

Nautiliaan jaarboek

2016



ROEIVEREENIGING
NAUTILUS

OPGERICHT 1 JANUARI 1886

ROTTERDAM



Jaarboek 2016

Roeivereeniging Nautilus



**ROEIVEREENIGING
NAUTILUS**

OPGERICHT 1 JANUARI 1886

ROTTERDAM

Locatie Oude Plantage

Plantagelaan 3
3063 NG ROTTERDAM
tel. 010-4138791

Locatie Rotte

Prinsemolenpad 5
3054 XM ROTTERDAM
tel. 010-4184429

Algemeen

Postbus 2535
3000 CM Rotterdam

Website

www.rvnautilus.nl

04 Voorwoord

07 Jaarverslag bestuur

27 Nautiliaan Jaarboek

- 28 WK roeien junioren
- 31 Nautilus 130 jaar!
- 32 Nautilus Lustrumtocht
Parijs 2016
- 36 Dyer Trophy voor
Ria van den Hoogen
- 38 Toertochten
- 42 Dispensatieroeien
- 44 Karen Teich over jaarboek
- 47 De jeugd coachen
- 50 Marathon roeien
- 52 Rotte Roei Competitie
- 55 Overwinningen
- 56 Indoortraining
- 60 Nieuwe bootstellingen
- 62 Boten loods in en uit
- 64 Rob Datema krijgt erepenning
KNRB
- 68 Van Oord Nautilus
Bedrijvenregatta
- 72 Nieuwe ledenfeest 2016
- 75 Vertrouwenspersoon
Alexandra Grosskopff
- 76 Nautilus Triatlon

80 Smoelenboek

84 Algemene informatie

86 Colofon

Voorwoord

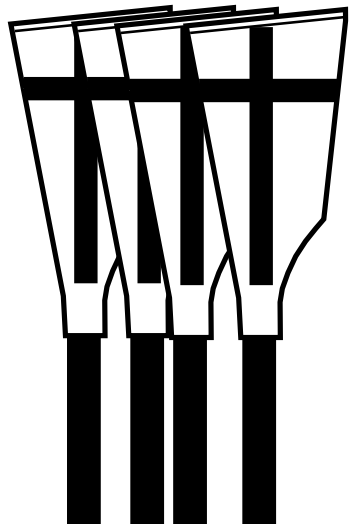
Het bestuur

Dit 130e jaar van Roeivereniging Nautilus was weer een prachtig jaar voor de roeisport in Rotterdam! Heel veel Nautilianen zijn op verschillende manier actief en sportief bezig geweest. Door zelf te roeien, instructie te geven, tochten te maken, evenementen te organiseren, bardienst te draaien, ons materiaal te onderhouden. En door allerlei andere dingen te doen, die bijdragen aan het plezier op het water

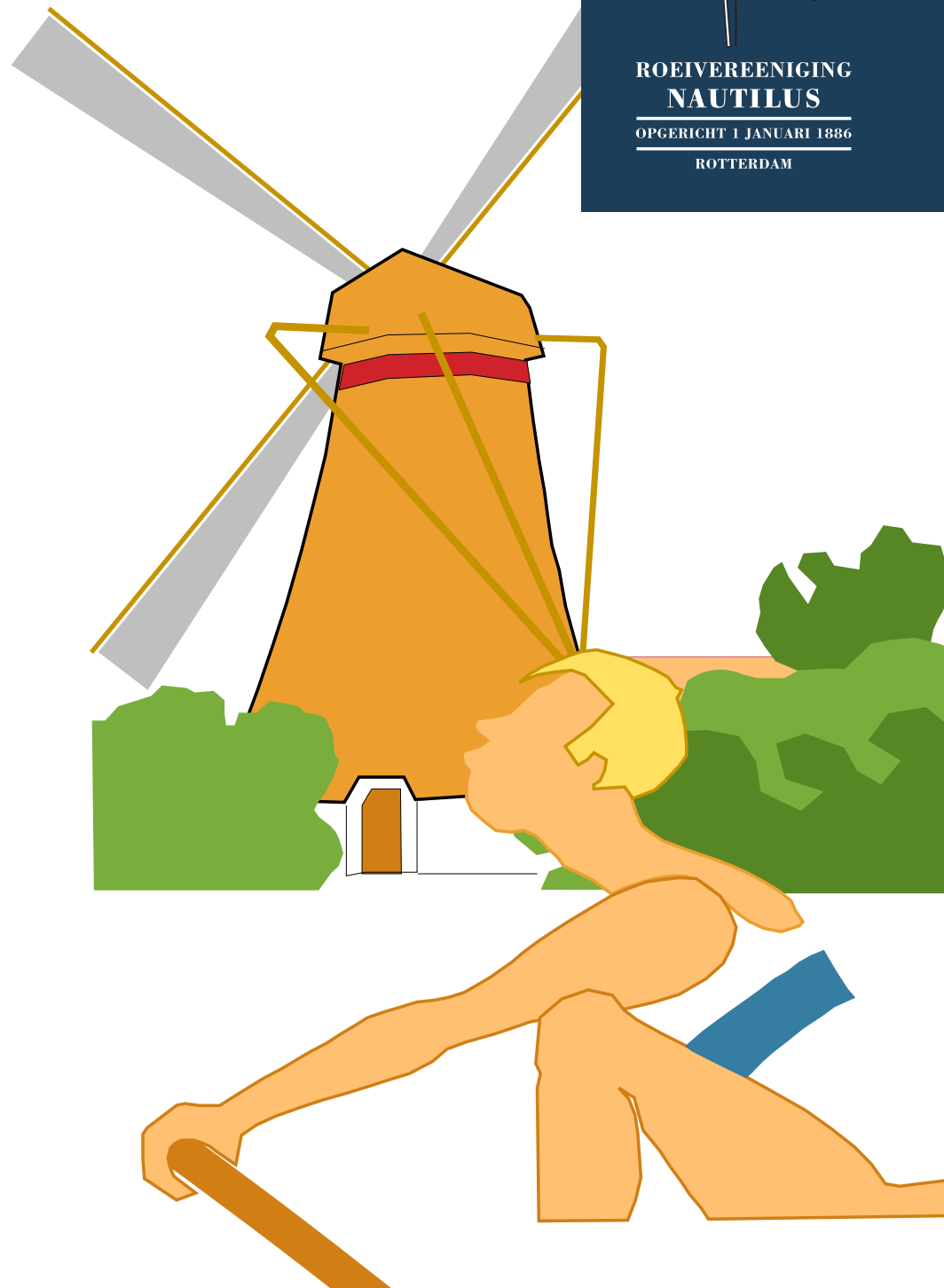
en binnen de vereniging. Ook zoveel dingen die niet zo zichtbaar zijn maar wel erg noodzakelijk en die dan ook gewoon gebeuren. Bij het doorlezen van de tekst die was verzameld voor de opzet van dit jaarboek maakte mijn hart elke keer een sprongetje. Ik dacht: Ja! De Jubileumtocht in Parijs! En: Oh, het WK in Rotterdam! En ook nog de Bedrijvenregatta & de Triatlon! Terwijl we ondertussen ook nog zoveel mensen van verschillende leeftijden de beginselen van het roeien bijbrengen en aansteken met het roeivirus. Prachtige tochten maken én organiseren op het stromend water.

Samen werken aan het verbeteren van onze techniek. Aan wedstrijden deelnemen met -het moet gezegd worden: niet altijd maar soms toch echt- een verrassend mooi resultaat. Dat doen we dan toch maar even met zijn allen. Dit besef maakt me trots dat ik mezelf Nautiliaan mag noemen. Ik hoop dat dat ook voor jullie geldt. Namens het bestuur wil ik ieder die heeft bijgedragen aan een of meer activiteiten binnen onze vereniging van harte bedanken voor hun inzet!

[Sandra Gant](#)



Nautilus jaarverslag 2016



ROEIVEREENIGING
NAUTILUS

OPGERICHT 1 JANUARI 1886

ROTTERDAM

Voorwoord

In 2016 bestond Nautilus 130 jaar. Dit jubileum werd gevierd met een roeitocht door het centrum van Parijs. Toch was 2016 vooral ook het jaar van de vrijwilliger. Ruim 150 Nautilianen hebben zich ingezet bij de Wereldkampioenschappen roeien op de Willem-Alexanderbaan. In het jaarverslag (in detail terug te vinden op www.rvnautilus.org) staan deze en andere hoogtepunten op een rijtje.

JUBILEUM 130 JAAR

Traversée de Paris

Komt mooi uit dat de Franse roeifederatie LIFA elk najaar de zogenaamde “Traversée de Paris et des

Hauts-de-Seine” organiseert. Dat is een hele mond vol voor een bijzondere roeitocht over de Seine door hartje Parijs. De reis van 23 t/m 25 september 2016 was het hoogtepunt van het jubileumjaar van Nautilus.

Er meldden zich zo’n 85 liefhebbers voor deze trip, die pasten in een volgepakte dubbeldekkerbus en zeventien C4x+ boten. Vervoerder Dewido bracht elf boten van Rotterdam naar Parijs, zes extra boten konden gelukkig bij de organisatie worden gehuurd. Bij aankomst op vrijdagmiddag riggerden we eerst de boten op bij het aan de Seine gelegen Parc Nautique. Aansluitend was er een vrolijk feestmaal in een sfeervolle bistro in hartje Quartier Latin. Het diner was top en twee echte Franse muzikanten speelden Piaff en “Het kleine café aan de haven”.

Op zaterdag vermaakte iedereen zich op eigen wijze in Parijs. De nachten werden doorgebracht in hotel Campanille bij de Port d’Italie.



Zondagochtend stapten we heel vroeg uit de veren. Bij het Parc Nautique was het, nog bij duisternis, een drukte van belang. Voor iedereen was er een snel (Frans: croissant en jus d’orange) ontbijt, gevolgd door een vliegende start. Vrijwillige Franse jochies klieperden in sneltreinvaart en zonder pardon, boot na boot de Seine in. Dat tempo was wel nodig, want de Seine wordt maar voor drie uur voor roeiers vrijgegeven: tussen half acht en half elf. De grote rondvaartboten liggen dan met ronkende motoren aan de kant te wachten en ook geen minuut langer.

De “Traversée” meet 29 kilometer en loopt van Sèvres, in het zuidwesten, over de Seine naar het stadscentrum. Onderweg passeer je alle beroemde bruggen en monumentale gebouwen en natuurlijk de Eiffeltoren. Na het rondnemen van de beide stadseilanden (inclusief de Notre-Dame op de île de la Cité) vaar je langs de andere oever weer terug. Zo in alle rust en vroegte, met een prachtig opgaande lage septemberzon, was dat een heel bijzondere ervaring.

Er deden dit jaar ongeveer tweehonderd roeiboten mee aan het spektakel met ongeveer duizend roeiers van diverse nationaliteiten, al kwamen er opvallend veel uit Nederland. Reddingsdiensten te

water hielden gedurende de hele tocht een oogje in het zeil.

Bij terugkomst werden de boten afgerigged en opgeladen. Vervolgens was er een prima verzorgde warme lunch voor alle deelnemers. Dat kunnen ze natuurlijk, die Fransen, maar ook alle andere onderdelen liepen op rolletjes. Nadat er een groepsfoto was genomen op de trappen van het Keramiekmuseum, begon de terugreis. Zondagavond keerden alle Nautilianen moe maar voldaan terug in Rotterdam, een Frans T-shirtje en een Rotterdams regenjack rijker.



Leden 2016

Vrijwilligers

Behalve een jubileumjaar was 2016 ook vooral het jaar van de vrijwilliger. We zijn er trots op dat alle activiteiten in onze vereniging door vrijwilligers worden gedaan, van bar tot onderhoud, van Bedrijvenregatta tot instructie. Heel bijzonder was



in 2016 bovenal dat bijna 150 leden een bijdrage hebben geleverd aan de Wereldkampioenschappen Roeien op de Willem-Alexander Baan. Het evenement werd dit jaar voor het eerst in Rotterdam gehouden en het was een fantastische ervaring om 2.500 atleten uit 71 landen op en rond de wedstrijd baan te begeleiden. De president van het WK Roeien 2016 – Lex Grootenhuis – kwam ons persoonlijk op de ledenvergadering bedanken voor alle hulp.



Leden en donateurs

We hebben in 2016 veel nieuwe leden mogen verwelkomen, 73 in totaal. Gedurende 2016 waren er 50 junioren en 406 senioren. 98 Leden zijn 65 jaar of ouder. En in 2016 zijn er 57 leden langer dan 25 jaar lid.

Er zijn ook mensen vertrokken, vanwege verhuizing, studie, werk, gezondheid, tijd, 49 in totaal. Fijn dat sommige leden dan donateur blijven. In 2016 hadden we 35 donateurs.

Helaas zijn er ook drie leden overleden. We hebben Marijke Vernij, Martin Visser en Frits Reuter tijdens de nieuwjaarsbijeenkomst herdacht.

Ledenadministratie

In 2016 is er weer veel gebeurd in de ledenadministratie. Deze is digitaal sterk verbeterd, met dank aan Arjen de Blok. Daardoor is het nog makkelijker geworden om gegevens in te voeren en aan te

passen. Hierbij kun je denken aan overzichten van alle leden, nieuwe aanmeldingen, opzeggers, maar ook aan lijstjes van mensen die aangeven bij welke taken ze willen helpen. Die hulp blijft altijd hard nodig. Je zult misschien gemerkt hebben dat je bent benaderd. Fijn als je helpt de vereniging draaiende te houden.

Verder kunnen nieuwe leden vanaf 2017 het inschrijfformulier digitaal invullen.

Roeien 2016

Jeugdroeien

Er waren in 2016 50 junioren. De leeftijdsverdeling was: 13 jaar (4), 14 jaar (8), 15 jaar (8), 16 jaar (11), 17 jaar (16) en 18 jaar (3).

Voor de 15-jarigen en ouder zijn zeer actief en betrokken. Zij roeien gemiddeld tweemaal per week, op donderdagmiddag/avond en op zaterdag. Op donderdag kookt en eet deze groep na de roei- of ergometertraining op de Rotte. Velen uit deze groep trainen ook bij de indoor in de winter.

Bij de Van Oord-Nautilus Bedrijvenregatta en bij het WK Roeien 2016 op de Willem-Alexander Baan richtten de jeugdleden hand- en spandiensten. Ook de introductiegesprekken met aspirantjeugdleden zijn vaak door hen gevoerd. Het jeugdbestuur is iets op de achtergrond geraakt, maar de inzet van de individuele jeugdleden compenseert het helemaal.

Jeugdinstructeurs

De HVB8 zet de traditie voort om iedere zaterdag (naast Jeroen Harrewijne) een coach te leveren voor de fanatieke jeugdroeiers. Bovendien is er een groep van vaste krachten die de jeugd begeleidt. Dit jaar hebben de nieuwelingen op zaterdagmiddag instructie gekregen van de oudere jeugdleden.

Eenzijds was dit een noodgreep om het tekort aan volwasseneninstructeurs op te vangen, anderzijds was dit een middel om te bereiken dat de jeugd actief betrokken is bij het reilen en zeilen van de jeugdafdeling. Zo konden we van de nood een deugd maken.



Tom Becker en Arend van Gog op de Trompboatrace



Victor Schop bij de Trompboatrace

Jeugdwedstrijden

Een bijzonder project is de M18 4*: Noor Dirven, Fleur van Dijk, Zoé Gallé en Lies Kelder startten na een gedegen training onder leiding van Jeroen Harrewijne de Head of the River Amstel in het M18-veld. Door schooldruk en de studiestart van Zoé en Lies, gingen alleen Noor en Fleur de tweede helft van het jaar verder met de training door Jeroen voor de 2-kilometerwedstrijden in het voorjaar van 2017. Hester van Wessel en Willem van den Berge hebben hun carrière als wedstrijdruer in de HVB8 voortgezet. Ook Lies Kelder, Noor Dirven en Rosa van der Zwet zijn actief als stuurvrouw bij wedstrijden.

Helaas was het door drukte bij de begeleiding in 2016 niet mogelijk om de succesvolle jeugdwedstrijd, zoals georganiseerd in 2015 in samenwerking met de Barendrechtse, opnieuw samen op touw te zetten., wel namen er dit jaar zes jeugdschiffs van Nautilus deel. Verder deden jeugdleden mee aan de Ergohead, de Winterwedstrijden, de Jeugdhead, de Head of the River Amstel, de Skiffhead, het Nederlands Kampioenschap Indoor Roeien en de Tromp Boat Race.

Overwinningen waren er tijdens de Spaarne Lente Race in Heemstede; Tom Becker en Arend van Gog waren in de 2x erg snel, zij wonnen ruim 20 seconden voor de rest van het J16-veld! Bij de Dutch Masters Open waren Tom en Arend elkaars tegenstander in de J16-skiff, Arend werd eerste. Broer Schipper finishte als eerste in de J18-skiff en Lies Kelder in de M18-skiff.

Dispensatieroeien “nieuwe stijl”

Om in dispensatieboten te mogen roeien, moet je de dispensatietest varen binnen een streeftijd die afhankelijk is van je geslacht, je leeftijd en het

boottype. Haal je de streeftijd, dan mag je twee jaar lang in het betreffende type dispensatieboot roeien. Heb je dispensatie in een klein nummer, dan kan je ook in een dispensatieboot van een groter nummer roeien. Boordroeidispensatie en sculldispensatie is wel altijd gescheiden. Ook moet je natuurlijk A afgeroeid zijn. Sinds 2016 roeien we dispensatie “nieuwe stijl”. Waar we voorheen rondmaakten aan het eind van de Rottemeren, doen we het nu direct na de Pekhuisbrug (de brug aan het begin van de Rottemeren). De afstand van de dispensatietest is dus van 20 kilometer naar 16 kilometer verkort. De streeftijd is in verhouding bijgesteld (en nog een klein beetje extra). De basistijd voor een heren skiff zonder leeftijdscorrectie was 1:46 en is nu 1:23. Ook zijn dit jaar de correctiefactoren iets bijgesteld. We gebruiken nu de correctiefactoren die te vinden zijn op www.vierzonder.nl/correctlftenboot.html. Deze factoren worden ook door een aantal andere

verenigingen en klassementen gebruikt. Ze zijn naarmate je ouder wordt net iets scherper dan onze oude correctiefactoren.

