

Clubblad van Roeivereniging Ferox

'T SLOEPIE

Jaargang 20

Juli 2022

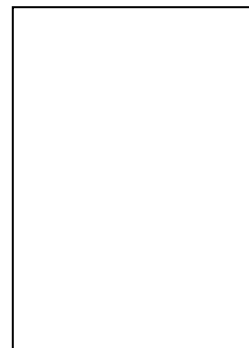


Mighty Mo ■ Thussenuit ■ Bacchus ■ Azorean High



www.rvferox.nl

info@rvferox.nl



Wesseling Logistics



Inhoud

Het bestuur.....	4
Sloep- en bordspansoren.....	5
Kort nieuws	7
In memoriam Netty van Dijk	9
Even voorstellen.....	11
Azorean houdt schade beperkt bij race in Grou.....	13
Azorean High ploetert zich in Lemmer naar top klassering	15
Ferox roeit Kaagrace onder zware omstandigheden.....	17
Een bericht van de veiligheidscommissie.....	20
5200 KILOMETER ROEIEN.....	22
Roeikalender 2022	24
Cursuscommissie	26
INFORMATIE ROEIVERENIGING FEROX	27

Bij Biketotaal-Luyten hebben tweewielers altijd voorrang!

Wij staan voor kwaliteit, klantgerichte dienstverlening en deskundige voorlichting. Ons assortiment is zeer uitgebreid, zeer divers en veranderd voortdurend.
Wij adviseren u op het gebied van fiets, bromfiets én onderdelen.

Ons assortiment:

- * Fietsen, bromfietsen en scooters
- * Elektrische fietsen
- * Race- en ATB-onderdelen
- * Regen- en racekleding
- * Schaatsen en skeelers
- * Kunst- en hockeyschaatsen

**Bike
Totaal**
Luyten
TWEEWIELERS

Achterweg 22 - 2223 BG Katwijk - 071-4029035
www.biketotaal-luyten.nl

HET BESTUUR



Beste leden

De afgelopen weken, sinds het uitkomen van het vorige Sloepie, werden gekenmerkt door successen, teleurstelling en verdriet.

Het veel te vroeg heen gaan van Netty van Dijk is een groot verlies voor haar gezin en familie maar ook voor onze vereniging. Als enthousiast lid en roeister van de Azorean High dames zal ze gemist worden. Het respect en aandacht hebben voor elkaar sierde haar. Bij haar begrafenis waren dan ook veel leden aanwezig om afscheid van haar te nemen.

Teleurstellend was voor het Bacchus mix team en de Azorean High heren, het niet doorgaan van de HT. Er was hard getraind om goed voorbereid aan de start te verschijnen. Maar de organisatie zag zich genoodzaakt om de wedstrijd af te gelasten. Vanwege de harde en ongunstige wind boven de Waddenzee was het niet verantwoord om het evenement door te laten gaan.

Na een veel belovende start van het wedstrijdseizoen hebben we het als vereniging weer goed gedaan met prijzen voor verschillende teams in de wedstrijden in Urk, Lemmer, de Kaag en Zwolle. Vooral de wedstrijd op de Kaag was een verenigingsfeestje met vier teams die deelnamen en een leuke after wedstrijdparty, waarna de sloepen weer teruggesleept werden naar het botenhuis.

Verschillende wedstrijdteams zijn alweer ingeschreven voor de komende wedstrijden. Er zijn regelmatig plekken vrij. Ben je een niet-wedstrijdroeier. Gebruik dan deze mogelijkheid om te beleven hoe het is om de strijd aan te gaan met andere sloeproeiërs tijdens een wedstrijd. Ben je een wedstrijdroeier, help dan andere teams om de sloep vol te krijgen en een goed resultaat te behalen.

Ook dit jaar is de wens van Ferox geselecteerd door Rabo ClubSupport. Bij voldoende stemmen krijgen de leden een Ferox sportshirt. We zijn in het verleden succesvol geweest met Rabo ClubSupport dus stem vanaf september massaal op onze Ferox sportshirt wens...!!!

Veel plezier tijdens de trainingen en veel succes in de komende wedstrijden.

Het bestuur

SLOEP- EN BORDSPONSOREN



Thunnissen Onderhoud

MARINA | *Rijnsburg*



Hoevens Assurantiën



Rabobank



 nico's fietsen

**Voor eerlijk advies
en een prachtige fiets**

Kom bij ons langs voor:

- Advies
- Reparatie
- Onderhoud
- Alle soorten fietsen

Zeeweg 82b
2224CG katwijk
071 - 4071668
www.nicosfietsen.nl

 U bent van harte welkom!

WWW.NICOSFIETSEN.NL
Zeeweg 82b • 2224CG katwijk
Tel: 071-4071668 • info@nicosfietsen.nl



De beste stuurlii staan aan de wal?

KORT NIEUWS

Goed nieuws!! De wens van Ferox is geselecteerd door Rabo ClubSupport.

