

EASY ALL 229

Gaan de sluizen voor ons weer open? • De jeugd van tegenwoordig • Welkom nieuwe jeugdleden • Vacatures jeugdcommissie • Verzoek materiaalcommissaris • Veiligheid op het water verbeterd na jarenlang gevecht met paarse krokodillen • De jeugd van ooit • 191ste Durham Regatta 2024 • Marga en Wim fietsten naar Santiago de Compostella • Een memorabel moment • Een noodkreet • Must know • Met succes afgeroeid • Colofon

Gaan de sluizen voor ons weer open?

Jan Huinen, voorzitter van de Toercommissie, is hierover in gesprek met Rijkswaterstaat. Zonder vooraankondiging over veranderde regelgeving werd op 18 augustus jl. bij de Marksluis in Oosterhout een C-boot niet geschut, omdat roeiboten en kano's niet zouden voldoen aan de in Nederland geldende wet- en regelgeving. Nooit tevoren is in Nederland om die reden een C-boot of wherry geweigerd. Reden voor de Toercommissie om hier actie op te ondernemen!

Na telefonisch contact kwam Wouter van Hengel met de Centrale Sluisbediening in Tilburg in het bezit van de meest recente Richtlijn van Rijkswaterstaat (Zuid-Oost) van 8 juni 2023. Met gebruikmaking van de op die Richtlijn staande telefoonnummers kreeg ik heel gemakkelijk het afdelingshoofd aan de lijn, die namens Rijkswaterstaat deze Richtlijn had ondertekend. Dit hoofd was stomverbaasd dat ik hem aan de lijn had gekregen. Dat mocht eigenlijk helemaal niet. Maar nu we elkaar toch spraken en nadat ik had uitgelegd wie ik ben en waarom ik belde, hebben we uitvoerig de situatie besproken. Tot mijn grote - en aan het afdelingshoofd geuite - verbazing bleek de Richtlijn alléén voor intern gebruik bedoeld te zijn. Het doel was de sluiswachters beter te informeren hoe met de hand voortbewogen vaartuigen bij sluizen om te gaan. Kennis over bijvoorbeeld het verschil tussen een kano en een toer-roeiboot van het type C bleek er niet te zijn. Mijn verhaal was echter toch genoeg urgent voor het afdelingshoofd om mij dezelfde dag nog terug te laten bellen door zijn nautisch adviseur, die mij mededeelde dat dit onderwerp ook op de landelijke agenda van Rijkswaterstaat zou worden gezet.

Deze nautisch adviseur was zeer bereidwillig met mij het probleem te bespreken dat volgens deze Richtlijn in heel Nederland geen toer-roeiboten meer door een sluis zouden mogen varen. Hoewel deze adviseur iets meer kaas had gegeten van watersport, was ook hem

niet bekend hoe een toer-roeiboot eruitziet en hoe deze is uitgerust voor het varen op openbare wateren. Ik heb twee uitvoerige én constructieve gesprekken met deze adviseur gehad.

Het resultaat tot nu toe van deze gesprekken is dat er begrip is voor onze wens de sluizen te kunnen passeren. En ook dat deze adviseur met de Centrale heeft gebeld met de vraag minder zwart - wit de Richtlijn toe te passen als het een toer-roeiboot betreft. Afgesproken werd dat wij in principe wél met een toer-roeiboot geschut zullen worden, onder



voorwaarde dat we een sluislijn gebruiken en altijd langs de sluiswand aanleggen. Verder is afgesproken dat wij onze komst niet alleen door gebruik van de knop/intercom bij een sluis zullen melden, maar ook dat wij onze komst tevoren telefonisch zullen melden. Een aantal weken geleden heb ik met een C-boot de proef op de som genomen. Met inachtneming van de afgesproken procedure is de doorvaart bij de Marksluis heen en terug probleemloos verlopen. Een dezer dagen zal nog een tweede proef worden genomen. Als ook dat goed verloopt, zal ik de nautisch adviseur weer bellen en hem bedanken voor zijn acties. Tenslotte hoop ik met hem te kunnen afspreken dat wij op de afgesproken wijze ook in de toekomst geschut kunnen worden.

Door Jan Huinen

De jeugd van tegenwoordig

Door Hans Rompa

Onze vereniging heeft een actieve jeugdafdeling met roeiers tussen de 10 en de 18 jaar. Op dit moment zien we een sterke groei in het aantal enthousiaste fanatieke jeugdleden. Daarom zijn wij op zoek naar leden die ons kunnen helpen om deze enthousiastelingen te begeleiden. Wij hebben ook iets te bieden. Geïnteresseerd? Kom eens kijken bij een jeugdtraining of neem contact op met Katja Wevers of Hans Rompa jeugd@rvbreda.nl. Hierbij een verslag van de avonturen van de afgelopen periode.

