



Loodsflits n^o 3

november 2020



Bericht van de voorzitter – Ron Diercks

Lockdown....

“Rowlock” is het Engelse woord voor dol. Dus eigenlijk zou de Lockdown voor ons iets heel anders kunnen betekenen: zoiets van: de overslagen dicht doen en vastzetten. Varen! Helaas krijgt deze interpretatie bij de veiligheidsregio geen handen op elkaar.

Het blijft vooralsnog roeien met de (skiff)riemen die we hebben!

We organiseren van alles om in deze tijd als lid actief te blijven: ergometer instructie van

deskundigen, het “Hunze wintermenu”, “ergozoomen” en ook de aangepaste boerenkoolmaaltijd. Het zal zeker beter worden, maar in de aanloop naar ons lustrumjaar is het voor de commissie die hier zo veel leuke plannen voor heeft een behoorlijke teleurstelling dat alles voorlopig in de ijskast moest. Wat in het vat zit, verzuurt niet: zodra er weer gelegenheid is zullen we samen met jullie de 135^e verjaardag niet ongemerkt voorbij laten gaan.

We hebben al laten zien dat de lockdown ook positieve effecten kan hebben: een eerste stap richting het “coastal roeien” met de aanschaf van 2 coastal skiffs. Ik hoop dat we hiermee een groot aantal leden een nieuwe uitdaging kunnen geven, en dat we deze lijn in de toekomst kunnen uitbreiden.

Toch nog een ander puntje: denk er aan om bij het komen naar en verlaten van de loods niet over te stoep te fietsen, en sluit 's avonds zo veel mogelijk de rolgordijnen in de trainingsruimte: denk aan onze burens.

Blijf gezond en blijf dus actief!

In deze loodsflits:

Bericht van de voorzitter – Ron Diercks

Bericht van de penningmeester – Jos de Jong

18 december: aangepaste traditionele Hunze-Boerenkoolmaaltijd!

Ketencoaching

OECH

23 januari 2021 – Hunze-Trial met Lustrum tintje op zaterdag

5 december op De Hunze

K.G.R. De Hunze
Praediniussingel 32
9711 AG GRONINGEN
www.hunze.nl
redactie@hunze.nl

Bericht van de penningmeester – Jos de Jong

Eindejaarsfinanciën

2020 Loopt alweer teneinde en het is dan ook de tijd om de financiën van dit jaar op orde te maken. Wij zijn hier ook hard mee bezig en hebben onlangs de laatste facturen van het jaar verzonden. Het verzoek aan ieder is om naar aanleiding van deze facturen en/of eventuele herinneringen de nog openstaande bedragen zo spoedig mogelijk aan De Hunze over te maken. Als er vragen zijn over de facturen en/of herinneringen dan kunnen die natuurlijk altijd worden gesteld via penningmeester@hunze.nl. De Hunze geeft de voorkeur aan automatische incasso van contributie en consumpties. Voordeel van automatische incasso van de contributie is dat die dan in vier termijnen (ieder kwartaal) wordt geïnd. Het levert bovendien een korting van €5 per jaar op. Leden die willen overgaan op automatische incasso kunnen dit melden op bovengenoemd mailadres. Dank voor de medewerking!

18 december: aangepaste traditionele Hunze-Boerenkoolmaaltijd!



Té veel Hunze tradities hebben dit jaar geen doorgang kunnen vinden. Onder de huidige Covid-19 restricties lijkt ook de jaarlijkse Boerenkoolmaaltijd, waarop de Roerkoning en de Instructeur van het Jaar bekend worden gemaakt niet te kunnen plaatsvinden.

De Boerenkoolmaaltijd, een week voor de Kerstdagen, is immer de semi-officiële afsluiting van het jaar voor De Hunze, en de uitreiking van De Roerkoning en de bekendmaking van de Instructeur van het Jaar op die avond zijn belangrijke zaken.

Naast roeien met je ploeg en/of clubgenoten is ook samen een kopje thee of koffie drinken op de sociëteit een groot goed. Juist nu het even niet kan merken we met z'n allen hoe dierbaar zo iets gewoons als even "hangen en kletsen" na het roeien is.