Bij voldoende stemmen mogen we onze leden verrassen met een Ferox Sportshirt. Als dank dat jullie de vereniging trouw zijn gebleven, ondanks het missen van trainingen tijdens de coronajaren waarin we ook het 20 jarig jubileum van Ferox niet hebben kunnen vieren.



Het shirt is voorzien van ons nieuwe logo en zal de saamhorigheid binnen de vereniging nog meer versterken.

Wil jij ook een gratis shirt scoren? Wordt dan lid van de Rabobank en stem vanaf september op de wens van RV Ferox. Ook je familie, vrienden, burens en collega's mogen meestemmen dus deel gerust.

Meer info: <https://www.rabobank.nl/clubsupport>

A photograph of a rowing team in a blue boat on a body of water. The boat has 'H. EVENS' written on its side. Several rowers are visible, and a coxswain is at the stern. In the background, another boat is docked.

Wij doen ook mee aan Rabo ClubSupport!

Jouw stem is geld waard! Stemmen kan vanaf 5 september!

Ontdek hoe op [Rabobank.nl/clubsupport](https://www.rabobank.nl/clubsupport)



Vandaag heeft Henk-Jan zijn examenrondje voor vakbekwame stuurman 1 met goed gevolg afgelegd. Hartelijk gefeliciteerd. Veel veilige kilometers met je team gewenst!



Werkkleding · Watersport- en Kampeerartikelen

L. van Duijn B.v.

Haven 4 · 2225 BH katwijk aan Zee · Telefoon 071 4012832
Postbank 27 64 69 · ABN bank 56.72.23.485

v

IN MEMORIAM NETTY VAN DIJK



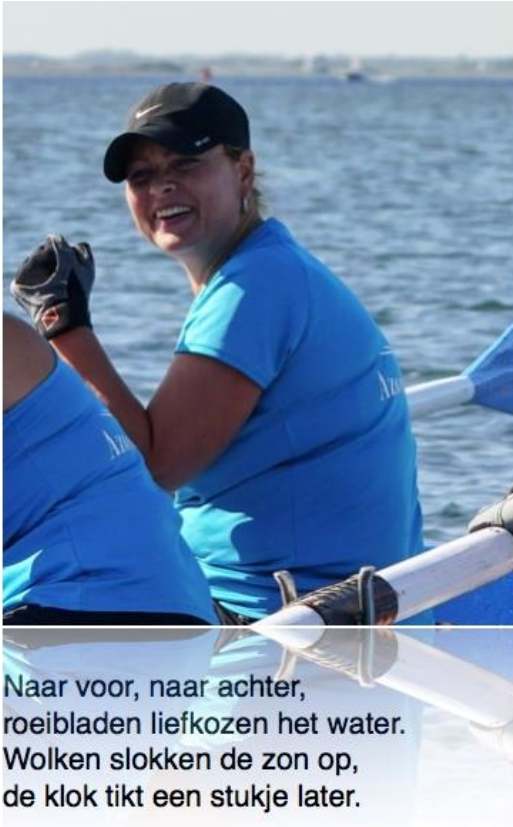
Het droevige nieuws heeft ons bereikt dat Netty van Dijk dinsdag 24 mei 2022 is overleden.

We herinneren Netty als een positief en goedlachs lid, met een groot verenigingsgevoel, waarin respectvol met elkaar omgaan en naar elkaar omkijken een belangrijke rol speelde. Ze was altijd vrolijk, vond alles gezellig en stond vooraan als er iets geregeld moest worden.

Al vanaf de oprichting van Ferox was zij via Kees betrokken bij de vereniging. In 2014 werd ze lid en roeide ze in de Thussenuit. In 2018, met de oprichting van de Azorean High dames, kwam haar wens uit om in een damesteam te roeien. Wat was ze blij met de 1e plaats bij haar geliefde wedstrijd op Het Veerse Meer en de recordtijd bij MPM. Daarmee werd in 2019 de 3e plaats in de competitie gehaald, met een promotie naar de hoofdklasse. Stralend als altijd stond ze op het podium. De laatste wedstrijd, waarin ze voor haarzelf streed, heeft ze uiteindelijk niet mogen winnen. Ondanks haar positieve en moedige instelling heeft zij deze zware en oneerlijke strijd moeten opgeven. In deze tijd hield ze toch vast aan de mooie dingen van het leven, was ze betrokken bij de vereniging en haalde ze kracht uit het aandacht hebben voor anderen.

Als vereniging zijn we dankbaar voor de jaren die Netty enthousiast lid is geweest en wat ze voor ons heeft mogen betekenen. Een mooi, warm en vooral lief persoon is veel te vroeg van ons heengegaan. Zoals ze zelf schreef: "We hebben met elkaar goede herinneringen gemaakt, ik heb genoten. Koester deze...". Zo zal ze voor altijd een prachtige en dierbare herinnering zijn.

