



IN DEZE NIEUWSBRIEF

[COMPETITIE](#)

[TOPSPORT](#)

[PROMOTIE](#)

[OPLEIDING EN BIJSCHOLING](#)

[RECREATIE](#)

[STUDENTENROEIEN](#)

[CLUBNIEUWS](#)

[BESTUURSNIEUWS](#)

[KBR NIEUWS](#)

[VARIA](#)

[WIST JE DAT?](#)

[KALENDER](#)

COMPETITIENIEUWS

COMPETITIELICENTIE 2023

Het nieuwe roeiseizoen gaat binnenkort 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.

Het licentieformulier kan je **via je eigen log-in** afhalen van je **persoonlijk profiel** alsook het **mutualiteitsattest** kan afgehaald worden nadat de club alle gegevens correct heeft ingevuld.

I-Rowing

Wedstrijden
Bekijk de resultaten van je afgelopen wedstrijden en de komende wedstrijden

Activiteiten
Bekijk de eerst komende activiteiten

Profiel
Bekijk jouw persoonlijke gegevens

DOPINGLIJST 2023



DOPING

Naar jaarlijkse gewoonte heeft het Wereldantidopingagentschap WADA haar [lijst van verboden middelen](#) geüpdatet.

De vernieuwde lijst trad op 1 januari 2023 in werking.

Bekijk snel de aanpassingen ten opzichte van 2022 via onderstaande knop.

Dopinglijst 2023

EERSTVOLGENDE WEDSTRIJDEN

04/02/2023

GRS ergometerkampioenschappen

12/02/2023

Winterhandicap RSNB

04-05/03/2023

Brugge Boat Race



WEDSTRIJDINSCHRIJVING

Inschrijven kan vanaf heden via het gesloten inschrijfplatform van I-row. Vraag zeker het draaiboek op bij info@vlaamse-roeiliga.be.

BEACH SPRINT PLANNING 2023

BEACH SPRINT KALENDER 2023

| Datum | Event | Organisator | Locatie |
|---------------|---------------------------|-------------|------------------------|
| 17/05 | Blaarameersen Beach Cup | VRL | Gent |
| 24/06 | Beach Sprint Hazewinkel | TRT / VRL | Willebroek |
| 26/08 | BK Beach Sprint | KRNSO / VRL | Oostende |
| 31/08 - 3/09 | EK Beach Sprint | - | La-Seyne-Sur-Mer (FRA) |
| 22/09 - 23/09 | Coupe Beach Sprint Rowing | - | Donoratico (ITA) |
| 30/09 - 8/10 | WK Beach Sprint | - | Sabaudia (ITA) |

BELGIAN SHARKS IN AMPOSTA

Onze Belgian Sharks gaan opnieuw op **stage naar het Spaanse Amposta van 9-22 februari**. Er zullen boten ontwikkeld worden om te werken richting de eerste internationale competities vanaf april.



KROKUSSTAGE JUNIOREN

Tijdens de krokusvakantie staat er een **juniorenstage in Hazewinkel** op het programma van **maandag 20 februari tot vrijdag 24 februari**. Er zal met een selectie van U19 roeiers gewerkt worden richting het EK/WK U19.

PROMOTIE

CHALLENGE SCHOLENPROJECT

Half november gingen onze 8 ergometers voor de scholen naar de eerste school voor het schooljaar 2022-2023: het Stedelijk Lyceum Panorama (Antwerpen). Deze enthousiaste school heeft de ergometers al voor het tweede jaar op rij en de leerlingen waren opnieuw heel enthousiast!

Leerlingen uit het middelbaar hielden een onderlinge klassencompetitie met de minigames "Buoy Blast" en "Shark Attack". Hieronder het leaderboard voor deze Antwerpse school:

| | Buoy Blast | | Shark Attack | |
|---|--------------|--------------|-----------------|-------------|
| 1 | Kyas | 11762 | Sankavi | 9910 |
| 2 | Ilyas | 11762 | Ali | 7420 |
| 3 | Jalal | 9954 | Ahmed R. | 7070 |

Proficiat aan deze toppers!

Intussen zijn onze ergometers verhuisd naar De Wonderwijzer in Schilde (Antwerpen). Kunnen de leerlingen deze scores verslaan en op het leaderboard komen?

EXR GAME NIEUWIGHEDEN

EXR blijft vernieuwen! De app komt maandelijks met updates en toevoegingen aan de app. De laatste update is de **multiplayer mode**. Deze toevoeging is een hele grote stap in de app die het mogelijk maakt om online samen te roeien op de ergometer.

Wil je weten wat er nog nieuw is? Ontdek het op onze website.



Heb je interesse om EXR aan te kopen? De Vlaamse Roeiliga ging een samenwerking aan met Salty Lemon.

