

# tromp magazine

dertiende jaargang

Hilversumse roeivereniging Cornelis Tromp

februari / maart 2024



## Van sloeproepen naar oceanroeien

Een verslag van vier vrouwen die in de Talisker Challenge Race de Atlantische oceaan roeiend overstaken. Een exclusief verhaal voor het TrompMagazine.

pag. 8



## Op weg naar de Olympische Spelen van Parijs

Veronique Meester doet speciaal voor het TrompMagazine in twee afleveringen verslag hoe zij dat ervaart.

pag. 11

## Hilversum 600 jaar

pag. 5



Afbeelding: Ronde kaart Gooi (1525)

➔ [ga naar volgende pagina](#)



TrompMagazine verschijnt vier maal per jaar, digitaal en beperkt in print.

Uit de stuurstoel  
De voorzitter 3

BBR in maart en april 2024  
Toeragenda zit bommetje vol 4

In memoriam Piet Plomp  
Hilversum 600 jaar 5

De vernieuwde Eerste Brug  
BBR-etentje viering 25 jaar 7

Van sloeoproeien naar  
oceanroeien 8

Op weg naar de Olympische  
Spelen van Parijs 11

Vinnetjes niet beschadigen  
Toertochtenagenda 2024 12

Houd de boot recht  
*Boordroeien*  
Het MAC-advies 12

Meedoen met de BBR  
Website-info  
*Recreatieroeien* 14

Ledenadministratie  
Colofon 15

Foto van de maand 16

Afbeeldingen  
De redactie verzoekt dringend alleen afbeeldingen te sturen die wij 'om niet' van de auteur mogen plaatsen.

Om niet te hoeven scrollen kun je klikken op de paginacijfers en 'ga naar'.  
Ook onderstreepte items zijn gekoppeld.

# Redactioneel

Onlangs hebben de Tromp-leden via de Nieuwsbrief een link ontvangen naar de korte enquête die de TrompMagazine-redactie had samengesteld – vier vragen – om te weten te komen of het maken van het magazine nog relevant is. We ontvingen circa 90 reacties met antwoorden.

Vraag 1: 'Lees je het TrompMagazine'; antwoord was voor 90% 'ja'.  
Vraag 2: 'Hoeveel keer per jaar zou je het TM willen lezen'; meeste antwoorden waren: 4x.  
Vraag 3: 'Is de inhoud een aanvulling op de website'; antwoord 'ja' was ruim 90%; een enkeling gaf aan 'geen mening'.  
Vraag 4: 'Zou je het TM missen als we ermee stoppen'; antwoord was ruim 85% 'ja'.  
Negenentwintig leden gaven aan 'misschien te willen meewerken aan het TM'.

Al eerder hoorden we van de webmasters dat ongeveer slechts 250 leden de link aanklikken als per mail de nieuwe uitgave van het TrompMagazine is toegestuurd.

De redactie zal zich dit jaar richten op vier uitgaven van ons clubblad. Het bestuur wordt door ons hiervan op de hoogte steld.

Sommige leden zouden het aantrekkelijk vinden als er meer uitwisseling van diverse informatie via de website mogelijk zou zijn en de site interactief kan worden.

In deze uitgave vindt u een artikel van vier vrouwen die de oceaan roeiend hebben getrotseerd en een exclusieve bijdrage van Veronique Meester 'op weg naar de Olympische Spelen van Parijs'.

pjb

TrompMagazine 2024  
Nr2 verschijnt in mei / juni

TrompMagazine  
verschijnt 4 x in het jaar  
Nieuwe kopij: april

Wim ten Have, voorzitter



# Uit de stuurstoel

Februari zit er weer op, de meteorologische lente is begonnen. We komen weer uit onze winterslaap, voor zover je daar natuurlijk van kunt spreken bij roeiers. Een paar weken met wat ijs zorgden voor een korter stuk roeien op het kanaal, dat was het dan wel.