We wensen Kees, de (klein)kinderen, familie en dierbaren heel veel sterkte en kracht toe met het verlies van hun lieve Netty.



Naar voor, naar achter,
roeiblader liefkozen het water.
Wolven slokken de zon op,
de klok tikt een stukje later.

De regen, vallend met bakken,
het water wordt dikke stroop.
De riemen van het zwaarste lood,
roeiers zoeken naar dat sprankje hoop

Knikkende hoofden,
lamme armen.
Krakende ruggen,
blarende handen

En dan ineens, vanuit het niets
De juiste toon, fluweel en zacht.
De allerliefste engelenstem,
geeft de roeiers weer extra kracht!
De liefste engel die altijd positief, enthousiast en zonder oordeel,
mensen weet te verbinden.
De liefste engel die het meer dan verdient,
de allermooiste rustplaats in de hemel te vinden.

We gaan je missen!

Gedicht: Paul van der Linde

EVEN VOORSTELLEN...

Wie ben jij?

Lydia Varkevisser, geboren Emmelkamp ergens in de Betuwe. Ooit aanbeland in t pittoreske Kattuk an zee en getrouwd met een rasechte Katwijker. Wonend met deze Kattukker en vier kinderen in de Zanderij. Mijn kinderen zijn inmiddels minder afhankelijk van mij (vinden ze vooral zelf) en daarom heb ik sinds enkele jaren weer wat meer tijd voor sporten. Ik loop naast het roeien regelmatig hard en soms een lesje bootcamp. Ik werk 4 dagen op een basisschool in Katwijk.

Waar geniet je van?

Van een heleboel dingen. Kleine en grote, bijzondere en gewone. Een lekker voorjaarszonnetje, een leuke discussie met je puber of een leuke roeiwedstrijd met je team!

Wanneer ben je gestart met sloeproeien en hoe was je eerste ervaring?

Ik ben drie jaar geleden gestart in de beginnerscursus. Ik kende sloeproeien van naam, had het nooit in het echt gezien. Helemaal geen watersporter nog, maar het leek me wel leuk en iets voor mij. Na een advertentie in de krant gezien te hebben, heb ik me direct aangemeld. De eerste keer vond ik het wel lastig om die riem in bedwang te houden. Pijnlijk voor je armen ook. Al snel had ik de slag te pakken en besloot ik lid te worden. De eerste wedstrijd was op de Kaag en zat ik op stuurboord slag. Ik heb toen echt enorm mijn best gedaan om goed te roeien, dat weet ik nog. Wel ben ik uitgegleden bij het instappen (beginnersfout) en heb daar nog steeds een flink litteken op mijn scheenbeen van. Dat er nog vele blaren zouden volgen, kon ik toen nog niet vermoeden... Ik mocht daarna in het Azorean High Dames team komen roeien en daar ben ik niet meer weggegaan!

In welk team en op welke plek roei je nu?

AH Damesteam, stuur- of bakboord maakt niet uit. Plek kan wisselen, alles behalve slag eigenlijk.

Wat is je doel voor dit jaar?

Lekker roeien, veilig uit en thuis. En natuurlijk vaak in de top 3 eindigen bij de wedstrijden!

Wat is de leukste herinnering bij Ferox rv?

De combinatie van buiten sporten, gezelligheid in een team en naar wedstrijden gaan. Dat geeft doordat je op nieuwe plekken komt en door ons fanatisme altijd wel wat extra spanning en die kick is wel gaaf. Ik kom nu in steden en wateren waar ik nog nooit geweest was en nieuwe dingen doen en ontdekken geven je een positief gevoel. Behalve onweer en bloedblaren dan.

Waar mag de vereniging trots op zijn?

Op het grote aantal trouwe roeiers en roeisters en op al die mensen die zich enorm inzetten voor trainingen, organisatie, etc. Dat is nodig om een vereniging te laten draaien, maar er gaat veel vrije tijd in zitten. De toewijding en liefde die er vanaf straalt is erg waardevol en daar heb ik zeker veel respect voor.

En dan nu de vraag van Petra: Wat is voor jou de ideale wedstrijd?

Ik kan wel wat ingrediënten noemen en dan hoor ik wel of daar een wedstrijd bij past:

- Niet te ver rijden vanuit Katwijk (max 45 minuten)
- Mooi weer, niet te heet en een licht briesje. Uiteraard de hele weg in de rug.
- Afstand middellang. Zeg 16 km
- Route is deels natuur en deels stad.
- Lekkere koffie vooraf en koud biertje achteraf.
- Feestje na afloop en uiteraard met de eerste prijs naar huis.

Even realistisch: Ik heb nog niet zo gek veel wedstrijden geroeid en ik ontdek bijna elke wedstrijd nieuwe dingen. In het verleden heb ik erg genoten van bv de MPM, Veerse Meer en Weesp. Maakt me dus niet zoveel uit, de variatie is het leukst. Kom maar op wedstrijdseizoen 2022!!! En misschien ooit een HT of een buitenlandse wedstrijd...

