



Christiania Roklub

1878 - 2003

Du trenger ikke å bytte reklamebyrå
for å få nye ideer

www.backupreklame.no

Backup Reklamebyrå as
Frognerstranda 2, 0271 Oslo
Tel: 23 01 44 04

Selv roere kan noen
ganger trenge

A stylized propeller logo consisting of four rounded, triangular blades arranged in a cross shape. The blades are a dark gray color with a lighter gray outline. The word "PROPELL" is superimposed over the center of the propeller.

PROPELL

GRAFISK PRODUKSJON

Frognerstranda 2, 0271 Oslo
mobil: 90 69 37 95 fax: 23 01 44 06
e-mail: lars@propellprod.no

Christiania Roklub

ÅRBOK 2003

Christiania Roklub stiftet 15. mai 1878

Trykk: Arne S. Mørk

Innhold:

Forord	3
CRs råd	5
CRs styre	6
CRs hederstegn	8
Formannen har ordet	12
In memoriam	19
Sekretærens beretning med statistikk	21
Christiania Roklubs Råd	27
Rapport fra Jubileumskomiteen	29
Klubbssjefens beretning	33
Instruksjonssjefens beretning	39
Tur- og mosjonssjefens beretning	45
Adelskalenderen	51
Racematerialsjefens beretning	53
Rosjefens rapport med resultatliste	57
Min rosesong i jubileumsåret 2003	83
En epoke er over	87
Nordisk 2003	89
Bergensjentene takker for seg	91
Stort og Smått i klubben	93
Rapport fra Bogstadsjefen	103
Sørlandstur	105
Roeventyr og kultur i Snåsa	111
FISA Masters i Vichy	115
Rapport fra Ada	119
Klubbens roeffekter	122
Bøyekomiteéns rapport	123
Concept Marathon	124
Sikkerhetsreglement	127
Regnskap	130
Medlemsregister/E-Mail adresser	136
Hva skjer i CR 2004	150
Terminliste 2004	151

Klubbens adresse:
Telefon:
Hjemmeside:
Bankgiro:

Frognerstranda 2 0271, Oslo
22 44 82 12
www.christiania-roklub.no
7020.05.00235

Forord

Jammen gikk det bra denne gangen også, Stein! Stein Mørk, som trykker årboken, er veldig hyggelig å snakke med frem mot nyåret. Etter hvert som dagene går utover i januar, øker hans bekymringer om det i det hele tatt blir noen årbok denne gangen. Han er jo sisteleddet i prosessen og har ingen å skyve eller skyte på. Til alle medlemmer som er pliktig til å skrive rapporter i pakt av et verv, og andre som har noe på hjertet, har jeg følgende gode råd.

Skriv artikkelen eller beretningen og lever den før julen ringer inn.

Som den observante leser av årboken vil du sikkert se at formannens betraktninger vokser for hvert år og det skal den også få lov til. Lengden på denne artikkelen gir oss klare signaler om at det er stor aktivitet i klubben - kanskje større aktivitet enn noensinne? La det være helt klart at Erling gjør en kjempejobb, og når det en gang velges en ny formann blir utsagnet om å hoppe etter Wirkola aktuelt igjen.

I fjorårets forord nevnte jeg klubbens historie og hvor mangelfull denne faktisk er når det gjelder bevaring av alt som kan føre historien videre. Skal jeg peke på en oppgave som må løses gjelder det klubbens billedarkiv, eller mangel på dette. Bortsett fra et album fra 30-årene er vi uten billeddekning. Bilder fra årbøkene er vanligvis returnert til eier og dermed står vi ribbet tilbake. Jeg kan imidlertid rope at det ligger en god del billedmateriell - det meste innrammet, i det gamle kjølerommet til restauranten. Men utover dette står vi ganske svakt når det gjelder historisk materiale. Vi hadde en del filmruller, men disse er sporløst borte. Kanskje finnes det medlemmer som sitter på spennende materiale som klubben kan få kopiere?

Vi har en historisk gruppe som har gjort noen forsøk på systematisering av det som finnes, og en mulig presentasjonsform av dette. Interessen i de styrende organer var dessverre ikke særlig stor noen år tilbake og derfor stoppet det hele opp. Tre årer montert på en vegg var det man fikk til.

Tilslutt, som seg hør og bør, en stor takk til alle bidragsytere i årets utgave, og husk at bilder ofte er halve historien!

Vi retter også en stor takk fra klubben til våre gode, årvisse bidragsytere:

Anonym papirgrossist – har levert papir til boken.

Skotvedt & Aanesen AS – har stått for offsetplater.

Arne S. Mørk A/S – har trykket boken som så mange ganger før.

Gamle og nye annonsører – med sin verdifulle støtte.

Robert Bjørgan

Redaksjonen retter en stor takk til følgende fotografer: Sigurd Gullerud, Irene Kåsa, Tore Rokkan, Stein Mørk, Pål Svensson, Aud Engebretsen, og andre som sikkert er glemt.

Denne årbok er
trykt på

MultiArt Gloss

Christiania Roklubs råd

Opprettet 19. april 1928

Æresmedlemmer:

Per Gustavsen
Magne Sølvsberg

Tidligere formenn:

Jens Grevstad	Bernt Christiansen
Sigurd Dürbeck	Stein Randsborg
Gunnar Fredrikson jr.	Henning Cook
Øivind Haraldsen	Annelise Hem

15 medlemmer valgt av generalforsamlingen:

Elsa Borch Graver	til 2003	Øyvinn Brøymer	til 2004
Peter Narvestad	til 2003	Tine Heien-Larssen	til 2004
Per Arild Mørk	til 2003	Tor Westlie	til 2005
Hans K. Fleischer	til 2003	Jon Mabråten	til 2005
Kristine Klaveness	til 2003	Cathrine Wilhelmsen	til 2005
Per-Kristian Dahlstrøm	til 2004	Pål Svensson	til 2005
Bjørn Lundein	til 2004	Morten Flood	til 2005
Gerhard Dürbeck	til 2004		

Christiania Roklubs æresmedlemmer:

Konsul Axel Heiberg (†)	1911	Hovedagent Toralf Hagen (†)	1957
Skipsreder Christoffer Hannevig (†)	1917	Bestyrer Gunnar F.W. Fredrikson (†)	1968
Grosserer Engelhardt Eger (†)	1918	Direktør Hans Blom (†)	1977
Agent Hannibal Feght (†)	1925	Direktør C.A. Christiansen (†)	1977
Gen.krigskommisær Jens Bratlie (†)	1928	Bernhard Christiansen (†)	1982
Direktør Eskild Jensen (†)	1929	Magne Sølvsberg	1988
Disponent Boye Schlytter (†)	1951	Per Gustavsen	1988
Grosserer Leif Mostue (†)	1954		

Styret 2002



Formann
Erling Storm



Viseformann
Jul Olsen



Sekretær
Janne Spilling



Tur & mosjonssjef
Stein Mørk



Økonomisjef
Øyvind Wøllo



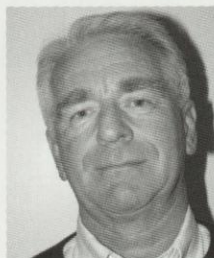
Rosjef
Ernie Clark



Klubbsjef
Irene Kåsa



Race matr.sjef
Esther Werburg



Instruksjonssjef
Robert Bjørgan



Bogstadsjef
Roy Hagen

Hovedstyret og utvalgene 2003

<i>Hovedstyret:</i>	Erling Storm Jul Olsen Janne Spilling Ernie Clark Stein Mørk Esther Werburg Robert Bjørgan Roy Hagen Irene Kaasa Øyvind Wøllo	Formann Viseformann Sekretær Rosjef Tur og mosjonssjef Materialsjef, racematr Instruksjonssjef Bogstadansvarlig Klubbsjef Økonomisjef
<i>Kapproingsutvalget:</i>	Ernie Clark Øyvind Haraldsen Sigurd Gullerud Nils Petter Lilledahl Evy Ness Granan	Rosjef 1. viserosjef 2. viserosjef Materialsjef 5. medlem
<i>Huskomiteen:</i>	Irene Kåsa Torill Enersen Robert Palmstrøm Tina Bro Pedersen Janne Spilling Torill Enersen Evi Zouganeli Per Arne Holmann Pernille Pihl Irene Jacobsen Svend Falkanger Ingebjørg Hultgren	Per-Kristian Dahlstrøm Maiken Hertzum Larsen Stein Mørk Peter Narvestad Annelise Hem Morten Flood Evy Granan Elisabeth Wiik Jane Victoria Flower Karoline Nystrøm Jan Hultgren
<i>Valgkomitéen:</i>	Øyvind Haraldsen Monica Flatabø	Andreas Lundiin
<i>Revisor:</i>	Morten Flood	
<i>Rådets ordfører:</i>	Øyvin Brøymer	



Innstiftet 1908

Våre lover bestemmer: "Rådet foretar etter forslag fra styret utdeling av Klubbens hederstegn til dem som ved utmerkede fortjenester av roidretten eller av Klubben dertil finnes verdige."

Hederstegnet er tildelt følgende:

Konsul Axel Heiberg (†)	1908	Skipsreder Jac. M. H. Lindvig (†)	1918
Grosserer Engelhardt Eger (†)	1908	Tannlæge dr. Ludvig Mostue (†)	1918
Oberstløytnant O. Conradi (†)	1908	Redaktør B. Rosvall, Stockholm (†)	1918
Grosserer Christian Langaard (†)	1908	Dr. Em. Saugmann, Slagelse (†)	1918
Grosserer Nic. Andresen (†)	1908	Skipsr. Haakon Wallem, Bergen (†)	1918
Gen. krigsk. Jens Bratlie (†)	1908	Hovedkass. Fr. Lorentzen (†)	1921
Kommandørkapt. Th. Dannevig (†)	1908	Direktør Eskild Jensen (†)	1921
Kammerherre Ferd. Egeberg (†)	1908	Grosserer Eugène Ekholt (†)	1921
Arkitekt Hj. Welhaven (†)	1908	Arkitekt Chr. W. Heiberg (†)	1925
Kjøpmann Thorbj. Stenersen (†)	1908	Disponent Boye Schlytter (†)	1925
Oberstløytnant Johan Sverre (†)	1908	Hovedagent Thoralf Hagen (†)	1926
Grosserer H. Gulbranson (†)	1908	Ingeniør Th. Klem (†)	1926
Konsul Emil Mørch, Fr.stad (†)	1908	Agent Bertrand Moe (†)	1926
Arkitekt O. Sverre (†)	1908	Gross. Rudolph Schmidt, Københ. (†)	1927
Overrettsakfører Fred. Juell (†)	1911	Dr. Gustaf Uddenberg, Göteborg (†)	1928
Konsul Einar Wettre (†)	1916	Disponent Einar Andresen (†)	1928
Skipsreder Christ. Hannevig (†)	1916	Direktør Martin Arnesen (†)	1928
Agent Hannibal Feght (†)	1918	Grosserer Leif Mostue (†)	1928
Kapt. B. Bråkenhjelm, Göteborg (†)	1918	Colonel I. H. Gibbon D.S.O.	
Grosserer Einar Christensen (†)	1918	Leander Club, Henley-on-Thames (†)	1928
Godseier Westye P. Egeberg (†)	1918	Grosserer Sigurd Nielsen (†)	1930
Sven Hellström Göteborg (†)	1918	Direktør Per Fjåstad, Stockholm (†)	1930
Grosserer Aug. Kallevig (†)	1918	Direktør Gustav Lütken (†)	1935

Direktør Hans Blom (†)	1938	Direktør Bo Kaiser, Stockholm	1953
Bestyrer Gunnar F. W. Fredrikson (†)	1938	Kjøpmann Finn Bjønness (†)	1957
Overrettsakf. Harald Rømcke (†)	1938	Siv.ing. Bernhard Christiansen (†)	1958
Ingeniør Fredrik Juell (†)	1938	Økonom Helge Dalset (†)	1958
Konsul Reidar G. Wasteson (†)	1938	Disponent Jens Lyche (†)	1958
Direktør Leif Sendrén (†)	1946	Salgssjef Anton Johansen (†)	1958
Disponent Rolf Manskow (†)	1946	Disponent Fr. Faye Knudsen (†)	1959
Direktør Jens Knudsen (†)	1947	Sosialsjef Knut M. Backer (†)	1959
H.r. advokat Leif S. Rode (†)	1947	Agent Jens Grevstad	1962
Insp. Birger Storm Johannessen (†)	1948	Speditør Bjørn Steinert (†)	1962
Agent Hein Øhlckers (†)	1948	Salgsrepresentant Johan Aubert (†)	1967
Direktør Leif Sørvik, Göteborg (†)	1950	Kontorsjef O. T. Krogh (†)	1968
Avd. sjef K. A. Soelberg (†)	1950	Regnskapssjef Willy S. Evensen (†)	1968
Avd. sjef Johs. Quale (†)	1950	Asbjørn Løken (†)	1973
Båtmann Haavald Siljan (†)	1951	Christian Lütken (†)	1974
Disponent Erik Jaer (†)	1951	Direktør Per Gustavsen	1978
Boktrykker Arne S. Mørk (†)	1952	Hilmar Toftager (†)	1979
Gross. André Filtenborg, Københ. (†)	1953	Helge Olav Elgethun (†)	1980
Direktør Vagn Jensen, Københ. (†)	1953	Magne Sølvsberg	1982
Direktør Henry Larsen, Tønsberg (†)	1953	Jon Mobråten	1987
Konsul H.R.Becker-Eriksen, Moss (†)	1953	Jan Hultgren	1988
Direktør Gunnar Schjøll (†)	1953	Stein R. Mørk	1993
Direktør C. A. Christiansen (†)	1953	Stein Randsborg	1994
Advokat Sverre Vedeler (†)	1953	Øivind Haraldsen	1998
Represen. Poul Kragh, Københ. (†)	1953	Helge Bjonge	2001
Bankass. Wilhelm Haffner (†)	1953	Per Håkon Ihlen	2003
Avd. sjef Bredo Thorbjørnsen (†)	1953	Henning Cook	2003
Skipsreder Anders Wilhelmsen (†)	1953	Øivin Brøymer	2003

Innehavere av Norges Roforbunds gullmedalje

Utdrag av statuttene § 2. Denne medalje kan utdeles til:

1. Personer som i særlig grad har arbeidet for ro-idrettens fremgang og trivsel.

2. Roere som ved særlig fremragende prestasjoner har bidratt til roidrettens sunne utvikling.

Arkitekt O. Sverre (†)	1912	Direktør Ove Roll (†)	1957
Agent Hannibal Fegth (†)	1918	Siv.ing. Bernhard Christiansen (†)	1960
Direktør Jens Knudsen (†)	1925	Direktør Gunnar Schjøll (†)	1963
Advokat Leif S. Rode (†)	1925	Bestyrer Gunnar F. W. Fredrikson (†)	1969
Direktør Eskild Jensen (†)	1933	Agent Jens Grevstad	1978
Direktør Henry Larsen (†)	1933	Asbjørn Løken (†)	1990
Tannlege dr. Ludvig Mostue (†)	1939	Thoralf W. Sandaker	1994
Direktør Hans Blom (†)	1947		
Disponent Rolf Manskow (†)	1947		
Direktør H. R. Becker-Eriksen (†)	1950		

Innehavere av Norges Roforbunds hederstegn

Asbjørn Løken (†)	1984
Thoralf W. Sandaker	1984

Innehavere av Norges Roforbunds medalje for fortjenestefull roing

(Utddeles til roere som har vunnet 6 åpne internasjonale eliteløp eller NM, eller har startet i 18 internasjonale eliteløp eller NM, hvorav minst 4 seire, eller har startet i 24 internasjonale eliteløp eller NM.

Det må ha deltatt minst to lag i løpene, og roeren må ha deltatt i åpne løp for elite, senior eller junior i minst fire sesonger.)

