke særligt aktuelt, da vi ikke har eller har planer om en ungdomsafdeling. Unge er velkomne, vi skal nok finde noget fornuftigt materiel til dem at ro i (nok hovedsageligt outrigget materiel), men vi går ikke ud i nogen større hvervekampagne. De af jer, der har børn i alderen over 12 år, bør naturligvis tage dem med ud at ro, således at de kan få smag for vores idræt.

Men som sagt, det er forår, rosæsonen starter, og se så at komme ud af jeres vinterhi.

Vel mødt til sæsonen 1995.

Henning.

Aktivitetskalender 1995

- * 2. april : Standerhejsning kl. 11.00
- * 4. april : Ekstraordinær generalforsamling kl. 19.30
- * 10. april : DSR's venners generalforsamling
- * 30. april : Langtursaften kl. 19.00
- * **13. maj** : **Introfest (flyttet fra d. 12. → 13. maj)**
- * 12.-14. maj : Langtur på Roskilde Fjord
- * 3.-5. juni : Langtur i de sydsjællandske farvande
- * 10. juni : Fødselsdagsfest
- * 23. juni : Sankt Hans
- * 26. august : Kanifest
- * 30. august : KVIK-match
- * 23. september : Klubkaproning + fest
- * 28. oktober : Standerstrygning

Bemærk!!!!

4. - 5. maj i DSR

I år fejres som bekendt 50-året for befrielsen i 1945. Da DSR havde en del medlemmer, der omkom under frihedskampen, vil DSR også markere dette jubilæum. Da der i skrivende stund endnu ikke foreligger programmer for, hvad der sker 4. og 5. maj, er der endnu ikke taget stilling til, hvorledes DSR vil deltage. Et bud er, at der vil være en eller anden form for roing den 4. maj om aftenen. Da næste nr. af bladet formentlig først når ud kort før den 4. maj, vil jeg opfordre medlemmene til at følge med på opslagstavlen, hvor det vil blive bekendtgjort, hvorledes DSR deltager i markeringen af jubilæet.

Lars Bundesen, motionsrochef

Kanindræberkursus VI

Instruktionsudvalget inviterer igen i år alle klubbens aktive instruktører til Kanindræberkursus.

Vi mødes i DSR

fredag den 5. maj kl. 17.00

og er tilbage samme sted

søndag den 7. maj ca. kl. 15.00.

Hvor vi skal hen - og hvad vi skal lave - er traditionen tro en velbevaret hemmelighed ...

Tilmelding sker på opslaget på instruktionsudvalgets opslagstavle eller til Anders Grøn på telefon 31573974 senest den 15. april 1995.

Medbring:

Sovepose og liggeunderlag/luftmadras
Tallerken, glas/krus og bestik
Lommelygte
Fornuftigt tøj til inden- og udendørs brug
Hæfteplaster og støttebind ...

Vi glæder os til at se så mange som muligt.



Instruktionsudvalget.

Gåsehuset har fødselsdag!

Den 23. marts er det 50 år siden Gåsehuset blev indviet. Det skal fejres!

Der er udtrykt et ønske om at der bliver lavet løb fra Gåsehuset efter den 19. marts, hvor det sidste løb er planlagt.

På grund af påske med mere, har sektionen valgt at opfylde begge formål ved at fejre jubilæet



Den 30. april 1995



Der vil være normalt træningsløb om formiddagen fra klokken 9.30.

Klokken 13.00 er sektionen vært ved en jubilæumsfrokost.

Af hensyn til dimensionering af det kulinariske:

Tilmelding på liste på opslagstavlen, eller til Ronald, Johan eller Nis senest den 27. april.

Da der er mange, der fra gammel tid forbinder Gåsehuset med weekendophold, foreslår jeg, at man overvejer, at tage op i Gåsehuset lørdag aften og hygge sig ved pejsens luende ild. Dette er en af de gamle traditioner, som desværre ikke er meget anvendt mere. Skulle der blive for mange til husets køjer, så gør årstiden det muligt at overnatte udendørs i telt. Benyt denne lejlighed til at opleve natten i skovens omgivelser! Det er enormt hyggeligt!

Mvh. Ronald

Sæsonen står for døren - på denne dør står der "Kajak"

En leder fra kajakudvalget

Vi har i vinterens løb udarbejdet et **forslag** til "Reglement for Kajakroning i DSR", dette forslag arbejdes der i øjeblikket på endeligt at tilpasse klubbens reglement. Vi har med udgangspunkt i klubreglementet og reglementet fra andre klubber tilstræbt et reglement der konkretiserer rettighederne og mulighederne for kajakroning i DSR.

Vi håber med reglementet at opnå mere oplyste forhold omkring kajakroningen.

Vi vil gerne at kajakinstruktionen i 1995 kan få samme omfang som i 1995 med 3 ugekurser (à 5 personer) i hhv. den første hele uge i juni, juli og august - med opfølgende instruktion på onsdage samt evt. opsamlingsdag den sidste søndag i måneden til svømme-, entrings- og andre ubetinget våde prøver. Dette er dog ret tvivlsomt da det afhænger af hvor mange af de instruktører klubben tidligere har trukket på der vil stille op.

Bladets næste nummer vil indeholde nærmere informationer her om.

Der er ikke fra kajakudvalgets side planlagt organiserede træningsprogrammer à la motion+. Der er imidlertid nogle som på eget initiativ fastholder en intensiv og systematisk træning/roaktivitet året igennem, og langt flere som nøjes med roning i solskin, varme og vindstille.

Niels Marker



Nyt fra Langtursudvalget

16 DSR-roere på Langtursstyrmandskursus

Langtursudvalget har afholdt sin første større aktivitet. Det skete i weekenden 18.-19. februar, da 16 DSR-medlemmer var på langtursstyrmandskursus. Kurset var første skridt på vejen til at få uddannet nogle flere langtursstyrmænd i DSR. Sagen er i al sin enkelthed nemlig den, at uden langtursstyrmænd er der ingen langture, eftersom langtursreglementet kræver mindst en langtursstyrmand pr. båd. Den overvejende del af deltagerne på kurset var medlemmer med et til to års erfaring og et tilsvarende antal langture bag sig. Derfor skal man nok ikke vente at alle bliver langtursstyrmænd i år, men så måske til næste år.

Kredsens røde hæfte

Nu er der jo andre muligheder for at tage på langtur end de, der tilbydes fra DSR's side. En af dem er at tage på langtur med DFR's Københavns Kreds. Kredsen udgiver hvert år det såkaldte røde hæfte, hvor alle kreds-aktiviteter er omtalt, f.eks. er det kredsen der står for den årlige fælles tur til Struckmannsparken. På langtursiden tilbyder kredsen i år bl.a. to skærgårdsture til Norge. Det røde hæfte skulle meget gerne ligge fremme i Slyngelstuen, men turene vil også blive slået op på opslagstavlen.

Langtursaften den 30. april

Husk langtursaften søndag den 30. april kl. 19.00. Der er temaer nok at tage fat på, f.eks. målet for DSR's sommerlangtur. Har du lyst til at vide mere, stille forslag eller bare finde dig selv, så mød op den 30.

Planlagte ture

12.-14. maj (store bededagsferien) på Roskilde Fjord.

3.-5. juni (pinse) i de sydsjællandske farvande.

Derudover to ugeture i sommerens løb:

I industriferien (enten uge 28, 29 eller 30) i Danmark eller et af vores nabolande.

I august (enten uge 31, 32 eller 33): Fyn rundt.

Nærmere oplysninger følger på opslagstavlen og her i bladet.

DSRs dameotter gjorde det fremragende i London forleden.

Mette Bacher har været sit billedarkiv igennem og fundet et billede, taget i forbindelse med Head of the River 1936!

GIRLS PREPARE FOR HEAD OF RIVER RACE.

Ropigerne fra Lyons Club træner iøjeblikket i Hammersmith frem til Head of the River Race. De har vundet dette løb 3 gange, fået en andenplads to gange og roet dødt løb en enkelt gang - og er naturligvis storfavoritter dette år.

Photo shows a novel view of the Lyons girls at practice followed by their coach in a launch. 5. februar 1936.



DSR's pigeotter i London

En beretning om, hvordan vi slog 1962 roere på 19 min. og 31 sek.



Uerfarne og spændte ankom vi, DSR's pigeotter, til London onsdag den 8. marts, for at deltage i Womans Head of the River. Mange af os skulle ved denne lejlighed have taget vores regatta-mødom, og Morten var taget med for at assistere med dette. Distancen på $4\frac{1}{4}$ miles (6,8 km) skulle roes på Themsen. Regattaen var forbeholdt ottere, helt nøjagtigt 229 stk. kvindeottere! Vi havde lejet en otter hjemmefra, og det viste sig heldigvis at være en fin gul empacherbåd -lige vores stil.

Selve løbet skulle foregå den 11., så vi havde et par dage til at lære Themsens tidevand og strømninger at kende. Netop de stærke strømninger er Themsens kendetegn. Den engelske kvindelandsholdstræner Bill Mason holdt et langt foredrag for os om Themsens færdselsregler og strømforhold. Selve løbet skulle foregå i medstrøm, og Bill forklarede, hvor vigtigt det er at ligge midt i strømmen på floden. Faktisk giver denne position flere minutters forspring over dem, som ikke kender fidusen. Pointen, som Anne Kathrine noterede ned, var altså: Korteste vej ≠ hurtigste vej, men strømmens vej = hurtigste vej. Vi var vist en del, som efter denne lektion var glade for, at vi ikke skulle styre otteren, men blot ro den.

Dagene bød dog på mere end træning på Themsen, middagslur og bådstilleri. Vi fik bl.a. shoppet i de engelske stormagasiner. Søstrene Frederiksen (også kaldet Søstrene Gisp) gik helt amok i Marks og Spencers undertøjsafdeling og Vibe og Rie fik suppleret deres garderober med sko og kjoler. Lisbeth og Mette fik set det meste af London på 45 minutter, mens Stinne og skribenten hellere lå vandret på hotellet. Vores styrkvinde Anne Kathrine gjorde sin entre i Pizza Huts ismaskiner, men skuffede bravt ved kun at spise én portion, og stakkels skadede Anette (nu under bedring) måtte konstant være vores pakæsel. Vi var indlogeret på Hotel Julius Cæsar, et hmmm, lad os sige lidt under middel Hotel. Kakkellakken på værelse 307 var jeg selv vidne til, den lå på gulvet 3 dage, -i træk. Morgenmaden var afmålt, men ganske god.

Så kom lørdag formiddag snigende. Det var 8 spændte piger i splinternye Alsø og Breinholt T-shirts, DSR-trikoer og grønne knæhøje gummistøvler, der stod klar i vandkanten for at sætte otteren ud på ægte Themsen-maner (OBS, til information: Themsen har ingen bådbroer). Anette og en noget nervøs Mr Tibian ønskede god tur. Vi roede stille mod strømmen op ad Themsen. Synet af de mange engelske skoleottere, der væltede fra side til side dulmede nerverne lidt. Der var ca 1,5 time til start. Bådene blev flere og flere og styrmændenes stemmer fyldte luften. Vi nåede startområdet og blev dirigeret ind til bredden. Der lå vi så og skulpede og kæmpede mod strømmen og nerverne. Og så pludselig blev første gruppe sendt afsted. De kom piskende ned af floden med ca 10 sek.'s mellemrum. Det kunstneriske indtryk oversteg klart det tekniske. Ikke to hold var ens, der var lyserøde, lilla, stribede og prikkede trikoer.

Vi fik øje på den tyske og den engelske landsholdsotter kort før at starten til gruppe 3 (vores gruppe) skulle gå. Puha, der sad et par velvoksne kvinder på de både og strittede med overarmene. De skulle starte umiddelbart efter os, så vi var forberedte på ikke at gå helt ned med flaget, når de ville rykke forbi os. Og så var tiden inde, båd nr 140 blev bedt om at gøre klar til start--shit det var jo os. Anne Katrine fik stemmen på gлед: "Klar til 3 trekvarte tag fulgt af 10 stærke, 8..., vi finder tempoet denne gang... tempo 34..., vi presser dem..., vi bliver ved...". Sådan lød det, og det følte rigtigt, sådan rigtigt av. Og Anne Katrines stemme kværnede derudaf "10 stærke denne gang..., vi bliver ved.." 19 minutter og 31 sekunder senere var vi i mål, godt tilfredse - og trætte.

Resultatet fik vi først søndag morgen, da vi skulle hente årene i roklubben. Vi havde drømt om top 5, håbet på top 10 og blev nr 11. Den Engelske otter havde vundet, slået banerekord (18.14) og banket Tyskerne (18.40. Men vi vender tilbage, tvivl ikke. Næste år, når vi er blevet bedre (samroet hedder det vist), og Anne Katrine har reserveret plads lige der, hvor strømmen er stærkest, så vanker der...

Vi takker Sørensens Sportsrejser for en veltillrettelagt og arrangeret tur.



GOD START PÅ DAGEN ?

PRØV MORGEN GYMNASTIKKEN

TIRSDAGE & FREDAGE KL.7 !

**VI ER FÆRDIGE LIDT I OTTE MED
SELVE GYMNASTIKKEN.**

**SÅ HAR DU TRAVLT - KAN DU
VÆRE OMKLÆDT OG PÅ VEJ TIL
NÆSTE MÅL KL.8.**

**ELLERS HAR DU MULIGHED FOR SAUNA
OG EN SLUDDER OVER MORGENKAFFEN,
MENS DU NYDER UDSIGTEN FRA VERANDAEN.
DET ER BESTEMT EN GOD START !**

HANNE & ASBJØRN

KORT OM KREDSGENERAL- FORSAMLINGEN

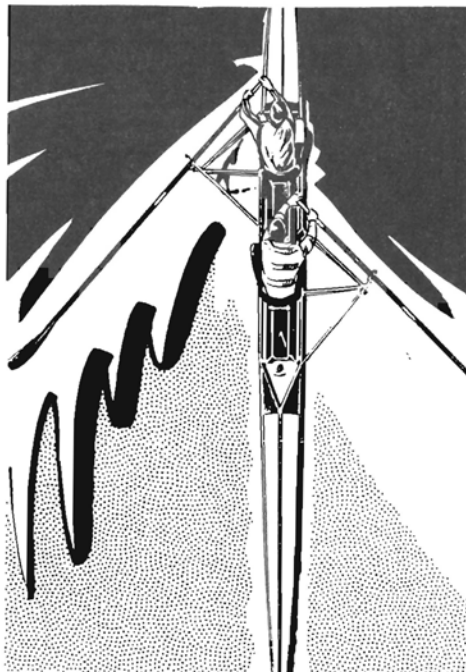
ÅRETS ROER blev Søren Nielsen fra KVIK på grund af sin ide-rigdom og sit engagement i roningen. Søren er bl.a. initiativtageren til onsdags-motionstræningen ved Charlottenlundfortet i sommers.

OM 2 ÅR skal Motions- og Turudvalget komme med et forslag til en ny lejrgrund til erstatning for den grund i Nivå, der blev eksproprieret for ca. 15 år siden. Alternativt skal udvalget komme med et forslag til anden anvendelse af det sammensparede beløb på Lejrgrundskontoen.

KREDSKONTINGENTET bliver kr.47,- pr. medlem for 1995.

SAMARBEJDET MED KANO- OG KAJAKFORBUNDET om emner som retten til at bruge "regatta-søer", fælles bådhaler o.s.v. skal øges om muligt.

Bjarne Engell/Inf. udvalget.



Stor dag for Dameroklubben GEFION.

Der var rød løber, flere af GEFIONS ældre og trofaste medlemmer samt en spændt formandinde, Mona Sillemann, da Dameroklubben GEFION torsdag d. 9. marts, kunne modtage en veloplagt Prinsesse Benedikte til bådedåb.

En dejlig 2-åres inrigger fra Vichtor Jensen i Hundested, var skænket GEFION af Frederik d. IX' s Fond. Normalt foretages bådedåben på Frederik d. IX' s fødselsdag, d. 11. marts, men da denne dato faldt sammen med afviklingen af årets Hovedgeneralforsamling i Grenå, valgte man at foretage bådedåben, torsdag d. 9. marts.

- Jeg døber dig Frederik og håber, at du må bringe lykke og dejlige oplevelser for roerne i fremtiden, sagde Prinsesse Benedikte, der umiddelbart efter bådedåben udviste meget stor interesse i bådens flotte detaljer.

Sammen med den snart 75-årige bådebygger, Vichtor Jensen, så Prinsessen båden efter i sømmene og fik svar på mange spørgsmål.

Gamle skabe eller albuerum?

Med udgangspunkt i "Spørgeskemaet" i medlemsbladet nr. 2 i år, vil jeg tillade mig at koncentrere mig om skemaets punkt 4 som lyder:

"Vil du hellere bevare de gamle skabe og dermed ikke få mere gulvplads og albuerum?"

Siden min start i DSR i 1986 og til idag, er et af de forhold i klubben som jeg finder meget tiltalende, den måde man både fornyer men ikke mindst vedligeholder klubbens historie, ikke mindst inventar. Her tænker jeg f.eks. på arealet i forhallen med mindetavlen over DSR roere som faldt i frihedskampen, eller på de store lænestole som blev istandsat for få år siden.

Jeg synes det er et flot stykke arbejde i klub-sammenhæng både at forny sig men også at bevare det som er relevant og stadig brugbart.

Nu overvejer Bestyrelsen imidlertid (som den også gjorde for 3 år siden) at rive de flotte gamle skabe ned i omklædningsrummene. Skam og skade for den tanke.

Skabene er gode nok som de er og opfylder for mig at se de behov som er i klubben, samtidig er de en vigtig del af klubbens historie. Lad dem dog blive hvor de er. For var der pladsproblemer, kunne man jo starte med at rydde ud i de tomme skabe som har stået ledige i årevis.

Istedet burde man bruge pengene på at isolere gulv og loft samt indlægge varme i omklædningsrummene.

Bestyrelsens tanke med at skabe albuerum er smuk og nobel, men kan alt for let forveksles med tanken om at ville lave et monument over sig selv.

Tak for initiativet, men bevar husets historie og brug så pengene på noget mere fornuftigt og hensigtsmæssigt. Både f.eks.

Men som et stort PS vil jeg alligevel takke Mogens for det store arbejde du i mange år har gjort i klubben for at vedligeholde huset, tak skal du have, trods dette initiativ.

Lasse Wredström

Donau Tour 1994

"An der schonen blauen Donau" var titlen på en af året DfFR tur. Fra DSR var vi tre piger, som ønskede at prøve vores grænser af med en sådan "rejsebureau bustur", og så tilmed arrangeret af *jyske roere*.

Efter en gang metaltræning følte vi os godt rustede til 4 timers togtur til Fredericia efterfulgt af 15 timer i bus for at nå frem til Pocklern i det nordøstlige Østrig. Det var nemlig udgangspunktet for roturen ad Donau.

Det var en blandet skare af folk, der tog imod os fra Sjælland og omegn (læs Bornholm) ventende i bussen på Banegårdspladsen. Jyderne havde arrangeret sig, så vi fik den bageste del af bussen (for man skal jo ikke integrere sig med fremmede uden først at se dem lidt an!).

Fremme i det østriske blev vi delt ind i telt/mad hold af 6 stk. godt på tværs af klubberne. Sådan en gang teltomslagning er en god måde at blive rystes sammen på, især når udfordringen er et splinternyt iglotelt på størrelse med et mindre cirkustelt.

Allerede fra første dag var linjen lagt - op kl. 7, morgenmad og fastsættelse af bådhold. Vi havde ialt 12 2-åres og en 4-åres, som skulle besættes med nye mand-skaber hver dag. Selvfølgelig var alle vilde med at komme på vandet denne første dag efter en lang og varm bustur, men 10 m/k'er måtte hver dag trække det korte strå og blive på land med de pligter der fulgte med af indkøb teltopslagning og andre serviceopgaver. Det blev en vaks tur på 45 km og sikke det gik deruda'. På land igen fortalte vi landkrabberne om denne herlige medstrøm, og de glædede sig til næste dags tur. Efter dagens etape var vi en del, der badede i floden. Det var en herlig fornemmelse at hoppe i vandet og så bare lade sig drive medstrøms hen til næste bro. At svømme imod strømmen var umuligt, det var kun lige netop muligt at holde sig på samme sted. Vi var havnet i et østriske vindistrikt, så andre besøgte en lokal vinbonde, hvor de fik smagsprøver og købte billig vin til aftensmaden.

Næste dag blev noget af en kold tyrker (ikke kun pga. for meget billig vin) for det var så som så med den såkaldte medstrøm, istedet blev det til 60 km hårdt arbejde i bagende sol. Det var så varmt, at det var ulideligt at holde pause på vandet, og den eneste skygge vi havde udsigt til, var skyggesiden i slusen efter 50 km af dagsruten. Naturen havde også ændret sig fra den første dag hvor hver eneste bjergtop havde sin egen slotsruin til at flade mere og mere ud efterhånden som vi nærmede os Wien.

Trejdedagen var sat af til sightseeing i Wien. Sådan en dag er nu hårdere end at ro for det ømme punkt flytter sig bare længere ned - helt ud i fødderne efter en tur i domkirkens tårn, op og ned af hovedstrøget og hvad enhver turist ellers kan finde på.



Ventetid ved en af de mange sluser.

Nu var Østrig et overstået kapitel. Pga. grænseformaliteter sprang vi et stykke af Donau over og kørte istedet bådene til byen Győr i Ungarn. Kontrasten var stor set fra busvinduet - fra det velplejede Wienerdistrikt til landet i Ungarn, for her i det nordvestlige hjørne kunne man virkelig tale om at være langt ude på landet. Men der var også dejlige overraskelser f. eks. en nypløjet mark helt fuld af langbenede storke igang med det helt store morgencomplet, eller en flot gul mark, men kun fra sydsiden, for det var nemlig året modeblomst, nikkende solsikker.

Vi var i Győr ved middagstid, heden var kvælende, men da vi skulle ro de første 15 km på en lille biflod, formodentligt helt uden medstrøm, havde vi ingen ideer om, hvor lang tid dagens distance ville tage, så det var bare om at få bådene i vandet. Og så blev der ellers gået til den, for luften stod helt stille i det smalle snoede løb og det gjorde lugten også - føj for en stank! Søren, vores rejseleder, havde sagt, at vi ikke måtte bade idag og det var der sandelig heller ingen, der havde lyst, til for hvem vil bade sammen med en død gris!

Dagens lejrplads viste sig at være myggenes eldorado. Vi blev, inden vi havde set os om, oversået med store væskefyldte blærer, der kløede som bar fanden. "Gå væk myg" var changeløs, så Dorthe blev vældig populær, da hendes hjemmeapotek af en veludrustet rospand indeholdt antikløe middel.

Næste rodag var den længste, en tur på ialt 72 km. Og da temperaturen i middags-timerne var oppe over de 40°C, blev det besluttet at stå op kl. 5 for at have mulighed for at komme på land og i skygge midt på dagen. Søren, vores berømte rejseleder, glædede sig for det ville være første gang han med sikkerhed kunne få styret sin lyst til højlydt at åbne teltlynlåsen (det er bare det værste!) og med høj klar stemme råbe GO'MORN', SÅ SKA' VI OP! (udtales på jysk). Det skal ikke være nogen hemmelighed at denne morgen (læs nat) kom Søren først. Denne dag var der stor flexibilitet, hvor mange byttede vand/land plads midtvejs. Vi fra DSR var på landhold denne eftermiddag. Under teltomslagningen kom en campist hen og sagde, at han ville anbefale os at vende teltåbningerne en bestemt retning for at få læ, hvis det skulle begynde at regne. Men sagde han også, at det gør det nok ikke, for det havde ikke regnet i 3 uger på egnen. Vi takkede for tippet og fulgte det alligevel, og gudskelov for det, for der gik nøjagtig en halv time, og så var der skybrud!

Lene lagde to og to sammen og kom til at hun skulle have landtur den sidste rodag. Trods en ihærdig indsats lykkedes det ikke at købe sig til et rosæde. Denne sidste strækning ind til Budapest gik gennem det historiske Donaukæ, hvor Donau fra at have løbet vest-øst, pludselig skifter retning pga. bjergformationerne til nord-syd helt ned til Sortehavet.

Istedet blev det til en hektisk dag, for som tradition tro skulle turlederne, trailer- og buschauffør ved turens afslutning have en mere eller mindre anvendelig gave. Til vores store glæde løb vi ind i en markedsplads, hvor vi under et middelalderoptog kunne købe den ene afskyelige dims efter den anden.

Den sidste etape sluttede 5 km udenfor Budapest. Det var muligt at ro ind til byen, hvilket mange benyttede sig af. Og da vi skulle hjem igen, fik vi lov til at prøve kræfter med modstrømmen og den var hård at bide skeer med.

Kontrasten mellem Wien og Budapest er slående. Hvor Wien ligger med ryggen til floden, skærer den Budapest lige midt over, heraf det tidligere Buda og Pest. Man kalder floden var byens hjerte. (Citat Turen går til Ungarn)

Nu var en dejlig uge ved at gå på held. En uge med mange herlige minder, mange nye venskaber blev knyttet. Vi havde også fået udvidet ordforrådet med bl.a. "Te' bā me' æ hār, sā a' vi kla'". Vi vinkede farvel til bussen, der nu skulle ud på en lang rejse. En tur der blev meget stille, har vi senere hørt, for her var mange timers søvn, der skulle indhentes efter ialt 262 km's roning og lange aftener, og dermed korte nætter.

Selv blev vi i Budapest for bl.a. at kigge nærmere på byen og bl.a. prøve de berømte thermalbade.

Dorthe B., Berit J. og Lene H.

"VI HØRER DERE ER DANSKE..."

af

Niels Helweg-Larsen
(Nillikum)



Sorgenfri 1995

Af og til bør man nok belære den sorgløse og forkælede opvoksende ungdom om de genvordigheder, vi ældre generationer i tidens løb har måttet lægge ryg til. F.eks. om alt det vi måtte savne og undvære under besættelsen.

- Hvad savnede du i grunden mest? spurgte jeg en gang i overværelse af nogle børn og børnebørn min elskelige hustru. Alt, sagde hun lystpessimistisk og fortalte henført om den meget ringe sæbe, der mindede om ler og ikke ville skumme, og vi måtte få helt medlidenhed med os selv i de fjerne år, da hun berettede om husmoderligt besvær hos slagter, købmand og andre handlende, om rationeringsmærker og om at få rationerne til at slå til.

- Men vi fik da føden, sagde jeg trøstende, og folkesundheden steg på grund af de færre kalorier. - Og livet er jo ikke kun fødevarer, fortsatte jeg og fortalte, med pædagogisk sigte, om de såkaldte nydelsesmidler, der blev midler til mindre og mindre nydelse efterhånden som erstatningsvarerne trængte frem på markedet. Torvesmuldslignende produkter, der skulle gøre det ud for kaffe, betegnedes med rette Kafiso, fordi folk, der indtog det i større mængder, gik og småpruttede dagen igennem. Cigaretterne, vistnok væsentlig af fynsk herkomst, var mindst lige så ildesmagende og lugtede tilmed afskyeligt. En af dem hed af en eller anden grund Powhattan, men blev af folkeviddet omdøbt til Pu-ha-da, et navn, der var fuldt så rammende. Det var først da man efter krigen igen kunne få rigtige cigaretter, at jeg lagde denne form for tobaksnydelse på hylden.

Vin og spiritiosa var ikke hvad de havde været. Den danske pullimut kunne ingenlunde holde mål med vinene fra de franske chateauer, men man fik til gengæld gevaldig ondt i maven af den. For dem, der var så heldige at kende nogle medicinere, kunne hospitalssprit tilsættes likøressens. Det smagte heller ikke godt, men gjorde folk berusede på en hastig og uberegnelig måde. Nogle gik i gulvet, andre blev helt ustyrlige, og det prægede i nogen grad selskabeligheden. På grund af de begrænsede transportmuligheder og spærretiden, var denne ofte beregnet på at vare til den lyse morgen. Kun sabotører forlod af og til selskabet for at gå ud og sabotere, og vendte efter vel overstået bang tilbage til festlighederne. Denne form for selskabelighed gav i visse kredse anledning til en del promiskuitet, hidtidige forbindelser blev i al

utugt og ære erstattet med andre, i muntret og langvarigt lag var der nogen, der var tilbøjelige til at glemme, hvad man foran alteret havde lovet hinanden, Vorherre og pastor Balslev. Ægteskaber blev opløst, nye indgået, uægteskabelige forbindelser indledt i ly af mørklægningen. Mangt og meget gik i svangerskab...

Ja, vi havde sandelig grund til at have ondt af os selv. Men sommetider kan det være helt forfriskende at genopleve overståede fortrædeligheder. En episode fra lige efter krigen randt mig i hu i forbindelse med disse betragtninger. I 1946 var vi seks danske roere i to både på langtur i den norske skærgård fra Kristianssand til Oslo. Under krigen havde vi jo måttet holde os til de hjemlige farvande, men nu skulle vi foretage denne af så mange gæve roere højt priste vikingefærd. Alt efter livsindstilling og temperament kan man mindes sine langture i åben båd som temmelig våde, hvor man i timevis, ja sommetider i dagevis kunne sidde i regn, storm og slud, med væde fra oven og soer ind fra siden, kæmpende for ikke at kænre eller blive slynget ind mod skærene, og med styrmanden råbende igennem elementernes rasen. Husk på, drenge, vi gør det for fornøjelsens skyld! Eller man kan mindes når vinden havde lagt sig, og man roede i smult vande og norske jenter vinkede forjættende til os fra kysten og man lagde ind ved læsiden af et ode skær og hoppede ud i det dybblå vand, der var så salt, at svømnehallernes klorbølger kunne gå hjem og lægge sig, og bagefter indtog et måltid af rugbrødsmadder med krydderfedt og bagefter igen lå og soltorrede på klippen, ja, så var saligheden så meget desto saligere på baggrund af de overstandne strabadser.

Men denne langtur i 1946 var nærmest som et triumftog, det danske flag blev hilst med begejstring, glade gutter og nydelige jenter tilvinkede og tilsmulede os og af og til blev vi da inviteret ind på en "pjolter".

Også langtursroere kan sommetider længes efter lidt mere civiliseret fode en den, som nogle hjemmefra medbragte, efterhånden temmelig mugne humpler rugbrød og et primitivt, primustilberedt dåsemåltid kan frembyde. Så en dag besluttede vi os til at flotte os med en diner på et hotel i Risør.

Vi sad for enden af et bord, i den anden ende sad et selskab på en fem-seks små ældre norske damer og drak kaffe. Midt under måltidet slog en af de små damer på sin kop.

- Vi hører Dere er danske, sagde hun, Og mens de andre små norske damer sad og nikkede bekræftende og smilede til os, fortalte hun bevæget om den kolossale rolle, "danskepakkene har haft for vi nordmenn. De har reddet menneskeliv. Det skal Dere ha takk for." Og mens damerne nikkede og smilede, skålede vi med dem, de i kaffe, vi med hvad vi nu havde i glassene. Vi var nok lidt flove, og jeg fik næsten tårer i øjnene over al denne nikkende taknemmelighed, og det får jeg såmænd endnu i dag, når jeg kommer til at tænke på dem. På den anden side kunne min svoger Knud og jeg med nogen ret indkassere denne tak. Min norske svigermor den prægtige Eva, født Anker Konow, havde sendt i hundredevis af gavepakker med fodevarer til norske landsmænd. Ja, der var mange, der havde haft det værre end vi under de fem forbandede år.

Vi var fjorten dage om at ro fra Kristianssand til Oslo. Og sommetider måtte vi minde os selv og hinanden om, at vi gjorde det for fornøjelsens skyld. Hvorfor fanden i hede hule helvede sidder vi her, i dyngvådt tøj, med vabler i hænderne og ruller, omme i enden, frem og tilbage på et rullæsæde. Og sommetider var det som om vi havde faet andel i selve saligheden, solen skinnede fra en skyfri himmel, soen var med os, jenterne smilede huldsaligt. Og aldrig vil jeg glemme de små norske damers fine taknemmelige smil. Vi hører Dere er danske.

Ny mand på Rostadion.

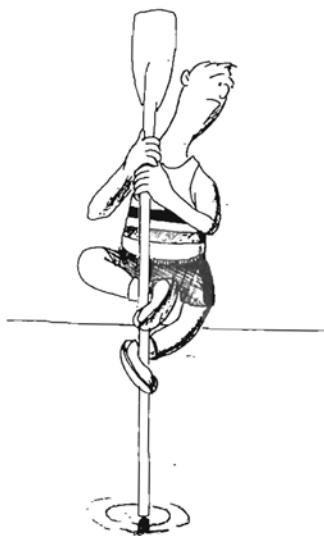
Af Mette Bacher

Det kræver lidt af hvert at blive ansat som Teknisk Servicemedarbejder ved Rostadion.

- Er det mon blevet så internationalt derude, at man skal være sprogkyndig?

- Hænder det, at vores roere falder i baljen, så de ansatte ved Rostadion skal ud og hive dem op ?

Denne annonce var forleden at læse i Gladsaxe Bladet.



Teknisk servicemedarbejder til Gladsaxe Idrætspark, I/S Rostadion, Bagsværd Sø

Gladsaxe Kommune søger en fuldtidsmedarbejder til Gladsaxe Idrætspark, I/S Rostadion, Bagsværd Sø

Stillingen er ledig til besættelse pr. 1.4. Arbejdet er fordelt på dag, aften og weekender.

Jobbet

Arbejdet er alsidigt og selvstændigt og vil primært foregå på Rostadion ved Bagsværd Sø. Dine opgaver vil blandt andet være vedligeholdelse af huse, grønne områder, både og bådmotorer samt det materiel, som anvendes på søen. Opgavernes art medfører, at du skal kunne arbejde fra en båd, og at du i visse tilfælde må arbejde i vand. Udover disse opgaver vil du medvirke ved serviceringen af rostadions brugere, både i dagligdagen og i forbindelse med nationale og internationale stævner.

Kvalifikationer

For at kunne varetage opgaverne er det nødvendigt, at du:

- har teknisk smilde,
- kan svømme og dykke,
- kan engelsk,
- kan samarbejde,
- er fleksibel, også når det gælder arbejdstiden,
- er serviceminded,
- kan arbejde selvstændigt og har en god dømmekraft,
- ikke er bange for at arbejde fra en båd.

Løn- og ansættelsesvilkår

Løn- og ansættelsesvilkår efter overenskomst for tekniske servicemedarbejdere. Startløn 13.737,26 kr. Slutløn 15.795,42 kr. pr. måned. Herudover tillæg for arbejde i forskuddt tid og weekends.

Nærmere oplysninger fås hos stadioninspektør Helge Brohammer, 44 98 20 32.

Ansøgning vedlagt relevant dokumentation sendes til Gladsaxe Kommune, rådhuset, 2860 Søborg og skal være fremme senest 21. marts 1995.

6 km landstest i ro-ergometer.

På foranledning af Dansk Forening for Rosports landstræner, Morten Espersen, afvikledes en landsdækkende test af kaproere i maj måned.

DSRs deltagere gjorde det rigtigt godt og resultaterne blev:

Navn	tid	kor.tid.
1. Morten Tibian	0.19.09	0.19.43
2. Henning Juul Hansen	0.19.10	0.20.05
3. Kåre Mattesen	0.19.16	0.19.54
7. Niels Hyldager	0.19.33	0.20.23
11.Jens Chr. Pørneki	0.19.48	0.20.42
25.Thomas Poulsen	0.20.13	0.19.58
46.Thomas Ebert	0.20.50	0.20.31

87 deltog.

Kvinder:

3. Lene Andersson	0.22.51	0.21.22
6. Mette Overgaard	0.23.13	0.22.43
8. Christina Rindom	0.23.16	0.23.16
7. Stinne Petersen	0.23.17	0.23.40
10.Emilie Hasløv	0.23.55	0.22.57
11.Rie Sørensen	0.23.55	0.23.29
13.Camilla Rohde Olsen	0.24.13	0.22.59
18.Anette Tornehøj	0.24.37	0.23.56
-....-		
22.Lisbeth Magner	0.24.48	0.24.16

Resultater fra Copenhagen Open i Indendørs roing d. 22. januar - 2500 meter.

1. Stinne Petersen	9.15.0
2. Christina Rindom	9.17.5
3. Rie Sørensen	9.22.5
4. Vibeke Østergaard	9.38.2
5. Lisbeth Magner	9.44.1
6. Bettina Frederiksen	10.07.8
7. Louise Frederiksen	10.14.5
1. Niels Hyldager	7.43.2
2. Kasper Mortensen	8.02.4



Til Topmøde i Grenå.

Af Mette Bacher.

Dansk Forening for Rosports Hovedgeneralforsamling, der afvikledes d. 11.-12. marts i Grenå, blev en kedelig forestilling, der mest bar præg af, at der er interne problemer i Hovedbestyrelsen!

Efter at have været deltager ved DFfRs Hovedgeneralforsamlinger gennem de sidste ti år, kan man hurtigt konkludere, at årets Hovedgeneralforsamling var den kedeligste i mands minde og at den IKKE gav de delegerede noget nyt med hjem til brug i klubberne!

- At der er interne stridigheder i Hovedbestyrelsen, og at der har været det gennem nogle år, kom frem på "Roernes Topmøde" i Grenå!

En dygtig og populær formand for Tur- og Motionsudvalget, Søren Lodberg, valgte at trække sig, fordi han synes, at Hovedbestyrelsen ikke har et godt samarbejde. Det er iøvrigt fjerde gang indenfor de sidste ti år, at en dygtig ro-leder på denne post trækker sig, hvilket i sig selv bør være tankevækkende nok. Søren Lodberg, der blandt roerne er en utrolig afholdt og meget populær person, fortalte fra talerstolen, hvorfor han valgte at gå, hvorefter samtlige af de tilstedeværende delegerede med langvarig klapsalve fra salen tilkendegav, at man bakkede op om Søren Lodbergs mening!

Den nye person, Kate Skavin, fra Skovshoved Roklub, der skal overtage posten efter Søren Lodberg, er normalt en dame, der tør sige sin mening - og gør det!

Det bliver spændende at se, om også hun indenfor en kort periode bliver nødsaget til at trække sig som Tur- og Motionsudvalgsformand, fordi man tilsyneladende ikke kommer særligt langt med meninger eller synspunkter, der varierer væsentligt fra nogle i Hovedbestyrelsen måske "lidt for" etablerede ledere!

Man kan i den forbindelse undre sig meget over, at de unge og entusiastiske med gode ideer og friske initiativer må trække sig fra posterne efter en meget kort periode fra et arbejde, som landets roere er tilfredse med, men som få ledere i Hovedbestyrelsen åbenbart ikke kan og vil acceptere.

Det er utroligt, at ganske få ledere i den absolutte top til stadighed er så negative over andres meninger og holdninger.

Er det en form for magtskyg?

Kan det være fordi nogle ledere føler sig truede af yngre kræfter, der vitterlig HAR nogle gode ideer til en fælles løsning af dansk ronings fremtid?

Hvordan kan man afhjælpe disse problemer?

I år kom der flere ting frem på Hovedgeneralforsamlingen, der helt klart viste, at vi i Dansk Roning har en Hovedbestyrelse med store interne problemer.

Som det ser ud i øjeblikket, bør det overvejes, om man skal finde andre emner til topposterne i Hovedbestyrelsen?.

- Eller måske ville det være en idé at foreslå, at Hovedbestyrelsens vælges ind for en kortere periode, eksempelvis for 5 år.

Det er mit indtryk, at den almene holdning faktisk er sådan til Hovedbestyrelsens arbejde i øjeblikket, og at man ikke er tilfreds med, at folk med egne meninger må trække sig fremfor de ledere, der åbenbart sidder sikkert og godt i årevis på deres bestyrelsesposter.

Dansk Forening for Rosports Hovedbestyrelse har besluttet sig for, at vi indenfor det næste år skal gøre brug af en breddekonsulent fra DIF.

Der er oven i købet afsat penge hertil, men hvor skal denne person starte, for at vi får størst glæde af ham/hende?

Umiddelbart kan det da godt lyde som en god løsning, at der kommer en person ud i klubber og foreninger for at komme med råd og vejledning om, hvordan vi skal gøre, for at aktiviteterne bliver bedre, men hvordan skal vi udnytte denne person bedst muligt, så vi kan se mærkbare ændringer i klubbernes eller foreningernes liv?

Er en breddekonsulent ikke snarere et "modeflip", som roerne skal forsøge sig med, "fordi mange andre sportsgrene også har det?"

For halvanden måned siden vistes der i TV2-Sporten et indslag om en sportsklub, der også havde bevilget sig selv en breddekonsulent. Det viste sig, at den adspurgte INTET kendte til den sportsgren, han skulle være breddekonsulent for! På spørgsmålet om, hvor mange sportsgrene, denne person var breddekonsulent for, viste det sig at tallet nærmede sig 30 forskellige sportsgrene, han skulle tage sig af!

Man har lov at stille sig det spørgsmål, om denne person, ved at være breddekonsulent for så mange sportsgrene, i det hele taget når at komme i dybden i den enkelte idrætsgren?

Måske bør DFfRs nye breddekonsulent istedet starte med at se på Hovedbestyrelsesarbejdet, hvor der beviseligt ER problemer!

Ved dette års Hovedgeneralforsamling havde man som indledning valgt en DIF-person til at komme og fortælle os om, hvordan vi holder på de helt unge roere, så de forbliver i klubberne. Foredragsholderen formåede IKKE at få folk nok op på dupperne som en indledning på årets Hovedgeneralforsamling.

Sådan var det også sidste år, så spørgsmålet må være om programmerne for de kommende hovedgeneralforsamlinger må være som før i tiden, hvor et eller andet interessant emne bliver kastet i

vejret og hvor de delegerede lader sig vælge ud i blandede grupper til et par timers drøftelse af emnet, hvorefter grupperne fremlægger deres konklusioner på talerstolen. Det vil helt klart gøre Hovedgeneralforsamlingen mere spændende mens man ligeledes får chancen for at drøfte DANSK RØNING med andre klubbers ledere.

Lørdagens eneste lyspunkt var Matt Smith fra FISA (det internationale roforbund). Matt Smith, der er fra USA, er dansk gift og bosiddende i Danmark. På forbløffende kort tid har Matt Smith lært sig dansk til husbehov og at holde et foredrag på dansk for så stor en forsamling er en præstation i sig selv. Da foredraget, der omhandlede roning i udviklingslandene, tillige var interessant med nogle flotte og farvestrålende lysbilleder til, var det dagens absolut bedste indslag.

Selve generalforsamlingen startede sidst på eftermiddagen, lørdag, hvor enkelte spørgsmål til Hovedbestyrelsen også gav et fingerpeg om, at der ikke er den helt store opbakning overfor Hovedbestyrelsesarbejdet.

En formand fra en roklub i Københavns-området, gik på talerstolen for at udbede sig en forklaring omkring "Interne relationer" i Hovedbestyrelsen møntet på førnævnte Søren Lodbergs udtalelse i Bladet RØNING, hvor han offentliggjorde, HVORFOR han gav plads til en ny Tur- og Motionsudvalgsformand.

Spørgeren blev meget kort affærdiget af formanden for DFfR, Janne Hallengren, der nærmest udtrykte det som: "at kunne man ikke lide lugten i bageriet, så kunne man vælge at gå"!

I pausen spurgte jeg klubformanden, om han syntes, han havde fået svar nok?

Denne svarede: "Jeg fik ikke det svar, jeg ville have, men jeg fik bekræftet, at der er problemer i Hovedbestyrelsen!"

Også DSRs formand, Henning Rasmussen, stillede spørgsmål. Det var til DFfRs Kaproningsudvalgs beretning, hvor formanden for denne, DSRs tidligere Kaproningschef, Reiner Modest, fortalte om at den forløbne sæson havde været særdeles god med mange meget flotte resultater, hvilket der selvfølgelig heller ikke er nogen tvivl om.

Men set fra DSRs side har sæson 1994 haft sine meget store omkostninger.

For flere af vore bedste roere, har sæson-1994 været en rodet omgang misk-mask med manglende informationer eller misinformationer fra Danmarks Rocenters side og hvor de bedste af vore roere fik ørerne i maskinen takket være en landstræners mærkværdige dispositioner.

Desværre har landstrænerens dispositioner i fjor - og dennes planlægning for denne sæson betydet, at 4-5 af DSRs allerbedste roere har valgt at stoppe!

Er det dét, der er bedst for Dansk Røning - eller graver man sin egen grav på den måde?

Det gav genlyd i danske ro-kredse, da Danmarks kendeste ro-pige, Mette Bloch, valgte at gå til pressen for at proklamere sin beslutning om at stoppe karrieren øjeblikkelig!

- Og når 4 af vore bedste herreroere OGSÅ vælger at stoppe eller holde en tænkepause, så er der da helt klart nogle problemer i Kaproningsudvalgets ledelse, der bør tages op - og løses!

Henning fik heller ikke noget fornuftigt svar på sit spørgsmål til Reiner Modest om at lytte noget mere til roerne.

- Og generalforsamlingen blev kort efter suspenderet, så de delegerede kunne gå over til middagen, der iøvrigt var udemærket med det efterhånden sædvanlige fisk, steg og is, og hvor vi som vanlig i forbindelse med dessertens ankomst skulle falde på halen af begejstring over kokkens "utrolige opfindsomhed" med at sætte fyrværkeri i desserten.

Søndag formiddag fortsatte generalforsamlingen. Man havde gjort det så snedigt, at gå direkte videre fra Kaproningsudvalget til Kursusudvalgets beretning. Det vil i al sin enkelthed sige, at man indirekte på forhånd havde godkendt kaproningsudvalgets beretning uden at spørge blandt andet formand Henning, om han havde fået svar nok på sit spørgsmål fra dagen i forvejen og uden at spørge, om der var andre kommentarer til kaproningsudvalgets beretning!

Men søndagen havde dog et lyspunkt!

Selvom der ikke havde været nogle spændende sager for Ordens- og Amatørudvalget i den forløbne sæson, var DSRs H. Möhring-Andersen med i år alligevel.

Han var blevet opfordret af Hovedbestyrelsen til at forsøge at finde en gammel og interessant sag frem.

Möhring-Andersen er en rigtig god og sjov foredragsholder, så samtlige delegerede fra salen var ivrige tilhørere, da der blev fortalt om en sag fra en langtur ved Næstved anno 1929.

Under forslag var der en del ændringer til Langdistancekaproningsreglementet, der blev vedtaget, hvilket vi vender tilbage til en anden gang.

Ungdomsudvalget er et af de udvalg, hvor der virkelig sker ting og sager takket være den nuværende formand: Jonas Frimer-Larsen. Flere klubber fik i januar tilsagn om støtte til Ungdomsvenligt materiel. Takket være Ungdomsudvalget blev det vedtaget ved Hovedgeneralforsamlingen i 1994, at man skulle betænke ungdommen med materiel ud fra nogle bestemte kriterier.

Denne gang kom U-udvalget med et model-II forslag om et nyt projekt, hvor DFfR indkøber materiel til ungdomsbrug, som roklubberne kan søge om at låne. Klubberne kan låne bådene i 2 år og får herefter tilbuddet om at købe båden til 50%.

Forslaget blev vedtaget.

Som noget af det sidste var Hovedbestyrelsen på valg, hvor den eneste nye blev Kate Skavin, der ønskes held og lykke!

Umiddelbart inden valget af Hovedbestyrelsen, valgte undertegnede at smutte over i det nærliggende Kattegatcenter og se på hajer. Det var et utroligt friskt pust at gå rundt og se de imponerende fisk i de flotte omgivelser.

Man havde også mulighed for at gå nedenunder hajakvariet og se fiskene nedefra og hold da helt k..., hvor de viste tænder...

På hjemvejen kunne man så fundere over, hvad man havde fået ud af at være med ved årets Hovedgeneralforsamling.

DSR havde nogle unge roere med som delegerede og for dem har det nok været en kedelig og lang week-end uden de helt store og nye

impulser, som man måske kunne håbe på.

Som "garvet Hovedgeneralforsamlingsdeltager", kan man konkludere:

- Der var INTET nyt under solen andet end et friskt tiltag fra Ungdomsudvalget.

- Få af Hovedbestyrelsesmedlemmerne forstår åbenbart IKKE signalerne om, at de interne problemer bør løses af hensyn til ALLE ROERE herhjemme, og at nogle af Hovedbestyrelsens medlemmer bør opfatte kritikken som et tegn på, at der måske ER andre meninger og holdninger, der IKKE bør sidde overhørig!

- Måske bør man som leder stoppe op et øjeblik og tænke sig om!
- Er det lederen SELV, der har siddet på posten så længe, at man ikke opfatter andres meninger som noget positivt? - Kan det mon være nogle uopfyldte ambitioner der gør, at man ikke vil lytte til andre - eller kan det være at man føler sin position truet?