Mijn motto = spot die fotografen onderweg en hoe kapot je ook bent, altijd blijven lachen voor de foto!
MPM 2021



Ik geef de pen door aan Bastiaan, roeier bij de Azorean High heren. Mijn vraag aan jou is: Hoe was je (voorbereiding op) je eerste HT?

AZOREAN HOUDT SCHADE BEPERKT BIJ RACE IN GROU



De roeirace in Grou is geen wedstrijd waar de heren van de Azorean High met veel genoeg naar uitkijken. Het parcours gaat door veel ondiep water waar het lastig inhalen is. En als je dan als laatste start en veel inhaalmanoeuvres moet uitvoeren, dan valt de uitslag vaak tegen. De beste uitslag de laatste jaren was een 6^e plek, maar we zijn ook wel eens buiten de top 20 geëindigd. Maar wat moet dat moet. En aangezien de wedstrijd dit jaar was genomineerd voor het klassement moesten we er toch aan geloven.

Dus met het plan om er maximaal voor te gaan (maar ook een beetje 'gezonde tegenzin') werd zaterdagochtend 7 mei de boot op de kar gezet en ging het op naar Friesland. De bezetting werd dit keer compleet gemaakt door Ricardo te lenen van de Kittens. En via de Rotterdamse connectie werd Aafke bereid gevonden om aan het roer plaats te nemen.

Terwijl Ricardo cruisend in zijn cabrio op zoek ging naar een Friese schone om aan de haak te slaan, hadden we in de auto tijd genoeg om de concurrentie bespreken en de verwachtingen te bepalen. Aangezien alle concurrenten aanwezig waren en iedereen vol in de training zit voor de komende HT-race, waren we van mening dat een top 10 plek nog wel eens een hele klus kon worden.

Eenmaal in Grou werd een rustig plekje opgezocht in de achtertuin van de Omgevingsdienst Fryslan. Die waren toch gesloten en de bordjes ‘verboden af te meren’ moeten ook niet al te letterlijk worden genomen.

Na een goed uur wachten, eten, drinken en bijpraten konden we inschepen en ons klaar maken om deel te nemen in de laatste startgroep van de race. Het zonnetje was verdwenen en de kille noordenwind begon wat aan te trekken. Met de wind op de kop begonnen we samen met de Anthony van Hoboken als laatsten aan de wedstrijd. De Rotterdammers konden al snel achter ons worden gelaten. Aafke schroefde haar stemvolume wat op om de achtervolging in te zetten op de rest van het veld. Het slagtempo hoog en met de kracht op de riemen kon de een na de andere sloep gestaag worden ingehaald. Aafke manoeuvreerde ons er soepel langs en kreeg hier en daar wat ruimte van de concurrenten om te passeren. Dat hebben we ook wel eens anders meegemaakt!

Natuurlijk slaat bij een wedstrijd van ruim 20 km de vermoeidheid toe, maar toch kon de sloep goed op gang worden gehouden. De moordende trainingsschema's van Hendrik ging hun nut bewijzen.

Na een eindsprint kon met een tijd van 1 uur, 50 minuten en 54 seconden klonk de verlossende toeter. De klus was geklaard en we ongeacht het resultaat konden we er tevreden op terugkijken. Vanwege de drukte bij de kranen besloten we om eerst de inwendige mens maar te verzorgen. Het zonnetje was inmiddels definitief doorgebroken en onder het genot van het nodige eten en drinken was het goed uit te houden. Maar de boot moet uiteindelijk toch een keer op de kar en uit ervaring weten we dat dit het beste gaat als er nog niet al te veel alcohol is genuttigd, dus werd koers gezet richting de kraan. Daar liep alles soepel. De boot werd snel vastgezet op de kar en het was weer op naar de thuisbasis.

Onderweg kwam het bericht dat we 8^e plaatst hadden behaald. Dat werd later bijgesteld naar een 7^e plek. Blijkbaar was het erg rumoerig in de feesttent of sprak de speaker met een stevig Fries dialect. In ieder geval een resultaat waar we vooraf voor getekend zouden hebben.

Hugo

AZOREAN HIGH PLOETERT ZICH IN LEMMER NAAR TOP

KLASSERING

Na een goede uitslag in Grou kon de Azorean High een week later opnieuw naar Friesland worden vervoerd. Dit keer voor de roeirace in Lemmer. De laatste jaren werd deze wedstrijd alleen door de AH heren geroeid als het echt nodig was voor het klassement. Maar voor deze keer werd er een uitzondering gemaakt. In de opmaat naar de Harlingen Terschelling race is het een goede voorbereiding en een mogelijkheid om de twee invallers, die het team tijdens de HT komen versterken, te laten wennen aan het wedstrijdtempo. Voor het sturen en aanjagen had Robert dit keer zijn oudste dochter van Terschelling laten overkomen om aan het roer plaats te nemen. Zij stond haar mannetje, dat was al snel duidelijk.