Hannibal Fegth (†)	1905	Even Bakke (†)	1936
Fredrik Juell (†)	1906	Albert Heyerdahl	1938
Haakon Tønsager (†)	1910	M. Busch Christensen (†)	1938
Gustav Hæhre (†)	1912	Bernhard Christensen (†)	1938
O. T. Krogh (†)	1912	Knut Gråbø (†)	1946
Fr. Lorentzen (†)	1914	Rolf Berg (†)	1949
Jens Knudsen (†)	1914	Arvid Eliassen	1949
Henry Larsen (†)	1915	Willy S. Evensen (†)	1949
Th. Klem (†)	1918	Sigurd Grønli	1949
Kaare Heiberg (†)	1919	Arne Serck-Hanssen	1949
Johan Harbitz (†)	1919	Leif Gudim	1951
Birger Var (†)	1921	Bjørn Steimler	1951
Per Gulbrandsen (†)	1921	Viggo Winther (†)	1955
Alf Hafting (†)	1923	Robert Tank-Nielsen	1956
C. F. Klyve (†)	1923	Egil Schøyen-Nilsen (†)	1957
Bernt Fossum (†)	1924	Aage Moen (†)	1957
Ernst Andersen (†)	1927	Arild Dyrø Moe	1957
Frank Schjeldrup (†)	1927	Per Håkon Ihlen	1960
Gert Heiberg (†)	1928	Tor Westlie	1960
Erik Brekke (†)	1931	Hans Engebretsen	1962
Helge Motzfeldt (†)	1931	Tore Andersen (†)	1963
Gunnar Wessel (†)	1931	Robert Bjørgan	1963
Ove Roll (†)	1931	Bernt Christiansen	1963
Henrik Horn (†)	1933	Bjørn Lundin	1964
Martin Mehren (†)	1933	Kjell Andersen	1965
Einar Astrup (†)	1934	Tor Ahlsand	1965
Jens Grevstad	1934	Bjørn Carlsen	1965
Rudolf Larsen (†)	1934	Erik Hirsch	1968
Gunnar Schjøll (†)	1935	Øyvind Brøymer	1972
C. A. Christiansen (†)	1935	Stein Adel Randsborg	1973
Gunnar F. W. Fredrikson (†)	1935	Finn Haug	1974
Trygve Røstrup (†)	1935	Arne Jahr	1975
		Jan Sørderstrøm	1978

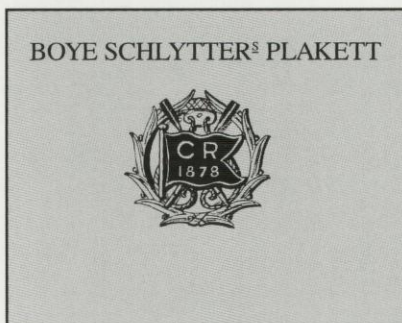
Innehavere av Norges Roforbunds medalje for fortjenestefull coxing

(Utdelles til styrmenn som har minst 60 starter i nasjonale eller internasjonale elite-, senior- og juniorløp. Det må ha startet minst 2 lag, og styrmannen må ha deltatt i åpne elite-, senior eller juniorløp i minst seks sesonger.)

Sigurd Fladager (†)	1934	Thoralf W. Sandaker	1951
Gunnar F. W. Fredrikson (†)	1939		

Nordisk Roforbunds Æresmedlemmer

Hannibal Fegth (†)	1960	H. R. Becker-Ericksen (†)	1969
Leif S. Rode (†)	1962	Rolf Manskow (†)	1969
Harald Rømcke (†)	1969		



Innehavere av Boye Schlytters Plakett

(Utdelles for god sportsånd utvist av CR-medlemmer under utøvelse av eller til fremme av roidretten)

Hannibal Fegth (†)	1963	Erik Bjonge	1977
O. T. Krogh (†)	1964	Arne S. Mørk (†)	1978
Gunnar F. W. Fredrikson (†)	1964	Jan Edvard Thygesen	1980
H. R. Becker Ericksen (†)	1965	Odd Hansen	1981
Birger Storm-Johannessen (†)	1965	Stein Randsborg	1982
Bernhard Christiansen (†)	1966	Stein Mørk	1983
Boye Schlytter (†)	1967	Jon Hagen	1987
Th. Hagen (†)	1967	Helge Bjonge	1987
Per Håkon Ihlen	1968	Øivind Haraldsen	1988
Joakim Paulsen (†)	1968	Tine Heien Larssen	1991
Hilmar Toftager (†)	1969	Eivind Engebretsen	1995
Jens Grevstad	1971	Kristine Klaveness	1996
Magne Sølvsberg	1973	Martha K Helgeland	1999
Hans Engebretsen	1974	Cathrine Wilhelmsen	2001
Per Arild Mørk	1977		

Formannen har ordet..

125 år er det viktig å markere og bruke til alt det er verdt. Målet var å rette oppmerksomhet mot roing generelt og CR spesielt. Jeg mener vi har lyktes meget bra.

Jubileumsarrangementet på Kongen 15. mai, med ordfører Per Ditlef-Simonsen i spissen og Kampen Janitsjar. Ca 200 gjester fikk oppleve gode taler og hilsninger, meget god servering og et regatta arrangement med scullercup med seks av verdens beste roere og åttercup mellom CR og NSR. Jeg overdriver neppe når jeg kaller dette det flotteste arrangementet i "manns minne" på Kongen.

Dagen før, 14. mai, ble boken "Roerne i Christiania" lansert på en båttur på fjorden, hvor forfatter og forlegger, bokbransjen og sculler roerne var gjester. William Nygaard uttalte entusiastisk om boken; "Dette er Edvard Hoem på sitt beste"! CR kjøpte inn 500 eksemplarer med en egen hilsnings side for medlemmer. Ca 300 bøker er til nå solgt.

Hensikten med boken var å belyse vår historie på en leseverdig måte for folk flest. Jeg blir ydmyk i forhold til den innsats som våre forgjengere har lagt ned for CR, byggingen og finansieringen av Kongen.

Mye har vi lært om klubbens liv takket være Edvard. Styret valgte å takke ham med å gi ham livsvarig medlemskap. Vi har stadig sett Edvard på trening, til og med stroket han en av våre nybegynner åttene i sommer!

Hans Norman Dahl laget tre litografier som viser roere på Bogstad med



Edvard Hoem mottarbeviset på at han er livsvarig medlem i Christiania Roklub.



Åpningen av sesongen 2003 var ikke særlig vårlig og varm. Det kan de som var tilstede underskrive på!

vakre Bogstad gård, og i Frognerkilen med Oscarshall og Kongen. Tre motiver som et tripticon. Jeg håper virkelig våre medlemmer skjønner den historiske betydning av at to av vår mest anerkjente kunstnere, i vår generasjon, har i ord og bilder, dokumentert for ettertiden CR's betydelige posisjon i Oslo by.

Vi gjennomførte også et NM arrangement på Årungen som ble betegnet som et av de beste som har vært arrangert, godt teknisk gjennomført og med meget bra servering.

Sportslig gikk det også meget bra, total seier med Emil Mørks pokal og ikke minst Kongepokal til CR ved Maren Sandbu. Gratulerer!

Vårt mål om å bruke jubileet til økt rekruttering ble nådd. Roskolen hadde to semestre, både vår og høst, med til sammen ca 150 elever. I tillegg hadde vi skolerøing hvor 11 skoler ble invitert til å stille firerlag for 9 – 10 klasse. Til sammen har ca 170 nye meldt seg inn i CR i år. Det gir oss et medlemstall på 480 ved årsskifte. Vi er dermed like mange medlemmer som NSR!

Etter roskolen har de nye medlemmene blitt fulgt opp med tilbud om åtterøing. 2 til 3 dame, og 1 til 2 herre åtter, har jevnlig vært på vannet i hele sommer. Deltagelse i regattaene i Sarpsborg, på Kjørbo og i NM er det også blitt.

Jeg vil herved få takke alle som har bidratt med meget stor innsats til arrangementer, rekrutterings og instruksjonsarbeid. Særlig vil jeg takke styret for et meget hyggelig styreår og jubileumskomiteen for innsatsen.

Oppgaven for CR nå er å fortsette den gode utviklingen. Derfor har vi i januar gjennomført en spørreundersøkelse blant medlemmene for å finne ut hvordan vi best kan skape en hyggeligere og bedre roklubb.



Grillaften på Toppen. Denne gangen var det markant tisisg av årets nye medlemmer.

Vi er meget heldige som har så mange innsatsvillige medlemmer, både nye og gamle. Et eksempel på bidrag fra nye medlemmer er Tore Rokkan's innsats med web sidene. Følg med på web sidene, de er nå vår viktigste informasjonskanal, hvor all informasjon om det som skjer i klubben finnes. www.christiania-roklub.no

Et annet eksempel på kjærlighet til CR er vårt æresmedlem Per Gustavsens medalje gave. Han har gitt en "1 kg sølv minne medalje" fra OL 2000 i Sydney, som skal gis til den CR roer som først vinner en OL medalje. Mens vi venter på det skal den gis som en vandrepremie til den CR roer som gjør sesongen største enkelt prestasjon.

For 2003 ble den, på rekeaftern, gitt til Maren Sandbu for hennes singel løp i NM som ga henne Konge pokalen. Per setter ved sin store gave fokus på det vesentlige i Roklubben, det å vinne. Å delta er ikke det viktigste, det er en forutsetning å delta. Det viktigste og morsomste er å vinne.

Det skal mye til for å vinne. Talent, hard og mye riktig trening både fysisk og mental, godt utstyr og støtte apparat. Dette koster penger og styret er av den oppfatning at vi i CR skal fortsette den linje som vi har fulgt i klubben i alle år, at topp roerne, de som ror på et godt internasjonalt nivå gies best mulige vilkår.

Vi har en bra båtpark, selv om ønskelisten er lang. De dårligste båtene selger vi for å gi



Maren, som fikk Kongepokalen i år, ble behørig takket av blant annet viseformannen

plass til nye. Og nye båter får vi heldigvis hvert år. Vi har fått en dobbelt firer og en dobbeltsculler av medlemmer som verdsetter sin roklubb så høyt at de spanderer båter.

Tusen takk!

Som kjent har vi lagt planene om utbygging på Bogstad i skuffen så lenge. I stedet selger vi de båter vi ikke trenger og innskjerper vilkårene for å ha private båter i båthuset. Det vil koste leie og et krav om at de brukes mye av eieren og evt. andre roere.

Dette vil frigjøre nok plass til å få plass til de båter vi trenger.

Vi er i gang med et mudringsprosjekt ved bryggene, taket på den gamle delen skal fornyes og "plenen" foran bådhallen skal utvides. En egen prosjektgruppe ledet av Per Arne Holman arbeider med dette prosjektet. Det hele finansieres ved egenkapital, dugnadsinnsats, idretts midler og andre kommunale midler. Vi åpner vår brygge for Handicap padling og får støtte av kommunen til mudring og reparasjoner av bryggene.

Økonomien i klubben er god, men inntektene er i hovedsak basert på leieinntektene på Kongen. I fjor utgjorde kontingentene ca 7% av det det koster å drive roklubben. Det er for lite og vi som har glede av klubben til daglig må nok finne oss i å bidra mer.

Derfor foreslo styret, og generalforsamlingen vedtok, at kontingenten for alle aktive, skulle for 2004 økes til kr. 900,- pr år; og passiv til kr. 400,- pr. år. I tillegg kommer treningsavgift på kr. 300,- for de som ror race, og evt. aktives egenandeler for regattadeltagelse som varierer med kostnadene. På denne måten kan vi møte de økte utgiftene ved økt aktivitets nivå. Jeg får av og til henvendelser om hvordan vi kan kutte i utgiftene, som regel ved å kutte i antall trenertimer vi betaler for. Våre treneres innsats er såkornet i idretten og vi høster ingenting hvis vi aldri sår. Så får vi finne oss i at ikke alle korn spirer. Jeg vil takke våre trenere for innsatsen. Sammen med de aktive er det nok de som legger inn mest tid for CR.

I år har vi formalisert et samarbeid med NSR om å sende en topp åtter til Thames cup i Henley. Foreløpig er det 14 navn på listen over de som deltar på fellestreningene og flere blir det nok. Hensikten er å gi de roere i Oslo klubbene som faller utenfor OL gruppen et godt trenings tilbud og et mål for



Kristine Klavenes døper en av de nye båtene ved åpningen.

sesongen som gir innsatsen mening. I tillegg er de med å skape et godt treningsmiljø og blir forbilder for våre yngre roere.

Også i år vil vi invitere til skole-roing. På de skoler hvor det blant lærerne finnes en roer, er det lett å rekruttere talent fulle og treningsvillige lag. Vi vil oppfordre våre nabo-klubber Ormsund, NSR, OKR og Bærum til det samme. Lørdag 8. mai inviterer vi til skole regatta i Frognerkilen og håper alle medlemmer, foreldre og skolekamerater kommer og heier på sine lag.

Etter skoleroingen kommer igjen roskolen. Vi trenger flere potensielle race roere. Det vil vi prøve å markere i annonsen for roskolen gjennom å angi "ønskede kvalifikasjoner".

Sammen vil Henley åter, skoleroing og roskolen gi oss et godt trenings felle-skap og miljø som vil kreve mye innsats å følge opp og forhåpentligvis mange gode lagbåter for CR.

Jeg vil igjen minne om styrets ambisjon; "CR skal være en ryddig og seriøs idrettsforening som gir alle aldersgrupper et godt trenings og røtilbud i gode båter av alle typer.

Klubbmiljøet skal være åpent og inkluderende."

Jeg mener at vi lykkes ganske godt takket være stor interesse og innsats fra veldig mange nye og gamle medlemmer. Spesielt vil jeg trekke frem den store gruppen veteraner som trener jevnlig og deltar i Masters og andre regattaer. Det er på mange områder den gruppen som de siste år har båret klubbmiljøet og bekledd de verv og oppgaver som det har vært behov for.

For å markere betydningen av Masters roerne i klubben vil vi sette en post i budsjettet for transport og startkontingenter til veteran regattaen i Hamburg til sommeren. Vi gamle roere som bruker en vesentlig del av vår fritid på administrasjon av klubben må ha litt moro også. I år er Masters i Hamburg for mange et hyggelig treningsmål.

Huskomiteens innsats er av stor betydning for miljøet i klubben.

Torsdagene på Toppen, nå også med tema kvelder. Olaf Tuft; "veien til VM gull" samlet fullt hus på Toppen. Olaf fortalte om trening, målbevissthet, trofasthet mot treningsprogrammet – beslutningen om å bli best. Han fortalte også om sine gode holdninger og livsfilosofi: "trenger en kamerat hjelp, så



En stor takk til de som tok jobben med servering og alt det andre som følger med under jubileumsfesten.

hjelper jeg, neste gang er det kanskje jeg som trenger hjelp”

Det blir flere torsdager med temaer så følg med på web sidene! (www.christiania-roklub.no)

Rekeaften er den store tradisjonsrike festen. I år ble formannen invitert til å vurdere kalkylen. Ettersom det er en del av jobben min å kalkulere både selskaper og elektriske anlegg tok det ikke mange minutter å regne ut at det må koste ca. kr. 300,- for ikke å risikere underskudd.

Etterkalkylen viser at det var helt korrekt. Overskuddet var på under kr. 1000,-. Jeg har forstått at det falt enkelte tungt at vi doblet prisen. Men jeg antar at ingen i fullt alvor kan mene at vi skal gå underskudd på verken klubbafteener, rekeaften eller andre slike arrangementer. Slitasjen på hus og utstyr tilsier at vi absolutt bør innkalkulere et ønsket dekningsbidrag på alt som selges i klubben.

På rekeaften 12. november til høsten skal vi nok være litt mer eksakte i fordelingen av ”inkludert” vin, slik at vi kanskje kan sitte igjen med et tilstrekkelig bidrag til å få fornyet oppvaskmaskinen på toppen, kanskje gitt gulvet to strøk lakk til. Nye sofaer trengs også. Det hadde vært fint om klubbdriften kunne finansiere slikt.

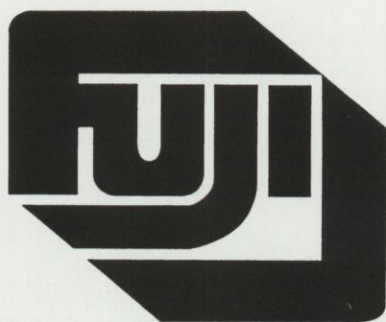
Aktiviteten er stor, derfor er det spesielt hyggelig at vi også i år greier å lage årbok. En stor takk til Robert Bjørgan og alle som hjelper ham både som roskole sjef og som årbok redaktør!

Det er med stor stolthet jeg viser frem årboken, det er høy profesjonalitet lagt i den. Få idrettsklubber klarer tilsvarende!

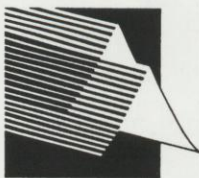
Roerhilsen

Erling

Denne årbok
er trykket på



offsetplater
fra



SKOTVEDT & AANESEN AS

Nedre Rommen 5H, 0988 OSLO. Tlf.: 22 21 51 00 – Fax: 22 21 59 93

In Memoriam

Bjørn Haug

Klubbvennen og "regatta-bomleren" Bjørn Haug som ble født i 1946 og vokste opp på Marienlyst ved NRK, gikk bort fra oss i juni, etter en lengre kamp mot kreften. Han var et naturlig innslag i klubben etter at han ble medlem i 1965, hvor han fikk klengenavnet "Hødd". Han var mest interessert i det flotte sosiale livet i CR, og det gode kammeratskapet og de mange hyggelige aktivitetene i og utenfor klubben. Selv om han rodde et løp i 4+ innerigger, likte han seg best i "Bomlergjengen" på tribunen. Med sitt alltid gode humør og glade ansikt, var Bjørn en samlende personlighet under CR's banner på de fleste regattaer i Oslo-området. Helst likte han lange roturer i Oslofjorden med gutta.

Det var i den tiden kun menn var medlemmer i Christiania Roklub, men han besørget for at dette ble ballansert ut på klubbens mange danseaftener, der han var en ivrig deltager og humørspreder.

Om ikke Bjørn ville ro regatta selv, var han vanskelig å slå under løpingen på Bygdøy, og han deltok et år på CR's lag under Holmenkollstafetten. Høy, slank og uslitelig, landet han avgårde, gjerne pratende og leende, mens andre hadde nok med å holde følge. Var med å trente vekter om vinteren og var en positiv og ærlig kar som brydde seg om andres ve og vel. Ellers var Bjørn en habil fotballspiller, skiløper og skøyteløper og en sportsglad personlighet.

