

Clubblad van Roeivereniging Ferox

'T SLOEPIE

Jaargang 22

Juni 2024

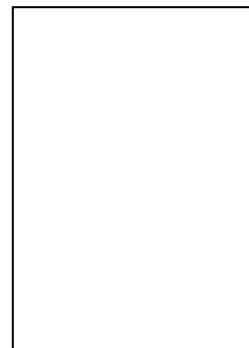


Mighty Mo ■ Thussenuit ■ Bacchus ■ Azorean High



www.rvferox.nl

info@rvferox.nl



Wesseling Logistics



Inhoud

Sloep- en bordspansoren	4
Kort nieuws	5
Gure omstandigheden bij Slag om de Zaan	6
Een bericht van de veiligheidscommissie.....	11
Boys of Summer roeide de HT in de Katowice	13
Dames roeiden de HT2024.....	16
Vuurtorenrace 2024.....	18
FSN Roeikalender 2024 (onder voorbehoud	20

Bij Biketotaal-Luyten hebben tweewielers altijd voorrang!

Wij staan voor kwaliteit, klantgerichte dienstverlening en deskundige voorlichting. Ons assortiment is zeer uitgebreid, zeer divers en verandert 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



SLOEP- EN BORDSPONSOREN



Thunnissen Onderhoud

MARINA | *Rijnsburg*



Hoevens Assurantiën



Rabobank



KORT NIEUWS



De dames roeiden de HT dit jaar in de Azorean High. Het was zwaar maar toch buffelden ze door en bereikten ze na 2.47 uur de finishlijn. Dit was goed voor de 4^e prijs!

Zie het wedstrijd verslag verder op pagina 17.





**Voor eerlijk advies
en een prachtige fiets**

Kom bij ons langs voor:

- Advies
- Reparatie
- Onderhoud
- Alle soorten fietsen

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



GURE OMSTANDIGHEDEN BIJ SLAG OM DE ZAAAN



Na een wat minder optreden in Harlingen was het op 20 april tijd voor de Slag om de Zaan. Een wedstrijd van de heren van de Azorean High wat 'mixed feelings' bij hebben. Vroeger was het een redelijk lange wedstrijd over de brede meanderende Zaan waarbij (heel belangrijk) de snelle sloepen als eerste mochten starten. Sinds een paar jaar is de wedstrijd ingekort, zit er een zijhaven met een 180 graden bocht in het parcours en is de snelle start afgeschaft. Dat betekent dus als laatste starten en alles moeten inhalen over een parcours met meerdere lastige bochten.

Maar verder hadden we er natuurlijk wel zin in! Al leken de weergoden daar anders over te denken. Een koude noordenwind, korte hevige regenbuien en een dik wolkendek maakten het niet bepaald aangenaam. De spaarzame momenten dat de zon doorkwam gaven de dag toch nog een beetje kleur.

Netjes op tijd arriveerden wij bij de kranen en de Azorean lag al snel afgemeerd bij het vaste plekje tussen de bejaardenwoningen. De ouwertjes stonden ons nog net niet met koffie en een kaakje op te wachten.

Toen de organisatie de tent had opgezet, konden we daar schuilen tegen de elementen. Langzaam maar zeker kwam er steeds meer roeiersvolk naar het terrein en ook het mixteam van ThussenUit was al snel present. De Ferox dames konden zich thuis nog even omdraaien, die zouden pas 's middags aan de bak gaan.

Na het palaver konden we al snel beginnen met inschepen. Nog even snel bij de bejaardenflat schuilen tegen de regen en toen moest het gaan gebeuren.

Als laatste verschenen we aan de start, samen met de 'kanonnen' uit Makkum in de Twirre. Na de start volgde eerst een kort stuk naar de sluis, daar keren en vervolgens volle bak tegen de wind in richting de Zaanse Schans. De vaart bleef er goed in. Af en toe moest er een tandje bij om een voorganger net voor een brug of een bocht in te halen. Als zoiets dan ook telkens lukt, voelt dat toch lekker.

