

Hvad er Handicaproning

Peter Ekeløf ekeloef@webnetmail.dk

Grundideen i Handicaproning er et løb, hvor alle deltagere kommer i mål samtidig.

Man deltager så tit man har lyst, der afvikles løb en gang om ugen hele sommeren. Vi ror den samme rute på 4 km hver gang.

For at få alle i mål samtidigt starter man forskudt, den langsomste først og den hurtigste til sidst. Undervejs i løbet vil du således kunne se at deltagerne samles tættere og tættere, jo nærmere man kommer på målstregen. Denne samling kan ske bag dig eller foran dig afhængigt hvordan du ror i dag, i forhold til hvordan du roede under tidligere løb.

Denne form for løb henvender sig meget til nye roere, dels er ruten overkommelig, men specielt fordi man som ny forbedre sig forholdsvis meget fra gang til gang, og vil derfor ofte opleve at komme over målstregen før det jagtende felt.

Nye roere er meget velkomne.

Kajakroere er allerede velkomne når de har aflagt div. prøver - incl svømmeprøven.

Du finder mere uddybende beskrivelser på hjemmesiden.

Tilmelding sker fra gang til gang ved at skrive dit navn på startlisten senest kl 19.15!!

Dit starttidspunkt udregnes hver gang udfra din hidtil bedste rotur.

Der afvikles handicaproning på **alle tirsdage** i sommerhalvåret, i alt 20 gange.

Første løb i 2008 afvikles **tirsdag den 15. april**, og sidste løb i 2008 afvikles den **30. september**.

Der er ikke løb i juli uge 29 – 30 – 31 samt september, de 2 uger omkring DM 2008.