In 2016 hebben 62 roeiers de dispensatietest “nieuwe stijl” één of meerdere malen gevaren. De huidige dispensatielijsten zijn altijd op de website te vinden (ledensectie). De dispensatietest “nieuwe stijl” is goed bevallen. Roeiers die al eerder de dispensatietest “oude stijl” hebben geroeid, roeien de dispensatietest “nieuwe stijl” in vergelijkbare percentages van hun streeftijd. En de kortere afstand en dus kortere tijd wordt alom gewaardeerd. We gaan daarom gewoon mee verder in 2017. De dispensatietest wordt in principe elke laatste zondag van de maand van april tot oktober gevaren. Start is om 8:00 uur voor het vlot van Nautilus. Kijk op de website voor de data en hoe je je op kunt geven (en je streeftijd kunt aanvragen).

Wedstrijdroeien

Nautilusveteranen deden mee aan de Ergohead, de Heineken Roeivierkamp, de Head of the River Amstel, de Tweehead, de Skiffhead, de Tromp Boat Races, de Novembervieren en het Nederlands Kampioenschap Indoor Roeien.

Winst was er voor Joke Stenvert, die de overall-prijs van de RotteCompetitie 2015 – 2016 won. Ivo van de Werf, debutant wedstrijdroeien in de skiff, werd eerste van de zeven heren veteranen in de AA-race van 4 kilometer in Alkmaar. In Tilburg werd voor de eerste keer Brabant 8 georganiseerd, een tweekamp voor 8-en en 3-en over 1 kilometer. Anna Bertling ging in een 8+ met verschillende verenigingen als eerste over de finish! Tijdens de Spaarne Lente Race in Heemstede werd Marieke van Holten eerste in de combi-8 in het DVC-veld. Ook in het DVB-veld behaalde zij in de 2x de overwinning. De dames 4* met Anne Rongen, Anna Bertling, Frederieke van de Blom, invaller Marije van Tor en stuur Irene Dousma verdedigden hun winst van vorig jaar in het DVA-veld met succes. Overwinningen waren er ook weer in de Dutch Masters Open op de Willem-Alexanderbaan. Marieke van Holten won in de DV8+ én in de Mix 2x. In München vond de Euro Masters Regatta plaats. Er waren deelnemers uit 32 landen, ook van buiten Europa. Vanuit Nederland namen twaalf verenigingen deel. Er werd geracet over 1 kilometer op de Olympische roeibaan, aangelegd voor de Spelen van 1972.

Marieke van Holten roeide diverse races tijdens dit driedaagse evenement. De eerste dag van de Regatta begon voor haar direct al goed: drie races (MW4x C, MW8+ C en MW2x C) en driemaal een overwinning. Hiervan was de winst in de 2x met de uit Bel-

gië afkomstige Katia Rottiers de mooiste. Ondanks dat er slechts één keer samen was getraind, liep de boot bij een relaxed aanvoelend tempo 32 heel hard! Op de afsluitende dag stonden de mixed races op het programma (MM/MW 4x C en MM/MW 2x C). Was er in alle andere tenminste nog één keer samen getraind, hier was het: instappen en gaan! Dat leverde winst op voor Marieke in de Mix 2x C met Oostenrijker Markus Schützelhofer. Na 500 meter was de strijd al beslist en kon het tweetal de race relatief rustig uitpeddelen.

FiftyFit roeit lekker door

De FiftyFit-groep is op de dinsdagochtenden in 2016 ook weer gegroeid. Er waren in totaal veertien instromers. Twee hadden vroeger geroeid en zijn al snel doorgestroomd naar de C4x+ instructie. Helaas hadden vier anderen te veel last van blessures en zij moesten afhaken. Maar gelukkig is er een “spontane” wachtlijst voor de beginnersinstructie waaruit we kunnen putten als iemand besluit toch niet door te gaan. Uiteindelijk hebben we tien nieuwe FiftyFitters mogen verwelkomen van wie er acht nog nooit hadden geroeid.

De meeste FiftyFitters kozen na de beginnersinstructie ervoor door te gaan naar C4x+ instructie. Negen van hen zijn het afgelopen jaar afgeroeid en er is nu nog een ploeg van vijf bezig met instructie. Behalve aan goed leren roeien werd er ook veel aandacht besteed aan sturen en commando's geven.



Dispensatie roeien nov 2016

Er ontstonden ook nieuwe initiatieven. Op 19 april werd voor het eerst voor FiftyFit een toertocht georganiseerd, naar het centrum van Schiedam, inclusief lunch. Daar namen zo'n dertig mensen aan deel.

Maar FiftyFit is niet een opzichzelfstaand clubje binnen Nautilus. Ze namen actief deel als vrijwilligers bij het WK Roeien, de Triatlon en de Bedrijvenregatta. Ook werd er geklust in de werkplaats op beide locaties. Een aantal waaierde uit naar de reguliere instructie als C1, wherry op de Maas of A4. En wherry-afgeroeiden hebben we ook begroet op een of meer toertochten.

Zo is FiftyFit in een paar jaar tijd uitgegroeid tot een geïntegreerd onderdeel van onze roeivereniging met actieve, enthousiaste leden.

Toerroeien

De Toercommissie had in 2016 tien tochten op de agenda staan. Een aantal vaste programmaonderdelen keren elk jaar weer terug, zoals de Kouwe Klauwentocht op 1 januari, voorafgaand aan de Nieuwjaarsreceptie, de Openingstocht, in 2016 naar Dordrecht, de Haventocht, de driedaagse Pinkstertocht, in 2016 naar Maastricht, en de Sluitingstocht, in 2016 op de Amsterdamse grachten.

Naast de tochten die voor alleen eigen leden zijn bestemd, organiseerden we ook twee tochten waar gastroeiers van andere verenigingen (zelfs uit het buitenland) op afkwamen: de Haventocht en een Marathontocht.

De overige tochten waren dit jaar een weekendtocht naar Oudewater, een Culinaire tocht op de Maas bij Cuyk en last but not least de Jubileumtocht naar Parijs.



Verder namen Nautilianen ook zelf initiatief om bijvoorbeeld met z'n vieren een weekje naar en door de Brabantse Biesbosch te varen of in het buitenland: dertig roeiers in Ierland, tien in Duitsland in het Spreewald en één op de Bodensee in Zwitserland.

We kijken terug op een mooi toerroei-jaar waarin veel Nautilianen en gasten (in totaal zo'n 430) deel hebben genomen aan georganiseerde tochten.

We hebben in de najaarsvergadering van de toercommissie afscheid genomen van een paar trouwe leden: Renske Venstra en Vera Swan hebben jarenlang hun tijd gestoken in het organiseren van tochten. Daarvoor heel hartelijk dank!

Marathonroeien

Er is door 37 roeiers 65 maal een marathon geroeid. Arnold Scholten heeft binnen Nautilus het

klassement voor het tweede achtereenvolgende jaar gewonnen met in totaal negen marathons en ontving voor zijn prestatie ook landelijk een KNRB-onderscheiding.

Nautilus organiseerde zelf ook een Marathontocht, oorspronkelijk gepland naar Schipluiden en via Delft terug naar Rotterdam. Maar vanwege olie lekkage voor de sluis in Vlaardingen, was die buiten gebruik en moest de route last minute omgegooid worden naar een Rondje Rotterdam. Die loopt vanaf de Nieuwe Maas, door de Parksluis, naar Noorderkanaal, over de Rotte en het sluisje bij de Rottemeren naar de Hollandsche IJssel, via de stormvloedkering in Capelle aan den IJssel onder de Brienoordbrug terug naar Nautilus op de Oude Plantage, ruim 55 kilometer. Gelukkig waren de tachtig deelnemers flexibel genoeg om het ongunstige tij op de terugweg voor lief te nemen.

De coördinatie voor het marathonroeien is van Wil Lokkerbol overgenomen, door Martin van der Graaff.

Haventocht

Deze populaire gastentocht werd voor de 25ste keer gehouden, op 8 mei 2016. Voor de twee leden van de organisatie was dit ook daadwerkelijk de 25e keer. Een dubbel jubileum dus. Het begon met een idee van John Muller om leden van andere verenigingen kennis te laten maken met het rivierroeien. Gemiddeld komen er per haventocht zo'n vijftig gasten, dus hebben tot nu 1.250 roeiers kunnen genieten van deze unieke tocht. De reacties zijn dan ook altijd zeer lovend.

Hoewel afhankelijk van het weer, is de Haventocht toch maar twee keer afgelast, één keer halverwege, en één keer al vrijdags. Daarnaast is ook het getij van belang. We willen namelijk altijd met stroom mee varen, dus heen naar Schiedam met eb en



terug naar de Oude Plantage met vloed. Veiligheid staat bij deze tocht hoog in het vaandel. In elke boot zit een gediplomeerde rivierstuurman/vrouw. Bovendien moeten de gasten een zwemvest dragen. Als er dan ook nog begeleiding is van de havendienst, is het feest compleet. Van de vijftien tot twintig verenigingen worden roeiers afgevaardigd die nog niet eerder hebben

deelgenomen. Ook dat is een van de voorwaarden aan de verenigingen.

Stuurlieden zijn bij de Haventocht onmisbaar. Zij weten alle ins en outs van de rivier. Bovendien zijn het uitstekende gidsen voor de gastroeiers. Zij zijn dus medebepalend voor het succes van deze tocht. Ook de samenwerking met onze zustervereniging KRZV De Maas is van essentieel belang.

In de beginjaren werd er zelf voor een maaltijd gezorgd, later werd er Chinees gehaald en tegenwoordig is er – net als bij de lustrumtochten – een buffet. Voor aanvang daarvan is er altijd een toespraak van Nautilus aan de gasten en kunnen verenigingen die voor het eerst deelnemen hun ervaringen delen. Bij het afscheid worden de gasten elk jaar ook verwend met een nuttig aandenken, informatie over Rotterdam en een kaart om op te sturen naar Atie van Treuren van de tochtorganisatie, want zij is dan bijna jarig.

Midweekroeien

Een van de onderdelen van recreatief roeien bij de KNRB is Midweekroeien. Hier kan men op informele wijze een uitwisseling organiseren met leden van andere verenigingen. Zoals de naam al zegt, is dit midden in de week. Een groot nadeel is dat het dan op de weg erg druk is. Zeker in de Randstad is dat het geval. Daarom zijn de leden van Nautilus niet zo enthousiast. Maar dat geldt ook voor eventueel bezoekende verenigingen. Gezien het bovenstaande hebben wij midweeks geen enkele vereniging bezocht. Aan de andere kant heeft ook geen enkele vereniging de euvelen moed gehad om ons doorde-weeks te bezoeken.

Lichtpuntje is dat voor het volgende jaar zich reeds een vereniging heeft aangemeld.

Elfstedentocht

Marieke van Holten schreef in haar blog over haar



deelname aan de Elfstedentocht. Haar roeiteam, Row4KiKa, deed mee om geld in te zamelen voor KiKa. Diverse teamleden startten ook de Tweehead en Skiffhead. Haar verslag was onderdeel van een campagne om zoveel mogelijk mensen te informeren over de inzamelactie.



“Lang, zwaar, kronkelend en alleen”, zo typeerde Roeined onlangs de Skiffhead, de jaarlijkse wedstrijd op de Amstel; 7,5 kilometer roeien van Ouderkerk a/d Amstel naar roeivereniging De Hoop. De Tweehead werd over hetzelfde parcours op gevaren.

Een deel van het Row4KiKa-team deed mee aan één van beide races. Sommigen startten zelfs beide dagen voor “een rondje Amstel”. De resultaten waren prima; een aantal bliken en mooie klasseringen. Hans Marten Hazelbag won zelfs overall het herenveteranenveld!

Zelf voer ik in het damesveteranenveld, waarin ook KiKa-roeiërs Peggy Tolk en Anneloes Russel - van der Zee startten. Mijn startpositie was in de staart van het veld. Aangezien ik van lekker stevig doorvaren houd, moest ik nogal wat boten inhalen. Lang en zwaar was het, en door mijn belabberde stuurmanskunst onnodig kronkelend, maar alléén heb ik me door al het gedoe geen moment gevoeld.

Nu kijk ik uit naar de Elfstedenroeimarathon. Het is heerlijk om in je eentje hard te skiffen, maar ik kijk uit naar het roeien in een team, met als gezamenlijk doel: winnen en zoveel mogelijk geld ophalen voor KiKa!

In je eentje ga je hard, maar samen kom je verder!” Uiteindelijk werd het team Row4KiKa vierde, na bijna 18,5 uur roeien. Maar waar het echt om ging was natuurlijk de opbrengst: er werd ruim € 3500 euro ingezameld!

Instructie Oude Plantage

Ook dit jaar hebben de meeste leerlingen die afgeroeid waren in de C4x+ op de Rotte kennisgemaakt met het roeien op de Maas door proef te roeien. Bij dit proefroeien, dat twee keer per jaar plaatsvindt, roeit men op boeg mee met een ervaren rivierroeier,

zodat het een goede eerste ervaring voor de nieuwkomers kan zijn.

Zestien mensen zijn dit jaar afgeroeid voor de wherry.

Dit jaar zijn er twee boordinstructieploegen bezig. Dit is bijzonder, want meestal is er maar een boordinstructieploeg.

Ook zijn er in 2016 vijf mensen met stuurinstructie gestart. Dit is allemaal mogelijk dankzij een vaste club van instructeurs die in weer en wind het hele jaar door paraat staat. Is het weer echt te slecht, dan wordt er instructie op de ergometer gegeven of een les over veiligheid ingelast. Dank zij deze vrijwilligers, die zich steeds verder ontwikkelen, kunnen al deze onderdelen aangeboden worden.

C4x+ Basisinstructie

In totaal leerden zes teams van zes personen roeien. Drie teams in de periode april tot juni en drie van juli tot september. Ze oefenden twee keer per week gedurende drie maanden. Alle teams zijn geslaagd voor het examen. Meer dan twintig instructeurs hebben hierbij geholpen.



Instructie bedrijfsploegen

Als onderdeel van de Van Oord-Nautilus Bedrijvenregatta werden bedrijfsploegen getraind van april tot juni. Zes teams 8+ en een C4+ team hebben wekelijks getraind. Meer dan dertig coaches en stuurlieden hebben zich hiervoor ingezet. Sommige wekelijks, andere op onregelmatige basis.



Skiffinstructie op de Rotte

Het blijft een uitdaging om alle leden die willen leren skiffen ook daadwerkelijk aan het skiffen te krijgen. De voornaamste reden is het tekort aan instructeurs. Basisinstructie, glad scullen, jeugdcoaching en jeugdinstructie, de Bedrijvenregatta: met zijn allen doen we een beroep op een – altijd te kleine – pool van leden die instructie geven. Bij het leren skiffen in gladde boten (B1x en A1x) is het van belang is dat er door de leden al de nodige kilometers gemaakt zijn. Dit is helaas niet altijd het geval. Het is in de instructie merkbaar dat met minder kilometers in de benen het leren skiffen in

gladde boten meer inspanning van de instructeurs vraagt. Daarom zal vanaf 2017 voor de instructie in de boottypen B1x en A1x strenger gekeken worden naar hoe intensief men roeit, voordat er aan de instructie begonnen wordt.

Ondanks dit alles, zijn er dit jaar weer genoeg leden afgeroeid in de skiff: acht leden in de C1x, acht leden in de B1x en zeven leden in de A1x afgeroeid. Veel van deze leden hebben leren skiffen op de woensdagmiddag. Elk jaar wordt vanaf april tot oktober om 12 uur skiffinstructie gegeven voor iedereen die kan en wil. Alle instructeurs enorm bedankt voor jullie inzet!

Opleiding instructeurs

Aan de KNRB cursus Roei-instructeur 2 werd door tien leden deelgenomen. Acht leden ontvingen het diploma.

Roeien - veilige sport

Roeien is een veilige sport. Valkuil is dat je denkt dat er nooit meer kan gebeuren dan een nat pak halen. Helaas is dat niet het geval. Roeien doe je op een “vaar”weg. Dat betekent dat er ook anderen roeien en van alle kanten kunnen komen. En net als op de weg - op het land - gelden er regels: uitkijken hoort erbij! In 2016 werd er op de Rotte een aantal malen flink schade gevaren, in alle gevallen gelukkig zonder persoonlijk letsel. Maar het had ook anders kunnen aflopen, bijvoorbeeld bij een aanvaring in volle vaart met een restant van de Phillips Willemsbrug, die in renovatie is. Een roeiteam zag de achtergebleven pijlers niet staan. De roeiers kwamen met de schrik vrij en de bouwer van de brug betaalde de schade, omdat de pijlers niet gemarkeerd waren. Met uitkijken, stuurboord varen en met het dragen

van lichtgekleurde kleding wordt roeien echt een veilige sport.

Evenementen 2016

Van Oord – Nautilus Bedrijvenregatta

Zaterdag 9 juli 2016 heeft de 37ste editie van de Van Oord – Nautilus Bedrijvenregatta plaats gevonden. Het was weer een stralende dag, de weergoden waren ons goed gezind.