Når flere bestyrelsesmedlemmer vælger at trække sig efter ganske få år i DFfRs Hovedbestyrelse, så er det måske ikke DEM, der gør arbejdet forkert, men nogle ledere, der IKKE vil gå ind for, at der kommer anderledes tænkende og intitativrige mennesker ind i "DERES BESTYRELSE"!

Det vil nok være gavnligt for ALLE, at Hovedbestyrelsen i det kommende år bør arbejde på, at få stridsøkserne lagt væk og kan man ikke det, bør det overvejes om det er en idé med en udskiftning?

Vi kan ikke være tjent med at sidde på en Hovedgeneralforsamling og nærmest krumme tæer over de nogen gange arrogante holdninger, der bliver lagt for dagen, når klublederne tillader sig at give deres meninger til kende eller stiller spørgsmål fra talerstolen til DFfRs Hovedbestyrelse.

Man kan kun håbe på, at næste års Hovedgeneralforsamling bliver gjort mere "publikumsvenlig".

Det kan som før nævnt gøres ved at de delegerede ud fra et ro-relevant emne deler sig op i grupper til drøftelse for derefter at komme med egne synspunkter.

Om Hovedbestyrelsen får taklet de interne problemer i det kommende år, får vi forhåbentlig opklaret ved næste års Hovedgeneralforsamling i Viborg.



Tyranner i idræt.

Demokrati og diktatur i idræt.

af Jens Hansen

(Fra Bladet: Focus-Idræt, juni 1993).

Idrætten har på mange områder stor succes som fritidsbeskæftigelse og som identitetsskabende aktivitet for den enkelte. Det betyder, at mange danskere påvirkes af ledelsesformerne i idræt, og dermed er idrætten med til at forme borgerne i vores samfund.

Hvordan forvalter idrætten nu den samfundsopgave?

Idræt som pusterum.

Diogenes-syndromet

Inden det spørgsmål søges besvaret skal det anføres, at idrætten måske ikke betragtes som havende forbindelse med vores demokrati i øvrigt. Det skal forstås på den måde, at idrætten er en slags pusterum, hvor selv ellers selvstændigt tænkende gode demokratiske medborgere finder sig i diktatur. Ja, på det nærmeste opsøger den tryghed, styring og disciplin. Idrætten bliver således den ventil, der gør, at vi får vores behov for indordning m.m. dækket.

Denne indfaldsvinkel har uden tvivl sin gyldighed i f.eks. aerobic, hvor der bestemt ikke er brugerindflydelse. Det er trit og retning, så det forslår.

Alligevel føler vi os ikke særlig undertrykte i den time, det varede, vi kan jo bare lade være med at komme.

De fleste ønsker netop lige præcis den styring, så de kan koble af uden at tænke på andet end at følge instruktionerne.

At blive fri for at træffe beslutninger og bare give sig hen til noget relativt enkelt er en slags diogenes-syndrom. Diogenes var ham, der til sidst valgte at leve i en tønde, for at blive fri for verdslig gods, der optog hans tanker alt for meget.

Hvis den idé holder, behøver vi ikke at bekymre os mere angående idrættens opdragende funktion, hvis der vel at mærke er tale om mennesker, der er så forankrede i en demokratisk tankegang.

>>Tyranniske<< trænere

Diktatoriske trænere, ledere og lærere findes i mange idrætssammenhænge. Der er så givet noget styrende over at få et hold til at fungere sammen, enten det nu er i en gymnastiksal eller på en

fodboldbane.

Der er ingen tvivl om, at der ofte er brug for en fast hånd til netop denne funktion, især blandt børn og unge, der ikke er gode nok til at fungere i store grupper og indordne sig, men kræver personlig opmærksomhed hele tiden.

Nogle gange går træneren eller instruktøren tilsyneladende langt ud over, hvad der opfattes som medmenneskelig adfærd.

Disse >>tyranter<< får ikke kun lov til at >>overleve<<, det er ofte ganske succesfulde herrer og damer - flest herrer. Da de findes på alle idrætslige niveauer også indenfor den såkaldte folkelige idræt, er det vigtigt at forstå, hvad deres gennemslagskraft beror på.

Disciplinskabende

Der er ingen tvivl om, at mange forældre og børn ønsker en tydelig voksen styring, således at de svage børn ikke mobbes eller >>jordes<< af de stærke. Hvis tyrannen derfor i sit tyranni har en vis retfærdighed, så han behandler alle ens, vil det opfattes som noget positivt, næsten uanset de midler, han bruger.

Angstovervindende

Da de mange børn og unge har præstationsangst og er usikre overfor hinanden, har de brug for en kraft, der fører dem gennem angstens nåleøje. Lidt forenklet kan man forklare det således, at idrætsudøverne er mere bange for tyrannen end deres egen angst.

Resultatskabende

Det kan ikke afvises, at tyrannerne i hvert fald på kort sigt opnår store resultater, netop fordi der overskrides grænser med pisen over nakken.

Tryghed

Desuden giver tyrannen en vis form for tryghed. Han er synlig, han træffer beslutningerne og selv om han nedgør den enkelte eller hele holdet, så ved man, hvor man har ham.

Energi

De fleste tyranner har desuden en enorm energi. Som en bulldozer skubber de folk frem. Der sker noget omkring dem, hvilket ofte medfører intensitet og fordybelse, som er en stor kvalitet i sig selv i en ellers overfladisk og forvirret tilværelse.

Handling

Enevældige mennesker handler og snakker ikke så meget frem og tilbage. Alle kan blive trætte af ord og opleve det befriende, at nogen tør handle.

Underkastelsesbehov

Da fænomenet med de meget styrende mennesker både findes i hobetal i historien og i nutiden, kan man ikke løbe fra, at der er tale om dybtliggende psykologiske forhold.

Det handler både om en trang, et behov eller et ønske om at underkaste og undertrykke.

I virkeligheden er der mange sadomasochistiske momenter i det, ligesom nogle former for idrætsudfoldelse har den slags over- og undertoner.

Kropslig udfoldelse i idrætslige sammenhænge og seksuel aktivitet har mange fælles træk og berøringsflader, og måske kan vi netop >>dyrke<< nogle mindre accepterede sider af os i idrættens verden.

Det kan selvfølgelig også være, at den magt, en træner eller instruktør har, netop udvikler denne side.

Frivillige ledere

En af årsagerne til at tyrannerne kan overleve er selvfølgelig også den mere gammeldags, at der simpelt hen er mangel på frivillige ledere, så derfor kan man ikke tillade sig at være så kritisk.

Demokrati

Der findes en form for demokrati i idrættens verden. Således har de aktive i langt de fleste foreninger afgørende indflydelse på bestyrelsesvalg, trænervalg o.lign.

Og der findes også trænere/instruktører/ledere, der er lydøre overfor de aktives ønsker og behov. (Dog skal trænere som regel også kunne være >>slavepiskere<< for at blive accepterede).

Tætte sociale relationer f.eks. i form af fælles opvækst og langvarigt kendskab til hinanden styrker demokratiske forhold, hvor man kan opleve, at den daglige sociale og samfundsmæssige placering ophæves eller i det mindste træder i baggrunden, når man er aktiv sammen.

Idrætten skal netop være en mulighed for, at de samfundsskel, der lige for tiden ellers uddybes, ophæves. Jo tættere relationer og jo mindre enheder, jo mere demokrati og medindflydelse.

Idrætsorganisationerne

På papiret er de danske idrætsorganisationer opbygget i form af et repræsentativt demokrati svarende lidt til f.eks. fagforeninger.

Desværre er afstanden fra det enkelte medlem til ledelsen af den slags organisationer lang, således at den enkelte ikke føler, at han/hun har nogen indflydelse på tingene med mindre, man melder sig som leder, sætter sig ind i love og regler samt det politiske

spil.

Der opstår derfor meget nemt en >>energi junta<<.

Har du kræfter og overskud, kan du nå langt indenfor dette system, men du bliver også nemt fanget af magtspelet, hvor det at have indflydelse i sig selv betyder mere end selve beslutningen. Jo større organisation, jo mindre direkte demokrati.

Den uorganiserede idræt

Måske skal man netop se den uorganiserede idræt som en reaktion på den indflydelsesmæssige afmagt og som udtryk på det lave energiniveau m.h.t. fællesskabet.

Her har jeg mulighed for selv at styre min tilværelse, jeg jogger mig en tur, når det passer mig, og går på fitnesscenter, når jeg har tid og lyst.

Det individuelle demokrati, hvor hver er sin egen herre, er tidens løsen for mange, der er træt af snerrende organisations- tvang og træner diktatur.

Konklusion

Hvis vi ser på idrætten som helhed, er der mange udemokratiske tendenser og idrættens struktur, som egentlig er opbygget demokratisk, virker tung at danse med for den enkelte.

Den enkelte træner og leder må derfor bevidst arbejde med at skabe indbyrdes relationer blandt de aktive, for at der i små overskuelige enheder opstår demokratiske celler.

Hvis det skal lykkes, skal man have nogle af tyrannens evner til at skabe et aktivt klima, hvor præstationsangsten kan være på et meget lille sted.

Det er en møjsommelig og langvarig affære, som der sjældent er tid til, men som til gengæld giver alle parter en følelse af selvværd.

Jens Hansen er Idrætspsykolog og har selvstændig psykologisk virke f.eks. i erhvervslivet samt undervisning.

Ordens- og amatørudvalgets beretning

af H. Möhring-Andersen

Tale på Generalforsamlingen i Dansk Forening for
Rosport Søndag den 12.marts 1995.

Der er mange herinde, der har en fantastisk tillid til, at jeg er i stand til at give en spændende beretning fra Ordens- og Amåtarudvalget. Det begyndte allerede i fjor i Horsens, hvor Gunnar Aabye sagde til mig: du må komme igen og tale på næste ^{års} generalforsamling. Jeg svarede: Ja, det må nok komme an på, om der bliver en sag i 1994, som jeg kan aflægge beretning om. Nej, sagde Gunnar, du må komme under alle omstændigheder. Hvis ikke der er nogen sag, så må vi opfinde een. - Tiden gik, der kom ingen sag i 1994, og Gunnar opfandt heller ikke nogen sag. Så stod jeg på bar bund. Men det skortede ikke på opfordringer til at komme til generalforsamlingen her i Grenå, og inden jeg havde set mig om, havde jeg halvt om halvt lovet at komme. Hvad nu? Nu måtte jeg finde på et emne at tale om. Jeg lagde hovedet i blød. Det skulle jo være noget med roning. Mest nærliggende var det, at finde en eller flere gamle sager frem. Aller først ville jeg tale med en gammel ven: Jørgen Madsen. Vi talte om gamle sager i foreningen, og jeg fik en hel del ideer. Og så sagde Jørgen, at jeg sikkert kunne få flere ideer, når jeg ringede til Ernst Schmidt, foreningens gamle foretælingsfører. Det gjorde jeg så, og vi havde en vældig god snak om gamle dage og om forskellige sager om roulykker i tidens løb. Jeg stod nu med en mængde emner, men helt uden enkeltheder. Det vi havde talt om, kunne nærmest sammenfattes i, at det er farligt at rø på vandet, men især på åbne havstrækninger. Jeg

kom til at tænke på Lovns Bredning i Limfjorden, som jeg havde roet over adskillige gange dengang jeg var politifuldmægtig i Viborg under krigen. Der kommer man roende fra Hjarbæk fjord og har nogenlunde læ af kysten og så på eengæng er man ude i Lovns bredning, der kan være et frådende hav, når vinden er i vest, som den ofte er det. Og der skal man så tværs over for at nå Hvalpsund. - Nå, men sagerne! For at få enkelt-heder om de sager, der havde været i tidens løb, henvendte jeg mig til Stig. Ernst Schmidt havde jo sagt, at de gamle sager ligger i foreningens arkiv. Jeh håbede på, at jeg kunne finde sager, der kunne bruges til en statistik. (Latter) Ja, det er jo så moderne. Jeg håbede at finde på noget genialt, som jeg så kunne forelægge generalforsamlingen. Stig var parat til at stå på hovedet i arkivet, men det lykkedes ikke at finde frem til Ordens- og Amatørudvalgets gamle sager. Arkivet var blevet flyttet flere gange - sammen med foreningen - , og der var endnu ikke kommet orden på de gamle sager. Men så havde jeg en protokol for udvalget. I denne fandt jeg en kendelse fra 1929. Det var en kendelse med mange enkeltheder, som jeg havde brug for, når jeg skulle tale om en sag. Den sag vil jeg nu fortælle jer om. Den handler om en roulykke, der fandt sted for fire både fra Næstved Roklub. I foråret 1929 var der 14 unge roere, der gerne ville på langtur. Døt fik de ikke lov til i første omgang, men da det blev june, gav bestyrelsen sin tilladelse. Det ser ud til, at de har planlagt at ro, således som jeg kan vise jer her på kortet oppe på lærredet: altså fra Næstved gennem Karrebæks fjord - Krageholmsstrøm - Dybesø fjord til formentlig Sønderhoved. Der var som sagt 14 roere: 3 fra årgang 1927, 5 fra 1928 og 2 kaniner fra 1929 samt 4 styrmænd. Jeg har regnet mig frem til, at de må have været 3 to-årersbåde og en firer-årers båd. Den første del af turen gik, som I vil se her på kortet, i læ af landstrækninger. Det var vest-nordve

sten vind. De havde altså læ til Sønderhoved. På et tidspunkt blev der holdt frokosthvil. Det var inden Sønderhoved. Ordens- og Amatørudvalget har undersøgt, hvad de har fået at drikke til frokosten og talt pilsnerne, som de havde med, nøjagtig op. Der havde været ialt 37. Men dertil kom en hel flaske og 6 halve flaske snaps. Det var meget, syntes udvalget, men roerne forklarede, at det hele jo ikke blev drukket til frokosten. Der skulle også være noget til aftenmaden. Efter frokosten spillede de fodbold og har nok svedet en del af spiritussen ud. Først fire timer efter frokosten gik turen videre. Nu skulle de ud af læ og og ro tværs over til Knudshoved. På den tur fik de vinden ind fra siden. De roede ud i et oprørt hav - en overfart på omkring 8 km. Længden er naturligvis afhængig af, hvilket punkt på Knudshoved, de sigtede på, men under alle omstændigheder var det en lang overfart. På denne overfart skete ulykken. De er formentlig kommet langt over. Men så fik een af bådene varskeligheder. Roerne i en anden båd "Per" så det godt, men de vinkede tære og roede videre. De forklarede senere hen, at de regnede med, at de andre både, der kom bagefter, ville tage sig af de nædstedte. "Per" kom i land, og det gjorde også en anden båd "Hep", men to både gik ned. Hvilke, fremgår ikke af kendelsen. To mand druknede. Bagefter fik roerne bebrejdelser, fordi de ikke var gået ud igen for at hjælpe deres kammerater. De svarer, at det havde været umuligt, at det ville have bragt dem selv i livsfare. - Ordens- og Amatørudvalget har undersøgt og gransket sagen nøje. Men alle disse enkeltheder vil jeg lade ligge. Jeg vil rette min opmærksomhed mod et enkelt punkt: Hvorfor gik to både ned på denne overfart?

Bådene blev undersøgt af skibsbygger Nordbjerg og inspektør Ernst. De var fuldstændig i orden. Roerne selv var fuldt ud kvalificerede, har bestyrelsen for Næstved Roklub udtalt. Men hvad var så galt? Jeg er fuldt overbevist om, at vind og sø

var for voldsomme til denne overfart. Det, at roerne ikke kom deres nødstedte kammerater til hjælp, er for mig et bevis på, at overfarten helt her oversteget roerne kræfter. De var udasede. De var på bunden af deres ressourser. Hvem ville ellers ro forbi nødstedte kammerater? De burde aldrig have indladt sig på denne overfart under de vejrforhold, de forefandt den dag. Når blot de havde stukket næsen ude for, kunne de mærke, at den overfart ikke var tilrådelig og de kunne og burde være vendt om. Jeg kan ikke lide folk, der er bagkloge, men her må jeg være bagklog. Roerne burde, da de planlagde turen, have overvejet, at de skulle ud i en overfart til Knudshoved og tænkt over, hvad de ville gøre, hvis det skulle vise sig, at søen blev for hård, når de kom udenfor Sønderhoved. Hvis de havde gjort sig sådanne overvejelser, havde de også vidst, hvilke alternativer, der forelå. Her var der naturligvis ingen alternativ rute til Vordingborg. De kunne ro ind i Dybesø fjord, men ikke nå til Vordingborg. De havde den mulighed at ro tilbage til Næstved, og i så fald havde de alle bevaret livet.

Nu må jeg fortælle jer endnu en historie. En af de største skjalde på Island i sagatiden var Egil Skallagrímsson. Han var engang ude at sejle. Ja, jeg siger sejle. Igår rettede I Peter og belærte ham om, at det hedder ikke sejle, men ro. Men jeg er sikker på, at Egil ikke roede. Han blev af vind og vejr drevet ind på en ugæstmild kyst. Jeg tror, at det var i Skotland eller i Irland. Værre var det, at netop der boede Kong Erik Blodøks med sin hird. Erik var da landflygtig fra Norge. Han var Egils dødsfjende. Egil havde rejst en nidstang for at håne kongen og kunne ikke vente sig noget godt fra ham. Egil kendte een af kongens mænd ved navn Arnbjørn. Ham henvendte Egil sig til og han fremstillede Egil

for Kongen. Arnbjørn fremhævede, at Egil af egenfri vilje kom og gav sig i kongens vold. Egil var nok klar over, at det ikke ville hjælpe ham. Men det var aften, og han vidste, at der ikke ville ske ham noget før næste morgen. De gamle nordboer dræbte ikke deres fjender om natten, men ventede til dagen brød frem. Nat-vig er mordvig hed det. Egil bad derfor kongen om tilladelse til at lave et kvad og fremsige det næste morgen for kongen. Det fik han lov til og blev så anbragt i et hus for natten. Der sad Egil og digtede. I huset var der en glug. I den sad der en svale og kvidrede. Det siges, at det var Dronning Gunhild, kongens møder, der havde omskabt sig til en svale for at sidde og distancere Egil. Egil digtede, og nu må vi huske på, at Egil hverken havde Papir eller blyant eller kuglepen. Han måtte digte kvadet i hovedet og holde sammen på det i hovedet. Næste morgen var kvadet færdigt, og Egil stod frem foran kongen. Hans kvad var blændende. Han fremhævede kong Eriks bedrifter, men ikke på en sådan måde, at man fik kvalme af at høre på det. Det ville have været en fornærmelse. Kvadet var så godt, at kongen skænkede Egil hans hoved. Derfor hedder kvadet: hovedløsningen.

Hvorfor har jeg nu fortalt jer den historie? Jo, jeg har det håb, at jeg med alt det, jeg her har fortalt jer, har levet op til de forventninger, I har haft til en beretning fra Ordens og Amatørudvalget, og at jeg på den måde har reddet mit hoved.

Redaktion: Lisbet Jensen (ansv.)
Vestergårdsvej 10, 1.t.v, 2400 Kbh. NV tlf. 38 34 48 63
Tryk : Brønshøj Minitryk - Oplag : 1300 eks.
Tidsfrist for indlæg til næste nummer er torsdag 6. april 1995.

ADRESSELISTE

Danske Studenters Roklub - Strandvænget 55 - 2100 København Ø
Postgiro 500 34 66 - Kontortid onsdag og torsdag kl. 18 - 20
Telefon (Køkken og Kontor) : 39 29 63 26
MEDLEMSTELEFON (Garderobe og Bådhal) : 31 18 58 11

Formand

Henning Rasmussen
Normasvej 14
2000 Frederiksberg
36 46 47 67

Kaproningschef

Jens Chr. Pørneki
Østerbrogade 88F, st.
2100 København Ø
31 38 09 97

Langtursrochef

Ole Kammersgård
Vardegade 24, 1.tv
2100 København Ø
31 42 53 60

Husforvalter

Mogens Haut
Strandvænget 55
2100 København Ø
39 29 84 99

Motion+ rochef

Teis P. Hansen
Tåsingegade 66, 3.th.
2100 København Ø
31 20 80 96

Kasserer

Johan Frydendahl
Engbakken 27
2830 Virum
45 85 86 05

Materielforvalter

Christian Pedersen
Th. Laubsg. 29, 2.th
2100 København Ø
39 27 46 20

Kontingentkasserer

Kun skriftlige henv.
DSR, Strandvænget 55
2100 København Ø
Att: Kontingentkass.

Køgemester

Susanne Agersnap
H.C.Ørstedesvej 63
1879 Frdrbrg. C
35 36 88 05

ORIENTERINGSSEKTIONEN

Formand

Ronald Clausen
Engelsborgvej 44
2800 Lyngby
45 88 58 86

Kasserer

Nis C. J. Schmidt
Hvedevej 14 st.
2700 Brønshøj
31 28 48 71

Sekretær

Lene Christensen
Østerbrogade 85, 106
2100 København Ø
31 38 87 13

Instruktionsrochef

Karen Brems Føyn
Valbylangg.108, 1.th.
2500 Valby
36 45 73 24

Kaproningsudvalg

Bettina Frederiksen
Sofievej 10, st.tv.
2840 Holte
45 41 06 17

Motionsrochef

Lars Bundesen
Fredensborgg.14, 4.
2200 København N.
35 82 14 18

Kajakrochef

Vibeke Jansen
Borgervænget 78
2100 København Ø
31 18 47 80

Formand

Ronald Clausen
Engelsborgvej 44
2800 Lyngby
45 88 58 86

Kasserer

Nis C. J. Schmidt
Hvedevej 14 st.
2700 Brønshøj
31 28 48 71

Sekretær

Johan Frydendahl
Engbakken 27
2830 Virum
45 85 86 05

Orienteringsløb 1995

<u>Dato</u>	<u>Løbstype</u>	<u>Skov</u>	<u>Arrangør</u>
2/04	B	St.Li Bøgeskov	OK Roskilde
9/04	D-Anemoneløb	Tokkekøb/Øvelsestr.	SG
16/04	B	Kongskilde	OK Sorø
23/04	B-Rangliste	Gribskov Mårum	OK 73
30/04	Jubilæum Gåsehus 50 år	Ravnsholt Se omtale inde i bladet	DSR
7/05	D-stafet	Ravnsholt	Lillerød IF
12/05	SM-stafet	Hornbæk Plantage	ROK
21/05	Wild West	Lodbjerg/Hvidbjerg	Skovkarlene
21/05	C	Rude Skov	KFIU
28/05	D-stafet	GL. Grønholt	Søllerød OK
15/07	D-Sprint	Slagslunde	OK Øst
16/07	D-stafet	Ganløse m.m.	OK Øst
21/07	3 dage	Gribskov Nødebo	Farum/Søllerød
22/07	3 dage	Jægerspris	Farum/Søllerød
23/07	3 dage	Farum Øvelsesterræn	Farum/Søllerød

Tilmelding:

Gåsehusløb: Mødetidspunkt: Søndag mellem 10 og 12
3 baner på ca. 3 km, 5 km og 8 km

Øvrige løb: Johan Frydendahl tlf. 38 17 62 52 (arb.)
(14 dage før) Engbakken 27
2830 Virum tlf. 45 85 86 05 (priv.)

DANSKE STUDENTERES ROKLUB

Akademisk & Polyteknisk Roklub

DSR

MEDLEMSBLAD NR. 5 * MAJ 1995 * 63. ÅRG.



Ved standerhejsningen var der som sædvanligt båddåb.
Her er det Niels Marker, der døber fire kajaker.

INDHOLDSFORTEGNELSE

"Fra "Hvis et folk vil leve" af Ole Secher".....s.	3-4
"Aktivitetskalendarer"	5
"Introfest"	6
"Løvspringstur på Furesøen" v/ motionsudvalget.....s.	7
"Måneskinstur" v/ motionsudvalget.....s.	8
"Tur til Struckmannparken" v/ motionsudvalget.....s.	8
"SAS Outriggerregatta" v/ SAS.....s.	9-10
"Rovagtsordning i DSR i 1995 ?" v/ Lars Bundesen.....s.	11
"Motionskaproning" v/ Lars Bundesen.....s.	12
"Havneras i Københavns havn" (fra "Idrætstliv" 4/95).....s.	12
"Nyt fra kaproningsafdelingen" v/ Mette Bacher.....s.	13
"Nyt fra kredsens informationsudvalg" v/ Inf. udvalget s.	14
"Roprotokol" v/ Lars Bundesen.....s.	15
"Årbogen for 1994" v/ årbogsredaktionen.....s.	15
"Udgård- DSR's nye hus i Sverige" v/ Lars Bundesen.....s.	16
"Resultat af spørgeskema" v/ Mogens Haut.....s.	17
"Nye skabskort m.m." v/ Mogens Haut.....s.	18
"O-løbsprogram 1995"	20

INDMELDELSE: sker ved at udfylde og indbetale indmeldelses-girokort. Dette forefindes på kontorets dør i bådehallen. Indbetalingen dækker de 3 første måneders kontingent. Nye er velkomne til 2 gratis prøvegange i klubben, inden indmeldelse skal finde sted.

KONTINGENT: opkræves kvartalsvist forud via giro. Ved overskridelse af betalingsfrist pålægges et gebyr på 25 kr. pr. rykker. Hvis rykker krydser forsinket indbetaling kan der ses bort fra rykker, men gebyret vil blive opkrævet det følgende kvartal.

UDMELDELSE: Kan ske gældende fra 1/1, 1/4, 1/7 og 1/10 og skal være DSR i hænde med mindst 3 dages varsel. Gyldig udmeldelse foretages ved at indbetale et girokort på nøjagtig kr. 3,00 til DSR's girokonto nr. 500 34 66 samt ved at anføre "udmeldelse", navn og adresse på den del af girokortet, som posthuset beholder (betalingsdelen). Girokortet er dokumentation for, at udmeldelse har fundet rettidigt sted og man bør i egen interesse gemme girokvitteringen. Kontingentopkrævningskortene kan ikke anvendes til udmeldelse, idet meddelelser ikke kan anføres på disse.

OBS ! IKKE AUTOMATISK UDMELDELSE VED RESTANCE: Man er medlem og kontingentpligtig, indtil gyldig udmeldelse har fundet sted, uanset om DSR's faciliteter og aktiviteter benyttes. Eksklusion vil først finde sted ved en restance svarende til $\frac{1}{2}$ - 1 års kontingent og restancen vil om nødvendigt blive inddraget ved incasso. Alle omkostninger i forbindelse hermed betales af skyldneren.

AFTENEN DEN 4. MAJ

blev en glad aften. Danmark havde fået sin frihed og var anerkendt som associeret »De forenede Nationer«. Den 5. juni blev Danmark indbudt til at underskrive »United Nations Charter« i San Francisco den 26. juni 1945, som en af de 50 signatarnationer.

Meget var nået ved den modstand, der fandt sted under Besættelsen på trods af den linje, som regeringen og politikerne havde lagt umiddelbart efter den 9. april 1940: Samarbejdspolitikken. Det var sabotage, faldskærmsagenter, våbenforsyninger, illegale blade og til sidst folkets oprør, som førte frem til den 29. august 1943, hvor regeringen gav op. Det var modstandsbevægelsens fortjeneste, at samarbejdspolitikken brød sammen. Tyskerne stillede den 28. august krav om indførelsen af dødsstraffen samtidig med, at de henrettede den første modstandsmand: Paul Edvin Kjær Sørensen (f. 1916) fra Aalborg.

Frihedskampen kunne dog ikke stoppes af terror, clearingmord og »Schalburgtage«. Fra da af var det krig!

De her nitten beretninger giver et stærkt billede af, hvad der foregik under Besættelsen, og hvor hårdt det kunne være at deltage i kampen mod tyskerne. Livet kunne pludselig ændre sig til at blive »en lang og tung vandring i det uviste«.

Modstanden skabtes ikke af en »folkebevægelse« – måske godt det samme – men blev gennemført – til en begyndelse – af nogle få hundrede, der lidt efter lidt – især efter den 29. august 1943 – steg til nogle tusinder. Sympatien for modstanden steg med årene fra 0 til i de sidste måneder, at blive allemands eje, også politikernes, da det var evident Hitler ville tabe krigen.

Dette måtte siges her, fordi det ellers er svært for dem, der ikke oplevede Besættelsen, at forstå, hvor betydningsfuld vore kammeraters indsats var, og hvorfor vi til stadighed må værne om deres minde. De blev tvunget til at ofre livet for det, de satte højest, et liv i frihed, den frihed som vi andre fik lov at opleve, og som forhåbentlig vil eksistere for kommende generationer.

Lad mig slutte disse »tuner« med et vers af Havamal fra den Ældre Edda, ofte brugt, men lige stærkt i sin knappe udtryksform:

Fæ dør, frænder dør.
Selv dør man til sidst,
men aldrig dør eftermælet,
hvor det er vel vundet.

Aktivitetskalender 1995

- 4. maj : Markering af 50-året for befrielsen
- 12. maj : Måneskinstur
- 13. maj : Introfest (flyttet fra d. 12. – 13. maj)
- 12.–14. maj : Langtur på Roskilde Fjord
- 20. maj : Løvspringstur på Furesøen
- 25. maj : Kredstræf i Struckmannparken
- 27. maj : SAS outriggerregatta
- 3.–5. juni : Langtur i de sydsjællandske farvande
- 9. juni : Måneskinstur
- 10. juni : Fødselsdagsfest
- 23. juni : Sankt Hans
- 23.–25. juni : Sjælland
- 26. august : Kanifest
- 30. august : KVIK-match
- 23. september : Klubkaproning + fest
- 28. oktober : Standerstrygning

Intro-fest

Den ny sæsons første fest
afholdes

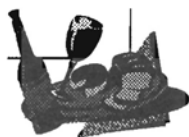
lørdag d. 13. maj 1995
kl. 19

Velkomstdrink, lækker mad, diskotek og dans

Nærmere oplysninger om pris, tilmelding m.v. finder du på
opslagstavlen.

Køb af billet i baren senest tirsdag d. 9. maj.

Der er behov for et antal hjælpere til festforberedelserne. Der kan
naturligvis aftjenes kaninarbejdspligt ved at hjælpe med.



Løvspringstur på Furesøen

For at fejre, at det nu er rigtigt forår, inviterer motionsudvalget på løvspringstur på Furesøen, hvor der bliver mulighed for at nyde skovens grønne forårsfarver.

Turen finder sted **lørdag d. 20. maj.**

Vi mødes kl. 9.30 i DSR, hvorefter vi tager toget eller cykler til Farum (det tager en god time at cykle). Det er også muligt at møde ved **Furesøen roklub kl. 11.00.**

Medbring selv madpakke og drikkevarer.

Forventet hjemkomst: allersidst på eftermiddagen.

Tilmelding til turen foretages på opslagstavlen. Da der er et begrænset antal pladser, tilrådes hurtig tilmelding.



Med venlig hilsen motionsudvalget.

Måneskinstur

Sæsonens første måneskinstur finder sted **fredag d. 12 maj** (Store Bededag).

Vi mødes i bådhallen **kl. 21.00**, hvorefter vi som sædvanligt ror ind i kanalerne og lægger til ved Gl. Strand, hvor vi drikker vore medbragte kaffe og te. Hvis du tager noget kage med (til flere end dig selv!), bliver du populær.

Vi er formentlig tilbage i DSR ca. kl. 01 (afhængigt af, om folk vil omkring Nyhavn), hvor der vil være suppe i DSR.

Tilmelding til turen er ikke nødvendig, men hvis du vil spise suppe efter turen, bedes du skrive dig på opslaget på opslagstavlen.

Sæsonens øvrige måneskinsture forventes af finde sted på flg. datoer:

Fredag d. 16. juni, fredag d. 14. juli, fredag d. 11. august og fredag d. 8. september.

Med venlig hilsen motionsudvalget

Tur til Struckmannparken

Københavnskredsen arrangerer (som sædvanlig) træf for alle kredsens klubber i Struckmannparken i Skodsborg Kristi Himmelfartsdag, (d. 25. 5.)

Vi mødes i bådhallen **kl. 9**, hvor vi sætter bådholdene.

Der vil være frokost kl. ca. 12.00, hvorefter der vil være forskellige konkurrencer. Mon ikke også der vil være mulighed for DSR's piger for at forsvare mesterskabet i tovtrækning?

Tilmelding til arrangementet på opslagstavlen. Hvis man vil have frokost, købes madbillet i baren senest mandag d. 22. maj. Madprisen forventes at blive 20–25 kr.

Med venlig hilsen motionsudvalget

SAS OUTRIGGER REGATTA LØRDAG 27. MAJ 1995

For første gang afholder Roklubben SAS en outrigger-regatta for motionister. Regattaen vil komme til at forløbe som en knock-out turnering, dvs der er kun to både til hver start og vinderbåden går videre. Man kan altså komme til at ro adskillige løb, hvis man er god nok.

MÅLGRUPPE: Motionister der har lyst til kaproning i outrigger under uhojtidelige forner.

STED: Københavns Havn v/Islands Brygge 66B

KLASSER: Junior (14-17), Senior (18-34), Veteraner (35 +)
Damer og herrer
Distancen i alle løb er 500 m

BÅDTYPER: 1X 2X 4+
Der roes i egne både

TIDSPUNKT: Første løb kl. 10.00

STARTGEBYR: 1X 20.00 kr
2X 30.00 kr
4+ 50.00 kr

PRÆMIER: Der er præmier til 1. pladserne i alle løb og præmier til 2. pladserne, hvis der er min. 4 både til start.

TILMELDINGSFRIST: ONSDAG D. 10. MAJ 1995

Regattacafeén er åben under hele arrangementet.

Fra kl. 19 vil der være tændt op i grillen så vi kan grille vores medbragte mad. Vi arrangerer musik og holder baren åben.

Yderligere oplysninger kan fås ved henvendelse til:

Kenneth Kronborg
Dagmarsgade 26 lejl. 146
2200 KBH N
Tlf. 31 85 60 49

Tilmelding sker ved indbetaling på giro:

Roklubben SAS, Giro nr. 429 86 16 med oplysninger om klubbens navn samt bådtyper og klasser.

SAS OUTRIGGER REGATTA

27. MAJ 1995

Anmeldelse til Regattaen på DFFR's blanketter.

Der vil være åbent i Roklubben SAS fra klokken 8.00. Regattacafeen åbner kl. 9.00.

Bådene kan henlægges på græsset ved Roklubben SAS og BKC. Klubberne vil få anvist plads ved ankomsten. Vi vil derfor gerne vide hvor mange både I medbringer. I bedes selv sørge for bukke o.l.

Omklædning foregår i Roklubben SAS og i Bryggens Kajak Club (BKC).

Der roes efter Dansk Foening for Rosports kaproningsreglement med undtagelser som er nævnt i Regattareglementet.

Der roes i klasserne junior (14-17), senior (18-34) og veteran (35-). Juniorer må ikke være fyldt 18 år og veteraner skal være fyldt 35 år på datoen for regattaens afholdelse.

I alle klasser er der herre- og dameløb

Bådtyper er 1X, 2X, 4+

Banelængden er 500 m i alle løb

Der er kun to både til start i alle løb, vinderbåden går videre

Mindst en time før løbet skal holdet melde sig til regatta-teltet for at få deres numre, som skal bæres af styrmand og efter.

Løbet vil foregå på Amagersiden med bane 1 nærmest kajen

Startdommerens instruktioner skal altid følges.

De deltagende både skal være til start senest to minutter før det fastsatte starttidspunkt. Deltagere som ikke er mødt til dette tidspunkt, har ikke krav på at deltage.

Starten foregår uden fast startinstallation.

I tilfælde af dødt løb, roes løbet om umiddelbart efter.

Arrangementskomiteen forbeholder sig ret til at ændre i programmet.

Roklubben SAS frasiger sig ethvert ansvar for skade på materiel eller tab af personlige ting.

Både må ikke henlægges på pontonerne, men skal omgående fjernes ved holdskift eller optagning af båd.

Rovagtsordning i DSR i 1995 ?

DSR plejer at have en rovagtsordning, således at der på de store rodage tirsdag og torsdag er en rovagt, der sørger for fordeling af både og bådhold. Formålet er ikke mindst at hjælpe kaninerne på vandet.

Bestyrelsen har ønske om at få rovagtsordningen udvidet til også at omfatte fredage og søndage, i håbet omherved at kunne fordele roningen bedre, således at vi får et mindre pres på tirsdage og torsdage.

Jeg plejer at indkalde de "gamle" og potentielle nye rovagter til et møde forud for sæsonstarten for at diskutere rovagtsordningens indhold og for at få lagt en vagtplan for første del af sæsonen. Således også i år, hvor der blev indkaldt til rovagtsmøde d. 23. marts.

Jeg måtte på dette møde konstatere, at som det ser ud nu, har kun et par nye meldt sig som rovagter, mens en del af de "gamle" rovagter synes, at de har aftjent deres værnepligt på området og derfor ikke længere ønsker at være rovagter. Summa summarum:

I øjeblikket er der ikke nær rovagter nok til at en rovagtsordning kan fungere.

For mig at se har jeg som ansvarlig for området 3 muligheder:

- 1) Vi afskaffer i konsekvens af mangelen på rovagter rovagtsordningen, da det ikke kan være rimeligt at slide de Tordenskjolds soldater, der i øjeblikket er rovagter, helt op ved at pålægge dem alle vagterne. Så vil klubben i givet fald hurtigt stå med nul rovagter. En afskaffelse vil givetvis i første omgang føre til kaos i bådhallen tirsdage og torsdage, når vi er kommet så langt hen i sæsonen, at nye kaniner i større omfang har fået roret. Senere på sommeren vil situationen dog nok bedres, idet det må formodes, at et større antal kaniner end normalt hurtigt vil melde sig ud af klubben i frustration over mangelen på ordnede forhold. Denne løsning er derfor ikke hensigtsmæssig.
- 2) Jeg bevæbner mig med et gevær og finder et antal medlemmer, som jeg finder passende kunne være rovagter, trænger dem op i en krog og giver dem på bedste mafiamis "et tilbud om at være rovagt, de ikke kan afslå". Nok heller ikke nogen god løsning. Dels fordi jeg ikke ejer et skydevåben, dels fordi det nok er en fordel, at rovagterne varetager funktionen af egen fri vilje.
- 3) En snes medlemmer siger til sig selv, at klubben selvfølgelig skal have en velfungerende rovagtsordning, og at de sagtens kan give en hånd med som rovagter, hvorefter de melder sig til mig. Denne løsning vil langt være at foretrække.

Til orientering kan jeg oplyse, som det også fremgik af indlægget om rovagtsordningen i martsnummeret, at det ikke er særligt tidsmæssigt krævende at være rovagt. Man kan sagtens komme på vandet de aftener, man er rovagt.

Medlemmer, der er interesseret i at blive rovagter, eller som vil høre nærmere, bedes henvende sig til mig. Jeg håber at få mange henvendelser.

Med venlig hilsen
Lars Bundesen, motionsrochef

Motionskaproning

Igen i år arrangerer kredsen motionskaproning for kredsens klubber. Motionskaproningen foregår på den måde, at man deltager med et fast hold, der ror dels mod sin egen tid, dels mod de andre holds tid. Tilbuddet kan fint indgå i motion+ -træningen, da man foruden træningen kan få lidt konkurrence ind i billedet, med mulighed for at vinde præmier.

Reglerne kort:

Man ror mod sin egen tid og mod de andres. Der kan være 5 roere om en 2-års båd, og 7 om en 4-års. Der ror 10 km for seniorer og 5 km for juniorer og gives point for forbedret tid og deltagelse. Der vil være mulighed for at få både eller bådetransport, når løbene foregår langt fra ens klub.

Startsteder og datoer:

Palo (ved Charlottenlund Fort)	3. maj	17. maj	31. maj
Roklubben Øresund	7. juni	21. juni	5. juli
Københavns Havn ved SAS/ARK	19. juli	2. aug.	16. aug.

Der vil igen i år være sponsorerede præmier. Der er præmier for bedst forbedrede tid, flest deltagne gange og antal vundne løb.

Nærmere oplysning om motionskaproningen samt tilmelding kan ske hos undertegnede. Oplysninger kan også fås hos kredsens arrangør, Søren Nielsen, tlf. 31 38 19 20.

Lars Bundesen, motionsrochef

Havneræs i Københavns havn

Henrik Poulsen

På trods af et ualmindeligt dårligt vejr på løbsdagene vinteren igennem, lykkedes det Københavns Kajakreds at samle 20-30 roere, hver gang man indbød til Havneræs. Ræset, der skal ses mere som en mulighed for socialt samvær end konkurrence, har haft tilslutning fra et bredt udsnit af kredsens klubber. Til udelte glæde for alle har nogle af vore nye klubber også vist sig på arenaen. Således har kajakafdelingerne i Roklubben Skjold og DSR (Danske Studenter Roklub) del-

taget med flere roere vinteren igennem. Sammenlagt 50 roere har trods det vejrgudeme og har roet de 12 km. gennem Københavns Kanaler med udgangspunkt i ARK. Efter roturen og et livgivende bad samledes man i ARK's lokaler i spændt forventning om, hvad lodtrækningspræmien var denne gang. Alt har været bortloddet i præmier, lige fra cykellygter over hårshampoo til te. Havneræset er en tradition, man fra kredsens side ønsker at holde fast ved, så alle interesserede kan godt varme op igennem sommeren. Havneræs starter igen til efteråret.

Nyt fra Kaproningsafdelingen.

DSRs kaproere er nu i fuld gang med at lade op til denne sæson og er pt. i Påsketræningslejr. Modsat andre år har kaproerne i samråd med trænerne valgt at blive hjemme og træne på Bagsværd Sø.

De kommende opgaver ser således ud:

22.-23. april. Fyns Regattaen i Odense. Kaproningen er en Langdistancekaproning over 6 kilometer med opløb og mål foran Odense Roklub.

Kaproningsafdelingen deltager med de fleste, da DFFRs Kaproningsudvalg regner dette arrangement med i den samlede helhed, når roerne skal udtage til repræsentative opgaver.

13.-14. maj er der Forårsregatta på Bagsværd Sø. Her deltager DSR med alle kaproere, der også her blive iagttaget af DFFR og forhåbentlig en masse interesserede tilskuere. Begge dage startes der kl. 13.00.

d. 20.-21. maj, er de kaproere, der håber på at gøre det godt internationalt i Essen i Tyskland, hvor forhåbentlig nogle af verdens bedste elite-roere møder frem. Ellers må man håbe på at Tysklands bedste mandskaber er med, for de kan også ro temmelig stærkt.

Det er iøvrigt her at vores dameotter skal debutere internationalt på den rigtige 2000-meter distance.

Sådan vil det gå derud af for vores kaproere gennem hele sommeren

d. 2.-3. juni gælder det regattaen i skønne Ratzeburg osv.osv.osv

Går nogle af DSRs motionsroere og har lyst til at prøve at ro i de lange og slanke outrigger-både, da er der mulighed for det. Ret henvendelse til Teis Hansen, der står for Motion+ afdelingen. Telefonnummer bagerst i bladet.

Endelig er der også mulighed for at prøve lykken ved kaproninger i inriggere.

Hold øje med opslag i klubben, da man kan deltage i langdistancekaproninger over hele landet gennem hele sæsonen.

Mette Bacher.

KAJAKKER I RO-KLUBBER ?

Det sker, at ophidsede diskussioner opstår, når talen kommer på kajaker i baglæns-klubber. Informationsudvalget foretog et uformelt rundspørge hos de fleste af kredsens 26 klubber for at få et billede af situationen.

Vi har slet ikke haft fat i Rønne, Neksø eller Kangerlussuaq, selvom man måske kunne forvente at få interessant nyt om kajakroning netop fra Søndre Strømtjords Roklub (Ide til en ferielangtur ?).

I de øvrige klubber forholder det sig således, at de fleste IKKE har kajakroning. Dette skyldes som oftest, at der i nærheden ligger en regulær kajakklub.

De øvrige deler sig i 2 grupper:

Den ene gruppe har en stor overvægt af kajaker som f.eks. Holte Roklub, ARK og Skovshoved Roklub.

Den anden repræsenteres af DSR, KVIK, Skjold og KR, der har ca. 10% kajakroere. Det er forskelligt, om kajakafdelingerne vokser eller er stabile. Ingen af klubberne har en decideret kajakpolitik, men kajakroerne er eller har været repræsenteret i bestyrelserne.

I ingen af klubberne betragtes kajakroning som en trussel mod klubben som RO-klub. Veteranmedlemmer er som regel imod kajaker af princip, mens nyere medlemmer betragter det som naturligt, at forlæns-roningen og baglæns-roningen kappes om medlemmernes gunst.

"Hvis inriggerroning er for åndsvagt, er det helt fint, hvis man kan vælge kajakroning".

I KR er det et tilbud rettet mod unge medlemmer, der ikke kan tumle inriggerne endnu.

informationsudvalget/bjarme engell

JERNBANE DÆMNING I KALVEBODLØBET

Arbejdet med jernbanen ud til Øresundsforbindelsen er så småt ved at være nået til Kalvedløbet.

Lige syd for Sjællandsbroen skal der anlægges en kombineret dæmning/brø. Personbanen vil komme frem i den tunnel, der er ved at blive anlagt i Sydhavnsgade, mens et par godsspor vil gøre fiskerihavnen ved Bådhavnsgade noget mindre.

Halvdelen af Kalvedløbet vil blive spærret af en ca. 150m lang dæmning, mens resten vil blive dækket af en bro på 128m med en frihøjde på 3m.



Roprotokol

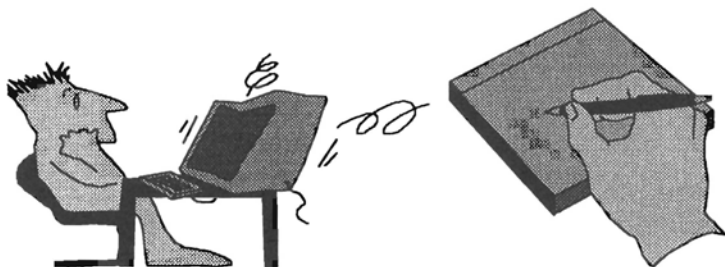
DSR kastede sig i sidste sæson ud i at anvende edb til registreringen af roaktiviteterne. Erfaringerne var blandede. Programmet var dels ikke godt nok, dels kunne DSR's gamle maskine, som programmet var lagt ind på, ikke stå for strabadserne.

Bestyrelsen har derfor i denne sæson valgt at gå tilbage til papirregistreringen, mens edb-programmet bliver revideret. Når edb-programmet er blevet rettet for fejl og grundigt testet, vil det formentlig blive genindført, men det er tvivlsomt, om det når at blive i denne sæson.

For at forbedre fordelingen af både og forhåbentlig minimere kaos på de store rodage tirsdage og torsdage vil rovagten blive udstyret med en oversigt over bådene. Rovagten vil ud fra denne fordele bådene til styrmændene, der herefter kan samle deres hold, finde båden og skrive sig ind i roprotokollen.

Rovagten kan hermed lettere bevare overblikket over, hvilke både, der er ledige.

Da oplysningerne fra roprotokollen på et eller andet tidspunkt gerne skal ind på en edb-database for at vi kan få noget rostatistik, skal det hermed bemærkes, at det er vigtigt, at medlemmerne skriver tydeligt i protokollen. Det gælder ikke mindst for kaniner, der endnu ikke har fået et medlemsnummer. *Det skal understreges, at det er styrmanden på et hold, der er ansvarlig for, at besætningen er skrevet ordentligt og læseligt ind i roprotokollen.*



Lars Bundesen
motionsrochef

Årbogen for 1994

Årbogsredaktionen er i fuld gang med at redigere de indkomne indlæg. Redaktionen modtager dog endnu gerne bidrag til bogen. Har du en god historie fra den forgangne sæson eller nogle gode billeder, så henvend dig hurtigst muligt og senest d. 1.6. til en af os.

Venlig hilsen Lene Christensen og Lars Bundesen (Årbogsredaktionen)

Udgård- DSR's nye hus i Sverige

Godt 25 DSR'ere drog d 27. januar til Udgård på weekendophold. De fandt ingen jætter*, men derimod et nydeligt, rødmalet svensk træhus. Udgård, der ligger ca. 10 km nord for Örskelljunga i Skåne (ca. 50 km nordøst for Helsingborg), er DSR's nye tilholdssted i Sverige.

Klubben har for små penge købt en andel i huset, hvilket giver ret til en uges ophold pr. år. Herudover er der gode muligheder for weekendophold i (især) vinterhalvåret.

