

**Clubblad van Roeivereniging Ferox**

# 'T SLOEPIE

**Jaargang 22**

**December 2024**



Mighty Mo ■ Thussenuit ■ Bacchus ■ Azorean High



[www.rvferox.nl](http://www.rvferox.nl)

[info@rvferox.nl](mailto:info@rvferox.nl)



# Wesseling Logistics



**Wesseling**  
logistics

Wesseling Logistics  
Anton Philipsweg 20  
2171 KX Sassenheim  
Nederland  
T. +31(0) 252 24 00 00  
F. +31(0) 252 21 44 08  
[info@wesseling-transport.nl](mailto:info@wesseling-transport.nl)

Wesseling Logistics Sassenheim combineert slimme distributie in de hele Benelux met een groot palet aan logistieke diensten en optimalisatiemogelijkheden.

**your ware is our care**

DISTRIBUTIE BENELUX • WAREHOUSES

LinkedIn | Facebook | Vind ik leuk | 222



## Inhoud

Sloep- en bordspansoren .....	4
Bestuur .....	5
Vacature alarm! .....	6
Kort Nieuws: .....	7
Amsterdamse grachtenrace .....	8
Leeuwarden .....	11
Rondje Leiden .....	18
Diverse nieuwtjes van Sloeproaien.nl .....	21
Rondje koffie en gebak op de vrijdagochtend .....	22
Algemene ledenvergadering FSN .....	24
Training Veilig roeien en bekwaam sturen .....	25
Club avond .....	28
FSN Roeikalender 2025 (onder voorbehoud) .....	30

### Bij Biketotaal-Luyten hebben tweewielers altijd voorrang!

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



**nepocon**

# BESTUUR

**Beste leden,**

Na het roeiseizoen zit ook dit jaar er bijna op. Nog een paar weken en dan begint het nieuwe jaar, hopelijk met weer een leuk en succesvol roeiseizoen. De voorbereidingen daarvoor zijn in volle gang. Verschillende teams zijn al volop bezig met het onderhoud aan de sloepen, zodat ze in topconditie zijn voordat het seizoen begint.

In de afgelopen weken hebben we een succesvolle veiligheidsdag gehad. Een aantal leden is door twee trainers van de FSN in een aantal uren getraind over alles rondom veiligheid op het water. Het was een geslaagde dag die we volgend jaar willen herhalen om andere leden de kans te geven deel te nemen aan deze belangrijke cursus.

Als afsluiting van het jaar was er voor de derde keer een drukbezocht roeierscafé, waarbij we terug hebben gekeken op het afgelopen jaar en hebben nagedacht over wat we volgend jaar willen doen. Traditiegetrouw was er de veiligheidsquiz, waarbij de uitkomst was om vooral veiligheidsincidenten te blijven melden, zodat we er lering uit kunnen trekken.

Voor volgend jaar staat als eerste de algemene ledenvergadering van zowel onze vereniging als van de FSN op de agenda, gevolgd door het sleepweekend. Daarna begint het nieuwe wedstrijdseizoen. Tot die tijd wensen we jullie alvast fijne feestdagen en een gelukkig en voorspoedig nieuwjaar. We kijken er samen met jullie naar uit om het jaar te vieren waarin onze vereniging 25 jaar bestaat.

Met vriendelijke groet,  
Het bestuur



## VACATURE ALARM!

Bij het roeierscafé hebben we al aangegeven dat er twee vacatures zijn binnen het bestuur. Eén vrijwilliger heeft zich al gemeld. Daar zijn we natuurlijk erg blij mee. Maar we zoeken dus nog iemand. Wil jij graag meedenken over het reilen en zeilen binnen de vereniging? Ben jij bereid om af en toe de handen uit de mouwen te steken? Dan zoeken we jou!

Heb je interesse? Meld je dan uiterlijk 15 januari bij één van de bestuursleden of via [bestuur.rvferox@gmail.com](mailto:bestuur.rvferox@gmail.com). Heb je nog vragen over wat bestuurslid zijn inhoudt, dan kan je natuurlijk ook contact met ons opnemen.

Het bestuur

### Jaarplanning activiteiten 2025

Ook voor 2025 staan er weer diverse activiteiten op de planning. De agenda staat hieronder. Dit jaar (2024) zijn we begonnen met het aanwijzen van teams die verantwoordelijk zijn voor het organiseren van een bepaalde activiteit. Zo komt iedereen binnen de vereniging een keer aan de beurt en zijn het niet altijd dezelfde mensen die aan de lat staan. Hieronder staat bij elke activiteit wie verantwoordelijk wordt voor de organisatie. Nadere informatie volgt op een later moment. Als hier al vragen over zijn kan je contact opnemen met het bestuur ([bestuur.rvferox@gmail.com](mailto:bestuur.rvferox@gmail.com)).

Zet deze data alvast in je agenda!

