



Vel Roet

December-Januar

År 2008/9

**Sæsonens sidste rotur er roet, standeren er strøget og
flidspræmierne er uddelt**



**Men HUSK:
Julestuen 19/12 og
alle de mange andre vinteraktiviteterne**



Medlemsblad for Roklubben SAS

ROKLUBBEN SAS

Postbox 150

2770 Kastrup

<http://roklubbensas.dk>

Islands Brygge 66 B, 2300 S

☎ 3257 3490

Amagerbanken konto: 5205 1526392

Denne side er blank pga
misbrug

Betyrelsessammensætning

Ved generalforsamlingen udtrådte Peter Clausen fra bestyrelsen. I stedet for Peter blev Anne Marie (Rie) Thalund valgt. Bestyrelsen konstituerede sig på bestyrelsesmødet d. 17. November:

Formand (direkte valgt)	Jan Peter de Baan
Næstformand & kaprochef	Helle Clemensen
Kasserer(direkte valgt)	Erik Nielsen
Rochef(direkte valgt)	Michael Olesen
Hus & Parkforvalter	Kurt Jørgensen
Trivselskoordinator	Anne Marie Thalund

På generalforsamlingen blev også valgt:

Suppleant (materialforvalter)	Just Holm
Suppleant (materialforvalter-elev)	Karsten Felland
Suppleant	Robert Hagen
Revisor	Pia Madsen
Revisor	Søren Uldall
Revisorsuppleant	Jørgen Adamsen

Derudover har vi nogle ildsjæle, som ikke er valgt, men alligevel laver et vigtig stykke arbejde for klubben:

Bladredaktør	Frede Madsen
Webmaster	Anne Marie Hein
Køkkenbestyrerinde	Lis Krøner

Nyt fra generalforsamlingen

Bestyrelsen fremlagde vores nye femårsplan, hvor vi foreslår at udskyde nyanskaffelser til der er et reelt behov for en ny båd. Med den nuværende bådpark skal der en båd ud, når der kommer en ny båd ind. Så længe bådene er reparerbare beholdes de. Planen revideres igen til næste år.

Varmrummet bygges igen op (er bygget op sidenhen), så der kan arbejdes under lunere forhold. Snoopy er lagt ind, og får den store tur i år. Hvis du vil hjælpe Just & co.: prøv at komme forbi tirsdag aften eller onsdag morgen. Bådene laver ikke sig selv!

Formanden

Formandens beretning

Generalforsamling i roklubben SAS, 23. oktober 2008

I årets løb fik vi nyheden om Torkild Brønnums død. Han var formand og igangsætter i roklubben igennem mange år. Æret være hans minde. Valther skrev et in memorial i bladet, så det vil vi ikke gentage her.

Generalforsamling 2007

Ved generalforsamlingen blev Michael Olesen valgt som ny rochef i stedet for den afgående rochef Valther Jørgensen. Resten af bestyrelsen fortsatte på deres poster. Ved standerstrygningen modtog Valther så endnu en gang en velfortjent stander.

Vinter

Vinterprogrammet indeholdt de velkendte elementer: BY-Orienteringsløb en gang om måneden, handikapløb mod naboerne fra BKC ad Lossepladsvej. Som sædvanlig var der gode og mindre gode løbeture, nogle gange ville benene godt, andre gange føltes de som beton. Fællesnævner var at det var mørkt, nogle gange koldt, men altid sjovt at være med i.

Vi deltog igen i det efterhånden verdensomspændende 8 GP, hvor vi klarede os ok midt i feltet, men dog klart foran vore naboklubber her fra øen.

Efter nytår genoptog vi handikaproning på ergometer, hvor det endnu en gang viste sig, at de gamle hajer er bedst til at dosere deres forbedringer over sæsonen.

Sommer

Efter standerhejsningen kom rosæsonen sædvanen tro langsomt i gang, i takt med det varmere vejr.

