



Träning och skärgårdsmys

Kan man välja att segla, paddla eller åka motorbåt runt våra kuster under semestern så är det klart man kan välja att ro också. Båtliv har träffat Wim och Tove Kotzé som sedan 2006 designar, tillverkar och säljer båtar för snabba roddturer. Text & foto: Anders Sellin



Tove och Wim ute på semesterrodd under sommaren då de också passar på att prova ut nya lösningar och förbättringar innan de tar dem i produktion.

MÅNGA FÖRKNIPPAR KANSKE främst rodd med träning. Rodd är en gammal klassisk träningsform där näst intill hela kroppen aktiveras, men man kan lika gärna vara ute en semestervecka för natur- och sjöupplevelsen.

– På tio år har vi utvecklat det från en hobby till ett familjeföretag som vi kan försörja oss på med över 2 000 kunder – det känns fantastiskt, berättar Wim när vi träffar honom och Tove ute på en klippa i Stock-

holms skärgård där de övernattat under sin semesterrodd.

Båtarna som Wim och Tove har designat i sitt företag ROW Generation AB byggs i Öregrund. Det är Tove som ansvarar för administrationen och samarbeten med återförsäljare. I nuläget har paret återförsäljare i bland annat Kanada, Finland och Norge och de hoppas på även en i England inom kort. Tove och Wim säljer tre olika roddbåtsmodeller, som alla utgår från samma skrov-

design, men som med olika däckslayout passar för lite olika behov.

- Explorer, en öppen roddbåt gjord för rodd inomskärs och med en eller två roddare.
- Row Scull, gjord för Västkusten med dess hårdare vind och sjö, självlänsande.
- Vagabond, en långfärdsbåt med 600 liter vattentäta packutrymmen fördelade på tre utrymmen. Det är en modell som Tove själv har rott mellan Västervik och Gotland i kuling utan problem.



Per Ahrbom ror en gång i veckan och vanligtvis 3–5 timmar per gång. Han tycker det är både bra motion och avslappnande. Här på väg över Nämndöfjärden.

Tove och Wim håller till på en stor motorbåt i Solna, vilket ger dem fördelar i tillverkning och utveckling.

– På somrarna kan vi lasta på upp till fem roddbåtar och sedan ge oss av ut i skärgården. Det ger oss en unik chans att prova ut nya detaljer och förslag till förbättringar innan vi sätter det i produktion, berättar Wim.

Men rodd är inte bara ett litet annorlunda sätt att ta sig ut på sjön. Det är också som sagt en väldigt bra träningsform.

– Roddmaskinen är den mest sålda maskinen till alla gym. Man använder upp till 95% av alla muskler i kroppen och rodd är en riktig allroundträning som därför utgör grundträningen inom flera sporter.

I LUGNT TEMPO ror man i 3–4 knop och att ro mellan 10 och 15 Nm under en dag klarar alla av. Med den farten kommer man runt rätt långt om man är ute ett par dagar. Dessutom får man med sig nästan obegränsat med mat och utrustning.

– I början var det mest äldre som köpte en roddbåt av oss men sen ett par år tillbaka börjar även ungdomarna få upp ögonen för rodd. Genomgående är det fler kvinnor än män

som köper en roddbåt, kanske för att de är mer måna om hälsa och träning eller bara för att roddbåtarna är lätta och enkla att hantera, kräver ingen skötsel och ingen båtplats och är lätta att transportera, berättar Tove.

– Målet för oss är ju att det ska finnas en roddbåt på varje liten kobbe i våra skärgårdar och en i varje vik runt våra kuster, säger Tove med ett leende.

BÅTLIV TRÄFFAR ÄVEN Per Ahrbom, som köpte sin roddbåt från Wim och Tove för nio år sedan. Från den dagen har han rott en långtur i veckan året runt. Det är bara isen som ibland har stoppat honom och knappt det. Båtliv träffar honom när han korsar Nämndöfjärden på en av sina roddturer.

– Jag försöker ro en gång i veckan, lördag

eller söndag. I vintras var det lite nyis en morgon efter en kall natt så då fick jag bryta isen med en spade cirka 50 meter innan jag kom ut på fritt vatten. I övrigt har jag kunnat ro hela vintern och kylan är ju inget större problem då man ror sig varm. Och på vintern är man ju helt ensam med naturen, fåglarna och sälarna, berättar Per mellan årtagen.

– Det speciella med den här båten är enkelheten kombinerat med den bästa utrustningen för ”riktig rodd”: glidsäte, utriggare och kolfiberåror. Den låga vikten bidrar till att man kan hålla en medelfart på cirka fyra knop. Med backspeglar har man bra koll både framåt och naturligtvis bakåt – sälarna tittar nästan alltid upp bakom båten. Båten är också förhållandevis säker och den tål både hård vind och rejäl sjögång. Det känns bra när vattnet är nollgradigt. Båten är också rymlig, man kan ha med sig rikligt med packning, lunchmat och även barnbarnen får plats ombord, fortsätter Per.

”Det ska finnas en roddbåt på varje kobbe och en i varje vik.”

– **DEN STORA** tjusningen med min rodd är den allsidiga träningen, den totala avkopplingen och den fantastiska natur och skärgårdsupplevelsen, avslutar Per. ☺