

NYT FRA



LYNGBY DAMEROKLUB

NYT FRA BESTYRELSEN

Gig roning med styrmand

For at opfylde flere motionisters ønske om at ro i gig, har bestyrelsen lovet, at der vil blive monteret et styrmandsæde i en af de to blå gig'er. Dette er ikke sket endnu, da vi har taget hensyn til ungdomsroerne. De ro primært i gig, så længe vandet er rigtig koldt. Efter 15. maj vil de ro i de lettere både. Lady III vil derfor få monteret et styrmandsæde lige omkring 15. maj. Styrmandsædet vil blive afmonteret igen ved udgangen af september, således at ungdomsroerne igen kan ro i gig, når vandet bliver koldere i oktober. Vi håber, at ovenstående vil give endnu flere motionister lyst og mod på gigroning her i sommer.

Sct. Hans

Lige om lidt er det Sct. Hans. Her har klubben en stor mulighed for at tjene nogle penge til f.eks. nye både. En god aften giver let 10.000 – 15.000 lige ind på bådfonden.



Hvis du har lyst / tid / mulighed for at hjælpe den aften, så skriv dig på de sedler, der snart dukker op på klubbens opslagstavler eller ring til Susanne på

2273 1059 mail plusves@hotmail.com for at sige, hvad du vil hjælpe med.

Har du set den flotte dør ind til stuen?

Elisabeth og Anne Vibeke har brugt masser af tid og energi på at slibe og male døren. Den er blevet rigtig flot. Mange tak for jeres store indsats.

Alle nyder synet af døren når de går forbi og

rigtig mange spørger: Hvornår skal køk-kendøren males?

Det skal den, når der er en eller flere, der vil påtage sig opgaven. Så hvis du er god med en pensel og har lidt tid til overs, så henvend dig til Susanne på tlf. 2273 1059 eller plusves@hotmail.com

Det nye materieludvalg er sat i søen....

Vi er 6 medlemmer i udvalget: Helle T, Tove C, Rina, Margit R, Hanne P og Karin H.

Et af målene med udvalgets arbejde er at få afmystificeret, at det at arbejde med materiellet er noget, der mindst kræver en håndværkeruddannelse. Det er det ikke! Alle kan tage fat i et eller andet omfang – hvis blot man ved, hvad man skal gøre. Men i øjeblikket er situationen, at det kun er nogle få medlemmer, som kan udføre større eller mindre reparationer. Det vil vi gerne være

Indhold	
Brovagter	7
Faktaside	8
Kaninvarsel	6
Klub 300	4
Langture	6
Mindeord	3
Onsdagsmiddage	4
Selvtest	5
Seniorfest	4

OBS!

- Deadline for stof til medlemsblad nr. 4 9.6.2008
- Deadline for stof til medlemsblad nr. 4 21.8.2008

Nyt fra bestyrelsen (forts.)

med til at gøre noget ved, og derfor er det et mål at få formidlet viden om materiellet til flere medlemmer - nyere såvel som gamle - således at flere bliver fortrolige med bådene og derved også bedre klædt på til at give en båd førstehjælp, hvis der skulle opstå et eller andet problem. En sådan 'påklædning' gøres ikke fra dag til dag – eller på en enkelt sæson. Men vi starter på processen stille og roligt.

Vi har sat nogle delmål for vores arbejde. For indeværende sæson drejer det sig primært om to punkter:

At få opbygget et nyt og mere brugervenligt værksted, hvor værktøj og reservedele er nemt tilgængeligt.

At arbejde på, at vores ankebog fungerer

bedre. Er der problemer med en båd eller får en båd en skade er det vigtigt, at det bliver rapporteret videre til materielgruppen (via ankebogen), så vi kan få gjort noget ved problemet.

Senere på sæsonen fortsætter vi med opgaver, som handler om vinterklargøring samt kursus i reparation af materiel. Mere om konkrete tiltag senere.

Du har mulighed for løbende at holde dig orienteret om materiellet via hjemmesiden – både under Nyheder og under Vinteraktiviteter/ bådklargøring.

Har du spørgsmål eller vil du høre mere – ring til Helle eller send en mail på suppleantldr@gmail.com

Langtur – det bliver et stort år i år !

2008 bliver antagelig den største langturssæson i klubbens historie. En uges ferielangtur, 6 weekendture og mere end 10 endagsture, Du kan løbende se de enkelte opslag på hjemmesiden og oplagstavlen i klubben.