Dutch International Youth Regatta

Op 7 en 8 juli van dit jaar was de Dutch International Youth Regatta (DIYR). Dat is een groot internationaal evenement op de Bosbaan in Amsterdam (één van de twee officiële roeibanen in Nederland). De jeugd van RV Breda was aanwezig met de grootste afvaardiging ooit.



Espenn

De Olympische roei-afstand is twee kilometer, en de Bosbaan is dan ook ruim zo lang. Maar een afstand roeien van twee kilometer is slopend, daar moet je heel veel voor trainen. Je kunt beter een langere of een kortere afstand roeien. Bij de Dutch International Youth

Regatta hebben ze daarom gekozen voor de 'Broken 2 kilometer'. De deelnemers roeien dan eerst een kilometer hard, daarna rustig door naar de start van de 500 meter, en daarna nog eens 500 meter hard.

Voor veel van onze jeugdleden was dit de eerste deelname aan zo'n grote formele wedstrijd. Stel je eens voor hoe dat is. Je moet voor de eerste keer zonder coach in je uppie oproeien naar de start, samen met heel veel andere deelnemers.



Loet

Daar moet je in de goede baan gaan liggen tussen je tegenstanders. Je kijkt naar links en je denkt: "O, die ziet er zelfverzekerd uit, die roeit vast al langer en beter dan ik". Je kijkt naar

rechts en je denkt: "Oei, die is groot daar kan ik vast niet tegenop." En alles is nieuw, zoals een vrijwilliger op het startvlot die de achterkant van je boot vasthoudt en een kamprechter die formele aanwijzingen geeft.



Wiebe

Je doet als jonge onervaren roeier tijdens zo'n wedstrijd dan ook zoveel nieuwe indrukken op, dat je soms vergeet om hard te roeien. Voor de beginners is het doel dan ook vooral om ervaring op te doen.



Arthur en Bastiaan

Voor roeiers met meer ervaring wordt de prestatie steeds belangrijker. Voor Mijntje Kielstra was dit de derde keer, en dit keer won ze meisjes 18 skiff (meisjes 18 betekent: 'heeft de leeftijd van 18 op 1 januari van het lopende kalenderjaar nog niet bereikt'). En dat heeft ze geweten. Ze mocht na de wedstrijd met haar skiff aanleggen aan het erevlot. Ze kreeg haar 'blik' (roeiersjargon voor medaille) onder luid applaus uitgereikt door de voorzitter van de KNRB, waarbij ze werd geflankeerd door vier knappe roeiers voor een officiële foto.



Mijntje heeft een medaille gewonnen!

Jeugdregiowedstrijden RV Breda

Eén keer per jaar zijn de jeugdregiowedstrijden van de regio zuid in Breda. Dit jaar, op zondag 24 september, waren er jeugdroeiers uit Nijmegen, Cuijk, Maastricht, Roosendaal, Tilburg en natuurlijk Breda.



Sven

Jeugdregiowedstrijden zijn altijd bijzonder leuk. De oudere jeugd roeit 1.000 meter, en de jongere roeiers roeien 500 meter. Vaak worden ploegen samengesteld

met roeiers van verschillende verenigingen die nog nooit eerder met elkaar geroeid hebben. Dat is dan een leuke manier om met roeiers van andere verenigingen in contact te komen. Meedoen is belangrijker dan winnen, maar alle deelnemers zijn bloedfanatiek.



Wiebe en William

De jeugd van RV Breda wordt de laatste tijd ook steeds fanatieker, en dat is terug te zien in de resultaten met blik voor Lara, Espenn, Mijntje, Wiebe, Arthur, Lukas, Bastiaan, Mees en Loet.

Jeugdregiowedstrijden TOR



Siem (TOR) en Lara

Op 8 oktober was de jeugdregiowedstrijd bij TOR in Tilburg. Bij de jeugdregiowedstrijden wordt altijd gevaren in boten van de gastvereniging. Nadeel is dat je maar moet afwachten wat voor boot je krijgt, maar het voordeel is dat je niet met boten hoeft te sleuren, en dat scheelt een hoop tijd!

TOR heeft een mooi clubhuis en een mooie loods aan de watersportbaan bij de Beekse Bergen. De watersportbaan kon dit jaar niet gebruikt worden voor de regiowedstrijden, omdat er een dubbele boeking was. De studenten van Vidar wilden de baan op dezelfde dag gebruiken. Er was miscommunicatie tussen beide verenigingen. Gelukkig had TOR een goede oplossing voor dit probleem gevonden, en konden de wedstrijden toch doorgaan. Alleen de 1.000 meter kon niet doorgaan, dus moesten alle roeiers, jong en iets minder jong, de 500 meter roeien.