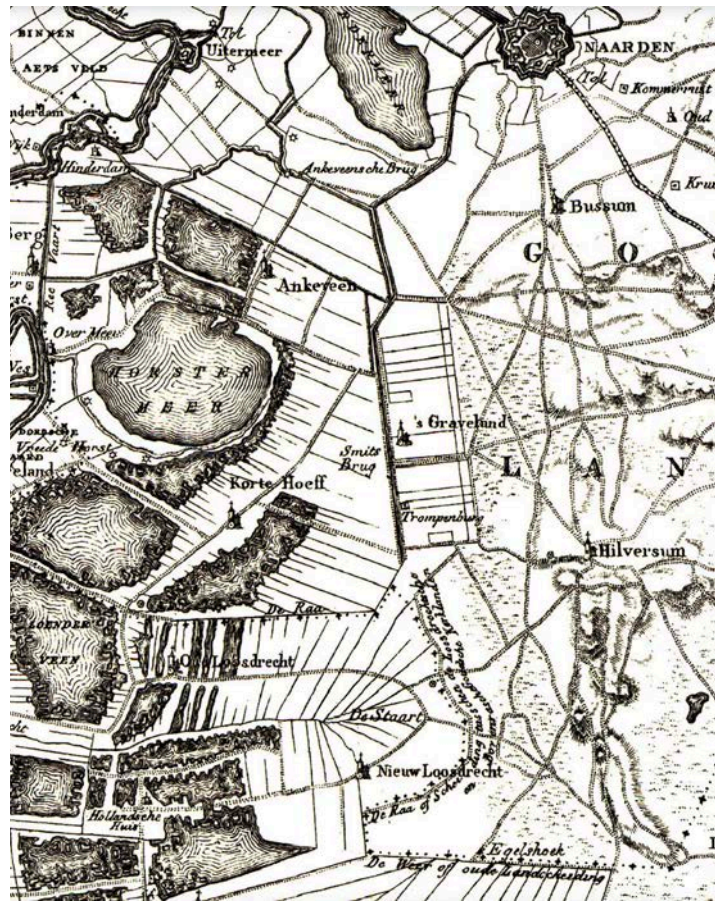
De Eerste Brug ligt op zijn plek. Afgelopen weken was de aannemer bezig met de werkzaamheden om de brug klaar te maken voor rijverkeer. Gelukkig kon het vaarverkeer er alweer onderdoor en sinds kort is ook het rijverkeer over de brug weer mogelijk. De maanden december tot en met februari stonden we in nauw contact met de aannemer, we waren daarom in staat om de hoeveelheid stremmingen tot een minimum te beperken. Waar eerst sprake was van afsluiting van een maand hebben we dat weten te beperken tot een dag of acht.

De gemeente Hilversum en de aannemer hebben goed met ons meegedacht. Hopelijk verdwijnen de pontons ook snel zodat we de vaarroute weer in zijn volle breedte kunnen benutten.

We hebben onze jaarlijkse boerenkoolmaaltijd ook weer genoten. Een mooie grote opkomst, die ook laat zien dat we ons gelukkig mogen prijzen met zoveel vrijwilligers. Al deze vrijwilligers vormen de kurk waar Tromp op drijft. Helaas was ik er zelf niet bij vanwege ziekte, het leek mij niet zo'n goed idee om met mijn zieke hoofd boven de uit te delen bordjes boerenkool te hangen. Maar alsnog grote dank aan alle Trompvrijwilligers!

En voor nu op naar hopelijk veel mooie en zonnige roeidagen, mooie toertochten, wedstrijden of gewoon naar Trompeiland, Hemeltje, Wijde Blik, Wijde Gat of 'Wilderland'!

Tot op het vlot. ♦



## BBR in maart en april 2024

In afwijking van de traditionele tweede zondag van de maand worden de BBR's van maart en april 2024 op de eerste zondag van de maand geroeid. Op de tweede zondagen van deze maanden zijn er wedstrijden, waarvoor veel Tromp-leden belangstelling hebben. Wij willen iedereen in de gelegenheid stellen aan alle BBR's deel te nemen.

### Gedurende het hele BBR-seizoen 2023-2024 wordt later gestart.

Latere starttijden werden door velen gewaardeerd, omdat er dan betere aansluiting met daaropvolgende activiteiten is en geen verstoring van de instructie.

- Blok 1 start om 14:30u (oproeien vanaf 13:30u);
  - Blok 2 start om 16:00u (oproeien vanaf 15:00u).
- Wedstrijdnummers ophalen vanaf 13:00u in Huisje Aukema.

Zie ook pag. 14

**Doe jij ook weer mee 3 maart?**

De BBR is voor alle roeiers!  
2 blokken: start om 14.30 en/of 16.00 uur, zondag 3 maart  
Iedereen kan meedoen in elk type boot  
Na afloop borrel met hapjes

**Nondeju!**  
7 april de laatste BBR van het seizoen!!!

De BBR is voor alle roeiers!  
2 blokken: start om 14.30 en/of 16.00 uur, zondag 7 april  
Iedereen kan meedoen in elk type boot  
Na afloop borrel met hapjes

BRUG TOT BRUG ROEIEN

BBR  
Iedereen kan meedoen

Schrijf je in op [trompbbn.nl](http://trompbbn.nl)

## Toeragenda zit bommetje vol

De vorming van een nieuw kabinet getuigt niet bepaald van een overmaat aan voortvarendheid en daadkracht. Gelukkig hebben wij daar bij Tromp geen last van. U kunt de aandacht dus maar beter richten op roeien, op het voorjaar en de vele toertochten die u te wachten staan.

Op 21 april is de Openingstocht. Slechts 13,5 km, ideaal voor beginners en nieuwkomers bij Tromp. Vroeg op, geen tijd voor ontbijt, want dat staat al te wachten in de soos en vervolgens alle hoeken en gaten van de Kortenhoeftse plassen verkennen. Verdwalen tussen het riet kan ook, maar uiteindelijk komt iedereen weer thuis.

Amper een maand later volgt de Pannenkoekentocht op 9 mei. Een klassieker voor de kenners, een must voor iedereen die een tocht van 27 km over de Vecht en de Loosdrechtse Plassen wil combineren met een pannenkoek in Vreeland.