Men det kan da lige nævnes:

- at Gefion inviterer til vindmølleræs den 27. maj og Saltholm Rundt den 16. august
- at Hellerup Dameroklub inviterer til måneskinstur den 20. maj og tur til Amager Standpark den 10. august
- at vi inviterer Gefion og HDR med Orø Rundt den 26. juli og på Løvfaldstur den 12. oktober
- at [Klub 300](#) igen i år bliver et tilbud til dem, der gerne vil udbygge langtursformen og netværket (4 endagsture og en weekend tur på Sundet)
- at der i uge 27 er [ferielangtur til Marstrand](#) i Sverige
- at der arrangeres en [begynderlangtur](#) til Vordingborg i weekenden 13.-15. juni
- at der arrangeres [weekendtur på Sundet](#) i Juli
- at Kolding Dameroklub og Fredericia Dameroklub inviterer til Dameroklubtræf 22.-24. august
- at Københavns Roklub inviterer til en tur Amager Rundt den 31. august
- at der 2.-5. oktober er [Løvfaldstur på Gudenåen](#)

Desuden arbejdes med skitser til følgende ture:

- Weekendtur på Odense Fjord i sensommeren
- Weekendtur fra Frederikssund Roklub i weekenden 20.-21. september

Ring 20997437 eller send en mail (langturldr@gmail.com) hvis du har forslag/ideer - eller vil høre nærmere om formkrav til de enkelte ture.

Solveig

MARY JØRGENSEN IN MEMORIAM

Mary, en af de helt gamle ropiger er ikke mere. Mary døde d. 14. april i en alder af nær ved 89 år, og blev begravet fra Bellahøj Kirke d. 21. april.

Mary blev medlem af Lyngby Dameroklub i 1937. Dengang var vi kun få medlemmer. Sammenholdet var stort, og vi måtte alle arbejde hårdt og energisk. Mary var med til at lave et kæmpearbejde for klubben. Dengang havde vi kun det lille gamle bådehus, hvor der hverken var elektricitet, varme, køkken eller toilet. Om sommeren hentede vi vand i parken, idet vi først senere fik indlagt vand, som vi kunne benytte i tiden maj til oktober. Når bådene i de strenge vintre skulle gøres i stand til standerhejsningen, måtte vi hente sne og is fra søen og smelte det på vores primusapparat.

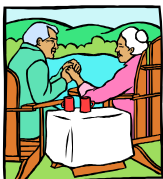
Da Mary var i tyverne blev hun gift med Olav Jørgensen, der var kaproer i Lyngby Herreroklub. De fik 2 børn, Helle og Skjold. Helle har i mange år har været medlem af klubben. Mary og Olav opnåede at holde diamantbryllup. Olav døde for få år siden.

Mary var sammen med nogle andre medlemmer med til at starte GLDR, "Gamle Lyngby Damerøere". Hun var med i bestyrelsen af GLDR, og hun var med til at udarbejde lovene. Det var også Mary, der sørgede for, at vi fik vort eget emblem, som vi tidligere bar, når vi var sammen. Mary var dygtig til gymnastik, og da hendes børn var blevet større, uddannede hun sig til gymnastiklærerinde, og underviste til hun blev omkring 70 år.

På grund af sygdom har vi desværre ikke set så meget til Mary i de senere år. Vi vil komme til at savne hende.

**Julie
GLDR**

SENIORFEST



20 september 2008

For første gang afholder KR en seniorfest for alle seniorer tilknyttet Københavnskredsens roklubber. Det bliver et brag af en fest for alle. Kom med og mød nogle af dine gamle rokammerater og tidligere konkurrenter fra de andre roklubber – og måske også deres bedre halvdel. Vi skal (hvis vi har lyst) ro en lille tur om eftermiddagen, tilbage og klæde om og så til fest kl. 19.00.

Vi vil sørge for en 3 retters menu samt et liveband til underholdning efter middagen. Prisen er per næse kr 200- som betales ved indgangen. Drikkevarer kan købes fra de righoldige barer.

Menuen står på:

- Tomatsuppe med frisk basilikum
- Helstegt kalkunbryst i mynte med grønne bønner, råstegte kartofler og rød salat.
- Is med råcreme og chokolade og kaffe



Tilmelding sendes til senior+@koebenhavnsroklub.dk inden d.1.september

ONSDAGSMIDDAGE

Kom og spis en hyggelig middag med dine roveninder.

Hver onsdag fra 7. maj til 24. september tilbereder nogle af klubbens medlemmer en dejlig middag til en billig penge.