Vanaf eind maart/begin april werd er weer volop getraind op verscheidene avonden bij Nautilus. De ploegen van de Rechtbank, Shell, Provincie Zuid-Holland, Wärtsilä, Gemeente Rotterdam en voor het eerst ook een onervaren ploeg van Van Oord hebben zich klaargemaakt voor de strijd in het onervaren veld. We waren erg blij dat we weer op jullie Nautilianen konden rekenen als coaches en stuurtsjes. Met name de jeugd heeft hierin een grote rol gespeeld, waar we erg dankbaar voor zijn.

Op de dag van de wedstrijd waren er in drie velden zeventien ploegen. Met vier ploegen in het C4-veld, zes ploegen in het onervaren-veld voor de 8-en en zeven ploegen in het ervaren-veld voor de 8-en was er een mooi deelnemers veld. Dit jaar was de Van Oord – Nautilus Bedrijvenregatta wederom de slotwedstrijd van de nationale klassement Bedrijvenregatta. Dus naast de dagprijzen waren er ook in het klassementsprijzen te verdienen.

Er is hard geroeid en veel plezier gemaakt. In het C4-veld ging Robeco er met de dagwinst vandoor.



Helaas hadden ze niet deelgenomen aan het klassement, dus deze prijs ging naar KPMG Meijburg & Co. In het onervaren-veld ging de TU Delft er met de prijs vandoor. In het ervaren-veld was er een spannende strijd tussen Delta Loyd, KPMG Meijburg & Co en Accenture. Alle drie waren ze nog in de race voor de eerste plaats in het nationale klassement., waarbij KPMG bovenaan stond, op de voet gevolgd door Accenture en Delta Loyd. De winnaar van de dag zou dus beslissend zijn. Delta Loyd had de eer om winnaar van de dag te zijn, gevolgd door KPMG en Accenture. Hierdoor werd het eindklassement gewonnen door KPMG

Meijburg & Co. Delta Loyd moest genoeg nemen met de tweede plaats, in het klassement gevolgd door Accenture. Het was weer een mooie strijd.

We hopen volgend jaar iedereen weer te zien, zowel de ploegen als de vrijwilligers. Nog een laatste dank voor de vele vrijwilligers die hebben geholpen met trainingen en op de dag zelf. We hebben jullie altijd hard nodig om deze dag tot een geslaagd eind te kunnen brengen. Tot volgend jaar!

Nautilus Triatlon

Op zaterdag 3 september 2016 vond de vierde editie van de Nautilus Triatlon op de Willem-Alexander Baan plaats. Naast veel enthousiaste vrijwilligers waren er in 2016 vijftig deelnemers van vijftien roeiverenigingen. De groei in deelnemers, waar sinds de start van de triatlon op de Willem-Alexander Baan naar gestreefd wordt, blijft echter uit. Om deze reden is de triatloncommissie samen met het bestuur sinds oktober aan het te onderzoeken of en hoe de Nautilus Triatlon verder kan professionaliseren en groeien. De samenwerking met andere roeiverenigingen wordt hierbij ook onderzocht.



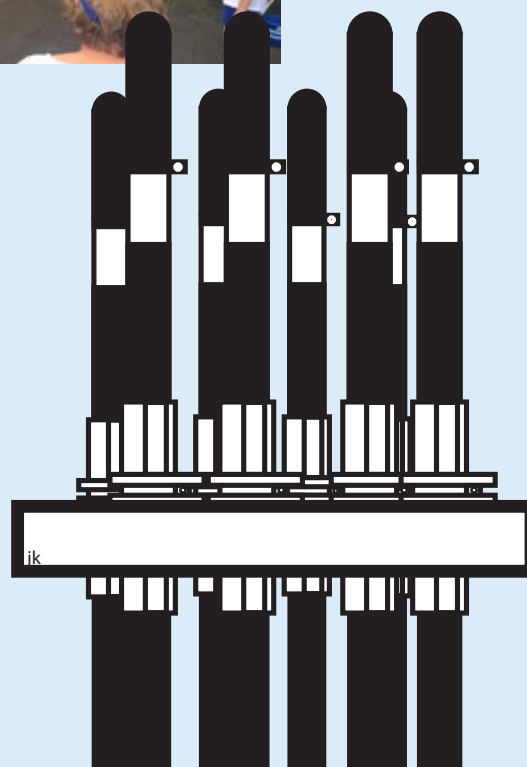
De vormgeving van de triatlonwebsite heeft in 2016 (tegelijk met de vernieuwing van de gehele website) een flinke metamorfose ondergaan en is sindsdien ook te bereiken via een eigen URL: www.nautilustriatlon.nl

De Nautilus Triatlon Commissie 2016 bestond uit: Anna Bertling, René de Jong, Martin Leclercq, Evelien de Looft, Jos Molema, Ivo van de Werf en Sabine Wigmans.



Vloot 2016

In 2016 is er voor de Rotte alleen glad materiaal aangeschaft, in totaal drie skiffs en één dispensatiecombi 2-. De drie skiffs zijn onderverdeeld in een skiff voor de jeugd, een skiff voor algemeen gebruik en een dispensatieskiff.



De dispensatieboten werden geleverd door Hudson, waar we nu goede ervaringen mee hebben qua snelheid, maar ook qua prijs. De dispensatiecombi 2- is gedoopt als de Dolfijn. De Dolfijn vervangt de Snoek en is in 2016 al 49 keer gebruikt. De dispensatieskiff is wel geleverd, maar moest in 2016 nog gedoopt worden.

De jeugd- en de algemeen-gebruikskiffs werden geleverd door Swift Racing. Van dit merk hebben we al een aantal skiffs liggen en daar zijn we erg tevreden over. De boten zijn gedoopt als de Skaff (50-60 kg) en de Wapiti (60-75 kg). De skiff voor algemeen gebruik vervangt de Gnoe. De Skaff is in 2016 al 66 keer gebruikt, de Wapiti is al 78 keer. De jeugdiskiff is als een extra boot aangeschaft, deze vervangt niet een andere skiff.

Na een aantal nieuwe wherries was er bij de Oude Plantage een uitbreiding van de C boten nodig. Hiervoor is eind 2016 een nieuwe combi C2 besteld. Deze wordt in april 2017 geleverd door Baumgarten, die ook de andere C-boten daar heeft geleverd.

Sociëteit 2016

Feesten

Bar en terras van de sociëteit in ons gebouw aan de Nieuwe Maas zijn uniek gelegen en in trek als plek voor een feest. Op 10 september organiseerde nieuwe leden een geslaagd Nieuwe Leden Feest voor de hele vereniging. Het thema "Cent trente, oh la la" diende als opwarmer voor de jubileumtocht van 23 t/m 25 september 2016 op de Seine in Parijs.

De sociëteit is ook beschikbaar voor privéfeesten. In 2016 waren dat er negen, die samen € 5.100 (exclu-

sief BTW) opbrachten.

Het gebruik van de sociëteit is gratis, daar moet dan wel een baromzet van minimaal € 500 ex BTW tegenover staan. Haal je dat bedrag niet, dan vragen we een aanvullende fee. We beperken deze verhuur in principe tot de leden van Nautilus. De huurder is namelijk ook medeverantwoordelijk voor opruimen en in overleg voor de barbezetting. Nautilus ontving in 2016 op de sociëteit aan de Nieuwe Maas ook de technische staf van de Wereldkampioenschappen Roeien 2016 Rotterdam. Op een stralende zomeravond konden ongeveer vijftig internationale stafleden met elkaar kennismaken en genieten van een buffet.



Klaverjassen en bridge

In de winter, als er toch 's avonds niet geroeid kan worden, is er de mogelijkheid om voor de hele sportievelingen op dinsdagavond naar de indoor-training in De Esch te gaan. Voor de denkers onder ons wordt er éénmaal per maand in de sociëteit aan de Oude Plantage gekaart. Winnaars in het seizoen 2015/2016 zijn geworden bij het klaverjas-

sen wederom Helen van Veen (er waren helaas maar acht deelnemers) en bij het bridgen opnieuw Gerda den Ouden en Wil Lokkerbol. Daar waren gelukkig twintig deelnemers. Dit laatste aantal groeit dus!

Werkplaatsen 2016

Werkplaats Rotte

Er werkt al vele jaren een vast ploegje in de werkplaats op de donderdagavond. Met het shadeboek als informatiebron en onderhoudsvragen van de voorgaande week gaan we elke keer aan de slag. Ook afgelopen jaar werden wij af en toe ondersteund door Nautilianen die zich hadden opgegeven als vrijwilliger voor de werkplaats. Helaas was geen van hen bereid of in staat om op een meer regelmatige basis op donderdagavond te komen.

Afgelopen jaar zijn in totaal 87 keer boten in de werkplaats behandeld voor onderhoud of shades. Tevens zijn de vier boten die naar de jubileumtocht in Parijs gingen nagekeken voordat deze op transport gingen. Daarnaast hebben we weer tientallen riemen gelakt.

We hadden veel aanvaringen in 2016, waarbij elf boten waren betrokken. Soms was de schade beperkt, een forse kras. Maar er waren ook afgebroken neuzen en boegballen. Het was veel werk om dit te herstellen. In de meeste gevallen waren de aanvaringen te voorkomen geweest door beter sturen of het dragen van een kijkspiegel.

De aanvaringen van de Marlijn en de Rio waren zeer ernstig. Er was sprake van afgebroken riggers/riemen. De aanvaring met de Beluga veroorzaakte een gebroken kielbalk. Gelukkig zijn er bij al deze aanvaringen geen mensen gewond geraakt en bleef het bij de schrik.



Het herstellen van een schade vergt veel tijd als het om meer gaat dan een beetje schuren en lakken. Het dichten van een gaatje of scheur in de romp van een polyesterboot gebeurt in enkele stappen: eerst het gat of de scheur schoonmaken en de rafelige kanten glad maken, dan met epoxy het gat

of de scheur vullen. De diepte of omvang van gat of scheur bepaalt of je de romp in één keer weer kan opbouwen of dat er meerdere lagen epoxy nodig zijn. Vervolgens wordt de gerepareerde plek opgeschuurd totdat deze gelijk is met de romp en tot slot gelakt. Een boot ligt dan al snel enkele weken in de werkplaats voordat deze weer in de vaart kan.

De Mañana kreeg een grote onderhoudsbeurt. Alle onderdelen werden nagekeken op slijtage en waar nodig werden wieltjes/slidings e.d. vervangen. Ook werd de binnenkant ontdaan van veel kalkaanslag en zijn delen van de romp geschuurd en gelakt.

De onderhoudsploeg wenst alle roeiers een veilig roeiseizoen in 2017 met weinig shades.

Oproep schoonhouden van je boot!

De Nautilianen die in de werkplaats onze boten onderhouden op technisch gebied vinden het heel vervelend als er een boot binnenkomt die er zeer verwaarloosd uitziet: zwarte slidings, voetenborden die amper te verplaatsen zijn door de vele kalkaanslag, een romp die van binnen en van buiten vol vuil en kalk zit.

Daarom doet de werkplaats opnieuw het verzoek om voor je instapt in de boot even de slidings schoon te maken en de boot na het roeien niet alleen van buiten, maar ook regelmatig van binnen goed schoon te maken. In het kastje naast de werkplaats staan alle middelen.

Werkplaats OP

Het onderhoud aan de dubbelwherry Suez, gebruikt voor het FiftyFit-roeien op de Rotte, is in 2016 van start gegaan. De gescheurde instapplanken zijn verstevigd met onderliggende aluminiumstrippen en de kielstrip is opgekalefaterd.

Ook bij de Biesbosch en de Marne zijn de instapplanken met aluminium versterkt.

De voetenborden van de wherry Amazone zijn van centrale mono-bevestiging voorzien, waarmee opwippen wordt ondervangen.

Van de boordvier ABC zijn de binnen- en buitenzijde aangepakt, scheuren gerepareerd en nieuwe rvs-uithouders gemonteerd en afgesteld.

Bij de strokenwherry Thames zijn de te steile kimkielen aangeschuind en gelakt.

De nieuwe strokenwherry Bakkerskil is in maart gedoopt en in de vaart gekomen. De verkeerd gevormde rolbanken zijn vervangen door rolbanken "oud model" en nu wordt er prettig mee geroeid.

De binnen- en buitenhuid van de dubbelwherry Zee-meeuw zijn opgeschuurd en gelakt.

Het roerblad van de dubbelscull Narwal is na breuk vervangen.

In de boordvier Tureluur zijn enkele gebroken spantverbindingen en scheuren gerepareerd.

Nieuwe riggers met een ca 10 centimeter groter span zijn gezet op de maasscull Flipper, de dubbelscull De Maas en de boordtwee 1940.

Dubbelscull De Maas is voor een grote onderhoudsbeurt in de werkplaats opgenomen; de aluminium schetsplaten zijn verroest en enkele scheuren behoeven reparatie. Bovendien vragen zowel de binnen- als de buitenhuid om een nieuwe laklaag.

De dubbelwherry Ahoy ligt in de werkplaats voor een huidbehandeling en de rafelige houten oplegballen van de buitenkiel worden bekleed met metalen strippen.

Bij een aantal boordvieren zijn de krimpous-riemmanchetten op proef vervangen door glasvezel-epoxymanchetten. Omdat deze nog harder bleken te slijten, is de krimpous echter weer terug.

Vele riemen zijn onder handen genomen vanwege beschadigde schachten en bladen.

Gebouwen 2016

Bij beide locaties is dit jaar weer het nodige gebeurd. Deels zichtbaar, maar vaak ook niet.

Gebouw Rotte

De grootste en meest zichtbare ingreep aan de Rotte was de plaatsing van nieuwe stellingen in de loods. De bijbehorende riemenkasten laten nog even op zich wachten. De gevels en de dakgoot hebben weer hun jaarlijkse schoonmaakbeurt gehad. CV en geisers zijn nagekeken, de noodverlichting is getest. De afzuigkap in de keuken is vrijwel geheel gedemonteerd, grondig gereinigd en voorzien van een zuiniger type TL-buis.

Net als de damestoiletten hebben de herentoiletten nu ook het gemak van de LED-verlichting.

De tuincommissie heeft niet alleen de tuin mooi bijgehouden, maar ook de barkrukken een opknappbeurt gegeven.

De werkplaats is verblijd met trillingvrije en zuiniger TL-buizen en een serie (Maas)rode magazijnbakken.

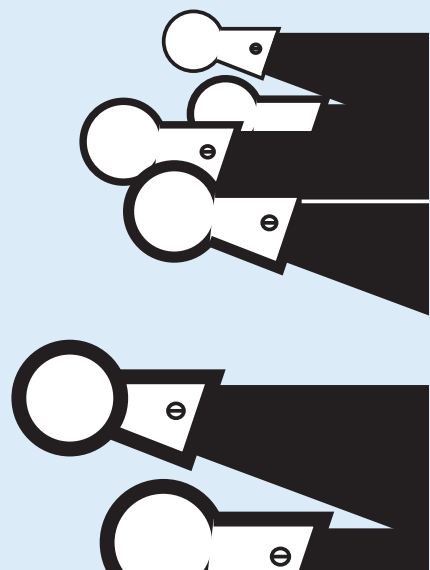
Gebouw OP

Vier van de negen noodverlichtingsarmaturen zijn vervangen door aanzienlijk zuiniger LED-noodverlichting. De rest volgt nog.

Net als op de Rotte is nu ook op de OP een AED beschikbaar. Deze hangt in het halletje bij de trap beneden.

Na lekkage in de sociëteit is 10 m kitrand verwijderd, de loodslab is beter geplaatst en afgewerkt met specie in plaats van met kit. De lekkage is gestopt. Ook de bovenzijde van de opslagcontainer begon te lekken. Gaatjes zijn gedicht en geverfd. Het voegwerk van de buitentrappartij vertoonde ernstige slijtageplekken. Dit is hersteld en opnieuw geïmpregneerd.

De potdekseldelen van de gevels van de botenloods (ca 50 m²) zijn gebeitst en in de olie gezet, zodat ze er weer jaren tegen kunnen. Evenals het bijbehorende hek.



Communicatie 2016

Website

In 2016 is de website van Nautilus vernieuwd. Met verschillende Nautilianen is nagedacht over de belangrijkste doelgroepen, de inhoud en de vorm. Ton Steenbergen heeft de vormgeving en menustructuur uitgewerkt. Sabine Wigmans deed de redactie. Het onderdeel voor de Nautilus Triatlon is door Martin Leclercq onder handen genomen. De jeugdleden Willem van den Berge en Linda Groenendijk verzorgden de jeugdpagina's.

Alle teksten van de “oude” website zijn overgezet naar de nieuwe en waar nodig aangepast (ingekort, uitgebreid, geactualiseerd etc.). De website is in WordPress gebouwd, met als voordeel dat meerdere mensen eenvoudig teksten kunnen plaatsen en actueel kunnen houden. In de praktijk blijkt dit echter nog lastig. Enige ervaring en routine is wel gewenst. Ton Steenbergen en Sabine Wigmans nemen het dagelijks beheer van de site voor hun rekening. Samen plaatsen zij nieuwe teksten, actualisaties, foto's en filmpjes. Ook Vera Swan zet er regelmatig teksten op.

De webredactie is te bereiken via webmaster@rvnautilus.nl.

Digitale nieuwsbrief en jaarboek

De redactieleden van de maandelijkse digitale Nieuwsbrief waren in 2016 Jeannine Westenberg, Mette van Essen en Karen Teich. Karen Teich, Bonnie Noorman en Jeannine Westenberg vormden de redactie van het Jaarboek 2015, vormgegeven door Michel Uiterwijk. In juli 2016 werd dit derde Nautili-

aan Jaarboek gepresenteerd.