Etter skoletiden på Marienlyst Skole, reiste Bjørn "til-sjøss" i flere år, hvorpå han der ble glad i sjø og vann. Det var derfor naturlig for ham at da han endelig tok seg jobb "på-land", oppsøkte CR, der han fra før av hadde flere tidligere skolekamerater.

I de siste årene, så vi mindre til Bjørn, og sykdommen satte sitt preg. Vi hadde gleden av å ha ham med oss på 125-års Jubileumsfesten 15. mai på Kongen. Han hadde iført seg sin gamle CR-blazer og sitt gode humør. Under en samtale på Toppen, sa han hvor stolt han var av klubben sin, og all den glede Christiania Roklub hadde gitt ham igjennom disse mange årene. Noen uker senere gikk han bort.

Hans begravelse var som hans livsstil, beskjeden, men med mange og lange minnetaler. CR var representert med flere medlemmer. Vi vil savne ham og takke ham for den han var, det han ga, og vil lyse fred over hans minne.

Jan R. Söderstrøm

TRYKKSAKER

ARNE S. MØRK ^A/_S
TRYKKERI PAPIRINDUSTRI

Telefon 22 11 06 09 - Fax 22 20 91 25
Chr. Krohgs gt. 30 - 0186 OSLO

Din allsidige trykksakleverandør

Sekretærens beretning 2003

Referat fra den 124 generalforsamling i Christiania Roklub som ble holdt på Kongen den 27 mars 2003. Antall medlemmer som møtte: 64 stk.

Lederen, Erling Storm, ønsket de fremmøtte velkommen, og erklærte generalforsamlingen for åpnet. Ingen kommentarer til innkallingen.

Ett minutts stillhet for medlemmer som var gått bort i året som gikk – Bernhard Christiansen og Martin Mehren.

Per Arild Mørk og Henning Cook ble valgt til å undertegne protokollen.

Bjørn Lundin leste rådets protokoll.

Sekretærens beretning: Kommentarer: Kwartfinalen – ikke finalen – i Henley.

Øyvinn Brøymer ikke i Rosportens Venner.

Klubbssjefens beretning: Ingen kommentarer – beretningen godkjent.

Tur og mosjonssjefens beretning: Ingen kommentarer – beretningen godkjent.

Terje Graver på 2 plass i Adelskalenderen side 46 i årboken.

Rapport fra økonomisjefen, Øyvind Wøllo - ingen spørsmål – regnskapet godkjent.

Budsjett 2003 – ingen spørsmål.

Bakgrunn – utbyggingsplan på Bogstad – hvilke konsekvenser vil det få?

Spørsmål om endring av kontingentsatsene?

Juniorer/studenter/aktive

Kr. 900 pr år

Passive

Kr 400 pr år

Familie i samme husstand til 18 år

Kr 2000 pr år

Livsvarig kontingent

15 X aktiv kontigent.

Alle som stiller for CR i konkurranse – lisens

kr 300.

Forslaget ble vedtatt med 54 for og 10 i mot.

Valg: ved Øivind Haraldsen

Styret: Leder Erling Storm – ikke på valg

Nestleder Jul Olsen – gjenvalgt

Økonomisjef Øyvind Wøllo - gjenvalgt

Sekretær Charlotte Morsund – Janne Spilling – valgt

Klubbsjef Marit Christiansen – Irene Kåsa – valgt

Tur og Mosjonssjef Stein Mørk –gjenvolgt

Bogstadsjef Ester Verburg – Roy Hagen - valgt

Tur og Mosjonsmaterialsjeff Jan Hultgren - det ble oppnevnt en vedlikeholdsgruppe som rapporterer til Racematerialsjeff. Følgende har tilhørt vedlikeholdsgruppen: Leif Wahlund, Terje Graver og Tor Wesli.

Flagg og pokalsjeff Evy N.Granan – valgt.

Revisor Morten Flood – valgt.

Valgkomiteen er gjenvolgt: Andreas Lundin – Monica Flatabø – Øivind Haraldsen

Valg av medlemmer til rådet: 5 medlemmer av klubben kan velges. Pr. i dag (4) stk – spørre K.K. – Per Arild Mørk – Terje Graver.

Hans Fleischer har trukket seg – Jan R. Söderstrøm ble valgt til hans plass.

Erik Osvold, Jan Hultgren, Marit Christiansen og Charlotte Morsund ble takket for innsats i klubben . Blomster og glass ble utdelt.

Klubbens hederstegn ble på generalforsamlingen tildelt Øyvin A. Brøymer. Jubileumskomiteen informerte ved Henning Cook. De har satset på kvalitet – kunst v/Hans Norman Dahl. Bok v/Edvard Hoem.

Jubileumscup/regatta med VM deltakere fra i fjor. Det blir pengepremier. Telenor har sponset med Kr. 140 000.

Edvard Hoem leste utdrag fra boken, hentet fra 1914 – fantastisk. 15. mai kl.17.00 – Jubileumsarrangement.

Kort informasjon: Stein Mørk informerte om neste lørdags Concept konkurranse på plenen – hel og halv maraton.

Referat fra høstmøtet 23 oktober 2003

72 medlemmer møtte fram til årets høstmøte på Kongen. Lederen Erling Storm ønsket alle velkommen og erklærte møtet for åpnet. Janne Spilling førte protokoll. Erling Storm og Jul Olsen undertegnet protokollen.

Ingen kommentarer til innkalling/dagsorden.

Klubbens hederstegn ble tildelt Per Håkon Ihlen. Han har vært medlem i CR siden 1952. Erling Storm holdt en fin tale til ham i anledning tildelingen.

Rådets protokoll leses av Bjørn Lundin. Rådet har hatt ekstraordinært møte angående Bogstadanlegget.

Per Gustavsen gir CR en flott gave – en medalje – som skal gis til den roer i klubben som først tar olympisk medalje. Inntil det skjer vil medaljen årlig bli gitt den roer som har stått for den beste prestasjonen.

Rosjefens beretning ble lest av Ernie Clark. Han trakk fram en utviklingsplan for klubben. Han nevnte årets skoleregatta – en suksess for klubben - videre gode resultater av roerne gjennom hele sesongen. Kongepokal til Maren Sandbu under årets NM på Årungen . Rosjefens pokal gikk også i år til Kristian Notto Simensen med 18 seire. Alle trenere og hjelpere ble takket for stor innsats.

Instruksjonssjefens beretning ble lest av Robert Bjørgan. Det ble i år holdt 2 roskoler – vår – og høst. Det var i år rekorddeltakelse på roskolene, ca. 150 nybegynnere. Det ble i år også brukt åttre i roskoleinstruksjonen. Dette var meget vellykket. Målet for roskole, er større aktivitet på Kongen og flere medlemmer. Men hvor mange blir igjen i klubben utover høsten? Instruksjonssjefen takket alle instruktører og andre hjelpere for innsatsen. Ingen kommentarer eller spørsmål til beretningen. Beretningen godkjent. Innlegg fra Bjørn Lindholt angående triptikon/bildeprosjekt. Salg gir inntekt til nye båter i klubben.

Vedlikeholdsplan for Bogstad ble lest av Erling Storm. Private båter skal ha brukstiljengeligheit. Routvalget og trenere bestemmer.

Valg ved valgkomiteens leder Øivind Haraldsen:

Valg:	Rosjef	Ernie Clark	gjenvolgt
	1.viserosjef	Øivind Haraldsen	valgt
	2.viserosjef/transportsjef	Sigurd Gullerud	gjenvolgt
	Race/materialsjef	Nils Petter Lilledahl	valgt
	5.medlem	Evy Ness Granan	valgt
	Instruksjonssjef	Robert Bjørgan	gjenvolgt

Iver Høy og Tor Ahlsand hjelper til med vedlikehold.

Eventuelt:

- Jan Söderström: holdt et kort innlegg og overrakte en illustrasjonstegning til Erling Storm
- Bjørn Lundin: Betaling av regattaer – egenandel for regattadeltakere.
- Tone Pahle: informasjon om neste års Mastersregatta i Hamburg 4 – 6 sept. 2004.
- Året deretter Mastersregatta i Skottland. I 2005 Fisa Masters Game i Edmonton, Canada
- Tore Rokkan: veb-master i klubben
- Per Gustavsen takket styret for arbeidsinnsats.

Følgende medlemmer har hatt verv i tilknytning til rosporten utenom klubben:

Per Gustavsen	Rosportens Venner
Erling Storm	Rosportens Venner
Ada Spæren	Oslo Rokrets
Øyvinn A. Brøymer	Stiftelsen Årungen Rostadion – leder i
Lahellegrunnen AS	
Cathrine Monrad Hagen	Norges Roforbund: medlem i domsutvalget
Grete I. Stokke	Nasjonal og internasjonal dommer
Jan Sørderstrøm	Medlem i NRs Masters utvalg
Dommerkollegium, nestleder.	Norsk Idretts Internasjonale
Kristine Klaveness	Rosportens Venner, Styremedlem
Komite: styremedlem 2003 – 2007	Leder i Fornebu Sportsklubb
	Norges Idrettsforbund og Olympiske
	Norges Roforbund: styremedlem med ansvar for klubbstøtte 2002 – 2004
	Norges Roforbund: medlem av utdanningsutvalget 2002-2003
	Norges Roforbund: leder av jenteprosjektet 2003 -2004
Janka Nakken	Norges Roforbund: medlem utdanningsutvalget 2002-2004
Camilla Wold	Norges Roforbund: medlem i ungdomsutvalget 2003-2004
Tone Pahle	Medlem av FISA`s Masters Commission, ansvar for dommer delen under FISA World Masters Regatta
	Medlem av FISA`s Womens Commission
	Internasjonal rodommer(var dommer og starter under prøve-OL junior VM i Athen i 2003)
	Dommer i Henley veteran regatta i 200
	Leder av Masterutvalget i Norges Roforbund
	Medlem av Dommerutvalget i Norges Roforbund
Janne Spilling	
Sekretær	

Medlemsstatistikk 98:	Strøket:	Nye:	Antall ved årets slutt:
Aktive	22	54	233
Passive	2		39
Livsvarige	3	1	64
Yngre avdeling	14	2	57
Tilsammen	41	57	393

Medlemsstatistikk 01:	Strøket:	Nye:	Antall ved årets slutt:
Aktive	-36	54	+12 260
Passive	-5		34
Livsvarige	-3		61
Yngre avdeling	-1	10	-12 54
Tilsammen	-45	64	409

Medlemsstatistikk 02:	Strøket:	Nye:	Antall ved årets slutt:
Aktive	-86	50	220
Passive	-6		45
Livsvarige	-7		54
Yngre avdeling	-4	14	51
Tilsammen	-103	64	370

Medlemsstatistikk 03	Strøket	Nye	Antall ved årets slutt
Aktive	37	140	323
Passive	5	1	41
Livsvarige	-	2	56
Yngres avd.	18	27	60
Til sammen	60	170	480





Vi skaper aktivitet på din egen fasade.

Med *Dynamic*® sparer du tid og penger samtidig som din fasade blir en aktiv reklameplass.



CROSSMARK AS

Strømsveien 195, 0668 Oslo
tlf: 22 72 95 50, fax: 22 72 95 51
www.crossmark.no

Velkommen til Thomas Renhold AS

Din samarbeidspartner innen renholdstjenester
Vi leverer kvalitetstjenester og yter god service

Hvis du vil ha kvalitet og god service er vi
den rette renholdsbedriften for deg

Ta kontakt med oss for et uforbindtlig tilbud

Thomas Renhold AS

THOMAS RENHOLD AS

Jerikoveien 27 B, 1067 OSLO

Tlf: 22 79 40 09 Mob: 90 93 32 70

E-post: post@thomas-renhold.no - www.thomas-renhold.no

Rådet i Christiania Roklub

- 75 års tilbakeblikk og 2003

Rådet i Christiania Roklub ble konstituert 19. april 1928 på Kongen med arkitekt O. Sverre som klubbens første ordfører.

Det er få spesielle saker som faller naturlig å referere fra de tidligste årene ved lesning i råds protokollen. Jeg merker meg, imidlertid, at det fra et møte i 1932 henvises til et skriv fra Oslo Havnevesen av 9. oktober 1931 hvor klubben for all fremtid er fritatt for vedlikeholdsutgifter til Lahellemoloen.

Vi overtok selv bryggen og bygde ny betongmolo i 1988. Dette skjedde samtidig som retten til å ha båthavn knyttet til molen ble utleid. Som en gjenydelse skulle Christiania Roklub få overta grunnen under Kongen til en symbolsk sum. Oslo Kommune fraskrev seg senere under forhandlingene et hvert ansvar for de løfter Oslo Havnevesen tidligere hadde gitt. I ettertid må vi likevel si oss tilfreds med de løsningene som har fremkommet.

Ved å lese igjennom råds protokollen sitter jeg tilbake med inntrykk av at det har vært få dramatiske hendelser de siste 75 år hvor rådets engasjement har vært påkrevd. Klubben har alltid hatt gode og ansvarsfulle styrer med engasjerte tillitsmenn.

De viktigste hendelsene som har vært svært betydningsfulle for klubbens utvikling og som likevel må nevnes var beslutningene om å bygge treningsbasen ved Bogstadvannet i 1978 og kjøpet av undervannskjøret Lahellegrunnen, som Kongen hviler på, og derved frikjøp av bygslingsavtalen med Oslo Kommune i 1995.

Rådets tilblivelse var begrunnet i ønsket om å ha et rådgivende og konserverende element for å sikre styrets beslutninger i saker av større økonomisk betydning. Rådet har også etter forslag fra styret fullmakt til å utdele klubbens hederstegn.

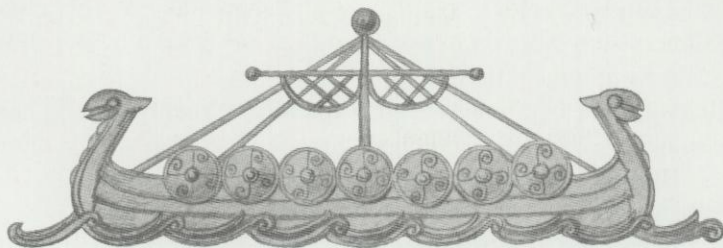
Rådet har gjennom sin 75-årige eksistens vært preget av stor grad av stabilitet og lite utskiftninger. Det har siden 1928 bare vært 8 ordførere i rådet og de fleste har hatt en funksjonstid på nær 10 år. Som kjent får alle tidligere formenn i klubben plass i Rådet fra det tidspunkt de fratrer. I tillegg velges 15

medlemmer blant klubbens medlemmer. I tillegg gis også æresmedlemmer fast plass i Rådet. Gjennomsnittlig medlemstid for rådets medlemmer er over 30 år.

I år har det vært avholdt to rådsmøter. -Et ekstraordinært rådsmøte, hvor videre utbygging på Bogstad og finansieringsspørsmål vedrørende dette ble drøftet. På det ordinære rådsmøte i forkant av generalforsamlingen ga klubbens formann en redegjørelse for klubbens drift og videre planer fremover. Jubileet var en formidabel suksess. Styret og jubileums komiteen har høstet mye ros for arrangementene.

Det er også rådets oppgave å følge opp klubbens foretningsdrift ved å være generalforsamling for Lahellegrunnen AS. Lahellegrunnen AS er eiendoms-selskapet som eier og driver Kongen og moloen ut til Kongen. Denne virksomhet er ryggraden i vår roklubbs økonomi og har basert sin aktivitet på langsiktige leieavtaler med til dels solide leietagere. Mot denne bakgrunn virker rammebetingelsene for klubbens utvikling fremover som gode.

Øyvin A. Brøymer
Rådets Ordfører



Christiania Roklubs 125-årsjubiléum

15. mai kl. 1700

Introduksjon og velkomsthilsen til de fremmøtte på selve dagen:

”Kjære vise- ambassadør, ordfører, æresmedlemmer, våre internasjonale gjester, gjester fra politikk og idrett, medlemmer av roklubben, mine damer og herrer.

Vi har gledet oss lenge til denne store dag. 125 år betyr at mange generasjoner har klart å holde fast ved tradisjonene i denne fantastiske roklubben. Vi kan love dere et program som gir litt til hodet og mye for kroppen (i hvert fall for noen av oss). Det vil si at vi tar kulturbegrepet på alvor ved at vi har gleden av å presentere - i dagens program - både vår anerkjente forfatter Edvard Hoem og den like anerkjente kunstneren Hans Norman Dahl, og ikke minst verdens beste roere som skal konkurrere i Frognerkilen. Dette har blitt mulig takket være god økonomisk støtte fra Telenor. Vi skal også la flaggskipet 8'er konkurrere både på herre- og damesiden med nasjonale roere”.