Instruktionen startede efter et rimelig besøgt åbent hus. Vi fik lidt færre nye roere igennem end sidste år, men der blev da arbejdet hårdt for at få dem lært at ro. Det viser sig at det er meget svært at få nye medlemmer til at blive en integreret del af klublivet. Typisk kommer en hel del af dem sporadisk eller slet ikke tilbage til klubben, efter at de er frigivet. Selv når de opfordres pr mail eller telefon til at deltage i aktiviteterne, er resultatet desværre magert. Dette viste sig ved amagerregattaen, hvor vi kun med besvær kunne sikre os at de tilmeldte kaninbåde vitterlig kom på vandet. Det er et vigtigt mål for bestyrelsen, at vi bliver bedre til integrationen af de nye, og dermed modarbejder den tendens at de ”gamle” roere holder klubben i gang og servicere de nye kaniner med klargjort materiel, hus og instruktion. Det samme billede viser sig dog også i andre roklubber, og er dermed ikke specifik for vores klub. Tak til alle dem der igen stillede op som instruktører.

Vores almindelige tirsdags- og torsdagsroning foregik i foråret noget i skygge af de mange kaniner, men tilslutningen er dog tilfredsstillende. Der er en del roere, der er glade for muligheden at vælge sluseræs, som er betegnelsen for en mere træningspræget tur mellem Langebro og Slusen. Torsdagsgrillen blev genoptaget, da vi kunne holde ud at stå udenfor, og gav en hel del hyggelige timer sammen.

Kaproning

I sæsonens løb har vi deltaget i en del forskellige kaproninger, med lidt forskellige resultater.

Der var Sved-På-Panden over 10 kilometer skiftevis hos os og i Hellerup. Dette arrangement er vokset til et af kredsens helt store aktiviteter, og der er da også rigtig mange hold i gang. Vores bedste hold lå lige under toppen, men stadig pænt i det store felt, som nu deltager. Efter roningen var forplejningen igen sat på skinner, så ingen gik sultne hjem.

Vi var vært for den første ASCA-turnering, hvor alle tre luftfartsklubber deltog. Det lykkes os heller ikke i år at slå Lufthansa-drengene, selvom løbet var meget tæt. British Airways måtte nøjes med sidstepladsen. Vi havde i hvert fald en hyggelig weekend sammen.

Vi sendte et hold af sted til Staines Regatta, lige akkurat nok til at fylde en båd. Heller ikke her kunne vi gøre os gældende. Der har været rapporteret om en god tur. Årets amagerregatta skulle afholdes hos os, og med de gamle planer hævet op fra gemmerne følte vi os fortrøstningsfulde, for det skulle vi nok klare. Selve organisationen viste sig at køre helt på skinner, både regattaen og den efterfølgende fest kunne der ikke sættes nogen finger på. En stor tak til alle der gav en hånd med, stor eller lille. Det er dejligt, når vi kan få tingene til at køre sådan i fællesskab.

På grund af en ny beregningsmetode blev vi kåret som årets vinder. Der viste sig dog et lille aber dæbt: Beregningen var ikke efter den metode, der var blevet vedtaget imellem amagerregattakomiteen og klubberne. Kommunikationsproblemer i disse internet- og email tider havde sørget for forvirringen. ARK skulle egentlig have vundet. Uanset det kan det ikke fratage os mindet om en rigtig dejlig dag både på vand og på land.

Kenneth var taget til paralympics i Beijing sammen med rolandsholdet. Anstrengelserne stod desværre ikke mål med resultaterne, men vi kunne på sidelinien heppe med på "vores" hold.

Der var et hold, der godt kunne tænke sig at måle sig med resten af landet i DFfR's Langdistancekaproninger. Vore roere kom til at slås mod Eriks gamle klubkammerater fra Nyborg, og nåede en hæderlig 4. plads.

For anden gang gennemførte KR Copenhagen Harbour Race, hvor vi sammen med ARK nu er med som partnere, hvor inriggerne starter fra os af. Erfaringerne fra sidste regattacafe kom igen i brug, og vore hold kom igen på en plads lige under toppen.

Ture

En gang om måneden blev der igen indkaldt til søndagsroning sammen med Roklubben Øresund. Fornøjelige ture som virkelig kan anbefales. Prøv det til næste år.

Vore roere ferierede på roer-maner i det store udland. Skjold blev sendt på grækenlandstur. Nogle var glade for, at den var der, andre håbede på, at den blev der.