Een dikke maand later is het tijd voor de cultuurfreaks. De avondtocht op 15 juni telt slechts 12 km. Maar het gaat dan ook meer om de belevenis. Bij het lage zomeravondlicht aanleggen, picknicken, muziek maken, gedichten voordragen,

alles mag als het maar creatief is. Op 30 juni komen de volhouders, ijzer-vreters en eeltkwekers aan hun trekken op de Prestatietocht, een officiële marathontocht van 55 km. Je komt overal, je roeit stuk maar je wordt beloond met een buffet bij aankomst. Als je een beetje conditie hebt, doen!

Na de vakantie mogen de krachtpatsers met hun wherry's weer op jacht naar de Gouden Geitenpen, de wisseltrofee voor de snelste wherry van de Familie-BBR op 8 september. Of zoals een ingewijde het omschreef, het is toeren, racen en taarten. En natuurlijk een borrel met BBQ na, dus die mag je niet missen.

Wie nog puf heeft kan zich nog inschrijven voor de Geintocht op 6 oktober. Vanaf Willem III aan de Amstel roei je 30 km over het mooiste roeiwater onder Amsterdam.

Rupsjes nooitgenoeg kunnen nog hopen op een ouderwetse Snerttocht in de herfst. Wordt aan gewerkt, maar de rest ligt al vast. Inschrijven voor vrijwel alle tochten kan nu al via de agenda op de website. ♦

## Piet Plomp



*Als je in de jaren zestig als oudere, of beginnende oudere roeier bij Tromp wilde gaan roeien, meldde je je op zaterdagochtend bij Jan Jansen. Die had er kijk op wie in het begin het beste bij elkaar gezet konden worden. Wij roeiden dan naar het Rechthuis voor een kopje koffie of een koetsiertje. Er heerste een zeer plezierige sfeer. Uit die tijd kende ik Gerard Veenhoven.*

*Ik werkte indertijd in Ecuador en kwam om de twee jaar met verlof naar Nederland. Tijdens zo'n verlof vertelde Gerard mij dat hij met enkele anderen uit de ploegen van Jan Jansen een acht had opgericht en vroeg mij of ik zin had om mee te doen. Een van de leden van de Veenhoven-acht was Piet Plomp. Vanaf het begin bestond de ambitie om met de acht mee te gaan doen met de 'Head of the River'. Wij waren zeker niet allemaal toproeiers, maar beleefden toch veel genoeg aan het roeien met elkaar. In de races van de Head eindigden we in de middenmoot. Gerard zei altijd dat wij ermee op zouden houden als we ooit zouden eindigen als laatste van onze groep, maar dat is nooit gebeurd. In 2002 hebben wij voor het laatst aan de Head meegedaan.*

*Er heerste een goede sfeer in de ploeg. We zijn lang bij elkaar gebleven en er ontstonden allerlei vaste gewoonten. Wij deelden ook in andere activiteiten zoals in SeniorWeb.*

*In de instructie voor de bardienst stond dat als de Veenhoven-acht uitvoer de kroketten klaargezet moesten worden. Na de laatste oefening voor de Head gingen wij altijd op weg naar huis in Weesp eten bij Tong Ah.*

*Met het stijgen van de jaren werd de groep van de Veenhoven-acht steeds kleiner, maar wij bleven contact houden. Op 28 januari hebben wij afscheid genomen van Piet in een drukbezochte afscheidsdienst, waar we ook een overzicht kregen van Piets vele activiteiten. We zullen hem missen.*



Egbert van der Kuip.

Foto: Evert Kruihof

## Hilversum 600 jaar

**Hilversum staat stil bij haar zeshonderdjarig bestaan.**

De plaats wordt al in de tiende eeuw genoemd, maar zij is sinds 1424 een zelfstandige gemeente nadat zij was afgesplitst van Laren.

Het dorp kreeg hiermee een eigen gerecht.

Hilversum is van oorsprong een brinkdorp.

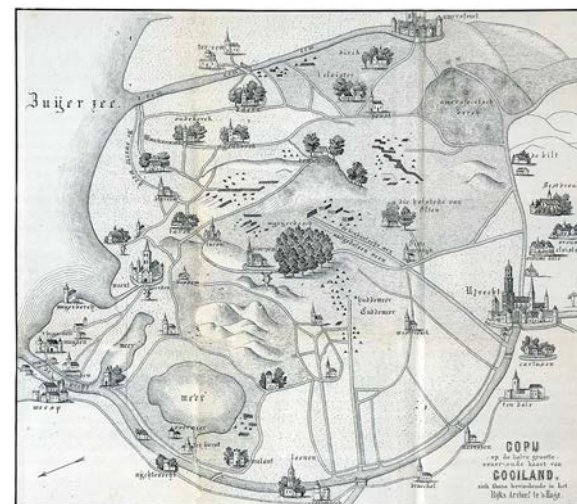
De plaats is met andere dorpen in het Gooi gesitueerd aan de oostrand van een stuwwal. Omgeven door een veengebied.

Het dorp kreeg een eigen kerk. Boeren hielden schapen, koeien, verbouwden boekweit, rogge en gerst.

Sinds 1404 kent het Gooi het begrip 'erfgooiers'.

De brede straat midden in Hilversum, de Groest, was ooit een weilandachtig gebied (groeze, moerassige vlakke). Regenwater werd afgevoerd door het spui (Spuisteeg).

pjb ♦



Boven: Ronde kaart van het Gooi. / Onder: een kaart uit 1900.