Stuurtjes zijn voor een roeivereniging onmisbaar en het is daarom fijn om ze in zijn algemeenheid eens in het zonnetje te zetten waarbij ééntje door het uitreiken van de Roerkoning-bokaal met name gefêteerd wordt. Vind je dat jouw stuur in aanmerking komt voor de Roerkoning-bokaal? Stuur dan voor 15 december een mailtje mét motivatie naar instructie@hunze.nl

Zonder instructeurs geen Hunze en daarom worden ook de instructeurs normaliter op de Boerenkool Avond in het zonnetje gezet. In dit voor ons allen merkwaardige jaar is het extra belangrijk geweest dat ze in zo een grote getale met (aspirant)-leden op het vlot en in de boot waren te vinden, waarvoor wij allen graag een diepe buiging maken!

Dit allemaal niet door laten gaan zou wel erg jammer zijn geweest, en daarom hebben we er iets op gevonden. Omdat jullie niet naar De Boerenkoolmaaltijd op De Hunze kunnen komen komt De Boerenkool vrijdag 18 december naar jullie! Evenals vorig jaar verzorgd De Smaak van het Noorden een heerlijke Boerenkool welke dit jaar (bij hoge uitzondering!) door het bestuur bij jullie thuis bezorgd zal gaan worden. De boerenkool wordt magnetron-klaar aangeleverd.

Zelf hoef je het alleen maar een roeier (of twee) uit te nodigen, de tafel mooi te dekken, de kaarsjes aan te steken en de wijn in te schenken.

De door ons bezorgde boerenkool zet je een paar minuten in de magnetron, en als het belletje gezellig heeft geklingeld zet je een heerlijke maaltijd op tafel.

Toegeven, het is natuurlijk lang niet zo leuk en gezellig als samen op de sociëteit eten, maar het idee dat we op 18 december als Hunzeleden allemaal heerlijk Boerenkool eten is toch ook een mooie, samenbindende gedachte.

En dan 17 december 2021 weer op De Hunze, afgesproken?

Wat moet je doen?

- Geef uiterlijk 13 december via het formulier [op de website](#) aan hoeveel porties Boerenkool je wilt, vegetarisch dan wel met vlees. De kosten zijn per portie 10 euro.
- Vul je bank/gironummer in. De penningmeester schrijft het verschuldigde bedrag automatisch van je rekening. Vervolgens komen wij vrijdag 18 december tussen 17:00 uur en 19:00 uur de boerenkool bezorgen.
- Wat we ook leuk zouden vinden is als je ons een foto stuurt van jouw Boerenkool avond. We kunnen ze dan samen op de site zetten, zijn we toch een beetje bij elkaar!

Ketencoaching

“Life isn’t about waiting for the storm to pass, it’s about learning to dance in de rain”.

Deze mooie uitspraak is in de huidige tijd soms moeilijk uit te voeren, maar met een beetje hulp van elkaar, komt iedereen toch verder. Voor iedereen die meer uit de skiff en de C1 wil halen, organiseert de competitiecommissie nu iets nieuws: ketencoaching!

Als deelnemer aan het ketencoachproject krijgt je zowel een coach toegewezen als een of twee roeiers die je zelf zult gaan coachen. Het project is nadrukkelijk bedoeld van roeiers van alle niveaus. De coaching vindt plaats in de periode van 2 januari 2021 tot 1 maart 2021. Frequentie, duur en invulling van de trainingen is vrij te bepalen door de deelnemers. Als richtlijn hanteren we eenmaal per twee weken gezamenlijke coaching van anderhalf uur vanaf een fiets. Uiteraard kan je bij degene die je coacht ook terecht met vragen over hoe je zelf de coaching van de jou toegewezen roeiers het best aan kunt pakken. Na 1 maart 2021 volgt er een evaluatie van dit project om te beoordelen wat de ervaringen van iedereen hierin zijn geweest en in hoeverre er een vervolg aan gegeven kan worden.

Voor zeer ervaren roeiers: Er zullen weinig roeiers op de Hunze rondlopen die beter roeien dan jij. Toch hopen we dat je meedoet! Je zult worden gekoppeld aan een ongeveer even ervaren roeier, zodat jullie elkaar kunnen coachen. Daarnaast wordt je als coach gekoppeld aan iemand die veel van jou kan leren.