Vores klub har i stigende grad været startpunkt for andre klubber, der låner både hos os, eller også overnatter her. Indtil nu er slitagen heldigvis begrænset til nogle småskader.

Materiel og hus

Vore både har det efter omstændigheder godt. Der er nogle stykker, som har fået revner og tager noget vand ind, og andre kunne bare trænge til at blive støvet lidt af. En stor tak til dem der gør noget for vores både, uden dem sad vi bogstaveligt med r.... i vandskorpen.

Huset blev både sidste år og i år besøgt af ubudne gæster. Sidste år gik det ud over hoveddøren, mens det i år både er et vindue i klubstuen, og dør og vindue i bådehallen, der blev smadret. Det er en rigtig ærgerlig tendens, som det er svært at dæmme op for så længe, vi bor i dette forladte område.

Fester

Roklubben kan ikke eksistere uden, at vi har en fest i ny og næ. Listen er lang, det dækker over standerstrygning, julestue, standerhejsning, jordbær og champagne, ASCA-træf, kanindåb og Amagerregatta. Stor tak til alle der var med til at få dem til at blive gode fester.

Kilometerjagerklubben blev ikke genoptaget i år, og faktisk har den slet ikke været efterspurgt. Selvom klubben som sådan kommer i mølposen, vil der forhåbentlig blive lavet en fastelavnsfest, hvor man derimod må betale ligeligt for at deltage!

Blad & WEB

Vi har i år lavet klubblad for to måneder ad gangen. Det er et rimelig forhold mellem hyppighed og aktualitet. Vi vil fortsætte med vores blad, som vi ser som et vigtigt redskab i klublivet. Vi forsøger at holde vores WEB opdateret så meget som muligt, og gøre det så levende, så det er attraktivt at gå ind på. Udover webben og bladet har vi i stigende grad forsøgt at nå folk ved e-mail, men det viser at have en forsvindende lille effekt. Det er lidt besynderligt, at det kan være så svært at få fat i vore medlemmer med alle de kommunikationsmidler, der er i brug.

Fremtid

Der har været afholdt møder mellem kommunen og interessenterne fra det såkaldte roklubområde, som omfatter stykket fra ARK indtil mekanikeren lidt mod syd. På trods af at alle interessenter undtagen kommunen er enige om, at det ikke er nogen god ide at føre en cykelsti igennem området, står kommunen helt fast og er ikke til at rokke i denne sag. På vejsiden af huset er det planen, at de fleste parkeringspladser forsvinder, når planen bliver til noget. På dette punkt kan vi kun håbe på den økonomiske afmatning, som vil give os nogle flere år, før det bliver gennemført.

Også københavntunnelprojektet kan, hvis det bliver til noget, betyde noget for vores farvand, for den planlægges at blive bygget enten langs med Enghave Brygge overfor klubben, eller lige langs med kysten på vores side, afhængig af linieføringen. Også her kan økonomien give et pusterum, men vi kan ikke vide os sikre.

Til slut kan vi sige tak for et godt år, som har givet os masser af gode oplevelser her i klubben og på vandet.

Formanden

Vinter træning

I år vil der være outrigger roning om søndagen, og det vil foregå i vores 8+ eller i 4+. Det kommer an på tilslutningen, men vi vil gerne give denne mulighed til dem, der har lyst.



Vi starter kl. 9 og slutter ved 11-12 tiden.

Der vil blive hængt sedler op i klubben med datoer på alle søndage frem til standerhejsningen.

Har du/i lyst, så kom ned og skriv jer på eller kontakt mig.

Rocheffen



Vinterfest

Vi har i år valgt ikke at holde fastelavn, da det ikke er alle der synes, at det er vanvittigt morsomt at klæde sig ud.

Det udelukker dog ikke en fest. Selvfølgelig skal vi have en fest. Datoen for en sådan er den 14. februar 2009, og vi har valgt at kalde den en vinterfest.

Nærmere oplysninger kommer i næste nr. af bladet.

Anne-Marie

Julestue. Lørdag d. 20 december kl. 18:30

Så er det tid igen til Roklubbens berømte julestue, med alle de faste traditioner i behold. Menuen består som sædvanligt af gule ærter, pølser og flæsk og ikke mindst pandekager til dessert.