Datum	Activiteit	Organisator
Zaterdag 1 februari	Algemene ledenvergadering	Bestuur
Zaterdag 3 mei	Slag om Katwijk	Recreanten 1
Zaterdag 18 oktober	Rondje Leiden	Boys of Summer (MM)
Woensdag 26 november	Roeierscafé	Bestuur
...	Jubileumactiviteit(en)	Jubileumcommissie

Het bestuur

## KORT NIEUWS:

### Oproep van onze huisbaas!

Jullie hebben het vast al gezien... Cees Krijgsman heeft aan de buitenkant van het boothuis een kastje hangen. Daar staan houdbare producten in voor minder bedeelden. levensmiddelen gebruiken om het kastje mee aan te vullen. Er zijn inmiddels al een aantal mensen die het kastje gevonden hebben.



Daarom een oproep aan jullie: Cees kan altijd heb je thuis houdbare producten over, geef ze aan Cees. Dan help je er mensen mee die wat minder te besteden hebben.

An advertisement for 'nico's fietsen'. The top part features the logo 'nico's fietsen' in white and green. Below the logo, the text reads 'Voor eerlijk advies en een prachtige fiets'. In the background, there is a dark car. On the left side, there is a list of services: 'Kom bij ons langs voor: • Advies • Reparatie • Onderhoud • Alle soorten fietsen'. Below this list, the address 'Zeeweg 82b • 2224CG katwijk' and phone number '071 - 4071668' are listed. On the right side, there is a photograph of a man and a woman sitting on a bicycle. Below the photo, the text reads 'U bent van harte welkom!'. At the bottom, the website 'WWW.NICOSFIETSEN.NL' is prominently displayed, followed by the address 'Zeeweg 82b • 2224CG katwijk' and phone number 'Tel: 071-4071668 • info@nicosfietsen.nl'.

## AMSTERDAMSE GRACHTENRACE

Als nieuwe teamleden hebben wij, Jolanda van Rhijn en Nico Dijkdrent, de eer om een bijdrage te leveren aan het Sloepie.

Wij zijn dit jaar begonnen met het roeien. Jolanda is als eerste van ons tweeën gaan roeien bij de recreanten. Na het meedoen aan de workshop in mei is Jolanda teamcaptain van het recreantenteam van de Mighty Mo op woensdagavond. Nico mocht tijdens de vakanties een keer meevaren. Er was destijds iemand tekort. Het tekort was daarna meteen definitief opgelost. Het roeien vinden we zo gaaf dat we volgend jaar de overstap maken naar team Thussenuit en daar hebben we veel zin in!

Grachtenrace Amsterdam 2024; voor ons een uitdaging. We hadden allebei weinig of geen wedstrijdervaring. Meedoen met de Grachtenrace was dus voor ons allebei een gedurfde stap. Toch is deze ervaring er een die op de bucket-list is gegaan. Hoe het begon? Met een appje van Coby op 26 september. Er waren nog twee plekje vrij in de ThussenUit voor Amsterdam. Wie wil meedoen? Na een paar berichten heen en weer is de beslissing genomen. We doen mee. Een paar weken van flink trainen volgen en het team van ThussenUit leert ons de eerste (wedstrijd)kneepjes van het roeien. Na een aantal keren meetrainen voelen we ons al helemaal thuis en hebben we ons plekje gevonden binnen het team.



Benieuwd hoe wij de wedstrijd ervaren hebben? Hieronder vertellen wij onze ervaringen tijdens de Grachtenrace in Amsterdam; een route van 25 kilometer. Over de Amstel, door de grachten om langs de haven terug te keren naar het startpunt.

Dinsdag 8 oktober was de laatste training voor de wedstrijd. In de dagen erna nam de spanning wel wat toe. Hoe zou het gaan? Zouden we het redden? Dan op 10 oktober een appje van Kees; we verzamelen zaterdag om 9 uur bij het clubhuis. Het is zover; de start van de voorbereidingen om mee te doen met de grachtenrace in Amsterdam.



Zaterdagmorgen 8:00 uur stuurt Kees een berichtje met wie waar zit in de boot tijdens de wedstrijd. De spanning loopt verder op. Wat kunnen we verwachten? Degenen die bekend zijn weten het inmiddels wel; een route met smalle grachten, veel bruggen en dus een flink aantal uitdagingen. Voor de nieuwelingen is het helemaal nieuw. Half tien is het zover; de boot staat op de trailer, we vertrekken. De Grachtenrace begint nu echt!

Na een voorspoedige heenreis (ondanks een ongeluk op de A4) is de ThussenUit rond 11 uur met de kraan in het water gelegd. Daarna was het wachten tot de starttijd van 13:00 uur. Ondertussen hebben we, met dank aan Petra, de appeltaarttraditie voortgezet. Als klap op de vuurpijl heeft Saskia aan stuurman Kees de cheque van Rabo Clubsupport overhandigd voor warme kleding voor de stuurlieden. Die is heel goed ontvangen.

Dan wordt het tijd om klaar te maken voor de race. Na de laatste aanpassingen aan de indeling wordt rond 12:30 uur ingescheept en een stuk geroeid als warming-up, om daarna onze plek in de startrij in te nemen.