Huset ligger ca. 10 km fra skisportsstedet Våxtorp, hvor der er gode muligheder for at træne alpint skiløb, hvilket mange DSR'ere udnyttede til fortræning til La Tzoumaz-turen senere på vinteren. Herudover er der selvfølgelig mulighed for orienteringsløb i skoven osv.

Huset har rimelig plads til 20 personer, så der var lidt overbelagt den omtalte weekend, men det var hyggeligt alligevel.

DSR's ture til Sverige, som oftest er gået til Strönhult, er jo normalt tilløbsstykker, hvor mange går forgæves, så det er dejligt, at klubben nu har fået en ny mulighed for arrangementer i Sverige.

Den omtalte tur var arrangeret af Susanne Agersnap, der også har været den udfarende kraft i at skaffe DSR andelen i huset.

Lars Bundesen

*Som bekendt var Udgård i den nordiske mytologi landet mod nord og øst, hvor jætterne boede.



Resultat af spørgeskema.

I medlemsblad nr. 2, februar 1995 var en række spørgsmål vedrørende den påtænkte ombygning i nederste etage, og desuden har der været afholdt et medlemsmøde den 2. marts, hvor ombygningen var hovedemnet.

Der indkom 35 svar inden den 1. marts plus 5 svar efter denne dato og endelig et indlæg fra Lasse i medlemsbladet for april. Blandt de første 35 svar har notarius publicus alias klubben sekretær Lene udtrykt en vinder i den lovede lodtrækning.

Vinder blev **Paul Brüniche-Olsen**, som har vundet en karton med adskillige flasker vin. Paul's besvarelse var i øvrigt repræsentativ på flere punkter for besvarelserne og fra de synspunkter, der kom frem på medlemsmødet.

Jeg vil ikke gennemgå svarene, men vil drage nogle konklusioner af medlemmernes meninger. Hvis du er interesseret i at studere svarene, kan du henvende dig til mig.

De fleste, der har svaret, har et skab, og for flertallet af disse er det **ganske uoverkommeligt** at undvære dette skab og i stedet transportere sit træningstøj med videre frem og tilbage hver gang. Svarene undrer mig, for ærligt talt det må være overkommeligt, men måske en smule ubekvemt. Selv ville jeg aldrig opbevare svedigt rotøj og et vådt håndklæde i mit skab.

Mange har udtrykt deres store begejstring for de eksisterende skabe på linie med Lasse's gribende indlæg, og det har selvfølgelig gjort indtryk på mig og fortalt mig, at jeg var på vildspor med nye skabe; men formålet med spørgeskemaet var jo netop at bringe mig på rette spor.

Som et apropos kan jeg berette, at jeg har haft besøg af en arkitekt, som havde fået til opgave at projektere en roklub i Tel Aviv. Da han i forvejen vidste meget lidt om et sådant hus, kom han for at få inspiration til opgaven, og han fik en grundig information og blev meget klogere. Han så naturligvis også omlædningsrummene med skabene, og her udtrykte han stor beundring for en virkelig gennemarbejdet kvalitet, som vi aldrig måtte skille os af med. Både detaljer og helheden med skabe, bænke og knager var bare nær det fuldendte, og tilsvarende kan slet ikke fås i dag.

Jeg behøver næppe at sige ret meget mere om skabene.

Spørgsmålet om antal toiletter gav lidt mer spredning i svarene; men min konklusion er, at damerne kan nøjes med et toilet, og at herrene skal have to stk., men at urinalet til gengæld kan undværes. Dertil kan så tilføjes, at disse to toiletter også er til disposition til de damer, som benytter træningsrummet.

De mest omdiskuterede spørgsmål drejede sig om saunaen, og her var flere ret så følelsesladede besvarelser. Nu vil nogle så påstå, at jeg ikke kan konkludere noget pålideligt ud fra det antal besvarelser, jeg har fået; men jeg kan altså ikke bruge det store tavse flertal til ret meget.

Her er et eksempel: "Jeg benytter samfærdsels-saunaen hæmningsløst 1-3 gange om ugen. Dels som et rekreativt gode, dels som en social foranstaltning af de bedre - folk siger så mange interessante ting, når de bliver varmet lidt op. Jeg er både vinter- og sommerbruger, og både efter roning og gymnastik. Jeg ser ingen grund til, at særskilte saunaer skal indrettes til bedste for en ny kønsfascistisk, -diskriminerende eller bare isolanistisk kvinde- (eller mande)fraktion i klubben."

Adskillige andre udtrykker knap så malende deres mening, men tendensen er klar blandt flertallet af svarene: Fællessauna har en stor social værdi, som vil gå tabt, hvis vi etablerer en damesauna. Dette er også min mening, som jeg deler med majoriteten i bestyrelsen. Det vil så gå ud over de medlemmer, der gerne vil gå i sauna, men ikke vil benytte den fælles. Tja, det er så trist for dem; men jeg finder, at der er flest fordele ved at

bevare status quo.

Roklubben i Tel Aviv får sikkert også saunaer, men ikke nogen fællessauna; men det er så en helt anden historie.

En lille gruppe arkitektstuderende har udarbejdet en radikalt anden planløsning af nederste etage. Den indeholder flere gode ideer, såfremt vi skulle starte op med det første spadestik til et nyt klubhus, men det er just ikke tilfældet. Ellers er der ikke dukket væsentlige nye ideer op i dette forløb.

Jeg takker for den respons, jeg har fået. Den har givet mig stof til den videre planlægning. Næste skridt i realiseringen af en forbedring af forholdene i disse rum er skabelse af de økonomiske rammer, og det arbejdes der ihærdigt på; men hvornår vi kommer i gang med ombygningen, vil jeg ikke gætte på her i bladet.

Mogens Haut

Nye Skabskort m.m.

På grund af usikkerhed om skabenes skæbne har der indtil nu ikke været nye skabskort for 1995; men det er der nu, og de kan købes i baren for kr. 20,- og gælder for denne sæson.

Hvis du ikke benytter dit skab ofte, bedes du overveje om, det er nødvendigt med eget skab, eller om du kan nøjes med et korttidsskab. Specielt hos damerne er der rift om skabene, hvorfor hver dame ikke må have mere end et skab.

Gamle skabskort skal fornyes snarest og inden 1. juni. Efter den dato risikerer du, at låsen bliver klippet op, og skabet bliver tømt.

Alle skabsejere anmodes om at rengøre deres skab. Mange skabe har ikke oplevet følelsen af at være rene i masser af år. Støv med støvmider, spindelvæv, sure sokker, tomme flasker flourer i mange skabe. – Lad os højne standarden, bare lidt.

Og til de medlemmer, der ikke har noget skab: Benyt korttidsskabene, når du er ude at ro eller er til gymnastik. Der forsvinder desværre alt for mange værdigenstande her i klubben, men udover det, så giver det mere plads til omklædning, når der ikke ligger tøj på bænken eller hænger for meget på knagerne.

Forrummet til saunaen bliver brugt af mange til omklædningsrum, og tit er der nærmest ufremkommeligt på grund af tasker, sko og tøj på bænke, gulv og knager. Det rum er ikke et omklædningsrum. Omklædning sker i omklædningsrummene, hvorfra du iført ganske lidt kan move dig til saunaen og tilbage igen. En skønne dag, når jeg rigtig er i humør til det, rydder jeg hele rummet for alt tøj, tasker o.s.v.

Husforvalteren

Redaktion: Lisbet Jensen (ansv.)
Vestergårdsvej 10, 1.t.v., 2400 Kbh. NV tlf. 38 34 48 63
Tryk : Brønshøj Minitryk - Oplag : 1300 eks.
Tidsfrist for indlæg til næste nummer er torsdag 11. maj 1995.

ADRESSELISTE

Danske Studenter Roklub - Strandvænget 55 - 2100 København Ø
Postgiro 500 34 66 - Kontortid onsdag og torsdag kl. 18 - 20
Telefon (Køkken og Kontor) : 39 29 63 26
MEDLEMSTELEFON (Garderobe og Bådhal) : 31 18 58 11

Formand

Henning Rasmussen
Normasvej 14
2000 Frederiksberg
36 46 47 67

Kasserer

Johan Frydendahl
Engbakken 27
2830 Virum
45 85 86 05

Sekretær

Lene Christensen
Østerbrogade 85,106
2100 København Ø
31 38 87 13

Kaproningschef

Jens Chr. Pørneki
Østerbrogade 88F, st.
2100 København Ø
31 38 09 97

Materielforvalter

Christian Pedersen
Th. Laubsg. 29,2.th
2100 København Ø
39 27 46 20

Instruktionsrochef

Karen Brems Føyn
Valbylangg.108,1.th.
2500 Valby
36 45 73 24

Langtursrochef

Ole Kammersgård
Vardegade 24,1.tv
2100 København Ø
31 42 53 60

Kontingentkasserer

Kun skriftlige henv.
DSR, Strandvænget 55
2100 København Ø
Att: Kontingentkass.

Kaproningsudvalg

Bettina Frederiksen
Sofievej 10, st.tv.
2840 Holte
45 41 06 17

Husforvalter

Mogens Haut
Strandvænget 55
2100 København Ø
39 29 84 99

Køgemester

Susanne Agersnap
H.C.Ørstedesvej 63
1879 Frdrbg. C
35 36 88 05

Motionsrochef

Lars Bundesen
Fredensborgg.14,4.
2200 København N.
35 82 14 18

Motion+ rochef

Teis P. Hansen
Tåsingevej 66,3.th.
2100 København Ø
31 20 80 96

Kajakrochef

Vibeke Jansen
Borgervænget 78
2100 København Ø
31 18 47 80

ORIENTERINGSSEKTIONEN

Formand

Ronald Clausen
Engelsborgvej 44
2800 Lyngby
45 88 58 86

Kasserer

Nis C. J. Schmidt
Hvedevej 14 st.
2700 Brønshøj
31 28 48 71

Sekretær

Johan Frydendahl
Engbakken 27
2830 Virum
45 85 86 05

Orienteringsløb 1995

Dato	Løbstype	Skov	Arrangør
7/05	D-stafet	Ravnsholt	Lillerød IF
12/05	SM-stafet	Hornbæk Plantage	ROK
21/05	Wild West	Lodbjerg/Hvidbjerg	Skovkarlene
21/05	C	Rude Skov	KFIU
28/05	D-stafet	GL. Grønholt	Søllerød OK
15/07	D-Sprint	Slagslunde	OK Øst
16/07	D-stafet	Ganløse m.m.	OK Øst
21/07	3 dage	Gribskov Nødebo	Farum/Søllerød
22/07	3 dage	Jægerspris	Farum/Søllerød
23/07	3 dage	Farum Øvelsesterræn	Farum/Søllerød

Tilmelding:

Gåsehusløb: Mødetidspunkt: Søndag mellem 10 og 12
3 baner på ca. 3 km, 5 km og 8 km

Øvrige løb: Johan Frydendahl tlf. 38 17 62 52 (arb.)
(14 dage før) Engbakken 27
2830 Virum tlf. 45 85 86 05 (priv.)

DANSKE STUDENTERS ROKLUB

Akademisk & Polyteknisk Roklub

DSR

MEDLEMSBLAD NR. 5 * JUNI 1995 * 63. ÅRG.



DSRs dameroere er godt på vej.
Fv. Petersen, Tornehøj, Overgaard & Østergaard.

INDHOLDSFORTEGNELSE

"Kajakroning i DSR - Sommeren 1995" v/Vibeke Jansen ...s.	3
"Bumleretur til Luzern" v/Mette Bacher	4
"Aktivitetskalender"	5
"Nyt fra kredsen" v/Inf. udvalget	6
"DSRs Fødselsdagsfest"	7
"Sankt Hans Aften" v/Motionsudvalget	8
"Sommerferielangtur FYN rundt" v/Ole Rasmus Pedersen ..s.	9
"Billedkavalkade" v/Mette Bacher	10-11
"Dansk Roning og pressen" v/Mette Bacher	12-13
"Oversigt over inriggernes gearing" v/Bjarne Engell ...s.	14-15
"Kold kortbane-debut" v/Mette Bacher	16-18
"0-løbsprogram 1995"	20

INDMELDELSE: sker ved at udfylde og indbetale indmeldelses-girokort. Dette forefindes på kontorets dør i bådehallen. Indbetalingen dækker de 3 første måneders kontingent. Nye er velkomne til 2 gratis prøvegange i klubben, inden indmeldelse skal finde sted.

KONTINGENT: opkræves kvartalsvist forud via giro. Ved overskridelse af betalingsfrist pålægges et gebyr på 25 kr. pr. rykker. Hvis rykker krydser forsinket indbetaling kan der ses bort fra rykker, men gebyret vil blive opkrævet det følgende kvartal.

UDMELDELSE: Kan ske gældende fra 1/1, 1/4, 1/7 og 1/10 og skal være DSR i hænde med mindst 3 dages varsel. Gyldig udmeldelse foretages ved at indbetale et girokort på nøjagtig kr. 3,00 til DSR's girokonto nr. 500 34 66 samt ved at anføre "udmeldelse", navn og adresse på den del af girokortet, som posthuset beholder (betalingsdelen). Girokortet er dokumentation for, at udmeldelse har fundet rettidigt sted og man bør i egen interesse gemme girokvitteringen. Kontingentopkrævningskortene kan ikke anvendes til udmeldelse, idet meddelelser ikke kan anføres på disse.

OBS ! IKKE AUTOMATISK UDMELDELSE VED RESTANCE: Man er medlem og kontingentpligtig, indtil gyldig udmeldelse har fundet sted, uanset om DSR's faciliteter og aktiviteter benyttes. Eksklusion vil først finde sted ved en restance svarende til ¼ - 1 års kontingent og restancen vil om nødvendigt blive inddraget ved incasso. Alle omkostninger i forbindelse hermed betales af skyldneren.

Kajakroning i DSR - Sommeren 1995

Vi er 10 kajakinstruktører og har desværre ikke kapacitet til at instruere alle, hvorfor vi har lavet adgangsbeholdning efter klubanciennitet = medlemsnummer.

Instruktion i kajak kan ikke klares på fem roture. Vind og vejr spiller en afgørende rolle, ligeledes DSR's fysiske placering, i bunden af en aktiv havn, hvor der både er lystbåde og industri.

For at opnå kajakret i DSR skal man:

1. Vise fortrolighed og stabilitet i uroligt vand = kunne ro kajak
2. Entre kajakken to gange - første gang uden redningsvest
- anden gang tages vesten på i vandet inden kajakken entres
3. Svømme 600 meter i havvand
4. Have teoretisk styrmandsret
5. Ro 50 meter med halvfyldt kajak
6. Svømme 25 meter med kajakken
7. Hjælpe anden roer op i en kajak = makkerøvelsen
8. Landgang på åben strand
9. Udvide takt og tone overfor andre roklubber

Og så er der farverne -

Kajakkerne er farvemærket agter, henholdsvis grøn, blå og rød, hvilket betyder:

at de første	0 - 300 km SKAL du ro i GRØN
de næste	300 - 500 km MÅ du ro i BLÅ
over	500 - km KAN du (måske) ro i RØD

De bedste rohilsner fra
Vibeke Jansen

Kort langtur Amager rundt 1. og 2. juli

Se opslag i klubben.

Orienteringsmøde den 29. juni kl. 20.00

Langtursudvalget

Bumlertur til Luzern.

- Kom med og oplev verdenseliten i roning i Luzern i Schweiz. Det er sidste udkald for verdens bedste roere med henblik på en VM-udtagelse. Der tilbydes nogle få pladser for 6-8 personer sammen med DSRs kaproere i sovebus og på pensionat.

Regattaen afvikles d. 7.-9. juli. Afgang med sovebus onsdag aften d. 5. juli med ankomst i Luzern torsdag formiddag. Hjemturen startes søndag umiddelbart efter finalerne kl. ca. 17.00 med ankomst i København mandag formiddag d. 10/7. Der er arrangeret ophold på et godt pensionat i selve Luzern, hvor mulighederne for at komme til og fra robanen er overkommelig. Enten kan man tage en sporvogn eller også kører vores bus!

Værelserne er 2-3-4 rums med bad og toilet på gangen. I prisen er inkluderet morgenmad fra stor buffet.

Da de aktives deltagelse prioriteres højest, er der kun begrænset mulighed for at tage bumlere med - 6-8 personer. Det skal pointeres, at turen er arrangeret for de aktive roere, hvorfor eventuelle bumlere må acceptere elitefolkernes til tider specielle luner!

Tobaksrygning i bussen tolereres eksempelvis ikke!

Hvis nogle af DSRs medlemmer stadig, efter at have læst dette, har mod på at tage med og få en utrolig god oplevelse - ikke kun med at se roning af verdensklasse men også med at nyde de fascinerende og pragtfulde omgivelser i smukke Schweiz, da er I meget velkomne til at tilmelde jer.

Pris pr. person: Bustransport t/r i sovebus samt 3 overnatninger på pensionat, inclusive morgenmad: kr. 1700,-

Henvendelse til Mette Bacher: 44 44 55 57

Aktivitetsskalender 1995

- * 3.-5. juni : Langtur i de sydsjællandske farvande
- * 9. juni : Måneskinstur
- * 10. juni : Fødselsdagsfest
- * 16. juni : Måneskinstur
- * 23. juni : Sankt Hans
- * 23.-25. juni : Sjælland
- * 1. og 2. juli : Kort langtur Amager rundt
- * 14. juli : Måneskinstur
- * 11. august : Måneskinstur
- * 5.-13. august : Fyn rundt
- * 26. august : Kanifest
- * 30. august : KVIK-match
- * 8. september : Måneskinstur
- * 23. september : Klubkaproning + fest
- * 28. oktober : Standerstrygning

Vedrørende motionsarrangementer

Motionsudvalget har mange ideer til arrangementer i sæsonens løb. Nogle af dem er under forberedelse, mens andre først planlægges senere. Vi forsøger så vidt muligt at annoncere alle motionstilbud her i bladet, men det må forventes, at visse arrangementer planlægges og afvikles med en kort tidshorizont, bl.a. afhængigt af vejret. Det er derfor ikke muligt at få alt med i bladet. Vi opfordrer derfor medlemmerne til at holde øje med opslagstavlen for at være ajour med tilbudene.

DEN INTERNATIONALE KØBENHAVNSREGATTA

"Den internationale Københavnsregatta", eller, som den meget passende er døbt på udenlandsk:

COPENHAGEN REGATTA

afholdes i år 29-30 juli på Bagsværd Sø

Regattaforeningen har i skrivende stund modtaget tilmeldinger eller tilkendegivelser fra landshold og eliteroere fra hele verden.

Dette skyldes måske delvist, at de vil gerne vil have chancen for at prøve kræfter med vore danske eliteroere, men måske nok så meget, at de har grebet den tilbudte mulighed for at akklimatisere sig og gå lidt i træningslejr inden VM i Finland 3 uger senere.

Det vil føre for vidt at nævne alle de nationer, der kommer, men der kommer roere fra 4 verdensdele og KØBENHAVNS REGATTA FORENING vil få brug for al den hjælp, de kan få. Sprogkyndige i engelsk, tysk, fransk, spansk, russisk og kinesisk vil blive modtaget med åbne arme, men derudover søges der stafetter, gerne ungdomsroere, til overbringelse af lister, resultater osv..

Allerede fra 10. juli, hvor træningslejren starter, er der behov for nattevagter til at assistere det kinesiske landshold, som skal bo på Bagsværd Skole.

I det hele taget er der behov for assistance fra mange hundrede frivillige også i år.

Har du lyst til at være med bag kulisserne, prøve det helt specielle kammeratskab og den internationale atmosfære, så ring snarest til én af nedenstående:

Jørgen Nielsen	Dag : 45 93 45 45
	Aften: 45 88 53 22
Annemarie Arlyk	Dag : 45 82 38 00
	Aften: 42 28 55 81
Mogens Sørensen	Dag : 31 61 05 55
	Aften: 45 87 68 11

eller skriv til

Københavns Regattaforening
Skovalléen 40
2880 Bagsværd
mærket "Medarbejder"

informationsudvalget/bjarne engell

KØBENHAVNS REGATTA- FORENING

Københavns Regattaforening er en forening på for tiden 112 medlemmer, som står bag arrangementerne med regattaer på Bagsværd Sø. Foreningen driver sammen med Bagsværd Kommune og Københavns Idrætspark

anlægget på Bagsværd Sø, dvs. bådehal, startbroer, måltårn, banebøjer, telefonanlæg, højtalere, kontorer osv osv.

En anden gang, når pladsen tillader det, vil vi bringe en udførlig beretning om Foreningens historie, nuværende rolle og arbejdet med at forberede og afvikle kaproningsregattaterne.

informationsudvalget/bjarne engell

D.S.R.'s Fødselsdagsfest



Lørdag den. 10. juni kl. 1830

* 3-retters menu,- en
gastronomisk nydelse.....



* Underholdende indslag af den eksotiske genre.....

* "The Flirts",- levende band, blød rock/blues til alle aldre,
brandgod dansemusik.....

* Discotek til den lyse morgen.....



* Pris: 100,- kr

Vær med til

ÅRETS FEST

Tilmelding i baren senest 3. juni.

Sankt Hans Aften

DSR forsøger igen i år at få den store grill igang ved Strandmøllekroen, således at vi kan mødes dér og hygge os og se på bål - een gang ud af tre må vejret da være med os !

I skrivende stund er ikke alle detaljer på plads, men der bli'r formentlig tale om en madpris på ca. 40 kr. for bøf, flutes og salat.

Hold øje med opslagstavlen vedrørende oplysninger og tilmelding.

Motionsudvalget



Sommerferielangtur FYN rundt

Så er det snart tid til sommerens store oplevelse.

FYN rundt **lørdag den 5. til søndag den 13. august 1995**



Har du lyst til masser af motion kombineret med en pragtfuld naturoplevelse i bagende solskin sammen med gode kammerater, så er turen lige noget for DIG.

Praktiske oplysninger:

Turen vil foregå i klubbens egne både med start i Svendborg Roklub, hvorfra vi i magstempo på 9 dage vil tilbagelægge de ialt 250 km, med undertegnede som ansvarlig for arrangementet. Tilmeldingsliste er allerede opsat i klubben.

Skulle nogen være interesseret i yderligere oplysninger om turen, er I velkomne til at kontakte undertegnede i klubben eller ringe (om aftenen efter træning) på telefon: 39 69 29 70.

Med ønsket om at rigtigt mange vil melde sig
Ole Rasmus Pedersen

Fv. Bettina Frederiksen & Rie Sørensen.
vindere i toer uden.



Nogle af DSRs

Fotos: Mette



Dameotteren gjorde rent bord. Fv. Anette
Vibeke, Louise, Stinne, Mette, Christ

Anders Brems synes godt
på vej i letvægts sculler.

Thomas Ebert, (tv.), med Bo Svendsen fra Bagsværd, vindere i toer uden.



Lene Andersson, er med Berit Christoffersen flyvende i letvægts dobbelt-sculler.



glade vindere

e Bacher



ne Kathrine, Bettina, Mette,
na & Rie.

Anna Helleberg var suveræn
i letvægts sculler



Dansk Roning og pressen.

Af. Mette Bacher.

Dansk Roning har indenfor de sidste mange år ikke gjort ret meget for at opnå den pressedækning, som var utrolig god i 60-erne og 70-erne.

Hvorfor det er gået sådan, kan der kun gisnes om.

Undertegnede har gennem de sidste 5 år forsøgt at få et samarbejde med sportspressen, der ofte har båret frugt.

På et tidspunkt var jeg tilknyttet roforbundet som presseansvarlig, men det var ikke nogen nem opgave.

Nogle roledere ville helst have indflydelse på det område også, selvom det ikke på noget tidspunkt var det ansvarsområde, de var valgt til.

Når man nåede frem til pressecentrene ved Verdensmesterskaber og lignende, kunne man være evigt forvisset om, at flere andre danskere ad mystiske omveje var blevet akkrediteret som presseansvarlige, til trods for at de intet havde med det at gøre til hverdag. - Og intet sendte hjem. Prestige?

Det var ikke særlig heldigt for dansk roning og gav os heller ikke noget særligt godt ry ude ved de store internationale stævner.

Sjovt var det heller ikke for os, der var sat til at dække roforbundets presseopgaver.

Indenfor dansk roning har man meget med at fokusere på enkelte mandskaber til trods for at andre roere sagtens kan tåle at blive omtalt i pressen. Jeg fik, som presseansvarlig, ofte stukket den i hovedet, at jeg fokuserede for meget på DSRs mandskaber og det selvom vi altid havde flest roere med på de forskellige landshold. En overgang måtte jeg ikke nævne noget om en godt roende letvægtsotter til pressen, fordi en tungere otter skulle føres frem mod OL. Letvægtsotteren, der ikke måtte få pressens bevågenhed, vandt samme år GULD ved VM! DSRs dobbelte verdensmester, Mette Bloch, var god til at sælge sig selv til pressen. Ofte til stor forargelse for de øvrige landsholdsroere, der resultatmæssigt ikke nåede hende til sokkeholderne. Det var meget svært dengang at gøre alle tilpasse og mens journalisterne var tilfredse med de informationer, der blev sendt ind hele sommeren - var ro-lederne - var ro-lederne det aldrig, selvom det lykkedes at sælge roningen til medierne. Nu har jeg valgt udelukkende at beskæftige mig med DSR, der altid har haft roere med i verdenseliten.

Det kan konstateres, efter week-enden ved Forårsregattaen på Bagsværd Sø, at DSR har pressens bevågenhed. Det kostede en times arbejde med at udfærdige halvanden A-4side og faxe den ind samt et par telefonopringninger, så var den hjemme.

Det er længe siden, at Dansk Roning (DSR) har fået så stor omtale, som vi fik det ved dette års Forårsregatta. Ja selv Danmarks Radios sportsjournalist havde læst om DSRs dameotter i avisen hvilket betød, at dameotteren på TV blev vist og omtalt i aftenens sportsnyheder.

Ialt fik Dansk Dameroning omtale på halvanden avisside i henholdsvis Berlingske Tidende & Politiken.

-Så vi kan skam godt komme i medierne, hvis vi selv orker og gider at gøre et stykke arbejde for at få forbindelserne.

Vores roere behøver ikke engang at være verdensmestre for at blive nævnt, men spændende projekter som DSRs dameotter vil journalisterne altid gerne høre om.

Jeg er blevet opfordret til at fortsætte med at henvende mig til dagbladene, hvor kontakten til de ro-relaterede sportsjournalis- efterhånden er blevet rigtig god.

Lad os benytte os af det. Lad os læse om roning i alle af- skygninger i aviserne- også i de sure og kolde vintermåneder.

DSRs formand Henning Rasmussen og undertegnede har aftalt at vi måned for måned vil sende spots og nyheder ind til sportsjourna- listerne hele året igennem.

Er I i besiddelse af nogle sjove nyheder om roningen, som I mener pressen også kan være interesserede i, da ret henvendelse til undertegnede, der formidler kontakten: Mette Bacher 44445557

Der lines op til
ære for POLITIKENS
fotograf.

Foto: Mette Bacher



OVERSIGT OVER INRIGGERNES GEARING

I den forløbne vintersæson har en lille flok excentrikere anført af undertegnede taget fat på et emne, der længe har ligget brak i klubben:

Trimning af bådene

Arbejdet blev påbegyndt sidste år af Susanne Agersnap, og det var en behagelig overraskelse at ro i én af de både, hun havde haft under behandling.

Emnet er sandsynligvis udtømmeligt, men følgende parametre kan tages under behandling i første omgang:

- * Gearing af årer
- * Smig (= årebladets vinkel i forhold til vandoverfladen)
- * Indbyrdes placering af svirvel, sæde og spændholt.

Efter at have prøvet os lidt frem blev det klart, at gearing var det, der ville give størst udbytte af anstrengelserne.

Princippet i gearingen er, at forholdet mellem den del af skaftet, roeren trækker i indenbords og den del af åren, der går ud i vandet, skal være ens for alle bådens årer.

Hvis årerne er lige lange, afstanden mellem svirvel og sæde ens og roerne ens bygget, vil man få en næsten fuldstændig symmetrisk kraftfordeling fra alle fire årer, kun ødelagt af, at styrbords årer sidder forskudt fra bagbords årer i længderetningen.

Gevinsten er, at de kraftkomponenter, der i rotagets begyndelse og afslutning påvirker båden på tværs af længderetningen, vil være ens. Dermed vil man undgå, at båden vipper og roerne kommer ud af rytme.

Nu er alle forudsætningerne sjældent opfyldt. Imidlertid kan roerne selv bestemme, om de vil danne ensartede hold. Materieludvalget kan bidrage med både. Her er afstanden mellem svirvel og sæde (svirvelafstanden) kun ens på en del af bådene. På både med varierende svirvelafstand skal klemringen sidde i forskellig afstand fra årebladet på bådens årer.

Det betyder, at roere med kortere svirvelafstand skal tage lidt længere tag for at yde samme arbejde i vandet. Forskellen er i praksis på ganske få procent.

Hvilken gearing er så bedst. Høj gearing får båden til at føles tung. Lav gearing giver kortere rotag og dermed lavere fart.

Vi ved det ikke. Derfor har vi været lidt tilbageholdende med at korte årer af og raspe lak af skafterne, hvor dette kunne synes nødvendigt. Til gengæld har vi omhyggeligt skrevet gearingen op for hver af de trimmede både.

Listen er sat op i bådhallen ved pulten og bringes desuden her. Folk kan så prøve sig frem og forhåbentlig meddele eventuelle erfaringer til materielforvalteren.

Næste vintersæsons emne bliver måske smiget. Dette er temmelig bøvelat at have med at gøre, fordi man er nødt til at være to om at måle det.

Skulle nogen komme over en båd, der har helt umulige svirvler, så henvend jer til Mogens Haut, undertegnede eller Jørgen Foss, hvis i ikke kan ordne det selv. Notér smiget på en seddel og aflever det på kontoret, så vi har styr på bådetrimeriet.

Alle mål gemmes i ringbind med bådoplysninger i værkstedet.

BÅDENAVN	GEARING	BEMÆRKNINGER
DAN	-	På værksted for at få rigtige svirvler
OLSEN / ODIN	3,05	
VIKING	-	Lommerne skal flyttes for at kunne få ens gearing på alle årer
THOR	3,37	
BALDER	-	Lommerne skal flyttes for at kunne få ens gearing på alle årer
BJARKE	3,47	4. åre: 3,56 (Puha)
GUDMUND	3,29	
YDUN	3,35	
HUGIN	3,25	
MUNIN	3,35	4. åre: 3,40
VIDAR	3,25	
FREDERIK IX	3,35	
ELEKTRA	3,43	Lange træårer m. smalle blade. Glasfiber årerne er ikke gearet.
HROAR	3,45	
HELGE	3,50	
TJALFE	3,30	
FAFNER	-	ikke trimmet
LOKE	3,35	
HJALTE	3,39	
ABSALON	3,20	
FREJA	3,15	
SIF	3,20	
BRAGE	3,15	
FRIGG	3,35	
KVASER	3,42	

Kold kortbane-debut.

Forårsregattaen på Bagsværd Sø blev en isnende kold oplevelse, hvor DSRs kaptroere markerede sig på fremragende vis.

Af Mette Bacher.

Vejrprofeterne havde spået om masser af regn og blæst netop den week-end, hvor roernes debut på den rigtige distance skulle løbe af stabelen. Regnen slap man for om lørdagen, hvor en frisk vind gjorde sit til, at regattaen blev en kold affære at overvære for de ca.40-50 tilskuere, der havde fundet vej til målområdet.

Søndagen blev endnu værre med nærmest kulingagtige vinde og en strid og stiv modvind der gjorde, at prøvelserne på vandet krævede sit til at nå hurtigst igennem de 2000 meter. For nogle af deltagerne var det nok lykken, at de havde valgt en stor bådtype fremfor single-sculler, der i nogle løb var over 10 minutter om at gennemføre distancen.

DSRs kaptroere gjorde det fremragende og for fleres løbs vedkommende viste det sig, at især letvægtsroerne er i særklasse. I enkelte løb fik de tunge roere kam til deres hår af de ofte teknisk bedre letvægtere, hvilket fortæller lidt om, hvem der skal sættes på indenfor international roning.

Undertegnede overværede begge dage roernes kamp på vandet i den isnende kulde og må konkludere, at DSR er godt rustet i denne sæson i alle klasser.

Vi havde ialt begge dage 62 personer til start (mange roede flere gange) vi var med i 36 løb, hvor 14 finaler blev vundet af 29 DSR-roere! Der blev uddelt 29 medaljer til 16 vindere fra DSR. Forvirret ?

DSRs dameotter, der har været nævnt flere gange i klubbens blad, fik en pressedækning, der næsten ikke er set mægt i det sidste årti indenfor dansk roning (se artiklen andetsteds).

Dameotteren, der stadig mangler en hel del teknisk afpudsning, gjorde det begge dage fremragende med suveræne sejre til følge. Damegruppen er godt klar over, at træerne ikke vokser lige ind i himlen men ottermandskabet kan ihvert fald konkludere, at det er det bedste på dansk farvand pt. Begge dage fik holdet modstand af nogle letvægts damer, sat i en otter for at konkurrere med vores og begge dage fik letvægterne klø af DSRs dameotter med henholdsvis 16- og 24 1/2 sekund!

DSRs ottergruppe delte sig også op i et par firere, der måtte se sig henvist til sekundære placeringer efter de bedste letvægtere fra den anden dameotter. Til gengæld roede Bettina Frederiksen & Rie Sørensen et meget flot og veldisponeret løb i den teknisk sværeste bådtype af alle, toer uden styrmand, hvor det blev til sejr med en bådlangde over en af DSRs nye letvægts damer, Helle Holm Petersen, der roede med en fra Bagsværd.

Ottermandskabet, der begge dage vandt over letvægtsholdet, bestod af: Bettina Frederiksen, Mette Overgaard, Vibeke Østergaard, Stinne Petersen, Louise Frederiksen, Mette Mathasen (venligst udlånt fra Fredericia), Christina Rindom & Rie Sørensen. Søndag bestod holdet af de samme personer på nær Christina Rindom, der blev udskiftet med Lisbeth Marner. Styrepige var Anne Kathrine Secher.

Flyvende letvægtere af høj standard.

Lene Skov Andersson, der har valgt at forsøge sig i den netop indførte olympiske bådtype, letvægts dobbelt-sculler, viste sammen med Berit Christoffersen, at holdet har en meget høj standard.

Begge dage vandt Andersson & Christoffersen overlegent. Lørdag gav mandskabet nogle yngre hold, med blandt andet Camilla Rohde i en af de efterfølgende både, en afklapser af format. Over et halvt minut var der ned til modstanderne.

Søndag skulle Lene og Berit afprøve deres kunnen mod de tungere mandskaber i kvindernes åbne klasse. Letvægterne disponerede fornuftigt og lå på andenpladsen indtil de sidste 500 meter før mål, hvorefter de trak fra de øvrige 4 deltagende hold. På 2. pladsen kom den tidligere førende top-roer Inger Pors, der roede sammen med Sarah Lauritzen.

DSR/Lyngby-parret vandt med ca. 3 bådlængder - en meget overbevisende sejr - og synes på nuværende tidspunkt at have høj, international klasse.

Camilla Rohde måtte, sammen med sin makker fra Bagsværd, tage til takke med en 4. plads.

Også Anders Brems er utrolig godt roende lige nu og fortsætter han de samme takter, som ved denne regatta, tror jeg, at en VM-billet ligger og venter.

Anders vandt en overlegen sejr i lørdagens letvægtsløb med hele 12 1/2 sekund - flere bådlængder. På 4. pladsen kom Hans Juul Andersen & på 6. pladsen - også godt gået - 2. års roeren: Jacob Thesander.

For at Anders kunne få behørig konkurrence, valgte man at lade ham møde til start i roernes tunge klasse om søndagen.

Anders skulle ud mod blandt andet - den indtil da - uovervindelige Martin Halbo Hansen fra Rof. KVIK, og Danmarksmesteren i tung klasse, 1993, Peter Andersen fra Bagsværd.

Helt overraskende, og dog, vandt den unge Bertil Samuelsson fra Lyngby Roklub løbet, mens også Anders placerede sig foran de på papiret, stærkere "drenge".

Krise i Rocentrets tunge herregruppe.

Morten Tibian, der sidste år blev nummer 6 ved VM i dobbelt-sculler med en roer fra Roskilde, fik begge dage en skuffende andenplads efter et forrygende godt roende letvægtsmandskab. DSR/Roskilde-mandskabet, der både har fået ny racer-båd og bør være i kanonform, mangler utroligt meget teknisk i forhold til letvægterne, der viste roning af en høj international klasse. De tunge bør slet ikke lide nederlag til nogle letvægtere.

Samme problem ses i Rocentrets een-års gruppe, der atter led nederlag i den klasse, som de burde vinde overbevisende.

Niels Hyldager indgik sammen med en større gruppe een-års-roere i en bruttotrup med henblik på at danne en OL-otter. I fjor blev mandskabet udtaget til VM via et enkelt tidtagningsløb på Bagsværd Sø. Mandskabet har gennem hele forårssæsonen været plæg-

et af skader, hvorefter blandt andet Jens Chr. Pørneki & Kaare Mattesen trak sig ud af projektet. Nu er der en firer tilbage. Mandskabet fik blandt andet konkurrence af de regerende verdensmestre i letvægts firer og et juniorhold.

Begge dage fik de tunge drenge en afklapper af format af begge ovennævnte modstandere.

Med Martin Haldbos nederlag i sculler, Dobbelt-scullerens nederlag til et letvægtsmandskab og firerens nederlag til både et letvægtsmandskab og nogle juniorer, ser det pt. ikke alt for lovende ud for Rocentrets tunge mandskaber, hvorimod letvægterne - som sædvanlig styrer mod medaljer ved VM til august. Sæsonen er dog kun lige startet, så vi må håbe på, at det blot er en forbigående krise, der ses hos de tunge drenge, for ambitionerne, træningsindsatsen og erfaringen fejler bestemt ikke noget! Vores to-åres drenge, der valgte at holde en tænkepause efter et turbulent år i Rocentret, havde fundet sig selv frem fra gemmerne og ville forsøge sig i dobbelt-firer. Efter at have været væk fra top-roning i et halvt år kunne det konstateres, at det kneb med formen. Dansk Roning har fået nogle unge og stærke drenge, der viste sig stærkt roende.

Lørdagens løb blev et nederlag for Henning Juul, Kaare Mattesen, Teis Hansen & Søren Aasmul.

Mon vi ikke ser dem i bedre form til DM? Vi skal jo både vinde otteren og dobbelt-fireren, som vi "plejer"!

Af andre præstationer kan nævnes:

Dobbelt-sejr til Thomas Poulsen i letvægtsfirer, dobbelt-sejr til Morten Haubro Petersen i dobbelt-firer, dobbelt-sejr til Anna Helleberg i kvindernes letvægts-sculler, hvor Emilie Hasløv blev nr. 2. Flot roning af DSRs nye: Willi Drexel, der begge dage opnåede sekundære placeringer i herrernes tunge single-sculler. Også dobbelt-sejr til Thomas Ebert i kombineret toer uden styrmand.

Camilla Riff var ude mod overmagten i kvindernes single-sculler, hvor hun mødte verdensmester Trine Hansen og sidste års junior-bronzevinder: Dorthe Petersen. Camilla blev nr. 3.

Efter at have holdt ud i 3-4 stive og kolde timer sammen med de ca. 20-30 tilskuere, der hovedsageligt bestod af forældre, ro-kammerater og trænere til de udøvende roere, kunne man tage hjem til de varme stuer mens man funderede over, hvad man har gjort så ofte før, hvorfor de unge mennesker, trods isnenende kulde og storm alligevel møder frem fuld af optimisme og sportslig ånd.

Mette Bacher.

Redaktion: Lisbet Jensen (ansv.)
Vestergårdsvej 10, 1.t.v, 2400 Kbh. NV tlf. 38 34 48 63
Tryk : Brønshøj Minitryk - Oplag : 1300 eks.
Tidsfrist for indlæg til næste nummer er torsdag 8. juni 1995.

ADRESSELISTE

Danske Studenters Roklub - Strandvænget 55 - 2100 København Ø
Postgiro 500 34 66 - Kontortid onsdag og torsdag kl. 18 - 20
Telefon (Køkken og Kontor) : 39 29 63 26
MEDLEMSTELEFON (Garderobe og Bådhal) : 31 18 58 11

Formand

Henning Rasmussen
Normasvej 14
2000 Frederiksberg
36 46 47 67

Kasserer

Johan Frydendahl
Engbakken 27
2830 Virum
45 85 86 05

Sekretær

Lene Christensen
Østerbrogade 85,106
2100 København Ø
31 38 87 13

Kaproningschef

Jens Chr. Pørneki
Østerbrogade 88F, st.
2100 København Ø
31 38 09 97

Materielforvalter

Christian Pedersen
Th. Laubsg. 29,2.th.
2100 København Ø
39 27 46 20

Instruktionsrochef

Karen Brems Føyn
Valbylangg.108,1.th.
2500 Valby
36 45 73 24

Langtursrochef

Ole Kammersgård
Vardegade 24,1.tv
2100 København Ø
31 42 53 60

Kontingentkasserer

Kun skriftlige henv.
DSR, Strandvænget 55
2100 København Ø
Att: Kontingentkass.

Kaproningsudvalg

Bettina Frederiksen
Sofievej 10, st.tv.
2840 Holte
45 41 06 17

Husforvalter

Mogens Haut
Strandvænget 55
2100 København Ø
39 29 84 99

Køgemester

Susanne Agersnap
H.C.Ørstedesvej 63
1879 Frdbrg. C
35 36 88 05

Motionsrochef

Lars Bundesen
Fredensborgg.14,4.
2200 København N.
35 82 14 18

Motion+ rochef

Teis P. Hansen
Tåsingegade 66,3.th.
2100 København Ø
31 20 80 96

Kajakrochef

Vibeke Jansen
Borgervænget 78
2100 København Ø
31 18 47 80

ORIENTERINGSSEKTIONEN

Formand

Ronald Clausen
Engelsborgvej 44
2800 Lyngby
45 88 58 86

Kasserer

Nis C. J. Schmidt
Hvedevej 14 st.
2700 Brønshøj
31 28 48 71

Sekretær

Johan Frydendahl
Engbakken 27
2830 Virum
45 85 86 05

Orienteringsløb 1995

<u>Dato</u>	<u>Løbstype</u>	<u>Skov</u>	<u>Arrangør</u>
15/07	D-Sprint	Slagslunde	OK Øst
16/07	D-stafet	Ganløse m.m.	OK Øst
21/07	3 dages	Gribskov Nødebo	Farum/Søllerød
22/07	3 dages	Jægerspris	Farum/Søllerød
23/07	3 dages	Farum Øvelsesterræn	Farum/Søllerød

Tilmelding:

Gåsehusløb: Mødetidspunkt: Søndag mellem 10 og 12.
3 baner på ca. 3 km, 5 km og 8 km

Øvrige løb: Johan Frydendahl tlf. 38 17 62 52 (arb.)
(14 dage før) Engbakken 27
2830 Virum tlf. 45 85 86 05 (priv.)

DANSKE STUDENTERS ROKLUB

Akademisk & Polyteknisk Roklub

DSR

MEDLEMSBLAD NR. 7 * JULI 1995 * 63. ÅRG.



Glimt fra "Roernes skovtur" Kr. Himmelfarts Dag i Skodsborg, hvor godt 100 inriggere var linet op på stranden. (Foto: Mette Bacher).

INDHOLDSFORTEGNELSE

"Sejrens våde sødme" v/Steen R. Hillebrecht	s. 3-4
"Aktivitetskalender"	s. 5
"Fællespicnic ved Bagsværd Sø"	s. 6
"Kajak-nyt" v/Vibeke Jansen	s. 7
"Kanindåb '95"	s. 8
"DSR-bryllup"	s. 9
"Nyt fra Langtursudvalget" v/Søren Møller Christensen .s.	10-11
"Roning uden vand, båd og årer"	s. 12
"Vi haler ind på KVIK" v/Mette Bacher	s. 13
"Ratzeburg Regattaen" v/Mette Bacher	s. 14
"O-løbsprogram 1995"	s. 16

INDMELDELSE: sker ved at udfylde og indbetale indmeldelses-girokort. Dette forefindes på kontorets dør i Bådehallen. Indbetalingen dækker de 3 første måneders kontingent. Nye er velkomne til 2 gratis prøvegange i klubben, inden indmeldelse skal finde sted.

KONTINGENT: opkræves kvartalsvist forud via giro. Ved overskridelse af betalingsfrist pålægges et gebyr på 25 kr. pr. rykker. Hvis rykker krydser forsinket indbetaling kan der ses bort fra rykker, men gebyret vil blive opkrævet det følgende kvartal.

UDMELDELSE: Kan ske gældende fra 1/1, 1/4, 1/7 og 1/10 og skal være DSR i hænde med mindst 3 dages varsel. Gyldig udmeldelse foretages ved at indbetale et girokort på nøjagtig kr. 3,00 til DSR's girokonto nr. 500 34 66 samt ved at anføre "udmeldelse", navn og adresse på den del af girokortet, som posthuset beholder (betalingsdelen). Girokortet er dokumentation for, at udmeldelse har fundet rettidigt sted og man bør i egen interesse gemme girokvitteringen. Kontingentopkrævningskortene kan ikke anvendes til udmeldelse, idet meddelelser ikke kan anføres på disse.

OBS ! IKKE AUTOMATISK UDMELDELSE VED RESTANCE: Man er medlem og kontingentpligtig, indtil gyldig udmeldelse har fundet sted, uanset om DSR's faciliteter og aktiviteter benyttes. Eksklusion vil først finde sted ved en restance svarende til $\frac{1}{4}$ - 1 års kontingent og restancen vil om nødvendigt blive inddraget ved incasso. Alle omkostninger i forbindelse hermed betales af skyldneren.

SEJRENS VÅDE SØDME

Oftentimes har jeg spurgt mig selv, hvad der får kaproerne til at slide så hårdt i det nede i tørturkammeret - det rene selvpineri. Vægte! Og en puls, der banker gennem kroppen, så man bliver helt bange for, om systemet kan holde til mosten. Men nu har jeg fundet ud af, hvad det er, der driver folk til en sådan manisk aktivitet. Det er håbet om sejrns sødme. Ja, når man har prøvet at vinde noget vigtigt her i livet, så vil man jo nok gå efter guldet igen og igen.

Af Steen R. Hillebrecht

Jeg er blevet bedt om at skrive om kanindræberkursen, der blev arrangeret for DSRs instruktører i starten af maj. Det var præget af forskellige konkurrencer, og den nok vigtigste begivenhed var, at Sus og jeg vandt den samlede konkurrence. Ja, kære læser, du undres nok over, at jeg selv er nødt til at komme med denne skelsættende nyhed, men det ligger helt på arrangørens linie. De nægtede ved præmieuddelingen at hylde os vindere uhæmmet (!), og de søgte at lægge os alle mulige forhindringer i vejen for at stoppe os på vejen til vores uundgåelige sejr.

Dans

Kurset var på forhånd præget af hemmelighedskræmmeri. Vi vidste ikke, hvor kurset skulle foregå. Vi vidste bare, at vi skulle møde op præcis klokken 17.00, så vi ikke missede bussen, der skulle bringe os til det hemmelige bestemmelsessted.

Det lykkedes stort set at komme af sted til tiden. Stemningen i bussen var høj - folk indrettede deres siddepladser efter deres personlige stil, man gjorde sig klar til den lange rejse. Men nogen var ikke hurtige nok. De nåede det ikke! De nåede ikke at få indrettet deres plads i bussen ordentligt, før vi stoppede. Foran bestemmelsesstedet: Kviks klubhus. Med andre ord var vi ca. kørt 4 meter, før vi blev hældt ud af bussen igen. Men der var ingen tid at spille. Vi blev hurtigt genet ud af de frytindgydende overinstruktører, der straks gik igang med at bibringe os grundlæggende karatebevægelser, som bruges, når kaniner skal nedlægges. Der var ingen nåde. Op ad smalle trapper og gennem mørke gange blev vi gennet ind i eksercersalen, hvor dagens eksercits stod på salsa (en beskidt dans). Efter pædagogisk tilrettelagt metode blev vi langsomt sat op til den store dansekonst, der kombi-

nerer motorisk snilde, evnen til at tælle, erotisk udstråling og duften af sved på en ny og underfundig måde. Det startede med et-to-et-to-et-to..., for at ende med det mere komplicerede et-to-tre-fire-fem-step-et-to-tre-fire-fem-step... Det må siges til instruktørens ros, at han ikke lod sig mærke med, hvor komiske vi så ud, mens vi prøvede på at kombinere vores matematiske grundbegreber med bevægelser, som kun er lette, når andre skal udføre dem.

