



VLAAMSE ROEILIGA

Zuiderlaan 13
9000 Gent
09/243 12 50

 [Facebook](#)

 [Website](#)

 [Email](#)

 [Meldpunt
grensoverschrijdend
gedrag](#)

COMPETITIE

Loopcross Gentse RS - 13 januari 2019



De **Gentse Roei- en Sportvereniging** organiseerde op zondag **13 januari** haar jaarlijkse **loopcross**. Er waren 153 deelnemers. **Klik hier** om de uitslagen te raadplegen.

Vlaams Kampioenschap Ergometerroeien - 6 februari 2019

Op **woensdag 6 februari** zijn alle Vlaamse scholieren 2^e en 3^e graad uitgenodigd voor het **Vlaams Kampioenschap ergometerroeien** voor scholieren in de



topsporthal in Gent. De ganse middag van 13.30u tot 16u30 is er kans om te roeien en tijden scherper te stellen. Om 17u kennen we de kampioenen en worden deze gehuldigd. Inschrijven is niet nodig.

Competitielicenties 2019

Het **nieuwe roeiseizoen** gaat van start en daarbij hoort de **aanvraag van een nieuw licentienummer**. Vergeet niet tijdig het volledig ingevulde licentieformulier in orde te brengen en af te geven binnen jouw club.

Dopinglijst 2019

De **nieuwe lijst** met **verboden stoffen en methoden** werd gepubliceerd in het Belgisch staatsblad. **Klik hier** om de lijst te raadplegen.

Op de website **www.antidoping.vlaanderen** kan je niet alleen de lijst terugvinden maar kan je, als sporter of behandelend arts, voor elk geneesmiddel dat in België op de markt verkrijgbaar is nagaan of dit geneesmiddel al dan niet een verboden stof bevat, zoals vermeld op de lijst. Het is de **verantwoordelijkheid van de sporter** om te weten welke stoffen en methoden er in de Lijst staan en welke stoffen er zich in zijn of haar lichaam bevinden.

TOPSPORT

Goud op EK U23 indoorroeien in Denemarken



Ward Lemmeliijn is **U23 Europees ergo kampioen** geworden in Denemarken. Hij noteerde een recordtijd van 5.51.7. Proficiat Ward en het PXL Roeiteam!

Ward roeit sinds 2 jaar bij de **Hasseltse PXL Hogeschool**, en kreeg zo de roeimicrobe te pakken. Hij behaalde reeds mooie resultaten op het vorige EK, en ook bij nationale ergometerwedstrijden roeide hij heel snelle tijden en ereplaatsen bij elkaar. Ward **piekte naar dit EK**, en graaide met brio het goud mee naar huis.

Cold to Gold - koelende kledij voor topsporters

De **Olympische en Paralympische Spelen van Tokio 2020** beloven niet alleen een spannende sportieve strijd te worden, het wordt ongetwijfeld ook een **gevecht tegen de hitte en vochtigheid**. Om de atleten maximale kansen te bieden, heeft Sport Vlaanderen aan 6 bedrijven gevraagd om **koelende kledij** te ontwerpen. Voor die broodnodige verkoeling wordt al jaren gebruik gemaakt van ijsvesten, die een logistieke uitdaging vormen.

Eenzijds wil Sport Vlaanderen de **ijsvesten** optimaliseren, anderzijds wordt er naar een alternatief gezicht voor tijdens de wedstrijden: **wedstrijdpakjes** met een **koelend effect**, op maat gemaakt van de verschillende sporten. De materialen zullen komende zomer uitgetest kunnen worden op verschillende testevents. Sport Vlaanderen rekt erop om **tegen april 2020** de kledij te hebben ontwikkeld, ruim op tijd voor de Olympische Spelen van Tokio 2020. Maar ook na de Spelen, voor andere wedstrijden en kampioenschappen, zal de kledij nuttig en relevant blijven.

RECREATIE

Safe the date: Toertocht VRL op 8 juni 2019



De **toertocht** van de Vlaamse Roeiliga in **2019** gaat door **op de IJzer en de Lo-vaart**. We starten in het rustieke Roesbrugge, waar de IJzer zijn intrede maakt in Vlaanderen. Via het IJzerbekken kronkelen we naar Fintele, waar we door de sluis de Lo-vaart in trekken. Van daar vertrekken we noordwaarts richting Veurne. **Blokkeer deze dag al in jouw agenda!**

STUDENTENROEIEN

Klaar voor 2e semester: VK studenten ergometerroeien



We wensen alle studentenroeiers een deugddoende pauze na hun examenperiodes. Eens het 2^e semester opnieuw is gestart, nemen we opnieuw de riemen op in Gent, Hasselt en Antwerpen.