Denne menu vil sammen med brændevin, juletræ og vand, skabe en glad og dejlig stemning. Måske også et par røde kinder hist og her, når der senere skal danses omkring træet.



Rygtet vil vide, at selveste julemanden vil gæste os, med en sæk fuld af prægtige gaver.

Kan det blive bedre !

Pris for hele dette arrangement er kun 95 kr. (Drikkevarer må du betale ud over)

Er du bare en slikmund og kun vil have pandekager, fås disse for 30 kr.

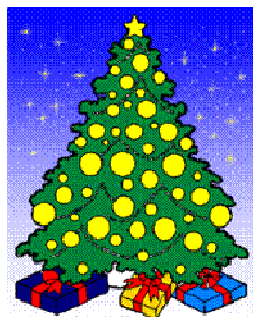
Desuden skal du huske en gave til ca. 25 kr.!

Skriv dig på listen i klubben.

Sidste tilmelding tirsdag den 16. december.

Dette var ordene, vi ses til Julestuen.

Anne-Marie



Velkommen til et nyt medlem

Niklas Hagstrøm er et gammelt medlem, som er ganske ung. Niklas har allerede været med i 8GP roningen på 25 km stafet. Velkommen tilbage.

Erik

Indbrud

Der har igen været indbrud i klubben, denne gang blev tre ruder smadret med dertil medbragte brosten. Da der ikke var noget at stjæle, måtte tyven(e) gå uden resultat. Politiet magter ikke at gøre noget ved det, så vi må bare få skaderne repareret endnu en gang.



Amagerregatta

Der har været møde i Amagerregattaen. ARK havde sidste år sekretær-tjansen, men vedkommende er flyttet til Århus. Hvis du ønsker at være sekretær for Amagerregattaen, så meld dig hos formanden.

De ændrede pointberegningsregler vil blive indarbejdet i reglementet, så vi til næste år undgår forvirring på dette punkt.

Formanden



Flaskebarometeret

”Drikkes der for lidt vin?”

Støtteforeningen G.A.S.’ flaskeindsamling går langsommere end før!

Flaskebarometeret står p.t. kun på kr. 2.810,12, så der et pænt stykke op til sidste års rekordbeløb på over 4.000,- kr.

Vi appellerer derfor til alle vin-nydere om at bringe de tomme vinflasker til Roklubben. Ikke blot Jeres egne, men også gerne dem fra Jeres naboer og andre gode mennesker, der nyder et glas vin en gang imellem.



Mange tak
Valther
(kasserer i G.A.S.)



Ergometer instruktion.

Der er et ønske om instruktion i ergometer (romaskine). Da der også er BKC løb om tirsdagen, vil der jo altid være en eller flere til instruktionen. Og på torsdage, hvor der ikke sker andet, såsom BY-O-Løb og 8GP er der også folk i klubben til at instruere.

Vel mødt
Michael



Announce : Festudvalg søges.

Jeg er kommet med i bestyrelsen, og skal bl.a. prøve at koordinere klubbens fester.

Til det skal vi selvfølgelig bruge nogle friske folk, som har lyst til at være med i et udvalg!

I "festudvalget" kan man være med til at præge festerne med gode / skøre og skæve ideer, eller andet vigtigt, såsom praktisk arbejde.

Uden hjælpere får vi ingen fester, så derfor hermed en stor opfordring til alle der har tid og lyst, meld jer til Anne-Marie på tlf. 38867650 / 25850002, eller e-mail : athalund@dbmail.dk

Jo flere, jo sjovere bliver det.

Vi ses
Anne-Marie



Copyright © PAWS, Inc.