Gerben

Ook bij deze wedstrijd weer veel deelname en goede resultaten van onze jeugd. Al was het wel duidelijk dat de onervaren ploegen moeten werken aan hun stuurtechniek. Nu zagen ze in sommige gevallen alle hoeken van de baan, en legden daardoor onnodig veel meters af. Dat terwijl ze

heel hard gingen. Daarom is het ook belangrijk dat iedereen zoveel mogelijk aan deze wedstrijden meedoet. Dan kun je leren van je fouten en beter worden.



Arthur, Wiebe, Espenn, Bastiaan en gastroeier



Stuurman Bastiaan, Espenn, Darko, Cortjen en gastroeier

Singeltocht

Eens in de zoveel tijd, wanneer het uitkomt, wordt een aantal boten opgetuigd met lichtjes en vaart de jeugd van RV Breda een tocht door de singels van Breda. Dit jaar op 29 september.

Wanneer je geluk hebt, tref je ouders op de bruggen die eten en drinken neerlaten in de boot. Dan kun je er weer even tegenaan. Het is altijd weer een leuk evenement met coach Tomey en assistent-coaches als drijvende krachten (letterlijk en figuurlijk) en veel enthousiaste ouders onderweg.



Singeltocht Breda

Start landtrainingen jeugd op vrijdag

De jeugd traint op vrijdagavond en zondagochtend. Wanneer het op de vrijdagen vroeg donker begint te worden, worden de roeitrainingen vervangen door landtrainingen. Er wordt dan hard gewerkt aan conditie, uithoudingsvermogen en kracht. Inmiddels zijn we daar weer mee begonnen.



Conditie- en krachttraining in de loods

Welkom nieuwe jeugdleden

In de afgelopen periode hebben we weer veel nieuwe jeugdleden kunnen verwelkomen:

Gerben Brouwer	(10)
Filippa van Zweden	(11)
Cortjen Rommens	(11)
Gijs Buizer	(14)
Vincent de Clerck	(14)
Lara van der Nat	(14)
Liv Caska	(15)
Jochem Buizer	(15)
Meike de Waard	(16)

De jeugdcommissie wenst jullie van harte welkom en hoopt dat jullie het naar je zin gaan hebben op onze vereniging.

Vacatures jeugdcommissie

Omdat wij sterk groeien zijn wij bij de jeugdcommissie op zoek naar gepassioneerde coaches voor de jeugd. Wij zijn niet op zoek naar mensen die hun clubwerktaakje voor 15 uur willen invullen. Nee, wij zoeken gepassioneerde medeleden die het net als de huidige enthousiaste jeugdcoaches belangrijk vinden dat de jeugd zich sportief, sociaal en maatschappelijk ontwikkelt. Wij zoeken een taak die past bij jou, en wij gaan jou helpen om jezelf te ontwikkelen door cursussen en trainingen. Binnen de jeugdcommissie is er zeer veel kennis aanwezig over de roeisport, dit kan jou persoonlijk ook verder helpen. Kom eens kijken of het bij jou past. We zien jou graag!

Verzoek materiaalcommissaris

Bij het ophangen van de riemen deze graag zó in de stelling hangen, dat de naamsticker aan de voorzijde zit en deze zichtbaar is wanneer je voorbijloopt. Dat maakt het vinden makkelijker wanneer riemen op een verkeerde plek zijn geplaatst, wat gek genoeg vaak gebeurt. Het resultaat is dat alle bladen dan parallel hangen, minder ruimte innemen en de kans op uit het rek vallen verkleint.

Alvast bedankt!

Louis Schellekens, Materiaal Commissaris RVB

Veiligheid op het water verbeterd na jarenlang gevecht met paarse krokodillen

Door Marjorie van Geenhuizen, lid Toercommissie

Eindelijk..... de zo gewenste 'doorvaart verboden' aanduidingen boven de bruggaten A16 zijn aangebracht. Vraag niet hoe lang we daarmee bezig geweest zijn. Hoeveel uren, maanden en jaren het heeft gekost...en hoeveel leden zich er allemaal voor ingespannen hebben.

Ergens in 2018 begint het. En nu in 2023, dus 5 jaar later (!!!), hebben we resultaat bereikt. Vooral dankzij de niet aflatende inspanningen van Eleanor van Andel (secretaris Toercommissie). De mannen van het Waterschap en Rijkswaterstaat zijn uiteindelijk gecapituleerd voor haar 'vriendelijke' maar ondertussen best wel directieve mails. Zij was in het hele verhaal een constante factor.



