

Langdistancekaprøning - Appetitvækker

Langtur? Nej!
Kaprøning? Nej!
Men langdistancekaprøning...!

Lidt om at ro stærkt, at give den daglige røning lidt krydderi, at have "gode ben", at være ræv i en rævejagt og at blive nummer sidst i en konkurrence.

Af Leif Thygesen. Foto Johannes Andersen.

Langtur og kaprøning er normalt to uforenelige størrelser, ikke desto mindre er det en kombination af disse to ting, der bydes på, når Motions- og turudvalget i samarbejde med forskellige klubber inviterer til langdistancekaprøning.

Alle kan deltage

Langdistancekaprøning, er det ikke sådan noget med nogle, der ror sk... stærkt? Jo, det er det!

Når "de store drenge og piger" trykker til, og vejret er i orden, ror de 25 kilometer på under to timer - og det er stærkt. **Men man behøver ikke at ro så hurtigt for at deltage.**



Langdistancekaprøning er for alle, og med mindre man vil stille op i en af eliteklasserne, tildeles man handicap ud fra køn, alder og bådtype.

Kan man ro 10 eller 25 kilometer i et stræk, kan man også ro en langdistancekaprøning. - Det er nok bare ikke lige den dag, I skal vælge til at gå i land midt på turen. Til gengæld må I skiftes til at styre lige så meget, I vil.

Krydderi på hverdagen

At stille op til en langdistancekaprøning giver også de daglige roture lidt krydderi. Der er noget at forberede sig til, og selv om man ikke behøver at træne meget flere gange om dagen - hårdt og målrettet, så er det, at man skal stille op, måske lige den faktor, der gør, at man kommer ud at ro - også selvom vejret er lidt dårligt. Alt i alt får man på den måde roet lidt flere kilometer, end man plejer og det er vel ikke det værste, der kan ske.



"Gode ben"

Som cykelrytterne oplever man dage, hvor man har "gode ben" og dage, hvor man føler, at man virkelig knokler uden, at bådens tempo yder én retfærdighed. Det lærer man at leve med, og den dag hvor man er oplagt, vejret er med én, og der virkelig er glid og hastighed i båden, opdager man, at man faktisk kan ro hurtigere, end man ellers troede.



Den første langdistancekaprøning

Og så kommer den første langdistancekaprøning. Og jo, det kan godt være en lidt "syret" oplevelse. De øvrige deltagere er venlige folk og lader jer starte først, og så kommer de ellers med to minutters mellemrum.

Nu lærer du, hvordan ræven har det, når der er rævejagt, og det stakkels dyr bliver jaget af en flok hunde.

Men tro mig, jeg har selv prøvet det flere gange. Man overlever, og bagefter kan man da godt være en smule stolt over i det hele taget at have gennemført.

Og når I så ser på jeres placering, så husk lige, at der er cirka 140 roklubber i Danmark, der havde mulighed for at stille op, så selvom I "kun" er blevet nummer tyve, så er det faktisk godt. Og er der nogen, der har ondt i r... af, at I måske endte på sidstepladsen, så kan de jo bare stille op og gøre det bedre!

Prøv det

Langdistancekaprøning kommer til en klub i nærheden af jer. Prøv det! Og ved den femte og sidste kaprøning er der fest bagefter.



Sponsor for Langdistanceturneringen

Storebælt
Sund ≈ Bælt