Na aankomst in een zonovergoten Lemmer was het al een behoorlijke drukte. Ondanks dat de wedstrijd niet was genomineerd voor de hoofdklasse, waren veel van de concurrenten wel aanwezig. Vlak na ons arriveerde ook de Mighty Mo. Beide sloepen lagen rustig naast elkaar te dobberen in afwachting van het wedstrijdgeweld.

En dat geweld liet niet lang op zich wachten. Alle deelnemende sloepen werden kort na elkaar in tweetallen weggeschoten. In de laatste start traden we aan met de snelle L8 die een thuiswedstrijd roeide.



Na het startschot roeiden we via het Stroomkanaal de beruchte Grote Brekken op. Dit Friese meer zouden we drie keer oversteken voordat we via het kanaal weer naar de finish konden gaan. Maar die finish was nog ver weg. Met de wind in de rug tikten we de 12 km/u aan en konden we de eerder gestarte sloepen soepel inhalen. Na het keerpunt ging het wind tegen wat moeizamer, maar toch kon de inhaalrace worden voortgezet. Na heen en terug te hebben geroeid over de Grote Brekken draaiden we de gevreesde Lange sloot in.

Het water werd smaller en ondieper. Voor de echte vernauwing konden we nog mooi een hele zwik sloepen passeren waarna we zonder gedoe door het bruggetje konden varen.

Via de Lange sloot, De Ie en de Walsloot ging het weer terug de Grote Brekken op. Dan zitten er al ruim 17 van de bijna 23 km op, maar het sleuren door de smalle sloten eist zijn tol. Het lijf is de inspanning beu en toe aan rust, maar daarvoor moeten eerst nog bijna 6 zware kilometers worden afgelegd. Tegen de wind in het open water over.



Onze invalstuur liet zich niet gek maken en manoeuvreerde ons soepel door alle drukte heen. Na de vaargeul veilig te hebben gepasseerd kregen we de Urkers in de Jan van den Berg in het vizier. En na de Urkers te hebben verschalkt lag er nog maar één sloep voor ons, de West Arvada uit Terschelling. Aan het eind van het meer konden we de Terschellinger dames passeren en lagen we voorop in het veld. Op het tandvlees roeiden we door het Stroomkanaal richting de finish. Na 1 uur, 59 minuten en 41 seconden zat de strijd erop. Nog net binnen de 2 uur. Geen recordtijd voor ons, maar er stond ook nog best een stevige bries. We konden tevreden zijn. En dat waren we helemaal toen we de uitslag hoorden, een derde plek! Dat is gezien het parcours een hele nette prestatie.

Nu op naar de HT-race!

Hugo

FEROX ROEIT KAAGRACE ONDER ZWARE OMSTANDIGHEDEN

Zaterdag streden vier teams van de Katwijkse roeivereniging Ferox in de jaarlijks Kaagrace. Een race van 15 km over de Kagerplassen, met een stevige westenwind werd het geen gemakkelijke wedstrijd. De heren van de sloep Azorean High hebben met een vierde plek in het hoofdklassement een knappe prestatie geleverd onder deze moeilijke omstandigheden. Het team in de sloep Mighty Mo werd tweede in de eerste klasse.



Dames Azorean High

Uit het hele land waren roeiteams naar de Kaagsociëteit gekomen. Nadat de dames in de ochtend het parcours hadden afgelegd was het in de middag de beurt aan de herenteams.



Heren Azorean High

Vanaf de starttoren ging het eerste stuk wind mee richting de Ringvaart. De heren van de Azorean High hadden een snelle start, maar ook de Terschellingers in de Gouteyk waren duidelijk in goede doen. Wind mee liep het allemaal soepel, al ging de warmte de roeiers wel parten spelen. Ook eisten de ondiepe stukken hun tol. Vanaf het keerpunt bij de Kever was het bijna 6 km lang tegen de wind in beuken. Dan moeten de verschillen worden gemaakt. Met een hoog slagtempo en krachtige slagen werd het zwaarste stuk van de race onder luide aanmoedigingen van alle watersporters afgelegd.

Na nog een laatste keerpunt was het met de wind in de rug op naar de finish. Met een tijd van 1 uur en ruim 22 minuten klonk voor de Azorean High het verlossende eindsignaal. Niet veel later kwamen ook de heren in de Mighty Mo en het Mixteam in de Thussen Uit over de eindstreep.



Kaagrace: Mighty Mo



Kaagrace: Mixteam in de ThussenUit

EEN BERICHT VAN DE VEILIGHEIDSCOMMISSIE

Matrix 2.0

De afgelopen periode stond voor ons vooral in het teken van de matrix over de bemanningssterkte. Daar waren een aantal redenen voor. We hebben als vereniging de matrix nu een aantal maanden toegepast, ook tijdens een periode waarin het langdurig hard waaide. De kritische leden van onze vereniging, waaronder ook wij als veiligheidscommissie, kregen het gevoel dat er finetuning nodig was. Daarnaast heeft het bestuur eisen voor bekwame stuurlieden vastgesteld. Die moesten er ook in worden verwerkt. En we wilden er ook meteen een totaaloverzicht van maken met alle facetten die van belang zijn bij het sturen van de sloep.