Alleen de beruchte zijhaven gooide roet in het eten. Bij het indraaien lagen we vlak naast onze clubgenoten in de ThussenUit. Die gaven zich niet snel gewonnen en we moesten met een ruime bocht de haven indraaien.

Daarna was het werken om een beetje vrij baan te krijgen bij het keerpunt. Dat lukte redelijk, maar het blijft een gedoe. De Regatta uit Rotterdam voer duidelijk een andere koers en toucheerde ons nog even. Vervolgens ging het langs de Zaanse Schans naar het keerpunt, terwijl de wind zijn best maar bleef doen om ons terug te blazen. Dat het flink werken was blijkt wel uit de vertrokken bekkies op de foto's.





Na een soepel keerpunt was het even zoeken naar de juiste slag. Het gaat dan wind mee ineens zo licht dat je het gevoel hebt dat je je kracht niet kwijt kan. Maar Kees bleef scherp op de techniek en zo kwamen er toch weer aardig in.



De inhaalrace was ruim 2km voor het eind afgerond toen we de laatste voorganger verschalkten. Nu hadden we ruim baan naar de finish.



Op de kade stonden de dames ons al op te wachten en dat was duidelijk te horen! Na ruim 1 uur een 11 minuten zat het erop. Behoorlijk afgepeigerd klauterden we uit de boot om daarna snel op krachten te komen. Voor ons was de klus gekaard. Nu was het nog aan de dames (en Kees). Natuurlijk konden die ook op de nodige aanmoedigingen rekenen. Zij hadden het deelnemersveld aanzienlijk eerder te pakken en ruim voor de rest knalden ze over de finish.

Na de Azorean weer op de kar te hebben gezet, gingen wij huiswaarts. Een podiumplek was toch niet binnen bereik, dus die prijsuitreiking geloofden we wel. Gelukkig komt er altijd wel weer een uitslagenlijstje voorbij in de avonduren. En als dan blijkt dat de 6^e plek is behaald, is dat zeker geen verkeerde prestatie.

Hugo

REPORTAGE Pittige editie Slag om de Zaan heeft amper effect op de sfeer en het humeur

Zwoegend op het water, zwalkend naar huis

De Slag om de Zaan lokte zaterdag 73 sloepen in de rivier. Mannen en vrouwen die een zware roeitocht in wind en regen zonder mokken prefereerden boven heerlijk thuis een kopje thee drinken op een luie stoel. „Je bent achteraf trots dat je het gedaan hebt.”



Frank Klein Arfman
f.kleinarfman@redacties.nl

Zaans ■ Ruim twaalf kilometer zwoegen in een sloep door het Zaanse water. Een inspanning die de spieren sneller verzuurd dan de zon een pak melk. Maar alle deelnemers zijn na afloop maar wat blij dat ze het wederom hebben gedaan.

Hoe zwaar het was deze zaterdag? André Groot geeft het antwoord door zijn handen te tonen. „Blaren... En ik heb nog meer blaren op plekken die ik je niet zal laten zien.” Maar blaren kunnen er toch ook op wijzen dat iemand ongetraind is? „Tja, zou kunnen. Maar dat is zeker niet het geval. Ik train driemaal per week.”

Het was een pittige editie voor de herensloepen die deze zaterdag als eerste startten. Regen en op het eerste stuk een fikse en best koude wind tegen. De dames, die later in de middag aan hun race begonnen, hadden het iets minder zwaar. Maar het deert Jort van Wilgenburg (40) niet. Hij en André deden mee met het Westeinder Sloeproiteam. „Dit voelt een beetje als een thuisrace voor ons.” Hij geniet van sloeproeien. „Het is een heel eensgezinde sport. Heel sociaal ook onderling. We roeien tegen elkaar, maar na afloop drinken we samen.” Hij voelt de inspanningen van eerder vandaag nog in zijn hele lichaam, vertelt hij. „Het is zwaar. Fysiek, conditioneel en mentaal. Maar ik ben trots dat we het weer gedaan hebben.”

