Køge Roklub
Medlem af Dansk Forening for Rosport

Ronyt sommer 2026

Mød vores nye formand, læs om ture ud af huset, pop-up roning på vand, tilbud om at ergometertræne på platformen, god stil ved fællesroningerne, borebiller i bådehallen og ændring af betalingskort.

XX´er til kalenderen

juli	Pop-up-ture på vandet, når vejret tillader
4.7.	Dagstur til Furesøen for alle kl. 9.00
16.7.	Venskabstur fra roklubben Viking i Faxe Ladeplads kl. 9.00
1.8.	Klinteløbet v/Stevns Roklub
aug.	Kæntrings- og mand-over-bord-øvelse
15.-16.8.	Langtur til Nakskov Fjord
22.8.	Havets folkemøde på Solrød Strand
19.8.	Venskabsroning i Køge Roklub kl. 18.00



Hvem er Mikael – vores nye formand?
Mit navn er Mikael og min rokarriere begyndte i Sønderborg, hvor jeg lærte, at vand ikke kun er noget, man ser på, men også noget, man kan bruge mange timer på at bevæge sig hen over – helst med en båd under sig og ikke over sig.

Siden er jeg blevet tilflytter i Køge, hvor jeg har været så heldig at finde både et hjem og et fællesskab i roklubben. Her har jeg mødt mennesker med samme glæde ved roning, frisk luft og den særlige evne til at diskutere vindretning, vandstand og bådpleje med stor entusiasme.

Til daglig arbejder jeg som socialpædagog. Det betyder blandt andet, at jeg er vant til at lytte, skabe relationer, løse udfordringer og bevare roen, når tingene ikke helt går efter planen. Det viser sig faktisk at være ganske brugbare egenskaber i en roklub også.

Privat er jeg far til fire vidunderlige børn. De sørger for, at jeg aldrig kommer til at kede mig, og de har lært mig meget om tålmodighed, planlægning og improvisation – kompetencer, som jeg forventer også kan få glæde af i formandsrollen.

Jeg holder af roning i alle dens former. Jeg nyder de svedige træningspas i træningssalen, men der er nu noget særligt ved at komme på vandet, mærke båden glide gennem vandet og opleve naturen fra første parket. Det er dér, man husker, hvorfor man begyndte at ro.

Som formand ønsker jeg at bidrage til, at vores klub fortsat er et sted, hvor der er plads til både ambitioner, motion, fællesskab og hyggeligt samvær. Jeg tror på, at de bedste resultater skabes i fællesskab, og jeg håber, at I altid vil komme med idéer, spørgsmål og gode forslag – også når de udfordrer de vante måder at gøre tingene på.
Jeg glæder mig til at arbejde sammen med bestyrelsen og alle jer medlemmer om at udvikle klubben, samtidig med at vi holder fast i det, der gør den til noget særligt.
Jeg glæder mig til mange gode år sammen med jer – både på vandet, i træningssalen og omkring kaffebordet.

De bedste hilsner

Mikael Vogt Glovinski
Formand, roer, socialpædagog, far til fire – og stadig lige begejstret for roning som den dag, det hele begyndte i Sønderborg.

34 beståede svømmeprøver, 12 nye inrigger-roere og 5 nye coastal-roere
Maj måned stod i svømningens og roskolens tegn. 34 medlemmer har bestået svømmeprøven. 21 medlemmer benyttede chancen for at træne gratis i det våde element. 1.000 tak til Lise, Ulla og Cecilie for tjansen med at tælle baner fra bassinkanten. Og velkommen på vandet til de nye roere. Havnen og bugten kommer til at lægge vand til mange ture.

Sommeren er først lige begyndt. Men siden sæsonstart har vi allerede roet næsten 5.000 km på vandet! Det tegner godt for en aktiv udendørssæson, som først nu rigtig er kommet i gang. Hele seks langture er det allerede blevet til – en pinsetur til Bøgeskoven, to ture til Vordingborg to venskabsroninger (Næstved og Rødvig) og i weekenden en tur til Limfjorden - Venø rundt. Sidste år nåede vi at ro 10.000 km på vandet, så har vi en lille klubkonkurrence i gang med at slå det km-tal?

