

Velkommen i Aarhus Studenter Roklub

Vi har lige samlet et par vigtige informationer til dig der lige er startet på et enkelt ark

Instruktion: Alle nye medlemmer som ikke har roet før skal igennem et instruktionsforløb. Efter instruktionsdagen, skal man deltage i et 5-8 almindelige instruktionsgange af 2-3 timers varighed. Der er instruktion

Tirsdag kl 17.00

Torsdag kl 18.00

Søndag kl 10.00

Tidspunkterne angiver, hvornår man forventes at stå omklædt og klar i gården, så vi kan få sat bådene og komme afsted. Du styrer selv hvilke dage du deltager og der er ikke tilmelding.

Hold øje med eventuelle aflysninger på asr.dk/instruktion. Normalt aflyser vi kun, hvis der ikke er instruktører nok. Det hænder fx på visse helligdage.

Indskrivning: Man skal både have oprettet et papir-stamkort, hvorfra man får sit medlemsnummer og i vores elektroniske medlemsdatabase, hvor oprettelse sker via et link fra hjemmesiden

Påklædning: Roning er en udendørssport, så vælg din påklædning ud fra vejret og medbring altid regntøj! Løbetøj er udmærket at ro i og generelt er lag på lag et hit, særligt i starten af året, hvor det kan være ganske køligt på vandet. Dine sko må gerne være gamle og slidte, det er blot vigtigt at hælene ikke er for brede. Løbesko er ofte uegnede at ro i, mens et par gamle converse eller handball-special lignende er til gengæld fine at ro i.

Svømmeprøve: Inden vi tager dig med på vandet og begynder at instruere dig, skal du skrive under på at du kan svømme 300m – inden du kan få roret skal du bevise det. Vi afholder svømme- og vestepøver for kaniner i svømmehallen på Ingerslevs boulevard fredag den 17. april kl 20 og fredag den 15. maj kl 20. Kan du ikke deltage nogen af disse, så kan du udnytte en af de andre fredagssvømminger, hvis du sikrer dig at der er en instruktør til stede til at afholde prøven. Når du det ikke i svømmehallen er der jo altid havet.

Betaling: Til 3. instruktionsgang skal du vise til instruktøren, at du har betalt kontingent for det første år. Kontingent inkl. Nøglegebyr i 2020 er 1400kr for studerende og 1850kr for seniorer. Beløbet kan overføres via MobilePay til nummeret 89270 eller til konto med reg. nr. 2211, kontonummer 0722 288 319 med angivelse af medlemsnummer og så meget af dit navn, som der er plads til.

Kaninhåndbogen og ASR.dk: Ved første instruktion får du udleveret kaninhåndbogen. Læs den! Den indeholder mange gode informationer til brug for din første sæson i ASR! Herudover kan vi anbefale et besøg på hjemmesiden, hvor du kan læse meget mere om ASR og hvad roning handler om. Her finder du også klubbens officielle kalender.

Vi glæder os til at ro med dig og lære dig at kende!

Christian Møller, Rekrutteringschef

Jacob Blom Andersen, Instruktionschef