



TANGLOPPEN



Medlemsblad for Ishøj Roklub

27. årgang

November 2011

Nr. 5



Kanindåb 2011

www.ishoj-roklub.dk

Ishøj Roklub

Stiftet 16. oktober 1983

Medlem af Dansk Forening for Rosport under Danmarks Idræts-Forbund

Adresse: Tangloppen 1, 2635 Ishøj

Telefon: 4373 4843

e-mail: ishoj-roklub@ishoj-roklub.dk

www.ishoj-roklub.dk

Kontonr.: 5475-2005969

CVR.-nr.: 29948569, ISSN: 1603-659X



Bestyrelse

Formand	Christian Kofod	kofod85@hotmail.com	Tlf. 2072 4586
Næstformand	Peter Froskov	froskov@gmail.com	Tlf. 2294 2452
Kasserer	Villy Sørensen	villyksorensen@hotmail.com	Tlf. 6170 8273
Rochefer	Morten Storgaard	storgaard@post1.tele.dk	Tlf. 4373 3765
Langtursrochef	Edvin Wettergren	edvinwe@hotmail.com	Tlf. 4352 4997
Bestyrelsesmedlem	Michael Duncan	michael.p.bendix@gmail.com	Tlf. 2291 1652
Bestyrelsesmedlem	Toni Larsen	larsen.toni75@gmail.com	Tlf. 2972 7037

Udvalg og repræsentanter

Roudvalg	Morten Storgaard		se bestyrelsen
	Peter Froskov	froskov@gmail.com	se bestyrelsen
	Allan Væverskov	vaeverskov@mail.dk	Tlf. 4390 1003
	Kim Johansen	kimanne82@gmail.com	Tlf. 4362 4169
Husforvalter	Toni Larsen		se bestyrelsen
Depotbestyrer	Aage Hvass	aahv@novonordisk.com	Tlf. 30793570
Haveansvarlig	Peter Ramm		Tlf. 2049 8945
Langtursudvalg	langtur@ishoj-roklub.dk		
	Edvin Wettergren		se bestyrelsen
	Freddi Wagner	fwagner@live.dk	Tlf. 4354 0502
	Bendt Vangshardt	patrul@webspeed.dk	Tlf. 3617 4116
	Per Baad	per@baad-jensen.dk	Tlf. 2144 1045
Sponsorudvalg	Villy Sørensen		se bestyrelsen
	Michael Duncan		se bestyrelsen
	Claus Laugaard	claus@laugaard.dk	Tlf. 4014 5594
	Helle Storgaard	storgaard@post1.tele.dk	Tlf. 4373 3765
Informationsudvalg	klubblad@ishoj-roklub.dk		
Klubblad	Britt Hansen	britt_sejersboel@hotmail.com	Tlf. 2064 1596
	Lone Sørensen	loneishoej@gmail.com	Tlf. 4073 3032
Redaktør	Peter Froskov		se bestyrelsen
Hjemmeside	Morten Storgaard		se bestyrelsen
Repræsentanter			
Friluftsrådet	Albertslund: Anne Wilms, Ishøj: Aage Hvass, Vallensbæk: vakant		
Ishøj Idrætsråd	Morten Storgaard		

Kontingent Ishøj Roklub

Aktive over 21 år:	350 kr. / kvartal
Aktive fra 18 til 21 år:	250 kr. / kvartal
Aktive under 18 år:	175 kr. / kvartal
Passive:	175 kr. / år (Familierabat gælder ikke passive)

Familierabat: Halv pris for alle i samme husstand, efter den første voksne til fuld pris.

Indlæg til Tangloppen

Tidsfrist for materiale til Tangloppen er den 10. i hver måned.

Indlæg sendes på e-mail til klubblad@ishoj-roklub.dk i Word-format



Formanden har ordet

Inden længe når vi afslutningen på dette års rosæson 2011, når det gælder aktiviteter på vandet. At vi er ved at nå sæsonafslutningen kunne jeg med selvsyn konstatere, da jeg sidst var i klubben. Selvom vi var hurtige til at få båden på vandet, så gik der ikke længe før end mørket faldt på. Det kan stadigvæk blive til et par ture, hvorfor jeg vil minde om, at man skal huske at tage en lygte med i båden.