Udviklingsplan for roklubområdet

Karsten, Rie og undertegnede var til møde omkring udviklingsplanen for roklub området. Den fremlagte plan giver en noget presset løsning, hvor hovedpunkterne er:

- Kystlinien bevares, både ved klubberne og beton-kanten ved SAKH/ mekanikeren
- ARK og BKC bygger nyt på deres egen grund. ARK har fået bevilget 2 mio. til 2010.
- Vi får lov at bygge en ekstra etage ovenpå klubhuset.
- BKC får lov at bygge et ”skur” halvt inde på vores grund, ca der hvor flagstangen står i dag
- Der laves en snoet sti igennem området som vil være grusbelagt. Kommunen er ufravigeligt på dette punkt.
- Daginstitutionen lægges der hvor SAKH-både ligger i dag.
- Mod vandet ved syd for BKC laves en trætrappe ned til en lang ponton - mest til andre besøgende.
- Der laves et kajahotel og kafe mellem SAKH og mekanikeren.
- En bygning fra SAKH og mekanikerens bygning består
- Der kan muligvis komme en bågbygger-klub eller noget sejlkлуб for småbåde.

Klubbernes samstemmende protest mod stien har endnu ikke givet effekt. Der kom et modforslag om at lede cyklisten ad en sti langs med BKC (på sydsiden) og så mod Nokken, så ville de kun miste 100m havnepromenade. Vi må se, hvad der sker.

Vi vil protestere mod at BKC får en bid af vores græsplæne til et skur. Næste der sker i dette, er at det fremlægges i Amager Vest lokalråd, derefter i Teknik og Miljø udvalget, og så til slut i Borgerrepræsentationen.

Formanden





Vi har roet de to første runder i 8GP, og der har været stor tilslutning. Det glæder mig meget, at der også er en del af de nye medlemmer, som deltager i år.

Selvom det var lidt hårdt, havde det ikke afskrækket nogle fra at deltage i 2. runde (25 km stafet, hvor vi skifter for hver 200 m). Den blev afviklet 27. november og blev roet af:

Hold 1: Michael, Kristian, Helle, Vibe, Erik, Ib, Bettina og Niklas.
De roede i tiden 1.27.45.3 time.
Hold 2: Valther, Sisser, Claus, Lis, Cathrine, Alice, Ea og Kia.
De roede i tiden 1.40.51.7.

Jeg synes, det er nogle flotte tider, og for hold 1 er det den bedste tid, vi har roet de 25 km på, siden vi begyndte med 8GP.

Tider fra 1. runde kan ses på hjemmesiden.

De næste runder af 8GP er:

Torsdag den 18. december	Distance 2 x 8 x 1000 meter
Torsdag den 29. januar	Distance 8 x 2000 meter
Torsdag den 26. februar	Distance 8 x 15 minutter

Alle dage fra kl. 18 og der er plads til flere hold, så skulle vi se, om der kunne blive til et 3. hold?

Rochefen

Svømmeprøve

Den 20. og 27. februar i Korsvejens svømmehal vil der være mulighed for at aflægge svømmeprøve. Så er din svømmeprøve ved at udløbe, eller har du lyst til en svømmetur så kom.

Helle



GAS GENERALFORSAMLING

I henhold til foreningens love indkaldes herved til ordinær generalforsamling i roklubbens lokaler, Islands Brygge 66B

Onsdag, den 18. februar 2009 kl. 19.00

Dagsorden som følger:

1. Valg af dirigent
2. Formandens beretning
3. Fremlæggelse af regnskab/fastsættelse af kontingent
4. Indkomne forslag – herunder disposition af midlerne
5. Valg af bestyrelse jfr. §6
6. Valg af suppleant
7. Valg af revisor og revisorsuppleant
8. Eventuelt/fremtidigt arbejde

Efter generalforsamlingen serverer bestyrelsen en let anretning til en yderst rimelig pris.

Bestyrelsen, med undtagelse af formanden, er på valg – men er villige til genvalg – så mød bare op.

Ring venligst til Valther (3252 3373), Jørgen Adamsen (3253 1911) eller Lis (3255 9032) eller skriv dig på listen i Roklubben, senest søndag, den 15. februar 2009, såfremt du ønsker at deltage i spisningen.

Med GAS-hilsen
Bestyrelsen





Motion og Tur

JULERONING

"Kredsens julegave til klubberne"
Lørdag d. 13. december 2008
i Langelinie Lystbådehavn

MTU inviterer hermed Kredsens jule-roere til hygge i B&W roklub i Lystbådehavnen.

Slip væk fra det sædvanlige juleræs for en stund og mød op fra kl. 12.30 til gløgg, æbleskiver og andet guf.

