

Motionsturneringen 2010

Hvor var det vi kom fra?

Af Leif Thygesen

Hvor var det vi kom fra? Var det den daglige rotur med gode venner, hvor vi for hver tur kunne se hvordan naturen efterhånden skiftede farver fra vinterens brune nuancer over forårets lysegrønne løv til højsommerens mørkegrønne intense farve? Var det roturen hvor havørnen viste sig på himlen som en flyvende dør eller var det marsvinenes muntre leg i overfladen vi var vidner til? Var det roturen hvor man måtte kæmpe og slide med modvinden inden man retfærdigvis fik medvind hjemad? Var det weekendturen eller ferielangturen, hvor man efter en hel dag i båden var øm i hele kroppen, men samtidigt stolt over den nåede distance? Var det turen i høj solskin med lysreflekser i vandet, var det måneskinsturen med det dæmpede lys, eller var det solopgangsturen, hvor mørket langsomt blev fortrængt? Var det roturen hvor man blev overrasket af en sommerbyge og blev gennemblødt, men til gengæld efterfølgende fik førsteparket til den smukkeste regnbue? Var det træningsturen, hvor pulsen kom op og sveden randt i øjnene, men hvor frigørelsen af endorfiner efter turen skabte velvære i hele kroppen. Var det turen hvor man fandt balancen i den lette outrigger og ramte hinanden, så det føltes som båden fløj over vandet? Eller var det en helt anden oplevelse som rosporten er så rig på?

Uanset hvilken tur det var, så skal vi til det igen. En ny sæson venter lige rundt om hjørnet - og som i 2009 er Motionsturneringen med overalt. Uanset hvorfor og hvordan I ror, tæller kilometrene med i Motionsturneringen, bare turen er roet i robåd og I indrapporterer månedens opnåede resultat.

Billede: Middelfart

Billedtekst: *Roere fra Middelfart Roklub er på solfaldstur. Middelfart Roklubs roere var i 2009 særdeles flittige og opnåede at blive nummer to i Supermotionsligaen.*

Sådan deltager I

I deltager i Motionsturneringen ved at finde klubbens samlede kilometertal, antal roere der har bidraget til det opnåede resultat og endelig skal I regne gennemsnittet ud. På formel ser det sådan ud

$\text{Antal kilometer/antal roere} = \text{gennemsnit}$

Alle tre tal indrapporteres og man rangordnes herefter i divisioner efter de opnåede resultater. Første indrapportering går fra standerhejsning til den 30. april og der er deadline allerede den 5. maj. Resten af året er deadline den 10. i måneden. Man kan læse en vejledning om Motionsturneringen her på roning.dk vælg "Den daglige roning" og "Motionsturneringen". For at undgå misforståelser og dobbeltarbejde er det en god ide at læse vejledningen igennem, hvis man ønsker at deltage.

Billede: Odense

Billedtekst: *Odense Roklub har gode muligheder for at ro outrigger på kanalen. En otter er på vej ud til en gang særdeles sund motion.*

Tabellen

Sidste års Motionsturnering var et pilotprojekt, hvor forskellige tabeller blev afprøvet. Der var uenighed om en smiley-ordning og vi prøver så kompromisets svære vej.

Tabellen vil ikke være forsynet med sure og glade smileyer, men det vil af tabellen fremgå, hvilken placering man havde sidst og fremgang vil være markeret med grøn farve, tilbagegang med gul farve og samme placering som sidst med hvid farve. Der oprettes fem divisioner

Billede: Stevns

Billedtekst: *Roning langs den danske kyst byder på mange flotte og unikke oplevelser. Her er det roere fra Roklubben Stevens, der er ved at passere Stevns Klint.*

Alle kan være med

Motionsturneringens styrke er, at alle klubber kan deltage uanset størrelse, da det er gennemsnittet der tæller. Er man en lille roklub med 20 medlemmer der har roet 800 km til sammen, så er gennemsnittet på 40 og man vil f.eks. være placeret foran en roklub med 250 medlemmer der har roet 9.500 km da gennemsnittet her er 38 kilometer.

Klubberne er kontaktet direkte via mails og Motions- og turudvalget håber på mange deltagere.

thygesen@nakskovnet.dk