Scheepvaartbord: in-, uit- en doorvaart verboden

Om de brug A16 te passeren is het de bedoeling dat het scheepvaartverkeer in westelijke richting en het verkeer richting zuid gescheiden worden, omdat de brug in een bocht van de Mark ligt. Daarom zijn er gescheiden bruggaten. Tot voor kort was de verplicht te nemen doorvaart aangeduid met 3 gele ruiten en het verboden gat met 1 gele ruit. Helaas is het meermaals tóch gebeurd dat de beroepsvaart de verkeerde doorvaart nam omdat dat beter uitkwam (makkelijker de bocht door). De pleziervaart ontbreekt het vaak aan de kennis van dergelijke vaargebieden. Maar ook een motorjacht kan tegenliggers (onze roeiers) in moeilijkheden brengen als het de regels niet begrijpt.

Hoeveel van dergelijke incidenten zich in de vorige jaren hebben voorgedaan valt niet precies te zeggen. Maar er waren een aantal zeer gevaarlijke incidenten, die godzijdank goed zijn afgelopen omdat de roeiers heel alert gehandeld hebben. Helaas kantje boord voor een skiffeur, die ervan uitging dat het vrachtschip de juiste doorgang zou nemen. Gelukkig kan hij het navertellen.

Het bestuur heeft na meldingen hierover in 2018 niet stilgezeten en het voorval werd aangekaart bij de Veiligheidscommissie. Er werd overlegd met Waterschap Brabantse Delta (beheerder van vaarwater

en oevers), maar ook Rijkswaterstaat (beheerder A16) en Prorail (beheerder spoorbrug) blijken partners te zijn. Gevraagd wordt om duidelijker borden (rood-wit symbool met een 'verboden doorvaart' betekenis te plaatsen. Rijkswaterstaat en Prorail waren niet bereid daaraan mee te werken.

En zo begint een jarenlang getouwtrek met instanties. Hieronder wat citaten uit de mailwisselingen die dit verhaal - dat dus 5 jaar duurt - illustreren: soms (onbedoeld) humoristisch zoals de bemoediging van Johan, maar ook heel veel ambtelijke 'paarse krokodillen' van regiegroepen waar het wemelt van beheerders van bestuurlijke gremia. Maar het uiteindelijke resultaat is er gekomen en daarmee is de veiligheid voor onze roeiers flink verbeterd. Mooi dat we dit als club met elkaar bereikt hebben, de aanhouder wint.

Een kleine bloemlezing 'paarse krokodillen':

Eleanor aan Veiligheidscommissie: "Omdat ik volgens Rijkswaterstaat geen rechtspersoon ben namens de RVBreda mocht ik niet men hen mailen of telefoneren."

Johan Bielderma, interne mail: "Graag doorgaan met die extra borden totdat ze er zijn. Niet leuk als er een lid overvaren wordt."

Brabantse Delta: "De reacties van Prorail en Rijkswaterstaat zijn binnen. Voor beide organisaties is het geen probleem om de borden te plaatsen, alleen dragen zij niet bij aan de kosten. Het plaatsen van de borden staat op de agenda van de Regiegroep vaarwegen van het waterschap. Welke een beslissing neemt of het waterschap de borden gaat plaatsen."

Eleanor aan Brabantse Delta: "Zo'n anderhalf tot twee jaar geleden had RWS nog toegezegd (zie de mailwisselingen) de beide borden wel te willen leveren, misschien hebben zij daar 'geen actieve herinnering' meer aan?"

Brabantse Delta: "De vergunningen zijn aangevraagd maar nog geen uitsluitel ontvangen. Er dient ook een verkeersbesluit te worden genomen voor de rechtsgeldigheid".

De jeugd van ooit

Door Hans Rompa

Dat het zo goed gaat met onze jeugd is met name te danken aan de tomeloze en belangeloze inzet van onze jeugdcoaches. Eén van die zeer actieve coaches is Gerlof Corver.



Valkenier Gerlof

Een belangrijke drijfveer voor Gerlof is dat hijzelf als tiener moeite had om een geschikte sport te vinden. Balsporten lagen hem niet zo. Roeien wel. Maar bij de Dragt (Drachten) kreeg hij 5 à 6 trainingen in een wherry, en daarna had hij het wel gezien. Met als gevolg dat hij in zijn jeugd minder gesport heeft dan hij gewild zou hebben.

Een belangrijke motivatie voor Gerlof en de overige coaches van de jeugdcommissie is om de jeugd in beweging te krijgen en te houden, omdat dat belangrijk is voor ons, onze jeugd en onze toekomst.

In de jeugdcommissie krijgt iedereen een taak die goed past. Voor Gerlof is dat het coachen van de aspiranten. Maar hij kan ook ervaren roeiers coachen. Het opvangen en begeleiden van roeiertjes die nog nooit eerder geroeid hebben is een belangrijke taak met veel verantwoordelijkheid. Gerlof probeert alles simpel uit te leggen. Veel termen en uitdrukkingen die voor ervaren roeiers heel vanzelfsprekend zijn, zijn voor aspiranten onbekend en zelfs heel vreemd. Daar gaat Gerlof heel goed mee om.