Arrangementet i B&W varer ca. 1½ time.

Prøv evt. om I kan låne både af klubberne i havnen.

Tilmelding til gløgg nødvendig.

Ring senest 11/12 til Eva Guld

☎ 39 62 76 80

eller mail eva.guld@jagtgaarden.telelet.dk

Ikke-roende er også meget velkomne.



Ergometer-handicap 2009

Igen i år inviterer klubben til den store, spændende og hyggelige handicap turnering i vores udmærkede Concept-2 roergometre. Det interessante ved denne konkurrence er, at alle kan være med, uanset alder, køn og styrke.

Alle får et startmål baseret på alder og køn efter det officielle handicap skema, og det der tæller er så, hvor meget man forbedrer fra gang til gang (...og måske en kende taktik!). Handicap systemet betyder, at alle har lige mulighed for at vinde.

Vi stiller 2 romaskiner op i klubstuen og konkurrencen går herefter ud på, at 2 deltagere ad gangen ror 4 minutter, og det noteres, hvor langt man har roet. Der gives points efter ens egen personlige forbedring fra gang til gang. Som tidligere år er deltagelse åben for alle, det vil sige, at ud over vore egne medlemmer kan også familie og venner deltage. Der er ikke noget krav om medlemskab af roklubben.

Der ros 6 gange i løbet af vinteren og datoerne er:

Torsdag, den 15. januar kl. 18.00

Torsdag, den 22. januar kl. 18.00

Torsdag, den 12. februar kl. 18.00

Torsdag, den 19. februar kl. 18.00

Torsdag, den 12. marts kl. 18.00

Torsdag, den 26. marts kl. 18.00 (Afslutning)

Det koster kun 40 kroner for alle 6 gange, og så får man oven i købet en T-shirt med tekst og årstal.

Det er tilladt at gøre lidt reklame for arrangementet, for jo flere deltagere vi er, jo sjovere er det at være med.

VI SES!

Efter bemyndigelse af Rochefen

Valther



Stillingen i BY-Orienteringsløbet

Per 6/11-2008

Lang rute	Tid	Points	evt bemærkninger
Michael Olesen	0:48:20	10	
Kristian Bøckhaus	0:58:40	9	
Erik Nielsen	1:01:40	8	
Jan Peter de Baan	1:02:25	7	
Valther Jørgensen	1:06:00	6	
Lis Krøner	1:17:30	5	

Kort rute	Tid	Points	evt bemærkninger
Jørn Rasmussen	0:42:45	10	
Vibe Jørgensen	0:45:40	9	
Pia & Frede Madsen	0:53:00	8	
Alice & Claus	0:54:15	7	
Just Holm	0:55:20	6	
Anne-Marie Thalund	0:59:50	5	
Anni Reinstrup &	1:08:30	4	
Elsebeth Werge	1:28:00	3	
Ketty Hansen	0:40:48	2	mgl post
Helle Clemensen			



Kilometerstatistik (top 30)

I alt roet i rosæsonen 2008

		Alle ture		Langture	
		ture	km	ture	km
1	Lis Krøner	83	1361	7	228
2	Kenneth Kronborg	12	1361	0	0
3	Valther Jørgensen	73	938	2	70
4	Erik Nielsen	58	903	8	310
5	Just Holm	50	844	3	152
6	Frede Madsen	52	759	6	218
7	Pia Boel Madsen	44	727	5	194
8	Søren Uldall	34	614	2	249
9	Michael Olesen	55	580	2	20
10	Ketty Hansen	43	547	0	0
11	Kurt Jørgensen	29	484	1	10
12	Jan Peter de Baan	26	477	2	252
13	Jørgen Adamsen	20	356	0	0
14	Elsebeth Werge	25	343	4	79
15	Claus Larsen	30	341	1	32
16	Elsebeth Andersen	33	330	0	0
17	Alice Larsen	26	330	1	32
18	Kristian Bøckhaus	24	313	2	70
19	Anette Kyster	27	287	0	0
20	Jørgen Pedersen	19	284	0	0
21	Jan Hellesøe	22	259	2	20
22	Jan Christiansen	20	240	2	20
23	Peter Clausen	18	236	0	0
24	Kim Andersen	21	235	0	0
25	Gertrud Kern- Jespersen	20	220	3	52
26	Birte Henriksen	16	211	1	32
27	Henrik Jørgensen	19	202	0	0
28	Günter Pries	16	184	0	0
29	Karina Jensen	17	153	0	0
30	Hans Lundeman	13	147	0	0