Dit heeft geresulteerd in een behoorlijk uitgebreide matrix. We hebben geprobeerd een compleet, maar ook leesbaar model op te stellen. De aangepaste matrix staat inmiddels op de website en hangt (als het goed is) ook op in het boothuis. Het is misschien even wennen, maar we hopen dat hij nog steeds goed leesbaar is. Zijn er vragen of opmerkingen dan horen wij dat graag.

Aspirant stuur en bekwame stuur

Het kan niet vaak genoeg worden gezegd: de stuur heeft een belangrijke verantwoordelijkheid. Daar moeten we niet nerveus van worden, maar we moeten het ook niet onderschatten. Daarom heeft het bestuur de uitgangspunten voor het veilig sturen vastgesteld en ook de eisen bepaald waar een bekwame stuur aan moet voldoen.

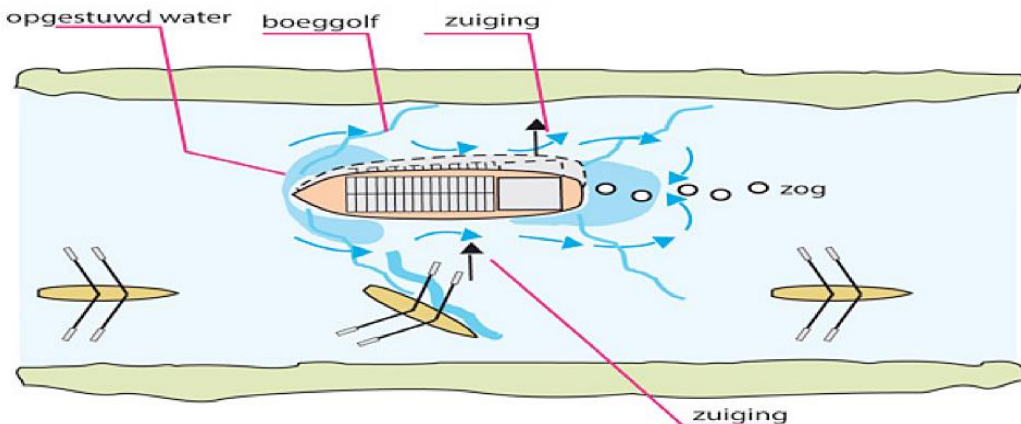
Niet alle teams zijn hetzelfde. Er zijn teams die alleen overdag roeien, teams die alleen bij gunstig weer roeien en teams die onder (bijna) alle omstandigheden het water op gaan. Dat zorgt ervoor dat niet aan alle stuurlieden dezelfde eisen hoeven te worden gesteld. Daarom is er gekozen voor een onderscheid tussen een bekwame stuur 1 (basis) en een bekwame stuur 2 (gevorderd). De eerste aspirant stuurlieden zitten inmiddels 'in de opleiding'. Dat is goed nieuws. Voor deze aspirant stuurlieden is het belangrijk dat ze meters maken. Want zo leer je het beste de theorie in de praktijk toe te passen.

Hoe zit het ook alweer met... het passeren binnenvaartschepen

We komen ze niet heel vaak tegen, maar ze varen wel regelmatig over bijvoorbeeld de Oude Rijn: binnenvaartschepen. Een aantal zaken zijn belangrijk bij het passeren van binnenvaartschepen.

Als je een binnenvaartschip tegenkomt kan je last hebben van zuiging.

Die ontstaat doordat het schip tijdens het varen water wegduwt, dat water loopt langs beide zijden het schip weg en komt na het schip weer bij elkaar. Bij het passeren van een schip kan je eerst door de boeg golf worden weggeduwd en daarna naar het schip toe worden getrokken. Hou hier rekening mee en zorg ervoor dat je altijd voldoende ruimte tussen het binnenvaartschip en de sloep.



Iets anders dat belangrijk is, dat is de dode hoek. Zeker lege binnenvaartschepen hebben een grote dode hoek voor de neus zitten. Soms wel van een paar honderd meter lang. In die dode hoek varen is gevaarlijk want de binnenvaartschipper kan je niet zien.

Veel schepen hebben wel camera's voorop, maar ga daar niet te veel vanuit. Een handige regel is: als jij de binnenvaartschipper kan zien, dan kan de schipper jou ook zien.

Vaar dus nooit vlak voor een binnenvaartschip.



Veel mooie en veilige trainingen toegewenst!