13.00 uur: aan het werk. De ThussenUit, startnummer 121 gaat van start in de Grachtenrace. Het eerste stuk gaat vlot, het tempo zit er goed in. Op het Amstelkanaal worden de eerste boten al ingehaald. Na 1,5 uur varen wordt geroepen dat de 15 kilometer is aangetikt en komt het herenteam in de Mighty Mo in het vizier. Een mooie aanleiding voor stuur Kees om nieuwe energie in het team te brengen door een nieuw tussendoel te stellen; het inhalen van de Mighty Mo! Met de nodige stimulans vanuit Kees is dit doel ter hoogte van het Entrepotgebouw gehaald. Dan opnieuw terug naar de grachten met de bijbehorende uitdagingen en onderweg nog even zwaaien naar Coby op het havenhoofd. En uitdagingen, die waren er. Meermalen van achter aangevaren door mededeelnemers, rondvaartboten die doorvaren bemoeilijkten en niet te vergeten boten die willen inhalen in de smalle grachten. Het zat er ook deze keer allemaal in. De Leliegracht met de smalle doorgang door damwanden spande de kroon met twee aanvaringen van achter. Met zijn ervaring heeft Kees ons ook door deze uitdaging gestuurd. Over stuurmanskunst gesproken!

Na enig passen en meten op de Keizersgracht, via de Singelgracht en Boerenwetering terug naar het Amstelkanaal en de finish. Onderweg zijn we nog ingehaald door de dames van Azorean, die door materiaalpech het met een roeier minder moesten doen. Moe maar voldaan is de finish bereikt en wordt het tijd voor napraten en samenzijn. Rond 18.00 stond de boot weer op de trailer en begon de thuisreis.

Kort samengevat: Grachtenrace 2024; een mooie teamprestatie en voor ons een onvergetelijke ervaring. Er wordt vaak gezegd; de Grachtenrace Amsterdam is elk jaar weer anders. Een uniek evenement in een mooie en uitdagende omgeving. Een mooie dag met een mooi resultaat voor team ThussenUit. Wat ons betreft; op naar Grachtenrace 2025!

Jolanda van Rhijn  
Nico Dijkdrent

Trainingsrondje ThussenUit met een volle sloep



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

## LEEWARDEN

### Een rondje Leeuwarden met een gemixte Azorean High

En toen zat het roeiseizoen er alweer bijna op. Om er toch nog even van te genieten, werd door de heren van de Azorean High een extra wedstrijd aan het schema toegevoegd. Er was even wat gedoe met de bezetting, iets met teamleden die door hun werkgever de zee op werden gestuurd. Maar gelukkig is daar het damesteam, met altijd bereidwillige roeiers om ons uit de brand te helpen.

Fijn, zo maken wij ook een beetje kans op een prijs. De statistieken wijzen nl. uit dat we de meeste prijzen dit jaar hebben gewonnen met één of meer dames aan boord. Maar is dat omdat de dames zo goed zijn, of omdat de heren toch geneigd zijn om zich wat meer uit te sloven? Of misschien wel allebei... In ieder geval waren Dominique en Arianne al gecharterd en kon op het laatste moment ook Britt aan het team worden toegevoegd. Nu waren we echt klaar voor de strijd! Op naar Leeuwarden voor een rondje om en door de stad.



Aan het weer zou het in ieder geval niet liggen. Het leek wel voorjaar. Bij de traditionele koffiestop voor de afsluitdijk konden we weer genieten van de baksels van Bastiaan. Ook de heren van de Mighty Mo hebben deze plek inmiddels gevonden. Daar kon ondergetekende nog even een lesje Engels opdoen aan de hand van de trui van Wim Hoek (op de achterkant staat Cox wat blijkbaar stuurman betekent). Zo leer je elke dag weer iets nieuws. De woordgrappen van zijn teamgenoten zal ik u besparen.

Na een toch best lange rit arriveerden we in de Friese hoofdstad. Het kranen was top geregeld en een ander voordeel: geen lange wachttijd want we konden als eerste aan de start verschijnen. Dus even inroeien en klaarliggen. Terwijl Kees nog even met ferme taal het startveld leeg schreeuwde, hadden wij uiteindelijk vrij baan en konden we samen met de Twirre aan de 19 km lange tocht beginnen.

Het eerste stuk ging nog over ruim en redelijk diep water. De snelheid kon ruim boven de 11 km/u worden gehouden en de voorsprong werd gestaag uitgebouwd. Maar toen kwam de Bonkevaart. Een water dat beroemd is als finishplaats van de Elfstedentocht (weet u wel... die schaatstocht die vroeger nog wel eens doorging). In werkelijkheid is het echt niet meer dan een ondiepe sloot. Als gevolg hiervan liep de snelheid terug. Terwijl we ons door het ondiepe water ploeterden, wisten we dat het nog een lange weg naar de finish was.



Het bochtenwerk van Kees was weer top. Soepel stuurde hij ons door alle chicanes en zigzagde hij langs het andere scheepvaartverkeer. Want het aangename weer had ook een keerzijde. Het was behoorlijk druk op het water. Dagjesmensen in gehuurde sloepjes moesten af en toe flink naar de kant. Ook vissers leken het aankomende roeiersgeweld niet helemaal in de gaten te hebben. Eentje kon, na een flinke tik van één van de riemen, in ieder geval zijn zorgvuldig geprepareerde kunstaas ontwarren.