Kalenderen



December	04.	18:00	BY-Orienteringsløb
	13.		Juleroning til B&W
	18.	18:00	8GP 2x8x1000m ergometer stafet
	20.	18:30	Julestue: Gule ærter, flæsk, pølser, julemand og gaver
Januar	15.	18:00	4 minutters ergometerhandicap
	22.	18:00	4 minutters ergometerhandicap
	27.	19:30	Medlemsmøde: Genoplivning af km-jagerklubben?
Februar	29.	18:00	8GP 8x2000m ergometer stafet
	12.	18:00	4 minutters ergometerhandicap
	14.	18:30	Vinterfest
	18.	19:00	GAS generalforsamling samt spisning
	19.	18:00	4 minutters ergometerhandicap
		20:00	Medlemsmøde med regnskab for 2008
	20.	18:00	Svømning i Korsvejsbadet i Tårnby
Marts	26.	18:00	8GP 8x15 minutter ergometer stafet
	27.	18:00	Svømning i Korsvejsbadet i Tårnby
	12.	18:00	4 minutters ergometerhandicap
	26.	18:00	4 minutters ergometerhandicap (afslutning)
April	28.	15:00	Standerhejsning
	20.	18:00	Lokalstyrmands kursus (hele havnen)
	22.	18:00	Lokalstyrmands kursus (hele havnen)
Maj	27.	18:00	Lokalstyrmands kursus (hele havnen)
	05.	17:00	Åbent hus
	07.	17:00	Instruktion starter
August	18.	18:00	Sydhavns styrmandskursus (Langebro-Slusen)
	29.	12:00	Amagerregatta i B&W

Faste aktiviteter i vintersæsonen:

Tirsdage	18:00	BKC-Løbehandicap og anden motion
Torsdage		Motion, klubaften og (check kalenderen)

Vel Roet udkommer 6 gange om året og trykkes i A5 i 200 eksemplarer.

Vi modtager gerne reklamer i A4, som vi så trykker i A5.

Priserne til VEL ROET er per blad:

Hel bagside i farver: 250 kr.

Hel side i sort/hvid: 150 kr., halv side i sort/hvid: 75kr., kvart side i sort/hvid: 50 kr.

Oprettet 29-10-2008



Løbehandicap 2008-2009

Hej alle i BKC, SAS og ARK.

Der inviteres hermed til LØBEHANDICAP med BKC.

Vi skal starte 22 gange og første gang er tirsdag den 28. okt. 2008. Sidste gang er tirsdag den 7. april 2009. Intet løb den 23. dec. 2008 og 30. dec. 2007.

Ruten er den gammelkendte fra SAS, op ad Lossepladsvej til Sjællandsbroen og tilbage igen, en distance på ca. 4 km. Og da det jo gælder om at forbedre sig lidt hver gang og helst slå de andre på målstregen, kan 4 km jo være hårdt nok.

Der er startgebyr for hele sæsonen for kr. 50,- (betales 1. gang du deltager)

(det fulde beløb 50,- kr. er gældende uanset, hvornår man vil starte op)

Få noget for pengene – løb med hver gang.

Startgebyr går ubeskåret tilbage til deltagerne ved præmiering og afslutningsarrangementet.

SÅ OP PÅ DUPPERNE OG MØD FREM TIL START - HVER GANG.

Check ruten her til venstre.
Handicapløbsreglerne kan ses i BKC.

Vel mødt for tilmelding i BKC, hver gang fra kl. 18:00.

Den første start bliver skudt af kl. 18:15. Og efterfølgende er det kl. 18:15 den første løber startes.

Dette starttidspunkt kan evt. blive rykket frem, hvis vi har løbere/walkere som er mere end 30 min. om distancen.



Kontaktperson i BKC:

Erling,

email : erling.olsen@geagroup.dk