In **Leuven** wordt op **27/02** het **Vlaams Kampioenschap ergometerroeien** georganiseerd. Alle studentenroeiers worden uitgenodigd om hun



beste tijden te roeien tijdens de voorrondes. In de finales komen de beste 5 tijden voor heren en dames tegen elkaar uit om de prijzen te verdelen. Zowel ervaren als minder ervaren roeiers zijn welkom.

OPLEIDING EN BIJSCHOLING

Infosessie GDPR en Verenigingswerk - 10 februari 2019



Op **zondag 10/02/2019** vindt er een infosessie **GDPR** en een infosessie **Verenigingswerk** plaats op de Belgian Boatshow op de stand van WWSV (Wind- en Watersport Vlaanderen) – hal 7 in Flanders Expo te Gent. Lees verder om meer te weten over de infosessies en het bekomen van een **gratis toegangsticket** voor de Belgian Boatshow. **Lees meer**

Bijstelling wedstrijdreglementen - 16 maart 2019



De Federale Kamprechters- en Regattacommissie organiseert een **bijstelling** op **zaterdag 16 maart 2019** van **10u tot 16u30** in de lokalen van **K.R. Sport Gent, Kanodreef 1, 9000 Gent**. Op het programma: laatste nieuwigheden FISA, Nationale wedstrijdcodex, analyse van wedstrijd- en probleemsituaties. Deze bijstelling staat open voor alle andere geïnteresseerden (clubbestuurders, trainers, kandidaat-kamprechters,...).

Lees meer

Trainer B Roeien 2019

De volgende cursus trainer B roeien zal

VLAAMSE TRAINERSSSCHOOL
SPORT VLAANDEREN • SPORTFEDERATIES
UNIVERSITEITEN EN HOGESCHOLEN LO

Trainer B Roeien

Wil jij wedstrijdreiers en wedstrijdloebegien die deelnemen aan wedstrijden tot op nu en aan n vaau kwaliteitsvol begeleiden en coachen? Dan is de cursus Trainer B Roeien zeker iets voor jou!
Schrijf je in via www.sportvlaanderen.be/vts

Start vanaf 5 oktober 2019
Locatie: nader te bepalen

Meer info via de complete cursuskaart roeiliga of 09 20 12 58

plaatsvinden in Gent en start op **zaterdag 5 oktober 2019**. Het minimum aantal deelnemers werd ondertussen van 6 naar 4 verlaagd, waardoor de cursus hopelijk dit najaar van start kan gaan.

Het lessenrooster zal binnenkort op de website van de Vlaamse Roeiliga geplaatst worden. Voordat het sportspecifieke gedeelte kan gevolgd worden, moeten de cursisten geslaagd zijn voor het **algemeen gedeelte van instructeur B en trainer B**, dat door de Vlaamse Trainersschool georganiseerd wordt.

Klik hier om in te schrijven.

VTS-Plus Kalender

VLAAMSE TRAINERSSSCHOOL
SPORT VLAANDEREN • SPORTFEDERATIES
UNIVERSITEITEN EN HOGESCHOLEN LO

Levenslang bijleren als sportbegeleider is belangrijk. Daarom organiseert en erkent de Vlaamse Trainersschool heel wat kwaliteitsvolle bijscholingen in Vlaanderen.

Lees meer

Datum	Thema	Docent	Locatie
05/03/2019	Houdingstraining deel 1	Kristof Huts	Tienen
05/03/2019	Develop the balance and let the performance grow	Ruben Neyens	Willebroek
11/03/2019	Ademspiertraining voor duursporters	Stefan Deckx	Tienen
12/03/2019	Time out tegen pesten		Gent
12/03/2019	Houdingstraining deel 2	Kristof Huts	Tienen
14/03/2019	Het fysieke component 'Agility' ontwikkelen bij jonge atleten	Ruben Neyens	Mortsel
16/03/2019	Op sporten staat geen leeftijd	Kathleen Kerremans	Brasschaat
18/03/2018	Sport met grenzen		Brugge
19/03/2018	Fysieke begeleiding van jongeren in ploegsporten	Stijn Lintermans	Willebroek
23/03/2019	Het fysieke component 'Agility' ontwikkelen bij jonge atleten	Ruben Neyens	Genk
25/03/2019	De groeispuurt: invloed op talentidentificatie en -ontwikkeling	Dieter Deprez	Brugge
26/03/2019	Houdingstraining deel 3	Kristof Huts	Tienen
26/03/2019	Omgaan met kinderen met gedragsmoeilijkheden	Justine Loosvelt	Brasschaat