Even werd er gevreesd voor het tweede rondje door de grachten. Bij die tweede omloop konden andere sloepen nog wel eens roet in het eten gooien. Maar dat viel reuze mee. Al snel konden we het gejuich van de supporters langs de kant en op de terrassen achter ons laten en ging het terug naar de startlocatie om te finishen. Het water werd ruimer, maar de wind bleek een spelbreker. Met een flinke wind tegen was het behoorlijk ploeteren. Zeker omdat de tank al aardig leeg was. Na ruim 1 uur en 3 kwartier kwamen we ruim voor de rest van het veld over de finish. Dan is het natuurlijk de vraag wat het waard is. Maar eerst even bijkomen en rustig naar de kraan toe. Het kraanpersoneel werd na een belletje van lokale insider Dominique snel per boot aangevoerd en al rap stond alles weer op de kar. Tijd om op adem te komen en nog wat te genieten van het mooie weer.

Bij de uitslag dit keer geen podiumplek. We moesten het doen met een 9<sup>e</sup> plaats, maar op zich nog steeds een prima resultaat.

Op naar de afronding van het seizoen 2024: Muiden Pampus Muiden.

Gr Hugo

# MUIDEN – PAMPUS – MUIDEN



Roeivereniging Ferox

10u · 🌐



Dit weekend deden we alles in 3! 3 teams, 3 rondjes om Pampus en ook nog is naar huis met 3 prijzen 🏆🥳

De Boys of summer (weer die zon mee 🤙) gingen naar huis met de jaarprijs 3e kuikenheren 🐣

De Azorean mannen met een 3e prijs MPM in de hoofdklasse en ja als monster afsluiter van dit jaar hebben de Azorean dames een 1ste prijs overall gewonnen 🏆❤️

## Ferox heren sluiten seizoen goed af bij Muiden Pampus Muiden

En dan is het voor de heren van de Azorean High alweer tijd voor de laatste race van het seizoen 2024. Een seizoen waarbij de prestaties net zo wisselvallig waren als de bezetting. Ook nu was het door een late afmelding weer puzzelen om de bezetting compleet te krijgen. Gelukkig was bij de Pulletje snel versterking gevonden.

De wedstrijd Muiden Pampus Muiden (MPM) bestaat uit drie rondjes van 7,5 km om het bekende forteiland die zijn verdeeld over twee dagen. In dit weekend worden ook de klassementsprijzen uitgereikt en wordt het seizoen afgesloten met een groot feest.

MPM gaat vaak gepaard met regen, kou etc. Alles wat je zo'n beetje kan verwachten begin november. Maar dit jaar was het rustig en zonnig. Aan het weer zou het dus zeker niet liggen.

Het kranen moest dit jaar op vrijdag plaatsvinden. Gijco en nieuwe aanwinst Jelle gingen op vrijdagavond al naar Muiden en konden de sloep snel te water laten. Voor Jelle zou het zijn eerste wedstrijd met ons worden. Je zou kunnen zeggen een vuurdoop, maar hem overkwam een hele andere onderdompeling. Na het kranen moest de Azorean wordt afgemeerd, maar bij het manoeuvreren raakte hij tussen wal en schip. Een nat pak was het gevolg. Hij vatte het nuchter op en gelukkig had hij genoeg droge kleding mee.

Een aantal van ons had een bed geregeld aan boord van het slaapschip gecharterd door onze Rotterdamse vrienden en vriendinnen van TIOG. Het schip vormde meteen de thuisbasis voor het Ferox damesteam en ons. De koffie vloeide rijkelijk en de verzorging was weer uitstekend.

Nadat de dames als eerste het spits hadden afgebeten was het onze beurt voor de eerste ronde. MPM bestaat traditiegetrouw uit allerlei begeleiders op bootjes en op de kade die heel druk zijn met het rond commanderen van de sloepen. En als je een beetje moeite hebt met autoriteit (ofwel het lastig vindt om te doen wat anderen zeggen) dan geeft dat wel eens wat spanning en gedoe. Maar de hoofdbegeleider koos dit keer een wat andere aanpak bij onze stuur en dat leek zowaar te werken. Een nieuwe vriendschap is geboren.

Na even wachten konden we plaatsnemen aan de startlijn. Inroeien is geen optie dus een koude start is een zekerheidje. Toch gingen we hard weg.



Buitengaats op het IJmeer was het water best wel knobbelig waardoor het lastig was om de vaart erin te houden. Bij de ronding van Pampus zat het ons weer eens niet echt mee. Er moesten heel wat eerder gestarte sloepen worden ingehaald, dus maakten we veel extra meters buitenom. Terug richting Muiden raakte de vaart er een beetje uit. Na bijna 40 minuten kwamen we over de finish. Op zich een prima tijd, maar ook weer niet waanzinnig. Dus even lunchen aan boord, op krachten komen en klaarmaken voor het tweede rondje.