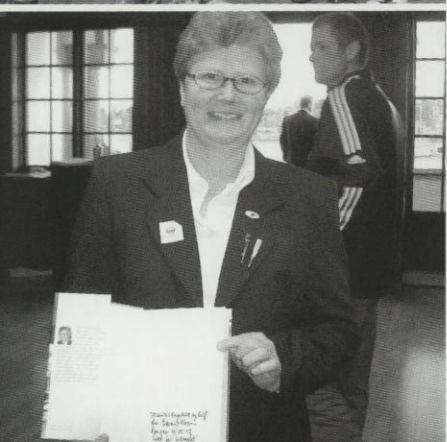
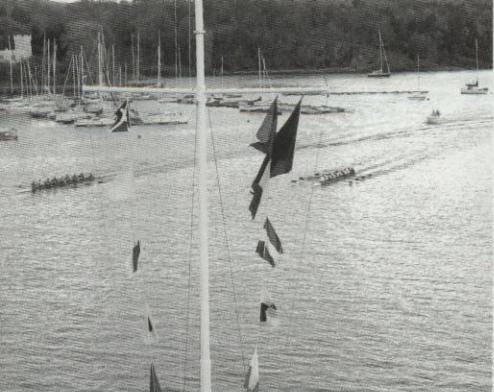
Dette var introduksjonen på det formelle programmet i forbindelse med vårt jubileum. Over to års planlegging og arbeid skulle nå gjennomføres på noen timer. Vi hadde regien, men vi visste ikke utfallet av arrangementet før dagen derpå. Jubileumskomiteen la følgende formål til grunn for jubiléet:

”Jubiléet skal primært sette fokus på Christiania Roklub spesielt - og roing generelt”.

Den samme komité la vekt på at de aktivitetene vi skulle gjennomføre skulle være få – men av høy kvalitet. Veldig tidlig i arbeidet ble det bestemt at jubiléet skulle fokusere på følgende:

- Jubiléumsarrangement på Kongen den 15. mai - stiftelsesdagen
- Regatta med internasjonal deltagelse
- Utvikle en jubileumsbok
- Utvikle et kunstverk
- Være arrangør av Norgesmesterskapet
- Skaffe sponsorer til å finansiere våre ambisjoner

Ubeskjedent vil jeg si at vi lykkes med så å si alt. Det er vel egentlig ikke overraskende. Christiania Roklub har gjennom generasjoner vært og er en



solid klubb takket være entusiasme og pågangsmot fra medlemmene. Samtidig som det er vår plikt (tillitsvalgte/medlemmer) å ta ansvar og forvalte de verdier (økonomi, kultur, tradisjoner, sportslige prestasjoner) på best mulig måte – både i dag og for fremtidige generasjoner og medlemmer. Dagens entusiastiske formann Erling Storm er et levende eksempel på tradisjoner og pågangsmot, som tredje generasjons medlem og hvor også fjerde generasjon er medlemmer av klubben. Dette vitner om rike og gode tradisjoner.

Edvard Hoem sa på generalforsamlingen i 2003 – da han leste fra sin dokumentarroman ”Roerne i Christiania” – ”at dette er en meget urettferdig bok”. Som forfatter så er man nødt til å ha sin kunstneriske frihet. Subjektive oppfatninger av Christianias historie gir nødvendigvis ikke alle våre medlemmer gjennom tidende den fortjente ros. Men hyggelig og spennende lesning er det allikevel.

Takket være økonomisk støtte fra Telenor ved Jan Edvard Thygesen kunne vi arrangere ”Kings Cup” med noen av verdens beste roere. Det var flott å se Olaf Tufte, Norge – Vaclav Chalupa, Tjekkia – Jüri Jaanson, Estland – Jan Ziska, Slovakia – Iztok Cop, Slovenia og Michael Nilsson, Sverige – ro mann mot mann i Frognerkilen.

En stor takk til alle, som bidro til at jubiléumsåret innfridde våre forventninger. Det er en fryd og jobbe med medlemmer som vet å ta ansvar for sine arbeidsoppgaver og for Christiania Roklub. Nok en stor takk til klubbstyret og aksjeselskapet som ga sin støtte, og ikke minst en like stor takk til jubileumskomiteen medlemmer: Per Gustavsen, Erling Storm, Jon Moberåten, Bjørn Lindholt, Per Dahlstrøm, Robert Bjørgan, Øivind Haraldsen og Bjørn Magnussen. Flere av disse var like sentrale ved 100-års jubileet. Det vitner om kontinuitet og styrke i vår kjære klubb. Vi gleder oss allerede til feiringen av 150 år!

Ønsker dere alle en fantastisk godt roerår i 2004.

Roerhilsen fra jubileumskomiteens formann
Henning Cook

Rosportens venner

Trenger din støtte for å videreføre den stolte norske rotradisjonen.

Rosporten er den sommeridretten som har gitt Norge flest medaljer i EM, VM og OL.

Med ditt medlemskap på kr. 250,- pr. år. er du med på å støtte Norsk Rosport!

Betal på nettbank til:

Rosportens Venner kto: 51340613671

Eller Kontakt Norges Roforbund tlf: 21 02 98 40

faks: 21 02 98 41 eller epost: per.winsnes@roing.no



En gang roer, alltid roer

Klubbsjefens beretning 2003

Hipp hurra! For CR som fyller 125år og en Huskomité som har bakt, vasket, stekt og grillet med glans.

Med en blå tykk perm og et klapp på skulderen ønsket Marit Christiansen meg lykke til. Dette meste skulle stå i permen – og det var bare å ringe om eg lurte på noe. Lurte på noe?? Ikke nå – visste ikke helt hvor jeg skulle begynne å lure...

I permen var en liste over medlemmer av huskomiteen, og en vaktliste frem til sommeren. God start!

Som "ny" i klubben er det mye som er som det alltid har vært, uansett hva som står i permen til Marit. Som åpningen. Den kommer som julekvelden på kjerringa uansett hvor mye man har vasket og baket. Men i denne historien dukker Margrith og Aud opp – med kaker og full kontroll på hvordan servere ca. 100 medlemmer og familie som fant veien til Toppen på denne regntunge jubileumsåpning.

Den første store oppgaven ble godt gjennomført; årets dugnad – Dugnaden før åpningen. Det var stor oppslutning både på plenen, i båthall, garderober, "skjulte" skap, kjøkken og på Toppen. Det ble ryddet bort skrot som har ligget i mange år! Fem fulle hengere ble kjørt på Brobekk! En spesi-fikk liste over alle gjøremål; vaske i skuffer, vegg i trapperommet, pusse pokaler, male kontoret osv ble hengt opp til avkryssing – den



Dagen før ser det kaotisk ut, men alt ordner seg - som vanlig!



Det er godt å ha en hard kjerne når tingene skal gjøres!

alle mette. Et fantastisk arrangement.

NM ble en stor suksess for klubben både sportslig og sosialt. En forsterket huskomité serverte tidenes beste mat på Årungen, høye smørbrød, grilling, masse kaker! Stor takk til alle og spesielt til forsterkningene Liv Haraldsen, Ragnhild Wahlund, Margrith Mørk, og moren til Camilla Wold for en meget god vaffeloppskrift! Mange av årets nye bidrog med å få dekket inn alle vakter.

Spesielt hyggelig var det at foreldrene til roerne tok vakter da vi litt nye damene rodde åter!

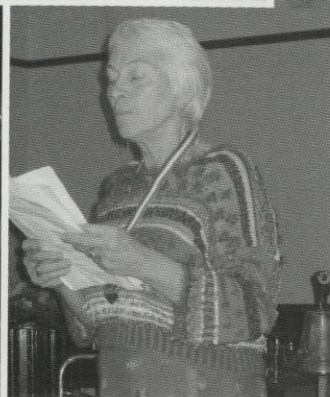
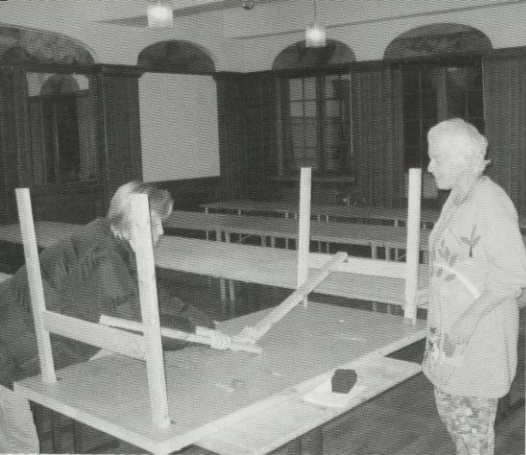
var ferdig utfylt før siste dag var over. Takk til alle som bidrog med flott innsats!

Også i 2003 har Toppen vært åpen hver eneste torsdag. Unntakene er påske og romjul, for i sommerferien har Toppen vært åpen uten noe vaktliste. Tusen takk for alt initiativ og innsats som utøves i denne klubb.

I 2002 ble det kjøpt inn servise og nye glass med logo. Garderober og kjøkken ble pusset opp. Det var en fryd å se Kongen i festskrud 15. mai 2003. Om lag 200 gjester fikk servering av hva som syntes som profesjonelle servitører. Verdens beste sculleroere imponerte med fantastisk roing, store muskler (selvfølgelig) og en enorm appetitt!! Men takket være innleiet kokk Lars og stor innsats fra hele komiteen ble



En del av dugnadsgjengen tar til seg nødvendig føde.





Utrolig hvor mange pokaler klubben har. Godt at Evy har påtatt seg ansvaret for at det ser pent ut.

Rekeaftern var igjen meget vellykket. Litt vel høy stemning fra noen, men rekeaftern er det bare en gang i året! (sitat Stein). Økonomisk gikk det ca. i null på tross av at vi doblet prisen fra i fjord til kr. 300,- pr. voksen og 200,- for alkoholfrie. Vi bør legge igjen et bidrag på alle arrangementer til slitasje på hus og utstyr. Det ville vi klart om alle som hadde meldt seg på, og som vi kjøpte inn mat og drikke til, hadde kommet evt. betalt. Vi kan nok også bli flinkere til ikke sette frem mer vin enn det som er inkludert, ca en halv vin pr. person. En takk til alle som hjalp til. Håper på like stor oppslutning på neste rekeaftern 12. november! Vi har mange forslag til forbedringer for det jo Rekeaftern hvert år!

Styret er opptatt at vi tar imot våre nye medlemmer best mulig, slik at de trives og blir i klubben. En god måte å inkludere i miljøet på er å engasjere og gi dem mulighet til å bidra. Da er selvfølgelig huskomiteen et godt sted å begynne. Heldigvis har vi fått inn nye friske krefter fra de siste års nye, jeg er jo selv også nokså "ny" i klubben.



Det ble nødvendig med litt oppfrisking på noen av veggene i båthallen. Dette tok de «gamle» seg av.

Temakvelder er alltid hyggelig. I høst kom vår singel verdensmester fra Horten Olaf Tufte og ga oss oppskriften på gull. Han sa det så enkelt; tren mye og riktig, hold treningsprogrammet. Bestem deg for å bli best, og ha det moro når du trener! Så enkelt.

Vi har hatt et antidopingsforedrag, med god informasjon om skadevirkninger, og holdningselementer.

Det har vært stor interesse og mange tilstede så vi vil fortsette med tema-kvelder. Følg med på websidene!

Grøtkveld har blitt en hyggelig tradisjon siste torsdag før jul. Det var Per Arne som stod for grøtlagingen. Det kan han! Meget god grøt stor oppslutning. Over 60 medlemmer var innom og sang julesanger rundt treet, og fikk ønsket hverandre god jul og takket for stor innsats i et meget vellykket jubileumsår.

Irene Kåsa





RING EVENSEN HOLDING AS

Frognerstranda 2, 0271 Oslo

Telefon 22 56 17 56 - Telefax 22 56 22 30 - Mobil 98 22 79 71

E-post: jonevens@eunet.no

25 Cafeer og butikker Oslo-området.
Tlf: 22 93 04 10

BAKER HANSEN

KVALITET SIDEN 1861



**Classic IT AS - Datakonsulenter på seniornivå med bred erfaring
innen systemutvikling og programmering i MVS miljø**

Classic IT AS

Postboks 6403 Etterstad., 0604 Oslo - tlf. 22 68 53 52 - fax 22 68 49 48 - mobil: 907 93 252
info: www.classic-it.no e-post: post@classic-it.no

Instruksjonssjefens beretning

Sett inn en liten, 3-spalters annonse i Aftenpostens aftennummer. Hva får du da? Ja, det var det ingen som ante konsekvensen av før påmeldingene veltet inn på telefon og mail. Ved 115 påmeldte måtte bremsene på og jeg informerte om at det ville bli Roskole til høsten igjen.



Normalt vil en del ikke møte opp, men denne gang stemte ikke dette - det kom også en del som ikke hadde meldt seg på. Gjennom mine år i klubben har jeg aldri sett så mange mennesker stablet inn på Toppen. Det skal innrømmes at det var på grensen til det totale kaos og informasjonen ble svært kortfattet. Her gjaldt det å få folket ned på plenen hurtigst mulig. Samtlige Conceptmaskiner var trukket ut på plenen og den første roinstruksjonen startet grupper på 10-15 personer.

Roskole 1

Resultatet etter første avskalling ble at vi fikk 22 firerlag og i tillegg 16 yngre roere. Vi valgte å holde de yngre (14-16 år) borte fra den øvrige påmeldte som aldersmessig lå fra 23-55 år. De unge ønsker ikke å ro sammen med «gamle tanter» og de hadde også



Halvparten av denne åtterten er årets nye fra Roskolen! Bildet er tatt under NM/CR-regattaen på Årungen



Noen av deltagerne fra Roskole 1. For ordens skyld - herrene på kne i forgrunnen er ikke årets nye!

ønsker om å forsøke aktiv roing etterpå. Denne gruppen ble tatt hånd om av Eirik Naadland.

Det ble en logistikkoppgave å få totalt 22 + 4 firerlag ut på vannet i løpet av mandag, tirsdag og onsdag. Til disposisjon hadde vi 6 firere, inkludert vår firer innrigger. Resultatet ble at de første dro ut kl 17.00 og deretter to hovedøkter kl 18.00 og 19.30.

Været i mai utviklet seg slik at jeg kalkulerte med stort frafall og dermed en bedret båtsituasjon etterhvert. Men den forhåpningen kunne jeg bare glemme! Ikke bare stilte de opp godt vinterkledd, men også i god tid og alltid like blide. Ikke rart at jeg undret meg litt over hva slags materiale disse deltakerne var laget av! Mine antagelser om frafall ble gjort totalt til skamme - vi startet med 22 firerlag og endte med 22 firerlag!

Vi fikk også en ordning med Studentenes Roklub hvor vi lånte en firer innrigger for å ta av litt av presset. I ren desperasjon begynte jeg å tenke på å ta i bruk åtter for dermed å spare båter og også instruktører. Dette ble luftet litt med andre i klubben, men fikk ikke særlig respons. Etter at Roskolen hadde gjort unna 5 av 8 kurskvelder luftet jeg dette med å forsøke å ro åtter for noen av deltakerne. Aldri har jeg vel sett så tindrene øyne! Det er helt klart at de fleste vet hva en åtter er - og at dette er flaggskipet. Dermed ble dette gjennomført og alle vet hva dette har resultert i gjennom denne sommeren.

En ting er båtmateriell - en annen ting som ble til tider prekært var

	Mandag 17.00	Mandag 18.00	Mandag 19.30	Tirsdag 18.00	Tirsdag 19.30	Onsdag 18.00	Onsdag 19.30
Lag 1 Arvid Østerlund Olavud Mathisen Gry Vågstad Helene Sævi Landheim						Starter 19.30	
Lag 2 Arvid Østerlund Olavud Mathisen Gry Vågstad Helene Sævi Landheim							
Lag 3 Johan Selnes David Østerlund Hage E. Steen Oleivur Østerlund							
Lag 4 Eliu Mathisen Mathisen Eliu E. Steen Arvid Østerlund Hage E. Steen							
Lag 5 Arvid Østerlund Olavud Mathisen Gry Vågstad Helene Sævi Landheim							
Lag 6 Eliu Mathisen Mathisen Eliu E. Steen Arvid Østerlund Hage E. Steen							
Lag 7 Oleivur Østerlund Hage E. Steen Arvid Østerlund Hage E. Steen							
Lag 8 Arvid Østerlund Olavud Mathisen Gry Vågstad Helene Sævi Landheim							
Lag 9 Arvid Østerlund Olavud Mathisen Gry Vågstad Helene Sævi Landheim							
Lag 10 Arvid Østerlund Olavud Mathisen Gry Vågstad Helene Sævi Landheim							
Lag 11 Arvid Østerlund Olavud Mathisen Gry Vågstad Helene Sævi Landheim							

	Mandag 18.00	Mandag 19.30	Tirsdag 18.00	Tirsdag 19.30	Onsdag 18.00	Onsdag 19.30
Lag 12 Toril Røed Hildegarde Knutte Frøen Hildegarde						
Lag 13 Arvid Østerlund Olavud Mathisen Gry Vågstad Helene Sævi Landheim						
Lag 14 Toril Røed Hildegarde Knutte Frøen Hildegarde						
Lag 15 Toril Røed Hildegarde Knutte Frøen Hildegarde						
Lag 16 Arvid Østerlund Olavud Mathisen Gry Vågstad Helene Sævi Landheim						
Lag 17 Toril Røed Hildegarde Knutte Frøen Hildegarde						
Lag 18 Arvid Østerlund Olavud Mathisen Gry Vågstad Helene Sævi Landheim						
Lag 19 Toril Røed Hildegarde Knutte Frøen Hildegarde						
Lag 20 Toril Røed Hildegarde Knutte Frøen Hildegarde						
Lag 21 Toril Røed Hildegarde Knutte Frøen Hildegarde						
Lag 22 Toril Røed Hildegarde Knutte Frøen Hildegarde						

instruktører til alle lagene. Jeg hadde en liste med 20 instruktører, men det sier seg selv at instruksjon 3 dager på rad ble i meste laget for de fleste, og derfor har jeg muligens blitt svært upopulær når jeg var på tråden for å lokke med en tur på fjorden!