[↪ ga naar inhoudspagina](#)

[↪ ga naar volgende pagina](#)



*Buitenstaanders horen wel eens dat roeiers er 'onderdoor' gaan. Dat lijkt verschrikkelijk. Maar die buitenlui weten natuurlijk niet dat het bij Tromp om bruggen gaat.*

Redactie

## De vernieuwde Eerste Brug

Een week lang mochten we er niet onderdoor. Mannen met lawaaierige apparaten en stalen pontons maakten ons dat onmogelijk. Maar ziet, onder overweldigende belangstelling werden zaterdag 3 februari de twee nieuwe delen van de brug op hun plaats gehesen en gemonteerd. Het afmonteren duurde nog wat extra dagen. Van diverse kanten is het spektakel gefotografeerd.

Alles is nu weer veilig. Het Brug-tot-Brug-Roeien kan weer als vanouds plaatsvinden. ♦



Foto: Yolande Krooshof



Paul Arnold

## BBR-etentje 10 december 2023

Op zondag 10 december werd een BBR gevaren, met afsluitend een borrel en eten. Na de succesvolle viering van 25 jaar BBR, werd dit jaar de 26e verjaardag van het BBR gevierd.

Tachtig leden hadden zich aangemeld en daarmee was succes al verzekerd: het was gezellig druk. De maaltijd was een heerlijke curry met of zonder vlees.

Een mooie jaarlijkse traditie om in december de BBR-verjaardag te vieren lijkt geboren! ♦



Marieke le Duc-Bouwense

## Van sloeproeien naar oceaanroeien

In juni 2020, toen de covid-pandemie hevig woedde en al het sociale leven stillag, inclusief de sportwedstrijden, scrollde ik voor het ontbijt nog even op mijn tijdlijn op Facebook. ‘Ken jij, of ben jij een stoere vrouw die een oceaan over wil roeien, lees dan verder.’

Dit stond geschreven op de VAB-pagina, een community voor vrouwen die iets met water(sport) hebben. Als enorm roeifanaat was mijn aandacht meteen getrokken. Naast het feit dat ik er geen bal aan vond om als docent online les te moeten geven vanaf mijn zolderkamer, zocht ik ook iets waar ik mijn energie in kwijt kon.

Een zaadje was geplant, ik stuurde een berichtje met roeifimpje naar het team dat de oproep deed, de Atlantic Dutchesses. Het team leek een prima match.

Alle leden van de Atlantic Dutchesses hebben wat met sloeproeien, zo ook Renate, die in februari 2020 bij het oceaanroeiteam was gekomen. Een ‘normaal’ oceaanroeiteam heeft zo’n twee jaar nodig om zich goed voor te bereiden. Renate en ik waren nog maar vers bij het team want in december 2020 zou de start zijn van de Talisker Whisky

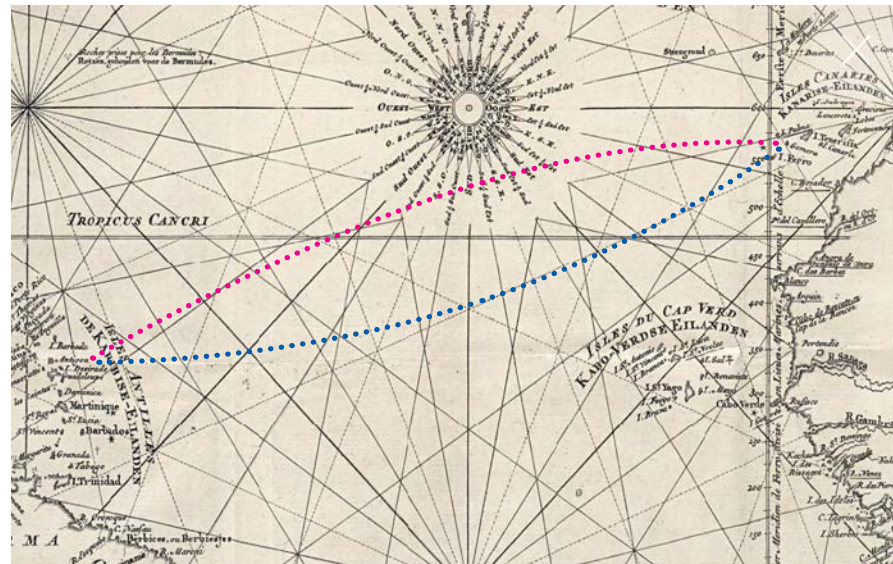


Atlantic Challenge: 5000 km roeien van La Gomera naar Antigua.