Namens de veiligheidscommissie
Hugo Barnhoorn

5200 KILOMETER ROEIEN

Waarom je nooit aan een roeitocht van 5200 kilometer moet meedoen, heb ik de vorige keer wel uitgelegd. En toch zijn er ieder jaar ongeveer 100 gekken op deze planeet, die solo, als duo, trio of met zijn vieren, deelnemen aan een bijzondere race, <https://www.taliskerwhiskyatlanticchallenge.com/>

Waarom dan?

Kijk naar de aftermovie van de 2021-editie en misschien, heel misschien, voel je een fractie van wat de deelnemers voelen. <https://fb.watch/dKMsb4Cyth/>

Waarom ik?

Is het de fase in het leven van een 55-plussende man? Sommigen laten zich tatoeëren of gaan met stramme kantoorledematen backpackend de jungle in, anderen berijden, met het haar getooid in een staart, een stoere motor. En ik ga een stukje roeien.

Juist in deze onzekere tijden, waarin de invloed van de mens op de aarde als nooit tevoren zichtbaar wordt, past ons bescheidenheid en een nederige houding. En ook al denken we met onze zonnecollectoren en elektrische auto goed bezig te zijn, we schieten wel badkuipen vol kerosine de lucht in op weg naar onze 'wilverdiende' vakantiebestemming.

En ik ben echt niet beter dan de rest, maar die bescheidenheid, die nederigheid, wil ik echt voelen. En daarvoor is 50 dagen op de enorme en onvoorspelbare oceaan het ideale middel. Weg van alles wat ons leven kenmerkt; de hoge verwachtingen, de hoge snelheid, de drukte, het moeten presteren, de vele signalen, de drang naar meer.

Ik wil weer voelen hoe minimalistisch leven, zonder luxe en comfort, veel geluk kan brengen. Ik wil het geen reset noemen, maar hoop wel terug te keren naar mijn fabrieksinstellingen en te ervaren dat de natuur beschikt en niet wij. 50 dagen alleen maar roeien, eten en slapen. Maar vooral ook een goed gesprek met roeimaat Kees, de helderste sterrenhemel, de mooiste zonsondergang, een vin, een staart, een dolfin, een walvis, zeeschildpad, of een verdwaalde vogel.

2 uur op, 2 uur af, dag en nacht. Nog 18 maanden!
Paul



CHINEES INDISCH RESTAURANT

金山酒樓

KAM SAN

Iedere vrijdag- en zaterdagavond Chinees en Indisch buffet

Hoorneslaan 201-203

2221 CP Katwijk aan Zee (Noord)

Telefoon (071) 4024085



CHINEES INDISCH RESTAURANT

廣東酒樓

KWANGTUNG

Tramstraat 3, Rijnsburg

Telefoon (071) 4025048)

SPECIALITEIT CANTONESE KEUKEN



Uw Echte Warme Bakker

C. Guyt

Roest van Limburgstraat 9

Tel. 4013739 - Katwijk

HISTORIE: RONDJE REM EILAND

Op uitnodiging van Roeivereniging De Kaag deed Ferox In augustus 2004 met een 2-tal sloepen mee om vanaf het strand in Noordwijk naar het toenmalige REM eiland te roeien. De Azorean High en de ThussenUit gingen goed door de branding op weg.



Het venijn zat echter in de staart, op weg terug door de branding sloeg de ThussenUit echter om en vielen alle roeiers in zee, gelukkig raakte niemand ernstig gewond. De sloep moest echter op de kant worden getrokken en door de grote hoeveelheid water in de sloep raakte deze defect tijdens het op strand trekken. Diverse doften waren gebroken waardoor het verband binnen de constructie weg viel. De sloep is uiteindelijk door Wim gerepareerd en weer in gebruik genomen!



ROEIKALENDER 2022

FSN roeikalender 2022 (data onder voorbehoud)

Voor een overzicht van alle evenementen, [klik hier >>](#)

29 jan '22	ALV			
5/6 mrt '22	Sleepweekend			
12/13 mrt '22	Sleepweekend			
19/20 mrt '22	Reserve Sleepweekend			
2 apr '22	14e Vechten op de Vecht	*	h/d	H/D
9 apr '22	20e Utrechtse Grachtenrace RonDom	*	h/d	
16 apr '22	18e Slag om de Zaan	*	h/d	H/D
nmb '22	12e Harlinger Kampioenschap Sloeproeven		h/d	
nmb '22	22e Roeisloopenrace Grou		h/d	H/D
nmb '22	4e Sloopenrace de Woude			
14 mei '22	25e Roeirace Lemmer OFK		h/d	
14 mei '22	5e Memorial Regatta			
27 mei '22	46e Harlingen-Terschelling Roeirace (HT)			
4 juni '22	14e Vuurtorenrace Urk		h/d	H/D
11 juni '22	15e Kaagrace	*	h/d	H/D
11 juni '22	2e Haal op gelijk in Harderwijk			
18 juni '22	12e Zwolse Grachtenrace	*	h/d	
19 juni '22	KNRM Zuiderzeerace. Lelystad		(Alleen Reddingssloepen)	
25 juni '22	15e Kameleonrace		h/d	
nmb '22	3e BT-race			
nmb '22	3e Slaag op Moojer Maos	*		
2 juli '22	Internationale Roeiregatta Haringvliet, Hellevoetsluis			
9 juli '22	8e Respec op de Lek		h/d	
9 juli '22	3e Berentocht			
16 juli '22	13e Mosselrace		h/d	H/D
5 sept '22	26e Maasrace		h/d	