Nautilus & Friendsdag

Op zaterdag 18 juni stelden we de locatie Rotte open voor het publiek om kennis te maken met Nautilus. Willem van den Berge maakte een promotiefilmpje (zie YouTube: 'Nautilus & Friendsdag') en roeiers nodigden vrienden uit om zelf een stukje mee te varen.

Eindredactie jaarverslag 2016: Suzanne Odijk





Roeivereeniging Nautilus Rotterdam, www.rvnautilus.nl

Leden en donateurs

We hebben in 2016 veel nieuwe leden mogen verwelkomen, 73 in totaal.

Gedurende 2016 waren er 50 junioren en 406 senioren. 98 Leden zijn 65 jaar of ouder.

In 2016 zijn er 57 leden langer dan 25 jaar lid.

Er zijn ook mensen vertrokken, vanwege verhuizing, studie, werk, gezondheid, tijd, 49 in totaal. Fijn dat sommige leden dan donateur blijven. In 2016 hadden we 35 donateurs.

Helaas zijn er ook drie leden overleden. We hebben Marijke Vernij, Martin Visser en Frits Reuter tijdens de nieuwjaarsbijeenkomst herdacht.

Nautiliaan jaarboek 2016





WK roeien junioren, onder 23 jaar & senioren 2016 te Rotterdam

MEN KAN ZICH DE ORGANISATIE VAN EEN WK ROEIEN NIET VOORSTELLEN ZONDER DE INBRENG VAN HONDERDEN VRIJWILLIGERS. HET ZIJN DE VRIJWILLIGERS DIE DIT EVENEMENT TOT EEN SUCCES MAKEN.

Vind je het leuk om midden in de organisatie van dit avontuur te zitten? Vind je het leuk om de atleten en het publiek een onvergetelijk Wereldkampioenschap te geven? Kom dan helpen tijdens de Wereldkampioenschappen Roeien 2016 in Rotterdam dat wordt gehouden van 20 augustus tot en met 28 augustus 2016.

Onze vrijwilligers bieden wij een prachtige ervaring bij een roei-evenement dat zijn weerga niet kent en waarbij professionaliteit en gezelligheid voorop staat. Nog nooit werd er een Wereldkampioenschap georganiseerd van deze omvang.

Met deze wervende tekst moesten er 600 vrijwilligers worden geworven voor het WK roeien 2016 op de Willem-Alexanderbaan eind augustus 2016. De organisatie, ook bestaand uit vrijwilligers, heeft via ambassadeurs bij Nederlandse roeiverenigingen geprobeerd 600 mensen te werven. Contactpersoon bij Nautilus was Henk Hagers (70 jaar, 8 jaar roeier). Henk heeft voorheen vrijwilligers binnen Nautilus gezocht voor de Bruggenloop en de marathon van Rotterdam.



Het WK roeien wordt jaarlijks georganiseerd, maar steeds op een andere locatie in de wereld en was voor Rotterdam een uniek evenement. Henk had als doel gesteld om 100 Nautilanen actief te krijgen voor dit evenement. In november 2015 is hij begonnen met leden te interesseren. Vrijwel alle leden heeft hij persoonlijk via de mail benaderd. Veel leden reageerden en mensen die geen teken van leven gaven, bleef hij benaderen. "Jammer was dat veel leden op de persoonlijke mails niet reageerden, wat toch een kleine moeite was" vond Henk. Uiteindelijk stak Nautilus met kop en schouders als leverancier met zo'n 130 leden via Henk en nog zo'n 20 op persoonlijke titel boven de andere verenigingen uit. Lex Grootenhuys, Nautiliaan en president van het executive committee, kwam tijdens de algemene ledenvergadering in november 2016 de leden persoonlijk bedanken namens de organisatie.

Henk Hagers was zelf tijdens het WK ook vrijwilliger en kijkt met een goed gevoel hierop terug. Voor de organisatie is het natuurlijk lastig inschatten hoeveel vrijwilligers er nodig zijn, en hoeveel tijd men er in wilde steken en of iedereen ook komt opdagen. Het werven heeft Henk met veel plezier gedaan, hij heeft met leden contact gelegd die hij anders niet snel had ontmoet.

Nautilus mag trots zijn op zijn bijdrage aan het WK 2016!

[Marina van Holst](#)



2016: Nautilus 130 jaar.

Wat gaan we doen: een lustrum t-shirt? Lustrumtocht? Wil Lokkerbol had de tocht in Venetië bij het 125 jaar bestaan van Nautilus georganiseerd en dat vond ze een ECHT lustrum. Dus 130 jaar, dat mag iemand anders gaan regelen. Het wordt Jan Klapwijk.

Jan heeft nog niet zo veel ervaring met roeien, laat staan met tochten organiseren, dus stapt Jan op Wil af en zo is Wil toch weer betrokken bij de organisatie. Jan heeft het idee om mee te doen aan de Traverseé de Paris, niet zomaar een tocht, maar roeien langs de Eiffeltoren en om Ile de la Cité. Met dit idee kan Wil instemmen. Per vereniging mogen 3 ploegen meedoen, maar Jan regelt dat Nautilus met 17 ploegen mee mag doen. 17 ploegen is 5 maal 17 is 85. En 85 mensen kunnen in 1 bus en dat is het voordeligst.

[Lees verder >](#)





Nautilus Lustrumtocht Parijs 2016

23, 24 en 25 september

Wat moet er allemaal geregeld worden voor 85 mensen?

Een Hotel. Wil zoekt welk betaalbaar hotel in de buurt van de plek is waar te water zal worden gegaan, dat is Campanile. Helaas zijn er niet genoeg kamers in deze vestiging. Campanile heeft nog een vestiging die aan Wil haar eisen voldoet. Betaalbaar, niet te ver van de roeiplek en niet te ver van het centrum van Parijs.

Boten. Nautilus heeft aardig wat boten die voldoen, Desiree en Emiel maken de boten van de vereniging in orde. Er moeten nog wat boten worden geleend. Dat kan bij de organisatie.

Botentransport. 1 botenwagen voor 11 boten uit Nederland en de rest uit Frankrijk.

Bus voor de deelnemers met een ingewikkeld rijtjedenbesluit (de tijden wanneer de buschauffeur mag rijden, hoelang en hoeveel uur per 24 uur), daar moet ook over nagedacht worden.

De deelnemers. Bij een reguliere tocht gaan veel minder leden mee dan 85. Voor een bijzondere lustrumtocht in Parijs zijn veel leden enthousiast. De tocht wordt volgeboekt. Nu de ploegenindeling, ieder ploeg heeft een ervaren stuur nodig en goede verdeling van de roeiers, zodat iedere ploeg op tijd binnenkomt. Alleen op zondagochtend wordt voor de tocht het scheepvaartverkeer stilgelegd in Parijs, als de schepen weer losgaan moet iedereen binnen zijn.

Inschrijving. Het inschrijven bij de organisatie is geen kleinigheid. De organisatie wil de kledingmaat van de deelnemers weten, het registratienummer bij de K.N.R.B. en de lengte van de boten. Ook deze informatie moet verzameld worden. Per dag kan 15 minuten worden ingelogd, Wil kan in 15 minuten 3 ploegen inschrijven en is deze manier een paar dagen zoet. Inclusief de hele administratie.

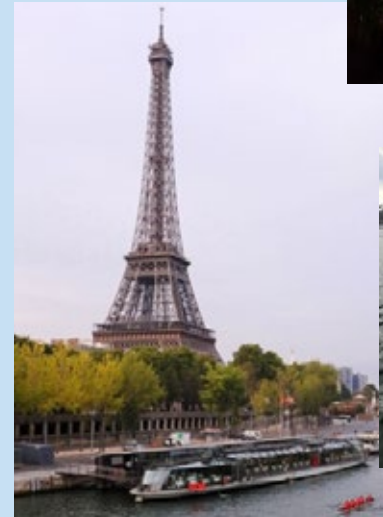
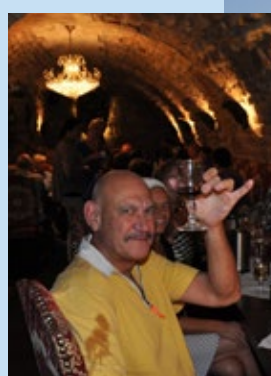


Dan is er gelukkig nog de vrouw van John Stornel, Veronique, die een restaurant zoekt om met 85 mensen te kunnen eten, metrokaartjes koopt in Parijs en info van de metrolijnen, zodat deze al in de bus kunnen worden uitgedeeld.

De reis verloopt prima, de zon schijnt, de tocht is bijzonder, de sfeer is top. Mensen vragen Wil of ze zenuwachtig is of het allemaal goed zal gaan, maar Wil heeft geen twijfels. Ze weet dat alles goed is geregeld en mocht er iets misgaan, dan zijn er Nautilianen waar ze op kan rekenen! Deze tocht was het hoogtepunt van het Lustumjaar van Nautilus, dankzij de inspanning van Wil Lokkerbol en de leden die haar hielpen.

[Marina van Holst](#)





Dyer Trophy voor Ria van den Hoogen

Instructie geven, toertochten organiseren, het afroeien afnemen, Fifty Fit opzetten, boten onderhouden, bardienst draaien, meehelpen bij evenementen. Noem het, en Ria van den Hoogen heeft het gedaan. Als blijk van waardering voor haar veelzijdige vrijwilligerswerk ontving Ria tijdens de Nieuwjaarsreceptie het Schildje-2016.

‘Ik was vooral heel verrast’, zegt Ria. ‘Voorzitter Sandra Gant vertelde als eerste dat de trofee dit jaar naar een vrouw ging. Toen keek ik al achterom naar de dames achter mij en vroeg me af ‘wie zou het dit jaar worden?’. Ik voelde mij enigszins overrompeld toen mijn naam werd genoemd, maar ik vind het wel erg leuk, natuurlijk. De Dyer Trophy staat nu op een mooie plek in mijn woonkamer. Dan kan ik er dit hele jaar elke dag even naar kijken.’

Zeventien jaar geleden werd Ria lid van Nautilus, ze zette zich al snel in voor de vereniging. ‘Ik stortte me er direct helemaal in’, lacht ze. ‘Ik haalde het ene na het andere brevet en dan wil je ook iets terugdoen. Je komt iets bij een vereniging halen, dan wil je ook wat brengen. De vereniging, dat zijn wij. Je moet toch met elkaar die organisatie dragen.

Ik startte met instructie geven, ging ook tochten organiseren, en van het een komt dan het ander.’

‘De vereniging, dat zijn wij!’

‘Het mooie is, je krijgt bij Nautilus veel ruimte. Enkele jaren geleden stelde Hanneke Willems mij en Vera Swan voor om samen een nieuwe roeiactiviteit op te zetten specifiek voor vijftigplussers. Toen we het plan vervolgens aan het bestuur voorlegden zeiden ze “Goed idee dat Fifty Fit, werk dat maar uit”. Dat deden we en daarna kregen we snel groen licht. Fifty Fit is inmiddels uitgegroeid tot een goedlopende activiteit. Zeker zijn we daar trots op!’

Ria is onlangs de zeventig gepasseerd. Ze is wat je noemt een Nautilus veteraan. Ik heb aan zoveel mooie tochten meegedaan, zoals op de Middellandse Zee, de Rijn, in New York en Venetië. En ook heb ik vrienden gemaakt en al zoveel gezelligheid beleefd. Daar doe je het voor.’

[Jeannine Westenberg](#)





Toertochten

“Na een wat kille herfstweek boften we met een zachte, zonnige en aanvankelijk windstille toegift van de voorbije zomer.”

Openingstocht Dordrecht

16 april, door Isabelle Werneke

Er was goed gereageerd op de oproep om mee te gaan met de Openingstocht. Maar liefst 40 man/vrouw hadden zich ingeschreven. Met 10 boten voeren we uit. Vorig jaar was Nautilus niet welkom in Dordrecht vanwege het Koninklijk bezoek. Maar deze keer is dat helemaal goed gemaakt. Alles was perfect geregeld met de havenmeester. Dank Sofieke! Het spannende was deze keer het weer. Vlak voor vertrek was het nog niet duidelijk wat de bestemming zou worden in verband met de sterke wind die vooral in de middag zou toenemen. De uitwijkroute zou Gouda als bestemming hebben gehad. Maar uiteindelijk werd toch de beslissing genomen om de tocht naar Dordrecht te laten doorgaan. De heenweg was goed te doen. Wat is het toch een spectaculair gezicht om over het water bij Dordrecht aan te komen. Na de lunchpauze wachtte ons een barre terugtocht. De verwachte hele harde wind stak de kop op en we ploegden tussen de golven door weer terug. Gelukkig hebben alle tien boten zonder problemen de OP bereikt. Geen saaie terugtocht dus. Moe maar voldaan deden we ons te goed aan een heerlijke welverdiende warme kop soep.

De Pinkstertocht

14 tot 16 mei, door Maria van Donkelaar

In het Pinksterweekend - van 14 tot en met 16 mei - toog een groep Nautilianen naar het zuiden van het land voor een driedaagse roeitocht van Luik naar Maastricht.



Roeiweekend Oudewater

11 juni, door Marianne van den Hadelkamp

Met 3 wherriesetrokken we zaterdag 11 juni met lichte regen via Gouda en Hekendorp naar Oudewater. In de middag klaarde het op en kwamen we eind van de middag aan met zonnetje bij de Boerencamping liggend aan de prachtige lange Linschoten.

We hebben 's avonds heerlijk buiten pasta à la Sophie gegeten en sloten af met kampvuur. Zondagochtend werd de tafel buiten door de boerin gedekt en hebben we gesmuld van een heerlijk ontbijt, de kippetjes en kalfjes keken toe :-)

Om 10:00 uur zijn we vol goede moed met zonnetje richting Rotterdam vertrokken en hebben we een zware regenbui bij Hekendorp overwonnen. Rond half 7 kwamen we moe maar voldaan aan op de OP. We hebben genoten van deze mooie tocht!



Hier zie je een selectie van de foto's die Arnold Scholten maakte van de tocht.

Haventocht

8 mei, door Atie van Treuren

Op zondag 8 mei vond de Haventocht plaats. Dat deze tocht al vijftientig jaar populair is, blijkt uit het feit dat er altijd meer aanmeldingen zijn dan roeiplaatsen. Ervaren roeiers uit het hele land krijgen de gelegenheid om een keer op de Maas te roeien. Het roeien door de havens is min of meer een promotietocht voor Rotterdam. Het was prachtig weer, weinig wind en er waren voldoende stuurlieden van zowel Nautilus als De Maas. Er was begeleiding van de RPA 10 van de Port of Rotterdam en de volgboot Quint. Er werd geroeid tot de jachthaven van Schiedam, waar wij een gastvrij onthaal kregen bij de watersportverenigingen. 's Middags werd er geroeid in de Waalhaven. Dit is de grootste gegraven haven van Rotterdam. Omdat het pas laat hoog water was, moest er flink aan getrokken worden. Maar de gasten weten nu wel wat rivierroeien is. Na afloop was er weer een overheerlijk buffet, verzorgd door Simon en Elly. De deelnemers gingen naar huis met een "ervaring rijker" gevoel. Wij Nautilianen zijn toch wel erg bevoorrecht, want wij kunnen elke week op dit prachtige water roeien met de mogelijkheid om richting Schiedam of Dordrecht te gaan.

Culinaire tocht Cuijk

10 juli, door Pleun Honig

Op een prachtige warme zonnige zomerdag waren 24 Nautilianen te gast bij Roeivereniging De Drie Provinciën in het Brabantse Cuijk. Er werd uiteraard niets gedaan voordat koffie en vlaai waren verorberd (een huwelijksdag traktatie van Jan en Jenneke Klapwijk). In vier leenwherries en twee uit Rotterdam meegebrachte wherries vol proviand voeren we de Maas op via de keersluis die de Kraaijbergse Plassen kan beschermen tegen hoogwater. Mijn



boot was rondom versierd met vlaggetjes vanwege mijn 65e verjaardag. Vanwege het mooie weer was het al vroeg druk met watersporters. In Brabant houdt dat in: hard varen in motorbootjes zonder acht te slaan op roeiboten. Al snel sloegen we af richting Mookerplas, een rustiger vaarwater aan de voet van de stuwwal uit de laatste ijstijd. Je waant je bijna in het buitenland met de beboste heuvels op de achtergrond. Aan het eind van de plas, ook wel Grote Siep genoemd, is een prachtige zwemstrand waar je aan mag leggen. Terwijl sommige roeiers meteen het water in gingen, werd onder de bomen een uitgebreide lunch uitgesteld. Isabel Werneke had allerlei schotels in Marokkaanse sfeer klaargemaakt. Er was meer dan de roeiers op konden, terwijl die toch bekend staan om hun niet geringe eetlust. Geen nood, andere badgasten wilden graag proeven van de overgebleven lekkernijen. Na nog een verkoelende duik gingen we weer terug richting DDP. Sommige boten maakte nog een extra rondje over de Kraaijberse plassen, maar uiteindelijk werd het toch tijd om de boten op te laden en terug naar Rotterdam te rijden.