Under middagen har du mulighed for at lære flere af klubbens medlemmer at kende, få et større kendskab til alle dele af klubben, høre om planlagte ture, lave nye roaftaler, få et dejligt grin eller måske synge en lille sang. Måske vil du bare gerne have en friaften for madlavningen derhjemme. Ja, det er kun fantasien der sætter grænser for grundene til at deltage i onsdagsmiddagene. Vi ses. Mange hilsner

Susanne



KLUB 300

Anemonetur

Allerede i vinterens mulm og mørke kommer programmerne for sæsonens ture. Kalenderen får hurtigt åndenød, men et af de sikre hits er Klub300's anemonetur på Lyngby og tilstødende søer.

5 rosulnte Gefion-piger mødte forventningsfulde op, og allerede da vi drejede ind på stien ned til Lyngby-damernes klubhus så vi bådene ligge klar ved broen med flag og det hele. Foråret viste sig fra sin allerpæneste side med høj klar blå himmel og nogen enkelte skyer, holdene var sat på forhånd så det

var bare at tisse af og hoppe i bådene. Af sti af sted - på forårets første ture bliver kadancen tit lidt høj - det ku' kun gå for langsomt til slæbestedet ved Frederiksdal. For os "fremmede" er det udfordrende at prøve vilkårene i en anden klub. F.eks. at man, hvis man vil ha' en lidt længere tur, skal flytte båden på en anden måde end vi er vant til. Tænke på at køre den på kølskinnen, tænke på hvordan den skal løftes og tippes. Det, der er hverdagsrutine for Lyngby-damer er fremmed teknik for os andre. Men det kan læres og er

Klub 300 (forts.)

samtidig den spændende lærdom der er med til at gøre hver ro-tur så forskellig. På den anden side af slæbestedet kom et par Furesø-både på roskole, så der var også tid til at hilse på gamle rovenner og nye dérfra.

Furesøen selv viste sig fra sin pæne side: fladt vand og høj sol. Læ langs Hareskoven, livlig aktivitet foran Furesø Roklub og rig mulighed for at debattere Peter Brixtoftes gøren og laden i Farum kommune. Så et kik på huse og en snak om huspriser – og en snak om alt mulig andet. Utroligt, hvad der kan blive vendt på sådan en rotur.

Frokosten blev indtaget i Holte Havn, hvor kioskejeren kom og tilbød os at låne os toilettet selv om han egentlig først skulle åbne en uge senere. Det var næsten det bedste ved pausen der. Det trak op, himlen blev mørk, vinden var kold og så kom der en haglbyge. Men – det var jo april – lige så hurtigt kom solen frem igen og skinnede det bedste den havde lært, så vi fik varmen igen.

Turen hjem var så dramatikløs at én af bådene måtte ta' en afstikker til Bagsværd Sø for at se på lokaliteterne der. Midt på eftermiddagen var vi tilbage i Lyngby med den første fundation på kinderne til sommerens solbrændthed.

Lad dette være en opfordring til alle Klub300-aspiranter til at melde sig til turene. De er over-skuelige af længde, man lærer nogen at kende fra andre klubber ("netværker" på management-sprog) og frem for alt, man bliver en ny/ sjov/ anderledes rooplevelse rigere.

*Marie Steensgaard
Gefion*

TEST DIG SELV

Er jeg klar til min første langtur?

Jeg bliver af og til spurgt, hvad der skal til, før man kan melde sig til den første langtur – og særligt i år, hvor der er enestående gode chancer for at komme ud på fremmed vand, vil jeg håbe, at jeg får spørgsmålet fra rigtig mange.

Fire af de seks weekendture er særdeles vel-egnede for dem, der ikke har prøvet så meget endnu, og jeg vil håbe, at rigtig mange overvejer, om ikke 2008 skal være året, hvor de prøver langtursroningens glæder.

Det er relativt let at bedømme, om du er langtursklar, hvis du kan fortælle mig:

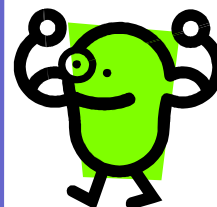
- Om du uden besvær ror 20-25 km på Sundet?
- Om du kan ro flere dage i træk uden at blive slidt helt i laser?
- Om du har rotektik til at bidrage effektivt til roningen også i lidt blæst og bølger?

..... og det kræver næsten, at du prøver det af i praksis.

Jeg vil derfor opfordre alle nyere roere til at teste deres langtursforudsætninger ved at prioritere de lidt længere ture i deres daglige roning, således at I kan opbygge styrke, teknik og erfaring, samtidig med at vi andre kan se, hvordan det går fremad.

Fra maj måned bliver der masser af muligheder for at ro på Sundet, og du er meget velkommen til at ringe eller skrive til mig, hvis jeg skal hjælpe med at arrangere mulighed for at komme af sted, flere dage i træk.