CURSUSCOMMISSIE

Geslaagde proefronde voor Bastiaan

Bekwame stuur word je niet zomaar. Daar gaan heel wat praktijk en theorie uurtjes aan vooraf. Je moet o.a. op de hoogte zijn van de inhoud van het handboek Veilig roeien en sturen en de vaarbewaarkaart. Want om het water op te gaan met een team is het belangrijk dat je:

- De vaarregels kent
- De uitrusting van de sloep kent
- De roeicommando's kent
- De procedures en checklisten m.b.t. de voorbereiding van een training kent
- Weet hoe de matrix werkt
- Het vaarwater kent

Een hele kluit... maar zeker geen brug te ver voor Bastiaan, die met hulp van zijn zeeverkennerverleden toch snel klaargestoomd was voor het echte werk.

Woensdag 4 mei jl. heeft Bastiaan, onder toezicht van 3 bekwame sturen, zijn team vakkundig door de Noordwijkervaart gestuurd. Deze route bevat de nodige bochten, overhangende takken en smalle/ lange bruggen. Het goed aansturen van je team en de sloep is dan ook hard nodig. Bastiaan gaf duidelijke instructies en stuurde de bruggen goed aan. Zijn team had wat meer moeite met de lange afstand en kon het niet helemaal waarderen dat aan het eind van de route nog wat bijzondere verrichtingen geoefend werden. Voor Bastiaan was het echter een geslaagde ronde. Hij mag in het vervolg alleen met zijn team op pad. We wensen hem veel veilige roeikilometers.

Binnenkort gaan Henk-Jan en Ricardo ook op voor hun examen. Heel veel succes.

Wil jij je ook goed voorbereiden op het sturen? Verdiep je dan alvast in het handboek Veilig roeien en sturen. Je vindt hem op onze website (www.rvferox.nl) onder het kopje 'Veiligheid'.



INFORMATIE ROEIVERENIGING FEROX

Website	: www.rvferox.nl
E-mail algemeen	: info@rvferox.nl
Facebook	: www.facebook.com/RoeiverenigingFerox
Instagram	: www.instagram.com/ferox_roeivereniging
Rekeningnummer	: NL55RABO0332283623 t.n.v. Penningmeester r.v. Ferox

Bestuur

Alle bestuursleden zijn te bereiken via het emailadres: bestuur.rvferox@gmail.com

Voorzitter	: Gert-Jan van Zuijlen	06-47940440
Penningmeester	: Gijco Rijneveld penningmeester.rvferox@gmail.com	06-20139051
Secretaris/sponsoring	: Dominique Klok secretaris.rvferox@gmail.com	
Ledenadministratie	: Danielle van Leeuwen secretaris.rvferox@gmail.com	
Vicevoorzitter en		
Fondsenwerving	: Marco Bakker	06-25001481
PR + Promotie	: Arien van Egmond	

Commissies

Veiligheidscommissie	: veiligheid.rvferox@gmail.com	
PR commissie	: prferox@gmail.com	
Sponsorcommissie	: via info@rvferox.nl	
Onderhoudscommissie	: via info@rvferox.nl	
Clubhuiscommissie	: via info@rvferox.nl	
Activiteitencommissie	: activiteitenferox@gmail.com	
Cursuscommissie	: rvferox@gmail.com	06-20139051

Teamcaptains

Azorean High Dames	: Klasina Ouwehand	k.ouwehand@casema.nl	06-42637930
Azorean High Heren	: Bas Langeweg	baslangeweg@hotmail.com	06-38757233
Bacchus Heren	: Gert-Jan van Zuijlen	gajvz1969@gmail.com	06-47940440
Bacchus Mixteam	: Arthur Appelo	arthur.appelo@outlook.com	
ThussenUit Mixteam	: Coby Ouwehand	via info@rvferox.nl	06-12311236
Recreanten	: Aad Langeweg	aad.langeweg@gmail.com	06-37544464
	Lenja van Heteren	ljvanheteren@hotmail.com	06-24427993
Recreanten wo/vr	: Gijco Rijneveld	gcrijneveld@gmail.com	06-20139051
Veteranen	: Aad Langeweg	aad.langeweg@gmail.com	06-37544464
	Teun Barnhoorn		06-57096919
Kittens	: Ricardo Vliegthart		06-41781660

't Sloepie

Eindredactie	Aad Langeweg	aad.langeweg@gmail.com	06-37544464
--------------	--------------	--	-------------



Katwijk

Roeiers met passie