Bij de jeugdcommissie zijn er altijd heel veel dingen om op te pakken. Niet alleen het coachen van de jeugd. Zo is er bijvoorbeeld ieder jaar een hartstikke leuk jeugdkamp op het terrein van de familie Steenman in Maasdam. Gerlof is daar altijd actief bij betrokken. Wanneer ik hem vraag hoe hij het leuk maakt voor de jeugd antwoordt hij: "Dat hoeft eigenlijk niet, daar zorgt

de jeugd zelf wel voor. Het terrein waar het jeugdkamp gehouden wordt biedt zoveel mogelijkheden om het leuk te hebben. Zoals een bos waaruit hout gesprokkeld kan worden voor een soms net iets te groot kampvuur, een grasveldje om bijvoorbeeld te gaan voetballen en een aanlegsteiger in de Binnenmaas om te gaan roeien, kanoën of zwemmen. Voor het geval dat de jeugd zich toch gaat vervelen neem ik allemaal leuke kampspelletjes mee zoals weerwolven, levend stratego en reuze mikado."

Gerlof helpt ook bij de regiowedstrijd van RV Breda. Daar is hij tijdwaarnemer. Daarover vertelt hij het volgende: "Mijn taak bij de regiowedstrijd is de tijdwaarneming bij de finish. De wedstrijdleader die ook bij de finish zit, heeft telefonisch contact met de starters op het water en kan daardoor de tijdwaarneming starten. Bij de finish stop ik voor elke ploeg de tijd, we maken hiervoor gebruik van een stopwatch app op meerdere tablets. Zo kunnen we meerdere heats tegelijk laten varen. Bij de finish word ik geholpen door mensen die de finishbel bedienen, en in de gaten houden welke ploegen in welke volgorde gefinisht zijn."



Kampspelletjes bij de Binnenmaas

191^{ste} Durham Regatta 2024

Door Anita van de Klundert

Nadat ik mijn Carl Douglas skiff had gekocht van Mike Firby hoorde ik dat hij bij Durham Amateur Rowing Club uit 1860 roeide. De stad en de op-een-na-oudste roeiregatta van Engeland trokken mijn aandacht wegens de lange voorgeschiedenis van beiden. Mijn wens daar eens te roeien werd nog sterker toen ik erachter kwam dat er jaarlijks een Regatta georganiseerd wordt; in 2024 voor de 191^{ste} keer! Het leek me de moeite waard om uit te zoeken of het mogelijk zou zijn om hieraan deel te nemen. Afgelopen september heb ik de reis geboekt om de stad en de roeiclub te bezoeken. Ik deelde mijn plannen per mail met enkele bestuursleden van de club en we spraken af elkaar te ontmoeten.

Bij aankomst waren de voorzitter, de secretaris en iemand van de technische commissie er om ons te ontvangen. Het was een verkenningsbezoek over de mogelijkheden voor deelname aan de regatta voor Nederlandse roeiers. Voor het weekend van 8-9 juni 2024 stelt de organisatie boten ter beschikking. Uiteraard kan er ook in eigen boten geroeid worden maar dat is met een overtocht met de veerboot nog best een onderneming.

Er kan op zaterdag en op zondag geroeid worden, in de ochtend en in de middag. Er wordt in 1, 2 en 4 persoonsboten geroeid, de laatste zowel in sculling als in sweeping (boordroeien), mannen, dames en mixed. De 8-en roeien alleen de ½ mile wegens de beperkte ruimte onder de Romeinse bruggen die in scherpe bocht verderop liggen. Het is prachtig roeiwater (er zijn

4 roeiclubs langs de rivier aanwezig). Er is veel omheen georganiseerd en het is er jaarlijks gezellig druk. Er is een mogelijkheid om campers te plaatsen op het ernaast gelegen terrein.



Website 191st Durham Regatta 2024.

Visit: <https://durham-regatta.org.uk/>

Mochten er roeiers zijn die deze regatta willen roeien laat het dan weten aan Anita van de Klundert want bij deelname moet er nog een en ander voorbereid worden.

Durham zelf is een monumentale universiteitsstad met een van de oudste kathedralen van Engeland waar ook delen van de Harry Potter films zijn opgenomen. The Durham Castle is van origine het verblijf van de Archbishop, nu is het onderdeel van de universiteit. De geschiedenis gaat terug tot de 7^e eeuw.



