

praktische informatie

Je kunt op iedere dag van de week, zo vaak als je wilt, gebruik maken van de fitnessruimte en het roeimateriaal.

Je kunt het hele jaar door roeien, behalve bij vorst, dichte mist, storm en duisternis.

Voor deelname aan het instructieprogramma voldoet een normale lichamelijke conditie. Er zijn geen bijzondere vaardigheden vereist. Wel moet je de zwemkunst machtig zijn.

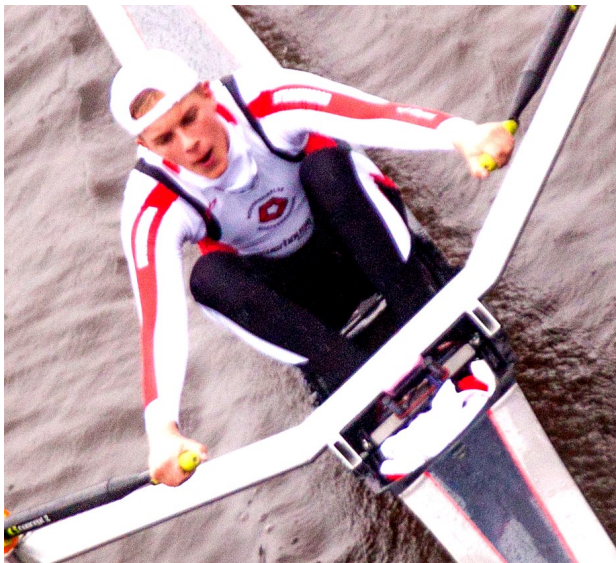
Normale sportkleding is voldoende, bij wedstrijden zijn wel de clubkleuren vereist.

De club heeft een gezellige sociëteit met buitenterras en uniek uitzicht op de Vliet en de vrije natuur.

Het clubhuis beschikt over kleedkamers met douchefaciliteiten.

De roeilocatie ligt aan de Vlietweg tussen Roosendaal en Oud-Gastel en is te bereiken via industrieterrein de Borchwerf-2.

Er is voldoende gratis parkeergelegenheid.

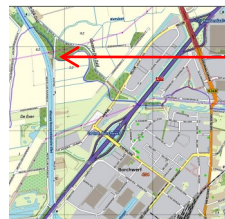


ROEIEN

houdt je fit



ROOSENDAALSE ROEIVERENIGING



Vlietweg 60, Roosendaal

tel: 0165 512484

e-mail: secretaris@roosendaalserv.nl

website: www.roosendaalserv.nl

© RRV, 2016

foto's: Koen Mol fotografie



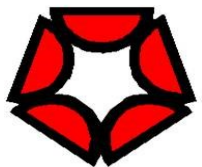
roeien, iets voor jou?

Hou je van bewegen in de buitenlucht en wil je eens wat anders? Misschien is roeien dan iets voor jou. Lees de folder en maak kennis met de roeisport.

roeien bij de

ROOSENDAALSE ROEIVERENIGING

- een sport voor jong en oud
- heerlijk in de buitenlucht
- professionele begeleiding
- gratis instructie
- aantrekkelijke contributie



Lekker spetteren

Je hebt vast wel eens in een roeiboot gezeten. Tijdens vakantie, in een recreatiepark, aan het strand of gewoon op een slootje. Dat was vaak een heel gespetter, maar wel leuk. Lekker buiten in de vrije natuur, heerlijk ontspannen en geen drukte om je heen. Als je geluk had, met een stralend zonnetje samen met de elementen water en lucht. Misschien vond je het ook wel spannend om in een bootje te varen.

de roeisport in het kort

Roeien is een gezonde en complete sport. Je gebruikt bijna alle spieren en er is weinig kans op blessures. Het is een echte buitensport, die je het hele jaar door kunt beoefenen. Roeien is een sport voor alle leeftijden op ieder niveau, in teamverband of individueel, als wedstrijd sport, als conditietraining of zuiver recreatief.

jeugdroeien

Je kunt al beginnen met roeien vanaf de leeftijd van 10 jaar. Onze jeugd wordt opgeleid door eigen instructeurs volgens een speciaal door de Roeibond ontwikkeld Jeugd Roeiplan. Behalve instructie en regio-competities zijn er voor de jeugd tal van andere activiteiten zoals toertochten, een Kerstgala en een zomerkamp.

toerroeien

Toerroeien biedt veel mogelijkheden. De Vliet en de aansluitende wateren lenen zich uitstekend voor het maken van korte of langere toertochten. Er is prachtige natuur en weinig scheepvaart. Je kunt deelnemen aan een toertocht bij andere roeiverenigingen in binnen- en buitenland.

vijftig - plus

Wie denkt te oud te zijn om nog met roeien te beginnen heeft het mooi mis. Veel van onze leden zijn pas op latere leeftijd gaan roeien. Deze groep is zeer actief. Bovendien kun je tot op hoge leeftijd blijven doorroeien.

wedstrijdroeien

Roeien als wedstrijd sport is voor de serieuze sporter die snelheid en een betere roeitechniek nastreeft. Er zijn tal van nationale en internationale wedstrijden waar je naar toe kunt. Ook de minder ambitieuze sporter kan aan wedstrijden op een lager niveau meedoen.



maak kennis met de

ROOSENDAALSE ROEIVERENIGING

hoe

Kom naar een van onze Open Dagen.

wanneer

De Open Dagen zijn traditioneel medio april, kijk op:

www.roosendaalserv.nl

wat

Je krijgt dan uitgebreide informatie en een rondleiding, ook kun je een proefvaart maken.

en dan....?

Als je geïnteresseerd bent, meld je dan aan voor een introductie cursus van ongeveer twee maanden (tweemaal per week roeien).

Na afloop kun je besluiten door te gaan en lid te worden. De kosten van de cursus worden dan verrekend met de resterende contributie van het lopende jaar. Het actuele cursustarief staat op onze website.



over de vereniging

De RRV is een jonge, bruisende vereniging opgericht in 1988. De ongeveer 300 leden komen uit de heel West-Brabant en zelfs uit België. Het clubhuis met botenloodsen ligt aan de Vliet tussen Roosendaal en Oud Gastel. De Vliet is een van de betere roeiwateren in Nederland: midden in de natuur en weinig scheepvaart. In november organiseert de RRV jaarlijks de Suikerrace, een wedstrijd tussen de suikerfabriek van Oud Gastel en het botenhuis in Roosendaal. Ook beginnende ploegen kunnen hieraan deelnemen. Roeien is zeker bij de Roosendaalse Roeivereniging ook nog eens een gezellig en sociaal gebeuren.



het materiaal

De RRV heeft een vloot van ca. 55 boten van allerlei types. Van brede toerwherry's tot ranke eenpersoons skiffs of indrukwekkende 8-persoons wedstrijdboten. Het botenbestand wordt voortdurend vernieuwd en uitgebreid. Om de kosten te drukken gebeurt het onderhoud van het materiaal zoveel als mogelijk in eigen beheer.

fitnesscentrum

De vereniging heeft een aparte fitnessruimte met maar liefst 10 roei-ergometers om je conditie te verbeteren of om te trainen wanneer buiten roeien niet mogelijk is.

contributie

Roeien is geen bijzonder dure sport. De contributie is waarschijnlijk lager dan bij de meeste fitnesscentra. Bovendien mag je zo vaak roeien als je wilt. Dat kost niets extra's. Voor de actuele tarieven kijk op www.roosendaalserv.nl.