Det vilde sydvest: Næstved

Men Kvik var kun en finte. De slap for at skulle lægge hus til blodsudgydelser eller lignende. Det nærmeste vi kom døde kaniner, var antydningen af forloren hare i biksemaden.

Nej, det hemmelige bestemmelsessted for kurset var Næstved Roklub (efter sigende et aflagt DSR-klubhus), hvor kursets første konkurrence blev gennemført: Dansekonkurrencen. Salsa-rytmerne fik igen lov til at gennemryste vore kroppe. Der manglede ikke koncentration, mens det nok var mere småt med elegancen. De første point blev fordelt, og det senere vinderpar lagde sig på en diskret men chancerig 2. plads.

Det våde element

Næste dag startede med længe hemmeligholdt morgenmad. Derefter gik det til et nyt hemmeligt sted, hvor vi, i hidtil hemmeligholdte kanoer, skulle padle ned ad Suslen. Undervejs var der indlagt konkurrencer, der ville komme til at tælle med i den samlede stilling.

Spændingen var følgelig til at føle på. Men den blev forløst, da den første kano væltede. Glæden og skadefryden var stor - også selv om man blev nødt til at låne enkelte klædningsstykker ud til de badende, der ikke hav-

de nået at smide tøjet, før de gik i baljen. En del af vores kommunikation røg med i åen, så hvis nogen af læserne på et senere tidspunkt skulle høre en telefon ringe fra åens dyb, bedes de tage den og henvende sig til instruktionsudvalget.

Konkurrencerne på åen skal ikke nævnes her, da de ikke kan regnes som reelle, idet dommerne ikke ville tilkende de virkelige vindere nogen point, men tvært imod provokere en af dem til at falde i vandet op til flere gange. Men vejret var dejligt og nogen blev skoldet...

I nattens løb

Efter saunatur, bad og tørt tøj havde vi fornøjelsen af, at spolere indtægtsmulighederne for den lokale restauratør, hvis tilbud "*Spis hvad du kan for 99*" simpelthen var for godt til at være sandt. En af opgaverne var, at vi skulle skabe den størst mulige forskel i personlig vægt fra vi blev vejret første aften, til kursets slutning, hvor vi igen skulle på vægten. Dem af os med taktisk sans havde gjort sig så lette som mulige ved første vejning, så vi havde stor glæde med den store buffet, mens vi skålede til polterabend-selskabet ved nabobordet, hvis gennemsnitsalder næppe var en dag over 20.

Med velfyldte maver fik vi vores briefing for det hidtil hemmelige højdepunkt for kurset: den natlige optagelsesprøve til særskolen for superagenter.

Kriminalkommissær fra PET Kromann og Sherlock Hald fra Rigshospitalets hemmelige psykiatriske afdeling (HPA) briefede iført fuld krigsudrustning (-maling), mens instruktører fra Jægerkorpsset, Interpol, SoK, Flyvevåbnet og Frømandskorpsset holdt deres respektive masker.

Natten ville byde på vilde orienteringsjagter med træninger af hyggelig og mindre hyggelig art. Her skulle hvert hold virkelig vise sit værd og passe på deres kostbareste ej: en hjerteformet luftballon. Eller endnu bedre erobre de andre holds balloner (eller smadre dem). Vinderholdet havde en ganske spændende tur, med en snedig taktik, der blandt andet førte til erobringen af en fjendeballon, der ved et hændelig sammenstød (med et andet hold) blev smadret. Undertegnende blev ramt af guldstøv (som jeg stadig har glæ-

de af herhjemme, trods gentagne støvsugninger og tøjvask), men det bedste var flinkeposten, der brillerede med gode råd og intravenøs GI. Dansk.

Spænding til det sidste

Alle fandt hjem (før eller siden), og efter at have tømt en hel pose chips på gulvet gjorde kommissæren fra PET pointene op: Igen en 2. plads til os. Der var ved at tegne sig et mønster blandt holdene. Vi ville få kamp til strengen - specielt af to andre hold. Der måtte sættes, når det gjaldt sidste konkurrence. Mens de andre hold bare festede eller sov, arbejdede det senere vinderhold hårdt på taktikken.

Næste morgen var vi klare til den afgørende satsning. Vores indgående studier af kaproernes arbejde med vægtene skulle endelig komme os til gode, når vi skulle til den afsluttende vejning.

Og yes! Sådan! over 20 kg vægtforøgelse for et tomandshold. Fedt! Vi klarede det. Alle andre blev stillet i skyggen af vores sublime vægtarbejde.

Og dommerne!?! De gjorde alt for at lægge os hindringer i vejen. Skulle afgørelsen virkelig falde ved det grønne bord?! Der blev for langt omvejsning (på vejen hjem) - ja omvejsningsproceduren blev faktisk igangsat. Men det hjalp ikke. Vores sejr var en kendsgerning (vægten var brudt sammen) - vi vandt med sikker margin.

Og ja, vi forstår nu kaproernes flid. Vi er da også selv så småt begyndt at træne til næste år, så vi igen kan nyde sejrens sødme.

Og det skulle da være satans om man ikke kan padle i en kano uden at vælte, selv om...

Vigtige Mottoer eller gode huskeråd*

1. Stol på dig selv før andre gør det
2. Mistænksomhed er en dyd - paranoia en færdighed
3. Hvor ingen låger - ingen binder
4. Den, der ler bedst, slapper for meget af
5. Hellere assistance end ambulance
6. Hellere tavs i krattet end fire som i brættet
7. Hellere points - end pointer
8. I krig og kærlighed gælder alle knep
9. Uden sex og trusser, når man ingen russer

* Udgivet af særskoleinstruktørerne

Aktivitetsskalender 1995

*	1. og 2. juli	Kort langtur Amager rundt
*	14. juli	Måneskinstur
*	11. august	Måneskinstur
*	5.-13. august	Fyn rundt
*	26. august	Kanifest
*	30. august	KVIK-match
†	8. september	Måneskinstur
*	23. september	Klubkaproning + fest
*	28. oktober	Standerstrygning

Motionsarrangementer

Motionsudvalget er ved at tilrettelægge de kommende arrangementer for juli og august måned, men i skrivende stund er de ikke tidsmæssigt fastlagt, ud over, at der bli'r **måneskinsture hhv. 14. juli og 11. august.**

Så derfor: Hold dig orienteret ved at følge med på opslagstavlen, hvor arrangementerne vil blive slået op. Der planlægges bl.a. grillaftener, ture til Trekroner, Esrum Sø og 5-øren, badeture m.m.

Har du gode forslag til et arrangement, så kontakt snarest mig eller et medlem af motionsudvalget.

Med venlig hilsen
Lars Bundesen, motionsrochef

Fællespicnic ved Bagsværd Sø

29. og 30. juli afholdes Den Internationale Københavnsregatta på Bagsværd Sø.

I den forbindelse opfordrer bestyrelsen medlemmerne til at møde op, dels for at heppe på vore roere, der skal konkurrere med den udenlandske elite, dels for at få en hyggelig eftermiddag med rovennerne.

Finaleløbene starter kl. 12 lørdag d. 29. juli.

Mød op med picnickurven og se de spændende løb, mens du spiser.

Der vil være opstillet restaurationstelt, med rimelige priser og stort udvalg af drikkevarer, brød, pølser, is, frugt m.m., så du kan også få frokost, selv om du ikke medbringer mad selv.

Med venlig hilsen bestyrelsen



Kajak-nyt

POLERDAG søndag den syvende maj nittenhundredefemoghalvfems blev der holdt polerdag / arbejdsdag for kajakroerne i DSR. Annonceringen nåede desværre ikke bladet, så for ikke at komme for sent til næste år, kan jeg fortælle at der bliver polerdag søndag den tolvte maj nittenhundredeseksohalvfems.

Vi var en 20 - 30 personer der polerede kajaker, tømte skuret og fejede gulvet, gennemgik redningsveste og overtræk m.m. Hvis du skulle komme ud for at pagajer, veste, overtræk eller kajaker er i stykker, så findes der en mappe inde i bådhallen ved ud- / indskrivningspulten og på mappen står der * skadeprotokol * alle roskader skal skrives i skadeprotokollen.

SIDSTE NYT ligesom robådene i bådhallen har plads med navn på, så **har kajakkerne nu også fået plads med navn på.** Hvis du tager en lup og kigger på stativet, så kan du få øje på et lille bitte blåt mærke med sorte bogstaver - kajakken ligger til venstre for navnet.

SIDSTE NYT 2 *** ind og ud skrivning ***

Vi har lavet en "tavle" med alle kajaknavnene på - ved siden af er der en kasse med alfabetisk kartotek. Man tager med venstre hånd et kort og skriver med højre hånd sit navn og medlemsnr., tidspunkt for afgang og retning for turen og så SÆTTER MAN KORTET OP PÅ TAVLEN UD FOR NAVNET FOR DEN KAJAK MAN ROR I.

Når man er vel hjemme igen, sætter man kortet tilbage i kartoteket under enten fornavn eller efternavn. Næste gang man skal ud og ro kajak, så tager man sit kort - det kan / det skal bruges flere gange - og gentager proceduren.

Tavlen hænger inde i bådhallen lige i nærheden af udskrivningspulten.

Fortsat god sommer, hilsen Vibeke Jansen.





Hermed indkaldes alle **Kaniner** til

Kanindåb '95

Arrangementet starter

Fredag den 25. august kl. 21.00

Selve dåben finder sted

Lørdag den 26. august kl. 15.00

Kanindåbsfesten afholdes

Lørdag den 26. august kl. 19.00

Nærmere informationer om og tilmelding til **Kanindåb '95** vil fremgå af opslag på instruktionstavlen i slyngelstuen.

Instruktionsudvalget

Fornuftig er den, der fredag møder, thi den vil til dåben være vel beredt - Modig er den, der lørdag kl. 15.00 ankommer, thi den får det dog tilendebragt - Dumdrigtig er den, der deltagere med udøbt hedningepande, der tror sig velforvaret, beskyttet af bægres klang og milde asvn, ved lørdag aftenens højtidfest, thi den dumdrigtige stakkel, den vil sande...

DSR-bryllup



TILLYKKE

til DSR-roerne Hanne Jylling og Jeppe Hvidberg
der blev gift i Dyssegård kirke d. 10. juni.
Venner fra DSR dannede espalier

Nyt fra Langtursudvalget

MØN RUNDT PÅ 100 MÅDER

– DSR på Pinsetur i det sydsjællandske...

DSR's Pinsetur 1995 startede med at regnen høvlede ned over motorvejen til Vordingborg fredag aften. Til trods for vejmeldingernes vedvarende varsler om ustabil vejr, slap vi for dog for videre tiltale fra dén front. De ustabile vejmeldinger var imidlertid en tungtvejende grund til, at planerne om at lade Pinseturen gå de 111 kilometer rundt om Møn hurtigt blev skrinlagt, selv om det ikke skete uden en vis diskussion...

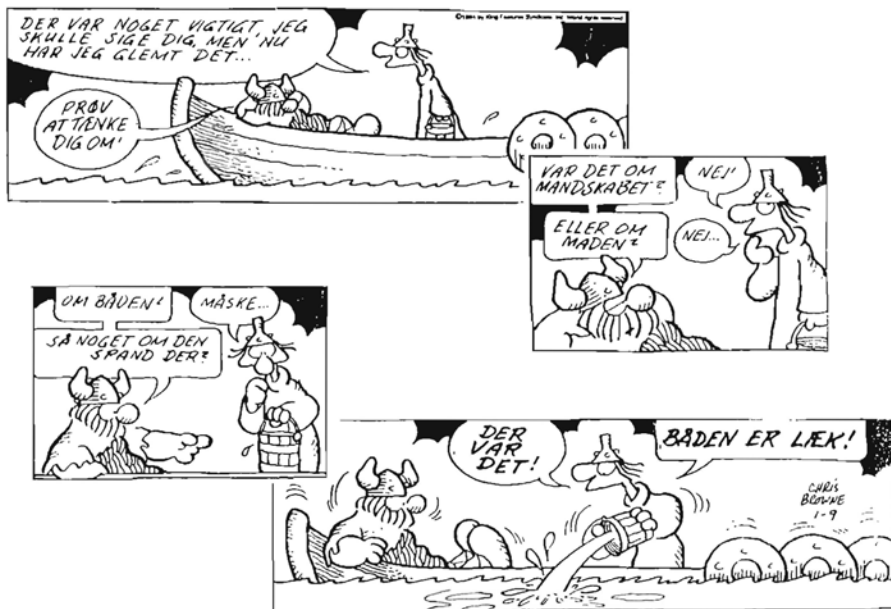
Heldigvis byder farvandene mellem Sjælland, Falster og Møn på talrige andre muligheder for flotte ro-ture. Og da præstationsræset var lagt på hylden, blev det til tre smukke dage med roning i et behersket tempo og med masser af tid til at gå i land for at imødekomme besætningernes behov for isvafler, varme bade og andre lignende livsfornödenheder.

Fire både leverede et smukt eksempel på vaskeægte kageroning i klassisk stil: Efter søndagsfrokosten roede de ni kilometer til Stege for at indtage eftermiddagskaffen og det søde i nærhed af civilisationen, inden turen gik samme vej tilbage til overnatningen på Tærø.

I alt var vi 31 DSR'ere afsted i ni både, syv to-åres og to fire-åres. De mest ihærdige af os nåede op på en samlet distance på 75 km efter at have tilbagelagt ruten Vordingborg-Stubbekøbing-Fanefjord-Kalvehave-Stege-Tærø-Vordingborg.

Stor tak til de flinke folk i roklubberne i Vordingborg og Stege, der var behjælpelige med overnatnings-faciliteter og praktisk assistance.





LANGTURSRONING ET HIT I DSR

Langtursroning er et hit i DSR. Det står lysende klart allerede her to måneder (i skrivende stund) efter sæsonstarten.

Tilslutningen til de ture, som Langtursudvalget har udbudt på "det fri marked" (opslagstavlen i Slyngelstuen) har været overvældende. Overtegnede tilmeldingslister har været reglen. I kraft af den noget særegne tilmeldings- og betalingsdisciplin i DSR, har det dog indtil nu været muligt at tilbyde alle reelt interesserede deltagelse i turene. Udover en weekend-tur på Roskilde Fjord og den ovenfor omtalte Pinsetur, har udvalget, når disse linjer læses, formentlig gennemført en to-dages tur Amager Rundt. Nu venter så de to "store" ugelange ture til Sydfyn (uge 28) og Fyn Rundt (uge 32), og mon ikke der bliver udbudt en enkelt weekend-tur eller to mere?

Under alle omstændigheder er det værd at gøre opmærksom på, at indsatsen for at uddanne nye langturs-styrmænd så småt må forventes at give afkast efterhånden som sæsonen skrider frem. Det skulle meget gerne manifestere sig i endnu flere tilbud til de mange langturshungrende DSR'ere.

På langtursudvalgets vegne / Søren Møller Christensen



På computerskærmene kan roerne hele tiden følge tid, hastighed, distance til mål og placering i forhold til de øvrige deltagere (Foto: Nils Rosenvald)

Indendørs roning: Sporten er ikke blot et 'teknologi-flip'. Den udgør en seriøs del af elite-roernes træning.

Af Bent Bernardi Sørensen

Roning uden vand, båd og årer

Ældgammel gåde: Hvad er det, der går og går, men ingen vegne kommer? Løsning: Et ur. Moderne gåde: Hvem er det, der ror og ror, men ingen vegne kommer? Løsning: Flere og flere danske kaproere.

300 kaproere mødtes den 11.-12. februar i Fredericia til det tredje DM i indendørs kaproning. Denne torskoede form for roning dyrkes i faststående romaskiner, ergometre. Hullet skal ved hjælp af ben-, arm- og rygmuskler trækkes 2.500 meter så hurtigt som muligt.

Teoretisk kan man sidde hjemme i sin lune stue og sætte verdensrekord. Men Dansk Forening for Rosport havde valgt at afgøre forbundsmesterskaberne i otte ro-ergometre, opstillet i aulaen på Treldevejens Skole.

På hver sin computerskærm kan deltagerne følge udviklingen i løbet. En gul båd viser roerens egen placering i forhold til de øvrige samtidig med, at de aflæser tiden, hastigheden og distancen til mål.

Tilskuerne står tæt omkring de svedende roere, og man fornemmer meget bedre end ved den våde form for roning, at dette er en idræt, der virkelig kræver kræfter, koordination og især kondition. Faktisk er der tale om et DM i ilt-optagelseevne. De bedste roere optager seks liter ilt pr. minut, når de anstrenger sig i maskinen.

Eliteroerne dyrker indendørs roning meget seriøst, og landsråneren Morten Espersen bruger bl.a. resultaterne fra vinterens stævner i roergometeret, når han bemander bådene til sommerens internationale stævner.

"Jeg får et godt indtryk af det fysiske niveau og finder ofte tekniske detaljer, der skal arbejdes videre med både indendørs og på vandet. Selv om balancemomentet og samarbejdet med de andre i båden mangler, er ergometerroning meget vigtig om vinteren, når det er risikabelt at ro udendørs," siger Morten Espersen.

Landstræneren er meget imponeret og glæder sig over niveauet i de fleste ungdomsrækker. Morten Espersen fik øje på adskillige nye talenter. Mest overrasket er han over den totalt ukendte Jens Christensen fra Fanø, der blev nummer otte i letvægtsklassen, der bl.a. var besat med tre verdensmestre fra fireren og to VM-sølv-vindere fra otteren.

Der findes tykke bøger med ranglister og rekorder over verdens bedste indendørs roere. Danskernes niveau er meget højt. Eskild Ebbesen, Odense Roklub, sankede ved DM den totale verdensrekord for letvægtsroere med fire sekunder, og Lis Bay, Tissø Roklub, forbedrede sin egen VR for 50-59 årige, letvægt.

I samme aldersgruppe dominerede Kurt Helmuth, der i 1964 var med i Roforeningen Kviks såkaldte bombefirer, der vandt guld ved OL i Tokyo.

De nye danske seniormestre: Lars Christensen, Silkeborg Roklub, 7.35,9 minutter (DR) og Trine Hansen, Sorø Roklub, 8.30,8 minutter.

Letvægt: Eskild Ebbesen, Odense Roklub, 7.44,2 minutter og Lene Anderson, DSR, 9.01,1 minutter.

Vi haler ind på "KVIK".

Vores langdistanceroere gør det ganske godt i år, hvor et nyt mandskab har set dagens lys.

De to garvede: Dorte Bartels og Berit Johnsen har indlemmet Charlotte Ringius i besætningen og har gennem målrettet træning gennem vintersæsonen og i foråret, vist sig stærkt roende.

I langdistance ror man 2-åres inrigger og efter et nyt system, vedtaget på årets Hovedgeneralforsamling i marts, skal man stort set deltage i alle Langdistancekaproningerne for at kunne gøre sig gældende ved Danmarksmesterskaberne senere på sæsonen.

Ved den første langdistance, der foregik på Tissø, blev DSR-mandskabet nr. 3.

I begyndelsen af juni, hvor DSRs mandskab deltog i Vejle, opnåede Dorte Bartels, Berit Johnsen og Charlotte Ringius en flot 2. plads og kom endnu tættere på holdet fra Roforeningen KVIK, der pt. fører i den indbyrdes stilling. Roforeningen KVIK vandt i tiden 51.57 minutter for de 10 roede kilometer, mens DSR roede i tiden: 53.26. Derefter var der et pænt stykke ned til det efterfølgende hold fra Roklubben ÆGIR.

Det er før set, at Roforeningen KVIKs mandskaber starter sæsonen med en række sejre, hvorefter resultaterne bliver mere nedadgående. Vi må derfor håbe, at vores langdistancekvinder holder stilen så de måske får has på kvikkerne ved sæsonens sidste - og vigtigste langdistancekaproninger.

Mette Bacher.



Ratzeburg Regattaen d. 3.-4./6.

Af Mette Bacher.

Det var første gang for flere af DSRs kaproere, at deltage ved en større international regatta over den normale distance på 2000m. Ratzeburg Regattaen er, efter nogle år med nedadgående tendens, igen på vej opad - hvis man ser på det internationale islat.

Det er her, at flere af vore roere, efter at have gjort sig godt gældende på det nationale plan, pludselig finder ud af, at andre landes roere både er større og stærkere.

De danskere, der gjorde det bedst i Ratzeburg, var de kvindelige letvægtsroere, der opnåede 3 førstepladser ud af 4 mulige. Ganske godt, selvom de allerbedste letvægtsnationer ikke var tilstede ved regattaen.

Regnskabets time kommer ganske sikkert i Luzern og ved den Copenhagen Regatta sidst i juli, hvor verdens bedste roationer lægger vejen om ad Bagsværd som en mellemstation inden VM i Finland i august.

Willi Drexel var i herrernes single-sculler ude mod den tidligere verdensmester og OL-guldvinder, Thomas Lange, der efter den tyske genforening har søgt mod vest og nu ror og bor i Ratzeburg. Men at gå ud og slå Lange - har åbenbart meget laaange udsigter! Willi tog sig begge dage af nogle sekundære placeringer.

Både Jacob Thesander og Hans Juul Andersen opnåede ligeledes nogle sekundære placeringer i herrernes letvægts single-sculler. De to samt Willi Drexel var lidt uheldige umiddelbart inden deltagelsen i Ratzeburg at stå uden træner, men de tre roere fik allerede et par dage efter tilsagn om, at Erik Nielsen, tidligere kaproer, er interesseret i at træne de tre herrer.

Morten Haubro Petersen, der efter sin ro-opvækst i Kerteminde nu ror for DSR, opnåede i senior B-dobbelt-firer begge dage at blive nr. 2.

Camilla Rohde er efter en lidt "tynd" forsommer uden nogle resultater, blevet indlemmet i et dameletvægts projekt. Projektet havde stor succes i Ratzeburg, hvor Camilla Rohde som stroke på en letvægts firer blev nr. 2 om lørdagen mens danskerne vandt søndagens spurtopgør over 500 meter i kvindernes tunge klasse over nogle, i forhold til letvægterne, velvoksne kvinder fra Minsk.

Dameotteren med Rie, Stinne, Christina, Mette (Fredericia), Louise, Mette, Vibeke og Bettina med Anne Kathrine som cox, blev begge dage nummer tre efter nogle mandskaber, der har været VM-deltagere de sidste par år. Selvom der i lørdagens løb var atten sekunders forskel fra vinderholdet fra Minsk, der satte banerekord, og til danskerne, var DSRs kvinder godt tilfredse med resultatet.

Lisbeth Marner & Anette Tornehøj, der har kastet sig direkte ud i verdens sværeste bådtype, toer uden, gjorde det glimrende i et ret skrappt selskab, hvor DSR blev nr. 5 ud af 6.

Redaktion: Lisbet Jensen (ansv.)
Vestergårdsvej 10, 1.t.v., 2400 Kbh. NV tlf. 38 34 48 63
Tryk : Brønshøj Minitryk - Oplag : 1300 eks.
Tidsfrist for indlæg til næste nummer er fredag 14. juli 1995.

ADRESSELISTE

Danske Studenters Roklub - Strandvænget 55 - 2100 København Ø
Postgiro 500 34 66 - Kontortid onsdag og torsdag kl. 18 - 20
Telefon (Køkken og Kontor) : 39 29 63 26
MEDLEMSTELEFON (Garderobe og Bådhal) : 31 18 58 11

Formand

Henning Rasmussen
Normasvej 14
2000 Frederiksberg
36 46 47 67

Kasserer

Johan Frydendahl
Engbakken 27
2830 Virum
45 85 86 05

Sekretær

Lene Christensen
Østerbrogade 85,106
2100 København Ø
31 38 87 13

Kaproningschef

Jens Chr. Pørneki
Østerbrogade 88F, st.
2100 København Ø
31 38 09 97

Materieforvalter

Christian Pedersen
Th. Laubsg. 29, 2.th
2100 København Ø
39 27 46 20

Instruktionsrochef

Karen Brems Føyn
Valbylangg.108,1.th.
2500 Valby
36 45 73 24

Langtursrochef

Ole Kammersgård
Vardegade 24,1.tv
2100 København Ø
31 42 53 60

Kontingentkasserer

Kun skriftlige henv.
DSR, Strandvænget 55
2100 København Ø
Att: Kontingentkass.

Kaproningsudvalg

Bettina Frederiksen
Sofievej 10, st.tv.
2840 Holte
45 41 06 17

Husforvalter

Mogens Haut
Strandvænget 55
2100 København Ø
39 29 84 99

Køgemester

Susanne Agersnap
H.C.Ørstedesvej 63
1879 Frdbrg. C
35 36 88 05

Motionsrochef

Lars Bundesen
Fredensborgg.14,4.
2200 København N.
35 82 14 18

Motion+ rochef

Teis P. Hansen
Tåsingegade 66,3.th.
2100 København Ø
31 20 80 96

Kajakrochef

Vibeke Jansen
Borgervænget 78
2100 København Ø
31 18 47 80

ORIENTERINGSSEKTIONEN

Formand

Ronald Clausen
Engelsborgvej 44
2800 Lyngby
45 88 58 86

Kasserer

Nis C. J. Schmidt
Hvedevej 14 st.
2700 Brønshøj
31 28 48 71

Sekretær

Johan Frydendahl
Engbakken 27
2830 Virum
45 85 86 05

Orienteringsløb 1995

<u>Dato</u>	<u>Løbstype</u>	<u>Skov</u>	<u>Arrangør</u>
15/07	D-Sprint	Slagslunde	OK Øst
16/07	D-stafet	Ganløse m.m.	OK Øst
21/07	3 dages	Gribskov Nødebo	Farum/Søllerød
22/07	3 dages	Jægerspris	Farum/Søllerød
23/07	3 dages	Farum Øvelsesterræn	Farum/Søllerød

Tilmelding:

Gåsehusløb: Mødetidspunkt: Søndag mellem 10 og 12
3 baner på ca. 3 km, 5 km og 8 km

Øvrige løb: Johan Frydendahl tlf. 38 17 62 52 (arb.)
(14 dage før) Engbakken 27
2830 Virum tlf. 45 85 86 05 (priv.)

DANSKE STUDENTERS ROKLUB

Akademisk & Polyteknisk Roklub

DSR

MEDLEMSBLAD NR. 8 * AUGUST 1995 * 63. ÅRG.

BOLCHEGLASSET



100 års jubilæum

INDHOLDSFORTEGNELSE

"Sjælland halvvejs rundt" v/Lars Bundesen	s. 3-5
"Bådklarføring" v/Christian Pedersen	s. 6
"Aktivitetskalender"	s. 7
"Min første tur som styrmand" v/Janne Lersey	s. 8-9
"Kanindåb '95"	s. 10-11
"Kajak-nyt" v/Vibeke Jansen	s. 12
"Det Sydfynske Øhav" v/Yvon Lindschouw	s. 13-17
"Nyt fra Kredsen"	s. 18
"O-løbsprogram 1995"	s. 20

INDMELDELSE: sker ved at udfylde og indbetale indmeldelses-girokort. Dette forefindes på kontorets dør i bådehallen. Indbetalingen dækker de 3 første måneders kontingent. Nye er velkomne til 2 gratis prøvegange i klubben, inden indmeldelse skal finde sted.

KONTINGENT: opkræves kvartalsvist forud via giro. Ved overskridelse af betalingsfrist pålægges et gebyr på 25 kr. pr. rykker. Hvis rykker krydser forsinket indbetaling kan der ses bort fra rykker, men gebyret vil blive opkrævet det følgende kvartal.

UDMELDELSE: Kan ske gældende fra 1/1, 1/4, 1/7 og 1/10 og skal være DSR i hænde med mindst 3 dages varsel. Gyldig udmeldelse foretages ved at indbetale et girokort på nøjagtig kr. 3,00 til DSR's girokonto nr. 500 34 66 samt ved at anføre "udmeldelse", navn og adresse på den del af girokortet, som posthuset beholder (betalingsdelen). Girokortet er dokumentation for, at udmeldelse har fundet rettidigt sted og man bør i egen interesse gemme girokvitteringen. Kontingentopkrævningskortene kan ikke anvendes til udmeldelse, idet meddelelser ikke kan anføres på disse.

OBS ! IKKE AUTOMATISK UDMELDELSE VED RESTANCE: Man er medlem og kontingentpligtig, indtil gyldig udmeldelse har fundet sted, uanset om DSR's faciliteter og aktiviteter benyttes. Eksklusion vil først finde sted ved en restance svarende til ¼ - 1 års kontingent og restancen vil om nødvendigt blive inddraget ved incasso. Alle omkostninger i forbindelse hermed betales af skyldneren.



En beretning om et rekordforsøg

Baggrund

Som det nok er de fleste bekendt, har DSR gennem snart lang tid arbejdet på at slå Rungsted Roklubs rekord i roning Sjælland rundt. Oprindeligt var det tidligere materielforvalter Egon Bang Christensen, der forelagde ideen i DSR. I efteråret blev afholdt et møde, forskellige arbejdsgrupper blev nedsat, og der begyndte at komme kød på planerne.

Følgebåd

Rungsted Roklubs strategi var at køre de forskellige rohold rundt i bil til forud aftalte skiftsteder. DSR valgte i stedet at satse på en følgebåd, der kunne have roere og supportere om bord. Vi hyrede derfor skonnerten *Bonavista* med xx sovepladser til at følge *Gudmund* på turen rundt. Desuden lånte vi en gummibåd i Hillerød dykkerklub. Gummibåden skulle sejle de skiftende rohold ud til Gudmund.

Starten

Fredag d. 23.6. kl. 17.20 gik starten fra Amaliehaven, desværre uden pressedækning. Det var jo også en weekend med megen mediemæssig fokus andetsteds - Sankt Hans aften og sejlernes Sjælland Rundt. Der havde dog været en notits på bagsiden af Berlingeren om vores rekordforsøg (notitsen kan muligvis ses andetsteds i dette blad). Lige til få timer før starten var der tvivl om det var mest fordelagtigt at ro syd om eller nord om Sjælland. Da det blæste ret kraftigt fra nordøst, blev løsningen at ro syd om og håbe, at vinden havde løjet af, når vi nåede til Storebælt, hvor vi ellers ville have modvind.

Problemer

De første par skift, dvs. ca. 6 timers roning, gik det strygende. Medvinden gav os et godt forspring i forhold til tidsplanen. Ca. 2 timer vandt vi. Herefter havde vi et problem. Bonavista kunne pga. masten ikke komme under Dronning Alexandrines bro og måtte derfor uden om Møn. Skipper var dog overbevist om, at han kunne komme ligeså hurtigt uden om Møn, som Gudmund kunne komme inden om. Desværre tog han fejl. Tidligt lørdag morgen måtte Gudmund og rohold vente 2 timer ved Storstrømsbroen på, at Bonavista nåede frem. Vores forspring var hermed sat til, og turens succes afhæng nu af vejret videre frem.

Bølger

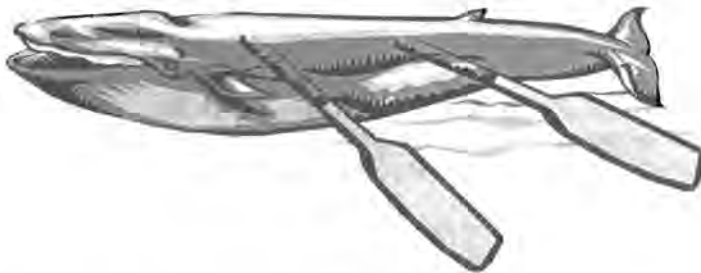
Da vi omkring Korsør skulle finde Gudmund, som var bag os, var der én, der sagde: "Det ser ud som om, de er på vej til Fyn," - og rigtigt nok, Gudmunds kurs var mod nordvest - og positionen var ikke just kystnær. Da Bonavista kom tættere på, kunne vi se, at vore roere havde problemer. Pga. de store bølger kunne de ikke skifte kurs og komme mod land. Bonavista måtte derfor lægge sig som bølgebryder, således at Gudmund kunne skifte kurs og komme i læ ved kysten. På det tidspunkt lørdag eftermiddag blev det klart, at hvis vi skulle slå rekorden, skulle vinden lægge sig om natten.

Support

Ideen med Bonavista fungerede godt. Roerne kunne på de ca. 9 timer mellem hvert skifte nå at spise, sove og slappe af. At få masseret de ømme muskler af vores medbragte fysioterapeut, Dorrit, var også populært. De 10 supportere skiftedes til madlavning, således at der var varm mad, hver gang et rohold kom ind.

En død hval

Omkring midnatstide blev der skiftet hold, og der var stadig kraftig blæst. Bonavista holdt sig derfor tæt ved Gudmund. Kl. 2 kunne vi konstatere, at det var et meget træt rohold, der kæmpede sig frem i bølgerne. Farten var derfor ikke, hvad der var nødvendigt for at holde tidsplanen. Vi var på det tidspunkt flere timer bagud for planen, og samtidig ville vi om søndagen havde vinden direkte imod os på nordkysten. Kl. 3 blev det derfor besluttet at opgive rekordforsøget. Vi var på det tids-



punkt ca. 10 sømil fra Sjællands Odde. Vi skiftede derfor rohold, hvorefter Gudmund blev roet i læ syd for Odden. Tidligt om morgenen blev Gudmund halet op på siden af Bonavista, så vi kunne sætte kursen østover efter at have passeret Odden. Lidt trist var det at se Gudmund hænge dér som en død hval.

Med Kronborg om styrbord

Senere søndag morgen viste det sig så, at vinden løjede af. Vi kunne derfor have valgt at fortsætte, hvis vi havde vidst det. Vi ville ikke have slået rekorden, men ville have fuldført turen. I stedet nød vi turen langs nordkysten, omgivet af Sjælland Rundtsejlere på vej det sidste stykke mod Helsingør. Efter at vi havde rundet Kronborg, satte vi Gudmund i vandet igen ved Skodsborg, således at vi kunne ro det sidste stykke hjem. Hænge på siden af Bonavista ved ankomsten til Amaliehaven skulle den dog ikke.

Nyt forsøg

Det lykkedes således ikke DSR at erobre plads i Guinness' rekordbog i denne omgang. Forsøget mislykkedes, dels pga. det ugunstige vejr (havde vi gjort forsøget weekenden efter, havde vi givetvis slået rekorden), dels pga. den tid, vi mistede ved Møn. Men vi har ikke mistet modet. Det er besluttet at **gøre et nyt forsøg på at slå rekorden i weekenden 18.-20. august**. Denne gang bliver det a la Rungsted, dvs. at roerne køres rundt til aftalte steder, hvor der skiftes. Vi låner tre sommerhuse, hvor roerne kan hvile. **Der er mulighed for at være med i dette forsøg, både som roer og supporter. Kig efter et opslag på tavlen.** Der vil på et tidspunkt - muligvis inden rekordforsøg nr. 2 - blive mulighed for at se video og billeder fra rekordforsøg nr. 1.

Lars Bundesen, supporter

Bådklargøring 1995/96

Tiden er ved at nærme sig hvor vi skal i gang med at reparere bådene så de er klar til sommeren 1996.

Der er efterhånden ikke ret mange tilbage fra det gamle materieludvalg og alene kan jeg ikke klare opgaverne med at reparere bådene. Jeg har derfor behov for hjælpere der vil deltage i at organisere vedligeholdelsen af bådene i år og i fremtiden.

Der vil blive afholdt et møde tirsdag den 15. august kl. 20.00 i Kongeværelset. Det er uforpligtende at deltage i mødet men det er mit håb at der kommer mange, både motions- og motion+ roere, samt nye kaniner der er interesserede i at deltage i bådvedligeholdelse.

Et godt råd til de nye kaniner. Det er i udvalgene man finder ud af hvorledes DSR fungerer.

Materielforvalter
Christian Pedersen

BAGSMÆKKEN

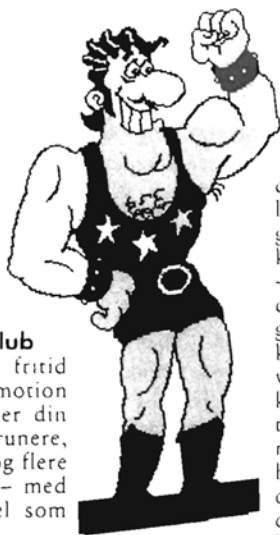
Sjælland Rundt i robåd

Det er ikke kun sejlbåde, der konkurrerer om at bevæge sig rundt om Sjælland på havet. Danske Studenter Roklub forsøger sig i weekenden på den 480 kilometer lange distance, med fire hold af fem personer, der ror en 4-årsers båd med styrmand. Målet er at komme hele vejen rundt hurtiger end Rungsted Roklubs nuværende rekord, der lyder på 49 timer og 49 minutter. Starten går i morgen fra Amaliehaven kl. 17, og kommer til at gå som vinden blæser. Roerne har nemlig ikke besluttet hvilken vej de vil ro – nord eller syd – det bestemmer vinden.

"Berlingske Tidende", 22/6-1995

Aktivitetskalender 1995

- * 11. august Måneskinstur
- * 5.-13. august Fyn rundt
- * 26. august : Kanifest
- * 30. august KVIK-match
- * 8. september Måneskinstur
- * 23. september Klubkaproning + fest
- * 28. oktober Standerstrygning



Danske Studenter Roklub

Flere og flere enlige vælger fritid med sol, frisk luft, masser af motion og nye mennesker. Her bliver din krop smukkere, slankere og brunere, i takt med at du får set flere og flere aktive og muskuløse mænd – med Øresund og den blå himmel som baggrund.

Man møder hele tiden nye mænd, for der er 1100 medlemmer i roklubben. Gennemstrømningen af medlemmer – 300 nye om året – sikrer dig en enestrående chance for kontakt med et uhornt antal mandfolk i alle aldre. Her er den helt unge elitesportsmand, der træner seriøst, den almindeligt aktive studerende,

der bare vil være aktiv; den lidt for laskede 30-årige journalist, der godt vil have trimmet bodegamusklen, og den charmerende, fraskilte 40-årige, der nu vil i form til at finde den nye kvinde i sit liv. Hvis du gyser ved tanken om det hårde fysiske slid ved årerne, så er det heldigvis for dig sådan indrettet, at roklubben har rigtig mange "kagerure", det vil sige mindre ture, hvor man pakker kaffen og kagen og ror hen til et idyllisk sted for at blive der, så længe man har lyst. Der er i det hele taget ikke noget generelt helsehysteri. Flere gange om ugen arrangerer medlemmerne spisning i klubben, og maden er ganske normal, ligesom den øl, man kan købe i klubbens bar. Og det giver rig mulighed for at lære de spændende mænd at kende. Fester er der mindst et par stykker af om måneden, og her beviser roerne til fulde, at man godt kan tage fra i baren, selvom man er glad for sport.

Danske Studenter Roklub,
Strandvænget 55, 2100 Kbh. Ø.
Tlf.: 39 29 63 26

Min første tur som styrmand

eller how to rescue a surfer !

Det var en tirsdag i juli måned, en af dem med charmerende omskifteligt sommervejr. Det havde allerede øset ned i tove og blæst en del. Men al dette betød knap så meget, for jeg havde jo lige fået min styrmandsret og ville bare gerne ud og styre! Men ak!! - rovagten sagde NEJ - for dårligt vejr! Så vi få ihærdige (naive?) folk, som var mødt op gik lidt rundt om os selv og ventede på bedre vejr. Det blev det og vi fik lov at tage på vandet.

I bådhallen stod 4 ihærdige omklædte ro- og kampklare piger og lige manglede en styrmand. Så jeg var glad og de tilsyneladende ligeså. Mens jeg klædte om satte de Munin i vandet og skrev os ind, så da jeg kom var det bare at tjekke indskrivningen. Jeg spurgte lige for en sikkerheds skyld om de havde tjekket bundpropperne og en meldte sig straks. Hvorpå jeg opdagede der manglede en bundprop og allerede var et par liter vand i båden. Hertil skal siges at min egen kanindåbstur forløb fra DSR til Trekroner til Charlottenlund uden bundprop i den ene ende, så jeg ved det er tungt og vådt. Jeg lovede dengang mig selv at når jeg en dag blev styrmand, skulle bundpropperne tjekkes hver gang. 1-0 til styrmanden - man lærer jo af fejlene!

Nå! - vi gik i båden og aftalte at tage op langs kysten, ikke for langt og så kystnært som muligt p.g.a. fralandsvind. Vejret virkede nu ret fredeligt men da vi nåede Hellerup gik der voldsomt hul på nogle skyer. Vi kom alle hurtigt i regntøjet og roede videre. Ved badeanstalten var det næsten holdt op men vi blev enige om at vende om, da det var ved at være småkoldt og klamt. Munin blev vendt. Det blæste nu en hel del - så meget at vi 2 gange havde set en jolle med sejl på, vælte helt om på siden med sejlet i vandet og manden på kanten af båden, før den kom på ret køl igen. Vi synes nok det så lidt voldsomt ud. Nå! - men nu skulle vi altså hjemad, - til roning klar, - ro væk, - 10 tag, og så så en skarpsindig roer det som man til den teoretiske styrmandsinstruktion lærer betyder - HJÆLP - En surfer overskrævs på sit bræt vinkende med armene over hovedet et par hundrede meter ud for os. På dette tidspunkt for der mange tanker gennem mit lille nye styrmandshoved - men ét var sikkert - vi skulle ud til ham! Med mig som 3'er på dette tidspunkt dirigerede jeg efter mindre meningsudvekslinger båden ud mod surferen. Det gik sørme lynhurtigt med den fralandsvind!

Den stakkels surfer var træt og udmattet, kunne ikke få sejlet op og var på vej til Sverige, så han var glad da vi kom. Han fik vores forøjringsline og holdt fast i den. Båden blev vendt, hvilket selvfølgelig skal gøres inden man kommer helt hen til en drivende surfer - så det fik vi også lært! Men surferen fik altså linen og holdt fast. Vi roede 2 tag - og så lå staklen i vandet! Ingen af os havde prøvet det her før, så gode



råd var dyre. I næste omgang blev surfbrættet bundet fast med snoren og staklen beordret op i Munin. Han havde godnok spurgt om han skulle tage sejlet af men jeg vidste ikke hvor meget det betød, om det var på eller ej, ville bare have fart i Munin hurtigst muligt, da vi drev udad. Så vi begyndte nu at ro af alle livsens kræfter med ekstra mand ombord samt surfbræt på slæb. Og vi fik faktisk så meget fart i båden at man kunne se vi var på vej indad! Så det fortsatte vi med. Her må jeg så lige tilføje at en anden 4'er fra DSR havde set os og var kommet ud for at høre om vi ville have hjælp. Vi ville egentlig gerne klare det selv og bad dem blive i nærheden til vi fik det hele med på vej indad, så de lurede lidt på afstand og det var faktisk en meget rar ting - TAK skal i ha' !!!!!

På vej ind var vi ved at drive ind i et hav af bundgarnsbøjer. Vi drev med lynets hast mod nord, mens vi prøvede på at styre direkte mod land og en bådebro hvorpå der stod to politibetjente og vinkede os ind. Vi **KOM** ind og betjentene mente at det måtte være super-duper sådan at blive reddet af 5 seje piger, hvilket staklen nikkede træt og anerkendende til. Vi var målløse af træthed. Bræt og sejl blev læsset af, staklen lovede at sende os en øl, hvorefter han skulle afhøres af lovens lange arm.

Nå! - nu havde pigerne vist gjort dagens gode gerning så vi luskede i tørvejr og meget kystnært mod DSR. På hjemturen fik vi snakket en hel del om hvad man kan lære af sådan en tur. Argumenteret for og imod at redde en surfer, med eller uden bræt, med eller uden sejl, med eller uden hjælp fra andre. Og så fik vi ellers fantaseret en hel del om det opbud af journalister der nødvendigvis måtte stå og modtage os i DSR. Og om røde løbere og champagne og hædersmedaljer som måtte være klar ved anløbsbroen når vi kom ind. Ja, fantasien kan hurtigt tage over, når man har været lidt for langt ude. Men alligevel har jeg lyst til at skrive om min første tur som styrmand, fordi jeg lærte en hulens masse af den, fordi det trods alt gik godt, og så håber jeg den kan give andre nogle overvejelser eller gode råd om "how to rescue a surfer".



★ Hermed indkaldes alle **Kaniner** til

Kanindåb '95

Arrangementet starter

Fredag den 25. august kl. 21.00

Selve dåben finder sted

Lørdag den 26. august kl. 15.00

Kanindåbsfesten afholdes

Lørdag den 26. august kl. 19.00

Nærmere informationer om og tilmelding til **Kanindåb '95** vil fremgå af opslag på instruktionstavlen i slyngelstuen.

Instruktionsudvalget

Fornuftig er den, der fredag møder, thi den vil til dåben være vel beredt - Modig er den, der lørdag kl.15.00 ankommer, thi den får det dog tilsendt - Dumdrigtig er den, der deltagere med udøbt hedningepande, der tror sig velforvaret, beskyttet af bægrens klang og milde asyn, ved lørdag aftenens højtidfest, thi den dumdrigtige stakkel, den vil sande...



Kanindåbsfest

Lørdag den 26. august kl. 19.00



Velkomstdrink

Buffet med bl.a. spydstegt pattegris

Kaffe med dessertoverraskelse



Diskotek med DJ Rabbit til den lyse morgen

Pris: 150,-kr.

Tilmelding: Se opslag i klubben

Søges: 15 kaniner til opvask, afrydning m.m.

Kontakt Kasper Haagensen tlf.: 45 85 04 93





Kajak-nyt

IH, hvor jeg hader det

UH, hvor jeg hader det

DET ER BARE DET VÆRSTE

alle de løftede pegefingre

Vi må ikke bruge klude der har ligget på jorden til at tørre bådene af med, fordi når kluden har været på jorden så er der kommet småsten i den og stenene ridser lakken, - ÅH !!!

Skader skal skrives i skadeprotekollen, for ellers bliver skaden ikke udbedret, eller ?? - ÅH !!!

Hvad mener I om den med, at redningsveste der **IKKE ER I ORDEN** skal lægges til reparation - prøv at forestille dig, at du tager en redningsvest med på vandet, uheldet er ude og du får brug for vesten og så duer den ikke !!!

Hvar'be'har.

Apropos veste, så skal redningsveste medbringes i kajakkerne - **HVER GANG !!!**

Åreholderne i Skovshoved havn er til Skovshoved roklubs årer og **IKKE** til DSR's årer, - JA !!!

En båd skal fortøjres med fangelinen, ikke med rorlinen, - **NEJ !!!**

Når båden forlades, medbringes stander og flag, - JA !!!

Ved besøg hos andre klubber må kajakkerne **IKKE** ligge og spærre på pontonen, - **NEJ !!!**

ÅH !!! - hvor er der mange ting der skal huskes, hele tiden, - JA !!!

Hilsen V. Jansen



Det er jo ferie, hvorfor overanstrengte sig unødigt!

I et behersket tempo nåede vi Skarø sent på eftermiddagen. Så snart bagagen var båret fra borde og sveden havde lagt sig, startede madholdet med deres køgekunst, imens andre forsøgte at samle telte med arkitektoniske forbilleder. Alle fik sig omsider indrettet og da maden var klar, stod den på pastasalat, koteletter og råhygge. En sen vandretur rundt på øen og ned til den lille havn fik gjort kål på selv den mest standhaftige, så en vellysten snorken blev nattens kendetegn.

Søndag roede vi mod Avernakø hvor frokosten blev indtaget på en øde strand kombineret med solbadning. Derefter gik det videre mod Lyø stadig med en god rygvind. Ved ankomsten blev teltene slået op på stranden og alle gik på øopdagelse. Vi havde hørt smukke rygter om Lyø og fandt hurtigt ud af at de var sande. Øen har både højt og lavt terræn og i midten en yndig landsby med stråttækte bondehuse og tre små gadekær. Fynsk idyl i stor stil. Efter aftenmaden fik vi irsk kaffe. Den varmede dejligt da det var begyndt at blæse op.

Da vi vågnede mandag morgen blæste en temmelig frisk vind. Planerne for dagen blev lagt med et vist forbehold. Vi ville forsøge at nå Fåborg, en strækning på kun ca. 8-10 km. Det var ikke nogen lang tur, men i modsætning til de første par dage, havde vi nu stærk side/modvind, så vi skulle nok få brugt vores kræfter. Der var arrangeret nye bådhold så alle rokerede med undtagelse af styrmændene. Dette skete flere gange undervejs, hvilket er en rigtig god idé, der ryster folk godt sammen.

Vi vovede os på vandet. Vinden var strid og bølgerne temmelig høje. Først skulle vi over til et punkt der hed Knolden for derefter at passere Bjørnø, inden vi ville komme ind i Fåborg Fjord. Vi ledte efter læ men det var der ikke noget af, så det var bare at ro væk konstant, for ellers drev vi med det samme i den forkerte retning. Søer væltede med jævne mellemrum ind i bådene og når man roede fire åretag, nåede man et frem, så turen, blev meget meget laaaaaaang. To en halv time varede det og temmelig udmattede nåede vi frem. Vel fremme fandt vi ud af at det blæste 10-12 meter i sekundet. Ikke så underligt at alle gængede flere timer efter.