Het klikte met het team, dat verder bestond uit Iris en Melissa. Er werd getraind op het water, en er werden trainingen gevolgd in Engeland. Zo sterk mogelijk aan de start verschijnen was het doel, want de Atlantic Dutchesses waren er kien op om deze race te winnen. Dat jaar waren er door covid maar 21 teams die meededen aan de TWAC, maar nog wel genoeg damesteams om te verslaan. Er zijn verplichte uren die je moet trai-







nen en ook de nodige drills, zoals man-over-boord, parachute-anker uitzetten en navigeren, zowel overdag als 's nachts. 1 december zijn we op La Gomera en krijgen tot de start nog de nodige

*Het oversteken van de oceaan (kortste route is de grootcirkel) doe je via een noordelijke of zuidelijke route. De noordelijke route is de kortste, maar met meer kans op tegenwind.*

*Hand na 43 dagen roeien.*



*De Dutchesses hadden in hun navigatie twee waypoints staan: de eerste ruim om het eiland El Hiero en de tweede de haven van Antiqua.*

briefings en inspecties. We hebben zelfs nog tijd over om van het mooie eiland en het lekkere eten en drinken te genieten. Op 12 december 2020 luidt het startschot voor ons. Binnen acht uur zijn de meesten van ons zeeziek en hangen over de reling.

Met de routine als houvast hebben we hard gestreden om de voorsprong die we



de eerste week hadden opgebouwd vol te houden. Dit was enorm zwaar. Bedenk dat we met twee personen tegelijk roeiden, twee uur aan een stuk. Na twee uur wissel je en probeer je tijdens die rustperiode te eten, te drinken, nog wat te slapen en je weer voor te bereiden op de volgende twee uur die eraan zitten te komen.

We hebben die race regelmatig slecht weer gehad, zelfs hebben we drie dagen aan het parachute-anker moeten liggen omdat de weersomstandigheden ons belemmerden om door te varen.

Maar in 43 dagen, 4 uur en 56 minuten arriveerden de Atlantic Dutchesses als eerste damesteam en nummer 7 van de vloot in Antigua.

Het was machtig om weer voet aan wal te zetten en om onze geliefden (en onze kinderen) weer te kunnen omhelzen. Roeien blijft de mooiste sport die er is, of dat nu in een sloep, of in een oceaanroeiboot is. Het blijft machtig mooi. ♦

De meeste boten worden met alle spullen die onderweg nodig zijn verscheept naar La Gomera via een Engels transportbedrijf (dat ook de boot heeft gebouwd). Dat had plaats eind oktober.



De Talisker Whisky Atlantic Challenge is een circa 4.800 kilometer (circa 2,550 zeemijl) lange roeitocht over de Atlantische oceaan vanaf de Canarische eilanden naar Antigua in het Caribisch gebied.

Veronique Meester

## Op weg naar de Olympische Spelen van Parijs 'Er heerst een leuke sfeer'

**Ik ben Veronique Meester en ik heb mijn eerste roeihalen gemaakt op Cornelis Tromp. Afgelopen jaar ben ik samen met mijn roeipartner Ymkje Clevering wereldkampioen geworden in de vrouwen twee-zonder, daarmee plaatsten we ons voor de Olympische Spelen van Parijs deze zomer. Ik neem jullie mee op mijn weg naar de Spelen.**

Op het moment van schrijven zijn er nog maar 152 dagen totdat de Spelen beginnen. Hier krijg ik al kriebels van! Om te voorkomen dat ik mijzelf kwijtraak in de stress, focus ik op elke dag weer een stukje beter worden; elke training heb ik een nieuw doel. Ik leef toe naar elk nieuw trainingskamp of elke nieuwe wedstrijd, zo breek ik de periode in stukjes op.

Ymkje en ik roeien al samen sinds 2016 en zijn tegelijk opgeklommen binnen het internationale roeien. Gelukkig hebben we een goede band: we slapen zo'n 12 tot 15 weken met elkaar op één kamer. Michelle Darvill, onze Duits-Canadese coach, begeleidt onze jacht naar goud. Zij coachte de Canadese vrouwenacht naar Goud in Tokyo in 2021, na dit succes heeft zij de switch gemaakt naar het Nederlandse roeiteam.



Foto: Susanne Ottenheim

In aanloop naar de spelen starten we twee wereldbekerwedstrijden: Varese (13-14 april) en Luzern (25-26 mei). Bovendien gaan we twee keer op hoogtestage in Oostenrijk. Dit is een trainingskamp waar we op hoogte slapen en op een prachtig lager gelegen meer roeien. Dit helpt ons meer rode bloedcellen aan te maken, wat gunstig is voor de duurprestatie.

We doen dit met een team van 37 roeiers (mannen en vrouwen) en ongeveer 10 personen begeleiding. Er heerst een leuke sfeer, wat zeker bijdraagt aan onze successen. Hierover vertel ik volgende keer meer! ♦

[↩ ga naar inhoudspagina](#)

[➡ ga naar volgende pagina](#)

## Het gat, de graver

Het stond laatst al in de krant: 'Beruchte knaagdieren in opmars'.

Muskusratten, woelratten, beverratten en bevers. De dijken in onze omgeving zijn in gevaar. Ligt de Vreelandseweg er nog wel goed bij? Het Hol wordt uitgediept, maar wat betekent dat? Moet Tromp een rattenvanger in dienst nemen? Onze boten zullen ze wel niet lusten. Stel je voor dat Reinout een rattengat moet helen. Of moet onze commissaris accommodatie het terrein gaan bewaken?

Want de argeloze roeier moet toch al even gezien hebben dat bij loods 5 tegels aan het verzakken zijn. Ik wil niet paniekerig overkomen, maar het is duidelijk dat de muskusrat bij ons heeft toegeslagen.