Banaan

In een andere boot gaat een fles kruidenbitter rond. In de boot staan ook nog twee kratten bier paraat en er liggen al wat lege bierblikjes her en der. In een bekerhouder figureert nog een eenzame geheel intacte banana, die na de race geen enkel doel meer lijkt te dienen.



De wedstrijd in volle gang.

„Drank na de wedstrijd hoort erbij”, lacht Jort.

In de tent verderop zetten de gefinishte sloeproeiers het ook op een drinken. De drie muzikanten van The Tall, the Fat and the Ugly leunen de boel op met live muziek. Elk team krijgt een kruidenbitter na de finish, en maar weinig flessen zullen de reis huiswaarts in gevulde staat meemaken.

Car Husslage, van de organisatie, heeft vandaag de start- en finishtoe-ter bediend. Een collega laat met een

Eerst tegen elkaar roeien, daarna samen drinken

serieus gezicht even horen hoe dat klinkt, terwijl hij zegt: „Even de oortjes dicht.” Het klinkt, niet heel verrassend, als een toeter.

„Volgend jaar kunnen we waarschijnlijk weer de oude route van ren”, stelt Car. De werkzaamheden



Een boot van de Hogeschool van Amsterdam.

aan de brug op het oude parcours zijn immers afgerond. Hij denkt dat het een zware editie was van Slag om de Zaan. „Er was regen en er stond een fikse wind.” Hij is tevreden over het deelnemersveld. „Er zaten zelfs sloepen bij uit Zeeland en Terschelling.”

Maar, zo stellen de roeiers van Team Arad: „Het was pittig, maar we zijn wel wat gewend, hoot. Wij komen van Terschelling, daar waait het altijd.” Ze zijn tevreden over hun race. Al moeten ze nog afwachten op welke plek ze zijn geëindigd.

FOTO'S MARCEL MOLLE

Omdat elke sloep anders is, net als het aantal inzittenden, wordt de uitslag bepaald door het aantal geleverde wattages. Die berekeningen duren altijd even. „Maar je weet wel met welke boten je ongeveer te vergelijken bent. Dus als je die voorblijft heb je wel een idee over hoe het is gegaan. Ik denk dat we wel top vijf halen”, vertelt Gert. Dat klopt, ze worden vierde. Achter winnaar Grutte Bear en Serdon en Polyester. De dames moeten dan nog finishen.

Een mooie dag

Saskia, Corina, Petra en de jarige Coby zijn al op weg naar huis. Zij wachten de uitslag niet af. „Wij hebben een gemengde boot, met vier mannen en vier vrouwen. Daarom maken we nooit kans op een hoge klassering, want als er maar een man in de boot zit, doe je mee als herenboot. We hopen dat er ooit een gemengde categorie bijkomt.”

Maar het verpest hun dag zeker niet. Ze glimpen en lachen. Ze zijn kaporgegaan en hebben daarna gezellig samen wat gedronken. Het was een mooie dag.

EEN BERICHT VAN DE VEILIGHEIDSCOMMISSIE

Bekwame stuurlieden

De dagen worden langer en dat is een uitgelezen kans om als aspirant stuur aan de slag te gaan. Dus neem die stap, ga aan het roer staan en probeer de basiskennis op te doen. Als je zo verbent (of je denkt erover na), kijk dan ook naar het handboek 'Veilig roeien en sturen' op onze website.

En heb je vragen... neem dan gerust contact met ons op.

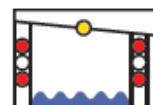
Bruggen en ander scheepvaartverkeer

Veel teams breiden hun trainingsroutes weer wat uit. Daar zullen al snel de nodige bruggen bij moeten worden gepasseerd. Sommige bruggen zijn 'vast' en kunnen niet open. Als je bij een vaste brug een tegenligger treft, moet je als stuur opletten.

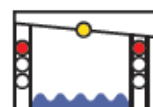
Is het een gemotoriseerd schip (pleziervaarttuig) dan heb je als roeiboot voorrang. Maar de kans is groot dat zo'n varende recreant dat zelf niet weet. Zorg er dus altijd voor dat je nog kan uitwijken om aanvaring te voorkomen.