Die tweede ronde was vergelijkbaar met de eerste. Met dien verstande dat we bij de ronding van het eiland dit keer weinig last hadden van andere sloepen. Het leverde een iets snellere tijd op, maar het verschil was klein.

Nadat de wedstrijden voor de zaterdag erop zaten kon iedereen zich oprispen. Aan boord werden allerlei hapjes voorbereid en al snel ging de tap open. In combinatie met een fles kruidenbitter was het prima uit te houden. Na afscheid genomen te hebben van de mannen die weer richting Katwijk gingen, was het op naar de feesttent.

De prijsuitreiking voor alle klassen bevatte geen verrassingen. Onze hoop was vooral gevestigd op de prijzen voor de prestaties van dit hele weekend, maar die werden zondag pas vergeven.

Tja en dan is het tijd voor het feest. Muzikaal vliegt het zoals altijd alle kanten op, maar meebleren en dansen is gegarandeerd. Het bier ging er in hoog tempo doorheen, dat helpt natuurlijk om de meer stugge roeiers ook wat lossier te maken. Hoe later op de avond hoe gekker het vaak wordt, met misschien wel als hoogtepunt het interview dat een wildvreemde met Melissa probeerde te hebben. Hierbij werd een broccoli als microfoon gebruikt. Zo'n kans op een gezonde snack liet ze niet schieten. U begrijpt het niveau was niet bijster hoog, maar het was wel gezellig. Na afloop nog even naar café Ome Ko voor een laatste afzakkertje en dan terug naar het slaapschip om nog iets van nachtrust te pakken.

En dan de zondag. Na een stevig ontbijt konden we in een heerlijk zonnetje eerst de dames aanmoedigen. Die ging weer voor een topprestatie. Na hun hele snelle ronde, was het onze beurt om de laatste kilometers van 2024 af te leggen. De heenweg ging snel, maar bij het eiland moesten weer wat extra meters worden gemaakt. Op de terugweg ging het nog steeds best hard, maar minder hard dan de heenweg. Na 39 minuten zat het erop. Zeker niet verkeerd, maar we hadden wel gehoopt dat de snelheid van de heenweg langer vast kon worden gehouden.

Dit waren de laatste meters van 2024. Nou ja, voor een aantal nog niet helemaal. Na wat misverstanden over wie de boot naar de kraan zou brengen (dat soort afspraken moeten we ook niet vlak voor een feestavond maken) pakten een aantal van ons de riemen op om op het gemakje naar de kraan te roeien. Er moest een hele armada aan boten uit het water worden gehaald. De logistiek verliep dat allemaal niet echt soepel waardoor de kranen er soms doelloos bij stonden. Maar toen chauffeur Dominique werd gespot konden we na wat

heen en weer laveren de sloep onder de kraan leggen en uitstappen.



Een aantal van ons gingen door naar de feesttent in afwachting van de prijsuitreiking. Daar bleek dat we de 3<sup>e</sup> prijs in de wacht hadden gesleept. Toch een mooie afsluiting van dit seizoen.

Hugo





Azorean Dames: 1<sup>e</sup> prijs in het overall klassement MPM



De Mighty Mo in actie tijdens de MPM

## RONDJE LEIDEN

Een aantal jaren geleden is Ferox begonnen met het Rondje Leiden. In 2023 was dit met de roeivereniging uit Willemstad. Toen wij in Leiden aankwamen, en lekker aan de koffie gingen, kwamen wij er achter dat de gevulde koeken nog in het botenhuis lagen.



Nu wel gevulde koeken onderweg!

Tijdens het jaarlijkse overleg met Wedstijdmixteam Thussenuit kwam dit ter sprake en vonden een aantal leden dat wij dat beter zouden kunnen organiseren.

Er was in de algemene ledenvergadering al gevraagd wie er in de feestcommissie wilde plaatsnemen. Het liep niet storm, een idee was om elk team wat te laten organiseren. Wij dachten gelijk “ Dat gaat het Rondje Leiden worden “ Alleen hebben wij dit als Thussenuit niet echt gecommuniceerd met het bestuur, waardoor ons oproepje voor 19 oktober een beetje uit de lucht kwam vallen. Sorry daarvoor.

Rondje Leiden is eigenlijk ooit als afsluiting van het seizoen bedoeld. Tijdens het organiseren van het rondje Leiden 2024 kwamen wij er al snel achter dat als wij alle teams wilden laten meeroeien, dus veteranen, recreanten, en wedstrijdteams, dit helemaal niet haalbaar zou zijn. Tenslotte hadden wij maar plek voor 3 boten met 11 personen en 1 boot met 9 personen = 42 leden die mee konden. Wij kwamen uit op 47 aanmeldingen Hoe gingen wij dit oplossen!!



Verzamelen in het botenhuis

Katowice inzetten? Slecht idee, dan zou het echt een hele dag duren. Willemstad had ook weer belangstelling, maar dat waren maar 3 personen die meewilden, en om met 3 personen een boot te laten meenemen vanuit Willemstad was ook geen optie. Zij vielen dus als eerste af  $47 - 3 = 44$  Uiteindelijk werd het een soort Agatha Christie verhaal van de 10 kleine negertjes. Iedere dag viel er eentje af en bleven we uiteindelijk op 36 roeiers hangen.