*pjb*



Foto: Yolande Krooshof

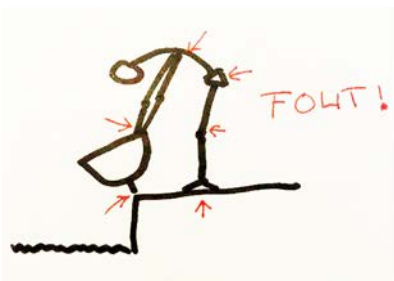
## Vinnetjes niet beschadigen

### Juiste wijze tillen

De laatste tijd is er weer veel schade aan vinnetjes, soms moeten er wel 4 of 5 per week vervangen worden, met name bij tweetjes en viertjes. De kosten hiervan zijn enkele tientjes per vin, op jaarbasis een heel bedrag voor onze club. Erg vervelend voor de roeiers die na de (soms op het oog onzichtbare) schade het water opgaan en merken dat de boot flink naar stuurboord of bakboord trekt, zeker bij hogere snelheid.

De belangrijkste oorzaak van schade aan het vinnetje is de boot verkeerd in het water leggen/uit het water halen.

Til goed met alle roeiers tegelijk en corrigeer elkaar. Als tillen vanwege fysieke onmogelijkheden niet goed lukt vraag dan genoeg hulp. Probeer thuis veel te oefenen met een stoel in de handen en maak ook veel kniebuigingen.



#### FOUW

- voet niet bij de rand
- knie gestrekt
- te weinig buigen heup
- rug te bol
- twee handen aan dichtstbijzijnde boord
- boot scheef met vinnetje langs de rand!



#### GOED

- Teen op/over de rand
- knie gebogen
- goed buigen heup
- rug zoveel mogelijk gestrekt
- één hand verre boord, één hand dichtbij, of één hand in het midden
- boot ver en horizontaal naar beneden/omhoog

## Houd de boot recht

Een roeisimulator, een clinic voor boordroei-instructeurs en 'De acht vaart uit'. Nu er op Tromp steeds meer belangstelling is om te leren boordroeien, zijn er ook dit voorjaar allerlei activiteiten om dat zo goed mogelijk te kunnen doen.

Het enthousiasme van instructeur Johan Siemonsma is aanstekelijk, niet alleen omdat hij veel leerlingen onder zijn hoede neemt, maar ook door de (boord)roeisimulator die hij voor Tromp heeft gemaakt. Met Daniël Went, Tijmen Hennipman en René Mustert, en met support

uit de werkplaats, is eigenlijk een simpel krukje gemaakt met een dol en een ingekorte riem, die opgesteld naast de ergometer de roeihaal inzichtelijk maakt.

Lucas Brascamp, die op vrijdag 1 maart een boordroeiclinic gaf voor instructeurs, vond het prachtig om deze opstelling te gebruiken. Daarmee kon hij onder andere goed duidelijk maken dat bij het boordroeien de schouders van de roeier altijd evenwijdig moeten zijn aan de riem. En hoe sop-oefeningen de oplossing zijn tegen scheef zitten en foute aanhaalhoogte.





halen maken, dan heen en weer ruitwissersen, waarbij de kwaliteit van de halen ver te zoeken is. Interessant is ook de stelling van Lucas dat het plaatsen van het blad in feite onderdeel is van de recover, en dat een ploeg vooral op zoek moet gaan naar het flow-gevoel. Dat daarbij de statische buikspieroefeningen van pas komen,

begreep iedereen, al zal lang niet iedere roeier in de instructie daar enthousiast aan gaan werken.

De roeisimulator was deze avond duidelijk een goed hulpmiddel om de techniek van de roebeweging van dichtbij te kunnen uitleggen en illustreren. Vraag Johan gerust om hulp bij het opstellen van het krukje met dol en de daarbij gebruikte ingekorte riemen.

Voor de liefhebbers van boordroeien, of voor wie hiermee graag wil kennismaken, gaat ook 'De acht vaart uit' weer van start. Adri Pels begeleidt roeiers, die na het behalen van hun basisbevoegdheden eens willen ervaren hoe het voelt om in een acht te roeien. De eerste sessie is op 24 maart, de volgende op 14 april. Volg hierover de website en meld je aan. ♦

Verder vertelde hij met enthousiasme hoe belangrijk het is dat je als roeier vertrouwt op je maatje. Samen houdt je immers de boot recht. Dat betekent niet dat je mag mopperen op ploeggenoten die scheef zitten, maar dat je het altijd zélf beter moet doen, om die ander beter te laten roeien. Als het jou niet lukt om bij de uitpik goed los te komen van het water, moet je niet de ander daarvan beschuldigen, maar is het beter om samen – bijvoorbeeld met een sop-oefening – te zoeken naar een goede balans. Zo voorkom je dat iedereen scheef gaat zitten. Belangrijk, want als een ploeg niet samen loskomt bij de uitpik, wordt de boot het meest afgeremd.