Solveig (20997437)



KANINVARSEL



Så nærmer tiden sig for sæsonens første ro-kursus. Det foregår i weekenden 17. - 18. maj, med 8 opfølgings-aftener i de efterfølgende 4 uger.

I år har vi valgt at lade kaninerne møde ind et kvarter før almindelig ro-tid i opfølgingsforløbet. På den måde når dagens ansvarlige instruktør at skabe sig lidt overblik over kanin-bådholdene inden brovagten går i gang med dagens puslespil.

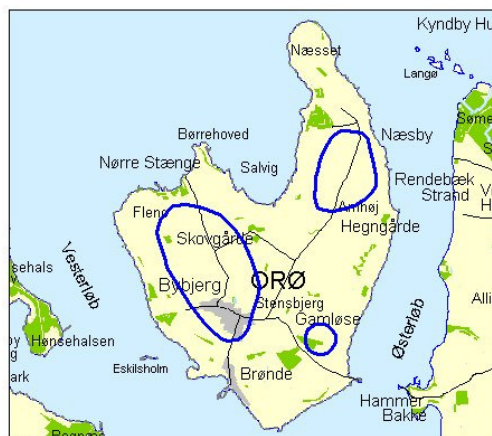
Jeg forventer at vi kommer op på 16-18 deltagere på kurset.

Tag godt imod de nye medlemmer i klubben.

Karin

LANGTURE

Holbæk - Orø / 26. juli 2008



FÆLLESTUR FOR LDR, HDR og GEFION

Turen fra Holbæk Roklub og Orø rundt er ca. 35 km, og afhængigt af vejret vil der blive indlagt kaffepause i Salvig og madpakkepause ved Hammer Bakke. Afgang fra LDR, Chr. Winthersvej lørdag den 26. juli kl. 8.00. HUSK: Kaffe/The, madpakke og drikkevarer – turlederen bager kage. Samlet tilmelding fra den enkelte klub, senest den 18. juli til: ufn@sport.dk eller 60751532.

Ulla Fischer

Løvfaldstur - Gudenåen / 2. - 5. oktober

Distance: ca. 100 km.

Overnatning: Silkeborg og Tange

Turen: Afgang LDR torsdag aften, fredag ror vi til Himmelbjerget og en tur i Paradiset, lørdag går det mod Tange, og søndag er der TIDLIG afgang mod Randers.

Krav: Øvet langtursroer, der kan løfte og bære en inrigger, da det kræves ved overbæringen ved Tangeværket.

PRIS:

Ca. kr. 800

der dækker transport, ophold og forplejning incl. lidt øl/vand/vin.

De, der lægger bil til, vil få km-penge (kr. 1.78/km)

Turmøde: Mandag den 22. september kl. 20.00

Spørgsmål og tilmelding til:

Ulla 39 75 15 32 / ufn@sport.dk

BROVAGTER 2008

Fornavn	Efternavn	Brovagt, dato			Tlf.
		Lyngby/Bagsv./Kan.	Furesøen	Taarbæk	
Bente	Albeck	31/3, 7/4, 14/4			4585 6956
Siv	Andersen	24/7			3961 1690
Tove	Andersson		3/7		4588 7233
Marianne	Bager	1/7, 13/8			4585 9817
Lise	Bloch	17/7, 22/7, 5/8			4585 4981
Jette	Brinkløv	7/5, 18/6, 27/8			4587 5958
Lillian	Bruhn	16/7			4582 2192
Hanne	Brusch	20/8			3967 7831
Berit Sandsdal	Christensen	29/9			4585 0749
Liselotte H.	Christensen	3/7			4817 0390
Tove	Christensen	10/7, 26/8			4588 5254
Lise Brown	Christiansen	29/7			4588 4477
Helen	Clausen	8/7, 4/8			4585 2679
Ulla	Fischer			19/5, 26/5	3975 1532
Anne Vibeke	Fleischer		8/5, 5/6, 26/8		3990 1817
Anne	Fribert	9/7, 28/7			4588 5531
Åse	Funch	13/5, 3/6	17/6	18/8	3967 5770
Lea	Gamborg	16/4		9/6, 7/7	2442 0414
Bodil	Garne	9/4, 14/5, 11/6			3965 5536
Ann	Gautier	25/9	15/7		4588 8581
Karen	Götzsche-Larsen	15/7, 21/7			4585 8513
Hanne H.	Hansen	5/6, 26/6, 2/7, 24/9		24/7	4444 3041
Karin	Hansen	8/5, 22/5, 19/6			4444 8025
Lis	Hein	25/6, 17/9			3965 7102
Lise	Hendriksen	23/9, 30/9		18/9	4587 4720
Gitte	Hestehave	28/4, 26/5, 14/7			3990 0107
Karen	Hjorth	18/8			6150 9588
Pia	Holte	23/4, 30/4, 28/5			4593 9691
Sinne	Hors	20/5, 17/6, 30/6			4494 6773
Anni	Hougs			2/6, 16/6, 1/9	3965 3014
Stella	Haagensen	17/4, 23/7, 30/7			4585 0493
Birgitte Munk	Jensen	5/5, 4/6			3965 8969
Else	Jensen		2/9	22/5, 25/8	4588 6469
Lissa	Johansen	1/4, 2/4, 3/4			4593 1774
Lise	Jørgensen	2/9, 18/9			4593 1491
Mary Kragh	Jørgensen			29/5, 28/7, 4/8, 11/8, 21/8	4588 7633
Elisabeth	Knudsen			30/6, 8/9	3990 1817
Inger Marie	Koefoed	22/4, 11/9	15/5		4587 4708
Rina S.	Kristensen	21/4, 29/4			4444 7655
Ingerlise	Melgaard	21/8, 4/9			4588 1712
Marie	Møller	24/6, 8/9, 16/9	2/9		6127 2667
Karin	Nielsen	10/4, 24/4	27/5, 12/8		4588 0862
Hanne	Pein	9/9			4595 1355
Mette	Petersen	8/4, 15/4, 6/5, 27/5			4533 0649
Anne	Plenge	15/5, 12/8			3966 1920
Kirsten	Pontoppidan	31/7, 14/8, 28/8			4588 8785
Margit	Roed	19/8		15/5, 26/6	2533 6270
Connie	Shern	1/9, 3/9			2721 0185
Irene	Sparwath	19/5, 2/6, 15/9			4498 0354
Tine	Sørensen	21/5, 9/6, 6/8			4593 2356
Alice Beck	Thomsen	16/6	31/7	14/7, 21/7	4588 8288
Bodil	Taarnskov	29/5, 12/6, 7/8	18/9		4587 8701
Inger	Ulstrup	7/7, 22/9			4494 2566
Lise	Voigt			5/5, 15/9	5132 9351

FAKTASIDE - SÆSONEN 2008

Stiftet	
2. august 1932	
Rotider	
Lyngby:	
Mandag	11.00 + 18.00
Tirsdag	10.00 + 18.00
Onsdag	17.30
Torsdag	11.00 + 18.00
Taarbæk:	
Mandag	17.30
Furesøen:	
Tirs + tors	17.15
U-roning:	
Tirs + tors	16.00 - 18.00
Kontingent	
> 18 år	750 kr / ½ år
< 18 år	410 kr / ½ år
Passiv	175 kr / år
Indskud	60 kr
Terminer: 1.1 + 1.7.	
Betaler du for et helt år inden 1.2., sparer du 1 måneds kontingent	

Bestyrelse / LDR
Formand Hanne Brusch - 3967 7831, formandldr@gmail.com
Næstformand, langturschef Solveig Poulsen - 2099 7437, langturldr@gmail.com
Kasserer Britta Pedersen (+ lån af klub, skabe og nøgler) - 4587 8048, kassererldr@gmail.com
Sekretær Liselotte H. Christenen - 4817 0390, sekretaerldr@gmail.com
Motionsrochef Lise Hendriksen - 4587 4720, motionsroningldr@gmail.com
Instruktionschef Karin Nielsen - 4588 0862, instruktionldr@gmail.com
Kaproningschef Christina Rindom - 2672 8070, kaproningldr@gmail.com
Ungdomsrochef Dorthe S. Andersen - 5134 6090, ungdomsroningldr@gmail.com
Husforvalter Susanne Vestergaard - 2273 1059, husforvalterldr@gmail.com
Suppleanter Hanne Pein (materiel) - 4595 1355, materialldr@gmail.com Helle Tjørnov - 4159 2046, suppleantldr@gmail.com
Udvalg
Materiel Hanne Pein, Helle Tjørnov, Tove C., Rina, Margit R., Karin H.
Trivsel Inger-Marie Koefoed (+ ons.middage) - 4587 4708, 1.koefoed@get2net.dk Inger Ulstrup (daglige indkøb) - 4494 2566
Nyhedsbrev Anne Plenge - anneplenge@hotmail.com Tine Sørensen - tines@bcnet.dk
Ungdom Helene Nygaard - 4587 2093, Sisse Johansen - 5150 6919
GLDR Inge Johansson - 8631 9030, ijo@postkasse.dk