Hieronder staan de belangrijkste brugseinen

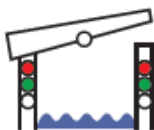
Dubbel rood: de brug wordt niet bediend, er is geen brugwachter aanwezig. Als het veilig is mag je doorvaren, maar let op tegenliggers.



Enkel rood: de brug wordt bediend. Als het veilig is mag je doorvaren, maar let op tegenliggers.



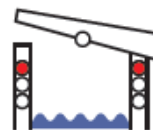
De brug wordt geopend zodat scheepvaart kan passeren. Het **gele middenlicht is uit**: je mag aan beide kanten (nog) niet doorvaren.



← Als je dit ziet mag je straks eerst door de brug.

Als je dit ziet, moet je wachten op de tegenligger die mag eerst.

→

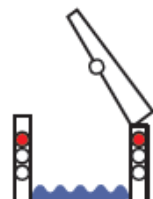
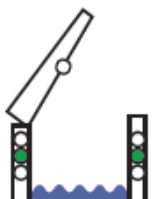


De brug is open:

← deze kant mag doorvaren.

Deze kant moet wachten.

→



Op de wat bredere vaarwegen zijn de bruggen beweegbaar. Als zo'n brug wordt geopend, geven de brugseinen (dat zijn de lampen aan de zijkanten van de brug en boven het bruggat) aan wie voorrang heeft.

Zorg er altijd voor dat je als stuur door de brug kan kijken of er wat aan komt. Zeker bij bruggen in bochten is dat belangrijk om te voorkomen dat je wordt verrast.

Laatste tip: op de website van de vereniging staan afbeeldingen hoe je het beste de Sandtlaanbrug en de Joop van der Reijdenbrug kan benaderen. Goed om nog even te checken.

Namens de veiligheidscommissie

Hugo Barnhoorn



Uw Echte Warme Bakker

C. Guyt

Roest van Limburgstraat 9
Tel. 4013739 - Katwijk

BOYS OF SUMMER ROEIDE DE HT IN DE KATOWICE

Het was het eerste weekend '24. 'De Boys of Summer' zitten midden in hun winterslaap, de vuurwerkdampen zijn nog maar net opgetrokken en de kater van Oud en Nieuw ebt nog na. Dan opeens een bericht in onze whatsapp.groep met de vraag van een roeister van de Katowice of we interesse hebben om met haar sloepje de HT. te roeien dit jaar. Plotseling ontwaakt iedereen en binnen enkele minuten hebben zich er zes teamleden aangemeld, twee hebben geen interesse en drie willen reserve zijn. Commotie alom. "We gaan alleen voor de eerste prijs", "Wanneer kunnen we beginnen" en "We roeien de HT binnen de drie uur". Maanden later volgde pas de echte bewustwording met wat voor een sloep en wat we eigenlijk gingen roeien.

Uiteindelijk roeide er vier van de zes roeiers hun eerste HT. en was het de eerste keer dat onze stuurman de HT. stuurde. Dat hij jaren lang op een vissersboot heeft gewerkt, vele stormen heeft doorstaan en inmiddels ook tijdens wedstrijden z'n mannetje staat, gaf ons hoop dat het wel allemaal goed ging komen. Er zouden bij hem vele uren studeren van de waterkaart en menig slapeloze nachten tot de HT volgen.

De HT is een wedstrijd voor roeiers, maar zeker ook tussen de stuurmannen/ -vrouwen. Juiste informatie over stroming, (on)diepten, tactieken wordt geheim gehouden en dus niet aan elkaar doorgegeven, zelfs binnen Ferox niet. Nou ja, één tip van Kees dan: "Neem en kussentje mee want het is een lange tocht".