Selvom roning på vandet snart er slut, er der ingen undskyldninger for ikke at vedligeholde sin roform (eller komme i form). Som tidligere afholder Poul Erik Ro-Spinning hver lørdag kl. 9:00, hvilket mange tidligere har været glade for. Husk også at vi har svømmehallen hver tirsdag i tidsrummet 19:00-20:00. Svømning er en dejlig måde at holde sig i form på, og Ishøj Svømmehal har både sauna og et dejligt varmt bassin. Så benyt jer af denne mulighed.

Kim Johansen vil ligeledes som tidligere være tovholder på dette års 8 GP, som jeg personligt ser frem til. Ikke det, at jeg skal bekræftes i, at jeg ikke er i form – for det ved jeg godt. Derimod tænker jeg på, at vi nu skal til at konkurrere med vores naboklubber, idet vi i

år har indledt et samarbejde, hvor vi mødes et par gange i løbet af vinter for at ro mod hinanden. Vi skyder samarbejdet i gang søndag den 30/9 2011, hvor det første heat ros. Dette er blot et af de første tiltag i regi af den nye netværksstruktur, som vi ser frem til at udvikle i den kommende tid.

Informationsmail fra roklubben

Modtager du info-mails vedrørende diverse aktiviteter i klubben?

Hvis ikke, så bed Peter om at tilmelde dig vores e-mail-gruppe.
froskov@gmail.com

Medlemsmøde

Referat fra mødet 19/9 2011

En del af klubbens medlemmer havde valgt at ligge vejen forbi roklubben for at drøfte aftenens punkter, som var:

Drøftelse om fælles ferielangtur

Den årlige tur til vores venskabsklub i Berlin er et glimrende eksempel på en ferielangtur, hvor der er stor tilslutning fra klubbens medlemmer. På den baggrund har et par af klubbens medlemmer et ønske om at tilbyde ekstra ferielangture, hvis der var stemning for det.

Blandt de fremmødte var der en generel positiv tilkendegivelse i forhold til flere ferielangture, hvorfor der opfordres til at arbejde videre med dette.

Punktet gav desuden anledning til en længere debat omkring udbudt af langture i klubben, idet mange ikke bliver til noget. På mødet kom der ingen afklaring omkring dette, men langtursudvalget vil tage det op til fornyet overvejelse.

Standerstrygningsfest

Der var stor opbakning til at afholde en standerstrygningsfest, hvilket Toni og Lone vil arbejde videre med.

Status Køge Bugt Ronetværk

1. oktober 2011 er datoen for en tilbagemelding til DFFR i forhold til, hvilket ronetværk vi vil være en del af. Peter Froskov redegjorde i den forbindelse for de arbejde bestyrelsen har lavet i forhold til at etablere et Køge Bugt Ronetværk.

De forskellige møder blandt klubberne i Køge Bugt har allerede medført, at vi som nævnt i et tidligere roblad havde det første fælles styrmandskursus. I relation til dette fortalte Kim Johansen, at Køge Roklub har inviteret til fælles Vinter 8 GP. På mødet blev der enighed om, at vi deltager i den fælles 8GP turnering, som Kim vil være tovholder på.

På vegne af bestyrelsen vil jeg gerne have lov at takke alle de fremmødte.

Christian Kofod

Husk vores hjemmeside www.ishoj-roklub.dk, som løbende bliver opdateret med klubbens aktiviteter.

Årets 8GP

Fælles opstart i Køge Roklub 30. oktober 2011

Så går det i gang igen – det vil sige, nu slutter den ”rigtige” ro-sæson, og vintersæsonen går i gang med ergometer-roning og IR’s deltagelse i DFFR’s 8GP.

8GP er en årlig tilbagevendende begivenhed, hvor (næsten) alle de danske roklubber dystet mod hinanden.