Sluitingstocht Amsterdam

16 oktober, door Pleun Honig

Na een wat kille herfstweek boften we met een zachte, zonnige en aanvankelijk windstille toegift van de voorbije zomer. We werden gastvrij onthaald door de Amsterdamse roeivereniging De Hoop. Paul en Renske hadden geregeld dat we daar twee C-vieren en vijf wherries mochten lenen. We vertrokken tegen 11 uur voor een grachtentocht van ongeveer 25 km. De route voerde ons langs roeivereniging Nereus en de Amstel, het Olympisch stadion, de Marnixkade en de Brouwersgracht naar de binnenste grachtengordel. We waren vrij in onze keuze via welke gracht we weer terug naar de Amstel roeiden. Overal was het druk met rondvaartboten, sloepjes en ander varende gespuis, dus het was flink opletten. Achter de Stopera is een groot vlot waar we met inventief (drie)dubbel parkeren al onze boten konden aanleggen. Het was zulk lekker weer dat we buiten op een terrasje konden lunchen. Daarna ging het over het IJ naar het oosten, en via de Mauritskade weer terug naar de Amstel. Even na vieren waren we weer terug bij De Hoop. Sommigen konden nog geen afscheid nemen van Amsterdam en pakten nog een terrasje voordat de terugreis werd aanvaard. Een prachtige afsluiting van het toerroeiseizoen.

FEITEN TOERTOCHTEN 2016

1 januari	De Kouwe klauwentocht met 14 deelnemers
16 april	Openingstocht naar Dordrecht met 39 deelnemers door Sofieke van Schaik en Isabelle Werneke
8 mei	De Haventocht met 80 deelnemers door Atie van Treuren
14, 15 en 16 mei	Pinkstertocht naar Maastricht met 28 deelnemers door Wil Lokkerbol en Vera Swan
21 juni	Rondje Rotterdam, marathontocht met 68 deelnemers door Martin van der Graaff
21 juni	Weekend Oudewater met 12 deelnemers door Sofieke van Schaik
10 juli	Culinaire tocht naar Cuyk met 24 deelnemers door Pleun Honig, Isabelle Werneke en Wil Lokkerbol
17 september	Schiedamtocht, fifty fit toer door Ria van den Hoogen
23, 24, 25 sept.	Parijs met 88 deelnemers door Jan Klapwijk en Wil Lokkerbol
16 oktober	Sluitingstocht Amsterdam met 32 deelnemers door Renske Venstra en Paul Lageschaar





met Niels Andeweg

Dispensatieroeien, hoe werkt het?

Niels Andeweg vertelt over het dispensatieroeien zoals dat binnen de wedstrijdcommissie genoemd wordt. Hij is sinds juni 2010 de coördinator van het dispensatieroeien.

Er zijn verschillende categorieën boten op de vereniging, waaronder dispensatieboten. Vaak zijn dit nieuwe boten of hoge kwaliteitsboten om zo hard mogelijk in te kunnen roeien. Binnen de vereniging maken we onderscheid tussen gewone A boten, dispensatieboten en wedstrijdboten.

Naar de Pekhuisbrug

Om in een dispensatieboot te mogen roeien, moet je een bepaalde afstand roeien binnen een bepaalde tijd. Dan mag je in bepaalde dispensatieboten (in de loods aangegeven met "Di") roeien. Vroeger was dat vanaf Nautilus tot aan het eind van de Rottemeren (20 km), tegenwoordig tot de Pekhuisbrug (de blauwe brug) aan het begin van de Rottemeren (16 km).

Afhankelijk van je leeftijd, geslacht en boottype wordt er een streeftijd neergelegd. Als je slaagt, dus binnen de streeftijd retour blauwe brug hebt geroeid, krijg je toegang tot de betere boten. Dit moet je elke twee jaar doen (in tegenstelling tot afroeien: ben je A afgeroeid, dan blijf je dat je hele leven). Heb je dispensatie geroeid in een klein nummer, dan mag je ook in een groter nummer roeien. Het geldt niet andersom.

Over de opbouw van de vloot

De laatste jaren zijn we steeds meer afgestapt van het classificeren van wedstrijdboten. Vroeger werden de nieuw, snelle gekochte boten standaard eerst wedstrijdboot, na een paar jaar worden ze doorgeschoven naar dispensatieboot en weer wat jaren daarna worden het A-boten. Tegenwoordig worden nieuwe, snelle boten vaak meteen dispensatieboot.

Hoe werkt het?

Het dispensatieroeien is op de laatste zondag van de maand (april tot en met oktober). Start is op zondag om 8:00 uur vanaf het vlot aan de Rotte bij Nautilus. De langzamere ploegen gaan eerst van start, de snelste als laatste. Niels fietst zelf mee en kijkt bij het keerpunt. Afstand is dus (sinds vorig jaar) 16 km. Heren (jong) vier doet er ruim een uur over, damesskiff op leeftijd anderhalf uur. 65 plussers kunnen een kortere afstand doen: retour 14 km tot aan het gemaal net na Oud Verlaat, maar veel doen ook de 16 km. In 2016 hebben 62 leden dispensatie geroeid.

Wat zijn de rekenregels?

Er is een tabel waarmee we de omrekening doen, die we ook bij de Rotte competitie gebruiken. Leeftijdcorrectie X bootcorrectie X basistijd (1:23 uur).

Wil je er meer over weten? Kijk op de website:
www.vierzonder.nl/correctlftenboot.html

Anekdote

Het was ooit een keer mistig, maar bij Nautilus viel het nog wel mee. Bij het keerpunt, wat toen nog aan het eind van de Rottemeren lag, was het wel erger en hebben er mensen moeten zoeken omdat ze de weg terug niet goed konden vinden en ergens op een van de meren terecht waren gekomen!

Door Liesbeth Kraaijenga-Buiel



Karen Teich

De geschiedenis en oorsprong van de clubbladen en jaarboeken van Nautilus, heb je daar wel eens bij stil gestaan?

Een van de actieve deelnemers en medeoprichters van deze clubbladen en jaarboeken is Karen Teich. Actief lid binnen Nautilus sinds 1999. Ze heeft al aan de nodige commissies deelgenomen, zoals de commissie Nieuweledenfeest 1999, De Interne, redactie Nautilus en redactie Nieuwsbrief. Daarnaast klust ze graag mee in de werkplaats van de Rotte.

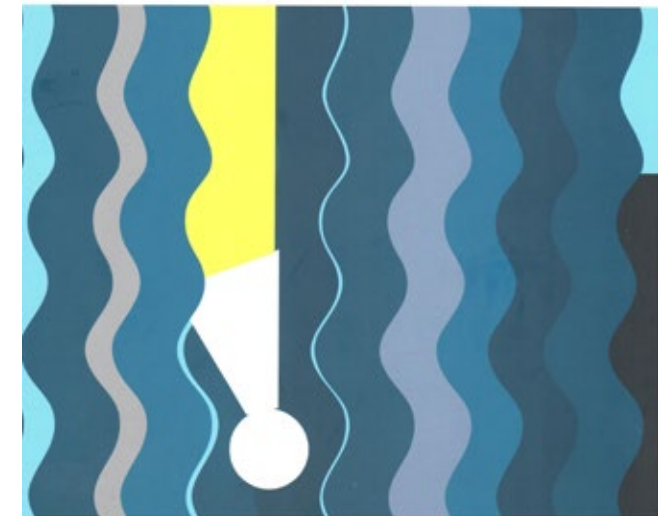
Karen is al menig jaar betrokken geweest bij de ontwikkeling van het jaarboek en van diens voorganger, de clubbladen. Ze werd lid van de redactie omdat ze zeer regelmatig met een aantal redactieleden roeide, zoals Irmin Eggens, Jeannelle Breemer en Jacqueline de Vries. 'Maar door het redactiewerk leer je natuurlijk ook weer andere Nautilianen kennen' legt Karen uit. 'Zoals ook Maria van Donkelaar. Zij heeft ook heel wat jaren meegewerkt aan het blad, de nieuwsbrief en het jaarboek.'

Sinds december 2005 was Karen redacteur van het clubblad, dat tot en met 2013 elk kwartaal verscheen. Om precies te zijn, zijn er van het clubblad 78 jaargangen uitgekomen. In 2011 is er nog een jubileumboek gemaakt na aanleiding van het 125 jarig bestaan van de club.

Ontwikkeling

Zoals Nautilusleden, lid vóór 2013, zich wellicht kunnen herinneren, heeft het clubblad door de jaren heen de nodige gedaantewisselingen ondergaan. 'De bladen gingen er steeds meer 'glossy' uitzien' legt Karen uit. 'Vanaf 2011 was de voorpagina in kleur. In 2012 en 2013 hebben we elk kwartaal een ander thema gekozen, zoals 'kleding' en 'de olympische spelen'. In 2012 stonden er op de vier voorpagina's afbeeldingen van een kunstwerk dat met roeien te maken had. In 2013 waren de vier voorpagina's geïllustreerd door Jim Karstel. Hij heeft ook de voorpa-

Nautilus Jaarboek 2013



gina's van de jaarboeken van 2013 en 2014 gemaakt en als ook veel andere illustraties.'

Clubblad, jaarboek en nieuwsbrief

Naast voorheen het clubblad en tegenwoordig het jaarboek, heb je ook de digitale nieuwsbrief. Verschillende media om nieuws van Nautilus aan de man te brengen. Wat houden deze nu in en waarom is het clubblad verdwenen? Karen vertelt: 'De digitale nieuwsbrief is in 2006 door Jacqueline de Vries opgezet. Ik moet eerlijk zeggen dat ik me eerst wel afgevraagd heb of we er in zouden slagen om elke maand voldoende kopij te verzamelen, maar dit is in de afgelopen 10 jaar geen probleem gebleken.' Ze gaat door: 'Toen de nieuwsbrief erbij kwam, kwamen er meer achtergrondartikelen in het clubblad. De nieuwsbrief heeft een 'vluchtiger' maar ook actueler karakter. Het bleek toch moeilijk om daarnaast vier keer per jaar een blad te vullen.'

Omdat we naast de nieuwsbrief en website toch graag nog een papieren uitgave wilden maken die je kunt bewaren, is gekozen voor een jaarboek.

Belang van lay-out

Karen heeft verder geen favoriet wat meest bijzondere of grappigste editie van het clubblad of jaarboek betreft. Wat ze wel ervaren heeft is hoe belangrijk een goede vormgeving is. 'Een mooie lay-out en goede foto's maken echt zo'n verschil. Gelukkig waren er altijd Nautilianen bereid hier heel veel tijd en aandacht in te stoppen, zoals Henk Hoeksema, Anika Klevering, Susan Rotten en Michel Uiterwijk,' vertelt ze.

En als je Karen vraagt wat ze altijd nu zo leuk heeft gevonden aan het maken van het clubblad en jaarboek, antwoordt ze: 'Interviewen heb ik altijd leuk gevonden. Je hebt dan een soort alibi om mensen aan te spreken en van alles te vragen. Dat levert altijd weer verrassende en interessante informatie op. Je kunt als redacteur ook gewoon zelf bedenken wie je daarvoor gaat vragen. Zo ontmoet je bijvoorbeeld een (oud) Olympisch roeier of een wereldkampioen'. (Karen heeft in 2012 Koos Maasdijk geïnterviewd en in 2014 Rianne Sigmond.)

Astrid Vincendon



Job (18):

‘Met de persoonlijke begeleiding van Jos heb ik het afgelopen jaar sneller en beter leren roeien.’

Jeugdcoaches gezocht!

Fleur (16)

‘Als je wilt meedoen aan wedstrijden kun je echt niet zonder een goede coach.’



Het vinden van voldoende coaches voor de jeugd was in 2016 een flinke uitdaging. Toch waren er een paar Nautilianen die enthousiast aan de slag gingen met de jeugd. Twee coaches en hun pupillen vertellen over het nut en plezier van goede, persoonlijke roeicoaching.

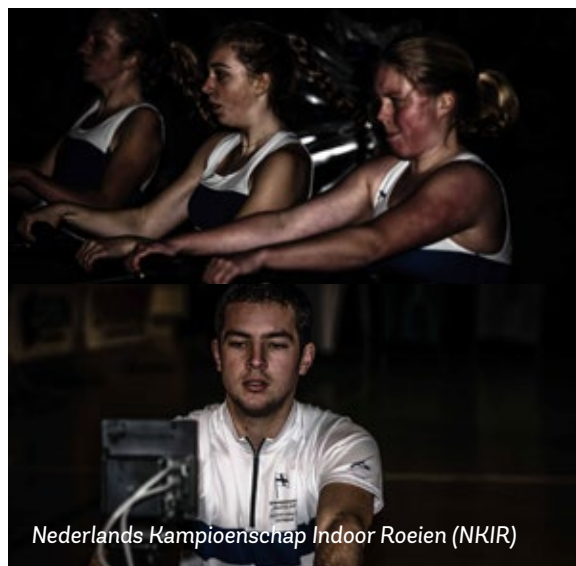
‘Het coachen van jonge roeiers is belangrijk. Dat begrijpt iedereen die deze sport bedrijft’, zegt Jos Mollema. ‘Met persoonlijke begeleiding kan de jeugd zich ontwikkelen, en blijft het roeien voor hen uitdagend. Het is een investering in de leden en de vereniging, zo zie ik het. Maar ook in jezelf, want het coach zijn dwingt je om weer eens heel goed bij alle facetten van het roeien stil te staan. Van de roeihaal tot veilig varen. Pas als je het zelf allemaal heel scherp voor ogen hebt, kun je je kennis en kunde goed op de ander overbrengen.’

Roeitechniek verbeteren

Jos roeit zelf altijd op zaterdagochtend aan de Rotte, zaterdagmiddag coacht hij vervolgens een



paar uur de jeugd. Hij begeleidt diverse jongeren die recreatief roeien, waaronder Job van Houten (18). Job roeit sinds vier jaar, minimaal een keer in de week. Om de drie tot vier weken coacht Jos hem. Job: ‘Ik wil graag mijn roeitechniek verbeteren, en begeleiding van een vaste coach is dan ideaal. Iemand die zelf goed roeit, je kent, weet wat je kan en waar je aan moet werken. En die dus ook weet hoe je het de voorgaande keren deed. Met hulp van Jos heb ik het afgelopen jaar echt sneller en beter leren roeien. En een beetje aanmoediging op zijn tijd helpt ook natuurlijk. Als het een keer niet zo lekker gaat, is het fijn dat er iemand is die zegt ‘houd vol, en probeer het nog eens op die manier.’



Nederlands Kampioenschap Indoor Roeien (NKIR)

Coaching op alle niveaus

‘Op welk niveau ze ook roeien, voor ieder jeugdlid is het goed om begeleiding te krijgen. Of dat nu eens per maand is, of twee keer in de week. Alle jongeren willen graag vooruit komen’, zegt Jeroen Harrewijne. In 2016 startte Jeroen met het coachen van Fleur



van Dijk (16) en Noor Dirven (17). De dames zijn ambitieus en doen met de dubbeltwee mee aan de tweehead in Amsterdam en verschillende 2km wedstrijden op de Bosbaan en Willem Alexander Baan deze lente (2017). Jeroen is zelf een fanatieke veteranenroeier.

Fleur: ‘Als je serieus wilt meedoen aan wedstrijden kun je echt niet zonder een goede coach. We hebben tijdens de voorbereiding goede feedback nodig, alleen zo worden we beter. We trainen zes keer per week. Twee tot drie keer per week onder het toezicht van Jeroen.’

Jeroen: ‘Ik vind het mooi om samen met deze jonge roeiers naar een doel toe te werken. Noor en Fleur pikken mijn aanwijzingen snel op. En als je dan voortuitgang ziet is dat heel motiverend. Op dit niveau zit het vaak in heel kleine aanpassingen. Ik heb lol in dat samen zoeken naar hoe het nog beter kan.’

Noor: ‘Jeroen zei bijvoorbeeld eens tegen me. ‘Roei alsof er een touwtje aan je navel zit dat je naar voren trekt tijdens de recover. Dat deed ik, en toen voelde ik gelijk dat het verschil.’

Fleur: ‘Mijn inpik is sinds kort nog een stuk strakker. Zonder hulp van Jeroen was dat vast niet gelukt.’

Voordat je start met coachen kun je eerst zelf een training volgen als je dat wilt, zodat je goed voorbereid aan het coachen begint. Geregeld organiseert Nautilus instructiecursussen of kan de vereniging je ondersteunen bij een opleiding van de roeibond.

[Jeannine Westenberg](#)



‘Een beetje meer uitdaging, daar had ik zin in’

Door Jeannine Westenberg

Jan en Gerrie over de lol van het marathonroeien



Ook in 2016 roeide Arnold Scholten wederom de meeste marathons van alle Nautilianen. Hij deed in 2016 mee met negen tochten en legde ruim 400 marathonkilometers af. Voorzitter Sandra Gant overhandigde hem daarvoor op de nieuwjaarsreceptie de KNRB-marathonnoorkonde 2016.

Diverse Nautilianen, waaronder Gerrie van Mutsert en Jan Klapwijk, zijn in 2016 gestart met het marathonroeien. Hoe bevalt dat nou zo'n vijftig kilometer of meer afleggen op een dag? We vroegen het Jan en Gerrie tijdens een kop koffie na het zaterdagochtend roeien aan de OP.

‘Ik roei al zes jaar bij Nautilus en vind het fijn om die lat steeds weer wat hoger te leggen, om te blijven leren’, zegt Gerrie. ‘Marathonroeien leek me een mooie nieuwe stap. Ik had al aan verschillende kortere tochten meegedaan en dat beviel prima. De tocht door de Biesbosch, de Weerribben, ik vond het allemaal even leuk. Maar een beetje meer uitdaging. Daar had ik wel zin in. Dus begon ik met de Schipluidentocht van 51 kilometer en sindsdien doe ik vaker mee.’

Sportieve prestatie

Jan: ‘Ik ben er eigenlijk vanzelf ingerold. Ik roei sinds 2014 en kende wat mensen die al meededen met het marathonroeien, zij vroegen of ik wilde meedoen. Zo is het gekomen. Met marathonroeien ben je op een behoorlijk niveau bezig. En het is gezellig om samen met andere roeiers die sportieve prestatie te leveren. Het geeft veel voldoening.’