27/03/2019	Ademspiertraining voor duursporters	Stefan Deckx	Gent
27/03/2019	Het fysieke component 'Agility' ontwikkelen bij jonge atleten	Ruben Neyens	Brugge

CLUBNIEUWS

Marktonderzoek naar sportkledij kano, kajak en roeien

Via deze link kan u een enquête invullen over uw **sportbeleving op gebied van kledij als roeier**: **klik hier**.

Het invullen van de vragenlijst neemt maximaal 10 minuten in beslag. Alvast bedankt!

Week tegen pesten - 22 februari tot 1 maart 2019



De Vlaamse week tegen pesten! Jouw club doet toch ook mee?

Van **22 februari tot 1 maart** is er opnieuw de Vlaamse week tegen pesten.

Dit is een actie van het netwerk 'kies kleur tegen pesten'.

Stip it: zet **4 stippen op je hand** en doe de 'Move tegen Pesten': zo laat je zien dat je tegen pesten bent. Deel met **#stipit**.

Laat met je sportclub zien dat jullie tegen pesten zijn!

Week van de vrijwilliger - 23 februari tot 3 maart 2019



Van **23 februari tot 3 maart** is het weer zover: dan is het opnieuw de **week van de vrijwilliger!**

Zonder vrijwilligers zou de sportsector niet zijn wat ze nu is. Tijdens deze week is het dan ook het **ideale moment om alle vrijwilligers te bedanken** die zich dagelijks inzetten voor hun sport.

Via de **officiële website** kan je alle informatie vinden over de campagne.

Inclusie van kinderen met autisme in de sportclub



Kinderen en jongeren sporten en spelen in hun vrije tijd graag met anderen. Dit gaat ook op voor **kinderen met een autismspectrumstoornis** of kortweg autisme. Met behulp van de nieuwste brochure van Het Raster kunnen trainers en jeugdleiders in samenspraak met ouders mogelijke obstakels voor deelname beter begrijpen en helpen oplossen. **Klik hier** om de brochure 'Autisme in de sportclub' te downloaden.

BESTUURSNIEUWS

Infosessie financiering sportinfrastructuur - 5 februari 2019

Op **5 februari 2019** organiseert Sport Vlaanderen 's avonds een **infosessie** waarin je meer verneemt over het aanbod van de Participatiemaatschappij Vlaanderen, het belang van een **goed business plan, crowdfunding** en hoe banken naar een aanvraag voor een banklening kijken. Elke deelnemer krijgt ook de mogelijkheid tot een individueel adviesgesprek. **Klik hier voor meer informatie.**

Bron: Dynamo Project

Verenigingswerk: laatste update

De laatste nieuwigheden rond het **statuut verenigingswerk** nog even op een rijtje gezet:

- met ingang van 1 januari 2019 is voor de sportsector via KB **een verhoogd maandbedrag** voor verenigingswerk van toepassing. Wie gebruik kan maken van deze verhoogde vergoeding, lees je **hier**.
- met ingang van 1 januari 2019 werden de **bedragen** in het kader van verenigingswerk ook **geïndexeerd**. De recentste bedragen vind je **hier**.