8 roere deles om ét ergometer og klarer de forskellige distancer, første opgave er 2 x 500 meter.

Sidste vinter stillede IR 2 hold i 8GP, dog kun med 4 på hvert hold, og fandt ud af, at det ikke var den bedste (og sjoveste) løsning. Derfor vil IR i år stille med ét 8’er hold (gerne flere).

Søndag 30. oktober 2011 har Køge Roklub inviteret til start på årets sæson. Der er inviteret klubber fra hele Køge Bugt samt Stevns, Fakse (Viking) og Næstved. Første start går kl. 11 i Køge Roklub, men der er mulighed for opvarmning fra kl. 10.

Fra kl. 12 er der en almindelig dansk frokost (som vi roere kender det), og selvfølgelig mulighed for at træffe nye roere. Arrangementet er gratis, men det koster kr. 20,- at deltage i frokosten (ekskl. drikkevarer).

Første distance er 8 x (2 x 500) m.

Jeg står for tilmelding til 8GP samt for tilmelding til Køge Roklub, derfor skal jeg have din **tilmelding senest 24. oktober** på e-mail kimmanne82@gmail.com eller på telefon 5074 5159.

Det er p.t. "kun" første afdeling af 8GP, som bliver afholdt i Køge Roklub, de øvrige vil blive afholdt i IR. Muligvis afholder Køge Roklub også den sidste afdeling, men det vides endnu ikke eksakt.

Årets indberetningsfrister (og distancer):

Indberetningsfrist:	
1. runde - 6. november 2011	2 x (8 x 500m) stafet
2. runde - 6. december 2011	25 kilometer stafet
3. runde - 1. januar 2012	2 x (8 x 1000m) stafet
4. runde - 5. februar 2012	8 x 2000m stafet
5. runde - 4. marts 2012	8 x 15 minutter stafet

Kim Johansen

Ro-spinning Opstart lørdag 5/11 kl. 9

Få ny energi og hold dig i form gennem vintersæsonen.

Lørdage kl. 9 vil Poul Erik med godt humør og ny musik sørge for at der er gang i romaskinerne, og at du får pulsen op!

Hver torsdag kl. 18.30 er det Villy, der sætter tempoet.

Alle kan være med.

Matriale-/havedag Søndag 6/11 kl. 10-16

Afholder vi materialedag.

Vi skal have sat vægge op og lagt slæbested ud.

Vi håber der bliver tid til at polere vores glasfiberbåde.

Der vil blive serveret frokost.

Håber der vil komme rigtig mange. Jo flere der kommer, jo mere når vi.

Villy Sørensen og Toni Larsen

Nyheder fra DFfR Tilmeld dig nyhedsbrev

Du har mulighed for at tilmelde dig til at få nyhedsmail direkte fra vo-

res forbund – Dansk Forening for Rosport.
På den måde kan du følge med i, hvad der sker inden for dansk roning - også uden for vores egen lille bugt.

Tilmelding sker på:

www.roning.dk/Nyheder/Nyhedsbr evTilmelding.aspx



Julestue Mandag 5/12 kl. 18.30

Traditionen tro holder vi julestue i roklubben.

Julestuen er for alle medlemmer, forældre, søskende, ægtefæller, kærestere og andre interesserede.



Vi hygger med banko, æbleskiver og gløgg. Der er mulighed for at købe øl og vand til klubbens sædvanlige rimelige priser.

I løbet af aftenen spiller vi banko med flotte præmier.

Husk at medbringe en pakke pr. person (til kr. 15-25), hvis du vil deltage i banko.

Prisen for at deltage i den hyggelige aften er 30 kr. pr. person. Bankopladerne koster kr. 10 pr. stk. Overskuddet fra aftenen går til bådfonden.

Tilmelding senest torsdag den 1. december på telefon 2294 2452 eller e-mail froskov@gmail.com.

Peter Froskov

Nytårsmarch 2012 1. nytårsdag kl. 14.00

Traditionen tro bliver der igen i år afholdt nytårsmarch i Ishøj Roklub i samarbejde med Ishøj i bevægelse og Hjerteforeningen. Alle borgere, som vil starte året med en frisk travetur er velkomne.