Een opzet voor een trainingsschema werd gemaakt, maar niet uitgevoerd. Voorbereiding zoals de heren van de AH al jaren doen werden niet gekopieerd, de Boys deden het op hun manier. Dat ging niet zonder slag of stoot. De ene kampte met een knieblessure, de ander met een schouder- en elleboog blessure, een pols werd gebroken tijdens wintersport (na een amoureuze foto eerder die dag), iemand moest "opeens" verhuizen terwijl hij daar al drie jaar op wacht, een huis moest verbouwd worden, men ging op vakantie, revalidatie na een rugoperatie, en familie deed af en toe een beroep op aanwezigheid thuis. Werktijden waren soms een probleem, maar trainen en zelfs de HT roeien tussen twee nachtdiensten door bleken geen belemmering te zijn. De gehoopte snelheden tijdens trainingen en de wedstrijd in Weesp werd niet gehaald en deelname aan de wedstrijd in Grou ging niet door wegens tekort aan teamleden. Af en toe werd er, noodgedwongen, van andere leden van Ferox gebruik gemaakt voor inval om te roeien of een stuurbeurt. Uiteindelijk waren de twee teamleden die zich als reserve hadden opgegeven hard nodig om de uiteindelijke bezetting van de HT compleet te maken. Uiteindelijk roeide we alleen tijdens de HT. in de definitieve bezetting.

Ondanks alles werd er toch wekelijks twee keer geroeid in de MightyMo en de laatste weken op extra op woensdagavond in de Katowice. Op de laatste twee zaterdag roeiden we drie uur in de Katowice waarbij Siem na een uur roeien bijna thuis werd opgehaald. Dit gaf toch enige hoop op een goede afloop, wel beseffend dat finishen binnen drie uur niet realistisch zou zijn.

De indrukken na de eerste training in de lila sloep: 'n notendopje, véél speling in de dollen, lage maximale roeisnelheid, je moet geduld hebben, er is tijd genoeg om naar de omgeving te kijken, lilakleur riemen, problemen met voetenboorden, "Terschelling is nog ver" en de Olympische gedachten.

Kort voor de HT kregen we bericht dat er een prijs voor de snelste zespersoonssloep te verdienen was. Dát werd dus een extra uitdaging naast de uitdagingen om eerder te finishen dan de dames in de AH (die een uur later startte) en de Bacchus. Gelukkig was iedereen op tijd in Harlingen en startte we in de tweede startgroep te midden van anderen zes- en achtpersoonssloepen. Dat is heel wat anders dan starten verderop in het veld met de Bacchus, of, zoals voor de AH gebruikelijk, in de laatste startgroep.



Iedereen roeide zo hard als hij kon en de stuurman bleek alle uren van voorbereiding en slapeloze nachten niet voor niets te hebben gemaakt. Als zesde sloep gingen we over de finish, ruim voor de Bacchus en de dames in de AH.



Voor het eerst in de geschiedenis van Ferox wonnen we de prijs van de snelste zespersoonssloep én bleek het ook de eerste keer dat er een team van Ferox met de Katowice de HT roeide, ondanks dat ze jaren lang eigendom is geweest van Floor Maitimo. Eerlijk gezegd, het weer zat zeker mee, maar dat gold ook voor alle deelnemers tijdens deze HT.



Met veel ervaring zijn we teruggekomen in Katwijk en hebben we inmiddels de trainingen in de MightyMo weer hervat. Dat het naar meer smaakt is zeker en we zien er naar uit om volgend jaar met het gehele team de HT te roeien. Op dus naar de HT van '25.

Met de toch nog gegeven tip van Kees aan Wim, ontvangen in de feesttent tijdens de feestavond ná de HT, over een app van alle boeien van het Wad, moet er dan weer een goed resultaat mogelijk zijn.

CHINEES INDISCH RESTAURANT		CHINEES INDISCH RESTAURANT
金山酒樓		廣東酒樓
KAM SAN		KWANGTUNG
<i>Iedere vrijdag- en zaterdagavond Chinees en Indisch buffet</i>		
Hoorneslaan 201-203 2221 CP Katwijk aan Zee (Noord) Telefoon (071) 4024085	Tramstraat 3, Rijnsburg Telefoon (071) 4025048	
SPECIALITEIT CANTONESE KEUKEN		

DAMES ROEIDEN DE HT2024

Dit jaar kreeg het damesteam de kans om in de Azorean High deel te nemen aan de Harlingen-Terschelling roeirace.