Ook leerde Lucas de deelnemers, onder wie ook enkele actieve boordroeiers, dat je in de leerfase niet meteen volle kracht moet gaan roeien, omdat dat het voelen verstoort. Liever in laag tempo goede

Redactie / pjb

## Het MAC-advies

**De leden van de materiaaladviescommissie (MAC) zijn weer begonnen aan de taak een advies op te stellen over aan te schaffen, dan wel door te schuiven boten voor het jaar 2025. Voor de zomer komt het concept van het advies in de inspraak. We willen echter ploegen nu al uitnodigen ons bepaalde zaken mee te geven.**

### Wat is en doet de MAC

De materiaaladviescommissie adviseert het bestuur over de samenstelling van de vloot en de aanschaf en afstoting van roeimateriaal. De commissie bestaat uit minimaal vier en maximaal zes leden. De samenstelling van de commissie moet zodanig zijn dat met de behoeften van alle binnen de vereniging onderscheidbare gebruikersgroepen evenwichtig rekening wordt gehouden.

[zie het *Huishoudelijk Reglement 3.3.3*] Kijk bij 'vereniging' en vervolgens 'statuten/reglementen'.

### Reacties op de MAC-voorstellen

Er zijn wel een paar randvoorwaarden:

1. De opmerkingen moeten gaan over aan te schaffen, dan wel door te schuiven boten en riemen. Over onderhoud en afstelling van boten gaat de MAC niet.
2. Het budget heeft beperkingen, dus niet alles kan.

3. Vlootuitbreidingen zijn niet mogelijk.
4. Goede argumenten voor het al dan niet doorschuiven, aanschaffen of uit laten stromen van boten zijn het meest bruikbaar.

Als je ons wilt mailen, gebruik dan ons mailadres: [MAC@ctromp.nl](mailto:MAC@ctromp.nl) en vermeld ook of je namens een team spreekt (of niet), in welke boten jouw ploeg het meeste roeit en welke gewichtsklasse jullie gemiddeld zijn.

Het MAC-advies 2024 is te vinden in de Tromp-bibliotheek, map ALV, november 2023.

### MAC-leden

De leden van de materiaaladviescommissie zijn op dit moment: Jan Willem Biekart: clubroeiers en veteranen/masters V2 en V3; Ingrid de Jong: recreatie en toerroeien V4, V6 en ART/V7; Jan Penning: instructievloot V5; Saskia Gambon: recreatie en jeugd-roeien V3 en V4; Klaas op den Velde: wedstrijdafdeling V1 en V2. ♦

Redactie / pjb

# Meedoen met de BBR

## Kijk op de BBR-site

### De BBR is een krachtmeting voor iedereen

BBR staat voor Brug-tot-Brug-Roeien. Roeien van de Tweede tot de Eerste brug over 2700 meter of je leven ervan afhangt. Het is een soort clubcompetitie voor iedereen. Achtmaal\* per jaar op elke tweede\* zondag in de maanden september tot en met april wordt de BBR geroeid.

Een krachtmeting waarin alle leden zich met elkaar kunnen meten ongeacht leeftijd, geslacht, boottype of ervaring. Iedereen kan meedoen.

Voor de een is het een krachtmeting met de andere leden, voor de ander een gevecht met zichzelf om te zien hoe je conditie en prestaties verbeteren na verloop van tijd. Het kan allemaal. De enige voorwaarde is dat je minimaal je roeibevoegdheid S1 of B1 hebt. Kortom het BBR is er voor iedereen!

### Hoe werkt het?

De BBR-methode gaat uit van het principe dat de vaartijden van alle deelnemers op een eerlijke manier vergeleken moeten worden. Maar omdat mannen

doorgaans sterker zijn dan vrouwen, jonge roeiers gemiddeld harder roeien dan oudere en omdat een gladde acht nu eenmaal sneller gaat dan een C-boot, krijgen al die verschillende categorieën een correctiefactor toebedeeld.

### Voor iedereen

De BBR is een laagdrempelige meting van roeivaardigheid. Van beginnend roeier, die wil weten hoe het is om je flink in te spannen, tot ervaren wedstrijdroeier, die zijn vorderingen wil bijhouden, iedereen is welkom. Op de BBR-site kun je je vaartijd terugzien en de bijbehorende gecorrigeerde tijd, die rekening houdt met leeftijd, geslacht en boottype. Gerrit Jan Nieuwenhuis en René Gast hebben de site voorzien van een nieuwe opmaak.

\*

In afwijking van de traditionele tweede zondag van de maand worden de BBR's van maart en april 2024 op de eerste zondag van de maand geroeid.

**BBR-commissie**

Zie ook pag.4

➡ ga naar inhoudspagina

➡ ga naar volgende pagina

Anne Kooij / commissaris  
recreatieroeien

## Website info

De afgelopen jaren hebben tal van Trompers het roei-avontuur opgezocht door ons vertrouwde, fraaie roeiwater te verlaten en eigen toertochten te organiseren. In zowel binnen- als buitenland. En het mooie is: zij hebben in veel gevallen een informatieve en gedetailleerde routebeschrijving gemaakt. Zodat ook andere Trompers hun enthousiasme kunnen delen en kunnen profiteren van de opgedane kennis, ervaringen en de do's en dont's van de voorgangers.