Gerrie: ‘Daarnaast ben je de hele dag buiten en op het water. Dat vind ik ook heerlijk. En je ziet onderweg heel veel, plekken waar je anders niet zo snel komt. Je ontmoet bovendien mensen van andere verenigingen, want de marathons worden georganiseerd door de KNRB. Je raakt eens in gesprek en hoort hoe ze het roeien bij andere verenigingen organiseren. Toch leuk en leerzaam.’

Jan: ‘Gerrie en ik roeien marathons als prestatietoetocht, niet in de wedstrijdcategory. Met

een sterk lijf en een goede conditie is dat zeker te doen. Je hoeft geen topatleet te zijn. Al zijn de tochten qua intensiviteit wel verschillend. De ene keer roei je in een C4+X en zit je maar af en toe op stuur. De andere keer zit je in een C2+X, of in wherry en wissel je elk half uur. Ook het weer heeft natuurlijk veel invloed.’

Gerrie: ‘Af en toe is het wel flink pittig hoor, als het hard waait en veel regent.’

Jan: ‘Ik herinner me de Magnum marathon (58 km) van afgelopen augustus. Dat was toch wel een uitputtingsslag. De hele dag koud, wind en veel regen. Maar we hebben het gehaald, en dat geeft dan natuurlijk een goed gevoel. Gelukkig zit het weer meestal mee.’

Doe mee!

Jan: ‘Eigenlijk vinden we maar een ding jammer. En dat is dat er niet meer Nautilianen meedoen. We krijgen vaak maar twee boten gevuld met roeiers.’

Gerrie: Het zou mooi zijn als er meer leden zich aanmelden voor de marathontochten, vooral ook mensen onder de zestig, want de 60-plussers zijn nu ruim vertegenwoordigd. Het is echt hartstikke leuk. Iedereen met pit, een goede conditie en een wherry/D4 brevet is welkom!’

Ook interesse in marathonroeien? Kijk eens op de Marathonkalender van de KNRB website.

Martin van der Graaff coördineert de inschrijvingen van Nautilianen

e-mail: martin.v.d.graaff@upcmail.nl

De Rotte Roei Competitie, of wel RRC, wie kent het nou niet?
Elke een beetje serieus roeiende Nautiliaan heeft er wel eens
van gehoord of heeft op z'n minst een keer meegedaan.

Rotte Roei Competitie

Door Astrid Vincendon

In de wintermaanden wordt de RCC zeven keer georganiseerd. Om precies te zijn elke laatste zaterdag van de maand. Het betreft een wedstrijd van 5 km, vanaf de Rottemeren richting Rotterdam.

Er zijn dan twee opties. Als het weer het toelaat wordt er gestart bij de Eendrachtsmolen op de Rottemeren en is de finish vlak vóór de "scherpe bocht". Bij bijvoorbeeld veel wind of uit andere veiligheidsoverwegingen kan besloten worden te starten bij het gemaal, bij de Kooi nabij de Pekhuisbrug en is de finish vlak vóór de Irenebrug.

De RRC is bedoeld als trainingswedstrijd om iedereen te laten oefenen voor het wedstrijdvaaren. Bovendien kan men aan de resultaten zien hoe men er in de training voor staat, wat betreft zijn roeien en zijn conditie.

Hans de Haas (1948), oud FISA-Kamprechter en lid van roeivereniging de Maas, is jarenlang betrokken geweest in de organisatie van roeiwedstrijden, zowel nationaal en internationaal. Hij vertelt ons iets meer over die beruchte RRC.

(zie volgende pagina)



Hoe en wanneer is de RRC ontstaan?

De RRC wordt gehouden sinds 1993 en is bedacht door Jan Katgerman, een econometrist – dus een rekenaar – om onderling ploegen tegen elkaar te kunnen laten roeien als trainingswedstrijdje in de winter.

Wie doen er allemaal aan mee?

Welke verenigingen deelnemen, wisselt per keer. De vaste Rotterdamse verenigingen zijn er wel altijd bij. Daarnaast zijn er ook roeiers van o.a. Gouda, De Hoop en Poseidon uit Amsterdam, Barendrecht, Rijnland uit Leidschendam.

Je bent lid van roeivereniging de Maas.

Welke rol hebben zij in dit geheel?

De Maas is vanaf het begin de organisator en heeft het al heel snel opengesteld voor de andere Rotterdamse verenigingen, later ook voor alle andere verenigingen.

Wat komt er nu bij zo'n wedstrijd kijken?

De wedstrijd heeft een zo eenvoudig mogelijke organisatie. Er is een commissie van De Maas die dat doet (die is momenteel wel wat onderbe-mand). Vooraf moeten de inschrijvingen verwerkt worden en de startvolgorde worden vastgesteld, zodanig dat er zo weinig mogelijk inhaalmanoeuvres zijn op de toch smalle Rotte. Er moeten een paar mensen op de start staan om de tijd op te nemen. Hetzelfde geldt voor bij de finish. Na de race worden de tijden in de computer geklopt en de uitslag berekend. Er is ook een rescueboot op de Rottemeren, die kan ingrijpen bij calamiteiten en die het startverkeer regelt.

Hoe ziet de dag van zo'n wedstrijd eruit?

Om 8:00 uur zijn de eerste commissieleden op de Rotteloods om boegnummers uit te geven en eventuele wijzigingen te noteren. Dit is belangrijk voor de juiste handicapfactor. De ploegen roeien dan op naar de start vanaf de eigen roeiloodsen of vanaf de Willem Alexander Baan. Om 10:00 uur begint de start. Rond 10:45 uur is de laatste ploeg gefinisht. Daarna gaat iedereen terug naar de Rotteloods en wordt de uitslag berekend en gepubliceerd. Rond 12:00 uur zijn we dan wel klaar.

Zijn er nog winnaars die bekend worden gemaakt?

Iedere race kent een dagwinnaar, maar daar is geen prijs voor. De verdiende punten staan in het klassement. De beste drie races bepalen de uitslag van het klassement en de winnaar krijgt een prijsje. Dit was voorheen een wisselbeker, maar die is verdwenen. Nu wordt er elk jaar een prijsje bedacht, uitgereikt na de laatste RRC op de Maasloods of soms ook bij een speciale gelegenheid later in het jaar. De uitslagen worden in ieder geval steeds zo spoedig mogelijk gepubliceerd op de website van De Maas.

En als laatste, wat vind je nu het leukste aan de RRC's?

Het is een leuk trainingswedstrijdje zonder veel "gedoe". Het is altijd gezellig op de loods na afloop (bij De Maas tenminste) en bijna iedereen is weer happy als hij/zij heeft meegedaan!

Overwinningen Nautilus in 2016

Rotte Roei Competitie het seizoen 2015-2016

Rotterdam

- Joke Stenvert heeft de overall-prijs gewonnen

De AA-race 17 april 2016

Alkmaar

- Ivo van de Werf 1e heren veteranen skiff

de Spaarne Lente Race 29 mei 2016

Heemstede

- Tom en Arend 1e jongens 2x
- Marieke van Holten 1e
- DVC in 1 combinatie acht (leden van diverse roeiverenigingen)
- Anne Rongen, Anna Bertling, Frederieke van de Blom, invaller Marije van TOR en stuur Irene Dousma 1e DVA 4x+
- Marieke van Holten 1e DVB 2x

Dutch Masters Open 11 juni 2016

Willem-Alexanderbaan

- Lies Kelder: 1e M18 1x
- Arend van Gog: 1e J16 1x
- Broer Schipper: 1e J18 1x
- Marieke van Holten: 1e DV8+ en mix 2x

Euro Masters 29-31 juli 2016

München

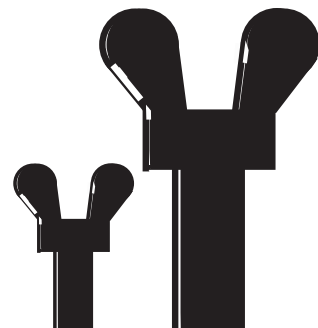
- Marieke van Holten: DVC 4x, DVC 8+, DVC 2x, Mix C 2x

In totaal zijn er 14 overwinningen behaald, waarvan 8 door Marieke van Holten.



Indoortraining

Elk winter weer, van oktober tot en met april, kan geen enkele Nautiliaan zeggen dat er niet aan de conditie gewerkt kan worden. Je blijft namelijk helemaal in topvorm dankzij de heren van #TGIT (Thank god it's Tuesday), Anjo van den Bos en Kees Lindhout. Zij verzorgen voor alle Nautilianen de indoortraining in de sporthal van de Esch.



Oorsprong

De link tussen Anjo van den Bosch en roeien gaat terug naar zijn studententijd. Hij roeide toen bij Studenten Roeivereniging Proteus-Eretes in Delft, waar hij een aantal seizoenen bij Kees in de ploeg heeft gezeten. Na zijn studietijd werd Anjo lid bij Nautilus, Kees volgde een jaar later. De indoortraining werd toen door Kees opgepakt en Anjo sloot hierbij aan. 'Ik deed toen met veel enthousiasme mee en was altijd blij als het winterseizoen weer begon. Als grap heb ik toen een #TGIT (Thank god it's Tuesday) shirt gemaakt omdat ik altijd blij was als het weer dinsdag was. Ik deed toen standaard beide uren mee en nam de trainingen voor mijn rekening als Kees een keer



niet kon.' Legt Anjo uit. 'In 2013 hebben we afgesproken de trainingen samen te gaan doen.'

Het leukste aan de trainingen is....

Het leukste aan die indoortraining is volgens Anjo het begeleiden en motiveren van mensen. 'Zelf meedoen is voor mij het belangrijkste, het is voor mij een mooie uitdaging en ik geniet enorm van de uitputting en het opzoeken van mijn fysieke grenzen. Ook anderen motiveren om een stapje extra te zetten en effectiever te trainen maakt het extra leuk. Bovendien is het een leuke en gezellige groep.'

Soort oefeningen

De meeste oefeningen die tijdens de indoor worden gegeven



zijn klassieke (roeispecifieke-) indoor trainingen. Anjo legt uit: 'Daar ligt de focus vooral op sterkere spieren krijgen in de benen, armen en rug. De afgelopen 2 jaar zijn daar oefeningen bijgekomen die meer uit de crosstraining en insanity komen, waarbij het accent iets meer op het versterken van je 'core' ligt en het tempo wat hoger is en dat is weer goed voor je conditie.'

Zoals Anjo zegt, sporten is gaaf!

Naast de indoor loopt hij hard en doet hij aan Krav Maga (is een verdedigingssysteem, die zijn oorsprong heeft in Israël). En als je hem vraagt wat zijn favoriete oefening tijdens de trainingen is, zegt hij heel enthousiast 'de burpee!'

[Lees verder >](#)

#TGIT

Hoe ervaren de deelnemers zelf de indoortraining? Twee fanatiekelingen aan het woord:

Wat was je doel toen je begon aan de indoor en heb je dit uiteindelijk bereikt?

Jochem: 'Lekker fit worden en sterk in de benen, buik en billen, lekker afzien en proberen alles vol te houden, dat was mijn doel. Dat half zachte gedoe, niet aan toegeven en doorzetten! En zeker weten heb ik het gehaald. Fitter zijn, een weekje kunnen skiën zonder spierpijn, omdat die squats zo mega hebben geholpen, geeft een grote glimlach!'

Noor: 'Mijn doel was om tijdens de winter sportief bezig te zijn en te blijven en dit heb ik zeker bereikt door elke week te sporten.'

Wat vind je leuk en wat minder leuk aan de indoor?

Jochem: 'Het leuke is samen

afzien, steeds elkaar aanmoedigen om door te zetten. Zien en voelen dat je fitter wordt en dat je niet alleen staat te zweten en pijn te lijden. Dan wil je niet opgeven.'

Noor: 'Het feit dat je steeds beter in de oefeningen wordt werkt heel motiverend. Daarnaast is het natuurlijk super gezellig en omdat je met een groepje afsprekt haak je minder snel af. (lees: peer pressure werkt!).'

Wat zou je anderen willen vertellen over de indoortraining, als je het zou moeten aanprijzen?

Jochem: 'Is het leuker dan roeien? Nee. Maar het is wel leuk met elkaar. Het is een topprogramma, goede begeleiding als je voor de eerste keer komt, en het is fitter worden en lachen als het pijn begint te doen. Gewoon proberen! Wees dus een deelnemer en geen toeschouwer!'

Noor: 'Kom gewoon een keer mee trainen! Je hoeft je geen zorgen te maken om weer 'beach ready' te zijn, want dat blijf je gewoon tijdens de winter!'

Astrid Vincendon

INDOORTRAINING #TGIT FACTS:

Elke winterperiode van oktober tot en met maart

Dinsdagavond / 2 instructeurs

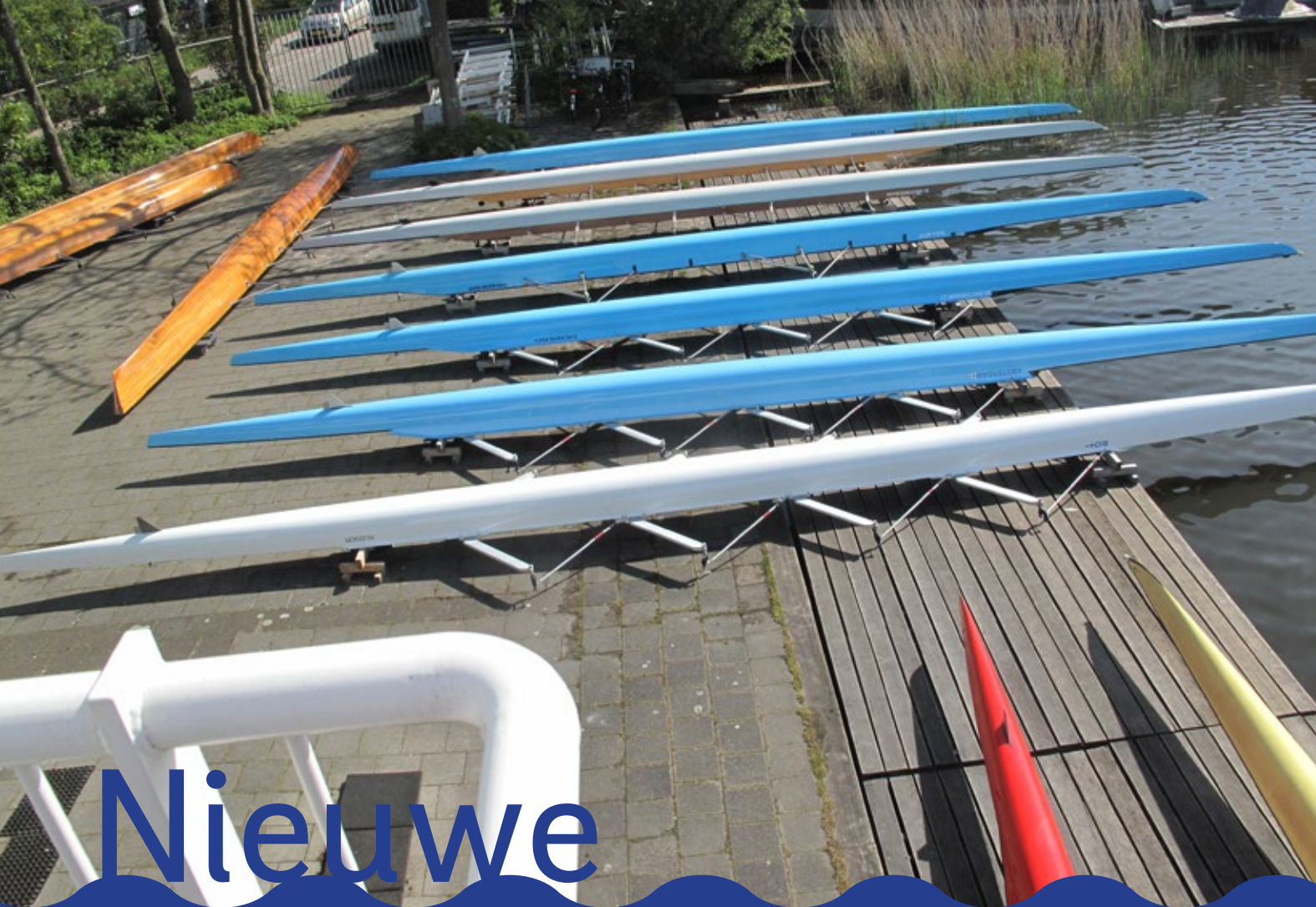
Van 19-20 uur en van 20-21 uur:
2 x 1 uur

Aantal deelnemers per avond: 20-30

Training wisselt om de week: ene week circuit-training, andere week klassikaal

Sporthal van de Esch
Rijnwaterstraat 7-23
3063 HC Rotterdam





Nieuwe bootstellingen

Alles eruit gehaald wat erin zit

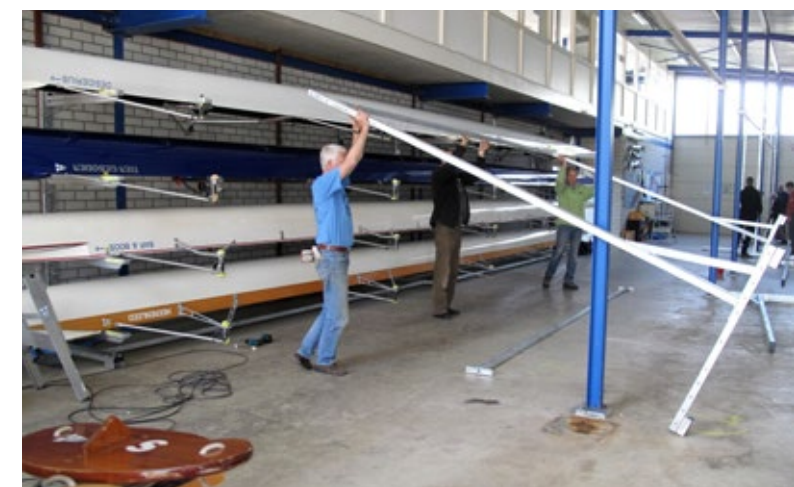
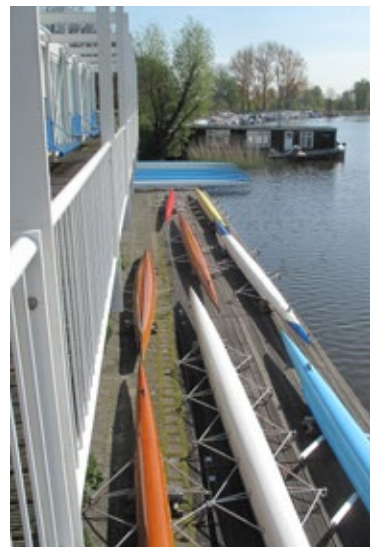


Het loopt op rolletjes, vertellen Krijn van Popering, János Jónás en John Cornelisse. Sûr place is de totale ligplaatslengte in de Rotteloeds verruimd van 728 naar 861 meter.