Voor zeer beginnende roeiers: Omdat je zelf nog maar pas hebt leren roeien is het nog lastig om anderen te coachen. Toch hopen we dat je meedoet! Je wordt gekoppeld aan iemand die jou gaat coachen. Daarnaast word je gekoppeld aan een andere beginnende roeier. Overleg met zijn/haar coach of je mee kunt fietsen om zo te leren wat je vanaf de kant kunt zien aan de roeibeweging en welke tips nuttig zijn om te geven.

Opgeven kan tot en met 21 december via [dit Google-formulier](#)

Op uiterlijk 28 december hoor je van de competitiecommissie aan wie je gekoppeld bent. Voor vragen kan je terecht bij Mariken of Renze.

Wie van puzzelen houdt: dit project is een aanwijzing voor het lustrumthema dat binnenkort zal worden bekend gemaakt.

OECH

Ook dit winterseizoen organiseert de competitiecommissie weer de OECH, de Onderlinge Ergo Challenge Hunze. Een sportieve uitdaging op de ergometer voor jezelf en om de onderlinge rivaliteit aan te moedigen. Van 1 t/m 10 december kun je je behaalde tijd over de afstand van 1.000 meter doorgeven. Van 5 t/m 13 februari 2021 wordt deel 2 gehouden over de afstanden van 500 meter en/of 2.000 meter.

Dankzij vergelijking met wereldwijde records per categorie (geslacht, leeftijd en gewicht), doet iedereen mee voor de prijzen!

Roei van 1 t/m 10 december een afstand van 1.000 meter op de ergometer, maak een foto van het scherm met je tijd en stuur dat naar de competitiecommissie, onder vermelding van naam, leeftijd, geslacht en gewichtsklasse (lichtgewicht voor mannen is ≤ 75 kg en voor vrouwen ≤ 61.5 kg; anders geldt de zwaargewichtsklasse). Via [deze link](#) kom je bij de OECH FAQ's op de Hunze site. Je kan ook voor vragen terecht bij Anne of Mariken.

23 januari 2021 – Hunze Trial met Lustrum tintje op zaterdag

Op zaterdag 23 januari 2021 wordt er een Hunze trial gehouden op het Noord-Willemskanaal tussen de Meerwegbrug en de Van Ketwich Verschuurbrug. De trial is voor senioren in de skiff of de C1 en junioren tot en met 17 jaar kunnen ook in een skiff, C1 of meerpersoonsboten meedoen.



Elke deelnemer roeit twee afstanden: 336 meter sprint op het rechte stuk richting de Meerwegbrug en na het rondmaken aansluitend 1.550 meter terug richting de Van Ketwich Verschuurbrug. Voor de snelle rekenaars onder u, dat is inderdaad een totale afstand van 1.886 meter. Sportiever kunt u het Lustrumjaar niet openen. Beide afstanden worden geroeid met een vliegende start.

Aanmelden kan tot en met zondag 17 januari in verband met het reserveren van de boten voor de betreffende blokken. Je kunt je opgeven via het aanmeldingsformulier voor wedstrijden op de website. Vermeld daarbij je leeftijd en voorkeursboot. Er wordt geprobeerd om zoveel mogelijk in blok 4A te starten. Afhankelijk van het aantal opgaven wordt er eventueel ook in blok 3A gestart. De exacte starttijden worden na sluiting van de inschrijvingen vastgesteld. De resultaten worden een dag na de trial bekend gemaakt als geroeide tijden en als gecorrigeerde tijden met verrekening voor leeftijd en geslacht. Voor vragen kun je contact opnemen met Renze.

5 december op de Hunze.....

Hij is er dit jaar niet uitgestapt
Het vlot is niet betreden
Geen pepernoten, geen pakjes, geen gezang en geklap
Het paard werd niet bereden

Het is stil op de club, alleen ergometers
Geen koffie, geen thee, geen gebak en geen biertje
Voor de ventilatie het raam op een kiertje
Alleen maar het ruisen van de kilometervreters

In de stelling liggen de boten te rusten
De vieren, de achten, de tweetjes ertussen
Ook in de werkplaats is niet veel te klussen

Wanneer er een eind komt aan dit al?
Wij klimmen zelf uit dit dal:
de Hunze gaat nu met de Sint voor coastal.

de hoofdpiet