22 firerlag ut på vannet fordret stram tidsplan og god tilgang av instruktører som var villig til å gå ut to ganger per kveld.

Ved felles innsats kom vi gjennom denne perioden.

Roskolen ble avsluttet med en konkurranse i stilroing vurdert av et dommerkollegium.

Roskole 2

Etter den suksessfulle Roskole 1 forlangte formannen en Roskole II til høsten. Ante han at det gikk mot muligheten for å smykke seg med formann i Norges største roklubb?

Samme annonse ble satt inn på nytt i avisen og responsen denne gang ble den samme. Denne gangen var jeg litt mer forberedt og det var på forhånd enighet om et tak på 50 elever. Men jeg må si det smerter en gammel roer å si beklager til de som ringte og mailet. Jeg førte en liste over alle som ringte og den var faktisk lengre enn til Roskole 1.

Roskole II ble en balansert gjennomkjøring som i tillegg ble belønnet med topp vær og mye rolig sjø. Også til denne roskolen hadde vi i tillegg en gruppe på 10-12 yngre roere som ble tatt hånd om av Sigurd Gullerud og Andreas Lundin.



Oppsummering

«Hvor blir det av de som går på Roskolen?». Dette spørsmålet dukker opp hvert eneste år og det er ingen resept på dette enda. Dette året har jeg gjort et forsøk på å rette opp dette ved å tilby en fortsettelse av Roskolen. Tilbudet ble at lagene kunne fortsette med roingen og at vi stilte med instruktør/cox. Resultatet lot ikke vente på seg. Ved Roskole I ble det en lang liste som resulterte i flere dame- og herreåttre og selvsagt firerlag i tillegg. Det samme ble også gjort på Roskole II. Her ble det ikke anledning til så mye åtterroing, men desto flere firerlag. Bruken av båter var slik at det var nødvendig å booke tid på forhånd - instruktører skulle jo også skaffes.

Det er fremdeles for tidlig å si noe om hvordan dette vil utvikle seg og hvor mange som stiller til neste sesong. Det vi har klart hittil er å få roingen til å fortsette til sesongslutt og videreføre dette til innendørstrening med Conceptmaskiner, sirkeltrening og vekttrening. Det er lagt vekt på at treningen skal tilpasses den enkeltes behov og ønsker med trening en gang i uken eller for de som ønsker det gjerne syv dager i uken!

Hva bør skje videre?

Søkningen til Roskolen er det ingen ting i veien med der er det bare vår



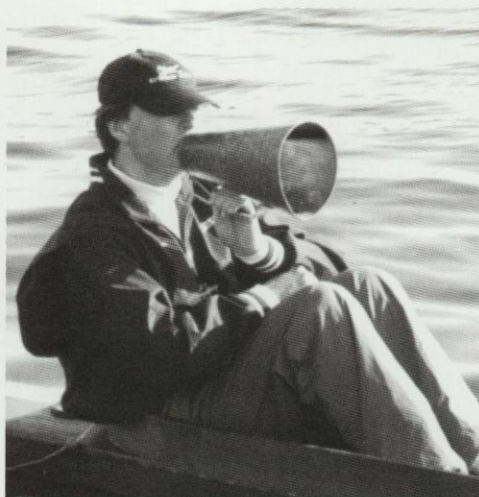
Den store drømmen er at dette skal bli slik vi vil oppleve det daglig på brygga. Da blir det nødvendig å booke båt på forhånd.

egen begrensning i materiell og instruktører som stopper opp. Vi har plass til flere roere, både mosjonister og aktive, og derfor blir det fremdeles nødvendig med stor innsats fra klubbens medlemmer.

Det er enda ikke klarlagt hvordan vi

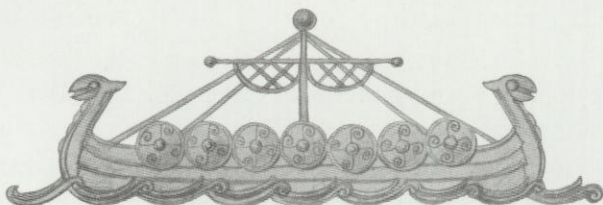
skal drive Roskolen neste år - kanskje blir det etter et litt annet mønster enn tidligere. Det er plass til flere mosjonister på Kongen. Det skal ikke bare være på torsdager hvor det er mulig å få en firertur på fjorden. Vi bør alle ha i tankene at det skal pulserer på Kongen, alle dager i uken, og at det om noen år må bookes båt på forhånd for å være sikker på å komme ut på fjorden!

Det er tillatt å ha slike drømmer, særlig for en som har opplevet aktivitetene på Kongen for 40 år siden.



Det ble mange timer for Søder i en lite komfortabel stilling, med en hånd på styreline og ropert i den andre.

Til slutt vil jeg rekke en takk til alle som har ofret sin fritid som instruktører og hjelpere, Materialkomiteen og Huskomiteen som har holdt hjulene i gang.



Tur –og mosjonssjefens beretning 2003

Endelig.... klarte vi å sette ny klubbrekord, 28570 km. ble resultatet i år. 1206 km. ble snittet på de 1/3 beste på listen. Ubeskjeden nok topper jeg i år listen med 2121km, men det holdt bare til 2. plass i Norge. I Ålesund har de også noen slitere av roere som ror langt. Jeg ble slått med 80 km. Gledelig var det da at Janne med sine 1754 km. ble beste dame i landet og nr. to i CR. Blir du best i neste også, vinner du pokalen for evig. Slik vi kjenner Janne, er det et fint mål for neste sesong. I år har vi vært heldig med været, bortsett på alle Roskoledagene i våres.

Det har gjennom hele sesongen vært roing på lørdag morgen. Vi var hele 15 stk. en gang og det ble mange fine turer på for det meste stille vann. Jeg regner med at vi etter årets Roskole vil få en masse mosjonister til neste år. På årets liste er det 42 navn, og av dette er 13 av årets nye.

Årets beste nybegynner ble Terje Johnsrud med hele 1717 km. Også dette ny klubbrekord for en ny . Det var 9 stk. som rodde over 1000 km. og hele 25 fikk Skuteglass i år. 5 av årets nye klarte dette. Evy Granan, Terje Johnsrud og Johan Salvesen ror for første gang over 1000 km og får dermed Sølvåren. Det var en fin påske vi hadde i år. Det var flere mosjonslag ute. 20 grader i solen og blikk stille vann ga fort mange kilometere.

På Rosportens dag og Eskaderoingen var vi ute med 2 firere. Det ble 9 stykker som fikk fin T –trøye, etter å ha funnet alle postene. Disse var plassert på roklubbene. Synd var det da at ikke Ormsund og OKR hadde klart å få opp skiltene før roerne kom på besøk.

Under ” Fjord – festivalen ” var det regatta for skoleklasser og CR stilte med 8 lag. CR hadde også her en stand med 4 Concepter og sponset drikke (fra Hansa) til alle som rodde over 500 meter. Det var mange innom, men jeg tror ikke det skaffet klubben noen medlemmer.

”Guttas tur til Håøya ” var i år for en gang skyld heldig med været og vi var av gårde med en toer og en firer innrigger. Til neste år har vi 25 års jubileum. Sesongen i år var preget av Roskole – roere. Vi har vel hatt ca. 150 nye roere på vannet. Dette har skapt liv på klubben gjennom hele sesongen. ”Den Store



En del av deltagerne i klubbmesterskapet for årets nye medlemmer. Det var minst like mange damer med i et strålende vær med flatt vann.

Rodagen” var i år mandag 22. mai. Da var det 22 båter og 93 roere som hadde en tur på vannet den dagen. Jeg er sikker på at så mange båter og roere aldri i klubbens historie har vært ute på en dag! Ja det var moro. Men det ble litt mye instruksjon på enkelte av mosjonistene. Jeg håper på at det er flere som kan dele på denne jobben til neste år ? Du skal vel ikke ha så mange nye til neste år, Robert??

I år har vi hatt båtene på vannet ca. 730 ganger og det er vel også klubbrekord?

Det er kun 19 dager det ikke er blitt rodd på vannet i år, i fjord var det 36 dager. Fredager er tydeligvis ikke dagen en ror fra Kongen; 13 av 26 fredager var det ingen som rodde på Kongen.

Torsdags roingen ble i år litt borte i alt arbeidet med roskolen. Mange av oss mosjonister var instruktører på roskolen. Så det må nok innrømmes at vi ikke var mange på torsdagene. Beste torsdag var 12. juni, dagen vi arrangerte Bleikøya Rundt. Da var det 8 båter og 30 roere på vannet. Ja, det var de nye som dominerte på Kongen i år. Så er det bare å håpe på at mange av dem blir og ror til neste år. Jeg er spent på hvor mange som fortsetter.

Årets aktiviteter

Torsdag 12. juni er det Beikøya Rundt. CR stiller med 4 stk 4x+ og en dobbel trimmy.

NSR møter med en båt i det dårlige været. Men når starten går blir det bare fint. Etter en hard kamp rundt Bleikøy vinner; Hans Marius N., Terje J., Robert P., Olav N., cox Jane F.

Tid 38.56. NSR fikk 39.03 og var båtpissen foran CR 2. med 39.04. På laget satt; Evy G., Kristina F., Cathrine G., Torill E, cox Rie.

Så var det mer CR på de neste plassene; CR 3. 42.12. CR 4 43.48 og sist kom Ivar Mørk og Åsmund Paulsen i C-line på 51.41.

Etter løpet er det premieutdeling. Fine Backer bilder til alle.

Lørdag 19. juli drar Johan Salvesen og Terje Johnsrud , begge nye i år, pluss superveteran Stein Mørk på rotur mot Barmen. De ror 400 km på en uke. Les egen beretning.

Lørdag 26.juli; vi starter med 3 lag i Barmen Rundt. Det blir mye dårlig vær og tungt og vått for de fleste. Særlig var siste del et slit for de fleste. Moss vant i en dobbel sculler. Se egen beretning.

Vi forflytter oss til Arendal hvor vi har Rekeparty. I år med masse reker og nok å drikke. Takk for fin fest Arendal. Søndag ror vi Hisøya rundt. Denne gangen i rolig tempo. Vi var 10.

Årets 2. tur til Håøya går lørdag 9. august. Ada Spæren, Evy Granan, Svein Falkanger, Johan Salvesen, Lars Jensen, Stein Mørk, opplever Håøya fra solsiden og har en fin tur. Det ble litt vind og bølger på hjemturen. At det går an å gå rundt i en trimmy fikk vi se for første gang. Men har en rokammerater i nærheten er det ingen fare.

Mandag 18. august er 2 firere, en dobbel toer og en singeltrimmy med ARO-MILA. John Salvesen og Ivar Mørk viser krefter og vinner klart . Jente laget med Torill & Co. er stolte over å ha slått guttelaget. Stein M. gjør det bra og vinner over et par 4-er lag i trimmy.

Medaljer på alle, siden var det vafler og brus (for de med penger!). Hadde regnet med flere.



Årets vinnere i klubbmesterskapet for årets nye medlemmer. Nr. 1 og klubbmester; Ellen Marie Wiskott, Sunniva Grønneberg, Simen Hustad og Otto Narvestad.

Lørdag 23. august ror Lars Jensen og Stein Mørk til Hvitsten på rekordtiden 3.13.

Onsdag 27. august er det Geita – Rundt. Guttelaget fra CR med; Stein M., Cecilie B., Terje J. Lars J. Cox Per Arne H. vinner på ny banerekord 41.39. Jentelaget fikk tiden 45.55.

Her satt; Torill E, Ada S, Evy G, Cathrine G. og Pernille P. Damene fra OKR fikk tiden 53.31. Etter løpet var det kopper til alle som premie. Vi blir flere neste år. Da er OKR 75 år.

Lørdag 20. september er det klubbkapping for årets nye. Det kom ca. 35 stk. og det ble rodd flere heat. Resultatet ble etter flere heat; Nr. 1 og klubbmester; Ellen Marie Wiskott, Simen Hustad, Sunniva Grønneberg og Otto Narvestad.

Nr. 2; Ellen Haug, Kari Løberg, Sylvia Stokke, Bjørnar Dramstad.

Nr. 3; Torodd Nymoen, Gro Holter, Gro Rongved, Kjersti Haug.

Trimmy klassen ble vunnet av Simen Hustad, foran Sven Falkanger og Terje Johnsrud.

Søndag 21. september er det Ulvøya –Rundt. Formann Erling Storm viser seg som en habil scullerroe og vinner hele løpet på 1.14.33. BRAVO Erling. Hakk i hel kom CR 4x+ med tiden 1.14.42. På laget satt; Stein M., Pernille P., Terje J., Simen H., cox Janne S.

CR 2 ble nr. 4 på tiden 1.27.46. På laget satt ; Ada S., Robert P., Sven F., Torodd N, cox Johan S.

Torill E. og Maiken H-L rodde dobbeltrimmy og fikk tiden 1.28.41. Det var kun 5 av årets nye som var med. 7 båter stiller til start i det fine høstværet. Det var blick på vannet . Hvor var du ??

Søndag 12 oktober holder vi årets klubbkapping. Deltagelsen var ikke den helt store. Fint vær og ca. 25 deltagere. Vi ror i heat med 3 fine gule Empachere. Klubbmestere i år ble;

Nr. 1; Pernille Pihl, Terje Johnsrud, Lars Jensen og Søder. Cox Caroline Bull Poppelmann 3.48

Nr. 2; Janne Spilling, Henrik Lindstad, Erle XX, Robert Palmstrøm. Cox Kristine Klaveness. 3.52

Nr. 3; Stein Mørk, Torill Enersen, Annelise Hem, Tone Pale. Cox Ragnhild Valstad 3.59

Stein Mørk deltok i 7 mosjonsregattaer. Robert Palmstrøm, Evy Granan, Torill Enersen, Ada Spæren, Pernille Pihl og Terje Johnsrud deltok i 6 regattaer. Blir du med på noen i 2004 ?

Robert Palmstrøm var årets suverene vinner av årets Roorientering med 918 poeng, i tillegg hadde han samlet inn hele 16 gamle "postskilt" Svend

Falkanger ble nr. 3, Lars Jensen nr. 4, Pernille Pihl ble nr. 6. Alle disse var med på turene på lørdag morgen og tok mange poster på disse turene. Det var året 2003. Klubben var 125 år og det har været begivenhetsrikt år. Vi er Norges beste mosjonsklubb og jeg er stolt av resultatene vi har oppnådd i år. Etter 150 nyinnmeldte vet jeg at det vil bli mange flere mosjonsroere på fjorden til neste år. Så er det bare å komme seg ned på Kongen og trimme formen på Concepten frem mot 15. April 2004. Takk for i år.

VI SEES PÅ KONGEN

Stein Mørk

PS. I slutten av november ble det opplyst at Breddeutvalget ikke kunne godkjenne vår Kilometerliste, da flere på vår liste hadde rodd i mer enn i to regattaer. Saken er i skrivende stund ikke avgjort.

Kilometerkonkuransen 2003 i C R.