Men ved ankomsten til Fåborg Roklub manglede vi en båd. Hvor var den nu blevet af? Telefonen ringede. De stod i den anden ende af Fåborg og kunne ikke finde roklubben. Efter orientering om hvilken vej de skulle ro gik vi andre ud for at vente på dem. Da de kom til syne rundt om færgeløbet tudede færgen i det samme for afgang. Kommandoen ti stærke blev pludselig meget relevant og lynhurtigt lavet om til tyve og derefter tredive stærke. Meget små og flittige så de ud for os, der stod og kiggede på under stor morskab. Resten af dagen slappede vi af, handlede ind og udforskede Fåborg. En sen aftentur langs vandet blev det også til.

Tidligt næste morgen stod vi op. Der var stemning for at komme videre selv om det stadig blæste meget. Der blev roet godt til ud af Fåborg Fjord men ved Store Svelmø måtte vi give op. Derfor strandede vi på Svelmø Trille, en lille tange på øen. Det tog vi nu med godt humør for trods blæsten var der højt solskin og læ for vinden var ikke svært at finde. Tiden blev fordrevet med solbadning, spisning, udforskning af øen, hvor der bl.a. blev fundet en "pragfuld strand". Der blev endvidere læst dulleblade, bøger og spillet stenbuile. Vinden fortsatte, så det blev besluttet at slå lejr på øen. De sene aftentimer gik med udveksling af gåder og vittigheder.

Onsdag startede vi ud fra tangen og da vinden havde lagt sig en smule var det den rene fryd at gribe fat i åerne og fornemme at det skred fremad. Vi passerede Avernakø og krydsede dermed vores egen rute. På Drejø gjorde vi et lille ophold. Derefter blev kursen sat mod Birkholm hvor vores frokost blev indtaget. Solbadning og et kig rundt på øen blev der også tid til før vi atter sad i båden.

Ved starten havde langtursrochefens båd problemer med accelerationen. Hvad var nu det, hvorfor kom de ingen vegne? Det skulle undersøges. Vi andre måtte frjse lidt behersket da årsagen blev kendt. En gammel redningsvest som var blevet brugt som fender ved parkeringen af båden var blevet glemt ved afgang. Den havde sat sig fast og lå endnu nok så nydeligt under kølen og var årsagen til den moderate fart. Fenderen blev reddet.

Som turen skred frem blev hver båd omdøbt, alt efter styrmændenes tilbøjeligheder. Navne som Førerbåden, Teknobåden, "Øko"-båden og Bolsjebåden blev mere brugt end bådenes originale navne.



Efter en herlig ro-uge nåede vi Svendborg Roklub

Næste mål var Ærø. Planen gik ud på at slå lejr på Ærøskøbings campingplads. Vi trængte til lidt civilisation efter den øde ø og tanken om et rigtigt bad var fristende. Vi bevægede os forbi Store Egholm og Nyland og kom pludseligt ind i et meget trafikeret farvand. Det afholdt os ikke fra at nyde det nu rigtigt gode vejr og tage det temmeligt afslappet. Store skonnerter passerede os og der var masser at se på. Rigtig hyggeroning når det er bedst. Vel i land fik vi pakket sydfrugterne ud og indrettet os. Besluttede at ligge en dag over da området var meget attraktivt. Eneste ulempe på campingpladsen var myggene som betragtede netop denne plet på jorden som deres officielle blodbank. Selv i soveposen kunne man ikke føle sig sikker.

Torsdag blev Ærøskøbing sat under lup. Magen til "pusse nusse" by skal man lede længe efter. Vi befandt os pludselig 200 år tilbage i tiden, hvor alle huse var gamle og velbevarede, med brostensbelagte gader osv. Ja, selv de indfødte rendte rundt i gamle folkloristiske dragter, hvad en byfest senere forklarede årsagen til. Vi nød livet i den hyggelige by, lå på stranden og beskæftigede os med så lidt som muligt. Nattelivet blev dog studeret af adskillige.

Godt udhvilede var nogle da vi drog af sted fredag. Marstal som er Ærøs industriby var næste stop. Vi passerede Halmø indenom og nåede dertil lige som det var frokost. Vejret var pragtfuldt, sol fra en skyfri himmel så der blev søgt skygge i land. Nu skulle vi ud og finde en primitiv lejr for natten og det skulle være på Langeland, så

vi havde en god tur foran os. Den første strækning ud fra Marstal bød på et par småøer, meget lavt vand og sandbund under os. Fristelsen blev for stor, vi måtte i vandet. Der blev roet ind til den nærmeste ø og alle hoppede i baljen. Pludselig lød råb fra enkelte: "Der er noget der bider". "Pjat med jer", sagde andre og svømmede videre, lige indtil de selv blev bidt. Nogle små brune ørntvistagtige vandbæster jagede os og fandt lynhurtigt nye ofre, så snart en anden havde fået reddet sig op i båden. Hvad der startede som en ren fornøjelse, var pludselig vendt til en gys.

Langeland ventede. Roturen indbød til konkurrence så der blev spillet med musklerne og udført lidt båderæs. Pauserne var dog mere populære, her lagde vi bådene side om side imens termokanderne, kiks og rosinpakkerne flittigt byttede hænder. Vel i land igen blev der badet for derefter at jage nattens boplads. Vi roede langs kysten og fandt i en stor bugt kaldet Lindelse Nor et perfekt sted. En lille ø ved navn Bukø, som viste sig at være aldeles velegnet til vores sidste overnatning i det fri. Senere kom et par små sejlbåde som havde fået den samme geniale idé som os, så helt alene blev vi nu ikke. Da vi efterhånden havde fået en god rytme på at samle telte og lave mad blev der god tid til hygge. Hygge blev der heller ikke mindre af da der pludselig var én som tryllede en flaske Southern Comfort frem. Sent blev det igen.

Lørdag roede vi ud af bugten og første stop blev Rudkøbing Roklub. Her var der livlig aktivitet på pontonen med at pakke både. "Hvem er I?", spurgte vi, da vi nåede i land. KVIK blev der svaret. Her ror vi i Uha-Uha og hvem møder man så? Naboen! Fra Langeland satte vi kursen mod Tåsinge hvor frokosten blev indtaget. Derefter ud at lede efter Valdemarslot som skulle befinde sig i nærheden af kysten i Lunkebugten. Vi så noget der lignede et slot men om det var det rigtige fandt vi aldrig ud af. Vi havde planer om at nå Svendborg sent på eftermiddagen og da tiden var til det blev der roet i slow motion tempo gennem det skønne Thurø Sund. Replikkerne var mest: "Neeeeej, se der!" - "iiiiiii, åeeee, guuuud hvor skønt" og "har du set hvor flot?". Da Svendborg Roklub kom til syne var det afslutning på en pragtfuld ro-uge i det Sydfynske Øhav. Vi havde roet et flot ottetal imellem øerne og var alle mættet med indtryk. 126 km i alt havde vi roet. Vejret havde artet sig mere end godt og vist sig fra sin bedste side. Da vi trak bådene op viste sig i horisonten en stor sort tordensky som blev en hjælp da bådene skulle rengøres. Det var den første regn vi fik. I roklubben befandt sig i forvejen andre gæster. Endnu et hold fra hjemegnen, nemlig Hellerup Roklub. Om aftenen gik vi på italiensk restaurant og nød senere en kop kaffe på havnen. I klubhuset sad vi i diset fuldmåneskin og filosoferede over den forgangne uge som sent vil blive glemt.

Søndag formiddag tog vi afsked med Svendborg og kørte til færgen. DSR nåede vi midt på eftermiddagen, hvorefter vi fik bådene på plads i bådhuset og pakket ud. Afslutningsvis sad vi på terrassen lidt vemodigt men også fuldt tilfredse og glade over en vellykket tur i det Sydfynske. En sådan tur kan anbefales!!!

"Kanin" Yvon Lindschouw

NATUR- & MILJØ- MEDLEM TIL MTU

Til støtte for kredsbestyrelsens Motions- og Turudvalgsformand søges et nyt udvalgsmedlem til at tage sig af natur- og miljø-spørgsmål.

Arbejdet omfatter dels gennemlæsning af skriftligt materiale, dels deltagelse i møder i f.eks. Søsportens Sikkerhedsråd, Friluftsrådet og Naturfredningsnævnet. Der kan forekomme møder i dagtimerne.

Din opgave bliver dels at formidle information mellem kredsbestyrelsen og de øvrige forhandlingsparter, dels at præge beslutningerne de steder, hvor du deltager.

Vi forventer, at du er aktiv roer (alder underordnet), har interesse for natur- og miljøspørgsmål, har erfaring i organisationsarbejde, er visionær, systematisk og velformuleret.

Henvendelse til: Leif Hansen
Næstvedgade 21, 5.th
2100 København Ø

Tlf. 35 26 66 37

BOLCHEGLASSET 100 ÅR

Roforeningen KVIK vandt i 1895 en ny glaspokal for sejr i en kaproning mod Danske Studenters Roklub. På nær et par aflysninger har denne match været roet lige siden.

Starten for **JUBILÆUMSMATCHEN** går onsdag den 30. august kl. 17.00 i Kalkbrænderihavnsløbet.

Reglerne har i alle 100 år været sådan, at roerne skulle være mandlige kaniner. Begge klubber havde dengang kun adgang for mænd.

Præmien, **BOLCHEGLASSET**, er en pokal af glas med et sirligt net af bronzekæder om, hvorpå der gennem årene er fæstet en lille emaillestander med den tabende klubs mærke og den vindende klubs navn og årstal indgraveret bagpå.

Efter 22 KVIK-standere og 21 DSR-standere er der ikke plads til flere, så siden 1942 har man roet alene for at kunne fremvise pokalen.

Det er så vidt vides verdens ældste regelmæssigt afholdte kaproning om den samme originale vandrepræmie.

be

IDRÆTSPRIS TIL VICTOR

Victor Feddersen, Bagsværd roklub, modtog 15. maj **Gladsaxe Byråds Idrætspris 1995**. Victor fik prisen bl.a. for sit VM-guld i letvægts 4- og sin verdensrekord i samme bådtype.

Hans ro-karriere tæller 6 * DM-guld, 2 * NM-guld og 2 gange deltagelse ved VM som junior. Som senior har han høstet 1 * DM-guld, 1 * NM - guld, 1 deltagelse i Senior B-VM og 2 * deltagelse i VM med guld som resultat i 1994.

SKOLEKAPRONING 25 ÅR

LØRDAG D. 5. AUGUST KL. 13.00 PÅ BAGSVÆRD SØ: SKOLEKAPRONING

for 25. gang i træsk. Landsfinaler over 500m i 4-årrers inriggere og i scullere (1x plast, 2x, 4x+).

Deltagerne er kredsvidnerne fra skolekaproninger afholdt løb i landets 6 kredse. Dreng og piger i alderen 12-16 år, hvoraf mange netop er begyndt at ro i år. En publikums-succes også for "gamle" roere.

be

Redaktion: Lisbet Jensen (ansv.)
Vestergårdsvej 10, 1.t.v, 2400 Kbh. NV tlf. 38 34 48 63
Tryk : Brønshøj Minitryk - Oplag : 1300 eks.
Tidsfrist for indlæg til næste nummer er torsdag 10. august 1995.

ADRESSELISTE

Danske Studenters Roklub - Strandvænget 55 - 2100 København Ø
Postgiro 500 34 66 - Kontortid onsdag og torsdag kl. 18 - 20
Telefon (Køkken og Kontor) : 39 29 63 26
MEDLEMSTELEFON (Garderobe og Bådhal) : 31 18 58 11

Formand

Henning Rasmussen
Normasvej 14
2000 Frederiksberg
36 46 47 67

Kasserer

Johan Frydendahl
Engbakken 27
2830 Virum
45 85 86 05

Sekretær

Lene Christensen
Østerbrogade 85, 106
2100 København Ø
31 38 87 13

Kaproningschef

Jens Chr. Pørneki
Østerbrogade 88F, st.
2100 København Ø
31 38 09 97

Materielforvalter

Christian Pedersen
Th. Laubsg. 29, 2.th
2100 København Ø
39 27 46 20

Instruktionsrochef

Karen Brems Føyn
Valbylangg. 108, 1.th.
2500 Valby
36 45 73 24

Langtursrochef

Ole Kammergård
Vardegade 24, 1.tv
2100 København Ø
31 42 53 60

Kontingentkasserer

Kun skriftlige henv.
DSR, Strandvænget 55
2100 København Ø
Att: Kontingentkass.

Kaproningsudvalg

Bettina Frederiksen
Sofievej 10, st.tv.
2840 Holte
45 41 06 17

Husforvalter

Mogens Haut
Strandvænget 55
2100 København Ø
39 29 84 99

Køgemester

Susanne Agersnap
H.C. Ørstedesvej 63
1879 Frdrbg. C
35 36 88 05

Motionsrochef

Lars Bundesen
Fredensborgg. 14, 4.
2200 København N.
35 82 14 18

Motion+ rochef

Teis P. Hansen
Tåsingegade 66, 3.th.
2100 København Ø
31 20 80 96

Kajakrochef

Vibeke Jansen
Borgervænget 78
2100 København Ø
31 18 47 80

ORIENTERINGSSEKTIONEN

Formand

Ronald Clausen
Engelsborgvej 44
2800 Lyngby
45 88 58 86

Kasserer

Nis C. J. Schmidt
Hvedevej 14 st.
2700 Brønshøj
31 28 48 71

Sekretær

Johan Frydendahl
Engbakken 27
2830 Virum
45 85 86 05

Orienteringsløb 1995

<u>Dato</u>	<u>Løbtype</u>	<u>Skov</u>	<u>Arrangør</u>
13/08	C	Bromme Plantage	Vestsj.Skovkarle
20/08	D-stafet	Stenholt Vang	SG
27/08	B	Valborup	Hvalsø OK
30/08	B-nat	Ravnsholt	KFIU
3/09	B	Danstrup Krogenberg	Søllerød OK
6/09	B-nat	Lystrup	Farum OK
13/09	B-nat	Hornbæk Plantage	H.S.O.K.
17/09	B	Ll. Hareskov	Ballerup OK
20/09	B-nat	Valby Hegn	Tisvilde Hegn OK
24/09	B	Teglstrup Hegn	Lyngby OK
27/09	B-nat	Stenholt Vang	Fredensborg OK

Tilmelding:

Gåsehusløb: Mødetidspunkt: Søndag mellem 10 og 12
3 baner på ca. 3 km, 5 km og 8 km

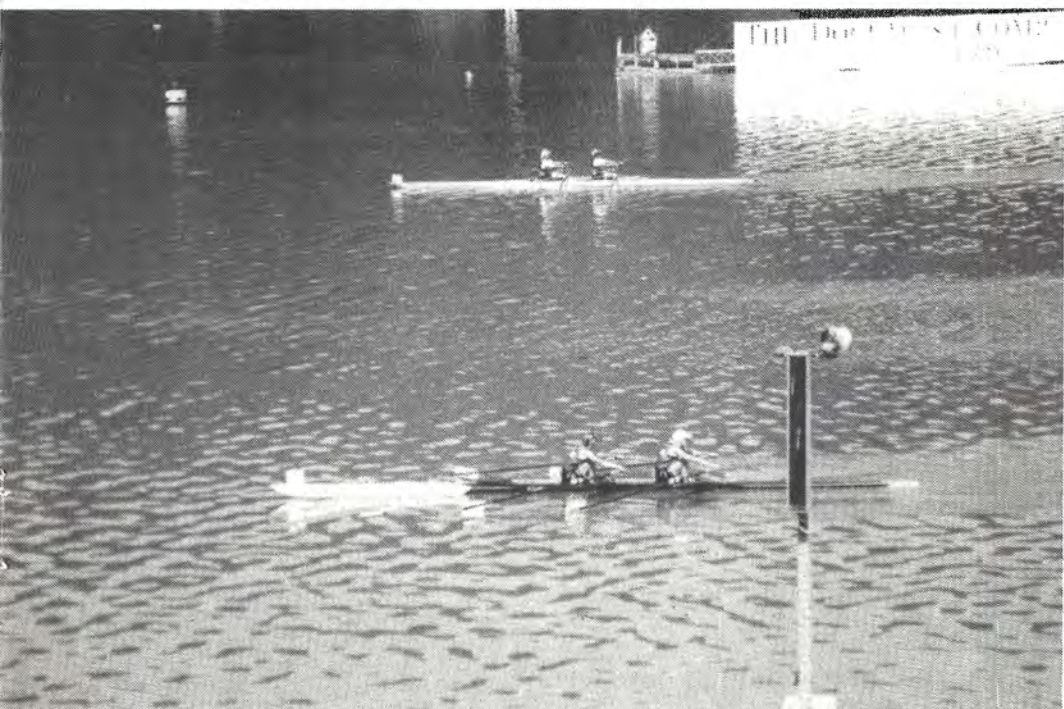
Øvrige løb: Johan Frydendahl tlf 38 17 62 52 (arb.)
(14 dage før) Engbakken 27
2830 Virum tlf 45 85 86 05 (priv.)

DANSKE STUDENTERS ROKLUB

Akademisk & Polyteknisk Roklub

DSR

MEDLEMSBLAD NR. 9 * SEPTEMBER 1995 * 63. ÅRG.



SÅDAN ! Lene Andersson (DSR) og Berit Christoffersen (Lyngby) sætter verdensrekord ved Den Internationale Københavnsregatta på Bagsværd Sø.

INDHOLDSFORTEGNELSE

"Aktivitetskalender"	s.	3
"U-23 VM i Groningen, Holland" v/Mette Bacher	s.	4-5
"Verdenrekord på Bagsvård Sø" v/Mette Bacher	s.	6-7
"Stig Rasmussen - dagens helt!" v/Mette Bacher	s.	7
"Kajak - Information" v/Vibeke Jansen	s.	8
"Udlejningsfester ??????" v/Jesper Petersen	s.	8
"Nyt fra Kaproningsafdelingen" v/Mette Bacher	s.	9-10
"O-løbsprogram 1995"	s.	12

INDMELDELSE: sker ved at udfylde og indbetale indmeldelses-girokort. Dette forefindes på kontorets dør i bådehallen. Indbetalingen dækker de 3 første måneders kontingent. Nye er velkomne til 2 gratis prøvegange i klubben, inden indmeldelse skal finde sted.

KONTINGENT: opkræves kvartalsvist forud via giro. Ved overskridelse af betalingsfrist pålægges et gebyr på 25 kr. pr. rykker. Hvis rykker krydser forsinket indbetaling kan der ses bort fra rykker, men gebyret vil blive opkrævet det følgende kvartal.

UDMELDELSE: Kan ske gældende fra 1/1, 1/4, 1/7 og 1/10 og skal være DSR i hænde med mindst 3 dages varsel. Gyldig udmeldelse foretages ved at indbetale et girokort på nøjagtig kr. 3,00 til DSR's girokonto nr. 500 34 66 samt ved at anføre "udmeldelse", navn og adresse på den del af girokortet, som posthuset beholder (betalingsdelen). Girokortet er dokumentation for, at udmeldelse har fundet rettidigt sted og man bør i egen interesse gemme girokvitteringen. Kontingentopkrævningskortene kan ikke anvendes til udmeldelse, idet meddelelser ikke kan anføres på disse.

OBS ! IKKE AUTOMATISK UDMELDELSE VED RESTANCE: Man er medlem og kontingentpligtig, indtil gyldig udmeldelse har fundet sted, uanset om DSR's faciliteter og aktiviteter benyttes. Eksklusion vil først finde sted ved en restance svarende til ¼ - 1 års kontingent og restancen vil om nødvendigt blive inddraget ved incasso. Alle omkostninger i forbindelse hermed betales af skyldneren.

Aktivitetsskalender 1995

- * 8. september : Måneskinstur
- * 23. september : Klubkaproning + fest
- * 28. oktober : Standerstrygning

Vallensbæk Marathon
studerterne flot repræsenteret
Blandt de 22 deltagende deltagende klubber er det glædeligt at se vore nye klubber såvel klubben i Frederikssund som DSR (Danske Studens Roklub) op med pæne hold og Eva Brøndum og Leif Werborg repræsenterede DSR på smukkeste vis, da de blev suveræne vindere af K2-mix.

KANO & KAJAK, nr. 2/95

Kommende motionsarrangementer

Sæsonen går på hæld, men endnu er der mulighed for at komme med på et motionsarrangement. Ud over måneskinstur d. 8. september vil der blive mulighed for en tur på Roskilde Fjord en lørdag eller søndag i september, og den sædvanlige løvfaldstur på Furesøen vil finde sted primo oktober. Som sædvanligt: hold øje med opslagstavlen for at få nærmere information. Det kan også være, at der bli'r arrangementer ud over de her nævnte.

Lars. Bundesen, motionsrochef

Sjælland rundt i robåd
Roere fra Danske Studenters Roklub har i weekenden roet rundt om Sjælland i verdens hurtigste tid, 45 timer og 55 minutter tog det de 22 roere at ro båden Gudmund rundt om Sjælland, og dermed kappede de små fire timer af den gamle rekord. Roerne ankom i løbet af søndag til Amaliehaven ved Langelinie, hvor de sammen med deres hold af hjælpere kunne fejre rekorden med champagne. (RB)

"Politiken, 21/8-95"

Göta Elv Rodden nærmer sig ...

Lørdag den 30. september kl. 12.00 går starten til et af verdens længste otterløb, Göta Elv Rodden i Sverige. Der startes i Kungälv og målet er i Göteborgs Havn. DSR er som regel repræsenteret i det svenske med mindst een damottar - mon det i år skal lykkes at få en herrotter med?

Der er 1. præmier, men også årets OSKAR til det hold, der bliver sidst i løbet. Blandt deltagerne trækkes der lod om otte splinternes kultfiberårer.

Vil du vide mere, så kontakt Mette Bacher, tlf.: 44 44 55 57.

Anders Brems U-23 Verdensmester - Anna Helleberg fik sølv!

Af. Mette Bacher.

Det gik rigtig godt for DSRs unge kaproere, der var udtaget for Danmark til roernes U-23 VM i Groningen, Holland medio juli.

DSR var repræsenteret af bare 3 roere, der gjorde det fremragende mens både formand Henning & Mette Bacher var med som ledere.

Roerne blev transporteret til og fra Holland i en lækker sovebus fra KRUSES Busser i Nakskov. Bussen var beregnet til 50 personer - vi var 18!

Hotellet lå et pænt stykke fra robanen, men da værelserne var velindrettede og store, betød det ikke alverden, at transporten var lidt lang.

Hollænderne virkede totalt uforberedte på dette VM og havde stort set ikke gjort noget klar, da vi ankom torsdag aften.

Der var meget kritik over arrangørerne fra de deltagende nationers side. Det hele kulminerede, da letvægts pigerne gik forgæves lørdag morgen, hvor de skulle kontrolvejes. Vedkommende, der skulle forestå denne vejning kom nemlig ikke til tiden og når roerne selv SKAL være i vægt til en bestemt tid, nytter det ikke at arrangørerne svigter, hvor det er mest vigtigt.

Åbningsceremonien blev ligeledes en total fiasko. Normalt plejer roerne at kede sig ihjel, når de skal sidde og høre på mange taler på et sprog, de ofte ikke forstår. Men disse taler var ikke så langvarige i år. Til gengæld kiksede underholdningen fuldstændig til stor morskab for tilskuerne. Nogle wirer, der var lagt lige under vandoverfladen lå i vejen for en turjolle med roere i, der var med i underholdningen. Jollens ror satte sig fast i wiren med det resultat at roerne roede og roede alt hvad de kunne, uden at komme ud af stedet. Til sidst måtte styrmanden springe i vandet og befri båden fra wiren. Hele arrangementet sluttede af med at flere motorbåde piskede frem og tilbage foran tilskuerne. Fra bådene blev der opsendt noget nødbluslignende fyrværkeri og så var det show forbi!

Som før nævnt gjorde DSRs tre deltagere: Anders Brems i single-sculler letv., Anna Helleberg i samme bådtype og Emilie Hasløv i dobbelt-sculler letv. det fremragende.

ANDERS VANDT GULD i suveræn stil.

ANNA HELLEBERG FIK SØLV

- og Emilie Hasløv opnåede sammen med sin makker, Nanna fra KVIK at vinde sikkert i B-finalen= VM-nr.7.



Koncentration, Anna Helleberg.



Anders Brems gør klar til start.

Lene Andersson satte Verdensrekord.

af Mette Bacher.

Stedet er Den Internationale Københavnsregatta på Bagsværd Sø og dagen er søndag d. 30. juli.

Starten går til kvindernes letvægts dobbelt-sculler, hvor DSRs Lene Skov Andersson ror sammen med Berit Christoffersen fra Lyngby Dameroklub.

De værste konkurrenter er kineserne.

De danske piger og kineserne ligger side om side kort før mål og kommer tilsyneladende over målstregen samtidig.

Tiiskuerne holder vejret i spænding mens der ventes på afgørelsen ud fra en vurdering af målfotoet.

Det meddeles at Berit og Lene har vundet!

Alle klapper og pigerne modtager stolte deres medaljer.

Speakerne går i gang med næste løb og det næste igen, og resten af dagen vises der mange flotte opløb.

Størst interesse er der om letvægts fireren, sidste års verdensmester, hvor DSR har Thomas Poulsen med i båden.

Det virker nærmest som om at hele regattaen er bygget op omkring sidste års verdensmestre i fireren og Trine Hansen fra Sorø, der også vandt guld i single-sculler.

Nogle taler om, at letvægtsfireren sætter verdensrekord i egen klasse ved regattaen på Bagsværd Sø, men det kan vist ikke passe, da man dagene før i aviserne har læst, at mandskabet ikke er i vægt endnu.

Men flot er det nu alligevel, at fireren går ud og vinder over sidste OLS guldvindere i den tunge firer, australierne, der ikke kun ror godt, men ifølge mange pigers udtalelser også ser hamrende flotte ud. Velproportionerede og solbrændte i deres flotte gule og grønne ro-trikoter.

Efter søndagens finaler, foretager DFFRs Kaproningsudvalg udtagelserne af VM-roerne, hvor de fleste bliver glade og nogle bliver overraskede, ikke så meget over, at de selv er blevet udtaget men mere over at nogle andre hold OGSÅ bliver udtaget!

Man vender hjem, til en afslappende aften efter week-endens kaproning og telefonen ringer. En klubkammerat meddeler, at Lene & Berit vist da satte verdensrekord!

WHAT! - Verdensrekord? - Jamen der var der da ingen, der sagde noget om i højtalerne. Alt druknede jo nærmest i den danske letvægts firers præstation og de flotte australieres nederlag.

Men jow, den ER god nok.

DSRs Lene og Lyngbys Berit har nu roet verdens hurtigste tid: 6.50.63 mod den tidligere rekord: 6.54.

Undertegnede vælger at informere pressen og ser spændt frem til de efterfølgende dages aviser.

Blader op, bliver chokeret, da store overskrifter fortæller, at Lene & Berit har roet ind i jern-startpontonen, der er lagt ud i forbindelse med skolekaproningen! GISP! Hvad nu?

Netop det hold fik ikke en reserve-roer med til VM, hvilket ellers skulle være en aftale træner Carsten Hassing og DFFRs Kaproningsudvalg imellem.

Gudskelov blev Berit, efter et kort ophold på hospital og et ophold hos sine forældre kampklar igen – og vi må håbe det bedste for vores nye verdensrekordholdersker ved VM i Finland.

Mette Bacher

Stig Rasmussen blev dagens helt!

af Mette Bacher.

Stig Rasmussen fra DSR, blandt venner kaldet Kaptajnen, blev week-endens helt ved den Internationale Københavnskregatta.

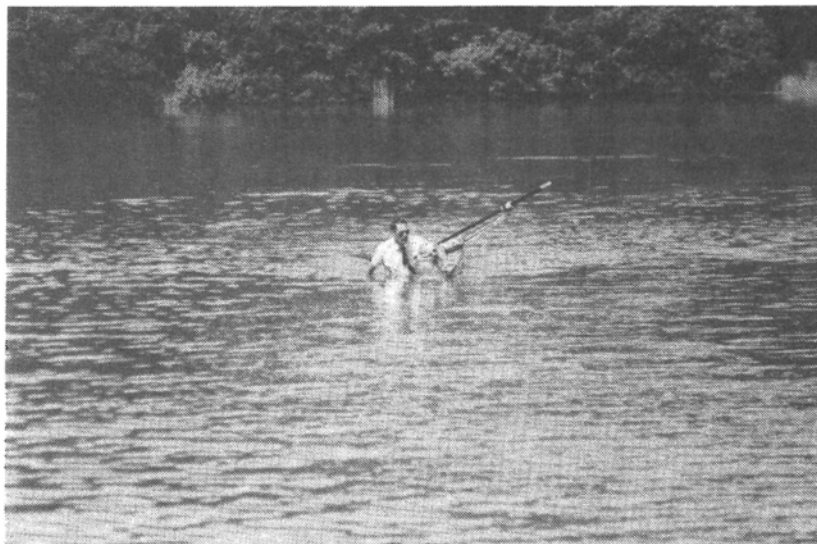
Stig var banedommer og sejlede i motorbåd efter et pige-scullerløb.

Da en af pigerne kom over målstregen, var hun så udmattet, at hun væltede med båden. For os, der så det fra land, virkede det somom at pigen IKKE kom op til overfladen. Banedommerbåden sejlede fluks hen til den kæntrade båd, Stig betænkte sig ikke et øjeblik på at springe i vandet, hvilket han gjorde, iført banedommernes traditionelle udstyr, lange bukser, skjorte og slips. Pigen blev halet op i dommerbåden og sejlet ind til land, hvor stævnelægen, Annabel Lee Krarup tog sig af pigen, der hurtigt kom til sig selv.

Stig Rasmussen valgte derefter at svømme ind til land med pigens båd.

På mandskabsledermødet samme aften fik Stig rosede ord med på vejen af regattakomiteens medlemmer og dagen efter var det denne indsats, der prydede avisernes sportssider – udover roning – selvfølgelig!

Ved søndagens finaler var det lige ved, at Stig skulle i baljen igen. Her var årsagen to bådes sammenstød i målområdet, men roerne blev, uden at ryge i vandet, hevet op i banedommerbåden og sejlet ind til bådepladsen.



Kajak - Information

Det må understreges, at kajakroere under instruktion også kaldet PINGVINER, ikke må ro uden instruktør. I 1992 kørte vi en prøve ordning hvor vi tillod pingviner, som havde været på ugekursus, at ro sammen med roer med kajakret. Det var den eneste sæson, hvor det var tilladt. I 1993 og i 1994 var det ikke tilladt og det er det heller ikke i 1995.

Roning i Københavns Havn: Reglerne for trafikken i Kronløbet og Københavns Havn for kanoer og kajaker lyder som følger: Det er tilladt for kano- og kajakroere samt roere fra Dansk Forening for Rosport at benytte Kronløbet hele året rundt. Man skal benytte Kronløbet på den måde, at man skal smyge sig om nærmeste molehoved, for derved at undgå at komme ud i midten af Kronløbet. Der skal naturligvis vises den allerstørste hensyntagen til erhvervstrafikken. Det samme gælder naturligvis også i selve havneområdet, hvor man henstiller til os, at ro nær Langelinie og passere løbene, der er i havnen, med største forsigtighed. Det må understreges, at det er på eget ansvar, at man færdes i omtalte område. På molehoved af Kronløbet findes et skilt med overstreget motorbåd og sejlbåd, og disse henvises til Lynetløbet. Det gælder ikke for kano- og kajakroere. Vi må ro i havneområdet, som omtalt, året rundt, både på Amagersiden og Langeliniesiden.

SIDSTE NYT *** Kajakrochefen hedder ikke længere Vibeke Jansen. Navnet på den nye kajakrochef vides ikke endnu.

Det var det - rohilsener fra Vibeke Jansen

Udlejningsfester ?????

Skal vi have udlejningsfester i DSR ?

I øjeblikket lejer DSR sine lokaler ud til medlemmer for 1.000 kr (forærringspris). Dette er der kun ganske få medlemmer, der hvert år får glæde af.

Til gengæld er det umuligt at være på første sal efter roturer i weekender.

Udlejningen starter ofte fredag aften med

forberedelser og slutter ud på søndagen.

Udlejningen fratager derfor klubbens øvrige medlemmer i, at udøve aktiviteter i klubhuset.

Om vinteren kan klubhuset også udnyttes til medlemsaktiviteter. Motionsudvalget tog sidste vinter initiativ til en række arrangementer på søndage.

Fredagsbar skulle der også gerne være plads til.

Så konklusion: stop alt udlejning.



Nyt fra Kaproningsafdelingen.

DSR fik udtaget 17 (!) roere til VM!

Af. Mette Bacher

Det er vist aldrig set før, at dansk roing er repræsenteret med 55 aktive roere ved et VM!

DSR har denne gang sytten roere med, når VM afvikles i Finland i skrivende stund. Dertil skal siges, at flere af de udtagne roere er kommet med som B-landshold, som betyder, at samtlige udgifter dækkes af klubben eller roeren selv.

En del er A-udtaget, hvilket er sket på baggrund af gode resultater i denne sæson, mens nogle af de B-udtagne, ikke umiddelbart har vist sig berettiget til en VM-B-udtagelse!

Overraskende for mange (åbenbart) blev også dameotteren udtaget uden egentlig at have vist nogle resultater, der berettigede en direkte udtagelse. Men DFFRs Kaproningsudvalg lavede et smart træk ved udtagelserne denne gang. Enten B-udtog man alle de roere, der kan føre det vidt på længere sigt – eller også udtog man slet ikke nogen B-hold! Sådan har undertegnede opfattet dette års udtagelsesprocedure, for hvis nogle sætter spørgsmålstegn ved, om dameotteren burde være udtaget, så kan man gå videre og se på de andre udtagne hold. Den tunge damedobbelt-sculler med Camilla Riff-Alexandersen fra DSR & Melanie Bech, Nyk. F., har nemlig HELLER ikke vist nogle gode internationale resultater, hvilket også er gældende for den letvægts firer uden styrmand, hvor DSRs Camilla Rohde er med som stroke.

Letvægts fireren har selvfølgelig opnået en finaleplads i Luzern og en 1. plads i Ratzeburg, men konkurrencen var til gengæld også derefter.

For dame dobbelt-scullerens vedkommende, er Camilla Riff med makker gået ind i et projekt omkring en damedobbelt-firer, hvor de to piger allerede i foråret blev henvist til dobbelt-sculleren.

DFFRs Kaproningsudvalg har derfor valgt at gardere sig i år og sender de B-udtagne roere afsted med håbet om, at roerne SELV opfatter udtagelsen som noget lærerigt med fremtidsperspektiver.

Ser man i bakspejlet, er det vist ikke sket før, at roere, der har roet kaproning i bare een sæson er blevet udtaget til et VM. Med dameotterens udtagelse håber Kaproningsudvalget på, at pigerne opfatter udtagelsen som et skulderklap til at fortsætte med at dyrke kaproning, så man indenfor det næste årti har flere gode dameroere – også i een-års-gruppen, hvor Danmark aldrig har været med i disse bådtyper på det internationale plan.

Følgende af DSRs roere blev A-udtaget:

Lene Andersson i letv. 2X med Berit Christoffersen, Lyngby Dameroklub.

Thomas Poulsen i letv. 4- med roere fra Bagsværd, Odense & Lyngby.

Thomas Ebert i letv. 2- med Bo Svendsen fra Bagsværd Roklub.

Anders Brems i letv. 1X.

B-udtagelser:

Camilla Riff-Alexandersen i dobbelt-sculler.

Niels Hyldager i dobbelt-firer.

Camilla Rohde i letv. firer.

Ria Sørensen, Stinne Petersen, Christina Rindom, Mette Mathiasen, Vibeke Østergaard, Mette Overgaard, Louise Frederiksen, Bettina Frederiksen og cox. Anne Kathrine Secher i dame otter.

Anna Helleberg i letv. single-sculler

Når dette blad kommer ud til læserne, HAR roerne været i ilden ved VM!

Man kan aldrig spå om resultaterne, men man kan prøve at se på, hvem der har størst medaljchancer.

Det er helt afgjort Thomas Poulsen i letvægts fireren, der sidste år vandt VM-guld. Et stærkt italiensk hold banker kraftigt på som de farligste konkurrenter, når finalen afvikles i Finland, for Italierner slog den danske kvartet klart i Finalen i Luzern. Altså vil en GULD eller SØLV-medalje være indenfor rækkevidde.

Også Lene Andersson & Berit Christoffersen kan gå ud og lave et rigtigt godt resultat. Men da bådtypen letv. dobbelt-sculler er kommet på det olympiske program, er denne klasse blevet BENHÅRD.

Danskerne KAN gå ud og vinde medalje men alt kan ske i finalen i denne bådtype.

Anders Brems bør kunne kvalificere sig til finalen i herrernes letv. single-sculler! På en god dag kan han også tage medalje!

Ved dead-line tid for dette blad blev det oplyst, at kvindernes letvægts firer-løb er så tyndt besat, at den danske båd er direkte i finalen. Hvad der sker her, kan man slet ikke forudse, men pigerne skal ud mod nogle mere erfarne mandskaber fra andre store nationer. Medalje ? - tjah!

Anna Helleberg, der er B-udtaget i letv. single-sculler, får det nok svært ved seniorernes VM, hvor man nok ikke på forhånd kan spå om et resultat. Et forsigtigt gæt vil være, at Anna kvalificerer sig til B-finalen og når op i den bedste halvdel.

Niels Hyldager er med i en nysammensat dobbelt-firer, der kun har vist flaget ved Den internationale Københavnsregatta. En plads i den bedste halvdel i den lille finale, er et forsigtigt gæt!

Camilla Riff i dobbelt-sculler er nok at finde i den bedste halvdel af B-finalen. Pigerne er med i en bådtype, hvor konkurrencen er benhård og hvor konkurrenterne har roet i væsentlig længere tid end danskerne.

Dameøtteren skal, såvidt det er oplyst her ved dead-line, møde 11 andre dameøttere. Det bliver nok svært at kvalificere sig til finalen, men også en placering i den bedste halvdel af B-finalen er en realistisk mulighed.

Redaktion: Lisbet Jensen (ansv.)
Blågårdsgade 10, 2, 2200 Kbh. N tlf. 31 39 50 29
Tryk : Brønshøj Ministryk - Oplag : 1400 eks.
Tidsfrist for indlæg til næste nummer er søndag 10. september 1995.

ADRESSELISTE

Danske Studenters Roklub - Strandvænget 55 - 2100 København Ø
Postgiro 500 34 66 - Kontortid onsdag og torsdag kl. 18 - 20
Telefon (Køkken og Kontor) : 39 29 63 26
MEDLEMSTELEFON (Garderobe og Bådhal) : 31 18 58 11

<u>Formand</u>	<u>Kasserer</u>	<u>Sekretær</u>
Henning Rasmussen Normasvej 14 2000 Frederiksberg 36 46 47 67	Johan Frydendahl Engbakken 27 2830 Virum 45 85 86 05	Lene Christensen Østerbrogade 85,106 2100 København Ø 31 38 87 13
<u>Kaproningschef</u>	<u>Materielforvalter</u>	<u>Instruktionsrochef</u>
Jens Chr. Pørneki Østerbrogade 88F, st. 2100 København Ø 31 38 09 97	Christian Pedersen Th. Laubsg. 29, 2.th 2100 København Ø 39 27 46 20	Karen Brems Føyn Valbylangg.108,1.th. 2500 Valby 36 45 73 24
<u>Langtursrochef</u>	<u>Kontingentkasserer</u>	<u>Kaproningsudvalg</u>
Ole Kammersgård Vardegade 24,1.tv 2100 København Ø 31 42 53 60	Kun skriftlige henv. DSR, Strandvænget 55 2100 København Ø Att: Kontingentkass.	Bettina Frederiksen Sofievej 10, st.tv. 2840 Holte 45 41 06 17
<u>Husforvalter</u>	<u>Køgemester</u>	<u>Motionsrochef</u>
Mogens Haut Strandvænget 55 2100 København Ø 39 29 84 99	Susanne Agersnap H.C.Ørstedesvej 63 1879 Frdrbg. C 35 36 88 05	Lars Bundesen Fredensborgg.14,4. 2200 København N. 35 82 14 18
<u>Motion+ rochef</u>		<u>Kajakrochef</u>
Teis P. Hansen Tåsingegade 66,3.th. 2100 København Ø 31 20 80 96		Vibeke Jansen Borgervænget 78 2100 København Ø 31 18 47 80

ORIENTERINGSSEKTIONEN

<u>Formand</u>	<u>Kasserer</u>	<u>Sekretær</u>
Ronald Clausen Engelsborgvej 44 2800 Lyngby 45 88 58 86	Nis C. J. Schmidt Hvedevej 14 st. 2700 Brønshøj 31 28 48 71	Johan Frydendahl Engbakken 27 2830 Virum 45 85 86 05

D2634 165
VIBEKE DELFS JANSEN

000

BØRGERVÆNGET 78, ST,
2100 KØBENHAVN Ø

Orienteringsløb 1995

<u>Dato</u>	<u>Løbstype</u>	<u>Skov</u>	<u>Arrangør</u>
3/09	B	Danstrup Krogenberg	Søllerød OK
6/09	B-nat	Lystrup	Farum OK
13/09	B-nat	Hornbæk Plantage	H.S.O.K.
17/09	B	Ll. Hareskov	Ballerup OK
20/09	B-nat	Valby Hegn	Tisvilde Hegn OK
24/09	Gåsehus	Ravnsholt	*** DSR ***
24/09	B	Teglstrup Hegn	Lyngby OK
27/09	B-nat	Stenholt Vang	Fredensborg OK
1/10	C	Hedeland	OK Roskilde
4/10	D-natstafet	Buresø	Kildeholm OK
7/10	D-sprint	Ravnsholt	Lillerød IF
8/10	B	Gribskov Nord	OK Øst
15/10	Gåsehus	Ravnsholt	*** DSR ***
15/10	B - SM	Tisvilde/Melby	Tisvilde Hegn OK
22/10	B	Klosteris Hegn	H.S.O.K.
29/10	B	Rude Skov	Kildeholm OK
5/11	Gåsehus	Ravnsholt	*** DSR ***
12/11	Jættemil	Store Dyrehave	OK 73
26/11	Gåsehus	Ravnsholt	*** DSR ***
17/12	Julekispus	Ravnsholt	*** DSR ***

Tilmelding:

Gåsehusløb: Mødetidspunkt: Søndag mellem 10 og 12
3 baner på ca. 3 km, 5 km og 8 km

Øvrige løb: Johan Frydendahl tlf. 38 17 62 52 (arb.)
(14 dage før) Engbakken 27
2830 Virum tlf. 45 85 86 05 (priv.)

DANSKE STUDENTERS ROKLUB

Akademisk & Polyteknisk Roklub

DSR

MEDLEMSBLAD NR. 10 * OKTOBER 1995 * 63. ÅRG.



Champagnen flød, da DSR 20. 8. 1995 satte rekord i roning Sjælland Rundt

INDHOLDSFORTEGNELSE

"Indkaldelse til generalforsamling".....s.	3
"Aktivitetskalender"	4
"Sekretær til DSR's bestyrelse søges".....s.	4
"Udlejning af DSR's lokaler" v/formanden	5
"Rostatistik" v/Lars Bundesen.....s.	5
"Det ny materieludvalg" v/Christian Pedersen.....s.	6
"Vi skal til gymnastik -hvis vi tør" v/ Ulla	7
"Motionshyggetur til Strönhult" v/ Asbjørn Torp.....s.	8
"En historisk langtur til Middelgrundsfortet" v/Lene H..s.	9
"Kano og Kajak Butikken".....s.	10
"Sjælland Rundt" v/Lars Bundesen.....s.	11-12
"Sjælland Rundt" v/Thomas Nonn.....s.	13-18
"Orienteringsløb 1995".....s.	20

INDMELDELSE: sker ved at udfylde og indbetale indmeldelses-girokort. Dette forefindes på kontorets dør i bådehallen. Indbetalingen dækker de 3 første måneders kontingent. Nye er velkomne til 2 gratis prøvegange i klubben, inden indmeldelse skal finde sted.

KONTINGENT: opkræves kvartalsvist forud via giro. Ved overskridelse af betalingsfrist pålægges et gebyr på 25 kr. pr. rykker. Hvis rykker krydser forsinket indbetaling kan der ses bort fra rykker, men gebyret vil blive opkrævet det følgende kvartal.

UDMELDELSE: Kan ske gældende fra 1/1, 1/4, 1/7 og 1/10 og skal være DSR i hænde med mindst 3 dages varsel. Gyldig udmeldelse foretages ved at indbetale et girokort på nøjagtig kr. 3,00 til DSR's girokonto nr. 500 34 66 samt ved at anføre "udmeldelse", navn og adresse på den del af girokortet, som posthuset beholder (betalingsdelen). Girokortet er dokumentation for, at udmeldelse har fundet rettidigt sted og man bør i egen interesse gemme girokvitteringen. Kontingentopkrævningskortene kan ikke anvendes til udmeldelse, idet meddelelser ikke kan anføres på disse.

OBS ! IKKE AUTOMATISK UDMELDELSE VED RESTANCE: Man er medlem og kontingentpligtig, indtil gyldig udmeldelse har fundet sted, uanset om DSR's faciliteter og aktiviteter benyttes. Eksklusion vil først finde sted ved en restance svarende til $\frac{1}{2}$ - 1 års kontingent og restancen vil om nødvendigt blive inddraget ved incasso. Alle omkostninger i forbindelse hermed betales af skyldneren.

Generalforsamling

Danske Studenter Roklub

Fredag den 24. november 1995 kl 20.00 I DSR

I dagsordenen er bestyrelsens forslag til de forskellige tillidshverv angivet. Forslag kan imidlertid stilles af ethvert stemmeberettiget medlem. Forslag skal være skriftlige og bestyrelsen i hænde senest 30 dage før generalforsamlingen.

Dagsorden iflg. DSR's love:

- 1) **Aflæggelse af beretning**
- 2) **Forelæggelse af regnskab til godkendelse
Fastlæggelse af kontingent for det følgende år**
- 3) **Valg af formand : Henning Rasmussen**
- 4) **Valg af kasserer : Johan Frydendahl**
- 5) **Valg af sekretær : ?**
- 6) **Valg af materielforvalter : Christian Pedersen**
- 7) **Valg af kaproningschef : Jens Christian Pørneki**
- 8) **Valg af instruktionsrochef : Karen Brems Føyn**
- 9) **Valg af motionsrochef : Jesper Petersen**
- 10) **Valg af langtursrochef : Dorthe Bartels**
- 11) **Valg af husforvalter : Mogens Haut**
- 12) **Valg af to revisorer**
- 13) **Valg af repræsentanter til D.F.f.R.**
- 14) **Særlige forslag**
- 15) **Eventuelt**

Aktivitetskalender

- * 6.-7. oktober : Sverigestur til "Udgård"
- * 13. oktober : Fredagsbar
- * 28. oktober : Klubkaproning og standerstrygning
- * 27-29. oktober : Sverigestur - Strönhult
- * 24. november : Generalforsamling
- * 9. december : Julefrokost

*** Sekretær til DSR's bestyrelse søges ***

Bestyrelsen modtager meget gerne forslag til sekretærposten i DSR's bestyrelse.

Arbejdet er selvstændigt med mulighed for mange spændende opgaver helt afhængig af sekretærens lyst, kreativitet og energi.

Af faste arbejdsopgaver er dog:

- * Skrivning af referat fra bestyrelsens månedlige møde
- * Skrivning af diverse praktiske informationer til klubblad
- * "Kopiering" af roprotokoller, gymnastiksedler, madsedler mv.
- * Ansvar for udarbejdelse af DSR's årbog

Information om sekretærposten kan fås hos

Lene Christensen	3138 8713
Henning Rasmussen	3646 4767

Udlejning af DSR's lokaler

Klubbens udlejningspolitik har været diskuteret på bestyrelsesmødet den 5. september.

Jespers kommentarer i sidste nummer af bladet er absolut udtryk for tanker, der også har været oppe blandt bestyrelsens medlemmer, og det var derfor på tide at tage fat om problemet.

Følgende blev besluttet:

De medlemmer, der har fået tilsagn om at kunne benytte lokalerne, får naturligvis lov at benytte dem som aftalt.

Fremover lejes lokalerne ikke ud

Dog, ingen regler uden undtagelser. Vi ved at der vil være situationer, hvor det vil være ønskeligt at kunne foretage udlejning, hvorfor bestyrelsen i disse tilfælde vil træffe en konkret beslutning.