Vonden wij dat we vorig jaar de mensen uit Willemstad zo naar huis lieten gaan zonder een broodje of zoiets, ook dat wilden wij dit jaar anders aanpakken. Een vraagje aan het bestuur of er iets te regelen was op financieel gebied, was geen probleem als het maar niet te gek

werd. Dus na ons Rondje Leiden gingen we gezellig als vereniging aan een lekker broodje. Moet er wel bij zeggen dat toen we 's morgens aankwamen om de broodjes te smeren en Kees en Tineke ons de mooi gedekte tafels lieten zien, wij gelijk dachten: Zo kan het ook.



Gezellig gevulde tafels na afloop

Wij vonden het als Thussenuit een geslaagd project met natuurlijk nog wel wat verbeterpuntjes (is genoteerd voor komend jaar).

Het lijkt ons een heel goed idee om er een vast onderdeel binnen de vereniging van te maken. Voorstel is de zaterdag na de wedstrijd in Amsterdam. In 2025 zou dat dan op 18 oktober zijn. Hoe gaan we het dit komend jaar doen als er meer aanmeldingen zijn? Gaat de ene helft heen en de andere terug? Kunnen we ergens een boot lenen? Alsjeblieft dank met ons mee !!!

Namens Team Thussenuit,

Coby Ouwehand

## DIVERSE NIEUWTJES VAN SLOEPROEIEN.NL



### Op naar seizoen 2025

#### We gaan weer Roei!proeven in 2025!

Het zou eigenlijk een éénmalig evenement worden..... Maar Roei!proeven 2024 was te leuk om het niet weer te gaan organiseren! Tijdens de evaluatie met de sponsors en vrijwilligers waren we het er snel over eens dat dit unieke roeievenement jaarlijks moet terugkeren. Dus eind augustus 2025 organiseren we - wederom in Zaandijk - opnieuw dit gezellige evenement, om vanaf 2026 ieder jaar op een andere locatie in Nederland neer te strijken. We hebben er alweer zin in!! [Lees verder >>](#)



#### Serious Request 24 uur Roeien!

Het Serious Request Glazen Huis staat dit jaar in Zwolle. De roei(st)ers van Sloeproeien Zwolle, Hattem Roeit en DMRC Hattem hebben de handen ineen geslagen en roeien vanaf 20 december 16:00 uur met twee sloepen 24 uur lang door de Zwolse grachten voor het goede doel van dit jaar: Metakids! [Lees verder >>](#)



## RONDJE KOFFIE EN GEBAK OP DE VRIJDAGOCHTEND

Zoals wellicht bekend roeien de veteranen op de vrijdagochtend een uurtje in de ThussenUit en sluiten daarna met koffie en wat lekkers af in het botenhuis. Half november trakteerde Aad in verband met zijn komende verjaardag op wat lekkers bij het pannenkoeken restaurant “De Beslagkom” aan de Zwaikom in het Pr. Hendrikkanaal in Katwijk. Na het standaard roei uurtje werd dan ook met een volle bemanning door geroeid het kanaal in en kon worden afgemeerd. Voor Piet was als elfde roeier geen plek in de sloep beschikbaar maar hij stond al keurig om 11 uur ons op te wachten in de Zwaikom.

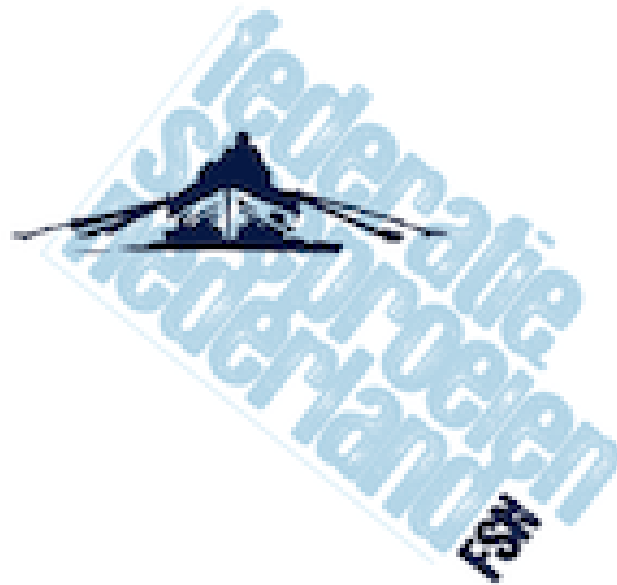


Vanwege de stevige wind in het kanaal was het afmeren nog even een kunstje maar dat werd keurig opgelost.



In het restaurant was keurig een tafel met verjaardag ballonnen voor ons gereserveerd. Het werd tijdens de koffie drinken zo gezellig dat we helemaal vergaten om binnen wat foto's te nemen. Volgend jaar maar opnieuw proberen!