Nr.	Navn	Km.	Valør	Glass	Bemerkningr
1	Stein Mørk	2121	GULL	x	
2	Janne Spilling	1754	GULL	x	
3	Terje Johnsrud	1717	GULL	x	Årets beste nybegynner. Sølvåre
4	Robert Palmstrøm	1270	GULL	x	
5	Gerhard Dürbeck	1250	GULL	x	
6	Evy Granan	1111	GULL	x	Sølvåre
7	Johan Salvesen	1056	GULL	x	Sølvåre
8	Øyvind Brøymer	1022	GULL	x	
9	Grete Stokke	1011	GULL	x	
10	Hans Engebretsen	978	GULL	x	
11	Stein Randsborg	964	GULL	x	
12	Øivind Haraldsen	922	GULL	x	
13	Anders Værang	900	GULL	x	
14	Annelise Hem	813	GULL	x	Snitt: 1/3 av alle roere 1206
15	Sven Falkanger	777	GULL	x	
16	Lars Jensen	770	GULL	x	
17	Terje Graver	750	GULL	x	
18	Pernille Pihl	726	GULL	x	
19	Tone Pähle702	GULL	x		
20	Ada Spøren	653	GULL	x	
21	Petter Narvestad	554	GULL	x	
22	Nils P. Lilledal	532	GULL	x	
23	Iver Høy 520	GULL	x		
24	Per Arne Holman	518	GULL	x	
25	Torill Enersen	504	GULL	x	
26	Jan Söderström	500	GULL	x	
27	Jan Hultgren	439	SØLV		
28	Kjell Andersen	380	GULL		
29	Kristine Myrlid	359	BRONSE		Snitt: 1/3 av alle rorene
30	Bjørn Lundiin	337	GULL		2003 1206
31	Sigurd Dürbeck	320	GULL		2002 1164
32	Ingebjørg Grøtta	305	SØLV		2001 1011
33	Bjørnar Damstad	203			2000 1070
34	Agnethe Sandem	179			1999 1065
35	Ivar Mørk 162				1998 1065
36	Olav Nygaard	158			1997 1149
37	Kjersti Haug	146			
38	Elisabeth Tostруп	140	BRONSE		Total rodde kilometere:
39	Paul Havnevik	132			2003 28570
40	Maiken H-Larsen	126			2002 24075
41	Annette Strand	126			2001 18318
42	Tore Rokkan	124			2000 25223
43	Tina Bro 112				1999 27707
44	Irene Jacobsen	112			1998 26831
					1997 17789

Total km. = 28570 / Klubbrekord

Adelskalenderen

	G	S	B		G	S	B
1. Stein Mørk	27	1	1				
2. Terje Graver	20	2	1	50. Pål Svensson	1	0	0
3. Hans Engebretsen	20	0	0	50. Terje Johnsrud	1	0	0
3. Stein Randsborg	20	0	0	50. Johan Salvesen	1	0	0
5. Øyvind Brøymer	18	4	3	50. Sven Falkanger	1	0	0
6. Kjell Andersen	17	10	1	50. Pernille Pihl	1	0	0
7. Øivind Haraldsen	17	2	3	50. Per Arne Holman	1	0	0
8. Ulf Hallen	15	4	5	50. Jan Söderström	1	0	0
9. Ingeborg Hallen	14	4	3	50. Iver Høy	1	0	0
10. Petter Narvestad	13	3	0	58. Trond Hansen	0	3	0
11. Elsa Borch	12	1	1	59. Erik Osvoid	0	2	3
12. Annelise Hem	11	3	3	60. Elisabeth Tosttrup	0	2	2
13. Eivind Engebretsen	11	3	1	61. Jon Hagen	0	2	0
14. Gerhard Durbeck	11	1	4	61. Jostein Greve	0	2	0
15. Anders Væring	9	1	2	61. Martin Osvoid	0	2	0
16. Thor Westlie	9	0	0	64. Ane Fyri	0	1	2
17. Jon Fodstad	8	0	1	64. Olav Nygaard	0	1	2
18. Aud Engebretsen	5	8	3	66. Nikolai Horn	0	1	1
19. Morten Flood	5	1	4	66. Margrith Mørk	0	1	1
20. Robert Palmstrøm	5	1	0	66. Jon Moberåten	0	1	1
21. Trygve Amundsen	4	1	1	66. Fredrik Schjøler	0	1	1
22. Trine Randsborg	4	0	2	66. M. Hertzum-Larsen	0	1	1
23. Robert Bjørgan	4	0	0	71. Stian Kristiansen	0	1	0
23. Nils Lilledal	4	0	0	71. Per Dahlstrøm	0	1	0
25. Bjørn Lundin	3	7	2	71. Per Gustavsen	0	1	0
26. Jan Hultgren	3	4	1	74. Kristine Myrliid	0	0	1
27. Ivar Mørk	3	1	3	74. Anders Brøymer	0	0	1
28. Stein Hødnebo	3	1	2	74. Bente Gravingen	0	0	1
29. Svein Brager-Larsen	3	1	0	74. Hans Petter Olsson	0	0	1
30. Hege Brenne	3	0	1	74. Gunnar Fredrikson	0	0	1
31. Janne Spilling	3	0	0	74. Leif Wahlund	0	0	1
32. Sigurd Durbeck	2	3	4				
33. Odd Hansen	2	3	2				
34. Lars Mørk	2	2	3				
35. Einar Hauge	2	2	1				
36. Torill Enersen	2	1	3				
37. Tina Bro-Pedersen	2	1	0				
37. Espen Flood	2	1	0				
39. Evi Zouganeli	2	0	2				
40. Håkon Brager-Larsen	2	0	1				
41. Christine Høffgen	2	0	0				
41. Ivar H. Andreassen	2	0	0				
419. Bernt Christiansen	2	0	0				
41. Evy Granan	2	0	0				
45. Ingeborg Danbolt	1	3	1				
46. Tom Høseggen	1	3	0				
46. Ingebjørg Grøtta	1	3	0				
48. Per Håkon Ihlen	1	1	0				
48. Mads Thorsen	1	1	0				

Brillesentrum

Roald Amundsensgate 6 v/Rådhuset
0161 OSLO, tlf. 22 42 49 27

Arne Jahr
Eddie Ellefsen

Offentlig godkjente
optikere

STEDET FOR
KVALITET OG
PERSONLIG
SERVICE!



THE TORVALD KLAVENESS GROUP

P.O. Box 182 - Skøyen NO-0212 OSLO

Racematerialsjefens rapport 2003

Med ønske om en mer langsiktig planlegging av materiellinnkjøp, var det nødvendig med en detaljert oversikt over hva klubben har av romateriell og tilstanden av disse. Ikke bare båter, men også årer og alle slite-deler. Å få oversikt over race-båtene var ikke så vanskelig, jeg hadde jo rodd i de fleste av dem. Når det gjaldt årer var triksen å få tildelt et sett årer til hver båt, og få merket disse. På denne måten fikk vi frigjort noen karbon årepar som kunne brukes på Kongen i de nye _ firene. Og samtidig fikk vi merket alle årer slik at alle kunne finne årer til båtene uten instruksjonskurs. På turmaterialsiden var det et material-komite på tre mann, Leif Wahlund, Terje Graver og Tor Westlie, som tok seg av å få oversikten.

Oversikten over racemateriellet viste at det er et stort behov for noen nye dobbeltscullere for å erstatte tredobbeltsclullerne som begynner å bli ganske slitne. Ellers må vi regne med at tredobbeltsclulleren 'Irene Aaberg' snart tar en siste farvel. Båten var i sin tid en 'toppbåt' for elite roere. Den var bygget ekstremt lett. Baksiden er at den er meget kjør. Mange tidligere skader og reparasjoner har svekket båten ekstra og båten får stadig vekk nye skader.

På turmaterialsiden er nå det største behovet dekket med storinnkjøpene fra de to forrige årene. Men man bør vurdere å finne en kreativ måte å øke antallet åttre i klubben slik at flere roere kan få smaken av roing i en åtter.

Når det gjelder nyinnkjøp av båter til klubben, bør disse ha såpass kvalitet at de holder høy standard over mange år med hard bruk. De manglene i båtparken kan man så løse ved å kjøpe inn nye topp-båter og flytte de gamle toppbåtene 'nedover' i systemet. Dette garanterer topp material til de beste roerne, og samtidig båter som vil holde meget høy kvalitet over mange år. Roerne som ikke ror elite lenger eller enda er dermed også garantert gode båter. Alternativet er å kjøpe inn akkurat de båtene til de gruppene som har behov for ny båt – som ikke er nødvendigvis en topp båt i VM-klasse. Budsjettet vil begrense innkjøp av topp VM-båter. Ønskelisten rutvalget kom frem til er dermed en blanding av få topp VM båter og en del 'subtopp' båter, som er en del billigere men av ganske bra kvalitet allikevel. Takket være noen store gaver ser det ut til at innkjøpsønskene

for neste år kan bli realisert og at vi kan ta et viktig steg til en mer optimal båt-park.

Neste oppgave var å lage et system hvor det var lettere og mer oversiktlig å ha delt bruk av de forskjellige båtene blant roerne. Samtidig gjøre en stor del av båt-parken lettere tilgjengelig. Det ble innført et reserveringssystem hvor man en uke eller to på forhånd kan reservere en båt. Fordelen er klart: man risikerer ikke lenger å plutselig ikke finne sin båt når man kommer til roklubben for en rotur. Videre ble båt-parken på Bogstad delt i to: en del som er tilgjengelig for alle roere, den andre delen reservert for de roerne som deltar i regattaer og dermed har behov for en topp båt. Fordelen her: flere roere som trener seriøst til en regatta får den båten de har behov for, og de som ikke deltar i regattaer får allikevel en ganske bra båt å ro i, uten å måtte få tildelt en båt. Et lignende reserveringssystem ble senere også innført for turmateriell på Kongen.

Fram til sommeren hadde vi heldigvis ingen store skader som måtte sendes bort. Irene Aaberg datt litt fra hverandre og trengte enda noen reparasjoner, også var det en del små hull i forskjellige karbonskrog som måtte fylles. Mange båter hadde behov for erstatning av slidedeler, slik var det noe å gjøre hele sesongen. En ny båt ble kjøpt inn for denne sesongen, en singlesculler for damer lettvekt, som Maren Sandbu, vår Kongepokalvinner, fikk god bruk for. Båten kom i juni, så den blir nok døpt til neste åpning, kanskje sammen med noen flere nye båter. I tillegg ble to brukte singelscullere kjøpt inn fra medlemmer for å dekke et skrikende behov for flere gode singelscullere for noe mindre erfarne roere.

På turmaterialsiden var det en del oppussingsprosjekter. En toer og en åtter trengte en del TLC (tender loving care), for å komme i robar stand til de mange nye medlemmene. Alle Trimmyene fikk nye riggere, og en del nye sleider ble kjøpt inn. En utrangert plastsingelsculler ble solgt til et medlem for bruk utenfor klubben.

Så var det da en liten komplikasjon med materialsjefvervet i og med at materialsjefen fikk seg jobb på andre siden av kloden fra august. Et interim lag, bestående av de fleste medlemmer av routvalget, overtok jobben fra slutten av august, i påvente av høstmøtet. Jeg takker dem for innsatsen – jeg har hørt de fikk litt av hvert å gjøre etter sommeren. Jeg håper den nye materialsjefen fortsetter arbeidet med å holde orden på båt-parken og at han eller hun får god hjelp av et 'reparasjons'-lag. Til slutt vil jeg takke alle som har bistått meg og turmateriell-laget i de mange reparasjons- og vedlikeholdsjobbene denne sesongen, og turmateriell-laget selv som har vært så ivrig og dyktig på Kongen!

Med hilsen fra Down Under,
Esther Verburg.

Bruk av båter spesifisert:

Båttype	Nr	Båtnavn	2003	2002	2001	2000	1999	1998	1997	1996
8+	265	Kongen	6	7	7	2	10	0	12	16
	214	Reidar Knoph	9	1	0	1	12	9	3	3
	165	Dick	43	3	0	14	3	7	10	3
4+	191	Asbjørn	1	utlånt	utlånt	0	4	2	0	2
	183	Arne S	3	0	0	0	0	0	0	0
4-	195	Gus	15	2	0	35	28	1	18	1
	170	Hans Blom	0	4	2	0	0	0	0	0
4x-/4-	280	Jul G Olsen	9							
	257	Stein Randsborg II	27	24	0	0	1	26	14	35
	256	Helge Bjonge II	17	9	3	7	18	0	1	11
	245	Irene Aaberg	6	10	30	17	11	13	18	16
	235	Hans Metelmann	11	13	0	5	18	4	3	11
3x	172	Bernhard	11	12	9	0	0	0	0	0
2-	248	Odd Hansen	18	13	9	19	30	20	45	72
	204	Gunnar Fredrikson jr	12	29	8	11	57	26	29	48
	188	Christian Lütken	0	0	0	0	0	0	0	0
2x	282	Charlotte Morsund	15							
	281	Geir Bentzen	14							
	277	Jan Hultgren	28	20	4	14				
	274	Sigurd Gullerud	46	23	41	22	33			
	272	Kristine Klaveness	51	21	25	20	21	13	11	
	259	Thor Westlie	51	37	23	29	38	42	32	17
	258	Henning Cook	65	9	4	52	24	38	14	52
	255	Eivind Engebretsen	17	7	33	13	13	34	40	33
	230	Jan Thygesen	5	4	32	33	15	0	58	79
	221	Øivind Haraldsen	0	0	0	14	31	4	26	39
	209	Søder	1	0	21	0	6	0	0	0
	200	Th.Hagen	54	75	70	13	0	61	65	72
	285	Leif Wahlund	55							
1x	278	Jostein Greve	18	17	28	3				
	276	Esther Verburg	12	1	22	39				
	275	Janka Nakken	37	20	6	7	38			
	270	Jarle Roti	65	91	28	4	5	25	16	
	266	Per H Ihlen	72	57	27	29	6	67	40	49
	260	Inger Johanne Gresslien	0	19	17	44	55	27	25	10
	254	Tine Heien Larsen	67	96	99	18	68	60	37	86
	250	Helge Dalset	56	5	25	39	34	31	6	11
	249	Per Dahlstrøm	71	113	30	48	44	40	32	122
	247	Terje Graver	95	104	60	14	73	20	27	80
	244	Øyvind Brøymer	0	14	27	20	2	2	25	29
	203	Ve Ve	50	51	16	20	21	1	0	26
		private	237	175	278	255	189	220	168	220
1xpl	286	Per Arild Mørk	5							
	272	Tom H Westerling	15	24	39	25	71	19		
	269	Cathrine wilmhelsen	19	29	39	73	11	29	24	16

	263	Ada Spæren	18	18	78	170	49	53	64	56
	262	Margit Mørk	16	32	22	7	23	62	69	58
	261	Ivar L Hagness	2	14	12	19	21	16	7	9
	252	Roy Hagen	2	2	16	2	25	85	11	10
	234	Jon Mobråten	8	33	18	15	0	0	1	60
	233	Olav Nygaard	3	6	8	1	94	17	108	122
4 Innrigg	164	Elsa Borch	0	0	0	0	20	17	5	17
	150	NN	25	10	5	10	32	15	17	23
4 3/4	284	Pål Svensson	56							
	283	Stein Mørk	87							
	279	Annelise Hem	113	58	25	48				
	226	Morten Flood	56	18	0	11	16	23	28	23
	212	Willy Evensen	37	37	23	39	61	71	50	27
2x trim	273	De 4 H'er	58	42	33	56	40	16		
	267	Magne Sølvsberg	55	67	37	43	96	99	93	65
	222	Erik Osvold	20	24	13	47	52	44	41	30
1x trim	268	Joakim Søderstrøm	26	1	0	0	0	56	42	
	264	Aud Engebretsen	3	34	44	57	52	56	33	46
	224	Steven	32	57	46	86	62	59	39	37
	223	H.C.Haug	45	1	1	1	75	58	17	36
	219	H.O.Elgetun	5	63	33	2	12	4	16	10
	196	Ulf	0	0	0	1	0	0	1	0
		Mascot	3							

Bruk av båter

Racebåter

8+	58	11
4 +,x,-	99	71
2-	30	13
2x	347	241
1x	835	734
1xpl	112	179
Til sammen	1481	1249

Turbåter

1x trimmy	114	155
2x trimmy	133	133
4 3/4	358	113
Innrigger	25	10
Til Sammen	630	401
Totalt	2111	1650



Bente Dahl Storm

Tannlege MNTF

Slemdalsveien 70
Postboks 8 Vinderen, 0319 Oslo
Telefon 22 49 58 82

Rosjefens rapport 2003

2003 ble et svært travelt år i Christiania Roklub da vi initierte vår ro-utviklingsplan og videreførte større rekrutteringsinitiativer samtidig som vi hadde den travleste konkurransesesongen på mange år! Tre hovedområder oppsummerer rosjefens hovedaktiviteter i roåret 2003; Ro-utviklingsplanen, rekruttering, og regattasesongen. I tillegg hadde CR selvfølgelig et stort høydepunkt allerede i mai med omfattende jubileumsfeiring og en scullerregatta i verdensklasse i Frognerkilen.

UTVIKLINGSPLAN FOR ROING

I begynnelsen av 2003 sendte rosjefen ut et brev til alle medlemmene via e-mail. Dette var et 4-siders dokument som beskrev elementene i en 3-års plan for oppbygging og videreutvikling av roaktivitetene i klubben vår. Denne planen hadde blitt godkjent av Routvalget, og hovedfokus for 2003 var på rekruttering, coaching og integrering i klubben. Jeg sier integrering da det er logisk at vi ikke kan øke antall aktive og tilhørende roaktiviteter uten å se nærmere på mange områder av klubbens aktiviteter, slik at vi kan bidra til et miljø der nye og eksisterende medlemmer vil ønske å fortsette å ro, og ha glede av å delta i klubbens aktiviteter.



Maren Sandbu - årets vinner av Kongepokalen for kvinner. Gratulerer!



Vi har nå jobbet med dette i et år. Selvfølgelig har vi fokusert på et utvalg av disse elementene. Jeg ønsker i den sammenheng å nevne noen av Routvalgets viktigste aktiviteter og resultater dette året:

Oslo Skoleregatta ble arrangert i juni på Aker Brygge som en del av Oslo Fjord Festival med tusenvis av folk tilstede.



Klare vinnere i NM på Årungen.

Regattaen var basert på en invitasjon sendt til et begrenset antall Oslo skoler der skolens elever ble invitert til å delta på en spesiell roskole med 6 (!) instruksjonsturer i robåt etterfulgt av en regatta. En stor takk til Nils Petter Lilledahl, som var hovedansvarlig for organiseringen av denne regattaen, for vel utført arbeid.