[Klik hier om EXR te ontdekken via de VRL referral code.](#)



OPLEIDINGEN EN BIJSCHOLINGEN

EINDE IN ZICHT

Na een intensief najaar vol theoretische en praktische lessen staan de examens voor de deur voor onze initiatoren en trainers B in opleiding. Op 11 februari vinden de eerste examens plaats. Daarna kunnen de cursisten vol energie hun **stage afwerken** om het traject na de zomer van 2023 te kunnen afwerken.

We wensen hen nog veel succes verder!

AFSTELLEN VAN ROEIBOTEN

Eind 2022 heeft de Vlaamse Roeiliga in samenwerking met de Vlaamse Trainersschool 5 **instructiefilmpjes** ontwikkeld die jou op weg helpen om **roeiboten op een correcte manier af te stellen**.

Ontdek ze snel via onze website op de pagina Kennisbank.

Kennisbank



RECREATIE

SAVE THE DATE: OOSTENDE - GENT

In het Pinksterweekend van **27 en 28 mei 2023** staat de **toertocht Oostende - Gent** gepland. In 2022 werd hiervan de eerste editie georganiseerd, maar door het slechte weer is die toen halverwege stopgezet.

Graag organiseren we deze tocht dit jaar opnieuw zodat de deelnemers toch de kans krijgen om dit mooie traject volledig af te leggen.

Wij bestelden alvast mooi weer! Ben jij er ook bij? Noteer het weekend alvast in uw agenda!

TT Oostende-Gent



STUDENTENROEIEN

Bij onze studentenroeiers zijn de examens intussen ook achter de rug. In de 3 Gentse clubs (KRSG, KRCG en VVR) starten de lessen in het **studentenroeien** opnieuw op. Als 'eindevent' wordt ook voor hen opnieuw de **Blaarmeersen Beach Cup** georganiseerd. Op woensdag **17 mei** kunnen de studenten **proeven van het Beach Sprint Rowing**, zonder golven weliswaar, en het op die manier tegen elkaar opnemen.

Meer info over het event op de Blaarmeersen via onze website.

Blaarmeersen Beach Cup 2023



UITWISSELING ROEICLUB ARGO WAGENINGEN

We horen bij een aantal roeiclubs meer en meer interesse rond **professionalisering van de coaching**, een ontwikkeling die we als federatie willen ondersteunen. Maar daarnaast is een terechte bemerking steeds de financiering, hoe zoiets **financieel haalbaar** kan zijn zonder de lidgelden exponentieel de hoogte in te laten gaan.

Om jullie de mogelijkheid te geven om dit thema verder uit te werken, organiseren wij een **workshop bij een 'real case'**, nl. WSR Argo in Wageningen, waar ze 30 jaar ervaring hebben met dit thema. Bij Argo zijn er **3 parttime professionele coaches** in dienst.

Op **dinsdag 14 februari** zijn wij welkom bij Argo om eens te gaan luisteren hoe zij dit hebben opgezet.

De bedoeling is om in de late namiddag / vooravond te vertrekken (wellicht rond 16u à 17u). Vanuit Gent is het ongeveer 2u30 rijden.

Inschrijven kan via info@vlaamse-roeiliga.be.

POLAR ACTIE IN MAART

De Vlaamse Roeiliga heeft een **samenwerking** afgesloten met **Polar** waarbij wij onze leden gedurende één maand (de volledige maand maart) een **korting van 20%** kunnen aanbieden op drie toestellen.

Voorwaarden om te genieten van de VRL-korting (-20%) op de POLAR-horloges:

- Je bent aangesloten met een A-licentie of B-licentie bij de Vlaamse Roeiliga
- Het Polar-toestel wordt bij ons pas besteld ná ontvangst van betaling – óf een bewijs van betaling.

Onze Polar-actie loopt **van 1/03/2023 t.e.m. 31/03/2023**. Wees er dus tijdig bij!

HAAL UW POLAR IN HUIS

www.vlaamse-roeiliga.be

PACER VANTAGE V2 GRIT X PRO

VRL-KORTING -20%*

*lees de voorwaarden na op onze website.

VLAAMSE ROEILIGA

Polar actie 20%

I-ROW PROFIEL VOOR ROEIERS

Na het **I-Row platform** voor onze roeiclubs, is er nu ook een login **voor de roeiers zelf**. Als roeier krijg je vanaf nu toegang tot ons ledenplatform met uw mailadres en toegestuurd paswoord.

[Meer info](#)

[Meer info](#)

VERNIEUWDE VZW WETGEVING: HOE ZIT DAT JUIST?

Heel wat vzw's moeten **aanpassingen** uitvoeren in hun **statuten** door de inwerkingtreding van het Wetboek Vennootschappen en Verenigingen (WVV). Die inwerkingtreding begon op 1 mei 2019. Op 1 januari 2020 startte de nieuwe wetgeving. Maar tot wanneer heb je tijd om een statutenwijziging rond de WVV neer te leggen? [Klik hier voor meer info.](#)

Bron: Vlaamse Sportfederatie

[Meer info](#)

VRIJWILLIGERSVERGOEDING 2023

De **maximale bedragen** van de **forfaitaire onkostenvergoeding voor vrijwilligers** worden jaarlijks geïndexeerd. In 2023 bedraagt het plafond van de kostenvergoeding **40,67 euro per dag** en **1.626,77 per jaar**.