Een ergometerentresol, een bijgebouw voor skiffs en wherry's of de riemenkasten naar buiten. Deze opties kwamen voorbij tijdens de presentatie van de herinrichting in maart 2016. Maarten van der Velde, Hans Lelieveld, Jeroen de Mutsert en Krijn van Popering bedachten de kernplannen. Het bestuur koos uiteindelijk voor de riemkastenvariant, mocht het aantal leden – en dus boten – in de toekomst uitbreiden. Het gebouwonderhoudspotje stond garant voor 15.000 euro van de dekkingskosten, aangevuld met 5.000 euro gemeentesubsidie.

Krijn: 'De optimalisatie van de loodsruimte is toen meteen van start gaan. Hoognodig, want de vorige stellingen waren nog afkomstig uit het oude gebouw.' Samen met John en János boog hij zich over de detailuitwerking van het nieuwe systeem. Uniformiteit en veiligheid stonden voorop. Naast de vloot van 72 boten, is er inmiddels plek gecreëerd voor veertien extra ligplaatsen. De huidige liggers zijn uitschuifbaar, per vijf centimeter verticaal instelbaar en aanpasbaar voor de diverse boottypen. Flexibiliteit troef dus.

'In drie dagen in april hebben we de klus geklaard. Een gangpad per keer, bijgestaan door tien vrijwilligers', zegt Krijn. Eerst moesten alle boten eruit, waarbij geen hoekje en gaatje op het terrein en het vlot onbenut bleef; in de werkplaats was ruimte gemaakt voor het nieuwe materiaal. De 'nazorg' - het meten en passend maken na het bevestigen van de stellingen - had de meeste voeten in de aarde. John: 'Voor alle verschillende typen, lengten, roertjes en vinnetjes moest een oplossing gevonden worden.'



Daar zijn we nog lang mee bezig geweest.’ János wist het oude bruikbare materiaal te verkopen aan andere roeiverenigingen en de rest aan de oudijzer-boer.

Het was aanvankelijk even wennen voor de gebruikers dat de liggers uitschuifbaar zijn, maar ze ervaren het systeem als prettig. Tillend inpassen is niet meer nodig. Markeringen op de boten verduidelijken bovendien de exacte ligplek; eenduidig, met zwarte pijltjes en gele plakkertjes in plaats van de veelkleurige plakbandjes en streepjes. Krijn: ‘Verder zijn de tennisballen verdwenen, álle dolpennen zijn nu van permanente rubberdoppen voorzien. De meeste schade wordt veroorzaakt door het in- en uit de loods brengen van de boten. Door alle maatregelen is het aantal reparaties aan krassen en scheuren gedaald, zo meldt de werkplaats. Ondanks dat de boten dicht op elkaar liggen.’

In de bovenregionen van de loods is nog ruimte beschikbaar. Vooralsnog voldoet het dan ook dat de riemenrekken inpandig zijn. De maximalisatiefase, waarbij drie riemenkasten buiten onder het balkon geplaatst worden, is verder in voorbereiding.

Suzanne Odijk

Boten loods in en uit

Door: Krijn van Popering en János Jónas

BOTEN DIE IN 2016 ZIJN GEKOCHT

Skiff voor max. 60 kg “SKAFF”
gedoopt door Noor Dirven op 16 april 2016

Skiff voor max. 75 kg “WAPITI”
gedoopt door Jantien van der Kooij op 18 juni 2016

Dubbeltwee voor max. 75 kg, “DOLFIJN”
gedoopt door Ada Noorland op 18 juni 2016

BOTEN DIE IN 2016 ZIJN VERKOCHT

Skiff “FOHN”
bouwjaar 1991

Dubbelwherry “HAVEL”
bouwjaar 1994

Feitjes 2016

Door: Krijn van Popering
Kengetallen Rottevloot:

Algemeen:

totaal aantal roei leden	406	100%
leden o/d. Rotte geroeid	325	80%
* waarvan seniorleden	275	85%
* waarvan juniorleden	50	15%

Huidige vloot kwantitatief:

totaal aantal boten	73	100%
* waarvan scullboten	54	74%
* waarvan boordboten	9	12%
* waarvan combiboten	10	14%

Roeiplaatsen:

totaal aantal roeiplaatsen	170	100%
* scullplaatsen	112	66%
* boordplaatsen	58	34%

Het gebruik van de vloot (per jaar):

totaal aantal digitale afschrijvingen	5.220
gemiddeld aantal keren dat een boot vaart	71,5
totaal aantal keren dat leden hebben geroeid	9.326

De vloot kwalitatief:

gemiddelde leeftijd vloot in jaren	15,8
------------------------------------	------

De vloot financieel (€):

vervangingswaarde vloot	612.100
vervangingswaarde scullriemen	67.280
vervangingswaarde boordriemen	31.570
totale vervangingswaarde	710.950

Gemiddelde vervangingswaarde

per boot, incl. riemen	9.739
per roeiplek	4.1782
per lid	2.189



Rob Datema krijgt gouden erepenning van roeibond



Rob Datema (69) kreeg op zaterdag 25 juni 2016 de gouden erepenning van de Koninklijke Nederlandsche Roeibond uitgereikt. Een mooie erkenning voor zijn bijzondere verdiensten. Rob was jarenlang een van de voortrekkers van de toercommissie van de roeibond. Maar hij deed nog veel meer de afgelopen vijf decennia. Voor de bond én voor Nautilus. Hij vertelt er graag over.

‘Natuurlijk ben ik blij met die gouden penning van de K.N.R.B, het is fijn om waardering te krijgen voor je inzet. Ik heb door de jaren heen inderdaad veel gedaan, maar bijna altijd met groot plezier.’ Rob is de eerste en enige Nautiliaan die deze eervolle penning tot nu toe ontving. Al meer dan een halve eeuw is hij betrokken bij de roeisport. Op zijn dertiende start hij met roeien. ‘Een vriendin van mij jongste zus was lid van Nautilus’, vertelt Rob. ‘En dat roeien, dat leek mij ook wel wat. Ik ben eens gaan kijken, heb me aangemeld en zo is het gekomen.’ Maar lid werd je destijds niet zomaar, zo weet hij nog. ‘In 1961 kwam de ballotagecommissie langs bij mijn ouders. Ze wilden eerst zien of ik wel uit een behoorlijke familie kwam, dat werkte toen nog zo.’

Rob krijgt de smaak van het roeien snel te pakken. Op dinsdag-, donderdag- en zondagmiddag roeit hij samen met andere jeugdleden op de Rotte in alle boottypen van gestuurde overnaadse twee of vier tot gladde A-vier en A-skiff. In 1963 wordt hij gekozen in het jeugdbestuur en samen met onder meer Henk Hoeksema en bestuurslid jeugdroeien Jan van Beest runt hij jarenlang de jeugdafdeling. Het aantal jeugdleden was toen een veelvoud van tegenwoordig. ‘Eigengereide ettertjes waren we’, lacht Rob. ‘We hadden vaak het hoogste woord.’

Instructeur schoolroeien

Van 1964 tot en met 1968 werpt Rob zich op als

instructeur voor het gemeentelijke schoolroeien aanvankelijk op het Schiekanaal later op de Rotte vanuit het gebouw waar nu R.V. Rijnmond gehuisvest is. ‘Ontzettend leuk om die middelbare schoolieren de kneepjes van de sport bij te brengen’, zegt hij. ‘En het betaalt ook nog eens goed, 7,50 gulden per uur. Een heel bedrag in die tijd.’

In 1973, Rob is dan 25 jaar, wordt hij bestuurslid van Nautilus en tevens in de functie van commissaris toerroeien van de vereniging. Dat blijkt hem goed te liggen. ‘Contacten leggen met andere roei-verenigingen, de route uitzetten, uitzoeken waar we kunnen overnachten. Ik kreeg er steeds meer lol in’, vertelt Rob.



Botenwagens

In 1980 start Nautilus op zijn initiatief met de organisatie van botenwagens. ‘Zo kunnen we voortaan onze eigen boten meenemen en zijn we niet meer afhankelijk van andere verenigingen’, zegt hij. ‘Ook buitenlandse tochten komen nu binnen handbereik. Kortom, de botenwagens bieden ons veel meer vrijheid.’



Vooral Frankrijk wordt vanaf de jaren tachtig een geliefde roeibestemming van veel Nautilianen. Ook de Jubileumtocht in 1986 voert daarheen. Rob: 'Nautilus bestaat dat jaar honderd jaar en wij wilden dat natuurlijk groots vieren, met een weektocht op de Marne, middenin de Champagne-streek, met als einddoel over de Seine door Parijs langs de Notre-Dame en de Eiffeltoren. Het wordt een succes, met onder meer een bezoek aan het champagnehuis van Paul Roger. Na het roeien genieten we van een geweldig koud buffet op zijn chateau en feesten we tot in de late uurtjes door.'

Roeien op stromend water

In 1989 zet Rob samen met Nautiliaan Henk Hoeksema en Karine Dirkzwager van KR&ZV de Maas de cursus 'Roeien op stromend water' op. In drie dagen tijd kunnen leden van andere roeiverenigingen vanaf dat jaar op de Maas kennismaken met de effecten van stromend water op de boot. Ervaring die ze goed kunnen gebruiken tijdens toertochten van onder meer de K.N.R.B. Nu nog biedt Nautilus deze cursus aan en er wordt nog steeds veelvuldig gebruik van gemaakt. In 1992 wordt Rob lid van de toercommissie van de K.N.R.B. 'Na twintig jaar organisatie-ervaring bij Nautilus ben ik dan inmiddels aardig door de wol geverfd', zegt hij. 'Was ook wel nodig, want er valt nog wat werk te verrichten bij de bond. Zo zijn er in het begin nog enkele 'klikjes'. Daar wilde ik verandering in brengen. Door actief nieuwe deelnemers te werven voor de tochten is dat gelukt. De toertochten moeten open staan voor alle roeiers.'

Donderpreek

Ook komt Rob zo nu en dan enkele bondsleden tegen die denken dat roeiregels voor hen niet gelden. 'Ik heb ook weleens een donderpreek gehouden, midden op het water', lacht Rob. 'Maar

verder bewaar ik vooral veel goede herinneringen aan die tijd. Zoals aan de vijfdaagse Fisa tocht die we in 2005 voor de K.N.R.B. organiseerden. Vanaf de Oude Plantage, waar burgemeester Ivo Opstelten de deelnemers verwelkomde en uitzwaaide via Schiedam, Vlaardingen, Delft en Leiden naar Amsterdam. Fantastische tocht van zes dagen met 90 deelnemers uit veel verschillende landen, onder meer ook uit Japan en Mexico.'

Eind 2016 moet Rob zeer tegen zijn zin een stap terug doen vanwege zijn gezondheid. 'Maar ik heb enorm veel mooie jaren om op terug te kijken', vindt hij. 'Ondanks de problemen met mijn gezondheid ben ik steeds, voor zover mogelijk, blijven roeien. Overigens, een ding moet nog gezegd. Zonder de support van mijn vrouw Thillie had ik die erepenning vast nooit gekregen. Zij is ook een roeier en altijd zeer actief geweest voor de vereniging. We hebben elkaar zelfs bij Nautilus ontmoet. Ze begrijpt mijn drive als geen ander. Zowel Rob als Thillie is Lid van Verdienste van Nautilus.'

[Jeannine Westenberg](#)



ROB DATEMA:

1961- heden	Lid Roeivereniging Nautilus
1963 - 1966	Jeugdbestuur lid Roeivereniging Nautilus
1964 - 1968	Instructeur gemeentelijk schoolroeien Rotterdam
1973 - 1986	Roeivereniging Nautilus bestuurslid, commissaris Toerroeien
vanaf 1980	Organisatie botenwagenprojecten voor Nautilus
1986	Organisatie Jubileumtocht 100 jaar Nautilus op de Marne (Fr.)
1989	Opzet cursus 'Roeien op stromend water' samen met Nautiliaan Henk Hoeksema en Karine Dirkzwager van KR&ZV de Maas K.N.R.B., commissie Toerroeien
1992- 2016	Lid onderzoekscommissie roeiongeluk Zeewolde (4 roeiers omgekomen)
1994	Bevis for Langtursstyrmandsret van Deense roeibond, bevoegdheid om op de Oostzee te mogen roeien en sturen
1995	Organisatie Jubileumtocht 110 jaar Nautilus op de Doubs (Fr.)
1996	K.N.R.B., commissie Toerroeien penningmeester
1997-2016	Stichting Boot Amsterdam, secretaris-penningmeester
1997-2000	K.N.R.B., commissie Jeugd- en Toerboten, secretaris penningmeester
2000-2009	Uitreiking erepenning in goud K.N.R.B.
25 juni 2016	

De Van Oord Nautilus Bedrijvenregatta

‘Een en al teamspirit op het moment suprême’

Patrick Walison, marktanalist bij Van Oord, roeide in 2016 voor het eerst mee aan de Van Oord Nautilus Bedrijvenregatta die op zaterdag 9 juli plaatsvond. ‘Het was een topdag. Sportief, gezellig en een en al teamspirit’, vertelt Patrick. ‘Het is erg leuk om samen met je collega’s naar dat ene einddoel toe te werken: de wedstrijddag.’

Nautilus organiseert al bijna veertig jaar de Bedrijvenregatta, de editie van 2016 was de 37e op rij. Het evenement is een boord-aan-boord sprintwedstrijd over 1000 meter voor achten en gestuurde boordvieren en tevens de finale van het KNRB Nederlands Bedrijfsroeiklassement. Er zijn drie velden. Een voor onervaren en ervaren bedrijfsachten, en een voor onervaren bedrijfsvieren. Elke ploeg start één keer in het ochtendblok en één keer in het middagblok. Van Oord, internationaal bagger-, waterbouw- en offshore-bedrijf, sponsort het evenement sinds 2010. Het bedrijf zelf is ook altijd goed vertegenwoordigd tijdens de regatta. In 2016 deden voor Van Oord voor het eerst twee boten mee: een ervaren acht en een onervaren vier, zowel bij de dames als de heren.

Het evenement is een boord-aan-boord sprintwedstrijd over 1000 meter voor achten en gestuurde boordvieren en tevens de finale van het KNRB Nederlands Bedrijfsroeiklassement.

Patrick: ‘Aanvankelijk wilden we als beginnersploeg meedoen met een acht. Maar dat bleek helaas niet haalbaar. We zijn een internationaal bedrijf, en veel





collega's moeten regelmatig naar het buitenland. Hierdoor hebben de meesten van ons niet alle tien roeilessen (voor onervaren ploegen) kunnen volgen. Ook konden we niet alle acht bij de regatta zijn. Maar een vier kregen we wel gevuld. Overigens hadden de coaches van Nautilus daar alle begrip voor. Alle hulde voor hun flexibiliteit, geduld en inzet.'

'We waren trouwens wel een gedreven team', benadrukt Patrick, 'we wilden steeds het beste uit de trainingen halen en dat gold ook voor de wedstrijddag. We gingen natuurlijk voor die eerste plek. Het was spannend. Het waaide behoorlijk hard, wat het sturen en roeien bemoeilijkte. Zo raakten we in de eerste head nog een andere boot, gelukkig geen schade gemaakt. In de tweede head lagen we zelfs even voorop, maar niet voor lang. Helaas waren de tegenstanders sterker. Onze C4-ploeg werd vierde van de vier. Jammer, maar het was desondanks een geslaagde dag.'

Jeannine Westenberg





Nieuwe ledenfeest

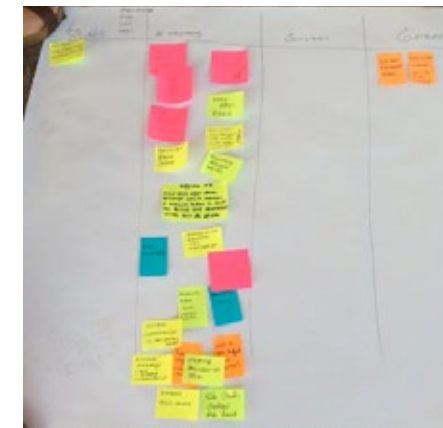
2016

Cent trente oh la la!