Er werd een streng trainingsschema gevolgd, waarbij we drie keer per week trainden (duur, interval, kracht) Zelfs Koningsdag werd opgeofferd om de 24 km lange race in Lemmer te roeien als voorbereiding op de 'Koninginnerace'. De oranje pompouces onderweg maakten veel goed.

Intensief werd er geoefend met drinksystemen en voeding om het energieniveau op peil te houden tijdens de race.

Op 10 mei begon de dag met een heerlijk zonnetje en een matige wind. De wedstrijdspanning was voelbaar aanwezig. Voor diverse roeisters was dit de 1e HT en het blijft spannend wat we kunnen op zo'n afstand met ander water en wat je concurrenten doen. Terwijl de wind iets aantrok en de zon volop scheen, werd er rijkelijk met factor 50 gesmeerd om verbranding te voorkomen. Ook de vaseline ging rond voor de tere plekken. Na 'enig' toiletbezoek settelden de dames en Kees zich in de sloep om nog even warm te roeien richting de start.

Om 15.00 uur klonk het startschot en begon de ruim 32 km lange race naar Terschelling. Op het water was het een spektakel met al die sloepen en volgboten. Kees coachte het team via de beste route naar de overkant, terwijl de roeisters stevig doorroeiden.



Het tempo zat er goed in, maar het Schuitengat moest nog komen. Hier kregen we te maken met tegenstroom en tegenwind, wat de vermoeidheid deed toenemen. Toch buffelden we door en bereikten we na 2.47 uur de finishlijn.



Tot onze verrassing bleek dit goed voor een 4e plaats. De ontlading was dan ook groot in de feesttent.

VUURTOREN RACE 2024

We schrijven zaterdag 25 mei, donkere wolken pakken zich samen boven de Flevopolder. De buienradar gaf allerlei onheilspellende berichten. Dus op het ergste voorbereid gingen de Ferox Heren met de Azorean op pad naar Urk. Het was tijd voor de Vuurtorenrace.

Na wat wedstrijden met 8 roeiers te hebben volbracht, konden we nu eindelijk weer eens met 10 man aan de bak. Bob had zijn halve wereldreis achter de rug, Glenn was hersteld en topfit en kersverse aanwinst Jens ging zijn eerste wedstrijd beleven. Mighty Mo-er Siem maakte ons team compleet en verving de uitgevallen Bastiaan.

Op Urk aankomen voelt als een warm bad. De gastvrijheid is top en al snel kregen we een mooi plekje in de haven toegewezen. Geheel tegen de verwachtingen in kwam de zon door... en goed ook. Toch die zonnebrand nog maar even tevoorschijn halen.

Na een overzichtelijk palaver over een overzichtelijke route konden we ons een beetje voorbereiden op de ruim 15 km lange tocht over het IJsselmeer.

In de jachthaven deden we nog even een poging tot inroeien om te checken of alles goed zat. Niet lang daarna barstte de strijd onder luid gejuich van de omstanders los.



De wind was gedurende dag wat gaan aantrekken en dat was goed te merken. Op de heenweg ging het grotendeels wind mee dus zat het met de snelheid wel goed. Kees bleef streng toezien op de techniek en probeerde iedereen bij de les te houden.

Al snel naderden we de windmolens en kwam het keerpunt in zicht. Nu kwam het erop aan. Met de wind tegen moest de boel op gang blijven. Dat was makkelijker gezegd dan gedaan. In onze ooghoeken verscheen de ThussenUit, maar die gaven zich niet snel gewonnen. De TU kon rekenen op invallers uit het damesteam en het mixteam van de Bacchus en liet zich van haar beste kant zien.



Met pijn en moeite kropen we verder door het deelnemersveld. Met de Urker haven in zicht konden we nog een paar verschalken en kwamen we als derde sloep uitgeput de haven binnen.

Gijco ging op een drafje (voor zover dat nog ging) de trailer halen zodat we de sloep weer snel op de kar hadden staan. Als één van de eersten binnenkomen heeft als voordeel dat je niet hoeft te wachten bij de kraan, maar in Urk betekent het ook dat je vooraan staat bij de versgebakken kibbeling en patat.