Naast de gewone forfaitaire onkostenvergoeding bestaat er ook een **verhoogde forfaitaire onkostenvergoeding**. Voor deze vrijwilligers bedraagt het **jaarlijks maximale bedrag € 2.987,7** voor bepaalde categorieën van vrijwilligers in de sportsector.

Bron: Vlaamse Sportfederatie

[Lees meer](#)

UITTREKSEL STRAFREGISTER

Vanaf 1 februari 2023 moet **iedereen die met kinderen of jongeren werkt**, een uittreksel uit het strafregister voorleggen aan de sportorganisatie waarvoor ze werken. Wat betekent dit voor de sportclub?

Bron: Vlaamse Sportfederatie

[Lees meer](#)



NIEUWS

KONINKLIJKE BELGISCHE ROEIBOND

SAVE THE DATE

De Algemene vergadering van de Koninklijke Belgische Roeibond vindt plaats op **25 maart 2023 om 15u** in het lokaal van K.R. Sport Gent. Na het algemeen gedeelte zal er een voordracht gegeven worden door de heer Patrick Van Campenhout met als thema "Olympische Sport versus niet-Olympische Sport".

BRAINSTORMSESSIE KBR



Nu **zaterdag 4 februari 2023** zal het Bestuursorgaan van de KBR samen komen voor een **brainstormsessie onder leiding van Patrick Van Campenhout**.

De doelstelling is te brainstormen over welke de de rol is van een Federale Bond in het huidige Belgische sportlandschap welke regionaliseerde materie is.

Patrick Van Campenhout is een onafhankelijk deskundige bij de Vlaamse Hoge Raad voor de Sport, een professionele leider met 35 jaar ervaring in de sportindustrie. Expertise in sportadministratie, public relations en ontwikkeling van sportfederaties met een verreichend netwerk in de sportgemeenschap.

EVENT IN 2027

Na een succesvolle editie van de organisatie van het EK U23 te Hazewinkel is de KBR bezig met het uitwerken van een voorstel om zich kandidaat te stellen voor de organisatie van de **Coupe de la Jeunesse in 2027** in Hazewinkel.



VOORZITTERSMEETING 2023

De KBR is van plan om dit jaar een Belgische voorzittersmeeting te organiseren, de doelstelling van deze meeting is dat clubvoorzitters elkaar leren kennen en van gedachten kunnen wisselen over het roeien in België.

VARIA

VRL VERHUURT



Met de **Krokus- en de Paasvakantie** in zicht, herinneren we er graag aan dat je in die periodes ook dit jaar een **ergometer** kan **huren** van de Vlaamse Roeiliga. Meer info en prijzen voor het huren van zo'n ergometer kan je vinden op onze website.

[Klik op de foto om naar onze website te gaan.](#)

WIST JE DAT...



... elke **recreatieve en competitieve sporter** die in georganiseerd verband sport, **gecontroleerd** kan worden op **doping**?

... we nog steeds **op zoek** zijn naar **vrijwilligers** die de werking van de Vlaamse Roeiliga willen ondersteunen. Deelnemers begeleiden in onze EXR-booth, een Beach Sprint wedstrijd of toch nog liever iets anders? Neem een kijkje op onze website voor meer info. Schrijf je nu in en vermeld zeker welke projecten jouw interesse hebben.

www.vlaamseroeiliga.be/vrijwilliger



| KALENDER FEBRUARI | |
|-------------------|-----------------------------------|
| 04/02/2023 | GRS ergometerkampioenschappen |
| 09-22/02/2023 | Stage Belgian Sharks Amposta |
| 10-18/02/2023 | Week tegen pesten |
| 12/02/2023 | Winterhandicap RSNB |
| 20-24/02/2023 | U19 stage Hazewinkel |
| 25-26/02/2023 | World Rowing Indoor Championships |
| 25/02-05/03/2023 | Week van de vrijwilliger |



... de **lottrekking en resultaten** van wedstrijden gemakkelijk terug te vinden zijn op onze **website** via de rode knop 'resultaten' op onze homepage?

... de **VRL ergometers** een make-over kregen! Geleurde stickers maken een duidelijk onderscheid tussen topsport-, scholen- en EXR-ergometers! (zie foto)

... de **baggerwerken** mooi opschieten op de **Watersportbaan in Gent**.



Volg ons op social media



Copyright © 2023 Vlaamse Roeiliga, All rights reserved.

09/243 12 50

RPR, Oost-Vlaanderen, Gent

Ondernemingsnr: 413.996.691

[Pas je voorkeuren aan of schrijf je uit van deze lijst](#)