De organisatoren vertellen:

Terwijl half Nederland naar Frankrijk trok, heeft de commissie Frankrijk naar de OP gehaald. Warme zomer-woensdag-avonden die we gehad hebben om te vergaderen. De zoektocht naar de Franse auto. Verbazing hoeveel Franse zaken er geregeld kon worden door Elly. De spanning of de deur geopend kon worden en afgesloten. De sleutel vertoonde karakteristieken van een brocante markt. Op tijd aanwezig zijn en eindeloos zoeken naar de juiste 'slag'.

Gregory



Tijdens een bijeenkomst met het bestuur waarbij wij -de nieuwe leden- welkom werden geheten bij Nautilus, werd ons tevens gevraagd een feest te organiseren. Een verenigingstraditie waarbij de nieuwe leden iets leuks voor de bestaande leden doen. Dit jaar was het feest met name bedoeld om de vrijwilligers te bedanken.

Natuurlijk is er altijd wel een groep mensen te vinden die dit soort dingen aardig vindt om te doen en zo zijn we gestart.

Cent Trente, oh là là
NIEUWE LEDENFEEST
SAMEDI 10 SEPTEMBRE 2016
19:30 - MINUIT !
OUDE PLANTAGE

AANMELDEN: NIEUWELEDENFEEST@GMAIL.COM



De jubileumtocht naar Parijs stond al in de steigers en het feestthema was dus snel bedacht: Cent trente oh la la! Een roeifeest met Frans tintje :-)

Wat mij is opgevallen tijdens de voorbereidingen is dat iedereen er zo serieus mee bezig was. Een brainstormsessie, regelmatig vergaderen, gespreksverslagen, projectleiders, to do lijsten, het nodige mailverkeer. Iedereen wilde het op zijn of haar manier laten slagen. Het feest was wat we voor ogen hadden: een

gezellige en ontspannen avond! Als organisatoren hebben we ook veel lol gehad, maar ik denk dat weinigen tijdens het feest hebben gemerkt hoe grondig de voorbereidingen zijn geweest.

Tinka

Super goede ploeg (Astrid, Jochem, Edith, Tinka, Gregory, Irmin)..... om een feestje te organiseren.

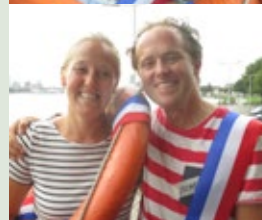
Marina

Wat ik gaaf vond, was dat we als onbekenden binnen een paar weken met een geïmproviseerde variant op de scrum-methode als een team een gezellig feest hebben georganiseerd. Ik heb genoten van het enthousiasme in de avondzon, alle voorbereidingen, het foto's maken voor de poster en het sjerpen knutselen in de werkplaats van Marina. En dan het feest. Gewoon geslaagd!

Irmin

Een ontzettend leuke manier om meer mensen te leren kennen op de vereniging. Organiseer het nieuwe ledenfeest: een echte aanrader voor nieuwe leden!

Edith



Vertrouwenspersoon

Iedere Nautiliaan die zich door een ander lid vervelend bejegend voelt, kan aankloppen bij Alexandra Grosskopff. Zij is sinds zes jaar de vertrouwenspersoon van de vereniging.

Alexandra is het eerste aanspreekpunt als er sprake is van zaken als seksuele intimidatie, pesten, discriminatie, agressie en uitsluiting. Als vertrouwenspersoon vangt zij verenigingsleden op met een serieuze klacht of vraag. Dat kunnen de roeiers zelf zijn, maar ook ouders, toeschouwers, vrijwilligers of het bestuur. Een vertrouwenspersoon biedt een luisterend oor en begeleiding. Samen met de melder bespreekt zij eventuele vervolgstappen of verwijst door voor geschikte hulp. Bij wettelijke overschrijdingen helpt zij om aangifte te doen bij de sportfederatie en politie. Alexandra: 'Vertrouwelijkheid staat altijd voorop. Niemand hoeft bang te zijn dat wat we bespreken bij anderen terecht komt.'

Alle bij de NOC*NSF aangesloten sportbonden zijn verplicht een vertrouwenspersoon in de gelederen te hebben.

In het dagelijks leven werkzaam als relatie- en gezinstherapeut, is Alexandra gewend over gevoelige thema's te praten. Ze weet dat gedragingen die niet door de beugel kunnen grote gevolgen kunnen hebben; vroeg ingrijpen is daarom van belang. 'Het kan overal voorkomen, in iedere sport en in ieder ver-

Alexandra Grosskopff
agrosskopff@yahoo.com
010 - 486 56 79



band. Zeker als je jong bent kunnen heel vervelende ervaringen ervoor zorgen dat je geremd wordt in je ontplooiingsmogelijkheden. Het belangrijkste is dat iemand er niet alleen mee blijft rondlopen.'

De afgelopen zes jaar was Alexandra in de functie 'actief'. Tussen aanhalingstekens, want tot op heden maakte niemand bij Nautilus melding van grensoverschrijdend gedrag. 'Hopelijk kunnen we daaruit concluderen dat we een veilige vereniging zijn waar iedereen onbekommerd kan sporten en zich prettig voelt.' Ze hoopt dat leden ook zelf hun verantwoordelijkheid nemen en elkaar er op aanspreken of corrigeren als ze dingen zien of horen die niet kunnen.

Nieuwkomers worden voor aanvang van de C4-instructie op het bestaan van de vertrouwenspersoon gewezen. Het mailadres staat stevast vermeld in het jaarverslag en op de website. Alexandra: 'Om het eerste contact te leggen is alles prima. Mailen, bellen, een bericht of me aanschieten. Dan maken we een afspraak voor een persoonlijk gesprek op een rustig moment en plek.' **Suzanne Odijk**



Nautilus Triatlon

row RACE run

Op zaterdag 3 september 2016 vond de vierde editie van de Nautilus Triatlon op de Willem-Alexander Baan (WAB) plaats. Naast veel enthousiaste vrijwilligers waren er ook weer veel enthousiaste deelnemers. Maar hoelang organiseert Nautilus deze Triatlon nu eigenlijk? Sabine Wigmans, sinds 2012 al betrokken bij de organisatie van de Triatlon, geeft uitleg.

Wat is precies de oorsprong van de Triatlon?

Sabine: 'De Nautilus Triatlon is in de jaren 80 van de vorige eeuw voor het eerst door Nautilus georganiseerd. Toen was het parcours veel langer en vond de wedstrijd rond Nautilus aan de Rotte plaats. Wegens grote belangstelling kon de veiligheid niet meer gegarandeerd worden en is Nautilus met de organisatie gestopt. Vele jaren later, om precies te zijn in 2011, heeft de toenmalige lustrumcommissie de organisatie van de Triatlon weer opgepakt. Er werd toen wel gekozen voor een 1/8e Triatlon met 3 km roeien, 20 km fietsen en 5 km hardlopen. Sinds 2013 wordt de Triatlon op de Willem-Alexander Baan gehouden.'

Hoe ben jij bij deze commissie betrokken geraakt?

Sabine: 'Toen de triatlon in 2012 georganiseerd werd, roeide ik net een half jaar. Omdat ik ook veel fietste en hardliep leek het me leuk om mee te doen. Er waren dat jaar niet veel deelnemers, maar ik vond de wedstrijd en de sfeer fantastisch. En zoals dat gaat wanneer je ergens enthousiast over bent: ik werd voor de triatloncommissie gevraagd en heb ja gezegd.'

Wat was je rol binnen dit team?

Sabine: 'We hebben nooit hele duidelijke rollen gedefinieerd. De eerste twee edities was Jeroen Harrewijne wedstrijdleader, de laatste twee edities



was dit Ivo van der Werf. Samen met de fantastische mensen van de Nautilus Triatlon Commissie hebben we dit evenement opgezet. Het was pionieren en vaak improviseren en we deden alles wat nodig was om de editie te laten slagen. Na 4 jaar geef ik nu het stokje door aan een nieuw team.'

Welke rol spelen vrijwilligers bij de organisatie van zo'n triatlon?

Zonder vrijwilligers is de Nautilus Triatlon nergens. Het is elk jaar weer fantastisch om te zien hoe leden bereid zijn om een bijdrage te leveren! Ook de deelnemers waarderen dit enorm. We krijgen veel positieve feedback. Een veel gehoord compliment is dat de vriendelijke vrijwilligers zo enorm gewaardeerd worden.

Welke uitdagingen zijn jullie onderweg tegen gekomen met de organisatie?

De eerste edities hebben we veel nadruk gelegd op veiligheid en een zorgvuldig wedstrijdverloop. We hadden en hebben veel meer ambitie, maar wilden eerst een wedstrijd neerzetten waar niets aan het toeval overgelaten werd. Deze uitdaging zal in de toekomst niet veel wijzigen. Het organiseren van een perfecte wedstrijd in een ontspannen, gezellige sfeer, blijft de belangrijkste uitdaging en ambitie.

Wat heb je echt het leukste gevonden aan de organisatie en op de dag van de triatlon zelf?

Het enthousiasme van de deelnemers en van de vrijwilligers. De organisatie van alles kost veel tijd, maar wanneer je dan op de dag ziet dat alles op z'n plek valt en iedereen zijn best doet om een topprestatie neer te zetten, dan denk je: het is het waard!

Wat zou je willen zeggen tegen iedereen die nog overweegt om mee te doen komend jaar?

Niet nadenken maar gewoon doen! De Nautilus Triatlon is een wedstrijd voor iedereen; van beginnende roeiers tot deelnemers die op Olympisch niveau geroeid hebben. Het is een sportieve uitdaging met jezelf. En uitdagingen moet je nooit uit de weg gaan.

Astrid Vincendon



Nieuwe leden Smoelenboek



Dino Bodzinga



Gerjan Boezelman



Wouter Boogaart



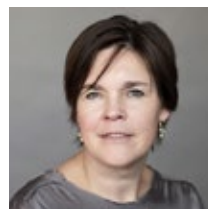
Martijn Boon



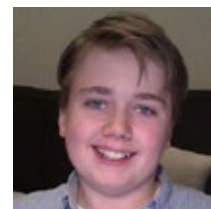
Elfry van Bronkhorst



Leon de Bruijn



Helene de Bruin



Ralph Cardinaal



Marlous Deelen



Marius van Delft



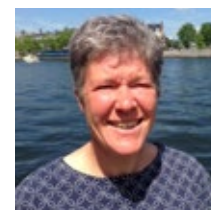
Dide van Dijk



Jorn Dijkstra



Tinka Doorgeest



Edith Weersink



Marianne Fontein



Arek Glaas



Coen den Heijer



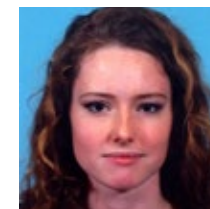
Walter Jansen



Gregory Ketel



Wouter Kets



Noor Klapwijk



Mariët Klomp



Minke Kortekaas



Liesbeth Kraaijenga-Buiel



Hedwig Langeveld



Irmin Marchee



Marina van Holst



Ivo van der Meer



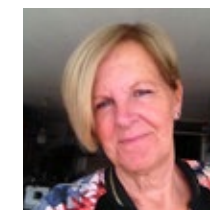
Noortje Naeff



Anna Notenboom



Matteo Picello



Joke Sangster



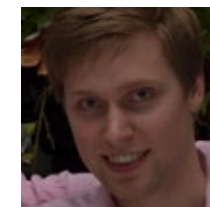
Jasper Schouten



Cataline Sinnige



Jochem Slikboer



Vincent Sluiter



Karin Spijkers



Wilma Teekens



Nemo Uiterwijk



Marga Uittenbroek

Nieuwe leden Smoelenboek

Nieuwe leden Smoelelenboek



Toon Verhoeven



Astrid Vincendon



Liselotte Wejden



Marielle Ysebaert



Adri Zoeteman

De redactie van het jaarboek heeft alle nieuwe leden uit 2016 gemaïld met het verzoek om een foto. Veel mensen stuurden hun portret op, maar helaas niet iedereen. Het lijstje met nieuwe leden is dus langer dan dit.



Algemene informatie

Bestuur

Sandra Gant (voorzitter)
Guus Sikkema (penningmeester)
Joke Stenvert (secretaris)
Bernard Seldenrath (commissaris gebouwen en terreinen)
Arjen de Blok (commissaris vloot)
Danny Mense (commissaris roeien)

Ledenadministratie

Margreet Pontier

Commissies

Wedstrijdcommissie

Janine Dousma (wedstrijdcoördinator)
Niels Andeweg (dispensatiecoördinator)
Arjen de Blok
Anne-Marie van Iwaarden
Jeroen Harrewijne

Toercommissie

Paul Lageschaar (voorzitter toercommissie)
Sofieke van Schaik
Vera Swan
Atie van Treuren (haventocht)
Isabelle Werneke
Renske Venstra
Ernie Kortram
Janneke Zoutendijk
Wil Lokkerbol en Martin van der Graaff (marathonroeien)
Jan Klapwijk (jubileumtocht)

Jeugdcommissie

Hans Leliveld
Koen Vermeulen
Jeroen Harrewijne

Jeugdbestuur

Tom Becker
Willem van den Berge
Arend van Gog
Noor Dirven
Hester van Wessel

Gebouwen en terreinen

Bernard Seldenrath

Veiligheidscoördinatoren

Guus Sikkema (OP)
Martijn Maas (Rotte)

Instructie Rotte

Chiharu Inoue (coördinator)
Ilona Wagtendonk
Mette van Essen (coördinator skiffinstructie A1x en B1x)

Examencommissie Rotte

Jeroen Harrewijne (coördinator)

Ploegvorming Rotte

Corien Bos (coördinator)

Fifty Fit

Hanneke Willemsen (coördinator)

Instructie Oude Plantage

Janneke Zoutendijk (coördinator)

Afroeicommissie Oude Plantage

Sofieke van Schaik (voorzitter)
Danny Mense
Tom Arbman
Ria van den Hoogen

Stuurproef examencommissie OP

Emile Bezemer (voorzitter)
Danny Mense

Barcommissie Rotte

Jan van Bohemen

Barcommissie Oude Plantage

Elly Nijssen

Tuincommissie

Suzan Nout (coördinator)

Van Oord Regatta Commissie

Emilie Galjema (voorzitter)
Triatloncommissie
Sabine Wigmans (voorzitter)
Anna Bertling
René de Jong,
Martin Leclercq
Evelien de Looft
Jos Molema
Ivo van de Werf

Kledingcommissie

Conny Coenders (Rotte)
Wil Lokkerbol (OP)

Werkplaats Rotte

Desiree Verlegh (coördinator)

Werkplaats Oude Plantage

Emile Bezemer (coördinator)

Kascommissie

Corien Bos
Hannie Visser
Pim Kerklaan

Vertrouwenspersoon

Alexandra Grosskopff
(agrosskopff@yahoo.com)

Redactie

Karen Teich (redactie nieuwsbrief)
Mette van Essen (redactie nieuwsbrief)
Jeannine Westenberg (redactie nieuwsbrief & jaarboek)
Marina van Olst (redactie jaarboek)
Suzanne Odijk (redactie jaarboek)
Astrid Vincendon
Liesbeth Kraaijenga-Buiel
Martin Leclercq (vormgeving jaarboek)
Ton Steenbergen (webmaster)
Sabine Wigman (redactie website)
Vera Swan (div. bijdragen website)

Intranet Nautilus

Arjen de Blok

Website: www.rvnautilus.nl

Oproep:
Denk jij dat jij iets kunt bijdragen aan het Nautilus Jaarboek (we zoeken o.a. redactieleden, fotografen, vormgevers en interviewers), neem dan contact op met de redactie van dit jaarboek. Heb je leuke foto's of bijdragen voor het jaarboek van 2017 dan horen we ook graag van je. **E-mail:** nautiliaan@rvnautilus.nl of spreek een van ons aan!

Colofon 4e jaarboek der Roeivereniging Nautilus

Redactie Jaarverslag

Tekst: Desiree Verlegh, Hanneke Willems, Wil Lokkerbol, Guus Sikkema, Arjen de Blok, Bernard Seldenrath, Karen Teich, Janneke Buiten, Janine Dousma, Paul Lageschaar, Emilie Galjema, Hans Leliveld, Margreet Pontier, Ton Steenbergen, Sabine Wigmans, Emile Bezemer, Alexandra Grosskopf, Niels Andeweg, Chiharu Inoue, Mette van Essen en Joke Stenvert.

Redactie Jaarboek

Tekst & Eindredactie: Liesbeth Kraaijenga-Buiel, Suzanne Odijk, Marina van Holst, Astrid Vincendon en Jeannine Westenberg.

Illustraties: Jim Karstel

Foto's: diverse Nautilianen, waaronder Vera Swan, Wil Lokkerbol, Rob Datema, Karen Teich, Arnold Scholten, Willem van der Berge en Jeannine Westenberg. We hebben ook foto's uit het archief gehaald, door wie die foto's zijn gemaakt weten we helaas niet. Mocht je ten onrecht niet vermeld zijn, dan onze excuses daarvoor. Alle fotografen bij deze: bedankt!

Vormgeving & Opmaak: Martin Leclercq

Oplage: 375

Druk: BGS print & media, Schiedam

© Roeivereniging Nautilus 2016/2017

DISCLAIMER

De inhoud van dit jaarboek is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. De jaarboekredactie kan niet aansprakelijk worden gesteld voor eventuele onjuistheden. Niets uit deze uitgave mag zonder toestemming van Roeivereniging Nautilus worden vermenigvuldigd of gepubliceerd.

Roeivereeniging Nautilus

Locatie Oude Plantage
Plantagelaan 3
3063 NG Rotterdam

Locatie Rotte
Prinsemolenpad 5
3054 XM Rotterdam