Altså, hvis du mener, at netop din grund til at benytte lokalerne, er et af de tilfælde, hvor vi skal dispensere, så skriv en ansøgning/begrundelse til bestyrelsen - og vi vil se på den. Men vær forberedt på et afslag - vi har stoppet udlejning, ikke blot ændret udlejningsproceduren

Henning.

Rostatistik

I år vendte klubben som bekendt tilbage til registrering af roaktiviteterne på papir efter forrige sæsons eksperiment med EDB-registrering, der jo desværre ikke lykkedes så godt som håbet.

For at vi kan få noget rostatistik for denne sæson er det derfor nødvendigt at få papiroplysningerne ind på edb. Jeg søger derfor et antal personer, der vil være med til dette arbejde.

Medlemmernes aktive deltagelse i også denne opgave er en forudsætning for at få udarbejdet en rostatistik.

Interesserede kan henvende sig til mig i klubben eller på tlf. 35 82 14 18.

Med venlig hilsen Lars Bundesen, motionsrochef

den 19. september 1995

Det ny materieludvalg

Søndag den 17. september var der kursus i bådklargøring, der var 9 deltagere som gerne vil være med til at gøre bådene klar til standerhejsning næste år. Kurset gennemgik nogle af de mange ting som er nødvendig at vide, hvis man skal kunne deltage i materieludvalget på en effektiv måde. Målet med materieludvalget er, at når vi har bådklargøring kan det foregå effektivt. Derved får DSR udnyttet medlemmernes arbejdsindsats med bådvedligeholdelse maksimalt.

Arbejdet med klargøring af både begynder torsdag aften den 5. oktober fra kl. 17.00 til 20.00.

Jørgen Foss står for bådklargøringen torsdag aften fra kl. 17.00 til 20.00 frem til standerhejsning.

Mikkel og nye materieludvalgsmedlemmer, hver lørdag fra kl. 13.00 til 17.00. Første gang lørdag den 7. oktober

To søndage i hver måneden vil der være bådklargøring fra kl. 10.00 til 16.00, første gang søndag den 8. oktober. Hvis man vil deltage i arbejdet en hel søndag, vil det være en god ide at medbringe en madpakke.

Det jeg her har beskrevet er gældende indtil 3. december.

Tag en seddel med datoer og tidspunkter med hjem, skriv dagene ind i din kalender eller hæng sedlen op hjemme på din opslagstavle. Når du har fundet nogle dage, skriver du dit navn på en af listerne med arbejdsdage, listerne hvor man melder sig til bådklargøring hænger på opslagstavlen i slyngehuset. Det hjælper os med at sørge for at der er mandskab og arbejde nok på de dage, hvor der kommer mange medlemmer for at reparere både.

Til sidst vil jeg slå et slag for vinterroning. Det plejer at foregå lørdag eftermiddag fra 13.00 til 15.00, det er friskt og sundt, der er dog ikke ret mange medlemmer der dyrker vinterroning. Når jeg spørger hvorfor man ikke dyrker vinterroning, siger mange at vandet er koldt. Det er rigtig nok, men man skal jo ikke svømme i vandet. Hvis det sker at man kommer ned i DSR en lørdag for at ro og der ikke er nogen at ro med, kan man hjælpe med at reparere både, så er dagen alligevel gået på en god måde. Vi har kitler man kan låne hvis det skulle være nødvendigt. Hvorfor ikke gøre det til en vane at komme i klubben lørdag eftermiddag.

De nye medlemmer af materieludvalget er fulde af gå på mod og har stor forventning til at deltage i et aktivt udvalg, hvor der sker noget, skuf os ikke kom og gør din indsats.

På materieludvalget vegne
Materielforvalter

Christian Pedersen

VI SKAL TIL GYMNASTIK - HVIS VI TØR

PÅ MED DEODORANTEN OG EN REN T-SHIRT

Pladsen er trang, temperaturen og fugtigheden stiger. Da gælder det om at have rent tøj og deodorant på.

Er du en af dem, der aldrig bruger deodorant - vær sød ikke at møde op hos Ulla.

Er du en af dem, som lader sin hengemte træningsstrøje hænge til tørre i skabet, som husforvalteren Mogens antydede her i foråret, vær sød og opsøg en anden gymnastiklærer.

Jeg har altid en deodorant og en ren T-shirt i min taske - til udlån. Jeg vasker selv T-shirten bagefter.

Det kan ske, at der er noget der svigter, men kun én gang.

Vi kan kun være 40 personer i salen. Du skal tegne dig ind på listen, inden du går ind, og står der 40 personer før dig, er der ikke plads til dig. Næste gang må du bare komme lidt tidligere.

I starten syntes jeg det var sjovt, når vi var 50, men det synes jeg ikke mere. Jeg kan ikke nå at rette, kan ikke nå at få alle med, alle kan ikke høre, ikke se. Det er dødanstrengende for Jer og for mig. Lærerne burde få dobbelt løn for de timer, så hårdt er det. Det værste er, at jeg bliver sur og snærende på Jer, og det var aldrig meningen.

Har du været på gymnastikholdet lige før, eller skal du til timen lige efter - bliv væk. Du skal kun have den ene gymnastik. Derefter er pladsen en anden. Du kan alligevel ikke yde det optimale 2 gange - det bliver 2 x halvt.

Det Ulla har på hjertet, er ikke småting...



Lad være med at stille dig foran døren, hvis du kommer lidt for sent. Alle vil helst stå foran døren - er det ikke mærkeligt? Kommer du for sent, skal du flytte dig et sted hvor der er bedre plads.

Er du ny, kom lige og præsenter dig - før gymnastiken. Du skal høre godt efter i timen. Du må være indstillet på at blive rettet, høre dit navn nogle gange i løbet af den første time. Er du helt håbløs, vil du høre dit navn hele sæsonen. Det skal du ikke være kede af, du skal bare gøre dit bedste. Bliver du sur over det - må du finde et andet gymnastikhold. Jeg kan ikke holde ud at se noget halvt.

Skal du absolut gå før tiden, lad være med at "sive ud", anonymt, upersonligt, uopdraget. Nik, vink, blink, buk, gør noget. Det er ikke ligegyldigt.

Har du ondt et sted, en overbelastning eller en gammel skade, skal jeg vide det for at passe på dig.

Jeg skal have respons fra Jer, hvis øvelserne ikke passer Jer. Det kan være at vi kan lave om på noget, eller måske er det bare en misforståelse. Har I fået ondt et sted efter gymnastikken, skal I komme tilbage og fortælle mig det.

Vore forudsætninger er vidt forskellige. Jeg skal prøve at være opmærksom på det. Jeg vil bare ikke opgive at få alle med.

Var det alt for skrap? Det var i hvert fald hvad jeg havde på hjertet.

Ulla



MOTIONS-/HYGGETUR SVERIGE/STRÖNHULT D.27.-29.OKTOBER

PRIS: CA.400 KR(KOST,LOGI,TRANSPORT)

DEPOSITUM: 150 KR VED TILMELDING

(GIRO:1430661 ASBJØRN TORP,K.LANGES-

GADE 7A,ST.TH.1367 K/ELLER CROSSED CHECK)

INFO-MØDE: TIRSD.10.OKTOBER KL.19.30

**VI UDNYTTER DEN SMUKKE SKÅNSKE NATUR
TIL HYGGE,REKREATION OG MOTION.**

ARRANGØR: ASBJØRN

NB. BEGRÆNSET PLADS !

En historisk langtur til Middelgrundsfortet

Lørdag den 19. august blev splitlagene sat på 6 inriggere. *Motionsrochefen* havde nemlig arrangeret en langtur – ud gennem sejlrenden til Middelgrundsfortet midt i Øresund. Med vinden ind fra agter fløj vi afsted med kurs mod verdens største kunstige ø. Et byggeri, der i dag sammenlignes med en så krævende opgave som at bygge den kommende øresundsbro. En forening, der skal planlægge, hvad øen skal bruges til i fremtiden, har set dagens lys. Øen er i år for første gang i begrænset omfang blevet åbnet for offentligheden. Den har mottoet: Middelgrundsfortet skal være til oplevelser for offentligheden "over vandet, under jorden, op i luften – men aldrig i ilden!"

I den lille havn skulle vi bestå den første prøve, idet bolværket ikke var særlig robådsvenligt, men bådene blev fortøjret og alle mand kom til sidst i land.

Et medlem af foreningen tog venligt imod os, og viste os rundt bag den massive granitfacade. Vi gik ad mørke, lange, kolde gange, hvor fugten drev ned af væggene, og op og ned ad trapper. Undervejs fik vi fortalt om hverdagen dengang, der var soldater til – og andre gode historier. Der havde været op til 800 soldater ad gangen og man fornemmede, hvilke trafik der havde været ved vaskerenderne om morgenen. Vi var også i sikkerhedsrummene i fortets indre. Her var der køjesenge til 16 mand. Ønskede soldaterne ventilation foregik det med håndkraft (et par stærke roere skulle lige prøve – men de gad ikke så længe!).

Til slut endte vi på helikopterlandingspladsen. Det var rart at komme ud i den friske luft igen og sikke en udsigt der var på øens top – her lige mellem de to sejlrender.

Tilbage på havnen blev de medbragte madpakker fortæret, og der blev badet, bl.a. blev der øvet trespringskombinationer i udspring. Nu forestiller du sig sikkert hvilken dejlig ro og fred, der må være sådan et sted. Men sådan var det ikke, for en meget larmende generator sørgede for at vi storbyfolk følte os hjemme.

Hjemturen var knap som sjov som udturen, for vinden havde desværre ikke vendt i dagens løb.

En ikke særlig lang, men spændende og anderledes langtur var slut.

PS. Det med verdens største ø er nu en saga blot, for japanerne har bygget en lufthavn, så rekorden må vi afgive.

Lene Hansen



Kano & Kajak Butikken

INTRODUKTIONSTILBUD

Kano & Kajak Butikken er en ny forhandler af kajak- og kanoudstyr på det danske marked. Forretningen drives med udgangspunkt i Charlottenlund nord for København, hvor der i løbet af nogle måneder vil åbne en ny butik.

Idéen er at sælge kvalitetsprodukter til lave priser. Dette kan lade sig gøre, fordi vi holder et lavt omkostningsniveau og bruger meget tid på at købe rigtigt ind. Vi vil gerne markere starten af Kano & Kajak Butikken med tre udvalgte tilbud:

Anorak

Vandtæt anorak med neopren ved håndled og hals.
Fås i flere farvekombinationer. Normalpris kr. 295,-

kr. 250,-

“Wing”-pagaj

Lettmann “wing”-pagaj i kulfiber. Vægt ca. 900 gram. Leveres som samlesæt komplet m/lim m.v. Lettmanns kulfiberpagajer benyttes bl.a. af kajakroere på det tyske og polske landshold. Normalpris kr. 2.000,-

kr. 1.800,-

Havkajak

Arctic Exp er en svensk udviklet havkajak i bedste kvalitet. Den har alle havkajakkens gode egenskaber som stabilitet, sødygtighed, styrke og stuveplads til langture, men samtidig er den hurtig og let roet som en traditionel turkajak. Rekvirer specialbrochure. Normalpris kr. 9.995,-

kr. 8.995,-

Vi forhandler i øvrigt et bredt udvalg af både og udstyr til kaproning, turroning, kano og foskajak. Ring eller skriv til os i dag, så sender eller leverer vi varen samme dag eller dagen efter. Der er fuld garanti og returret på alle varer.

Du kan også få brochurer tilsendt, stille spørgsmål om udstyr og priser eller aftale en prøvetur i en ny kajak. Du kan desuden blive registreret på vores mailliste, således at du fremover får alle tilbud og informationer fra Kano & Kajak Butikken sendt direkte til din egen adresse.

Introduktionstilbudene er gældende indtil 15/10-95. Alle priser er incl. moms.



Med venlig hilsen
Kano & Kajak Butikken

A handwritten signature in black ink that reads "Peter Lillelund". The signature is written in a cursive, flowing style.

Peter Lillelund

Sjælland Rundt

Tredje gang er lykkens gang, siger man, men for DSR blev anden gang lykkens gang, idet det i andet forsøg lykkedes at slå rekorden i roning Sjælland Rundt - også i den grad. Med tiden 45 timer og 55 min. lykkedes det - på nær 6 minutter - at slå 4 timer af den hidtidige rekord, sat af Rungsted Roklub.

Første forsøg på rekordsætningen måtte som bekendt opgives pga. dårligt vejr, men denne gang var vejret perfekt, hvilket også kunne ses på rekordtiden. Mon ikke DSR's rekord får lov at stå længe ?

I modsætning til første forsøg havde vi denne gang radio- og TV-dækning på. DR-TV bragte et flere minutter langt indlæg om sejren i TV-A, hvilket gav Spies reklame for flere hundrede tusind kr. (ifølge eksperter udi reklame), så de har fået god valuta for de 10.000 kr., de støttede os med. (Mon ikke der også er nogle af dem, der ikke ville støtte os, der nu ærgrer sig?). I weekendens løb var der desuden radioindslag om turens forløb, og alle de store aviser havde notitser om resultatet, så DSR har fået god omtale af arrangementet.

Der vil på et tidspunkt blive en billed- og videoforevisning fra Sjælland Rundt-forsøgene. Hold øje med opslagstavlen.

Tekst og fotos: Lars Bundesen





DR-TV laver interview med Edzard



Glade rekordholdere skåler i champagne. I midten ses Tom Nonn.

Artiklen på de følgende sider er skrevet af en af deltagerne fra Sjælland Rundt-rekorden, Tom Nonn. Tom, der er amerikaner, taler dansk, men har af letforståelige årsager valgt at skrive artiklen på engelsk. Dette burde ikke volde vore læsere de store problemer, man kan jo tage en ordbog til hjælp ind imellem. Kast jer ud i det - artiklen er virkelig værd at læse.

Sjælland Rundt

by Thomas I. Nonn

I was inspired to write about our tour around Sjælland because I felt it was both an intense experience and a strange and bewildering one at the same time. As I look back on it now I still feel I can recall specific moments in their full breadth. There were people on this tour who were friends, acquaintances and strangers to me. I can still see all of them moving in and out of the images in my mind when I think about it. Perhaps because the journey was so fast that we didn't, or at least I didn't, get a chance to absorb it fully that I felt the need to relive the experience in my mind, and now on paper. I decided in this first draft to leave out names and specifics, and to give only the sensations as we rowed, ate, slept and traveled. The following is a chronology of events that a member of team 4 (hold fire) experienced. I will begin with a brief background.

The Sjælland Rundt is a tour of the Isle of Sjælland. I say Sjælland Rundt is a tour, but in reality it is a race against the clock. Over water the tour is just over 495 kilometers. The last record for rowing around Sjælland was set by the rowing club of Rungsted in 1988. Several attempts were made afterward by other rowing clubs but most either were unable to maintain the pace or gave up due to weather conditions.

For this tour we rowed in a single-four inrigger, the boat we used was called the "Gudmund", named after the man who donated the boat to the club.

There were rules and guidelines constructed explicitly for this event. Four teams of five persons each, changing every two-and-half to three-and-half hours, thus, each team in the end would row a maximum of twelve hours. Each team would strive to maintain a speed of at least 10 kph during their entire tour. As a rule, the boat could not be more than two kilometers from the coastline.

There are several factors that can play against the rowers time. These include the wind direction and speed, wave height and the currents. The south-western coast of Sjælland is notorious for its currents, so it was imperative that we approached this area at the proper time. The northern coast, called Kattegat, is a large open area of water that is shielded from the North Sea by Jutland, but can still produce high waves that can make rowing difficult if not impossible.

This was in fact not our first attempt to row around Sjælland under time. Two months earlier we made a similar attempt in conjunction with a large yacht called "Bona Vista". The large boat provided sleeping and eating quarters for those who were not rowing and at the time we thought we had the perfect solution. We were sorely disappointed when we found out that the yacht could not pass through some of the channels that were otherwise effortless for the rowboat and so we lost much time having the larger boat catch up to exchange rowers. In the end we gave up due to weather conditions up at Kattegat, where high waves flooded the forward compartment and made Gudmund unseaworthy.

In this our second attempt we undertook a more challenging route by having the rowing teams driven over land to each shift-location. Logistically, this route presented a number of difficulties. First, it required a large staff of supporters who drove cars, cooked food, cleaned and otherwise assisted the rowers with nearly all their demands (just kidding...you guys were great). Also, several summer houses provided by the families of some of the rowers gave us the means to rest and change between tours.

The Gudmund was fitted with a number of features that did not exist on the previous attempt. A manual bilge pump was fastened securely to one side of the boat where the coxswain could easily reach it and pump out excess seawater. The steering ropes were modified with wooden handles to make control of the boat easier, a real blessing in that after you had completed two tours your hands were beginning to take on hideous "vabler" (blisters), and holding a rope between your raw fingers was just plain uncomfortable.

The tour (I would like to call it a race but we were all by ourselves) began in Amalienhaven, just adjacent to the homes of the royalty of Denmark. We were to row north, counter-clockwise around Sjælland, up toward Kattegat. I was positioned in team four, and our first tour would begin at two in the morning, off the coast of a small town called Liseleje. It was my hope to row with the same team from

our earlier attempt, but I was deeply troubled by the loss of two rowers from my group the day before we started, one who fell in an accident on the way to the club, and the other from back injuries. One of my rowing colleagues, who noticed my frustration called upon a friend of his at the last moment, a "kaproer" (a competitor rower). I was feeling apprehensive that we could find anyone, let alone a competitive rower, this late in the game. To our amazement he was free to row for the first three tours. We were now four rowers in need of one more. At this point I felt that any good rower from the club would be sufficient, for as long as he/she could maintain the cadence. We were again quickly satisfied at the last moment when a young male rower came forth. I was still somewhat concerned that we had never rowed together with these two fellows and so I made it known that in our first tour we would take an easier pace to allow ourselves some time to get accustomed to each other.

The race started approximately 5:15 in the afternoon on Friday the 18th of August 1995. We were joined by our sponsors and a film crew from the national news station, Danmarks Radio. The first team progressed up north with the help of a light current and breeze, so we were off to a good start. The second team started three hours later off a town called Humlebæk. The time schedule was determined such that each team maintained a total average speed of 10 kilometers-per-hour. The first team had gained around 30 minutes on their first tour, an improvement that acted as a morale booster for the rest of us. But the real test would come when we finished off the northern coast. The second team also pulled in an impressive advantage and then when the third team started, we knew we were not far behind. We were still a little tense because our kaproer was not with us as it was planned that he was going to meet us up at Liseleje, and so we had no idea how difficult it would be to find him. It turned out that our kaproer kept his word and was patiently waiting for us at the shift-location.

All arrangements and communications were done over cellular telephones. I'm not entirely certain but at any one time three or four were in use. I have to add one thing at this point, it is a strange experience to row in the middle of the night far way from familiar surroundings, and to have the wonderful silence broken by a telephone ringing. I could also distinctly remember during some moments a phone ringing at one of the summerhouses, and someone running around trying to figure out which cellular phone it was. One incident, that kept me in fits was watching one of supporters try to answer a phone, only to be prevented because of low battery power. This person would then quickly place the phone back in the battery case to recharge. The phone would ring again and this person would lift the phone only to have it complain about lack of power. This went on several times before the phone acquiesced.

In another incident, one of the rowers in my group received some navigation equipment from his father. While we were at the first summer house in Rågeleje, we spent an hour calculating the waypoints along the north coast by which we could follow in the darkness. The navigation equipment would be placed on the small outboard that would direct us through the night. Unfortunately, when we attempted to zero-set and calibrate the equipment at Rågeleje, it thereafter determined that we were somewhere north of Oslo. This, we thought, would not work out very well.

Our meeting point was off a beach, so that we had to change teams in the water rather than off a dock. We arrived an hour before the exchange and waited patiently for our boat. The third team came in as scheduled and we shifted without much fuss. The kaproer began as our stoker and I was the styrmand. So much for the easy pace I had hoped for on our first tour. The boat simply took off and when it became my turn to be stoker I felt compelled to maintain the ferocity of our kaproers pace. I was beginning to feel that we had a good team. The boat felt so light on the water, the "Big Blade" oars leaving cascades of large scallop-shaped patterns behind the boat. You could feel a pulse everytime a stroke was made. A friend once told me that there is a kind of ecstasy felt when one operates in unison with others during rowing. I was beginning to believe him, but I have to admit that the unity in this first tour was far from what we achieved in our later tours, but it was a good start. There was constantly this feeling of wanting to go faster, of lifting the cadence, but we needed to restrain ourselves, to save our energy. The water below slipped by effortlessly as we combed ahead.

The waters of Kattegat, normally filled with breaking surf, could not have been more forgiving. It was smooth sailing all the way. The water was all but still, with barely a ripple across its inky-black surface. The night sky was full of stars, planets and moons.

Shooting stars descended in droves throughout our dark passage. Our sole satellite shone its weak milky gaze down on us in the form of a crescent-shaped wedge, like a weak bedtime-light, hopeless for steering at any distance but comforting nonetheless. We passed over a large inlet north of Roskilde, called Isefjord, and continued onward. Our kaproer reinforced several edicts during this tour. Without reservation he reminded us to maintain direction and, above all else, to concentrate on the stroker. There were many phrases, some new to my ears, that could paraphrase each one of our tours. In this our first tour it was "styr!!!"

For the most part we rowed without difficulty except that our escort boat, a small outboard, lost us in the surf and only when we were finished did it catch up to us. One probably wonders how we managed our orientation at all in the darkness. It was dark, off course, but not so black that one could not see the dark silhouette of the coastline. We were also aided by the familiarity of the area by some of the rowers. In the end, our support team beamed several multicolored lights in our direction (they were actually red and white bicycle lights) and our first session was over. We sailed into a small dock and switched with the first team, and the tour began anew.

We were picked up by several supporters who brought with them some food and drink. At the start of each tour we were given several bottles filled with water and softdrinks, raisins and lots of bananas. These supplies usually ran dry for each group after three hours of rowing. Our supporters took us to the second summerhouse in Røsnæs, out on the northwest tip of Sjælland. As we were driving a strange thought came over me in that while I was resting, other rowers were pushing hard out in the surf, and some were still sleeping, and some just waking to prepare for their next tour. By the time we arrived the sun had begun to rise, around 4:30 in the morning. I took to bed immediately and fell into a deep sleep, only to wake four hours later, at the sound of other teams arriving. There was lots of commotion as tired rowers plowed their way through the house looking for unoccupied beds. Naturally, none of the homes we used could sleep more than perhaps 8-10, so many were resigned to sleep outside on the grass. When you're tired, I mean really tired, you will sleep anywhere.

Upon waking, you basically did what any really hungry person did, you attacked the kitchen. Before we had arrived in the early morning we had stopped by a bakery that was hard at work making the day's bread. The smell, as any Dane will tell you in the early morning after a hard night, is delicious. At breakfast we filled ourselves with cornflakes, fresh white bread and rugbrød, tebirkes, juice, bananas, etc. I basically derived my morning energy from Nutella. It wasn't long before one of the supporters approached our team and told us to get ready. I simply couldn't believe how fast the time was passing.

Within an hour we were packed and ready and drove to the next exchange point. Our second trip was going to be our longest, if not the longest tour of the trip. I have to admit that in all fairness the delegation of distances was probably not the most fair, but decisions are based on practicalities, not on personal wishes. Our evening tours were relatively short in comparison to the other tours, but night navigation can be very stressing, as I will describe later on our third tour.

We waited off the coast of Røsnæs as team three made its way around the northwest tip of Sjælland. Behind us, sandy cliffs revealed swallows flying in and out of their small burrows. The sun was hot and the water smooth again from the lack of any wind. In the distance a large "Cat", or powered catamaran, was making its way across out of the sound we were to traverse. Behind it a large plume of water rose, then falling in a gentle arc. The still water became active and within minutes waves reached the shores where we waited. Great, I thought, our perfect journey is going to be marred by this silly vessel. Team three arrived some twenty minutes later, long after the major waves had subsided.

Gudmund was on her way again as we pulled out of Røsnæs. I could see our colleagues waving in the distance as we plowed ahead. Our kaproer started as stroker again and the pace was set. The sound we were to circum-navigate required that we penetrate several kilometers inland before we could come out again, thus increasing the overall distance.

Our outboard sailed along side, if at times a little close since the otherwise still water was being churned up by it's motor. We instructed them to follow from behind. As we came out of the first sound we could begin to see the long arc of coastline that would take us to Reersø, our end stop. I suffered some bad luck the night before in that in the darkness I dropped my gloves into the boat, where they became soaked. So after the ten kilometers on this second tour I was beginning to experience the discomfort in my hands as skin was being gradually worn away. In order to minimize the damage I shifted the positions of my hands. In the end the effect was of spreading the blisters all over my fingers. All I could do was grit my teeth and press on. Behind me the kaproer sat and occasionally gave out instructions. The word this time was "Træk igennem !", which meant to recover the oar before letting it come all the way to your chest. A frequent bad habit of mine as well as of other rowers is to bring the oar all the way up and then press down. This gives the impression that you're pausing before the next stroke. Eventually in this tour it became second nature to feel the recovery of the stoker and sense the improvement in the motion of the boat. One thing I couldn't prevent was the slowly growing pain in my fingers. Everytime we changed positions, we all had to grit our teeth to get the boat up to speed again as the weight of the boat could really be felt on our blisters. It became more tolerable to row fast than slow. We managed to maintain a stroke-rate of 25-27 strokes per minute. It hurt too much to row slowly.

Near the coast we could see a school of porpoises, cousins of the larger dolphin, swimming just beneath the surface. I didn't know they swam in these waters, but it was refreshing to see and gave something for the eyes to do since we did not talk much during our tours. By the finish of the second hour we were getting impatient. The sun was beating down mercilessly, and our water supply was slowly draining away as we replenished our bodies. At the start of the tour our kaproer added an extra bundle of bananas in our food bag, a very wise decision. We had six liters of water for five men, just barely enough. I looked down into water and was amazed how crystal clear it was. I just wanted to dive from the boat and drown myself in its coolness. But that would have to wait. One more hour to go.

The last hour was very difficult. We had to motivate each other to maintain the pace. Reersø seemed so far and distant still that it threatened to kill our drive. After an extra half hour one began to see progress up the coast to our goal. I kept counting our changes, every 20 minutes, as a way to pass the time. I knew that the next change would bring us to the three hour mark, the time we told the others to expect us. Three hours meant we sliced 45 minutes off the required maximum time. As we approached the 10 minute mark I tried to look behind to see whether the shift location was visible. It was still not. This was getting irritating for we were quite sure we should have been there. At the three hour mark we saw the beachfront on Reersø and our welcoming committee. It appeared they were not ready, so we continued onward while they prepared the outboard.

Five minutes later they came around the corner from Reersø and met up with us. We quickly changed and sped back to the shift point. A colleague of mine and myself never made it. We jumped into the surf and soaked ourselves in what I thought was absolute heaven. We slowly made it back swimming on our backs and diving occasionally. The sea bottom was festooned with bright colored vegetation and odd-shaped rocks. On land we stood together for a portrait and packed ourselves for a journey to the southern coast. In some eight hours we would be on water again.

The supporters drove us to the next and final summer house. On the way we stopped at a gas station and purchased beer, soda, ice-cream, almost anything that looked like junk food. One of my fellow rowers held a beer in his hand and took a long swig, upon which he said it was the best beer he ever had. When we arrived at the summer house we grabbed our things and proceeded to the back yard. We laid out our sleeping bags and proceeded with abandon to pick at our blisters. Several of my rowmates fetched some syringes from our physical therapist and starting poking under their skins. Four of us sat there, concentrated, in what appeared as a completely macabre scene of skin jabbing, spurting fluids and flesh tearing. Not a pretty sight. And all during this time we were eating our dinner. I think we were due for some rest. We had four hours.

Night fall had come and gone when we started out for our third tour. We were to drive to Vordingborg and change off a small pier at the beach some four km east of Knudshoved Odde. We waited in the cool

night for almost an hour when the news came that the outboard did not have enough gas to make the trip and that the previous team had difficulty finding the crossing point over Knudshoved Odde in the dark. It seemed that there would be a delay of at least 1 hour before we started. We waited inside the cars to conserve our body heat. The most of us wore only light rowing clothes. Eventually the Gudmund showed up unescorted and we changed for what I considered was to be the most exciting and stressing tour to come.

The tour along the southern coast required us to traverse a long strait, where we would pass under three bridges, sail around three islands, all in complete darkness and without our escort boat. I started as styrmand again and we started setting out at a moderate pace as I tried to get my bearings in the dark. It was difficult to see anything in the distance, let alone the coastline. There were some lights shining from the first bridge, still some three km away. The kaproer told me to sail inland and to pass under a narrow segment of the bridge. His familiarity of the area was reassuring, to say the least. There were objects constantly looming out from the darkness. A collision with a buoy or other solid object could have been disastrous at this point. A mist was beginning to form and so our limited vision was again compromised further. It became nearly impossible to judge distances. At one point I told the rowers we were 500 m from the first bridge. Fifteen minutes past and the bridge did not look any larger.

Eventually we approached the first bridge. In the darkness a bright light approached us, and then above us as the image of a rapid train materialized. The segment of bridge we sailed under was only 10–15 meters high above the water. The howl of the train wheels on the tracks was harrowing. The sound was so loud in the darkness that it filled your mind and all your senses. The intense sound waves were bouncing between the water surface and the bridge above us. It seemed to last forever as the rowers pulled hard to escape its wrath. And then suddenly it was gone, and the silence returned. This evening the water was like polished black glass. The sensation of rowing through this was very odd, as if we were moving through some strange space. The only disturbance on the surface came from the bow of Gudmund and our oars. The coolness of the evening made the rowing pleasant, even refreshing. Your hands didn't sweat as much as in the daytime, under the oppressive sun, so the blisters were not giving much trouble. For this tour I had taped my hands, which also made rowing easier.

In the silence we concentrated on our rhythm, the kaproer occasionally reminding us to feel the stroker. I closed my eyes since the smooth water and the swinging oars were beginning to take on a hypnotic effect. One of the most troublesome obstacles we had to deal with were large wooden poles, sticking out of the water, presumably to support fishing nets. The number one rower had to periodically turn his head and survey the area in front of the boat. Several times we had to either steer sharply or otherwise stop to avoid these poles. Then came the islands. It was important take the correct course, if we were to finish under time. We slipped through unhindered and approached our last bridge. It was my turn to steer again so I knew from the changes that we would soon be finished. We cornered sharply around a harbor and made our way up the south–east tip. A large rock loomed on our port side. This part of the coast was littered with long piers, some over 100m long, jutting out from the shore. At one point we panicked when we past over a thickcable held buoyant by some floats. It turned out only to be boundaries for a local swimming area. Several hundred meters ahead I could make out the swinging lights of our reception committee. I was deeply relieved.

We were driven back to the summerhouse and to my surprise there I found a vacant bed. I quickly laid claim to it and fell asleep. When you are very tired you don't really dream, at least I don't. However, one of my fellow rowers awoke out of dream where he dreamt that his back was feeling intense pain. He was somewhat disoriented upon waking. He told me the pain had felt real, but he didn't feel anything now. After waking I took a shower, grabbed some bread from the kitchen and walked out to the back yard where one of my other colleagues was inspecting his rowing gear. He was reasonably convinced that his clothes had begun to ferment. I took my used gear and stuffed in into a plastic bag. I'll deal with it later, I told myself.

I looked at my hands again and saw large bubbles of skin. The skin popping session from the day before was of no avail. I was afraid that one of the blisters had become infected. I taped my hands again and decided that because this was the last tour, indeed it was the finishing tour, that I would try my best to block out the discomfort and bring that bloody boat home in reasonable time. Amazingly, and contrary to our previous attempt, I was not very sore in the muscles. In the last attempt of the Sjælland rundt the muscles in between the ribs had given me great discomfort. This pain was a common disorder amongst rowers, caused by the "Big Blades".

Again we were to start off a beach, some 30 km south of Copenhagen. This time, our kaproer would not be with us, so we used one of our reserve rowers of which we had two. We arrived early and waited on the beach for over an hour. A slight mist from the night before was beginning to lift. In the distance we could begin to make out the hull of the Gudmund, making her way up to the exchange point. We readied ourselves as several supporters went into the surf to catch the boat. At this point in the tour all the teams had accrued a total of over three hours extra, therefore we were rather confident that the record would be broken by a large margin. It's a funny feeling being in the last boat.

We started off in a hurry and settled into a moderate rhythm. The wind had begun to pick up and waves were buffeting the boat. We were still without escort, but it really didn't matter, we were so close. It took us almost two hours to get to Copenhagen harbor. At the opening of the harbor I became stroker, and decided to lift our cadence. On the shore to our left were placed signs indicating the distance to the sluice gates. I was still not clear on how we were get around the gates, but our supporters were sure to be ahead figuring out what to do. 1000 m to go. 500 m and then soon after we were there.

What a strange construction presented itself to us. What appeared as large construction girders were piled together as a foundation to some unfinished structure. On top stood our supporters waving to us. We slowed the boat down and listened for instructions. We were told to lie down and float beneath this structure, using our hands to pull ourselves through. There was a 0.5 m clearance between the structure and the water surface. Lying on our backs was disorienting after so much rowing. Salt-laden sweat poured into my eyes, forcing me to close them. There were spaces between the girders above us. We could see the supporters hopping from one girder to the next, checking for any obstacles ahead of us. It took several minutes before we came through and then started up again. We still had the sluice gates to contend with.

Several hundred meters later we came to a bridge with narrow channels requiring us to use short oars to get through. After another hundred meters came the sluice, a rather small structure, where water was pouring into the harbor, so therefore we had a current to follow us in. We picked up speed again and proceeded toward our start point. We had barely two km of rowing to do but I wanted to be finished. My hands looked awful, I tried not to look at them. The tape had come off and had started to stick to the oar. When we passed Nyhavn I knew it was just another few hundred meters. We stopped just short of our start to pick up a flag displaying the logo of our sponsor. We rowed into Amaliehaven where an audience of well-wishers and fellow rowers stood as well as the presidents of both the Rungsted and DSR rowing clubs.

Champagne flowed in all directions as one bottle after another was opened. I simply couldn't believe we were done. The record had been broken by nearly four hours. I knew it would take some time for the excitement to settle. Gudmund still looked fit after her journey, if not a little littered from all our goings. One of my colleagues opened a bottle and let it spill over my head, oh what the hell. There is some talk now of having a regatta the next year, between several rowing clubs. Perhaps it is just renewed interest that will abate through the year. I hope not.

Redaktion: Lisbet Jensen (ansv.)
Blågårdsgade 10, 2, 2200 Kbh. N tlf. 31 39 50 29
Tryk : Brønshøj Minitryk - Oplag : 1400 eks.
Tidsfrist for indlæg til næste nummer er fredag 13. oktober 1995.

ADRESSELISTE

Danske Studenters Roklub - Strandvænget 55 - 2100 København Ø
Postgiro 500 34 66 - Kontortid onsdag og torsdag kl. 18 - 20
Telefon (Køkken og Kontor) : 39 29 63 26
MEDLEMSTELEFON (Garderobe og Bådhal) : 31 18 58 11

<u>Formand</u>	<u>Kasserer</u>	<u>Sekretær</u>
Henning Rasmussen Normasvej 14 2000 Frederiksberg 36 46 47 67	Johan Frydendahl Engbakken 27 2830 Virum 45 85 86 05	Lene Christensen Østerbrogade 85,106 2100 København Ø 31 38 87 13
<u>Kaproningschef</u>	<u>Materielforvalter</u>	<u>Instruktionsrochef</u>
Jens Chr. Pørneki Østerbrogade 88F, st. 2100 København Ø 31 38 09 97	Christian Pedersen Th. Laubsg. 29, 2. th 2100 København Ø 39 27 46 20	Karen Brems Føyn Valbylangg.108,1.th. 2500 Valby 36 45 73 24
<u>Langtursrochef</u>	<u>Kontingentkasserer</u>	<u>Kaproningsudvalg</u>
Ole Kammersgård Vardegade 24, 1. tv 2100 København Ø 31 42 53 60	Kun skriftlige henv. DSR, Strandvænget 55 2100 København Ø Att: Kontingentkass.	Bettina Frederiksen Sofievej 10, st. tv. 2840 Holte 45 41 06 17
<u>Husforvalter</u>	<u>Køgemester</u>	<u>Motionsrochef</u>
Mogens Haut Strandvænget 55 2100 København Ø 39 29 84 99	Susanne Agersnap H.C.Ørstedesvej 63 1879 Frdrbg. C 35 36 88 05	Lars Bundesen Fredensborgg.14, 4. 2200 København N. 35 82 14 18
<u>Motion+ rochef</u>		<u>Kajakrochef</u>
Teis P. Hansen Tåsingegade 66, 3. th. 2100 København Ø 31 20 80 96		Vibeke Jansen Borgervænget 78 2100 København Ø 31 18 47 80

ORIENTERINGSSEKTIONEN

<u>Formand</u>	<u>Kasserer</u>	<u>Sekretær</u>
Ronald Clausen Engelsborgvej 44 2800 Lyngby 45 88 58 86	Nis C. J. Schmidt Hvedevej 14 st. 2700 Brønshøj 31 28 48 71	Johan Frydendahl Engbakken 27 2830 Virum 45 85 86 05

Orienteringsløb 1995

<u>Dato</u>	<u>Løbstype</u>	<u>Skov</u>	<u>Arrangør</u>
1/10	C	Hedeland	OK Roskilde
4/10	D-natstafet	Buresø	Kildeholm OK
7/10	D-sprint	Ravnsholt	Lillerød IF
8/10	B	Gribskov Nord	OK Øst
15/10	Gåsehus	Ravnsholt	*** DSR ***
15/10	B – SM	Tisvilde/Melby	Tisvilde Hegn OK
22/10	B	Klosteris Hegn	H.S.O.K.
29/10	B	Rude Skov	Kildeholm OK
5/11	Gåsehus	Ravnsholt	*** DSR ***
12/11	Jættemil	Store Dyrehave	OK 73
26/11	Gåsehus	Ravnsholt	*** DSR ***
17/12	Julekispus	Ravnsholt	*** DSR ***

Tilmelding:

Gåsehusløb: Mødetidspunkt: Søndag mellem 10 og 12
3 baner på ca. 3 km, 5 km og 8 km

Øvrige løb: Johan Frydendahl tlf. 38 17 62 52 (arb.)
(14 dage før) Engbakken 27
2830 Virum tlf. 45 85 86 05 (priv.)

DANSKE STUDENTERS ROKLUB

Akademisk & Polyteknisk Roklub

DSR

MEDLEMSBLAD NR. 11 * NOVEMBER 1995 * 63. ÅRG.



Et overraskende mesterskab i letv. dobbelt-sculler til:
Maiken Nørgaard og Rebecca Erichsen

INDHOLDSFORTEGNELSE

	Side
"Indkaldelse til generalforsamling"	3
"Aktivitetskalender"	4
"Med Asterix og Obelix i Norge" v/Lars Bundesen	4 - 6
"Søndagsaerobics for begyndere"	7
"At ryge eller ikke ryge" v/Thomas K. Krumholt	8
"Alle gode gange 10" v/Berit Heer Henriksen	9
"Udlejning af lokaler" v/Karen M.H. Madsen	10
"Husforvalteren meddeler" v/Mogens Haut	11
"Tanker vedr. fredagsbar" v/Lars Bundesen	11
"Lidt om kaproningsmødet" v/Christina Rindom	12
"Kaproer - spots !" v/Mette Bacher	13
"Danmarks mesterskaberne d. 23/9" v/Mette Bacher	14 - 20
"Roser til klubbladet" v/Mette Bacher	21 - 22
"O-løb 1995"	24

INDMELDELSE: sker ved at udfylde og indbetale indmeldelses-girokort. Dette forefindes på kontorets dør i bådehallen. Indbetalingen dækker de 3 første måneders kontingent. Nye er velkomne til 2 gratis prøvegange i klubben, inden indmeldelse skal finde sted.

KONTINGENT: opkræves kvartalsvist forud via giro. Ved overskridelse af betalingsfrist pålægges et gebyr på 25 kr. pr. rykker. Hvis rykker krydser forsinket indbetaling kan der ses bort fra rykker, men gebyret vil blive opkrævet det følgende kvartal.

UDMELDELSE: Kan ske gældende fra 1/1, 1/4, 1/7 og 1/10 og skal være DSR i hænde med mindst 3 dages varsel. Gyldig udmeldelse foretages ved at indbetale et girokort på nøjagtig kr. 3,00 til DSR's girokonto nr. 500 34 66 samt ved at anføre "udmeldelse", navn og adresse på den del af girokortet, som posthuset beholder (betalingsdelen). Girokortet er dokumentation for, at udmeldelse har fundet rettidigt sted og man bør i egen interesse gemme girokvitteringen. Kontingentopkrævningskortene kan ikke anvendes til udmeldelse, idet meddelelser ikke kan anføres på disse.

OBS ! IKKE AUTOMATISK UDMELDELSE VED RESTANCE: Man er medlem og kontingentpligtig, indtil gyldig udmeldelse har fundet sted, uanset om DSR's faciliteter og aktiviteter benyttes. Eksklusion vil først finde sted ved en restance svarende til ½ - 1 års kontingent og restancen vil om nødvendigt blive inddraget ved incasso. Alle omkostninger i forbindelse hermed betales af skyldneren.

*** HUSK * HUSK * HUSK * HUSK * HUSK * HUSK ***

Generalforsamling Danske Studenter Roklub

Fredag den 24 november 1995 kl 20.00 i DSR

I dagsordenen er bestyrelsens forslag til de forskellige tillidshverv angivet.

Dagsorden iflg. DSRs love:


- 1) **Aflæggelse af beretning**
- 2) **Forelæggelse af regnskab til godkendelse
Fastlæggelse af kontingent for det følgende år**
- 3) **Valg af formand : Henning Rasmussen**
- 4) **Valg af kasserer : Johan Frydendahl**
- 5) **Valg af sekretær : Thomas Krumholt**
- 6) **Valg af materielforvalter : Christian Pedersen**
- 7) **Valg af kaproningschef : Jens Christian Pørneki**
- 8) **Valg af instruktionsrochef : Karen Brems Føyn**
- 9) **Valg af motionsrochef : Jesper Petersen**
- 10) **Valg af langtursrochef : Charlotte Ringius**
- 11) **Valg af husforvalter : Mogens Haut**
- 12) **Valg af to revisorer**
- 13) **Valg af repræsentanter til D.F.f.R.**
- 14) **Særlige forslag**
- 15) **Eventuelt**

Bestyrelsen kan derudover indsupplere 3 personer. Disse er ikke på valg til generalforsamlingen.

Dorte Bartels foreslåes indsuppleret som kajakrochef.
Teis P. Hansen foreslåes indsuppleret som motion+ rochef.
Susanne Agersnap foreslåes indsuppleret som køgemester.

Aktivitetskalender 1995

- * 24. november: Generalforsamling kl. 20.00 i DSR
- * 9. december: Julefrokost



"EDB - folk" søges

Til vinter vil vi atter prøve at lægge vores roprotokol på EDB. Vi forestiller os en netværksløsning med en central server og fire slaver ude i bådhallen.

Til at kode denne løsning skal vi bruge yderligere to personer, der har lyst til at hjælpe os.

Vi regner med en løsning i Visualbasic.

Kontakt evt.: Jonas & Jesper Petersen

Tlf.: 36 17 01 01 eller 33 33 30 85

Med Asterix og Obelix i Norge

DSR har i den forgangne sæson haft mange langture, både i klubregi og private. Det er dejligt at se, at der rigtig er kommet gang i den del af klubaktiviteterne igen. En mulighed, som der desværre ikke er så mange fra DSR, der har øjnene åbne for, er de langture, der tilbydes i DFfR- og kredsregi, og det er lidt synd. For at reklamere lidt for disse ture har jeg derfor skrevet denne artikel om min sommerferietur.

Jeg deltog sammen med Søren Møller Christensen og Birthe Flømand fra DSR i Københavnskredsens skærgårdstur til Hvaler-øerne i Norge. Turen var arrangeret af Leif Hansen, kredsens motions- og turchef, og Michael Kassow, medlem af kredsens motions- og tur-udvalg. De to er også kendt som Asterix og Obelix. Begge havde udført et stort forarbejde til turen, bl.a. brugt Bededagsferien på rekognoscering i området, hvilket betød en meget veltilrettelagt tur.

En blandet skare, både aldersmæssigt og med hensyn til langturserfaring, på 18 roere fra forskellige af byens klubber drog fredag d. 28.7. sidst på eftermiddagen mod Halden i Norge. Efter at have overnattet i den lokale roklub roede vi lørdag formiddag mod øgruppen Hvalerne gennem Svinesund - med huse med svenske flag til bagbord og ditto norske til styrbord, idet Svinesund danner grænse mellem Norge og Sverige.

Hvalerne

Hvalerne ligger ud for Svinesund yderst i Oslofjorden. En gruppe på i alt 1200 små og større øer, der har fået deres navn, fordi mange af skærene ligner hvalrygge. Hvis man har prøvet det sydfynske øhav, er det lidt det samme (dog er der flere klipper på Hvalerne). På nogle af øerne er der naturcampingpladser. Der er her opstillet skure med toilet og affaldssække, således at områderne kan holdes rene trods stort besøg. Vi skiftede i ugens løb mellem tre pladser, således at vi var fri for at pakke grej sammen hver dag (for en halvdoven langtursroer et yderst sympatisk træk ved tilrettelæggelsen). Dette gav mere tid til at slappe af og bade efter dagens roning.

Vi var inddelt i faste madhold á 6 personer, mens roholdene skiftede, således at vi fik blandet folk mest muligt. Styrmandene havde dog en fast båd, som de var ansvarlige for. Ugen blev tilbragt med ture rundt på de dejlige øer, dog med en afstikker om mandagen nordpå til Fredrikstad, den gamle fæstningsby, grundlagt af Frederik II i 1567. Da der var kraftig mod-strøm, krævede det en god indsats ved årene at nå frem. Til gengæld var turen hjemad så meget lettere.

Jeg skal ikke trætte den tålmodige læser med en masse detaljer fra turen - den slags er alligevel mest interessant for de involverede. Dog vil jeg lige nævne et par ting: Langtursstyrmand, der læser dette, have det råd, at hvis man styrer efter kompas, skal man ikke lægge det på en rospand med metalgenstande liggende øverst. Så er det ikke sikkert, man kommer derhen, man regnede med!

På en lille, norsk klippeø vil man umiddelbart tro, at risikoen for tyveri er minimal. Men nej! En nysgerrig ræv kom en nat og bortførte adskillige genstande. Flere af deltagerne fandt tøj og sko flere hundrede meter fra lejren!



På vej gennem Svinesund (Vibeke X, Kvik og Jens Chr. Hansen, Furesø).

Turen var begunstiget med det samme fantastiske vejr som herhjemme i samme periode. Varmen ved middagstide gjorde, at vi undgik at ro, når det var varmest, og i stedet holdt siesta i skyggen og gerne med en mulighed for at bade.

Jeg er formentlig ikke den eneste, der vil hævde, at subtropisk varme og lange, lyse sommeraftener er en af verdens bedste kombinationer. At sidde på en lun klippe med et krus rødvin efter at have spist og se solen gå ned er ikke det værste på en langtur - og jeg har en mistanke om, at det er vanedannende!

Tilbage i Halden

Fredag drog vi igen mod Halden med ankomst over middag, hvorefter vi tømte, rengjorde og flyttede bådene og vores grej. Det tog på kræfterne i middagsvarmen! Fredag aften ankom næste uges hold, der skulle på samme tur. Dette hold var næsten udelukkende Kvik'ere.

Lørdag deltog to hold fra vores gruppe og fire Kvik-hold i en marathondistancekaperoning (42,1 km). Trods god roning blev de ikke placeret i konkurrencen. Handicapreglerne favoriserede fireåres både, hvilket nordmændene utvetydigt blev gjort opmærksom på under aftenens i øvrigt meget hyggelige spisning i et gammelt ammunitionsdepot i Fredriksten Fæstning i Halden. Vi, der ikke deltog i kaperoning, havde tid til at studere fæstningen, der ligger oven for Halden, med en pragtfuld udsigt over by og sund. Det var i øvrigt her, at den svenske krigerkonge Karl d. XII omkom under et (mislykket) angreb på fæstningen i 1718, i øvrigt under omstændigheder, der aldrig helt er opklaret.