Langture er en anderledes måde at tage på sightseeing i Danmark på. En langtur kan godt være kort. Det er ture, som foregår uden for vores daglige rofarvand. Ofte kan vi kombinere roture med gå- og cykelture, så vi sammen får en fælles oplevelse. Weekendturen til Nakskov i august egner sig fantastisk til dette.

Årets roskole afsluttet med manér

12 kaniner har lært, hvad det vil sige at fange ugler i havnen. Og maj måned viste sig fra sin pæneste side med lunt og tørt vejr. Det har dog blæst en del, så meget af tiden foregik roskolen i havnen. Årets roskole foregik tirsdage og torsdage samtidig med, at 7 andre roere skulle instrueres i at ro coastal. Det gav lidt trængsel på bådebroen, men til gengæld er ingen i tvivl om, at det også er muligt at ro med to årer i en mere moderne bådtype.

Sidste roskoledag inviterede bestyrelsen til grillaften for alle efter endt roning. Godt 30 medlemmer nød udsigten fra førstesalens terrasse, hvor traktementet bød på grillpølser, salat med rabarber og kikærter, pastasalat med pesto + hjemmebagt brød. Stemningen var god og Karin F. fandt sanghæfterne frem, så vi kunne synge et par sange.





Fællesroning til vands i Køge Roklub v/rochef Henrik Rolsted
V*i har en vifte af rotilbud til vands hen over sommeren. Ét er de fælles formiddagsroninger tirsdage og torsdage kl. 9:30 – to er fællesroningerne mandage og onsdage kl. 17:30.*

Tidspunkterne er vigtige, da det er dér, bådholdene sammensættes, med hensyn til de fremmødte, hverken før eller efter dette tidspunkt!

Bådholdene sammensættes af de fremmødte styrmænd, som med den fornødne fleksibilitet sørger for at ønsker til bådtype og rute så vidt muligt imødekommes. Det er også styrmændenes opgave at sætte sig ind i vejr, bølger, vind, og trafik i havnen.

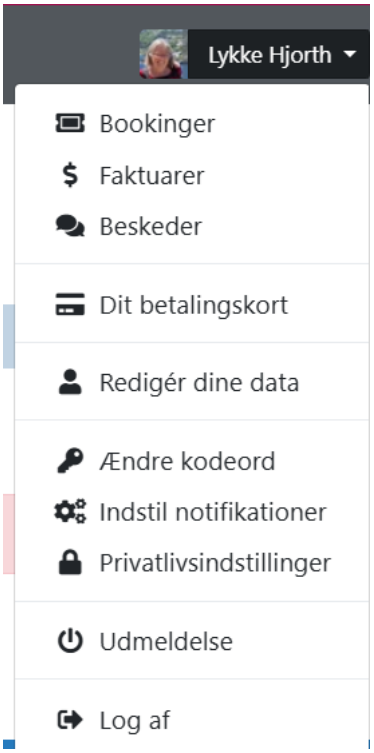
Ud over fællesroningerne har vi som bekendt mange andre programsatte tilbud for alle frigivne roere - tidlig morgenroning, pop-up roning, coastal roning, fællesroning i andre klubber og langtursroning. Disse planlægges udelukkende på baggrund af Aktivitetskalenderen.

Husk generelt, at Aktivitetskalenderen er det bedste værktøj, vi har for at planlægge vores sport.

God roning for alle!

HUSK at ændre betalingskort, hvis du har fået nyt siden sidst, roklubben opkrævede kontingent.

På hjemmesiden klikker du på din profil oppe i højre hjørne. Vælg her menupunkt nr. fire **Dit betalingskort** og indtast kortnummeret på dit nye kort.