Bron: Dynamo Project

Verenigingswerk: model welzijnsbescherming

De wetgeving over verenigingswerk legt ook enkele **regels rond welzijnsbescherming** op. Aangezien dit eerder ingewikkelde materie is, voorziet Dynamo een model dat als basis kan dienen

om in je sportclub mee aan de slag te gaan. **Lees meer.**

Bron: Dynamo Project

Update vrijwilligersregister online

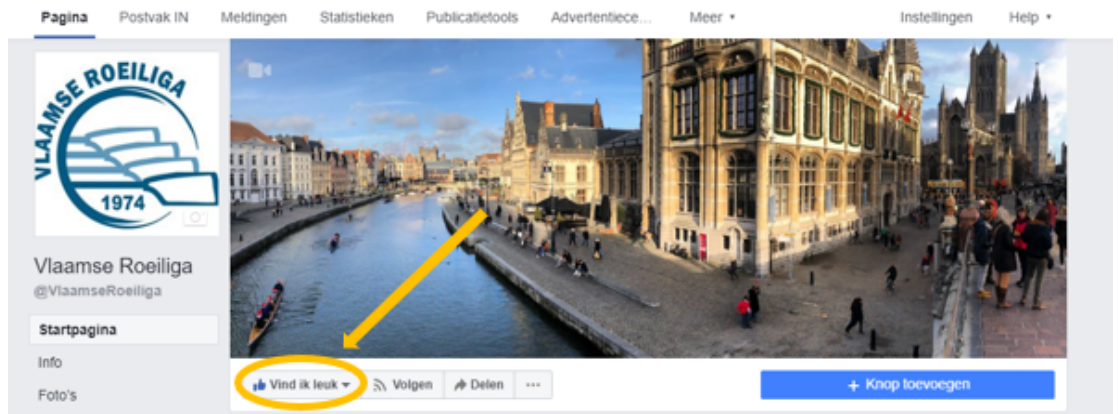
Met deze tool kan je club op een **eenvoudige manier een vrijwilligersregister** en **nominatieve lijst per vrijwilliger** bijhouden. De tool kreeg een update naar aanleiding van het verhoogde jaarlijks plafond.

Lees meer

Bron: Dynamo Project

VARIA

Vind VRL leuk op Facebook!



Naast onze maandelijkse nieuwsbrief en onze updates via de website **www.vlaamse-roeiliga.be** kan je ons ook volgen op Facebook: **https://www.facebook.com/VlaamseRoeiliga/**.

Vind ons leuk en je wordt **automatisch** op de hoogte gehouden van de **allerlaatste nieuwtjes!**

WIST JE DAT ...

... **VRL** met de actie in het kader van de **Warmste week 1.130 euro** bijeen roeide voor organisatie **De Sleutel?**

... **TRT 443 km** roeide en hiermee **2.900 euro** ophaalde voor het **palliatief netwerk Mechelen** tijdens de **Warmste Week?**

... het **Nederlandse magazine Roei!** naar België kwam en de **KRB** bezocht in het kader van de **Brugge Boat Race**, alsook een gesprek had met **Gwenda Stevens**, de **voorzitter van de Belgische Roeibond?**

... **Hubert De Witte** verkozen werd tot voorzitter van **KR Brugge?** We wensen hem veel succes in

zijn nieuwe functie!

... **Jelle Veyt** op 1 januari 2019 de top van de Carstenz Pyramid (4.884 m) bereikt heeft in de Indonesische provincie Papoea en dit na een tocht van 9.000 km fietsen van Kathmandu naar Indonesië, 4.000 km roeien naar Papua en nog eens 1.500 km gefietst naar de voet van de Carstenz Pyramid?

... **KRSG** trainster **Evelien Ameel** op 11 december 2018 voor het eerst **mama** is geworden van een **flinke zoon Cyriel**? en ook **ARV** trainer **Philippe De Waele** opnieuw **papa** is geworden van een **dochtertje Luna** op 4 januari 2019? We wensen beiden een **dikke proficiat!**

De medewerkers van de Vlaamse Roeiliga kunnen op verplaatsing zijn. Het is aangewezen om vooraf even telefonisch contact op te nemen met de VRL teneinde niet voor gesloten deuren te staan.

Kalender

06/02/2019

Vlaams Kampioenschap Ergometerroeien
(Topsportthol Vlaanderen)

09/02/2019

Ergometerkampioenschappen Gentse RS

10/02/2019

Infosessie GDPR en Verenigingswerk op
Belgian Boat Show

17/02/2019

Winterhandicap RSNB

25/02 - 10/03/2019

Buitenlandse stage Nationaal team (Temple
sur Lot, Frankrijk)

27/02/2019

Raad van Bestuur VRL

27/02/2019

Vlaams Studentenkampioenschap
Ergometerroeien (Leuven)

13/03/2019

Algemene Vergadering VRL



SPORT.
VLAANDEREN