# ALGEMENE LEDENVERGADERING FSN



## ALGEMENE LEDEN VERGADERING

Op 1 februari is onze jaarlijkse ALV. Je bent van harte uitgenodigd. Deze uitnodiging geldt voor 2 personen per FSN-lid (sloep of wedstrijd organisatie). Na de tijd staat er een lunch klaar. Inloop is vanaf 10:30 uur en we starten om 11:00 uur.

**1 FEBRUARI 2025**

Nova College  
Kanaalstraat 7  
Ijmuiden

FEDERATIE  
SLOEPROEIE  
NEDERLAND



Geef je op voor 18 januari via onderstaand mailadres.  
Heb je punten voor de agenda?  
Ben je ergens allergisch voor (lunch)?  
Vermeld dit bij de opgave.  
[info@federatiesloeproeien.nl](mailto:info@federatiesloeproeien.nl)



# TRAINING VEILIG ROEIEN EN BEKWAAM STUREN

Op zaterdag 23 november werd in het botenhuis de eerder door het bestuur toegezegde training veilig roeien en bekwaam sturen georganiseerd. De aanwezige leden vormde een mooie afspiegeling van onze vereniging en bestond uit een mix van ervaren/minder ervaren stuurlieden/roeiers en nieuwere leden.



**VEILIG ROEIEN!**  
Voor en door roei(st)ers!

Een initiatief van



In samenwerking met



Doel van deze training

## DOEL VAN DEZE TRAINING



- ❖ Ervaringen & kennis delen
- ❖ Leren van elkaar
- ❖ Bewustwording risico's / veiligheidsaspecten
- ❖ Wettelijke kaders / verantwoording
- ❖ Discussie op gang brengen
- ❖ Morgen (nog) veiliger sturen &roeien!



Beste deelnemers/leden,

Tijdens de training werd veel aandacht besteed aan het zo veilig (en leuk) mogelijk deelnemen aan het sloeproeien. Met name de verantwoordelijkheid van de stuurlieden en ook de bemanning kwam ruim aan de orde. Ook het officiële watersport regelement werd toegelicht.

De training werd afgesloten met een quiz over de behandelde stof en dat viel nog niet mee. Als afsluiting kregen alle deelnemers een oorkonde mee als bewijs dat zij de training gevolgd hebben.

Hierbij de link naar de presentatie van zaterdag 23 november. Als je op de onderstaande link klikt kun je de complete presentatie inzien.

Zie: <https://www.veiligroeien.nl/trainingen/klassikale-trainingen-veilig-roeien/ferox-23-november-2024>



Er werd aandachtig geluisterd



Als afsluiting: de groepsfoto

#### **Tot slot nog even het volgende .....**

Helaas waren er best een aantal aangemelde deelnemers afwezig. Dat is jammer omdat er wel rekening is gehouden met aantal opgegeven aantal, zowel bij de lunch als bij de huur van de accommodatie. Wij verzoeken jullie om hier in het vervolg rekening mee te houden!

Hugo

#### **Reactie van de docenten Marco & Kees**

Vandaag waren wij te gast bij Roeivereniging Ferox voor het geven van de in-company training 'veilig roeien en bekwaam sturen'. Het was weer een mooie, interactieve bijeenkomst waar over en weer veel gedeeld en geleerd werd! We danken de club voor de gastvrije ontvangst (met warm appelgebak ) en de enthousiaste groep voor hun aandacht en bijdragen! Samen maken we het roeien (nog) veiliger!!

Zie ook [www.veiligroeien.nl](http://www.veiligroeien.nl)

## CLUB AVOND

Op woensdag 27 november was het weer zo ver: de Ferox Clubavond. Er ware redelijk veel leden op afgekomen dus om 8 uur was het al lekker druk.

Hugo deed de presentatie namens het bestuur en daarna werd door Arthur gestart met een quiz op gebied van veiligheid en werden papier en pennen uitgedeeld.

Via een overhead projector presenteerde Arthur een ruim aantal (28) multipel choice vragen met per vraag een 3-tal mogelijke antwoorden. Bij elk mogelijk antwoord was 1 letter rood gemaakt



De bedoeling was dat de deelnemers per vraag de rode letter van hun antwoord op papier schreven. De letters zouden uiteindelijk een zin opleveren en de vraag was wie als eerste deze zin zou herkennen.

Na enige opstart problemen verliep de quiz vlot en werd rond de 23-ste vraag de gevraagde zin geroepen. De zin luidde ***“Een incident melden via de website”***

Eerlijkheidshalve dient gezegd te worden dat de leden die eerder de training veilig sturen & roeien hadden gevolgd in het voordeel waren omdat veel van de gestelde vragen daar aan de orde waren geweest.



Vervolgens werd het een gezellige avond waar de aanwezigen onder het genot van een hapje en een drankje nog een tijdlang bijeen waren.