Traveturen er på cirka 4 km. Borgmester Ole Bjørstorp med følge vil på turen fortælle lidt om naturen, samt havneområdets udvikling.

Selve traveturen starter i Ishøj Roklub, hvor roklubben vil stå åben fra kl. 13.30. Kl. 14 vil der blive holdt tale, hvorefter turen begynder.

Efter at vi alle har fået lidt frisk luft efter nattens udfoldelser, serveres der kaffe, te og kager i klubbens lokaler. For de, som ikke har fået nok dagen forinden, vil der blive serveret en Gammel Dansk. Arrangementet slutter kl. 16.

Så kære romedlem – kom og vis fanen, og start nytårsdag med en frisk travetur i godt selskab.

Christian Kofod



**Bliv medlem af gruppen.
Ishøj Roklub
Tangloppen**

Kanindåben 2011

Lørdag den 27. august blev 5 nye kaniner døbt + en overspringer fra sidste år. Så nu er Carsten, Thomas, Jytte, Nicolai, Iben og Margit blevet "rigtige" roere.

Traditionen tro ankom Kong Neptun, Afrodite og hendes rorskarle i den flot pyntede Robåd og den altid oplagte doktor Willi undersøgte og godkendte de rystende kaniner hvorefter de kunne døbes og smides i det grumme vand.

Kaninerne i dette års dåbsafhandling tog til genmæle og gik på hele kong Neptuns hold hvorefter alle fik en dukkert. Den lille forfrosne Afrodite troede sig sikker i båden hvor hun slog an på sin tromme ...meeen kaninerne viste ingen nåde og Lisbeth alias Afrodite måtte også i vandet 😊



Om aftenen sluttedes arrangementet af med en vellykket fest som kaninerne havde arrangeret. De havde lavet dejlig mad og det blev en rigtig hyggelig dag og aften.

Lone Sørensen

Inspirationseminar

Den 12.-13. november slår Dansk Forening for Rosport igen dørene op for årets begivenhed for de danske roere. Weekenden er et tilbud for roledere på alle planer, aktive roere, instruktører m.fl.

Når danske roere mødes, skabes der energi, deles viden og udveksles idéer. Alt sammen noget, der sikrer at dansk roning kan fortsætte udviklingen mod at være en tidssvarende og moderne idrætsgren.

I 2011 er en række fælles oplæg kombineret med tre overordnede temaer, som man frit kan vælge i mellem: Træning for alle, Udvikling eller afvikling samt Frivillighed.

Lone Sørensen og Toni Larsen deltager fra Ishøj Roklub, så glæder jer til at høre og læse om, hvad de har fået ud af seminaret i næste nummer af Tangloppen.

Bestyrelsesmøde 12/9 2011 – referat

Til stede: Villy (VS), Toni (TL), Edvin (EW), Michael (MD) og Christian (CK)

Afbud: Morten (MD) og Peter (PF)

Referent: CK

1	Post
	Der er kommet kontingentopkrævning fra DFfR.
2	Bordet rundt
	Status på økonomien: Driftskontoen udviser kr. 16.365,- Bådfond udviser kr. 70.103,- Der er brugt 20.000 kr. på PR, hvilket er 4000 kr. mere end budgetteret. Nyt medlem: Johan Møhl – velkommen i klubben.
3	Langtursstyrmandskursus
	Der er kommet en forespørgsel fra B&W Roklub ift. afholdelse af fælles langtursstyrmandskursus via DFfR. Der er på nuværende tidspunkt ingen aktuelle kandidater. Erfaringsmæssigt er det kun ganske få fra klubben, som skal på langtursstyrmandskursus, hvorfor vi ikke mener at kunne støtte op om initiativet.
4	Forslag om forlængelse af rosæson
	Det blev drøftet kort, men der blev enighed om at drøfte dette