Nieuws van de Commissie Aangepast roeien (CAR)

Marga en Wim fietsen naar Santiago de Compostella: aangepast roeiers volbrachten hun tocht

Door Marius Aalders

Sinds vorig jaar roeit op donderdagen een bijzonder paar in de Steurgat. Het zijn Marga en Wim van den Berge. Zij (70) roeit boord op slag en hij (66) stuurt, terwijl een CAR-vrijwilliger op de boegplaats scul roeit. Deze gelukkige combinatie kwam tot stand dankzij de enorme inzet van Marga zelf en van Wim (65) die heel snel de commando's leerde. Wim is in het dagelijks leven crisismanager bij KPN, maar heeft zich vrij kunnen maken om zich te wijden aan de zorg voor Marga. Dat doet hij met volle inzet. Makkelijk gaat het allemaal niet. Om te beginnen moet de Steurgat langs de steiger worden bijgelegd ter hoogte van het gat waar de "lift" wordt aangebracht. Dan wordt de zware liftstallage ingevoerd, het zitzeil aangebracht en Marga zeilt met een zachte zwaai tot boven het roeibankje, waarna zij een zorgvuldige landing maakt. Alles is klaar. De tocht kan beginnen. Samen met Wim maakt Marga graag gebruik van de rolstoelfiets. Vorig jaar hebben ze in de zomer een tocht van twee weken door Nederland gemaakt. Dat beviel zo goed dat ze het plan opvatten om naar Santiago de Compostella in Spanje te fietsen. Op donderdag 20 juli vertrokken ze bij het T-huis in het Valkenberg park in Breda uitgeleide gedaan door een groot aantal fans, waaronder Bredase burgemeester Depla, die het fietspaar met het doorknippen van een lint gelegenheid gaf om op weg te gaan. Per dag fietsten ze 50 kilometer, met twee rustdagen per week.



De voorgeschiedenis van Marga's tegenslag vertelt Wim zelf: "Op 10 juli 2020 kreeg Marga volkomen onverwacht een hersenbloeding. Van het ene op het andere moment kon ze helemaal niets meer. Niet bewegen, niet praten, niet slikken. Zelfs een wenkbrauw optillen lukte niet meer. Na maanden van intensieve revalidatie ging Marga er enorm op vooruit. Ze is wel blijvend rechtzijdig verlamd en rolstoel gebonden. Ook heeft ze afasie, waardoor praten, vooral als ze moe is, lastig is."

"Gelukkig heeft Marga een positieve instelling en kijkt ze vooral naar wat wel kan. Zo is ze in 2022 begonnen met roeien. Met een aantal vrijwilligers van de roeivereniging Breda is ze iedere donderdag op de Mark te vinden. Ook heeft ze het schilderen weer opgepakt, maar nu met haar linkerhand. Haar fysio helpt haar om het lichaam soepel te houden met oefeningen."

Omdat Marga een hekel kreeg aan het stil zitten en ze ook van de fysiotherapeut de nodige beweging moest hebben zag het paar uit naar een nuttige sportbeoefening. In De Stem lazen ze een artikel over aangepast roeien bij de RV Breda. Wim belde Kees Tempelaar, toen nog voorzitter van het CAR-bestuur. Die zei: "Kom maar eens langs, dan zien we wel wat we kunnen doen." Dat gebeurde en met de praktische instructie van Kees Bakkenist werd een programma opgezet. Marga roeit nu met veel plezier en het gaat steeds beter."

Ze wilden de 2.750 kilometer in drie maanden afleggen. Daar zijn ze uitstekend in geslaagd. Op 3 oktober bereikten ze het grote plein voor de kathedraal van Santiago de Compostella oktober, na ruim 3500 kilometer te hebben afgelegd. Uiteindelijk werd de afstand groter, omdat ze besloten om de hogere bergen te vermijden en langs vlakker gelegen wegen te rijden. Marga en Wim hebben tal van problemen overwonnen. Zo hadden ze in het begin van hun tocht, al in België, last van regenbuien. Soms moesten ze een uur onder een afdakje staan. Pech onderweg hadden ze ook, maar dankzij veel hulp onder andere van Nederlandse vakantiegangers konden ze steeds zonder veel oponthoud verder. Tijdens de rit hadden ze veel bekijks. Heel vaak werden er foto's van hen genomen. De rolstoelfiets wekte nieuwsgierigheid. Met heel wat mensen werd een praatje gemaakt en er werden zelfs vriendschappen gesloten.

Voor deze uitdagende reis hadden ze een nieuwe rolstoelfiets aangeschaft. Wim: "Deze fiets heeft onder meer een betere versnelling voor in de bergen en is

voorzien van vering en schijfremmen. Het Fonds Gehandicaptensport vergoedt de fiets deels." Op hun beurt haalden Marga en Wim middels een sponsoractie geld op voor het Fonds Gehandicaptensport.