## **FSN ROEIKALENDER 2025 (ONDER VOORBEHOUD)**

<b>IJsselslag Deventer</b>	zaterdag, 29 maart 2025
<b>Vechten op de Vecht, Weesp</b>	zaterdag, 5 april 2025
<b>Harlinger Kampioenschap Sloeproeien</b>	zaterdag, 12 april 2025
<b>Utrechtse Grachtenrace ronDom</b>	zaterdag, 12 april 2025
<b>Slag om de Zaan, Zaandam</b>	zaterdag, 19 april 2025
<b>Roeisloepenrace Grou</b>	zaterdag, 10 mei 2025
<b>FK Sloeproeien, Lemmer</b>	zaterdag, 17 mei 2025
<b>Harlingen-Terschelling Roeirace</b>	vrijdag, 30 mei 2025
<b>Haal-op-gelijk-in-Harderwijk</b>	zaterdag, 14 juni 2025
<b>Kaagrace, Warmond</b>	zaterdag, 14 juni 2025
<b>Kameleonrace, Terherne</b>	zaterdag, 21 juni 2025
<b>Volvo Zwolse Grachtenrace, Zwolle</b>	zaterdag, 21 juni 2025
<b>Breskens – Terneuzen roeirace, Breskens</b>	zaterdag, 28 juni 2025
<b>Roeiregatta Haringvliet, Hellevoetsluis</b>	zaterdag, 5 juli 2025
<b>Vuurtorenrace Urk</b>	zaterdag, 5 juli 2025
<b>Respec op de Lek, Culemborg</b>	zaterdag, 12 juli 2025
<b>Mosselrace, Bruinisse</b>	zaterdag, 19 juli 2025
<b>Maasrace, Rotterdam</b>	zaterdag, 6 september 2025
<b>Slag om Makkum</b>	zaterdag, 6 september 2025
<b>ZwarteWaterRace, Zwartsluis</b>	zaterdag, 13 september 2025
<b>Slag om Willemstad</b>	zaterdag, 13 september 2025
<b>Veerse Meer Sloepenrace, Kortgene</b>	zaterdag, 20 september 2025
<b>Langweerder Sloepenrace</b>	zaterdag, 27 september 2025
<b>Grachtenrace, Amsterdam</b>	zaterdag, 11 oktober 2025
<b>Liwwadster Rondje, Leeuwarden</b>	zaterdag, 25 oktober 2025
<b>Muiden-Pampus-Muiden</b>	zaterdag en zondag, 1 en 2 november 2025

## INFORMATIE ROEIVERENIGING FEROX

**Website** : [www.rvferox.nl](http://www.rvferox.nl)  
**E-mail algemeen** : [info@rvferox.nl](mailto:info@rvferox.nl)  
**Facebook** : [www.facebook.com/RoeiverenigingFerox](http://www.facebook.com/RoeiverenigingFerox)  
**Instagram** : [www.instagram.com/ferox\\_roeivereniging](http://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](mailto:bestuur.rvferox@gmail.com)

Voorzitter : Gert-Jan van Zuijlen 06-47940440  
Penningmeester : Gijco Rijneveld [penningmeester.rvferox@gmail.com](mailto:penningmeester.rvferox@gmail.com) 06-20139051  
Secretaris/  
Ledenadministratie : Hugo Barnhoorn [secretaris.rvferox@gmail.com](mailto: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](mailto:veiligheid.rvferox@gmail.com)  
PR commissie : [prferox@gmail.com](mailto:prferox@gmail.com)  
Sponsorcommissie : via [info@rvferox.nl](mailto:info@rvferox.nl)  
Onderhoudscommissie : via [info@rvferox.nl](mailto:info@rvferox.nl)  
Clubhuiscommissie : via [info@rvferox.nl](mailto:info@rvferox.nl)  
Activiteitencommissie : [activiteitenferox@gmail.com](mailto:activiteitenferox@gmail.com)  
Cursuscommissie : [rvferox@gmail.com](mailto:rvferox@gmail.com) 06-20139051

### Teamcaptains

Azorean High Dames : Saskia Haasnoot [s.haasnoot@hotmail.com](mailto:s.haasnoot@hotmail.com) 06-38016965  
  
Azorean High Heren : Bas Langeweg [baslangeweg@hotmail.com](mailto:baslangeweg@hotmail.com) 06-38757233  
Mighty Mo : Gert-Jan van Zuijlen [gajvz1969@gmail.com](mailto:gajvz1969@gmail.com) 06-47940440  
Bacchus Mixteam : Evert Jelle [familie@lachi.nl](mailto:familie@lachi.nl) 06-25550269  
ThussenUit Mixteam : Coby Ouwehand [via\\_koekebakkercoby@live](mailto:via_koekebakkercoby@live) 06-12311236  
Recreanten TU : Jeroen Troost [jeroen.troost@live.nl](mailto:jeroen.troost@live.nl) 06-23977640  
Recreanten Bacchus : Henk Vliegenthart [henk.vlieg123@gmail.com](mailto:henk.vlieg123@gmail.com) 06-57346374  
Veteranen : Aad Langeweg [aad.langeweg@gmail.com](mailto:aad.langeweg@gmail.com) 06-37544464

### 't Sloepie

Eindredactie : Aad Langeweg [aad.langeweg@gmail.com](mailto:aad.langeweg@gmail.com) 06-37544464



**Katwijk**

**Roeiers met passie**