	på et senere bestyrelsesmøde.
5	Kort evaluering af roskolerne
	Der har på de tre afholdte roskoler været 9 igennem, hvilket ligger på niveau med tidligere år. Der er et ønske om, at flere fra klubben hjælper til på roskolen (det er ikke et krav, at man er instruktør for at hjælpe). Vi skal dog blive bedre til at informere omkring dette, så folk bliver mindet om det. (CK) Der blev opfordret til det i sidste roblad, men der skal følges op på det.
6	Drøftelse af kontingent og gebyr ved indmeldelse
	Det blev besluttet, at når et medlem der har betalt/betaler normalt kontingent og efterfølgende vælger at komme på roskole og betaler de 500 kr. for denne, da skal medlemmet efterfølgende kun betale for et ½ kvartal.
7	Kommende arrangementer
	Medlemsmøde den 19.9.2011: 1) (VS) Forslag om fælles ferielangtur – er der stemning for det eller har vi allerede for mange ture? 2) (TL) Er der basis for en standerstrygningsfest. Er der folk der gider hjælpe til. 3) Status fra Køgebugt Ro-netværk, herunder indkaldelse til fælles indendørs 8GP fra Køge Roklub.
8	Eventuelt
	(MD) Der er rykket for hjul til Vibem. (CK) Sender datoforslag til fremtidige bestyrelsesmøder. (CK) Frivillighedsdag i Ishøj Kommune d. 30.9.2011. Alle stader er desværre allerede

	<p>taget, men hvis der kommer afmeldinger bliver vi kontaktet. TL og CK tager op i Ishøj Centret og deler materiale ud, hvis vi ikke får en decideret stand.</p> <p>Køge Roklub har jubilæum d. 23.9.2011. Villy står for gaven.</p>
9	Punkter til næste møde
	<ol style="list-style-type: none"> 1) Køgebugt-Ronetværk (status) 2) Ønske om forlængelse af rosæson: VS, EW, TL, MD, Lisbeth og Kirsten H ønsker dispensation, således at der kan ros i november måned i dagstimerne. 3) Til bestyrelsesmødet i november: Drøftelse af vedtægtsændringer. 4) Fremtidige roskoler.

Bestyrelsesmøde 6/10 2011 – referat

Til stede: Peter Froskov (PF), Christian Kofod (CK), Morten Storgaard (MS), Michael Duncan (MD) og Edvin Wettergren (EW)

Afbud: Villy Sørensen (VS), Toni Larsen (TL)

Referent: PF

1	Post
	<p>Ishøj Kommune: Indbydelse til Informations- og dialogmøde om en idrætspolitik 13/10 2011 – PF planlægger at deltage</p>
2	Bordet rundt
	<p>Tilbage melding fra 'Frivillighedsdag' den 30/9 2011 i Ishøj Bycenter. CK deltog og uddelte foldere. Der var ikke den store tilslutning fra andre idrætsforeninger, og der var ikke mange potentielle medlemmer.</p> <p>PF/CK har lavet en PR-folder, som kan</p>

	<p>uddeles f.eks. i forbindelse med Nyt-årsmarch.</p>
3	Status for Køgebugt Ronetværk
	<p>PF og CK deltog i formandsmøde i Københavns Kredsen den 20/9 2011. Mange af kredsens klubber fortsætter i Ronetværk København; nogle fordi de er "bange" for at miste nogle rettigheder. Herunder Hvidovre Roklub.</p> <p>Køge Roklub har umiddelbart tilknyttet sig Ronetværk Sydsjælland, idet de troede at man kunne være med flere steder. PF tager dialogen med dem, og umiddelbart tilknytter IR sig det sydlige netværk. CK tager kontakt til Greve Roklub.</p> <p>Klubberne i Køge Bugt er dog stadig interesserede i et tæt samarbejde. PF indbyder til koordineringsmøde i november.</p>
4	Planlægning af fremtidige roskoler
	<p>28.-29. april 2012 12.-13. maj 2012 Roskole efter sommerferien planlægges i foråret.</p>
5	Kommende arrangementer
	<p>Standerstrygning 29/10 2011:</p> <ul style="list-style-type: none"> - CK skriver på groupcare: standerstrygning, årets sidste tur, klubkaproning - Spising om aftenen: Toni og Lone <p>Bestyrelsesmøder:</p> <ul style="list-style-type: none"> - tirsdag 8/11 kl. 18 - torsdag 8/12 kl. 18 <p>CK doodler datoer for 1. kvartal 2012</p> <p>Materiale-/havedag 6/11 2011: Toni og Villy er ansvarlige for indkaldelse i groupcare og klubbladet.</p>