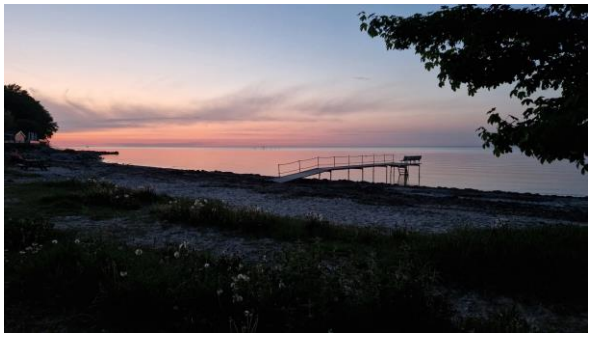
Pinsetur til Bøgeskoven v/Jette Schmidt

Vi var 7, der pinselørdag tog afsted til Bøgeskoven i en gigbåd og en 2-årers inrigger. Solen var med os, men vinden var desværre i mod. Det gjorde dog ikke noget, for humøret var højt. I giggen blev der skiftet hver 20. minut, så der ikke var nogen, der blev for trætte.
Vi lagde til lige efter Garderhøjen for at spise frokost. Pga vinden skulle vi ikke for langt væk fra bådene, men med en rospand, så gik det fint.



Efter frokost tog vi det sidste del af turen til Bøgeskoven og det var som at ro i et guldaldermaleri – med skrænterne, de lysegrønne bøgetræer og den blå himmel.

Vel ankommet til Bøgeskoven fik vi bådene op på stranden, erobret et par borde og lavet kaffe til den birkes-citronkage, der var blevet bagt. Teltene blev slået op. Der var masser af tid, så Rasmus viste os de specielt høje bøge i Bøgeskoven - som at gå i en katedral.



Lykke havde lavet en utroligt god gryderet og salat, som vi satte til livs med en flot udsigt ud over Køge Bugt.

Aftenen sluttede som ofte før på langture med Irish coffee.



De nye telte fungerede fint. Morgenmad blev spist, mens vi kiggede på vejrudsigten og bugten. Et kort øjeblik var der overvejelse om at ro til Rødvig, så vi havde medvind, men da der ikke er nogen mulighed for at lægge til undervejs, blev det hurtigt skrinlagt.

Vi fik pakket bådene og var klar til en tur i kraftig modvind og bølger til Køge. Det blev hurtigt besluttet, at vi ikke stoppede undervejs for at spise frokost. Det drejede sig om at komme hjem. Der blev knoklet og vi blev lidt våde, men hjem kom vi til klubben, hvor Karin Frederiksen ventede os med frisk kaffe, te og lun tærte. Det blev vi rigtig glade for, efter vi havde spist en udsatte frokost.
Tak for en rigtig god pinsetur.

Fællesroning i Vordingborg
To gange har tre roere været i Vordingborg for at ro under den nye og den gamle Storstrømsbro. Læs Henrik Rolsteds reportage fra den officielle åbning af Dr. Margrethe II´s bro under nyheder i app´en eller på hjemmesiden.

Ugen før var de sydlige venskabsklubber samlet for at tage den samme tur. Syv KR-roere nåede at ro under den gamle bro, men måtte opgive at runde den nye, pga. kraftig vind. Vel tilbage var Vordingborg Roklub vært ved frokost og kage til kaffen.





Borebiller i bådehallen

I, som har roet i Elverhøj og Jomfru Maria har måske bemærket, at bådene virker snavsede. Ved første øjekast ligner det sand. Men vi har fået konstateret borebiller i træ-stolperne .Så når rosæsonen er slut, kommer
et firma og sprøjter hele bådehallen.



Venskabstur i Rødvig/Stevns Roklub

Syv roere deltog i venskabsroningen med de sydlige klubber fra Faxe Ladeplads, Præstø, og Rødvig. At se Klinten fra vandsiden er helt specielt. Dét oplevede vores nye frigivne roer Birthe ved selvsyn. *Det er absolut ikke sidste gang, at jeg er med,* fortæller Birthe. Vejret var fantastisk og turen gik til Højerup Kirke og retur – ialt 13 km. Tilbage på kajen blev vi bænket ved langborde og fik serveret lækre sandwichs.





Gik du glip af denne smukke tur, så fortvivl ikke. Lørdag d. 1.8. gentages turen som Klinteløbet. Tilmeld dig allerede i Aktivitetskalenderen. Sidste frist for at tilmelde sig er 19.7.



Husk, at du altid kan sætte dig og træne på den udendørs platform

Ergometre til udendørsbrug finder du i Olsen´s - den gule murstensbygning - inden for porten til venstre.