Ze waren te volgen op Instagram en Facebook onder de naam rolstoelfietsers. Doneren voor het Fonds Gehandicaptensport kan nog steeds via <https://www.voorfondsgehandicaptensport.nl/funders/rolstoelfietsers> of deze QR code:



Een memorabel moment

Vandaag zag ik in de sportsplanner dat ons team, dat op elke zaterdag gaat scullen in een 4x (of 2 keer een 4x, dan wel een combinatie met skiff of 2x als aantal dat vereist) al veel meer dan **10** jaar bestaat.



Naam team
Roeiploeg scullen zaterdag 9.45 u

Sport
Roeien

Aantal leden
15

Actief sinds
29 jul 2012

Aantal activiteiten
1327

Beheerder
Louis Schellekens

Teamleden (15)

Roeiploeg scullen zaterdag 9.45 uur

Ook bestaan wij al langdurig uit **15** leden en zijn al **1327** keer samen het water op geweest.

Louis Schellekens

Een noodkreet

De redactie van Easy All is op zoek naar een extra redacteur voor het schrijven van artikelen voor Easy All.

Wil jij een eigen column? Of wil jij een paar of meer keer per jaar een artikel schrijven? Dan ben je van harte welkom!

Meld je aan via: redactie@rvbreda.nl of secretaris@rvbreda.nl



Gaan de sluisen voor ons weer open?

Jan Huinen, voorzitter van de Toercommissie, is hierover in gesprek met Rijkswaterstaat. Zonder voorafkondiging over veranderinge regeling werd op 18 augustus jl. bij de Marksluis in Oosterhout een C-boot niet geschikt, omdat roeiboten en kano's niet zouden voldoen aan de in Nederland geldende wet- en regelgeving. Nooit tevoren is in Nederland om die reden een C-boot of wherry geweigerd. Reden voor de Toercommissie om hier actie op te ondernemen!

Na telefonisch contact kwam Wouter van Hengel met de Centrale Sluisbediening in Tilburg in het bezit van de meest recente Richtlijn van Rijkswaterstaat (Zuid-Oost) van 8 juni 2023. Met gebruikmaking van de op die Richtlijn staande telefoonnummers kreeg ik heel gemakkelijk het afdelingshoofd aan de lijn, die namens Rijkswaterstaat deze Richtlijn had ondertekend. Dit hoofd was stormverbaasd dat ik hem aan de lijn had gekregen. Dat mocht eigenlijk helemaal niet. Maar nu

niet bekend hoe een toer-roeiboot eruitziet en hoe deze is uitgerust voor het varen op openbare wateren. Ik heb twee uitvoerige en constructieve gesprekken met deze adviseur gehad.

Het resultaat tot nu toe van deze gesprekken is dat er begrip is voor onze wens de sluisen te kunnen passeren. En ook dat deze adviseur met de Centrale heeft gebeld met de vraag minder zwart - wit de Richtlijn toe te passen als het een toer-roeiboot betreft. Afgesproken werd dat wij in principe wel met een toer-roeiboot gesloten zullen worden, onder



Belangrijkste “must knows” – Snelle vraagbaak voor beginners

+ Blijikbaar werkt het zo, dat je door de veelheid aan informatie die je als beginnende roeier krijgt aangereikt, soms door de bomen het bos niet meer ziet.

+ Dit A4'tje dient als eerste wegwijzer met de belangrijkste “must knows”, maar is zeker niet compleet.

+ Voor het complete ‘verhaal’ verwijzen we naar passages uit het Roeiboek en Theorieboek; zie:

<https://www.roeiverenigingbreda.nl/vereniging/reglementen/roeiboek>

Link naar Theorieboek CC [Theorie Crew Class 2021 tillenangepast.pdf \(roeiverenigingbreda.nl\)](#)



