

Udvalgets/Opgavens navn:
MTU, Motions og turudvalget (ca. 10 medlemmer)
Beskriv konkret og detaljeret hvilke opgaver udvalget har:
Fællesroning - sommersæson fra standerhejsning til standernedhaling MTU arrangerer fællesroning for motionister tirsdag og torsdag aften med rovagter. Rovagterne sørger for at sammensætte bådhold, så der er styrmænd og erfarne roere sammen med nye roere. MTU sørger for, at der er ro-kort til rådighed, som hver roer udfylder forud for roturen med fx ønske om bådtype, som rovagten bruger til at sammensætte hold og skrive bådholdene ud i computerens ro-journal, så der er styr på, hvem der er på vandet. Sideløbende med MTU (For at sammenfatte de tilbud, der indgår i Motionsroning) Mandage aftener + formiddage mandag, onsdag og fredage er der herudover fællesroning med arrangører (Hans Jørgen Bendixen og Ole Binderup), som man kan blive tilmeldt hos via mailliste, så de sammensætter bådhold Fredag aften 17:30 byder Maike på åben fællesroning. Søndag morgen kl. 9 er der fællesroning uden rovagt og uden tilmelding Nyt tiltag i 2022: Sportsroning for motionister onsdag aften. MTU udgiver ved hver sæsons begyndelse en pjece med alle de forskellige tilbud om fællesroninger og andre aktiviteter for motionsroere. Ture i dagligt rofarvand gennem sommeren MTU arrangerer 10-15 dag-/aftenture i vores daglige rofarvand. FX søndags madpakketure til Gershøj, Kristi Himmelfartstur, Stjerneskedstur, Løvfaldstur og mange andre ture. Om sommeren arrangerer MTU 3 grill-aftener på klubbens terrasse i august måned. Vinteraktiviteter Om vinteren arrangerer MTU fx gymnastik, yoga, kortspil, svømning eller foredrag. Sideløbende med MTU-aktiviteter tilbyder andre ergometertræning for motionister: Karen lørdag formiddage kl.13 (+ en hverdag?) Maike/Astrid har åbent hold fredage kl. 17:30, Theo/Olsen træning tirsdage og torsdage.

Bente/Hanne tilbyder Cirkeltræning i motionslokalet/på havnen mandag aften

Hvem har glæde af udvalgets arbejde og hvorfor er det vigtigt

Fællesroning og andre tilbud er som udgangspunkt for alle voksne motionister på tværs af alder, køn og erfaring og ambitioner

Her mødes erfarne roere med nye roere. Det er også her "kaninerne" ror med og får vejledning i roningen af erfarne roere, inden de frigives.

Fællesroning er åben og uden tilmelding. Det betyder, at alle kan møde op og komme på vandet til god motion og træning og med vægt på det sociale fællesskab og den gode naturoplevelse i trygge rammer. Det er på den måde en rigtig god måde til at komme ind og blive en del af klubfællesskabet....og selv byde ind til forskellige frivillige opgaver (fx vedligeholdelse af bådene mv.)

På fællesroning trænes fysik, ro-teknik, bådbehandling, tur-træning, kendskab til det daglige rofarvand, vi lærer hinanden at kende og udveksler erfaring. Vi bliver gode til at ro, og nye venskaber opstår.

Vi tæller og registrerer i klubbens computer vores antal roede kilometre, som er afgørende for at komme fra kanin til "frigivet roer" og videre til styrmand, komme med på langture mv. Måske finde vej videre til Masterroning eller andre roformer som kajakroning.

Mange kilometer på vandet er desuden en gulerod/konkurrenceparameter for at møde op og få anerkendelse i form af at være inden for klubbens top-50-liste, som viser dem, der ror mest, og som er grundlaget for at få den "ærefulde" sølvnål/bevis ved mere end 750 km på en sæson eller guldnål/bevis ved mere end 1.000 km ved efterfølgende års standerhejsning.

På de ekstra dagsture trænes kendskab til det daglige rofarvand lidt længere væk fx Herslev, Lindenberg, Møllekrogen og der trænes landgang, fremmed havn, ankerlægning mv., som giver nyttig viden til senere mulighed for at deltage i langture.

Vinter-svømning har givet mange i klubben mulighed for fornyelse af svømmebevis, som nu er et krav for at deltage i langture.

Grill-aftener og andre MTU-arrangementer giver mulighed for at klubmedlemmer på kryds og tværs af masters, kajakroere, motionsroere osv. Kan mødes og hygge sig sammen.

Kræves særlige kompetencer for at deltage i arbejdet

For at være ro-vagt og arrangere ture i dagligt rofarvand kræves

- Tid (og lyst) til at være ro-vagt et par gange hver måned
- Kendskab til klubbens ro-reglement
- Det er en fordel at være uddannet styrmand og have deltaget i et par sæsoners fællesroning og ture.
- Man skal have styr på vejrmeldingerne og aflyse fællesroning ved udsigt til dårligt vejr / arrangere ture, der hvor roning er mest gunstig i forhold til vindretning osv.
- Rovagten skal kende de forskellige bådtyper, som benyttes til fællesroning
- flair for tal-gymnastikken i forhold til fordeling af antal fremmødte roere i de forskellige både, vi har til rådighed
- Man skal kunne bruge ro-klubbens ro-journal (eller læres op i det)

At være ro-vagt kræver, at man møder op et kvarters tid før fællesroning starter og gør klar. Fx tjekke, hvilke både der er til rådighed.

Rovagten skal på klar og tydelig måde kommunikere, hvem der ror med hvem i hvilke både, og hvem der er ansvarlig styrmand i hver båd.

Det er den enkelte styrmand i hver båd, der har ansvaret for turen på vandet, at båden pakkes og klargøres, at alle har redningsveste mv. – men rovagterne tager ansvaret for at arrangere bådholdene.

For at arrangere grill eller andre sociale aktiviteter kræves blot lyst til at organisere noget praktisk arbejde og sørge for at sætte opslag op, købe ind mv.

Udvalgets sammensætning:

Kontakt mail: ulla@softwerk.dk MTU@roskilderoklub.dk

Hvem besvarer mails: Primært Ulla

Formand: Ulla Werk

Medlemmer: Annette Le Fevre, Dorte Vedel Christensen, Ilse Senbergs, Jens Kristoffersen, Lene Kristoffersen, Trille, Marianne Lund Larsen.

Endvidere Bent Juhl Madsen som ro-vagt

og Heidi Borneland er medarrangør ved fx grillaftener og foredrag