	Nytårsmarch 1/1 2012: MD kontakter kommunen for at confirmere, at vi står for arrangementet igen.
6	Medlemsmøde 19/9 2011
	Godt fremmøde. Drøftelser især omkring langture. CK skriver referat fra mødet til klubbladet.
7	Ønske om forlængelse af rosæsonen
	Drøftet igen. Besluttet at der ikke arbejdes videre med udvidelse af rosæsonen, idet det kun vurderes at meget få medlemmer vil benytte sig af en eventuel mulighed. Og at udbyttet for klubben vurderes ikke at stå mål med arbejdet med sikkerhedsregler mv..
8	Eventuelt
	Fiskeklubben har beskåret træet meget kraftigt i skellet. CK tager kontakt til fiskerne med henblik på dialog. VS bedes lave en opdateret medlemsliste og rundsende til bestyrelsen. MS følger op på fejl på rojournalprogram.
9	Punkter til næste møde:
	<ul style="list-style-type: none"> • Sæson 2012; datoer – herunder fælles i Køge Bugt • PR-indsats • Generalforsamling 2012

Rorelaterede hjemmesider

Ishøj Roklub

www.ishoj-roklub.dk

Dansk Forening for Rosport

www.roning.dk

Danmarks Idræts-Forbund

www.dif.dk

Det internationale roforbund (FISA)

www.worldrowing.com



Elektronisk blad

Vil du spare klubben porto på DIT blad (6 kr. pr. blad) – så skriv til klubblad@ishoj-roklub.dk.

Så får du fremover en e-mail, når bladet findes elektronisk på klubbens hjemmeside.

Billeder fra en sjov kanindåbsdag



Det de vilde kaniner med meget lange ører alt hvad vi hvisker og siger – kan de høre





Rostatistik pr. 1. oktober

I alt er der roet: 9263 km

1:	Peter Froskov(107)	739 km
2:	Toni Larsen(496)	694 km
3:	Villy Sørensen(504)	573 km
4:	Edvin Wettergren(351)	566 km
5:	Christian Kofod(513)	523 km
6:	Lisbet Andersen(527)	417 km
7:	Michael Duncan(439)	410 km
8:	Peter Ramm(402)	371 km
9:	Anne-Marie Nielsen(322)	352 km
10:	Jytte Anne Maak(530)	250 km
11:	Hans Jørgen Hansen(531)	236 km
12:	Anne Wilms(238)	236 km
13:	Ebbe Rosenberg(34)	235 km
14:	Satip Wettergren(350)	222 km
15:	Jette Laugaard(508)	211 km
16:	Bendt Vangshardt(87)	209 km
17:	Allan Væverskov(358)	184 km
18:	Kim Michael Johansen(296)	164 km
19:	Esther Andersen(394)	157 km
20:	Claus Laugaard(507)	126 km
21:	Aage Hvass(421)	125 km
22:	Per Baad-Jensen(9)	107 km
23:	Poul Hansen(136)	98 km
24:	Morten Storgaard(100)	95 km
25:	Carsten Alberg(534)	72 km
26:	Irene Juliusen(333)	69 km
27:	Kirsten Hørsman(515)	41 km
28:	Karin Østergaard(331)	38 km
29:	Iben Voss Marais(536)	38 km
30:	Nicolai Alstrup(538)	32 km
31:	Kjersti Lindblad(505)	16 km
32:	Thomas W. Jørgensen(537)	15 km
33:	Poul Erik Axelsen(327)	0 km
34:	Ebbe L. Pedersen(347)	0 km
35:	Marc Marais(535)	0 km
36:	Margit Loch(532)	0 km
37:	Bente Hansen(416)	0 km
38:	René Eichen(523)	0 km
39:	Dorte Eichen(522)	0 km
40:	Gitte Larsen(14)	0 km
41:	Søren Brink(218)	0 km
42:	Tom Møller Larsen(29)	0 km
43:	Karina Bixby(355)	0 km
44:	Freddi Wagner(118)	0 km
45:	Marianne Petersen(452)	0 km
46:	Britt Hansen(501)	0 km
47:	Gæsteroer -(0)	1231 km
48:	Prøvetur -(0)	411 km