Alle Ferox leden verzamelden zich en het bleef nog lang gezellig. Totdat de lucht toch een beetje begon te betrekken. Met nog een reis voor de boeg besloten we om de prijsuitreiking maar niet af te wachten. Gelukkig kwam onderweg al snel het verlossende woord. En dat viel niet tegen. Een top 10 plek was reëel, maar met de behaalde 5^e plek waren we zeker tevreden. Nu op naar de Kaagrace!

FSN ROEIKALENDER 2024 (ONDER VOORBEHOUD)

Roeikalender Federatie Sloeproeien Nederland

Datum: 17 november 2023

Versie: 202402



Datum *)	Wedstrijd	Nominatie**)
zaterdag 30 maart 2024	Ijsselslag, Deventer	
zaterdag 6 april 2024	Vechten op de Vecht, Weesp	
zaterdag 13 april 2024	Utrechtse Grachtenrace RondDom	
zaterdag 13 april 2024	Harlinger Kampioenschap Sloeproeien, Harlingen	Hoofdklasse
zaterdag 20 april 2024	Slag om de Zaan, Zaandam	Hoofdklasse
zaterdag 20 april 2024	Roeisloepenrace Grou	
zaterdag 27 april 2024	IFK sloeproeien, Lemmer	Hoofdklasse
nnb	Sloepenrace De Woude	
vrijdag 10 mei 2024	HT Race, Harlingen Terschelling	
zaterdag 25 mei 2024	Vuurtorenrace, Urk	Hoofdklasse
zaterdag 8 juni 2024	Haal-op-gelijk-in-Harderwijk, Harderwijk	
zaterdag 8 juni 2024	Kaagrace, Warmond	Hoofdklasse
nnb	BT-race Breskens-Terneuzen	
zaterdag 15 juni 2024	Volvo Zwolse Grachtenrace, Zwolle	
donderdag 22 juni 2023	Kameleonrace, Terherne	
nnb	KNRM Zuiderzeerace Marken-Lelystad	
zaterdag 6 juli 2024	Roeiregatta Haringvliet, Hellevoetsluis	
zaterdag 13 juli 2024	Respec op de Lek, Culemborg	
zaterdag 20 juli 2024	Mosselrace, Bruinisse	
nnb	Mestreechs Sjoenste, Maastricht	
zaterdag 7 september 2024	Maasrace, Rotterdam	
zaterdag 14 september 2024	Slag om Willemstad	Hoofdklasse
zaterdag 14 september 2024	ZwarteWaterRace, Zwartsluis	
zaterdag 21 september 2024	Slag om Makkum	Hoofdklasse
zaterdag 21 september 2024	Veerse Meerrace, Kortgene	
zaterdag 28 september 2024	Langweerder Sloepenrace, Langweer	Hoofdklasse
zaterdag 12 oktober 2024	Grachtenrace, Amsterdam	
zaterdag 26 oktober 2024	Liwwadster Rondje, Leeuwarden	
zaterdag/zondag 2-3 november 2024	Muiden-Pampus-Muiden	Hoofdklasse

*) Data kunnen nog wijzigen

**) Nominaties zijn voorlopig

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/		
Ledenadministratie	: Hugo Barnhoorn	secretaris.rvferox@gmail.com 06-10095719
Vicevoorzitter en		
Fondsenwerving	: Marco Bakker	06-25001481
Algemeen bestuurslid	: Joop Koole	
Algemeen bestuurslid	: Kees Remmelzwaal	

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	: Kathinka de Ruiter	kathinkaderuiter@hotmail.com 06-41637930
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
Recreanten	: Aad Langeweg	aad.langeweg@gmail.com 06-37544464
	Johanna Paauw	pieterpaauw@hotmail.com
Recreanten wo/vr	: Henk Vliegenthart	06-57346374
Veteranen	: Aad Langeweg	aad.langeweg@gmail.com 06-37544464

't Sloepie

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



Katwijk

Roeiers met passie