Mange nye juniorer (for tiden har vi omtrent trettifem, av disse trener tjuefem regelmessig). CR har fått ca 190 nye medlemmer dette året, hovedsakelig fra Roskolen. Mange takk til Robert Bjørgan for enestående arbeide med roskolen, og også til alle de frivillige som har bidratt som trenere og støtteapparat. Denne sommeren åpnet vi opp båtparken, og da spesielt benyttelse av konkurransebåtene på Bogstad for mange nye medlemmer. Dette innebar også at en ny filosofi med hensyn til resursbruk måtte utvikles. (NB. Båtfordeling blir gjennomgått årlig.)



Anette, Camilla, Kristin og Elin tester pizzaen etter Vangsvatsregattaen på Voss.

Et nytt system for reservasjon av båter ble implementert på Bogstad for å kontrollere og øke effektiviteten av økt båttbruk.

Coaching for veteraner. Egne treningstider ble reservert på Bogstad for trening av den aktive veterang-



ruppen, med Petter Mjelva som trener. Videre utvikling i dette området er under arbeide.

Initiere oppgradering av CRs webside. Første trinn ble utført av Ketil Rønne. Begivenhetene har siden skutt ytterligere fart, og websiden har nå blitt fullstendig omarbeidet, og blir nå vedlikeholdt av web master Tore Rokkan, som gjør en storartet jobb. Klubbens webside er et meget viktig informasjonsinstrument for vår klubb – vennligst besøk den regelmessig!

Oppgradering av vektrommet – som mange nå vil ha sett. Neste fokus vil være nye romaskiner og tekniske hjelpemidler for foredrag og lignende. Integrert coaching – i betydningen av god kommunikasjon og fleksibilitet (jobbing på tvers) mellom trenerne, for å gjøre en meget travel konkurransesesong til en hyggelig opplevelse for alle deltagere. Vår største organiserte konkurransesesong på mange år – spesielt på junior-siden.



Tor Herman Smedsrud er med i Rofoorbundets juniorgruppe.

REKRUTTERING

Rekruttering av juniorer var prioritert denne sesongen. Nye juniormedlemmer ble rekruttert via Oslo Skoleregattaen, nettverksaktiviteter ved skolene og via CRs roskole.

Vi lærte mye om rekrutteringsmetoder og hvilke ideer som var mest effektive underveis. Disse erfaringene vil gi input til strategien for kommende sesong. Neste sesong vil rekrutteringen også målrettes mot oppbygging av senior konkurranselagene. Videre arbeid med handover system mellom grupper i klubben blir nå diskutert sammen med utvikling av et større spekter av treningsaktiviteter. Dette gir behov for ytterligere arbeidskraft og trener utvikling – både internt og eksternt.

Junior roskole / regatta vil fortsette, og nå jobbes det med detaljer for en stor Skoleregatta på Kongen i 2004 der alle de lokale roklubbene vil involveres. Planlagt dato er 8. mai.

REGATTASESONGEN

Det mest fremtredende med 2003 sesongen var det høye aktivitetsnivået, og antall medlemmer som reiste til regattaer for å konkurrere. CR deltok på nes-

ten alle norske regattaer, og med et stort antall juniorer ved hver konkurranse. I løpet av sesongen har ca 80 CR medlemmer stilt på startstreken av en roregatta!! (Aktivitetsomfanget gjør at kun en oppsummering av noen av konkurransene og høydepunkte er gitt i denne artikkelen, vennligst konferer med resultatlistene og spesifikke artikler i årboken for flere detaljer.)

CII NM (jan). Sesongen startet med norgesmesterskap på CII i Horten, med stor tilstedeværelse fra Norske klubber. Kristian Notto Simensen vant HJA 1x og 2x (med Peder



Suveren seier i Hamburg for Kristian Notto Simensen og Nils Jacob Hoff fra Fana HJA 2-

Myhre) og Maren Sandbu vant DE Lv 1x, og DE 2x med Esther Verburg. Jan Rønne og Nils Petter Lilledahl vant HVet 1x 50-59 år henholdsvis 1000m og 500m. Det ble også seier for våre juniorer i HJB 4x –[Håkon Knutzen, Christoffer Andreassen, Tor Herman Smedsrud, Magnus Berg] and DJA 4x composite [Anniken Ellingsen CR, Camilla F. Wold CR, Synnøve Mangerud Flesland (Bergen), Lise Krohn-Hansen (Bergen)].

Hamburg (juni). I varmt vær (og en fin medvind) vant Kristian Notto Simensen og Nils Jacob Hoff fra Fana HJA 2- med stil i denne store europeiske junior regattaen. Notto fikk også en annenplass i HJA 4x (med et lag fra Roforbundet).

Vangsvannsregattaen og Stokkavannsregattaen. Disse regattaene er verd å nevnes siden et kombinert junior og seniorlag tok den lange reisen vestover for å støtte disse viktige regattaene – og ha litt moro! Seire ble det også:

Vangsvannsregattaen (mai):

Seire: **DJA 4x** Maja Thomassen, Anniken Ellingsen, Ragnhild Valstad, Camilla Wold

DS Lv Maren Sandbu

DJB 4x Maja Tomassen, Tommeline Bjerkely, Erle Refsum, Anniken Ellingsen

HJB 4- Håkon Knudsen CR, Tor Herman Smedrud CR, Magnus Berg CR, Bjørn Fredriksen

Stokkavannsregattaen (juni):

Seire: **DS 1x** Annette Schrøder (en av mange denne sesongen for Anette i 1x)

DS 2x Esther Verburg, Anette Schrøder

Det ble også seire ved våre landslagsroere Kristian Notto og Maren i sammensatte NR lagbåter.

Søro (juli). En gruppe på 20, hovedsakelig juniorer reiste til Danmark. Det ble ingen seire under meget vanskelige forhold (sterk motvind), men allikevel en meget vellykket konkurranse for alle. Harde konkurranser, god mat og overnatting, og spesielt den sosiale atmosfæren gjorde dette til en vellykket regatta for juniorlagene. Vi reiser igjen i 2004.

Nordisk Mesterskap (juli). Der var den mannen Kristian Notto igjen...! Tre gull i HJA 2-, 4- og 8+. Gratulasjoner også til Maren Sandbu som vant DS lv 2x sammen med Hilde Gudem (NR), og Martha Helgeland som vant DS 2x med Inger-Anne (NR). I svært varmt vær var det gode konkurranseforhold og utmerket lagstemning. Graden av konkurranseånd i herrenes juniorlag alene gjorde dette til en anledning som rosjeften vil huske lenge.

Tunevannet og Kjørbosprinten (aug). Disse regattaene hadde meget god deltagelse, også fra CR roere – en god blanding av juniorer, seniorer, veteraner og mange nye CR medlemmer. Gode, harde konkurranser og mange fine seire for CR.

World Masters Vichy (sept). Dette ble en storartet regatta for CR, med ca 20 CR deltagere, i tillegg til tilstedeværelse av andre CR medlemmer og familie. I år fikk alle CR roerne konkurrere i klubbens egne båter, transportert til Vichy av C.L. Jensen og Petter Mjelva. Vennligst se egen artikkel for flere detaljer om en av verdens største regattaer og CR medlemmers seire!

Norgesmesterskapet / Jubileumsregattaen (sept). Som en del av CRs jubileumsfeiring var Christiania ansvarlig for denne, meget velorganiserte regattaen. En spesiell takk går til alle involverte i organiseringen av regattaen.

Seire: *HE lv 2x* Jørgen Jensen/ Henrik Lindsad (Jr)

DE 8+ M a r e n ,
Marianne, Elin,
Anette, Kristine,
Thilde Stray,
Isabella Lindholt,
Camilla Wold, cox
Kamilla Notto
Simensen

DE 4x M a r e n
Sandbu, Marianne
Nordahl, Elin
Børresen, Anette
Schrøder



Vinnere i 4x under NM på Årungen. Maren Sandbu, Marianne Nordahl, Anette Schrøder og Elin Børresen

DE lv 1x Maren Sandbu

Maren Sandbu og Marianne Nordahl kom på annenplass i DE 2x i et meget jevnt løp.

Et annet høydepunkt i NM var Damenes åtter nybegynnerløp – gratulasjoner til alle deltagerne, og til Jan Sørderstrøm som initiativtager.

Kongepokalen. Maren Sandbu var en verdig mottager av Kongens pokal som ble delt ut til beste kvinnelige utøver i Norgesmesterskapet, og hun er nå en sterk kandidat for Olympisk seleksjon i 2004.

Ungdomsmesterskapet (sept). Et lite lag bestående av junior menn reiste sammen med juniortrener Christian Lien Jensen til Horten for å jakte på den sagnomsuste Norges Cup pokalen.

Dette resulterte i flere seire, men Ålesund tok denne tittelen.

CR seire: *HJB2x* Håkon Knutzen, Magnus Berg

HJA4- Håkon Knutzen, Magnus Berg, Tor Hermann Smedsrud, Henrik Lindstad

HJA2- Henrik Lindstad, Magnus Berg

Norges Cup: de endelige resultatene ga CR en tredjeplass. Ålesund vant med 230, Trondheim nummer to med 167, og Christiania på en tredjeplass med 161.

Rosjefens pokal. Årets vinner av rosjefens pokal satset på å vinne den; startet i masse løp i flere båtklasser – Åretes pokal går helt fortjent til en av våre desidert beste roere: Kristian Notto Simensen med 19 serie.

CR hadde utøvere som konkurrerte i World Cup, Junior Verdensmesterskapet, U23 Verdensmesterskapet og Senior Verdensmesterskapet. Våre landslagsutøvere dette året var Kristian Notto Simensen, Espen Wingsternaes, Maren Sandbu, Marianne Nordahl og Martha Helgeland. Jeg er sikker på at alle disse utøverne vil fortsette sin utvikling og sette seg internasjonale mål for 2004.

Thanks. En spesiell takk til alle medlemmene av Routvalget, inklusive gjestemedlemmer og trenere for deres arbeide i 2003. Disse er Øivind Haraldsen, Nils Petter Lilledahl, Esther Verburg, Sigurd Gullerud, Christian



Nordisk mesterskap på Hjälmjön med 3. plass i firer x til Martha Helgeland CR, Heidi Veeseer NSR, Marianne Nordahl CR, Inger Anne Halrynjo Voss.



Bestandig trivelig med båtsjau når det kryr av roere til å ta i et tak.

Lien Jensen, Eirik Naadland, Elin Børresen og Petter Mjelva. Også til Kristine Klaveness, Robert Bjørgan, Evy Granum og Jan Søderstrøm. Mine takk, ikke bare for bidrag til en travel og suksessrik konkurransesesong, men også for behandling av tallrike elementer som inngår i vår klubbs utvikling.

Ernie Clark
Rosjef

Tannlege Stein Randsborg

M.N.T.F.

Klinikk:
Bogstadveien 46 B
kontor.tlf: 23 36 90 00

Privat:
Hoffsjef Løvenskiolds vei 56 B
22 52 09 65





Resultater 2003

CII Innendørsmesterskapet 25-26 jan - lørdag

kl	båt	dist	vinner	plass	mrknavn	tid
DV 27-31	1x	1000	3.44.4	2/5	Irene Kåsa	3.47.1
HV 40-49	1x	1000	3.01.0	2/8	Lars Jensen	3.01.9
HV 50-59	1x	1000	3.12.0	1/8	Jan Rønne	3.12.0
				3/8	Nils Petter Lilledahl	3.13.3
HJB	1x	2000	6.40.6	2/16	Tor Herman Smedsrud	6.56.4
				10/16	Håkon Knutzen	7.28.2
				12/16	Magnus Berg	7.31.2
				16/16	Christoffer Andreassen	7.43.8
DJB	1x	2000	7.57.4	2/8	Annika Ellingsen	8.24.6
HJA	1x	2000	6.21.4	1/8	Kristian Notto Simensen	6.21.4
DJA	1x	2000	7.38.6	7/8	Camilla F. Wold	8.33.5
HE	1x	2000	5.46.8	8/8	Espen Wingsternæs	6.17.8
DE Lv	1x	2000	7.13.6	1/5	Maren Sandbu	7.13.6
				3/5	Esther Verburg	7.48.0
HV 50-59	1x	500	1.31.7	1/3	Nils P. Lilledahl	1.31.7
HJ stafett		4x500	6.05.3	3/8		
		Michael Czapka, CR			Karl Magnus Kinck, CR	
		Henrik Tellefsen, Bergen			Svein Ringstad, Bergen	6.28.1
				7/8		
		Håkon Knutzen			Christoffer Andreassen	
		Tor Herman Smedsrud			Magnus Berg	6.47.1
H stafett		4x500	5.36.6	4/4		
		Brage Baklien			Ketil Rønne	
		Espen Wingsternæs			Christian Lien Jensen	5.55.2
D stafett		4x500	6.51.9	3/5		
		Esther Verburg			Camilla F. Wold	
		Irene Kåsa			Maren Sandbu	7.14.2
HS åpen	1x	500	1.19.1	4/5	Christian Lien Jensen	1.30.9
DJ åpen	1x	500	1.45.2	4/4	Camilla F. Wold	2.01.3
DS åpen	1x	500	1.43.2	3/8	Irene Kåsa	1.44.6

CII Innendørsmesterskapet 25 -26 jan - søndag

HJB	4x	1000	3.39.7	1/3		
			Håkon Knutzen		Christoffer Andreassen	
			Tor Herman Smedsrud		Magnus Berg	3.39.7
DJA	4x	1000	4.01.3	1/3		
			Anniken Ellingsen CR		Camilla F. Wold CR	
			Synnøve Mangerud Flesland (Bergen)		Lise Krohn-Hansen	4.01.3
DE	4x	1000	3.51.7	1/1		
			Esther Verburg		Anette Schröder	
			Irene Kåsa		Elin Børresen	3.51.7
HJA	2x	1000	3.06.1	1/13	Kristian Notto Simensen	
				11/13	Peder Myhre NSR	3.06.1
					Karl Magnus Kinck	
					Michael R Czapka	3.36.1
HJB	2x	1000	3.27.3	3/5	Christoffer Andreassen	
					Tor Herman Smedsrud	3.28.9
				4/5	Håkon Knutzen	
					Magnus Berg	3.41.1
DJA	2x	1000	3.44.9	2/2	Camilla F. Wold	
					Anniken Ellingsen	4.04.4

HE	2x	1000	2.56.1	4/4	Christian Lien Jensen	
					Lars Jensen	3.10.1
DE	2x	1000	3.42.1	1/3	Esther Verburg	
				2/3	Maren Sandbu	3.42.1
					Anette Schröder	
					Irene Kåsa	3.49.1
Porselænsregattaen Lørdag 26. april						
HS	1x	9000	30.18	3/15	Espen Wingsternæs	30.31
DS	1x	9000	33.13	2/8	Maren Sandbu	33.23
				8/8	Esther Verburg	37.45
HJ	2-	9000	30.53	1/2	Kristian Simensen	
					Peder Myhre (NSR)	30.53
HJ	2x	9000	32.03	2/4	Håkon Knutsen	
				3/4	Magnus Berg	33.10
					Henrik Lindstad	
					Tor Herman Smedsrud	33.41
Tur	2x	9000	34.05	1/1	Terje Graver	
					Øyvind Haraldsen	34.05
Årungregattaen 10.-11. mai - lørdag						
HJA	1x	2000	7:53.93	2/6	Henrik Lindstad	7:57.15
DS	1x	2000	08:51.26	1/3	Anette Schröder	08:51.26
DJA	1x	2000	08:30.30	5	Camilla Wold	10:00.70
HJA	2-	2000	7:13.83	2/3	Kristian N Simensen	
					Peder Myhre (NSR)	7:14.25
DJB	4x	1000	4:43.65	1/2	Sabine Hagen	
			Cathrine Thjømøe		Anniken Ellingsen	4:43.65
			Jule Molander Ott			
			2/2			
			Ragnhild Thielann		Caroline Poppelmann	
			Erle Refsum		Ragnhild Valstad	4:52.80
DE Lv	1x	2000	8:07.09	1/5	Maren Sandbu	8:07.09
				5/5	Esther Verburg	8:43.27
HS	1x	2000	8:08.93	1/3	Ketil Rønne	8:08.93
DE	1x	2000	8:04.69	5/6	Marianne Nordahl	8:22.65
DJA	2x	2000	7:55.15	3/3	Camilla Wold	
					Anniken Ellingsen	9:08.07
HJB	2x	1000	3:33.25	4/6	Tor Herman Smedsrud	
				6/6	Magnus Berg	3:53.23
					Håkan Knutzen	
					Christoffer Andreassen	4:11.42
DE	2x	2000	7:27.63	4/6	Heidi Veese (NSR)	
				6/6	Esther Verburg	7:56.97
					Marianne Nordahl	
					Anette Schröder	8:04.64
DJB	2x	1000	4:10.11	3/3	Ragnhild Valstad Erle Resfum	5:19.10
HJB	4-	1000	4:15.56	1/1		
			Tor Herman Smedsrud		Magnus Berg	
			Håkon Knutzen		Truls Bratfoss	4:15.56
HE	1x	2000	7:13.45	6	Espen Wingsternæs	7:44.09
Mix	8+	1000	3:00.92	3/3		
			Christian Vegsund		Hans Olav Naas	
			Magnus Kleven		David Vatne	
			Elisabeth Oksavik		Einar Finnsæther	
			Caroline Kårstad		Kristin Jordal	
					Ola Krosnes (cox)	4:29.02