Bådstatistik pr. 1. oktober

I alt er der roet: 4133 km

1:	Lånt båd	961 km
2:	Lånt båd	509 km
3:	Viben	378 km
4:	Tangloppen	348 km
5:	Lånt2+	317 km
6:	Lån-2+	294 km
7:	Ællingen	281 km
8:	Ishøj	272 km
9:	Mudderkliren	217 km
10:	Svanen	166 km
11:	Klyden	127 km
12:	Svalen	66 km
13:	Ternen	48 km
14:	Tranen	34 km
15:	Fiskehejren	29 km
16:	Rejen	28 km
17:	Lånt4+	20 km
18:	Sivsangeren	20 km
19:	Sneppen	14 km
20:	Søhesten	4 km

Indlæg til klubbladet

Husk at hvis du har gode historier, billeder og ideer til klubbladet skal de sendes til:

klubblad@ishoj-roklub.dk

Du kan også kontakte Peter Froskov, Lone Sørensen eller Britt Hansen direkte. Indlæg til næste måneds blad skal være **os i hænde senest den 10. i måneden.**

Så husk på bladet hver gang du oplever noget i roklubben, som andre også skal høre om.

Aktivitetsskalendar

Oktober

Lørdag 29/10	kl. 10	Årets sidste rotur med morgenmad
	kl. 13	Klubkaproning
	kl. 14	Standerstygning

November

Lørdag 5/11	kl. 9	Opstart på rospinning
Søndag 6/11	kl. 10-15	Materiale-/havedag (Villy/Toni Larsen)
Tirsdag 8/11	kl. 18	Bestyrelsesmøde

December

Mandag 5/12	kl. 18.30	Julehygge med banko (Peter Froskov)
Torsdag 8/12	kl. 18	Bestyrelsesmøde

Januar

Søndag 1/1	kl. 13.30	Nyårsmarch med Hjerterforeningen
------------	-----------	----------------------------------

Vinteraktiviteter

Bådklargøring: Mandage kl. 18.30

Svømning: Tirsdage i Ishøj Svømmehal fra kl. 19.00 – 20.30

Rospinning: Torsdage kl. 18.30 og lørdage kl. 9.00
(fra den 5. november)

Husk også at deltage i Otter Grand Prix (8GP) én gang om måneden.




B



*Her er plads
til
din annonce*

Medlem af:



**Fjeldsted
Larsen Byg. Aps**

Murermestre- Entreprenører
Pilegårds Vænge 83 2635 Ishøj
Tlf.: 4373 3590

*V. Finn Fjeldsted og
Ole Møller Larsen*

Kontor / Fax 4373 1171
post@fjeldsted-larsen.dk



Apanage

Lønssystemet til lønbureauer
og mindre virksomheder

Apanage er selvforklarende og let overskueligt

*Apanage er designet og godkendt
til anvendelse mod LetLøn*

Nu også gratis Apanage Lite!

www.apanage.dk
Tlf. 43 52 50 00



ishøj
i bevægelse

Lagersalg Alufælge

Direkte fra importøren
Høj kvalitet, lav pris til
næsten alle bilmærker

F.eks. 14" (som billede)



kr. 475,00
incl. moms

Hverdage 8-17.
Weekend efter aftale

HARRY WETTERGREN • Broenge 22, 2635 Ishøj.
Tlf. 4399 6650



*Her er plads
til
din annonce*

Støt vore annoncører de støtter os