Op de Tromp-website vind je in de bibliotheek (na het inloggen ga je naar Tromp-bibliotheek en vervolgens naar Toertochten binnen- en buitenland). Je treft daar nu de eerste beschrijvingen van een tweetal tochten in Duitsland. Maar dat is slechts het begin: we werken er hard aan om dit pakket toertochten nu snel verder uit te breiden. En in de nabije toekomst publiceren we ook een verslag (of eigenlijk beter: een lofzang) van zo'n buitenlandse toertocht door één van deze avontuurlijke toerroeiers van het eerste uur. ♦

Evert Kruithof



## NIEUWS VAN DE LEDENADMINISTRATIE (2024-1)

### Nieuwe leden met roei-ervaring:

Sikko Brandenburg	1983
Eisso van Nieuwburg	2000
Willem Sprokholt	1989

*Welkom en veel roeiplezier!*

## OPZEGGINGEN

**Junior-lid**                      *Lid vanaf*  
Rei Arensman                      2022

**Student-lid**                      *Lid vanaf*  
Jelle van Efferen

**Gewoon-lid**                      *Lid vanaf*  
Anja de Jong                      2012  
Theo van Oort                      1992

### Proefleden die hebben opgezegd:

Bart Beckers  
Misha Sretic  
Christine Claus  
Cornélie Klercq

## OVERLEDEN

Cécile Jonker (junior-lid)  
Julia Sjouwerman (oud-lid)  
Annemarie Moorman (oud-lid)  
Rob Kempen (oud-lid)  
Piet Plomp (donateur/oud-lid)  
Joke Ras (oud-lid)

Zeg op tijd op! Het verenigings- en contributiejaar eindigt op 31 december. Opzeggen vóór 1 december door een e-mail te sturen naar [ledenadministratie@ctromp.nl](mailto:ledenadministratie@ctromp.nl)



Correspondentieadres/botenloods/sociëteit  
Hilversumse Roeivereniging Cornelis Tromp  
Vreelandseweg 56, 1216 CH Hilversum,  
telefoon 035 624 94 33  
[www.ctromp.nl](http://www.ctromp.nl)    [info@ctromp.nl](mailto:info@ctromp.nl)

voorzitter                      Wim ten Have  
[voorzitter@ctromp.nl](mailto:voorzitter@ctromp.nl)  
secretaris                      Wynand Inkelaar  
[secretaris@ctromp.nl](mailto:secretaris@ctromp.nl)  
penningmeester                      Jan Brugman  
[penningmeester@ctromp.nl](mailto:penningmeester@ctromp.nl)  
commissaris materiaal    Henk van de Bunt  
[commissaris.materiaal@ctromp.nl](mailto:commissaris.materiaal@ctromp.nl)  
commissaris opleiden    Marit Versteeg  
[commissaris.opleiden@ctromp.nl](mailto:commissaris.opleiden@ctromp.nl)  
commissaris wedstrijden    Marien Mortier  
[commissaris.wedstrijdroeien@ctromp.nl](mailto:commissaris.wedstrijdroeien@ctromp.nl)  
commissaris recreatieroeien    Anne Kooij  
[commissaris.recreatieroeien@ctromp.nl](mailto:commissaris.recreatieroeien@ctromp.nl)

ledenadministratie                      Evert Kruithof  
[ledenadministratie@ctromp.nl](mailto:ledenadministratie@ctromp.nl)

toercommissie                      Hetty Goutier  
[toercommissie@ctromp.nl](mailto:toercommissie@ctromp.nl)

De diverse taken van de bestuursleden zijn te vinden in het organigram-tromp [zie in de 'bibliotheek', zoek op organigram]

Voor algemene informatie over de vereniging en haar activiteiten [info@ctromp.nl](mailto:info@ctromp.nl) (zie op de site verder onder: 'Vereniging', 'Recreatie' en 'Lid worden')

Het dagelijks bestuur bestaat uit voorzitter, secretaris en penningmeester, gezamenlijk bereikbaar via [db@ctromp.nl](mailto:db@ctromp.nl)

Alle bestuursleden zijn op een gezamenlijk e-mailadres bereikbaar via [bestuur@ctromp.nl](mailto:bestuur@ctromp.nl)

inschrijvingen wedstrijdveteranen + clubploegen                      Jørn Aalberts  
[veteranencoordinator@ctromp.nl](mailto:veteranencoordinator@ctromp.nl)  
aangepast roeien (roeivaldatie)  
[roeivaldatie@ctromp.nl](mailto:roeivaldatie@ctromp.nl)

webmasters    Nynke Koopen, Marlies ter Haar  
[webmaster@ctromp.nl](mailto:webmaster@ctromp.nl)  
Richard Streng (reserveringen:  
[reserveren@ctromp.nl](mailto:reserveren@ctromp.nl))

redactieteam (TrompMagazine)  
[redactie@ctromp.nl](mailto:redactie@ctromp.nl)  
contactpersonen TrompMagazine:  
Nellie Kamer (redactie en beheer redactie-mailbox voor het magazine en de site)  
Yolande Krooshof, Marit Versteeg,  
Pieter Berkel (lay-out, eindredactie TM)



*Foto: Marcel Steinbach*

[↪ ga naar inhoudspagina](#)