Søndag formiddag kørte vi så mod Danmark igen med ankomst sidst på eftermiddagen efter en dejlig uge. For mig - og alle øvrige deltagere, tror jeg - var denne tur et stort hit, der kun kunne gøre folk hooked på langtursroning, hvis man ikke var det i forvejen. En stor tak til Leif og Michael for en veltilrettelagt tur. Til dem, der ikke ved det: Langtur er en billig ferieform. Denne tur kostede 1.700 kr. pr. næse for transport, mad i ugens løb + 2 middage i byen.

Norske planer

Overraskende nok er langtursroning ikke særlig kendt i Norge, hvor man ikke har meget inriggermateriel. Det vil man nu gøre noget ved, og Halden roklub forsøger at få to langtursbåde udstationeret fra DFfR, således at man kan promovere langtursroningen. En fin idé, der i givet fald også vil gøre det muligt for danske klubber relativt let at lave ture i området. Fra Halden er der også mulighed for at ro på nærliggende svenske søområder.

I øvrigt burde det være oplagt, når der arrangeres sådanne indbydende kredsure, at DSR i forbindelse med disse lavede en efterfølgende tur med brug af samme materiel. Herved kunne flere lokkes på langtur, og prisen pr. næse sættes ned, når der var flere om at dele bådtransportudgifterne m.v. En overvejelse værd for den kommende langturschef, synes jeg.

Lars Bundesen

Søndags aerobics

for begyndere

**På utallige opfordringer starter vi nu med
begynder aerobic (low) søndag eftermiddag**

16.00 - 17.30

**Hold dig ikke tilbage selv om du aldrig har prøvet det
før, det bliver ukompliceret, sjovt, spændende, skæg
og ballade. Det er en god måde at blive frisk til ugens
udfordringer.**

Første gang bliver søndag d. 5. november

**Vær med blandt de første!
Kombiner arbejdspligter, aerobics og**

klubaften

**Der vil være spisning fra kl 18.00.
Af hensyn til køkkenet skal man melde sig til
spisningen senest torsdag den 2. november.**

**Klubaftenen bliver spilleaften medbring
backgammon, trivial pursuit, dam,**

At Ryge eller ikke at Ryge

I august i år pålagde DSR's bestyrelse klubben visse restriktioner med hensyn til rygning. Udover at man ikke måtte ryge i bådhallen og i køkkenet, hvilket er logisk nok, var det ikke længere tilladt at ryge i slyngelstuen og på det meste af verandaen. Reglen var at der kun måtte ryges på de to bageste borde længst nede mod kongeværelset.

Nu vil jeg starte med at sige, at jeg selv er ikke-ryger. Det fratager mig dog ikke retten til at mene, at denne restriktion ikke kun retter sig mod rygerne men også mod alle dem, der kunne have lyst til at snakke med dem. Kan det passe at jeg-selv og de få rygere jeg kender ikke længere må sidde, hvor vi har lyst men skal henvises til den mørkeste og mest ubenyttede del af 1. salen? Hvem har det nogensinde generet før dags dato, at der sad en enkelt ryger ved et bord og røg.

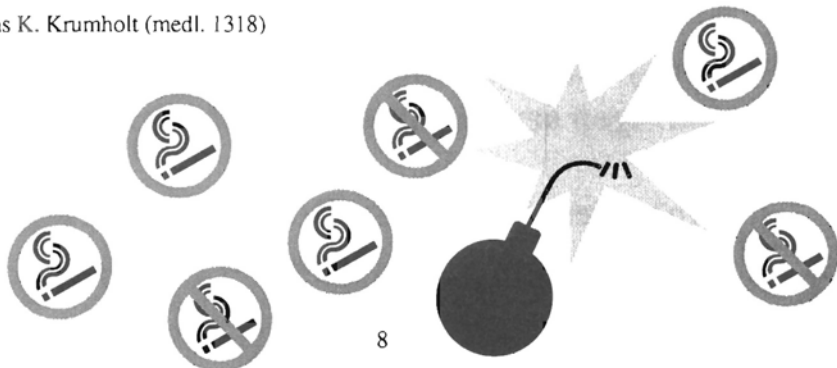
Det er givet ikke særligt lækkert at sidde og spise når der er en ved siden af der sidder og pulser røg op i hovedet på en, men hvis man siger det til personen eller personerne, plejer de rent faktisk at være forstående og slukke cigarettens. Det er jo totalt til grin at genne alle rygerne ned i det ene hjørne som om de var umennesker, hvad bliver det næste? - Et hjørne hvor hviløggspiseme kan sidde og hyggefise i kor? Det er jo latterligt.

Nu har jeg gået i klubben i de sidste 5 år og **ALDRIG** har jeg hørt nogen brokke sig over den minimale procentdel af klubbens medlemmer, som man kan kalde rygere. Hvorfor begynder det så nu? Er der måske en enkelt person som har prøvet at få smøgen galt i halsen, og som nu mener at alle former for røg bør bandlyses eller er det den generelle holdning hos klubbens medlemmer. Jeg håber det er det første, fordi det ville overraske mig, hvis en større del af klubbens medlemsskare var blevet så hellige så hurtigt.

Hvis det skulle vise sig at være det første, mener jeg, at bestyrelsen har handlet lidt for meget over hals og hoved. Det virker som om de bare kastede sig lyn-hurtigt ud i en beslutning, der i den grad berørte det sociale liv på 1. salen uden i det mindste at vjere stemningen bare en lille smule blandt de aktive.

Jeg håber der snart bliver gjort noget, for jeg er grumme træt af at sidde i et hjørne, når jeg gerne vil snakke med mine kammerater! Det var bare det jeg ville sige. med venlig hilsen:

Thomas K. Krumholt (medl. 1318)



Alle gode gange ti

Cirka ti gange har det taget. Eller fire måneder. Eller hvordan man nu kan få sig til at sige det. Det korte af det lange er: Nu *er* vi blevet styrmænd, min båd og jeg! Det er stadig lidt utroligt.

Det begyndte ellers godt. En yndig dag i maj mødte vi glade og forventningsfulde op til vores første styrmandsinstruktion. Tillægning ved ponton og højt bolværk: det var en udfordring, men så slet ikke uoverkommeligt ud. Vores forkromede plan var, at vi hurtigt ville lave et fast hold, hurtigt gå i gang og hurtigt være styrmænd. Det var en meget smart og gennemtænkt plan. Desværre reviderede den sig selv - helt af sig selv - hen ad vejen.

Allerede da vi skulle aftale næste instruktionsdag, burde vi have anet uråd. Diverse ferie-, konference- og andre planer tårmede sig op i horisonten, og det blev svært at mødes. Vores kalendere passede simpelthen overhovedet ikke sammen.

Når vi endelig var samlet, var vi så benovede over at være i havnebassinet igen, at vi alt for høfligt holdt tilbage for alt for mange både. Med det resultat at vi ikke kom særlig tit ind til pontonen og vores trippende styrmandsinstruktør. I stedet fordrev vi tiden med at skodde rundt i bassinet. Og rundt. Og rundt. Faktisk kan vi måske nok overtales til at stille op i en eventuel skoddematch - vi er i hvert fald i træning.

I de værste feriemåneder stod alting i stampe, men så samledes vi igen - svækkede, men ikke knækkede. Vi havde optimisme i behold, lige indtil det gik op for os, at årets kuld kaniner var gået i gang med styrmandskurser. Ydmygelsen var total, da de første kaniner fik styrmandsret - kaniner, der dårligt var blevet tørre bag ørerne efter kanindåben!

Naturligt nok begyndte vi at gå lidt stille med dørene med det dér med styrmandsinstruktion. Der var ingen grund til at vade i det. Men et evindeligt, utrolig trivielt spørgsmål begyndte at dukke op, hver gang vi viste os i klubben: *Nåh, er I så blevet styrmænd?* Aldrig har det vist sig så vanskeligt at få en båd diskret i vandet!

Apati vekslede med panik i vores båd, efterhånden som rosæsonen gik på hæld. Vinterymnastikken startede så småt, dagene blev kortere, og det var slut med sommertid. Livet ved pontonen blev meget koldt, mørkt og ensomt.

Men en sen aften, da det så sortest ud, de andre både for længst var gået ind, og båden lå deprimerende dybt i vandet - da sagde vores styrmandsinstruktør meget rigtigt: *Der er ikke noget, der hedder at give op!*

Så det gjorde vi ikke, og da vi lukkede bådehallens porte dén aften, kunne vi kalde os styrmænd. Fantastisk!

Egentlig *var* det jo pæret, når man tænker over det. Måske man skulle tage et hurtigt kursus og blive langturstyrmænd...?

Udlejning af lokaler

Jesper Petersen (kommende motionsrochef?) argumenterer ganske overbevisende i septemberbladet for, at det ikke kan være rimeligt at anvende klubbens lokaler til udlejning. Dette er bestyrelsen heldigvis også enig i, og konsekvent har man **øjeblikkeligt** indstillet al udlejningsaktivitet. Det er beundringsværdigt, at man handler så hurtigt. Men har man handlet rationelt?

Potentielt set ligger der store indtægter i DSR's udlejningsaktivitet. Ganske vist er selve udlejningsbeløbet ikke stort, men der er selvfølgelig adskillige andre faktorer, som spiller en økonomisk rolle. Har Jesper og bestyrelsen overvejet det? Jeg kan nævne et par stykker:

For det første er der **indtægter i baren**. Ved udlejning sælges der drikkevarer i baren eller lejeren skal betale proppenge for medbragt vin. **Hvor stor omsætning går vi glip af i baren, når vi indstiller udlejning?** Ligeledes er der **afskrivninger** på et relativt nyindrettet køkken med stor kapacitet. Og hvilken værdi har det for **medlemmerne** at kunne disponere over klubbens smukke og velbeliggende lokaler på tidspunkter, hvor klubben - normalt - ikke bliver benyttet?

Bliver vi **virkelig** så generet af udlejninger? **Hvor mange udlejninger** har der reelt været om året f.eks. de sidste tre år? Det vil jeg da gerne vide, før jeg kan bifalde bestyrelsens hurtige beslutning. Og til sidst vil jeg da gerne vide, hvor mange weekendaktiviteter, der faktisk er blevet forstyrret af udlejning. Mig bekendt er der intet til hinder for, at der afholdes fredagsbar, når der er udlejning om lørdagen. En lejekontrakt løber ikke over hele weekenden.

Klubbens faste arrangementer såsom standerhejsning, fødselsdag m.m. er fastlagt før sæsonen begynder og generes ikke af udlejning. Hvad der yderligere er behov for, kan der tages højde for ved at **reservere** et bestemt antal weekender forbeholdt klubaktiviteter.

Dette vil stadig give en **væsentlig** marginal lokalekapacitet, som bør kunne benyttes til udlejning. Ved sidste generalforsamling erindrer jeg diskussioner om DSR's anstrengte økonomi. Hvordan kan man så nu afskrive en indtægtskilde, der **estimeret** burde give en årlig ekstra klubindtægt på 100.000,-?

Min konklusion på Jesper Petersen indlæg i bladet og bestyrelsens beslutning om indstilling af lokaleudlejning er, at der **mangler rationelle begrundelser** for tiltaget. Hvad med at indføre **lidt bedre planlægning**? Og hvad med at høre medlemmernes mening?

Karen M.H. Madsen (medlem 2021)

Husforvalteren meddeler

At mange medlemmer ikke viser ansvar for den eminente klub, de er medlem af. Det er øjensynligt meget svært for mange, at slukke det lys, som ingen bruger, at lukke portene og holde de døre låst, som ingen skal ind ad. Det er tit alt for let for uvedkommende personer at komme ind i klubhuset eller i kajakskuret. Nå men det er også svært, og jeg går jo alligevel en runde hver aften før sengetid.

At for at gøre det lettere at tænde og slukke lyset i bådehallen er der i forbindelse med den nye belysning etableret nye tændinger på væggen mellem døren til værkstedet og døren til rum "A", således at du kan betjene lyset som hidtil ved stolperne over for portene, men nu også centralt med de nye tændinger. Men du skal stadig udenfor for at slukke lyset på bådepladsen. Venligst husk det, inden du lukker portene, og bemærk, at rosen omkring kontakten er blevet beskåret, så det er blevet meget lettere at nå kontakten.

At der er opsat nye antenner og en parabol til fjernsynet. Det er nu muligt at se dansk TV 1, 2 og 3, kanal København, Sverige 1, 2 og 4 og kanal 2, når den ikke er kodet. Der kan også modtages andre satellitprogrammer f. eks. norsk TV. EuroSport, ZTV, TV 6, CNN m. fl., men kun efter aftale, da programmerne kun kan indstilles af mig på parabolrecieveren på 2. sal.

Mogens Haut

Tanker vedrørende fredagsbar

Klubben er rigtig ved at få gang i fredagsbar-arrangementerne. En fin idé - det giver medlemmerne mulighed for at mødes til en snak og dans, og klubben får nogle indtægter, der ellers ville havne i kassen i Park og lignende steder.

En ting irriterer mig dog, når jeg kommer til fredagsbar, og det er, at arrangørerne næsten altid slæber højtaleme ind i slyngelstuen og skruer så højt op for musikken, at man dårligt kan høre, hvad man selv tænker. Jeg kommer især til fredagsbar for at snakke, og det er temmelig vanskeligt, når man dårligt kan få ørenlyd.

Derfor synes jeg, at arrangørerne skulle sørge for, at slyngelstuen var til at snakke i, og dansen kunne så foregå i salen eller på verandaen. Så tilgodeser man alle.

For et par gange siden lavede jeg et lille rundspørge, og selv om jeg ikke vil hævde, at den var dybt videnskabelig, var tendensen helt klar: langt de fleste var enige med mig. Så jeg er helt sikker på, at jeg ikke står alene med mit ønske.

Lars Bundesen

Lidt om kaproningsmødet den 10. oktober

Stærkt motiveret af kaproningschefens formel *intet fremmøde + intet afbud = ingen kaproning næste år*, mødte en del kaproere op for bl.a at høre om sæsonen der gik, projekter i den kommende sæson og vintertræningstider.

Medaljer.

Pørneki indledte med sæsonens medalje-høst. 4 VM medaljer og 9 DM medaljer kan vi bryste os af. Desuden har der været mange gode projekter gennem hele sæsonen.

Projekter i næste sæson.

De tilstedeværende trænere gjorde rede for deres planer for næste sæson. Carsten Hassing vil fortrinsvis koncentrere sig om sine OL-både, men vil derudover lave en tung dame én-årsgruppe med henblik på 4- til VM '96. Erik Nielsen søger at danne 4+/2+ for de tunge herre ligeledes med henblik på VM samt eventuelt en let herre 4x og en tung herre 2-. Yderligere vil Erik være "tilløbstræner" for dame én-årsgruppen, når Carsten tager til OL. Morten Tibian satser også på tung dame 4- samt evt også 2-. Henrik Hebsgård var ikke tilstede.

Vintertræning

Desværre er der blevet stjålet et nyt ergometer fra træningslokalet! Folk med dårlig samvittighed kan skrive på Østerbrogade 88F, st. Der er indkøbt 2 nye ergometre, som skal blive i klubben og behandles ordentligt. Mange ergometre er i rimelig dårlig stand. Ligeledes trænger vægtlokalet og robassinet til en kærlig hånd. Der vil blive arrangeret en ren- og klargøringsdag i den nærmeste fremtid.

Teis slap igennem med sit ergometer/vægttræningsønske (tirsdag 16.00-19.30 og torsdag fra 19) for motion+. Kaproerne har dermed træningslokalet mandag + onsdag-fredag fra 16.30-19.30 (torsdag dog slut 19.00). Der vil igen i år blive hængt et skema op på opslagstavlen med fordeling af tidene blandt trænere/kaproerne, ligesom "5-minutter-for sent = for sent til sit ergometer"-reglen vil gælde.

Diverse

Det er snart tid til at få bådene hjem fra Bagsværd Sø. Kontakt din træner angående skader der skal udbedres, så de kan informere Kim i god tid. Formanden henstillede til, at vi får klargjort bådene her i efteråret fremfor at vente til foråret.

Der blev klaget over kaproernes behandling af klubbens både, åre og andet materiel. Bl.a i forbindelse med DM var der en generel sløvhed med af læsse trailer af. Vi må tages os selv kraftigt i ørene på dette punkt!

Kaproningsmiddagen er sat til **10 november**. Da ingen meldte sig frivilligt blev dame 8'eren udpeget som arrangør. Indbydelser følger snarest.

Christina Rindom

KAPROER - SPOTS !

Af: Mette Bacher.

JOKUM VANDT!

Det er to aftener før, at årets sidste kaproning, Efterårskaproningen, finder sted.

Telefonen ringer hos Info.chef Mette Bacher:

- Hej, det er Jokum Poulsen fra DSR - jeg har helt glemt at melde mig til Efterårskaproning, kan du hjælpe?

Det kunne jeg og spurgte Jokum, hvad han skulle tilmeldes i!

- Single-sculler, men jeg er altså over fyrré år - så det skal ikke være mod nogle super-kaproere!

Til alt held mødte to jyske klubber også frem med nogle begyndere så Jokum var i gode hænder.

- Jokum Poulsen viste fornem roning i løbet og vandt sandelig foran de væsentlig yngre jyder. Det var Jokums første sejr!

På vej til præmiebroen vältede Jokum en bøje - skoddede tilbage for at rette den op med årerne, mens præmiepigens og tilskuernes ventede og ventede.

Henne ved præmiebroen kunne Jokum ikke vente, som roerne ellers så pligtskyldigt gør, når de skal have overrakt medalje. Næ, han løb præmiepigens i møde takkede os allesammen for hvad? Ja for vores måde at være på!

LEO VANDT!

DSRs otter LEO, var venligst stillet til rådighed overfor junior A-roerne i Københavnskredsen til den årlige Bymatch mellem København-Berlin-Zürich, der foregik på Bagsværd Sø.

Det blev til en suveræn sejr i LEO til drengene fra kredsen og samtidig kunne Kredens Kaproningsudvalg glæde sig over juniorernes suveræne roning. Det lykkedes nemlig københavnernes at vinde matchen for anden gang i matchens 14-årige historie!

Schweiziske roere bestjålet.

I forbindelse med Bymatchen blev roerne fra Zürich og Berlin indkvarteret i Gladsaxe Idrætspark og fik at vide, at samtlige døre og vinduer skulle låses forsvarligt grundet masser af indbrud i området!

Det blev gjort - men at passe på en bil efter mørkets frembrud er straks sværere.

Schweizernes ledsagerbil var udsat for indbrud den første nat ved sportshallen, hvor tyvene stjal tasker indeholdende trøjer til roerne, gaver til modstanderne og værktøj til bådene. I bunden af en af taskerne lå også roernes flyvebilletter!

De danske arrangører fik hjulpet schweizerne med politianmeldelse m.m. - Og i samme moment kunne man være lettet over, at tyvene ikke så bilen nærmere efter, thi i handskerummet lå samtlige roeres pas!

KAPROERSKRIBENT.

Christina Rindom, ihærdig een-åresroer, har meldt sig under fanerne med hensyn til at skrive om kaproning til DSRs medlemsblad. Christina mener nemlig, at der bør stå meget mere om kaproning i bladet end hidtil - og at der må gøres noget ved det.

Danmarksmesterskaberne d. 23/9.

Af. Mette Bacher.

Skulle det atter lykkes for DSR at blive mest vindende klub ved DM - eller ville andre klubber tage over?

- Nogenlunde sådan tænkte vel de fleste af DSRs trænere, formand Henning og undertegnede, da årets Danmarksmesterskaber blev afviklet på Brabrand Sø en dejlig efterårs-lørdag i september.

- Lad det være sagt med det samme. Der VAR en årsag til disse tanker, for nogle af vores allerbedste tunge herreroere valgte, efter sidste års skuffende sæson, at lægge årerne på hylden. Ikke engang et DM kunne lokke disse 3 sejrsvante roere frem.

- Også Mette Bloch valgte at stoppe men her har DSR hele tiden været godt rustet, da vi til stadighed har nogle stærke letvægts piger klar i kulissen til at overtage tronen efter den tidligere dobbelte verdensmester.

- Og det lykkedes faktisk igen!

DSR blev mest vindende klub. Vi fik sejre i løb, hvor det nok var uventet. Til gengæld vidste vi på forhånd, at det med "bare lige" at gå ud og vinde otteren - for fjerde år i træk - straks var meget sværere.

DSR indledte DM-1995 med en MEGET suveræn sejr!

Det var i den bådtype, hvor vi selv har stillet forslag om, at den skulle indføres på DM-programmet: Toer uden styrmand, kvinder! Selvom løbet var et Forbundsmesterskab, er det at regne for et DM - for hele proceduren går nemlig ud på det samme: At komme så hurtigt som muligt gennem de 2000 meter - og vinde løbet!

Vi var tilmeldt med hele 3 hold ud af 8 mulige. Efter indledende heat, kvalificere *Christina Rindom & Mette Mathiasen sammen med Lisbeth Marner og Anette Tornehøj* sig til finalen.

Vores engelske kvindelige træner: Alison så vi i aktion for sidste gang ved DM, da hun skulle tilbage til England. Alison havde taget sig af Christina & Mette og den lille englænder kunne tage tilbage velvidende, at arbejdet med pigerne var frugt.

De to piger måtte ro i DSRs super-lette racerbåd, PBS-eren, der blev indkøbt i fjor. Ingen andre havde haft særlig held til at takle den flyvende båd, da den er teknisk svær at ro - men åbenbart ikke for Rindom & Mathiasen!

De fik båden til at køre på det helt rigtige tidspunkt og vandt en temmelig overlegen sejr med en meget flot teknisk roning i den hårde modsø. Favoritterne, letvægts bronzevinderne - fordelt i to både i samme løb - fik, så hatten passede.

Man må håbe, at de to nykårede mestre fortsætter sammen, for med den elegante roning i en af vor sværeste bådtyper, kan de vist nå temmelig langt.

Camilla Riff Alexandersen & Emilie Hasløv var næste bud på et ægte DM. Men to stærkt roende kvinder fra Lyngby Dameroklub vandt sikkert dette mesterskab foran DSR & KVIK.

Der var stillet store forventninger til *Anders Brems* i letvægts single-sculler!

Anders havde en GULD-medalje bag sig fra Nations Cup og en BRONZE fra de "ældres" - det rigtige VM - det samme havde ærkerivalen Karsten Nielsen fra Korsør - men det var i fjor!



Suveræn sejr til Christina Rindom og Mette Mathiasen i kvindernes toer uden.



Anders Brems - Danmarks mester i letv. single-sculler.

Formand Henning sad klar med mobiltelefonen og der VAR tastet ind, hvis...
 Spændende ville det blive, om det endelig skulle lykkes for Anders at få has på Karsten!
 Anders slog IKKE Bremsen i - han vandt et MEGET SIKKERT mesterskab foran Korsør-roeren.
 I samme løb var tilmeldt *Jacob Thesander & Hans Juul Andersen*. Jacob nåede ikke længere end til de indledende heats mens Hans måtte afmelde p.g.a. sygdom.

- DSR har gennem mange år været utroligt stærkt roende i dobbelt-sculler.

I år var vi tilmeldt med 3 mandskaber: *Begynderne Kasper Mortensen & Jacob Hansen samt Michael Stenholm & Jacob ? & Morten Tibian med Søren Aasmul.*

Søren Aasmul er ene mand tilbage fra den stærke dobbelt-firer, der vandt DM de foregående tre år. Aasmul har ikke roet så meget kaproning i år men holdt sig i form frem mod DM.

De to roere: Tibian & Aasmul gik med det sikre, at vinde mesterskabet i dobbelt-sculler.

Det lykkedes også - helt suverænt. Det blev DSRs NIENDE (!) DM i træk i denne bådtype - SÅDAN!

De nyere DSR-deltagere var et pænt stykke efter i mål.



Morten Tibian og Søren Aasmul, Danmarks mestre i dobbelt-sculler.

Bare 10 minutter efter, ville vi vinde et sikkert mesterskab mere. - Det vidste vi på forhånd, da vi rejste hjemmefra. DSR var nemlig som eneste klub tilmeldt med to deltagere i kvindernes letvægts single-sculler.

Der var altså lagt op til en klubkaproning i det jyske!

De to letvægts-piger var: *Anna Helleberg & Emilie Hasløv.*

Mange havde vel nok på forhånd regnet med, at Anna ville løbe af med sejren - men har man fulgt med i diverse kaproninger i år, har man ikke kunnet undgå at bemærke, at Emilie har vist sig stærkt roende.

Emilie er et naturtalent og har en blændende god ro-teknik.

Anna vandt løbet i 1994 - dengang for Sorø Roklub - og i årets finale mellem de to DSR-deltagere, fulgtes pigerne flot op ad banen med et forspring på et par længder i Annas favør.

Men pludselig - da der var 150 meter tilbage af løbet, så det ud som om at Anna gik i stå. Samtidig tog fanden ved Emilie, der lykkedes at ro sig forbi Anna og vinde løbet med mindste margin. Sikke et spændende løb - og så bare med to deltagere!

- Herrernes dobbelt-firer - en bådtype, vi har vundet siden 1992! I år stod det klart, at et mesterskab i denne bådtype *kunne* gå hen og blive en svær opgave!

Thomas Larsen, Peter Elsnér, Niels Hyldager & Søren Aasmul var vort bud på et mesterskab.

Medens Søren vandt løbet i dobbelt-sculler med Morten, var selveste kaproningschef: *Jens Chr. Pørneki* sendt ud med de øvrige tre til opvarmning. Søren skulle derefter stå klar på broen, så han lige kunne springe ned i båden - en ovovet satsning!

Det lykkedes da heller ikke at vinde mesterskabet i år. Det var nærmest aftalt på forhånd, at kunne DSR-mandskabet ikke komme

foran de øvrige i løbet på de første 500 meter - skulle man istedet slække lidt på tempoet for ikke at brænde sig ud til otteren.

Odenses roere fik en velfortjent sejr og DSR kom i mål langt efter.

Vi var repræsenteret af *Peter Elsner* i herrernes single-sculler men vor mand kom ikke i nærheden af nogen medalje i et løb, der talte flere verdensmestre.

Camilla Riff-Alexandersen er en modig dame!

Det er nemlig ikke første gang, at Camilla som en af de få dame-roere herhjemme, vover sig ud mod overmagten: *Trine Hansen* fra Sorø - sidste års verdensmester i kvindernes single-sculler. En nybegynder-roer var 3. person i dette løb, som Trine vandt ganske overlegent over Camilla, der igen var lige så overlegen på sin andenplads.

Vi øjnede også en sejr i kvindernes letvægts dobbelt-sculler.

Men storfavoritterne: VM-deltagerne: *Anna Helleberg & Camilla Rohde* måtte skuffende melde af p.g.a overvægt!

Pludselig kunne mesterskabet tilfalde et af tre begynderhold, hvoraf de to var fra DSR!

Det ene hold bestod af *Waltraut Lissau & Sofie Hesselkilde* - det andet af *Maiken Nørgaard & Rebecca Erichsen*. Sidstnævnte roede i Maribo nogle fantastisk gode begynderløb mod Roskilde, som de to DSR-mandskaber mødte ved årets DM!

Det blev da også Maiken & Rebecca, der lå og kæmpede med Roskilde om mesterskabet - og sandelig om ikke vores piger vandt!

Stor overraskelse og stor glæde blandt DSRs deltagere! Pigerne var jublende lykkelige, som havde de vundet en VM-guld-medalje!



Emilie Hasløv, mester i letvægts-sculler.



Thomas Poulsen og Thomas Ebert, mestre i 2-

Spændende ville det være, om vi kunne vinde herrernes toer uden styrmand. Letvægts-stjernerne *Thomas Ebert & Thomas Poulsen* skulle ud mod nogen væsentlig tungere og mere sammenroede mand-skaber!

- Som *Thomas Poulsen* sagde det inden løbet. - Nu er vi nødt til at gå ud og vinde - for ellers bliver hun ikke til at holde ud at høre på derhjemme, og hentydede til *Christina Rindom*, kæresten, der havde vundet mesterskab i kvindernes toer uden.

- Så det gjorde de - de to Thomasser - og temmelig suverænt endda!

Derefter gik vi over til kvindernes 4-åres inrigger, hvor DSRs mandskab havde svoret hævn over kvikkerne, der havde slået DSRs damer i langdistancen nogle uger forinden.

Frem til DM, havde langdistancedamerne allieret sig med den garvede *Birgitte Hanel* - ellers var det: *Berit Johnsen, Dorthe Bartels, & Charlotte Rengius med Henrik Hebsgaard som styrmand!*

- Det lykkedes faktisk eftertrykkeligt at give kvikkerne en afklapsning af format. Som vores damer sagde det efter løbet: *Vi var overraskede over, hvor let løbet gik for os. Vi førte løbet efter meget få starttag og øgede stille og roligt forspringet banen igennem!*

Der var selvfølgelig andre klubber med i løbet men DSR var rigtig godt roende, efter få ganges træning inden Danmarksmesterskaberne fandt sted!

Lidt spænding troede vi der ville opstå i damernes dobbelt-firer, hvor DSR og Lyngby Dameroklub har skiftedes til at vinde mesterskabet. I fjor vandt Lyngby Dameroklub, så i år... På vort hold sad *Mette Hansen (hjemvendt fra Australien og i top-form), Rie Sørensen, Stinne Petersen & Vibeke Østergaard*. De tre sidstnævnte har roet otter gennem hele sæsonen men satsede i stedet på at vinde DM i dobbelt-firer frem for deltagelse i toer uden styrmand.

To af pigerne skulle haste hjem umiddelbart efter løbet - det var aftalt med to af DSRs mandlige deltagere, der holdt parat i bil med motoren i gang, så pigerne kunne nå færgen.

- Det betød nok også, at vore piger roede alt, hvad rammer og tøj kunne holde - turboen blev sat til og DSR kom atter over målstregen som vinder ved DM!

Som nævnt i indledningen af denne artikel, vidste vi på forhånd, at otterløbet ville blive sværere at vinde end de foregående tre år. Vores store drenge var jo holdt op og Bagsværd Roklub havde sat en rigtig god otter, lånt en splinterny båd til formålet og besætningen bestod af lutter verdensmestre og andre medaljevindere.

Det blev da også Bagsværds godt roende mandskab, der vandt løbet med et par længder over DSR.

- DM-1995 blev atter en stor triumf for DSR, der markerede sig kraftigt i de løb, hvori vi mødte til start. Bag triumferne står kapproerne selvfølgelig, men de havde nok ikke klaret det så godt uden en stor opbakning fra trænerne og det øvrige kaproningsudvalgs side.

Samme aften havde vi arrangeret fællesspisning i Det Italienske Spisehus inde i Århus og senere lørdag aften svang manganen roer sig ud i dansen til de lyse timer, hvorefter turen gik hjemad mod hovedstaden.

Vi vandt iøvrigt et mesterskab mere!

Vores træner *Erik Nielsen & Willi Drexel* var med styrmand: *Anne-Kathrine Secher* tilmeldt i toer med styrmand. En bådtype, som Erik før har vundet mesterskab i.

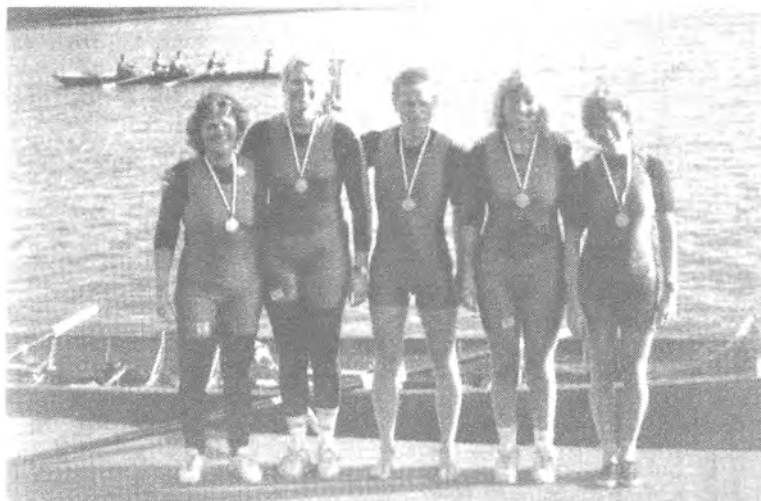
Desværre turde konkurrenterne fra Helsingør ikke møde DSR og meldte af. Der blev derfor intet løb og vores roere kunne modtage medaljerne som Forbundsmestre uden kamp. Men et tip ville være, at vores nykårede mestre nok ville have vundet løbet alligevel.



Vinderne i toer med styrmand: Erik Nielsen, Anne-Kathrine Secher og Willy Drexel.



*Vinderne i 4-årsers inrigger:
Birgitte Hanel, Berit Johnsen, Henrik Hebsgaard, Charlotte Ringius og Dorthe Bartels.*



*Tillykke med mesterskabet fra formand Henning til dame 4x-
Fra venstre Mette Hansen, Rie Sørensen, Stinne Petersen og Vibeke Østergaard.*

Roser til klubbladet.

Af. Mette Bacher.

Hver måned og til den rigtige tid, lige inden d. 1. modtager DSRs godt 1000 medlemmer et medlemsblad.

Alt efter hvilket aktivitetsniveau medlemmerne interesserer sig for af DSRs mange tilbud, må man gå ud fra at de fleste medlemmer læser klubbens blad, der normalt indeholder masser af oplysninger om alle de områder, vores klub tilbyder.

Der er nok ikke særlig mange, der tænker over hvilket stort arbejde, der skal lægges i et blad for at det indholdsmæssigt skal vise sig objektivt, debatskabende og opsøgende. Undertegnede var redaktør af DSRs klubblad fra 1987-1994 og inden da var det Bjarne Engell, der var redaktør af klubbens blad. Han trådte siden atter ind i redaktionen og samarbejdet var utroligt positivt.

Det betød at man kunne aflaste hinanden, hvis den ene part var travlt optaget af arbejde eller på ferie, og det betød samtidig, at bladet ofte blev temmelig alsidigt. Jeg var nemlig mest til kaproning og kom som følge deraf ikke så meget i DSR i sommerperioden. Bjarne var mere motions/langtursroer og havde som følge deraf rimelig tjek på, hvad der foregik til dagligt i klubben.

Siden overtog Lisbeth Jensen redaktørposten i begyndelsen af 1994 og hun sagde dengang, at hendes mission var at samle stof nok til hvert klubblad, sætte det op og sende det ud til tiden. Det er vel også den vigtigste opgave, når man påtager sig et ansvar som redaktør af et klubblad.

Lisbeth har klaret redaktørjobbet på fremragende vis godt bistået af Lars Bundesen, der har kunnet træde til og aflaste redaktøren, hvis hun af arbejdsmæssige årsager ikke har haft tid til at fremstille bladet.

Som redaktør kommer man ofte ud for, at omverdenen er kritisk overfor det produkt, man prøver at fremstille. - Forstå det, hvem der kan - når vi taler om frivilligt arbejde og når den person, der skal gøre bladet klar til tryk faktisk kan sætte 1-2 hele arbejdsdage af til formålet!

Det er der måske mange af medlemmerne der slet ikke tænker over, når de modtager klubbladet fikst og færdigt ind af brevkassen hver måned.

I Bjarne Engells og min tid som redaktører, blev klubbladet sådan ca. en gang hvert år taget op af enten bestyrelsen eller nogle medlemmer, der meget gerne ville med ind og lave blad - måske for at ændre på hele proceduren og DSR-bladets udseende.

- Hvad med at få nogle journalister ind, var jævnligt nogle af de spørgsmål man som redaktør fik stukket i hovedet, når nogle af medlemmerne fik ideer om at ændre på bladets udseende!

Man indkaldte derfor gennem klubbladet alle interesserede medlemmer med hang til at skrive og nogle, der måske i forvejen har

et job som skribent og journalist til et møde med formand og sekretær og redaktion i klubben.

Som regel lykkedes det også at få et par stykker ud af DSRs 1000 medlemmer til at dukke op ved mødet - hvor man drøftede bladets fremtid og udseende og enedes om, at NU skulle "vi hanke lidt op i os selv" og få impulser til bladet udefra.

Desværre så man kun de interesserede mennesker een gang og det var ved ovennævnte møde. Dagens gang i Lidenlund kører videre og vi er vel egentlig tilfredse nok med det.

Når man er redaktør af et blad hører man ofte, at enkelte medlemmer er utilfredse med fordelingen af stof i bladet.- Eller også får man skudt i skoene, at man som redaktør ikke viser sig nok nede i roklubben!

Jamen det er nu engang meget svært at gøre alle medlemmer tilpas - og de, der brokker sig mest, er som regel dem der aldrig nogensinde kunne drømme om at skrive en linje til bladet selv. - Egentlig er det jo medlemmerne selv, der skal vægte indholdet! For mit eget vedkommende har kaproning altid været min kæphest og jeg kan bruge timer på, at beskrive kaproernes liv og levned og færden og resultater til klubbladet. Men jeg er også godt klar over, at kaproerne kun "fylder meget lidt" i DSRs medlemsskare. Til gengæld er det kaproerne, der sælger DSR udadtil eller hvis nogle langturs- og motionsroere sætter rekord i at ro Sjælland rundt.

Som kaproer gider man oftest ikke at læse om langtursroeren, der på en tur ror ind til en bro, hvor man tager et hvil, spiser en madpakke, hvor ostene er en mild Danbo og drikker en flaske Bordeaux-vin -årgang 1991- til!

- Mens langtursroeren garanteret ikke interesserer sig en døjt for kaproerens rekorder og resultater!

Derfor er det utroligt vigtigt, at DSRs klubblads indhold bliver en skøn blanding af indlæg om alle medlemmernes oplevelser og muligheder.

- Behøver en redaktør at komme i klubben for at vise flaget? Det vil nogen måske synes. - Men har redaktøren samlet et mindre arbejdende udvalg, hvor nogen af disse måske ikke kan undvære DSR flere dage ad gangen, så er der vel ikke noget galt i, at klubbens medlemmer ikke ser redaktøren i det daglige.

At være redaktør er ikke ensbetydende med, om man har roet så og så mange kilometer fra klubben eller at man som krav SKAL vise sig i klubben flere gange om ugen.

Det vigtigste må være, at DSRs klubblad er alsidigt, flot sat op og kommer ud til tiden.

- Og det er lykkedes 100% for Lisbeth Jensen, der i dag er bladets redaktør.

Med en Lars Bundesen, som den udfarende del af redaktionen, der ofte er i klubben, og med kaproerske Christina Rindom, der netop har meldt sig under fanerne - og alle os andre 999 medlemmer - der garanteret vil skrive mange forskellige indlæg til bladet, så vil DSRs klubblad - som det har været gennem de sidste 10 år - stadig være landets mest alsidige og læste klubblad.

Tidsfrist for indlæg til næste nummer er søndag 12. november 1995

Redaktion: Lisbet Jensen (ansv.) - Blågårdsgade 10, 2, 2200 Kbh. N - tlf. 31 39 50 29
Tryk : Brønshøj Minitryk - Oplag : 1400 eks.

ADRESSELISTE

Danske Studenters Roklub - Strandvænget 55 - 2100 København Ø
Postgiro 500 34 66 - Kontortid onsdag og torsdag kl. 18 - 20
Telefon (Køkken og Kontor) : 39 29 63 26
MEDLEMSTELEFON (Garderobe og Bådhal) : 31 18 58 11

Formand:

Henning Rasmussen
Normasvej 14
2000 Frederiksberg
36 46 47 67

Kasserer:

Johan Frydendahl
Engbakken 27
2830 Virum
45 85 86 05

Sekretær:

Lene Christensen
Østerbrogade 85, 106
2100 København Ø
31 38 87 13

Kaproningschef:

Jens Chr. Pørneki
Østerbrogade 88F, st.
2100 København Ø
31 38 09 97

Materielforvalter:

Christian Pedersen
Th. Laubsg. 29, 2.th
2100 København Ø
39 27 46 20

Instruktionsrochef:

Karen Brems Føyn
Valbylangg. 108, 1.th.
2500 Valby
36 45 73 24

Langtursrochef:

Ole Kammersgård
Vardegade 24, 1.tv
2100 København Ø
31 42 53 60

Kontingentkasserer:

Kun skriftlige henv.
DSR, Strandvænget 55
2100 København Ø
Att: Kontingentkass.

Kaproningsudvalg:

Bettina Frederiksen
Sofievej 10, st.tv.
2840 Holte
45 41 06 17

Husforvalter:

Mogens Haul
Strandvænget 55
2100 København Ø
39 29 84 99

Køgemester:

Susanne Agersnap
H.C. Ørstedesvej 63 1879
Frdbrg. C
35 36 88 05

Motionsrochef:

Lars Bundesen
Fredensborgg. 14, 4.
2200 København N.
35 82 14 18

Motion+ rochef:

Teis P. Hansen
Tåsingegade 66, 3.th.
2100 København Ø
31 20 80 96

Kajakrochef:

Vibeke Jansen
Borgervænget 78
2100 København Ø
31 18 47 80

ORIENTERINGSSEKTIONEN

Formand:

Ronald Clausen
Engelsborgvej 44
2800 Lyngby
45 88 58 86

Kasserer:

Nis C. J. Schmidt
Hvedevej 14 st.
2700 Brønshøj
31 28 48 71

Sekretær:

Johan Frydendahl
Engbakken 27
2830 Virum
45 85 86 05

02634

165

000

VIBEKE DELFS JANSSEN
 BØRGERVÆNGET 78, ST.
 2100 KØBENHAVN Ø

Orienteringsløb 1995

<u>Dato</u>	<u>Løbtype</u>	<u>Skov</u>	<u>Arrangør</u>
5/11	Gåsehus	Ravnsholt	*** DSR ***
12/11	Jættemil	Store Dyrehave	OK 73
26/11	Gåsehus	Ravnsholt	*** DSR ***
17/12	Julekispus	Ravnsholt	*** DSR ***

Tilmelding:

Gåsehusløb: Mødetidspunkt: Søndag mellem 10 og 12
 3 baner på ca. 3 km, 5 km og 8 km

Øvrige løb: Johan Frydendahl tlf. 38 17 62 52 (arb.)
 (14 dage før) Engbakken 27
 2830 Virum tlf. 45 85 86 05 (priv.)

DANSKE STUDENTERS ROKLUB

Akademisk & Polyteknisk Roklub

DSR

MEDLEMSBLAD NR. 12 * DECEMBER 1995 * 63. ÅRG.



INDHOLDSFORTEGNELSE

	Side
"Aktivitetskalender"	3
"Indbydelse til Roernes Motionsløb 1995	4
"Nu lyder startskudet til "Stafetten" v/Christina Rindom	5 - 7
"DSR i medierne" v/Lars Bundesen	7
"Aerobic foreningen" v/Vibeke Jansen	8
"Mere aktivitet" v/Gert Andersen	8
"Sommerferielangtur Fyn rundt" v/bl.a. Ole Rasmus	9 - 11
"Ros til bestyrelsen" v/Mette Bacher	12 - 13
"Rygning eller ej" v/Gert Andersen	14
"International Ergo-Rowing" v/Mette Bacher	15
"Kaproningsmiddag d. 10. november" v/Christina Rindom	16
"Nyt fra DFIRs Kaproningsudvalg" v/Mette Bacher	17 - 22
"O-løb 1995/1996"	24

INDMELDELSE: sker ved at udfylde og indbetale indmeldelses-girokort. Dette forefindes på kontorets dør i bådehallen. Indbetalingen dækker de 3 første måneders kontingent. Nye er velkomne til 2 gratis prøvegange i klubben, inden indmeldelse skal finde sted.

KONTINGENT: opkræves kvartalsvist forud via giro. Ved overskridelse af betalingsfrist pålægges et gebyr på 25 kr. pr. rykker. Hvis rykker krydser forsinket indbetaling kan der ses bort fra rykker, men gebyret vil blive opkrævet det følgende kvartal.

UDMELDELSE: Kan ske gældende fra 1/1, 1/4, 1/7 og 1/10 og skal være DSR i hænde med mindst 3 dages varsel. Gyldig udmeldelse foretages ved at indbetale et girokort på nøjagtig kr. 3,00 til DSR's girokonto nr. 500 34 66 samt ved at anføre "udmeldelse", navn og adresse på den del af girokortet, som posthuset beholder (betalingsdelen). Girokortet er dokumentation for, at udmeldelse har fundet rettidigt sted og man bør i egen interesse gemme girokvitteringen. Kontingentopkrævningskortene kan ikke anvendes til udmeldelse, idet meddelelser ikke kan anføres på disse.

OBS ! IKKE AUTOMATISK UDMELDELSE VED RESTANCE: Man er medlem og kontingentpligtig, indtil gyldig udmeldelse har fundet sted, uanset om DSR's faciliteter og aktiviteter benyttes. Eksklusion vil først finde sted ved en restance svarende til ½ - 1 års kontingent og restancen vil om nødvendigt blive inddraget ved incasso. Alle omkostninger i forbindelse hermed betales af skyldneren.

- * 3. december : Adventsroning
- * 3. december : Spilleaften
- * 9. december : Julefrokost
- * 10. december : Adventsroning
- * 16. december : x-mas Race, juleergometerroning
- * 17. december : Juleroning
- * 31. december : Nytårsaften i DSR ??????



Adventsroning

Så er det frem med vinterrotøjet. Vi starter første søndag i advent den 3. december kl. 13.00. Vi ror så langt vejret tillader det (solnedgang kl. 15.39). Der er gymnastik hjemme i klubhuset for de friske efter roturen. Kl. 18.00 serveres der skaldyrsrisotto. Husk tilmelding senest torsdag den 30. november. Pris 30 kr. Kl. 19.00 er der spilleaften. Se andet opslag.

Anden søndag i advent den 10. december. Vi ror ligeledes kl. 13.00. Herefter serveres der gløgg og æbleskiver.

Tredje søndag i advent den 17. december, ror vi sammen med Københavns kredsens klubber. Bemærk det meget tidlige tidspunkt kl. 10.00.

Fjerde søndag i advent den 24. december ror vi ikke. For det er jul.

Femte søndag i advent den 31. december holder vi nytårsaften i DSR. Se opslag i DSR.

Jesper Petersen

Søndagsklubaftener

Også i denne vinter vil motionsudvalget arrangere søndagsklubaftener med spising og hygge med spil, billedforevisninger fra langture m.v. Det forventes, at klubaftenerne vil blive afholdt i forbindelse med materielweekenderne, således at man kan få mulighed for først at give en hånd med vedligeholdelsen af bådene, inden aftenhyggen. Datoerne er endnu ikke fastlagt, men hold øje med opslagstavlen for nærmere information.

Motionsudvalget

Danske Studenter Roklub

(Akademisk og Polyteknisk Roklub)

Strandvænget 55 · 2100 København Ø

Indbydelse til Roernes Motionsløb 1995

Lørdag den 2. december fra Bagsværd Rostadion

Løbet afholdes for 25. gang og i år med DSR som arrangør. Den individuelle konkurrence er åben for alle, holdkurrencen er kun for roere.

Start tider:	Klasser:	Præmier:
13.30	1) 3 km for piger (ikke fyldt 18 år)	3 første og 3-mands hold
13.35	2) 6 km for drenge (ikke fyldt 18 år)	3 første og 4-mands hold
13.40	3) 6 km for kvinder	3 første og 3-mands hold
13.40	4) 6 km for old girls (fyldt 35 år)	3 første
13.50	5) 12 km for mænd	3 første og 4-mands hold
13.50	6) 12 km for old boys (fyldt 35 år)	3 første
13.55	7) 6 km for mænd	3 første
13.55	8) 6 km for old boys (fyldt 35 år)	3 første

Holdkonkurrencen: Afgøres ved at lægge tiderne for de hurtigste fra hver klub sammen.

Præmieuddeling..: De individuelle præmier og holdpræmierne uddeles umiddelbart efter løbet.

Omkledning, bad..: På Rostadion for enden af Skovalleen i Bagsværd.

Startkort.....: Udleveres på Rostadion på løbsdagen fra kl. 12.00 mod forevisning af girokvittering.

Tilmelding.....: Skriftlig (helst klubvis) med deltagernavne og klasser må være DSR i hænde senest **mandag den 27. nov. kl. 18.00**. Deltagerafgiften på 35,- kr. pr. løber betales samtidig på giro 929 29 77 (eller med check). Tilmelding på løbsdagen er mulig mod 5,- kr. ekstra i startafgift.