Must knows	1	2	3	4	5	6	Complete plaatje?
Veiligheid Basisregels	Voorkom gevaarlijke situaties / houd overzicht / kijk vaak en goed achterom	Houd altijd stuurboordwal	Draag opvallende gekleurde kleding	Stop op veilige plek (aan de kant, niet in een bocht of bij een brug)	Wegvarende boten hebben voorrang	Roeiboot gaat voor motorboot, maar neem NOOIT voorrang	Roeiboek Hfd 9 en Theorieboek CC
Vaarverboden	Wind	Duisternis	Kou	IJs(schotsen)	Mist	Onweer	Roeiboek Hfd 9.3 en Theorieboek CC
Roeitechniek (Scullen)	Rechttop zitten, trots kijken (neus omhoog), polsen recht, doldruk	Geen abrupte bewegingen, beweeg in een soepel en doorgaand ritme	Arbeidsfase: Benen, romp, armen Herstelfase: Armen, romp, benen	Rustig oprijden (1,5 keer trager dan tijdens de rit bij de uittrap) Zoek een duidelijk ritmeverschil.	Bij inpik en uitpik bladen tijdig draaien (klippen)	Leren door observeren van andere roeiers en ploegen	Roeiboek Hfd. 3 en Theorieboek CC www.roeiapp.nl
Begrippen	Stuurboord (groen): Rechts in vaarrichting, rechts van stuurman links van roeier Van loods naar vlot: Aan de boorden, Tillen gelijk ... nu, Draaien naar zee ... nu, overslagen los	Bakboord (rood): Links in vaarrichting, Links van stuurman, Rechts van roeier.	Boeg: Roeier, die het dichtst bij voorpunt (boegbal) zit	Slag: Roeier, die het dichtst bij achterpunt (stuurman) zit en tempo aangeeft,	Boegen: Boeg en roeier die voor de boeg zit	Slagen: Slag en roeier die achter de slag zit	Roeiboek Hfd 3 en Theorieboek CC
Commando's Op het water eind van commando door: Bedankt en bladen in rust plat op het water	Van loods naar vlot: Aan de boorden, Tillen gelijk ... nu, Draaien naar zee ... nu, overslagen los	Bij het vlot: Roeiers waterzijde omlopen, tenen aan de rand, ver en zacht wegzetten, riem aan vlotzijde in dol, riem aan zeezijde in dol, overslagen dicht, sluit luchtkamers	Instappen: Klaarmaken om in te stappen, instappen gelijk ... 1, ... 2, ... 3, (overslagen dicht)	Op het water (1): Wegroepen: Uitzetten ... gelijk ... nu Slag klaar maken, ...slag klaar, ...go Stoppen: Laat ... lopen, houden beide boorden Keren: Ronden over BB of SB ...nu	Op het water (2): Aanleggen: We naderen het vlot, laat ...lopen, overhellen BB/SB, (licht)houden BB/SB	Uitstappen: Overslagen los, stuurman stapt uit, klaarmaken om uit te stappen, uitstappen gelijk ... 1, ... 2, ... 3 Van vlot naar loods: Aan de boorden, tillen gelijk ... nu, slag en boeg omlopen, overslagen dicht	Roeiboek Hfd 3 en Theorieboek CC
Boten & onderhoud	Boot in de schragen (altijd iemand erbij)	Boot soppen en naspoelen	Boot afdrogen (ook boordranden)	Boot op kiel leggen, slidings en wietjes schoonmaken en drogen	Luchtkamers open, boot terug in de loods	Eventuele schade melden in het BRS	Roeiboek Hfd 2.5.6 en Theorieboek CC
Clubwerk	De club draait op vrijwilligers	Iedereen doet wat.	Kies het clubwerk dat bij je past. Kijk eens op de website bij Commissies	Eventueel overleg je met je ploegenoten	Schrijf je in voor minimaal 15 uur	Bij tab ledenmodule op de RV Breda website	Roeiboek H 1.2.3 Clubwerk

Met succes afgeroeid

Oktober - november 2023

- S2 Nana Verveen • Daan Toten
S3 Marcel van der Schoot • Dirk Imkamp • Lieke Brons • Marja Nooijens • Marcia Bruinsma • Noortje Elie • Frans Spijkers
S4 Hellen Wanninkhof
B3 Hellen Wanninkhof

COLOFON

Erevoorzitter	Victor Bernhard †
Ereleden	Nol van Loon † • Will Bernard † • Wim Knoester • Albert Steenman • Annelies Steenman • Henk van Heel
Lid van verdienste	Beelke van Meurs • Jeroen Freling • Richard Louwaard

BESTUUR

Voorzitter	Thom Rolf	voorzitter@rvbreda.nl
Secretaris	Inge Appel	secretaris@rvbreda.nl
Penningmeester	Marius Klabbers	penningmeester@rvbreda.nl
Gebouwcommissaris	Maud van Etten • Mario Maas	gebouw@rvbreda.nl
Instructiecommissaris	Twan de Loos	instructie@rvbreda.nl
Jeugdcommissaris	Katja Wevers	jeugd@rvbreda.nl
Materiaalcommissaris	Louis Schellekens	materiaal@rvbreda.nl
Roeicommissaris	Dirk Imkamp	roeien@rvbreda.nl
Sociëteitscommissaris	Pim Reichardt	societeit@rvbreda.nl

LEDENADMINISTRATIE

Ledenadministrateur	Gijs Volmer	ledenadm@rvbreda.nl
---------------------	-------------	---------------------

EASY-ALL

Redactie	Marius Aalders • Carola Fox • Carin Hoogenberg (eindredactie)	redactie@rvbreda.nl
Vormgeving	Marlies van Rosmalen • Brian Sanderse	