Adressen.....: Ronald Clausen, Engelsborgvej 44, 2800 Lyngby
Tlf. 45 88 58 86

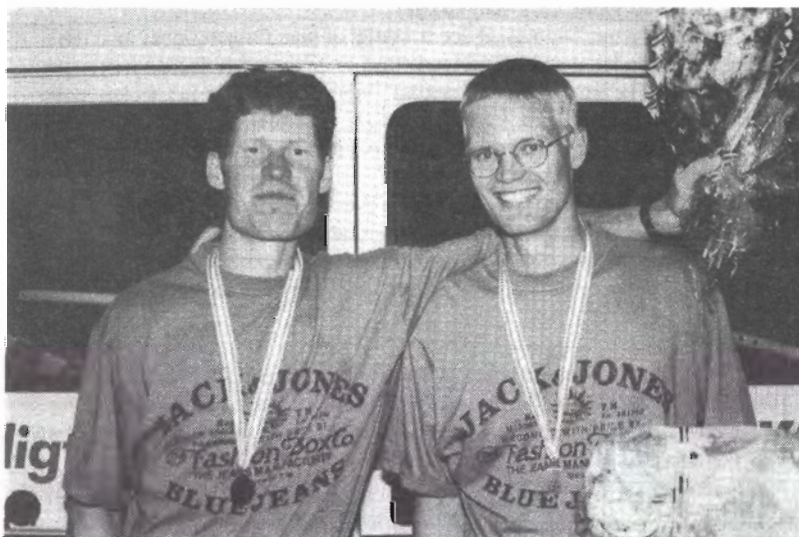
Nu lyder startskudet til "Stafetten"

"Stafetten" er ment som en hyldest til en DSR-person, som har gjort sig bemærket på en eller anden måde. Den udvalgte person interviewes til klubbladet, og har derefter ansvaret for at give hæderen og "depechen" videre til en ny DSR-person i form af et interview.

"Stafetten" præsenterer VM-BRONZEVINDER THOMAS EBERT

Han er ikke særlig stor eller muskuløs, men på vandet i let toer uden styrmand er han helt speciel. Med makkeren Bo Svendsen fra Bagsværd Roklub overraskede han os alle ved at vinde bronze i denne bådtype ved VM i Finland. Men hvem er denne Thomas, hvad mener han om vores klub, og hvordan er han blevet så god? Jeg søgte svaret en våd novemberdag i DSR.

Navn:	Thomas Ebert	Yndlingsdyr:	Mus
Født:	23 juli 1973	Yndlingsfarve:	Blå
Højde:	1.84	Livret:	Stegt ål og jordbærgrød
Vægt:	70 kg	Hobby:	Gamle biler
Skonr.:	44	Yndlingsmusik:	Otto Brandenburg



Thomas Ebert tv. med sin VM-Bronzemakker Bo Svendsen (Foto: Mette Bacher).

Romæssig baggrund

Som lille sejlede Thomas med sin familie. Livet på vandet tiltrak ham, og blandt andet derfor endte han i Ringsted Roklub. Dengang var Thomas 12 år og ægte provins-roer. Senere skulle han gå hen og blive lidt af en "klub-ludder", det ses af følgende klubsjift:

1985-1990: Ringsted Roklub
1990: Sorø Roklub
1991: Ringsted Roklub
1992-1994: Sorø Roklub
1994: DSR

Medaljestatistik

1987: Årgangsmester 2x junior C
1990: Nordisk mester 4- (junior)
DM 4- (junior)
DM 8+ (junior)
1991: Nr 6 pl4- til Senior B Masters (nu kaldet Nations Cup)
DM 2+
1992: Nr 2 pl4x til Senior B Masters
DM 4+
1994: Nr 1 pl4x til Nations Cup
Nr 9 pl2x til Senior VM (med Svend Pedersen)
DM pl2x (med Henrik Jensen)
1995: Nordisk mester 2- (med Bo Svendsen)
Nr 3 pl2- til Senior VM (med Bo Svendsen)
DM 2- (med Thomas Poulsen)



Hvad skal der til for at vinde en VM-medalje?

For det første mener Thomas, at det er vigtigt at man fungerer godt med sin makker. Ikke blot på vandet, men også på land. "Det er en fordel, hvis man foretager sig noget sammen og ikke bare mødes til træning", siger Thomas, og jeg tænker straks på makkerparet Bo og Thomas som i centerkredse går under navnet "fiskerilaug". Netop disse to har mange fælles interesser og ofte må familie og kæreste vige pladsen for fiskeriet, roningen og venskabet.

Men det er ikke gjort med socialt samvær. Tålmodighed er et nøgleord, hvis man vil nå verdenseliten, fremhæver Thomas. Man skal ro mange kilometer på vandet. Derudover er det vigtigt at lytte til sin træner og have tillid til ham. (Gode venskaber, tålmodighed og tillid til træneren, det skal jeg huske til næste sæson!).

Målet for 1996

Thomas og hans nuværende makker Bo Svendsen roer også toer uden styrmand i næste sæson. Målet er VM i Skotland, hvor de vil forsvare deres bronzemedalje, og om muligt bytte den ud med en af finere metal. Deres mål er desuden, at slå den irlandske letvægtstoer uden styrmand.

Her i efteråret har Thomas haft mononuklose, som er en sygdom, der normalt tager 3-6 måneder at komme sig over. Sygdommen har dog ikke haft indflydelse på målet for 1996, for Thomas lå kun 3 dage i sengen og trænede igen efter 10 dage. Det er højest unormalt at blive rask så hurtigt og faktisk aldrig set før, siger Thomas' læge.

Den værste rooplevelse

Da jeg spurgte Thomas om hans værste rooplevelse, tøvede ham lidt. Så fortalte han om sin skuffelse ved ikke at komme på den junior 4x, som skulle til junior-VM i 1991. Der er 4 år siden, men står åbenbart klart i hans hukommelse.

Uddannelsen

Dagligt tager Thomas turen til DTU i Helsingør, hvor han læser til skibsingeniør. Studiet er vigtigt for Thomas. "Så længe der ikke er penge i roning, er det væsentligt, at jeg uddanner mig". "Det er dog i orden, at der ryger 1-2 eksamener om året, det vil jeg gerne betale for at ro", siger han. Uddannelsen tager 4 1/2 år, og Thomas læser på 5 semestre.

Ris og ros til DSR

På min opfordring fortalte Thomas, hvad han synes om klubben, og hvad vi efter hans mening kan gøre bedre.

I den forløbne sæson har Danmarks Rocenter betalt næsten alle Thomas' rejser, men i 1994 betalte DSR, og det er han taknemlig for. "Der bliver passet godt på os kaproere og bakket op om vores træning og konkurrence". Alligevel mener Thomas ikke, at klubben værdsætter og bruger toppræstationerne nok. Han fremhæver, den manglende kommunikation med lokalaviserne og de rige muligheder for at skaffe sponsorer med verdenselitens navne som trækplaster, som bare ikke udnyttes i DSR. Man bør bruge roerne til at skaffe nye både, for det er der brug for.

En ulempe ved DSR, er at man kan føle sig lidt fremmed i sin egen klub, fordi der er så mange medlemmer. "Sommetider tror folk, at man er en ny kanin, der skal med på rundvisning, og jeg har sku' roet flere kilometer end de har spist ærter", siger Thomas og griner. Han er dog glad for kontakten og atmosfæren mellem kaproerne både i DSR og på anlægget. Festerne og kaproningsmiddagen sætter han pris på.

Held og lykke med roning i den kommende sæson, Thomas.

Christina Rindom

DSR i medierne

På det seneste har DSR fået megen omtale i medierne. Ud over kaproningen har der været fokus på motions- og langtursroningen i for af omtale af Sjælland Rundt-forsøgene, herunder indslag i TV; Brita Kvist Hansen har været portrætteret i Berlingske med tilhørende kajakbillede; Katja Kvaales glimrende artikel om DSR's Nilekspedition i 1992 har været bragt i Berlingskes tillæg "Rejs og Fri" d. 4. november; og senest har Jyllandspostens tillæg Hovedstaden haft en artikel d. 9. november om det forslag til rekreativ udnyttelse af Københavns Havn, som DSR har udarbejdet. I artiklen er Bjarne Engell interviewet.

Mon medieomtalen får effekt på kanintilstrømningen i 1996?

Lars Bundesen

Succes for søndags-aerobics

Den første søndagsaerobicslektion under ledelse af Pernille Nordby fik stor deltagelse, idet over 30 mødte op d. 12. november. Den nye søndagsaktivitet tegner således allerede fra starten til at blive en succes. Er du med næste gang - måske efter at have deltaget et par timer i materielvedligeholdelsen?

Aerobic foreningen, Strandvænget 55, 2100 Kbh. Ø.

En af de fedeste ting ved at være medlem af en roklub er, at **sæsonen skifter**. Om sommeren når det er varmt, så er vi på vandet og om vinteren når det er koldt, så er vi indendørs og træner oppe i salen.

Roning er en meget social sport. Når vi er på vandet, så snakker og hygger og træner vi. Og vi træner og vi hygger og vi snakker. Og det har vi sådan set også altid gjort i salen, det er jo derfor vi kommer, men her på det sidste er der indført taleforbud under træningen, som for over 50%'s vedkommende består af aerobic, for ellers kan instruktøren ikke koncentrere sig !!!!!

En anden ting er, at muligheden for at tale sammen er umulig, for du skal jo følge med (meget vigtigt) to skridt til højre, to skridt til venstre, fire skridt til højre, fire skridt til venstre, otte skridt til højre, otte skridt til venstre. To frem, to tilbage, fire frem, fire tilbage, otte frem, otte tilbage.

Om onsdagen, har jeg hørt, kan man nu tælle til fireogtyve !

Nu er der annonceret træning om søndagen, hvilket jeg synes, er et ret godt initiativ. Så nu har vi aerobic om søndagen, aerobic om mandagen (det er godt nok annonceret som gymnastik), aerobic om onsdagen og aerobic om fredagen.

Og så er der nogen der ikke kan forstå hvorfor der er så meget søgning på tirsdagene og torsdagene.

Det er lige som om, at det ikke så sjovt, at gå til træning mere, efter som at du kan vælge mellem aerobic eller aerobic. Det sociale aspekt i træningen er forsvundet med aerobicens indtog i klubben.

Med venlig hilsen Vibeke Jansen, medlemsnr. 165



Mere aktivitet

Det er helt fint, når klubben ikke længere udlejer lokalerne. Det understreger blot, at vi er en klub og ikke et udlejningsselskab.

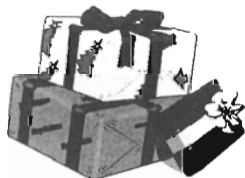
Klubben bør primært være åben for aktivitet for alle medlemmer i hele fritiden, specielt med det store antal medlemmer.

Med stop for udlejningen, så har vi nu mulighed for, at bruge klubben til en meget større og bredere vifte af aktiviteter end (blot) roning og gymnastik. Og det kan måske ligefrem være, at der bliver bedre plads på gymnastik holdene.

Hvis vi mangler penge til klubben, må vi bare tilpasse kontingentet eller indføre bruger betaling. Og med Karens gæt i novemberbladet på en årlig lejeindtægt på 100.000,- samt med ca. 1000 medlemmer, svarer det til en månedlig udgift på blot kr 8,33 for hvert medlem for at få fuld rådighed over klubben i alle weekends. Hertil skal så **måske** tilføjes udgifter til de ekstra aktiviteter.

På vegne af FGA (Foreningen for de Gale Aktivister)

Gert Andersen



Rostatik for 1995???

Som det kunne læses i oktobernummeret af bladet, søges et antal medlemmer til at være med til at indtaste årets ro-registreringer på edb, således at vi kan få en rostatistik. Da ingen endnu har meldt sig, skal jeg gøre opmærksom på, **at det er en forudsætning for at vi får en rostatistik for 1995, at nogle medlemmer melder sig.** Så hvis du endnu ikke har gjort en indsats for klubben i år, er der her en mulighed. Jeg ser frem til din henvendelse, som kan ske til mig i klubben eller på tlf. 35 82 14 18.

Med venlig hilsen Lars Bundesen, motionsrochef (endnu i skrivende stund)

Sommerferielangtur Fyn rundt

I annonceringen af sommerens store rooplevelse Fyn rundt i DRS-materiel i perioden lørdag den 5. til søndag den 13. august 1995, havde arrangøren lovet masser af motion kombineret med en pragtfuld naturoplevelse i bagende solskin sammen med gode kammerater. Bortset fra at vi ikke nåede Fyn rundt, at turen blev afkortet med et par dage, og at vi måtte låne både hos de indfødte, ja, så levede turen op til det annoncerede.

Lørdag morgen mødtes vi fem mand høj på Hovedbanen kl. 06.45, og det var faktisk allerede lunt. Vi skulle til Rudkøbing og overtage DFR's udstationerede to-årsers. På grund af det "skæve" antal, og styrmandens ulyst til at ro langtur i en fireårsers med forholdsvis uprøvede roere, havde vi aftalt at ro med udskiftning, således at Ole Rasmus var fast mand morgen, middag og aften, medens mandskabet blev skiftet ud undervejs.

Førsteholdet bestod af Lone og Jørgen, som lagde hårdt ud i modvind fra Rudkøbing mod Svendborg med en lille omvej Thurø Bund rundt arrangeret af den stedkendte styrmand. Da andeholdet bestående af (en ny) Lone og Anette startede ud fra Svendborg var det i baroverkropsvejr og svag medvind. Efter et isophold i Lundeberg - den der med "er du trist, og har du sorg i sindet, så tag med mig ned til Lundeberg" - var det afsted mod Nyborg i den nedgående sols stråler. Og velankommet kunne vi mødige roere i fulde drag nyde alle fordelene ved glidende udskiftning, nemlig en øl på pontonen og i badet, medens det i forvejen med bus sendte førstehold lavede maden færdig og serverede.

Det er vel nok noget af det mest charmerende ved langtursroning, at man efter en dag på vandet og efter indtagelse af et solidt aftensmåltid sætter sig på en roklubs terrasse, hvor man i den lune sommeraften med fuldmånen spejlende sig i sundet mellem de pittoreske småøer med sindige pauser udtaler sin ubegribelige mening om livet og døden, selvfølgelig behørigt bevæbnet med et godt glas rødvin.

Alt dette til trods nåede vi Kertemind om søndagen, og efter en tur på Kertinge Nor, blev vi nødt til at gå til havnefest for at få fat i roklubbens nøgler. Lutter venlige Kertemind roere. Nøglesholderen var endog så venlig, at hun udleverede alle sine nøgler, også dem til privaten, med en bemærkning om, at hun nok ikke nåede hjem til selv alligevel, og det gjorde hun heller ikke.



Lone Haulund og Ole Rasmus Pedersen (Foto: Anette Skytte).

Mandag skulle vi så runde Fyns Hoved; men desværre var vejguderne ikke med os. Det blæste en stiv pelikan fra nordvest, så efter en kort rådslagning blev vi enige om, at turen jo var annonceret som en medvindstur, og det ville vi holde fast i. Det blev Nyborg endnu engang.

Det er selvfølgelig altid lidt ærgeligt at skulle ændre den planlagte tur; men når alternativet er at "banke pæle" i timevis og så måske alligevel ikke komme frem, er det befriende, at alle er enige i at ændre på turen. Den anvendte glidende udskiftning sikrede også, at begge hold fik set hele østkysten. Nyborg igen igen, men med et tidligere bysbarn som kyndig guide fik vi da set Nyborg - desværre ikke de bedste cafeer/øl-værtshuse, bysbarnet var nemlig flyttet i en alder af 10 år. Og så blev det Svendborg igen igen. Her levede vi så op til det gamle ord om, at kaproning er en dejlig sport. langtursroning er en dejlig drik.

Om onsdagen skulle Christian ankomme fra København, således at vi i to to-årsers kunne følges ad resten af turen. Andetholdet dampede derfor hen ad eftermiddagen af med kurs mod Fåborg, og det blev en rigtig tandudtrækker, 6 timer for de knapt 30 km. Det blæste ad h.... til, og vi roede og roede uden at vi kom ud af stedet, tabte en åre (husk lige havelågen), blev våde, havde ikke nok mad med. Men hvad gør det, vel, men sent, ankommet til Fåborg blev vi mødt af jævnaldrende roere, som godt kunne se, at vi lignede "3 o'ense" (den lokale Albanibryg), og det fik vi så.

Christian og Co. nåede aldrig frem, så torsdag måtte vi improvisere. Os i Fåborg brugte tiden på et besøg på Fåborg Museum. Da vinden lagde sig hen ad aften roede vi en pragtfuld aften-/nattetur til Svendborg igen igen, men denne gang længere ude i øhavet og med et smut indenom Skarø. Det var en af turens absolutte højdepunkter, da vi forlod Skarø med solnedgangen i vest og fuldmånen mod øst, og senere turen gennem Svendborg Sund i månelys og blikvand. Så stemningen efter det sene

aftensmåltid var endnu engang til dybsindig opsummering af, hvad turen havde givet hver enkelt - førsteholdet skulle nemlig tilbage til København om fredagen.

Fredag tog vi en fællestur til Skarø, og det er selvfølgelig helt overflødigt at sige, i hamrende godt vejr. Fra Skarø deltes så vore veje, førsteholdet (kaldet sådan, ikke ud fra en kvalitativ vurdering, men alene grundet i noget rent kronologisk) tog tilbage til Svendborg, hvor de vaskede og tørrede den lånte båd, medens andetholdet med Christian som styrmand fortsatte ud i øhavet. Med Christian som styrmand roede vi fra Svendborg til Marstal (41 km). Efter nogle enkelte ophold undervejs i Skarø og Ærøskøbing, kom vi til Marstal Roklub. Her blev vi pænt modtaget af en af klubbens medlemmer, som viste os til rette.

For første gang opdagede vi, at vores udrustning ikke var tilstrækkelig men kun til luksusindkvarteringer. I Marstal Roklub var der hverken vand, køkken eller toiletfaciliteter. Dette var i sig selv ikke noget problem, da klubben var nabo til en sejklub, som havde alle faciliteter, vi bare kunne benytte. Problemet opstod (derimod) ved spisetid, hvor vi hverken havde kaffefiltre eller dåseåbner. Vi klarede os dog på bedste primitive vis med henholdsvis toiletpapir og skarpe knive.

Efter at have inspiceret lidt af Marstal By og badet ved stranden forlod vi Ærø med kurs mod Rudkøbing, hvor vi skulle tilbagelevere båden. Her var vi så heldige at møde en enkelt junior-roer, der hjalp os op med båden. Efter at have vasket båden fik vi pludselig travlt med at komme afsted, så vi kunne nå den sidste bus mod Nyborg. Det lykkedes os, og vi havde en god hjemtur. Set i bakspejlet havde vi en rigtig god tur. Selvom vi ikke nåede Fyn rundt, fik vi roet mellem 150- og 200 km og oplevet en masse.

Med hensyn til det "skæve" antal deltagere er der både fordele og ulemper. Af fordele kan nævnes: tid til at lege turister, maden bliver serveret for roerne, når de kommer frem, og opvasken kan roerne blot lade stå til busholdet. Ulemperne er, at man er afhængig af at vente på hinanden, samtidig med at skiftstederne må vælges ikke blot med hensyntagen til distance, men også efter ruterne for offentlige transportmidler.

Selvom ingen af de tre deltagende kvinder var i speciel god form, var tempoet og dagsmarcherne ikke højere eller længere end at alle kunne klare det og alligevel have overskud til hygge om aftenerne. Vi kan hermed anbefale alle nye som gamle roere at tage med på en langtur og ikke på forhånd lade sig afskrække af dagsmarcher på mellem 30- og 40 km.

Og så lige til allersidst arrangørens eneste negative oplevelse: man melder ikke fra aftenen før afgang. En klubtur er ofte noget af et puslespil, hvor antallet af deltagere nødvendigvis på en eller anden måde skal gå op i antallet af sæder i de lånte både. Der kan anvendes mange tricks for at undgå meget sen afmelding, men hvorfor overhovedet det? Ingen arrangør ønsker negative roere, roere hvis væsentligste grund til at deltage er en ulyst til at vinke farvel til et allerede betalt skyhøjt depositum.

Så folkens lad være med at opfatte klulture, som noget man melder sig til på og deltager i, hvis der ikke i mellemtiden dukker noget andet og mere spændende op.

Anette, Christian, Jørgen, Lone, Lone og Ole Rasmus

Ros til bestyrelsen for holdning - eller Thomas i røg og kamp...

af: Mette Bacher.

En røgfri kommentar til Thomas K. Krumholt (medl.1318).

- Er der noget, der kan få folk op af stolene, så er det når man kommenterer deres opdragelse af børn og hunde, deres måde at køre bil på eller tobaksrygning!

I sidste nummer af DSR-bladet erfarede jeg til min store glæde, iøvrigt ved at læse DIT indlæg, at DSRs bestyrelse har tilgodeset de ikke-rygende medlemmers interesse ved at udvide rygeforbudet til også at omfatte det meste af verandaen.

Men jeg undrer mig meget over, at du har skrevet et indlæg til bladet om, hvor ondt du har et vist sted over at rygerne skal henvises til et hjørne af DSRs veranda, og at du er træt af at sidde der som ikke-ryger, for at snakke med dine rygende kammerater.

Du spørger i dit indlæg om det nogensinde har generet nogen, at der sidder en enkelt person og ryger ved et bord på verandaen. - For mit eget vedkommende kan jeg svare dig med et stort og rungende JA!

Det generer mig temmelig meget at kunne mærke den irriterende lugt af tobaksrøg som jeg - nok fordi jeg aldrig har røget - kan lugte på meget lang afstand!

De fleste rygere er ærlig talt meget lidt hensynsfulde. Det er faktisk meget få der spørger, om det generer een hvis de tænder en smøg.

- Og jeg sir` dig, at man i rygerens øjne er temmelig upopulær, hvis jeg svarer, at det vitterlig ER generende. - De fleste rygere regner nemlig med, at man svarer det modsatte!

Jeg vil lige i forbifarten skynde mig at sige, at jeg personligt ikke har noget imod rygere - bare jeg kan slippe for at være i samme rum som dem når der ryges, for jeg kan ikke tåle tobaksrøg.

- Hæshed, hoste, snøftende næse, hovedpine og irriterede øjne er, hvad jeg må døje med når jeg er sammen med én, der ryger. Derfor undgår jeg såvidt muligt at være i samme rum som rygere og stod det til mig, burde der være totalt rygeforbud i hele DSR!

Selvom jeg ikke har noget imod rygere - vil jeg selvfølgelig aldrig kunne forstå, hvorfor de udsætter sig selv og os andre for al den gift, der findes i tobak.

Jeg vil egentlig udtrykke det så barskt, at jeg kun har meget lidt tilovers for de mennesker der ryger, når der er børn i nærheden eller når en gravid kvinde kan finde på at ryge så hendes lille barn fra livets start bliver fyldt med giftstoffer, hvilket betyder at ungen sandsynligvis får problemer med hyppig forkølelse, kronisk bronkitis & allergi i sine første leveår. Jeg synes det er tankeløst og at det nærmest er børnemishandling.

- Og det ER jo ikke kun børn, der lider under andres dårlige vaner. Årligt dør ca. 1200 mennesker som følge af passiv rygning - nogenlunde det samme antal mennesker, som vi er roere i DSR!

Mit indtryk er desværre, at rygerne ofte anser een for at være en sippet eller en provokatør, når man beder dem om at vise hensyn. Men jeg er hverken sippet eller en provokatør. Jeg ønsker bare at være fri for den dødsensfarlige tobaksrøg og mener ikke at jeg skal underkaste mig andre, fordi de kan lide at pulse løs på en giftig osevind.

Jeg synes derfor at det er godt, at bestyrelsen har indført rygeforbud på det meste af verandaen og håber selvfølgelig på, at der en dag bliver permanent rygeforbud i hele DSR!

Som du nok har erfaret, vinder forbud mod rygning mere og mere indpas på offentlige steder herhjemme. Og så længe rygerne generer andre (og er ligeglade), er forbud løsningen.

At sammenligne tobaksrøg med dunsten af hvidløg synes jeg ikke, at du kan. Hvad mon helbredsmæssigt skader mest? Røg - eller løg???

Det er synd for dig, at du skal sidde og snakke i et hjørne, når du vil være sammen med dine kammerater - men hvis de er nogle RIGTIGE & GODE KAMMERATER overfor os allesammen - så lader de helt være med at ryge eller tager en rygepause ude i guds frie natur.





Rygning eller ej

Der findes de rygere som hensynsfuldt spørger "Generer det hvis jeg ryger?" og så er der dem der bare tænder cigaretten.

Jeg har den dybeste respekt for de rygere der spørger om det vil genere. For så kan jeg dog få lov til at sige ja/nej, eller foreslå, at vi bytter plads, åbner et vindue, holde pause osv.

Men selv om det nok bare er ubetænksomhed, eller i det mindste med dårlig samvittighed, så accepterer jeg ikke de rygere, der tænder cigaretten uden videre. Dels er det rimeligt, at forlange frisk luft og dermed urimeligt, at tvinge andre til, at bede om, at få cigaretten slukket. Dels viser handlingen, at trangen til rygning er større end trangen til at vise hensyn.

Så selv om det selvfølgelig ville være rart med en klub helt uden regler, så er det alligevel en fin løsning med en ryge afdeling. Der er som hidtil mulighed for socialt liv overalt i klubben, og som noget nyt kan alle nu frivilligt vælge mellem luftkvalitet, rygebehov og det sociale liv. Og Thomas behøver altså ikke at sidde i hjørnene som han skrev i sidste klubblad.

Men bedst af alt, så er der nu et sted i klubben, hvor rygere kan ryge med god samvittighed. Og det er dog ikke ude i cykelskuret som i folkeskolen, men oppe i den lyse fine veranda. Endda med fin udsigt over pontonen.

På vegne af FRR (Foreningen for Rygningens Regulering)

Gert Andersen

6. International Ergo-Rowing - Championship of Berlin - 16.dec.

Lørdag d. 16. december 1995 - afvikles
der Indoor Rowing i Berlin.

Tag´ med Københavnskredsens Kapronings-
udvalg til Berlin og få en indholdsrig
tur ud af det.

Det er planen, at vi kører til Berlin
i bus fredag eftermiddag d. 15. dec.

Lørdag d. 16. december afvikles som
før nævnt - 6. Internationale Ergo-
Rowing Championship of Berlin.

Nogle af Tysklands stærkeste roere mø-
der frem.

I forbindelse med turen til Berlin vil
der være rige muligheder for at gøre
de sidste indkøb før jul på Berlins
kendte julemarkeder - eller i butikker
på berømte Ku´ damm - hvor knejperne i
de små sidegader måske også er et besøg
værd.

Vi drager hjem igen søndag ved middags-
tid.

Hold øje med opslag i klubben.

Turen er et alternativ til kredsens julestævne: X-MAS RACE.

Informationer og oplysninger: Mette Bacher 44445557

Kaproningsmiddag den 10. november

Vi havde fået fordelt opgaverne og fastsat menuen, nu skulle arbejdet laves og festen fyres af.

Torsdag aften blev der lavet jordbær og gjort de indledende øvelser til kartoffel- og porrersuppen, og fredag eftermiddag var der rigtig røg i køkkenet. For hvor meget lasagne spiser 67 mennesker? Kaproere spiser meget, men hvad spiser et "vedhæng", et bestyrelsesmedlem og en gæst? De spiser vel normalt, men hvad er normalt, når alle kokkene er kaproere? Resultat: For meget lasagne. Lene havde fod på salaten og makkerparet Kasper og Jacob slog stort brød op til 67 personer. Jacob æltede i bar overkrop - lidt frynsegoder skulle vi tøser i køkkenet jo have!

Gæsterne indfandt sig kl 19. Thomas Ebert serverede velkomstdrinks i professionel tjenerstil og trak tiden lidt i langdrag, så vi lige kunne nå at dække bord. Så kunne vi gå til bords og indtage suppe, lasagne og is, som er den moderne og ernæringsrigtige udgave af suppe, steg og is. Bordplanen var traditionel men behagelig.

Kaproningschefen, alias J.C. Pørneki, havde glemt sin tale og måtte have stikord fra gæsterne til hjælp. Det resulterede i en underholdende tale, hvor Pørneki viste sin evne til at improvisere. Han kom vidt omkring fra sine egne gulddage til "glidecreme" og "vi er alle vindere". Emilie uddelte årets dykand til Anders, som er én blandt mange DSR-roere, som er kærtret i år. Det specielle ved Anders' tur i baljen var, at han tilfældigvis kæntrede lige inden, han skulle lave 5*500 meter.

Efter desserten viste Mette Bacher lysbilleder fra regattaer i '95. Der sad vi alle og var en smule nostalgiske, mens vi tænkte på den forløbne sæson. Klubkammeraterne tonede frem på lærredet, de fleste med et smil på læben og medalje om halsen. Smarte bemærkninger og kommentarer svirrede i luften som tilbehør til de gode billeder.

Der skulle gå nogle timer inden der kom gang i dansegulvet. Det skete på den anden side af midnat, og da skribenten forlod festen i de sene nattimer gyngede gulvbrædderne endnu. Vi kaproere takker klubben for mad og drikke og ser frem til kaproningsmiddagen til næste år.

Christina Rindom



"Sælges"

'GUL' - våddragt (brugt ca. 10 gange siden 11.93)

Krop i 6 mm og lemmer i 4 mm neopren med aftagelige ærmer.

Størrelse M/L.

Dragten sælges da den er for trang til mig på 1.78-79 m og 76, x kg.

Nypris 1148 kr. Salgspris: 900 kr. eller kom med et bud.

Henvendelse til Niels Marker - tlf.: 33 12 17 41

Nyt fra DFfRs Kaproningsudvalg.

af: Mette Bacher.

Dansk Forening for Rosports Kaproningsudvalg har netop udgivet en *foreløbig* udgave af: **Udtagelse til DFfRs landshold i 1996.**

Det pointeres kraftigt, at nedenstående er *foreløbig* og at det er muligt, at der justeres i det skrevne efter kaproningsseminariet, der fandt sted i Odense i beg. af november.

B-udtagelserne.

Kaproningsudvalget har indført B-udtagelserne som en mulighed for at give endnu flere roere mulighed for at opnå erfaring og højere træningsniveau. Dette mener vi har været en succes.

Imidlertid har vi indset, at der er væsentlig risiko for at devaluere udtagelserne, "hvis det bliver for nemt" at komme på DFfRs landshold.

KU vil derfor i 1996 sørge for, at der i højere grad bliver roet om pladserne på DFfRs B-landshold.

KU's udtagelsesregatta.

Denne regatta har været anvendt til udtagelser i nu 2 år. Erfaringerne fra 1995 viser, at det er på tide med en afpudsning af konceptet. KU lægger derfor op til:

- Med mindre der er vist et højt niveau i anden bådtype, skal der roes i små både.
- Der roes 2 løb lørdag og 2 løb søndag.

Derimod ønsker KU ikke at ændre den kalendermæssige placering af arrangementet. Dels har vore juniormandskaber ofte først modnet sig tilstrækkeligt i slutningen af maj, dels ligger tidspunktet tilpas forud for internationale regattaer.

Tilmelding er mandag den 20. maj, umiddelbart efter den Internationale Københavnsregatta. Der ydes i et vist omfang transporttilskud til roere fra Lolland, Falster, Fyn og Jylland.

Generelle krav.

Som et generelt krav skal der i løbet af vinteren 1995/96 være gennemført 6000 (inden 20. december) og 2000 meter (inden 20. februar) tests.

Resultaterne af disse tests skal indsendes til KU senest d. 25. februar 1996. Roerens testvægt skal angives sammen med testresultaterne. Såfremt en landsholdskandidat ikke har indsendt resultater, kontaktes kandidaten af landstræneren.

Resultaterne vil blive offentliggjort sammen med vægtfaktorer, testtider og absolutte testtider.

Omkring de regattaer, der anvendes til vurdering, skal det bemærkes, at KU lægger vægt på progression, dvs. at der vises sportlig udvikling fra sæsonstart til endelig udtagelse. (Og den repræsentative opgave). Det er desuden vigtigt at trænerne arbejder seriøst på, at der kan ske omrokeringer af mandskaber, så egoistiske

hensyn i holdsætning elimineres.

Specifikke krav til ungdomslandshold, Baltic Cup.

Dansk Forening for Rosport har valgt fra 1996 at indgå i et samarbejde med øvrige Østersø-nationer om et Baltic Cup mesterskab for unge på 15-17 år. I 1996 er der planer om, at arrangementet afholdes på Bagsværd Sø, i slutningen af september 1996. Konkurrencerne afholdes som en hold-turnering, hvor hver roer altså deltager i flere klasser. Arrangementet strækker sig over en week-end, med 2000 meter løb lørdag og med 500 meter løb søndag.

For dette ungdomslandshold er Henrik Nørlund og Flemming F. Hansen udtagelsesansvarlige. Henrik Nørlund inddrages i dette arbejde, da han på grund af øvrige aktiviteter (TUP-koordinator(koordinator for talent udviklings projekter) og nye juniorløb) har tæt kontakt til involverede roere, trænere, ledere m.fl.

Procedure

Kaproningsudvalget ønsker en så afslappet procedure omkring disse udtagelser som muligt. Der vil derfor hverken blive anvendt fir-kantede eller bombastiske udtagelseskrav til dette landshold. Istedet ønsker KU henover sæsonen en tæt dialog med interesserede parter.

Følgende overordnede retningslinjer vil blive anvendt:

- Som hovedregel udtages ikke roere, der har deltaget på andre landshold. - Det skal være et ekstra tilbud for "dem der er på vej".
- Potentielle roere iagttages igennem foråret. Eventuelle udtagelsesløb bliver afholdt ved regattaer i juli og august. Eventuelt ved sommertræningslejr.
- Deltagelse på dette landshold er åben for alle. Dog skal man være indstillet på at konkurrencen er en holdkonkurrence, hvor roerne deltager i flere bådtyper og konstellationer.

Specifikke krav til U19 landshold.

Junior Verdensmesterskaber.

Juniorverdensmesterskaber afvikles i år i Glasgow i Skotland sammen med ikke-olympiske bådtyper. Udtagelseskriterie til U19 A-landsholdet er resultater, der sandsynliggør en placering i den bedste halvdel til junior-VM. B-udtagelser med henblik på erfaring og udvikling af roere/trænere kan anvendes. Sådanne udtagelser er som hovedregel for junior B-roere og 1.års A-roere.

Følgende regattaer er obligatoriske ved udtagelse til junior-VM: Odense Langstræk, Den Internationale Københavnsregatta, KU-test regatta og Sorø Regattaen/Junior-NM.

Udtagelsesansvarlig for Junior VM-holdet er Flemming F. Hansen. Endelige udtagelser offentliggøres onsdagen efter Sorø Regattaen d. 10. juli.

Junior NM.

Junior-NM afvikles i 1996 sammen med Sorø Regattaen, den første week-end i juli måned.

Følgende regattaer er **obligatoriske** ved udtagelse til junior-NM: Odense Langstræk, Den Internationale Københavnsregatta og KU-testregatta.

Udtagelsesansvarlig: Flemming F. Hansen.

Offentliggørelse: onsdagen efter KU-test, onsdag d. 29/5-1996.

Procedure

Ved Odense Langstræk er bådtypen valgfri. Frem til og med Den Internationale Københavnsregatta, konkurreres i primære både, dvs. de bådtyper man foretrækker udtagelse til Junior-VM i.

Efter Københavns Regattaen udpeger KU eventuelle JVM A-kandidatmandskaber. A-kandidater i NM-bådtyper er også at betragte som A-kandidater til JVM-landsholdet. En A-kandidat nominering er **ikke en endelig udtagelse**. Såfremt der vises fortsat udvikling og der ikke opstår alternative mandskaber, kan der forventes udtagelse.

KU-testregatta **benyttes først og fremmest** til dannelse af hold til Junior Nordisk Mesterskab. Derfor vil denne regatta også fokusere på bådtyper, der er relevante i forbindelse med Nordisk Mesterskab. Udtagelse af hold til Junior Nordisk Mesterskab foretages efter KU-testregatta.

Udtagelse af hold til Junior-VM foretages som nævnt efter Sorø Regattaen/JNM.

KU-testregatta.

Ved KU-testregatta roes lørdag formiddag i små bådtyper (Drenge: 1X, 2X eller 4- og piger: 1X & 2X), således at en bedre bedømmelse af den enkelte roer opnåes.

På basis af disse løb etableres der alternative mandskaber lørdag eftermiddag og søndag, med landstræneren som udspiller og formidler. Dette forudsætter klubbernes og trænerens aktive og positive medvirken.

Som tidligere nævnt, fokuserer KU-testregatta på etablering af JNM-landsholdet. Efterhånden som JNM-holdene tager form arbejdes med JVM-mandskaber.

- A-kandidater i bådtyper, der findes på JNM-programmet.

A-nominerede mandskaber, hvis bådtype findes i junior-NM programmet, starter lørdag formiddag i denne bådtype, og forventes at fortsætte i denne bådtype week-enden igennem.

- A-kandidater i bådtyper, der ikke findes på JNM-programmet. Mandskaber, der er A-kandidater i bådtyper, der IKKE findes på JNM-programmet skal deltage i KU-testregatta i små bådtyper i lighed med mandskaber, der ikke er A-nominerede, såfremt de **ønsker at deltage** på JNM-landsholdet. Såfremt disse mandskaber IKKE ønsker at deltage med JNM-holdet,

skal de deltage i KU-testregatta alligevel. Efter aftale med landstræneren, kan sådanne mandskaber deltage i alternative bådtyper.

- Ikke A-nominerede mandskaber.

Mandskaber kan deltage i KU-testregatta i bådtyper efter eget valg, selvom de ikke er A-nominerede. Dog gælder, at man ikke kan forvente senere B-udtagelser, med mindre man har deltaget i løb for små bådtyper lørdag.

Inden hjemrejse fra KU-testregatta skal alle mandskaber, der fortsat er interesseret i bedømmelse til Junior-VM eller er udtaget til Junior-NM, udpege en sportslig ansvarlig (træner) og en økonomisk/organisatorisk ansvarlig.

Det er naturligvis en forudsætning for udtagelse til JNM, at mandskaberne træner sammen inden JNM. Specielt gælder dette for hold der er sammensat af mandskaber, som også træner med henblik på JVM i anden bådtype.

Specifikke krav til U23 landshold.

Nations Cup afvikles i år i Hazewinkel i Belgien. Udtagelseskriterie til U23-landsholdet er resultater, der sandsynliggør en placering i den bedste halvdel ved Nations Cup. B-udtagelser med henblik på erfaring og udvikling af roere/trænere kan anvendes.

Kaproningsudvalget vil i 1996 tilstræbe større dansk deltagelse ved Nations Cup. Dette betyder især, at vi vil medvirke til dannelse af flere holdbåde. Udtagelsesansvarlig for Nations Cup holdet er Bjarne Jeppesen.

Endelige udtagelser offentliggøres onsdag d. 26. juni 1996.

Procedure

Følgende regattaer er **obligatoriske** ved udtagelse til Nations Cup: Odense Langstræk, Den Internationale Københavnsregatta og KU-testregatta. Af tidsmæssige årsager er Sorø Regattaen i 1996 ikke egnet til udtagelse til Nations Cup. Istedet gives mulighed for, at mandskaber kan bedømmes ved alternative regattaer i udlandet, eksempelvis Ratzeburg og/eller Amsterdam. Dette skal i hvert enkelt tilfælde aftales med landstræner Morten Espersen.

Ved Odense Langstræk er bådtypen valgfri. Frem til og med Den Internationale Københavnsregatta, konkurreres i primære både, dvs. de bådtyper man foretrækker udtagelse i. Efter Den Internationale Københavnsregatta udpeger KU eventuelle A-kandidat mandskaber. En A-kandidat nominering er ikke en endelig udtagelse. Såfremt der vises fortsat udvikling og der ikke opstår alternative mandskaber, kan der forventes udtagelse.

KU-testeregatta.

Ved KU-testregatta roes lørdag formiddag i små bådtyper (1X, 2X og 2-), således at en bedre bedømmelse af den enkelte roer opnås. På basis af disse løb etableres der alternative mandskaber lørdag eftermiddag og søndag, med landstræneren som udspiller1 og for-

midler. Dette forudsætter klubbernes og træneres aktive og positive medvirken.

Nomineret A-kandidat mandskaber **skal deltage** i KU-testregattaen, men tillades at starte i den bådtype de er nomineret i.

Mandskaber kan deltage i KU-testregatta i bådtyper efter eget valg, selvom de ikke er A-nominerede. Dog gælder, at man ikke kan forvente senere B-udtagelser, med mindre man har deltaget i de små bådtyper lørdag.

Inden hjemrejse fra KU-testregatta skal alle mandskaber, der fortsat er interesseret i bedømmelse til Nations Cup Landsholdet udpege en sportslig ansvarlig (træner) og en økonomisk/organisatorisk ansvarlig.

Specifikke krav til senior landshold.

For fortsat at stimulere udviklingen af toproere, har Kaproningsudvalget besluttet at arbejde med både A- og B-landshold i 1996.

A-landsholdet.

A-landsholdet er principelt åbent for alle. For en ubetinget udtagelse skal holdet opnå en placering mellem de 3 første ved Luzern Regattaen, og være under 3 sekunder fra en førsteplads. En betinget udtagelse fordrer, at landstræneren går ind og ser på mulige ændringer med hensyn til roersammensætning, trænerrolle og videre sæsonplan.

For A-landsholdet er Reiner Modest udtagelsesansvarlig. Udtagelse af A-landsholdet foreligger onsdag d. 26. juni.

A-landsholdskandidater starter som minimum ved: Odense Langstræk, Den Internationale Københavnsregatta og Luzern. Amsterdam kan indgå som supplement efter aftale.

B-landsholdet.

B-landsholdet består generelt af personer, som tilhører U23 kategorien og/eller betragtes som talentfulde. En kandidat til B-landsholdet forventes at dyrke eliteroning frem mod år 2000. For at sikre konkurrencemomentet omkring B-udtagelser, har KU besluttet at udskrive iagttagelsesløb i visse bådtyper.

Bjarne Jeppesen er udtagelsesansvarlig for B-landsholdet. Udtagelse af B-landsholdet foreligger onsdag efter Sorø Regattaen, onsdag d. 10. juli 1996.

B-landsholds kandidater starter som minimum ved: Odense Langstræk, Den Internationale Københavnsregatta og Sorø Regattaen.

KU mener, af sportslige og økonomiske årsager, ikke det er hensigtsmæssigt at satse på, at tunge herrer deltager i toer med styrmand og firer med styrmand i Scotland. Der kan derfor ikke forventes B-udtagelser i disse bådtyper. I stedet arbejdes der i DRC og Reginalcentrene på alternative aktiviteter for gruppen af tunge herrer.

Procedure

Bådtyper med specielle iagttagelsesløb.

Der udskrives en række iagttagelsesløb i forbindelse med Den Internationale Københavnsregatta. Til Odense Langstræk er bådtypen valgfri. Følgende iagttagelsesløb udskrives i forbindelse med den Internationale Københavnsregatta:

- Dame toer uden styrmand (Med henblik på dannelsen af en firer uden styrmand).

Herefter udtages en bruttotrup på 4-8 roere. Træneren med flest roere i truppen forventes at træne bruttotruppen. Efterfølgende regattaer aftales med landstræneren.

- Dame letvægts toer uden styrmand (Med henblik på dannelsen af en letvægtsfirer og -toer).

Herefter udtages en bruttotrup på 4-8 roere. Træneren med flest roere i truppen forventes at træne bruttotruppen. Efterfølgende regattaer aftales med landstræneren.

Ovenstående iagttagelsesløb benyttes til sammensætning af projekter. Efterfølgende aftales regattaplan mellem de enkelte projekter og landstræneren. Udtagelse til disse projekter er ikke ensbetydende med automatisk udtagelse til landsholdet. Disse projekter kan desuden afhængigt af niveau, udmunde i såvel A- som B-landsholdsudtagelser.

Priser for landsholdsdeltagelse.

Følgende priser er gældende for deltagelse til diverse mestersk.

Baltic Cup:	kr. 750,-
Junior-NM:	kr. 1500,-
Junior-VM, A-udtagelse:	kr. 3000,-
Junior-VM, B-udtagelse:	kr. 4000,-
Nations Cup, A-udtagelse:	kr. 3000,-
Nations Cup, B-udtagelse:	kr. 4000,-
Senior-VM, A-udtagelse:	kr. 3000,-
Senior-VM, B-udtagelse:	kr. 4000,-

Priserne er inklusive landsholdsdragt bestående af ro-trikot og trøje. Såfremt en roer udtages til flere repræsentative opgaver, kan prisen for udtagelse reduceres i forhold til prisen på tøjet. Tilsvarende reduceres deltagergebyret for trænere.

Udgifter til træningslejre m.m. er ikke medregnet.

Tidsfrist for indlæg til næste nummer er søndag 10. december 1995

Redaktion: Lisbet Jensen (ansv.) - Blågårdsgade 10, 2, 2200 Kbh. N - tlf. 31 39 50 29
Tryk : Brønshøj Minitryk - Oplag : 1400 eks.

ADRESSELISTE

Danske Studenters Roklub - Strandvænget 55 - 2100 København Ø
Postgiro 500 34 66 - Kontortid onsdag og torsdag kl. 18 - 20
Telefon (Køkken og Kontor) : 39 29 63 26
MEDLEMSTELEFON (Garderobe og Bådhal) : 31 18 58 11

Formand:

Henning Rasmussen
Normasvej 14
2000 Frederiksberg
36 46 47 67

Kasserer:

Johan Frydendahl
Engbakken 27
2830 Virum
45 85 86 05

Sekretær:

Lene Christensen
Østerbrogade 85,106
2100 København Ø
31 38 87 13

Kaproningschef:

Jens Chr. Pørneki
Østerbrogade 88F,st.
2100 København Ø
31 38 09 97

Materielforvalter:

Christian Pedersen
Th. Laubsg. 29,2.th
2100 København Ø
39 27 46 20

Instruktionsrochef:

Karen Brems Føyn
Valbylangg.108,1.th.
2500 Valby
36 45 73 24

Langtursrochef:

Ole Kammersgård
Vardegade 24,1.tv
2100 København Ø
31 42 53 60

Kontingentkasserer:

Kun skriftlige henv.
DSR, Strandvænget 55
2100 København Ø
Att: Kontingentkass.

Kaproningsudvalg:

Bettina Frederiksen
Sofievej 10, st.tv.
2840 Holte
45 41 06 17

Husforvalter:

Mogens Haut
Strandvænget 55
2100 København Ø
39 29 84 99

Køgemester:

Susanne Agersnap
H.C.Ørstedesvej 63 1879
Frdbrg. C
35 36 88 05

Motionsrochef:

Lars Bundesen
Fredensborgg.14,4.
2200 København N.
35 82 14 18

Motion+ rochef:

Teis P. Hansen
Tåsingegade 66,3.th.
2100 København Ø
31 20 80 96

Kajakrochef:

Vibeke Jansen
Borgervænget 78
2100 København Ø
31 18 47 80

ORIENTERINGSSEKTIONEN

Formand:

Ronald Clausen
Engelsborgvej 44
2800 Lyngby
45 88 58 86

Kasserer:

Nis C. J. Schmidt
Hvedevej 14 st.
2700 Brønshøj
31 28 48 71

Sekretær:

Johan Frydendahl
Engbakken 27
2830 Virum
45 85 86 05

VIBEKE DELFS JANSSEN
 BORGERVÆNGET 7B. ST.
 2100 KØBENHAVN Ø

Orienteringsløb 1995

<u>Dato</u>	<u>Løbstype</u>	<u>Skov</u>	<u>Arrangør</u>
17/12	Julekispus	Ravnsholt	*** DSR ***

Orienteringsløb 1996

<u>Dato</u>	<u>Løbstype</u>	<u>Skov</u>	<u>Arrangør</u>
7/01	Nytårsstafet	Jyderup	Holbæk OK
14/01	Gåsehus	Ravnsholt	*** DSR ***
4/02	Gåsehus	Ravnsholt	*** DSR ***
25/02	Gåsehus	Ravnsholt	*** DSR ***
10/03	B	Tolstrup	OK Roskilde
15/03	Nat-Spring Cup	Egedam	FIF Hillerød
16/03	A-Spring Cup	Gribskov Vest	Kildeholm
17/03	Stafet-Spring	Rude Skov	P.I.
17/03	Gåsehus	Ravnsholt	*** DSR ***
24/03	D	Ravnsholt	S.G.
31/03	B	Engtofte	Maribo OK
14/04	Gåsehus	Ravnsholt	*** DSR ***
14/04	D-stafet	Kalby Ris	Herlufsholm
21/04	D-stafet	Tokkekøb Hegn	Lillerød
28/04	B	Sverige	OK 73

Tilmelding:

Gåsehusløb:

Mødetidspunkt: Søndag mellem 10 og 12
 3 baner på ca. 3 km, 5 km og 8 km

Øvrige løb: (14 dage før)

Johan Frydendahl tlf. 38 17 62 52 (arb.)
 Engbakken 27
 2830 Virum tlf. 45 85 86 05 (priv.)