Årungsregattaen 10.-11. mai - søndag

Åpen mix	4x	500	02:10.10	1/2	Stephan Jensen	Erland Solberg	
					Nina Lunde	Julie Molander Ott	02:10.10
HE	1x	2000	07:00.00	6		Espen Wingsternæs	07:54.40
DE	1x	2000	07:36.50	3		Marianne Nordahl	07:44.90
HJA	2-	2000	07:08.50	1/3		Kristian N. Simensen	
						Nils J.S. Hoff (Fana)	07:08.50
DE Lv	1x	2000	08:04.40	1/5		Maren Sandbu	08:04.40
						Esther Verburg	08:46.92
HS	1x	2000		1/1		Ketil Rønne	07:53.80
DE	2x	2000	07:15.16	2/5		Maren Sandbu (NR)	
						Hilde Gudem	07:30.10
						Marianne Nordahl	
						Inger Anne Haljynro (NR)	07:39.13
						Elin Børresen	
						Anette Schröder	08:02.20
HE	2x	2000	06:33.23	3/5		Bård Monsen	
						Espen Wingsternes (NR)	06:50.67
HJB	2x	1000	03:36.82	3/10?		Tor Herman Smedsrud	
						Magnus Berg	03:57.53
						Håkon Knutzen	
						Truls Bratfoss	04:39.80
						Christoffer Andreassen	
						Erland Solberg	05:31.60
DJB	4x	1000	04:07.91	2/3		Erle Refsum	
					Ragnhild Valstad	Caroline Thjømøe	04:24.45
					Nina Lunde	Anniken Ellingsen	
							3/3
Sabina Hagen						Julie Molander Ott	
						Cathrine Thjømøe	04:36.57
HJB	4x	1000	07:21.62	1/1		Magnus Berg	
					Tor Herman Smedsrud	Christopher Andreassen	07:21.62
DE	4x	2000	07:12.76	2/4		Håkon Knutzen	
						Maren Sandbu	
						Elin Børresen	
						Anette Schröder	07:13.13
							3/4
						Esther Verburg	
						Veronika Vogler	
DJB	2x	1000	00:00.00	2/3		Camilla Wold	07:22.42
						Ragnhild Valstad	
						Anniken Ellingsen	+ 00:45.90
						Erle Refsum	
						Sabina Hagen	+ 02:52.60
							3/3
Vangsvannsregattaen m/NC 24.-25. mai - Lørdag							
HJA	2-	2000	7,07,72	1/3		Nils Jakob (Fana)	
						Kristian N. Simensen	7,07,72
HJB pl	1x	1000	4,00,25	3/6		Håkon Knutzen	4,07,11
			4,06,38	2/6		Magnus Berg	4,14,06
			4,11,46	2/6		Tor Herman Smedsrud	4,14,29
DJB	2x	1000	4,03,68	2/7		Anniken Ellingsen	
						Cathrine Gundersen (S/fjord)	4,07,28
						Ragnhild Valstad	
						Tommeline Bjerkely	5,00,12
						Refsum Tomassen	
						Erle Maja	6,06,24
							7/7

DJA	1x	2000	8,59,02	6/7	Camilla Wold	9,47,76
HS/E	1x	2000	7,22,18	8/14	Espen Wingsternæs	7,54,48
HJA	1x	2000	8,02,84	2/5	Kristian N. Simensen	8,18,96
DS	1x	2000	8,54,56	4/7	Anette Schrøder	9,36,63
				6/7	Elin Børresen	9,56,73
DS Lv	1x	2000	9,01,22	1/5	Maren Sandbu	9,01,22
				4/5	Ester Verburg	9,44,46
HJ	1x	2000	8,01,91	9/12	Henrik Lindstad	8,28,38
DJA	4x	2000	8,25,16	1/2		
			Maja Thomassen		Anniken Ellingsen	
			Ragnhild Valstad		Camilla Wold	8,25,16
DS	4x	2000	8,03,42	1/2		
			Elin Børresen		Esther Verburg	
			Anette Schrøder		NN	8,03,42
DJB	2x	1000	4,26,39	3/3	Tommeline Bjerkeli	
					Maja Thomassen	
					Erle Refsum	
					Anniken Ellingsen	4,48,33
DS	2x	2000	8,09,54	1/3	Hilde Gudem (NR)	
				3/3	Maren Sandbu (NR)	8,09,54
					Anette Schrøder	
					Esther Verburg	9,07,44
Vangsvannsregattaen m/NC 24.-25. mai - søndag						
DJB	2x	1000	4,15,27	3/5	Anniken Ellingsen	
				4/5	Cathrine Gundersen (S/fjord)	4,28,75
					Tommeline Bjerkely	
				5/5	Ragnhild Valstad	4,33,64
					Erle Refsum	
					Maja Thommesen	5,13,83
HJA	2x	2000	7,00,72	6	Henrik Lindstad	
					Håkon Knutzen	7,27,61
HJA	1x	20000	8,12,66	2/7	Lindstad Henrik	8,13,66
HS/E	1x	2000	7,27,62	3/5	Wingsternæs Espen	7,35,16
			8,23,80	5/7	Anette Schrøder	9,02,24
				6/7	Elin Børresen	9,11,35
HJB	4-	1000	3,37,30	1/4		
			Håkon Knudsen CR		Tor Herman Smedrud CR	
			Magnus Berg CR		Bjørn Fredriksen	3,37,30
DJB	4x	1000	4,10,92	1/2		
			Maja Tomassen		Tommeline Bjerkely	
			Erle Refsum		Anniken Ellingsen	4,10,92
HJB Heat 1	1x	1000	4,13,88	1/6	Tor Herman Smedsruud	4,13,88
HJB Heat 3				2/6	Magnus Berg	4,15,05
			4,10,83	3/6	Håkon Knutzen	
DJA	2x	2000	8,55,67	2	Ragnhild Valstad	
					Camilla Wold	9,14,30
HJA	2-	2000	7,32,46	1/4	Kristian N. Simensen	
					Nils J Hoff (FANA)	7,32,46
DS	2x	2000	7,57,15	1/8	Hilde. Gudem	
				4/8	Maren B Sandbu CR	7,57,15
					Anette Schrøder	
				7/8	Esther Verburg	8,28,84
					Elin Børresen	
					Kristin Jordal	8,43,98
HJB	2x	1000	3,45,53	3	Tor Herman Smedrud	
					Magnus Berg	4,01,22

Østlandsregattaen m/NC 14.-15. juni - lørdag

HJB5 Heat 2	1x	1000	03:57.2	2/5	Håkon Knutzen	04:10.6
				3/5	Magnus Berg	04:12.3
DJB	4x	1000	04:09.61	1/2		
			Sabina Hagen		Anniken Ellingsen	
			Maja Thomassen		Erle Resfum	04:09.61
			1/2			
			Chatrine Thjømøe		Caroline Bull Poppelman	
			Ragnhild S. Thielemann		Ragnhild Valstad	04:33.00
HJA	1x	2000	07:43.36	1/14	Kristian Notto Simensen	07:43.36
				6/14	Henrik Lindstad	08:16.73
Åpen Heat 1	1x	500	02:20.46	3/5	Audun Voll	02:37.17
HJB	4x	1000	03:31.94	3/6		
			Christoffer Andreassen		Truls Bratfoss	
			Magnus Berg		Håkon Knutzen	03:53.72
H Vet	1x	1000	04:06.53	1/2	Anders Værang	04:06.53
DJA	1x	2000	09:26.47	1/1	Camilla Wold	09:26.47
HJA	2x	2000	07:15.96	2/6	Khristian N Simensen	
					Jens Christian Rathke (Fana)	07:26.01
DJA	4x	2000	08:36.84	1/2		
			Maja Thomassen		Anniken Ellingsen	
			Ragnhild Valstad		Camilla Wold	08:36.84
			2/2			
			Cathrine Thjømøe		Sabina Hagen	
			Ragnhild S. Thielemann		Erle Refsum	10:19.24
DE	1x	2000	07:58.10	5/6	Martha Helgeland	08:30.00
DS	2x	2000	08:00.79	1/5	Anette Schroder	
					Esther Verburg	08:00.79
				2/5	Elin Børresen	
					Kristin Jordal Aalesunds	08:11.42
DJB	2x	1000	04:01.08	1/6	Anniken Ellingsen	
					Ragnhild Valstad	04:01.08
				5/6	Maja Thomassen	
					Erle Refsum	05:30.95
D/HJC	4x	500	02:23.68	4/4		
			Philip Suffren		Caroline Bull Proppelman	
			Marius Landsverk		Anette	02:23.68
HJB	2x	1000	03:39.86	4/9	Magnus Berg	
					Håkon Knutzen	03:49.06
				8/9	Christoffer Andreassen	
					Truls Bratfoss	04:18.8
DS Lv	1x	20000	08:08.42	1/4	Maren Sandbu	08:08.42
				4/4	Esther Verburg	09:00.23
DE	2x	2000	07:08.85	2/4	Maren B. Sandbu CR	
					Hilde Gudem	07:11.01
HE	2x	2000	06:33.05	5/5	Tor Wigum NR	
					Espen Wingsternæs	07:13.72
HJC	2x	5000	01:50.51	4/6	Philip Suffren	
					Marius Landsverk	02:21.24

Østlandsregattaen m/NC 14.-15. juni - søndag

HJB Heat 3	1x	1000	04:01.37	2/5	Håkon Knutzen	04:14.18
DJB	4x	1000	04:04.36	1/3		
			Maja Thomassen		Erle Resfum	
			Anniken Ellingsen		Ragnhild Valstad	04:04.36
			3/3			
			Chatrine Thjømøe		Sabina Hagen	
			Ragnhild S. Thielemann		Julie Molander Ott	05:18.03

HJA	1x	2000	08:04.14	1/11	Kristian Simensen	08:04.14
				5/11	Henrik Lindstad	08:34.67
DS/E	4x	2000	07:39.76	1/2	Ester Verburg	
					Elin Børresen	
NÅK Heat 3	1x	500	01:56.82	3/4	Lizzie Schjøtt	07:39.76
DJA	2x	2000	08:23.40	2/3	Audun Wold	02:47.27
					Anniken Ellingsen	
					Camilla Wold	08:38.86
HS/E	4x	2000	06:10.59	3/4	Bård Monsen NR	
					Tor Wigum NR	
HJA	2x	2000	07:09.15	5/5	Espen Wingsternæs NR/CR	06:21.14
					Henrik Lindstad	
					Truls Bratfoss	08:22.90
HJB	4-	1000	03:31.26	1/4	Håkon Knutzen CR	
					Magnus Berg CR	
					Andreas Paulsen	
DJB Heat 2	1x	1000	04:33.92	1/3	Lars Midtvåge	03:31.26
				2/3	Anniken Ellingsen	04:33.92
					Erle Resfum	04:57.03
DJA	4x	2000	08:49.50	1/1	Camilla Wold	
					Maja Thomassen	
HE	1x	2000	07:25.62	2/3	Ragnhild Thielemann	08:49.50
				3/3	Marcus Dahllof	07:43.83
DJB	2x	1000	04:03.92	4/5	Ketil Rønne	07:51.16
					Sabina Hagen	
					Ragnhild S. Thielemann	04:47.94
				5/5	Catrine Thjømøe	
					Caroline Bull Poppelmann	05:21.59
HJB	2x	1000	03:31.98	3/6	Magnus Berg	
					Håkon Knutzen	03:43.44
DS	1x	2000	08:21.60	1/5	Anette Schroder	08:21.60
				2/5	Elin Børresen	08:24.72
				3/5	Ester Verburg	08:28.37
DS Lv	1x	2000	08:07.00	2/3	Maren Sandbu	08:11.74
HE	2x	2000	06:33.20	4/5	Tor Wigum (Bergen)	
					Espen Wingsternæs	07:00.08
				5/5	Marcus Dahllof	
					Ketil Rønne	07:01.42
HJA	8+	2000	06:34.07	1/2	Kristian Simensen	
					Henrik Lindstad	
					Kristoffer Sundli	
					Magnus Berg	
					Jens Rathke	
					Erling Stefansen	
					Truls Bratfoss	
					Håkon Knutzen	
					cox: Kristine Klavenes	07:13.80
HJC	2x	500	01:54.13	3/4	Philip Suffren	
					Marius Landsverk	02:14.46
DE	2x	2000	07:17.05	1/2	Maren B. Sandbu CR	
					Hilde Gudem	07:17.05
Stokkavannsregattaen m/NC 28.-29. juni - lørdag						
DJA	1x	2000	08.38.61	3/3	Camilla Wold	09.34.50
HJA	1x	2000	07:54.21	3/5	Henrik Lindstad	08:11.62
HJB	1x	1000	03.48.35	3/5	Håkon Knutzen	
HS/E	1x	2000	7.41.82	3/5	Nikolai Jørgensen	08.02.78
DS	1x	2000	8.44.49	1/3	Annette Schoder	8.44.49
				2/3	Esther Verburg	8.47.11
HJA	2x	2000	6.54.77	1/6	Christian Simensen	
					Nils Hoff (Fana)	6.54.77

				4/6	Henrik Lindstad	
					Håkon Knudzen	7.19.90
DJB	1x	1000	4.28.04	5/5	Sabina Hagen	5.23.92
DS	4x	2000	7.31.64	1/1	Esther Verburg	
					Thilde Dalsmo Stray	
					Annette Schroder	
					Camilla Wold	7.31.64
DJA	4x	2000	7.37.13	1/2	(CR/Alesund/Fana)	
					Henriette Longva	
					Caroline Kårstad	
					Benedikte Dahle	7.37.13

Stokkavansregattaen resultater søndag 29. juni

HJA	1x	2000	7.57.07	3/5	Henrik Lindstad	?
DJA	1x	2000	?	3/3	Camilla Wold	10.30.32
HJA	1x	2000	7.14.75	1/5	Kristian Simensen / Nils Hoff	7.14.75
HS/E	1x	2000	7.48.41	3/5	Nicolai Jørgensen	8.19.20
DS	1x	2000	09:09:72	3/6	Anette Schroder	9.25.40
				4/6	Esther Verburg	9.25.79
HJB	1x	1000	3.52.50	3/5	Håkon Knutzen	3.59.58
HJA	2x	2000	6.54.42	1/4	Kristian Simensen	
					Nils Hoff	6.54.42
DS	2x	2000	7.50.28	1/4	Esther Verborg	
					Anette Schroder	7.50.28
				4/4	Camilla Wold	
					Ida Husjord (Trondheim)	8.27.20
DJB	1x	1000	4.44.28	7/7	Sabina Hagen	5.30.43

Tunevannet Grand Prix 16.-17. august - lørdag

S mix	2-	500	2,05,59	1/2	Martha Helgeland	
					Christian Lien Jensen	2,05,59
				2/2	Esther Verburg	
					Eirik Stokke Naadland	2,21,64
HJB	1x	500	2,27,60	5/6	Christopher Andreassen	3,20,31
				6/6	Magnus Berg	3,53,28
HJA	2x	500	00:00	5/5	Henrik Linstad	
					Håkon Knutsen	+0,09,34
DE	1x	500	0,00,00	4/5	Elin Børresen	+0,35,57
DE Lv	1x	500	2,14,53		Esther Verburg	2,14,53
DE	4x	500		1/2		
			Elin Børresen		Martha Helgeland	
			Lizzy Schjøtt		Esther Verburg	
HJB	4x	500	1,49,53	3/5		
			Håkon Knutsen		Magnus Berg	
			Christopher ?		NN	1,58,67
D Vet	1x	500	2,49,09	1/2	Janne Spilling (E)	2,49,09
				2/2	Annelise Hem (G)	3,00,03
H Vet	1x	500	2,01,68	2/6	Stein Randsborg (D)	2,02,79
				6/6	Anders Værang (E)	2,37,53
H Vet	1x	500	2,01,88	3/5	Iver Høy D	2,27,02
				4/5	Tor Ahlsand H	2,42,47
HE Lv	1x	500	?	2/2	Jørgen Walle-Jensen ?	
DS/E	2x	500	1,52,11	1/4	Hilde Gudem	
					Maren Sandbu (NR)	1,52,11
				2/4	Elin Børresen	
					Martha Helgeland	1,57,97
Åpen nye	1x	500	3,06,64	1/4	Christine Randsborg	3,06,64
DE	2-	500	0,00,00	1/2	Esther Verburg	
					Martha Helgeland	0,00,00

DJB	1x	Roerthon	11.21.00	1/3	Christine Randsborg	11.21.00
HJB	1x	Roerthon	9,38,00	3/12	Magnus Berg	9,51,00

Tunevannet Grand Prix 16.-17. august -søndag

D Vet	8+	1000	4,06,47	1/1	Christine Randsborg	Ragnhild Thielemann	
					Tone Pahle	Grethe Stokke	
					Kari Løberg	Kjersti Haug	
					Irene Kaasa	Evy Granum	
						Cox: NN	4,06,47
H Vet	4-	1000	3,47,32	1/1	Jul Olsen D		
					Erling Storm D		
HJB	1x	1000	4,05,42	1/5	Magnus Berg		3,47,32
H Vet	2x	1000	3,20,11	2/6	Øyvind Brøymer		4,05,42
					Anders Værang E		
				3/6	Per Dahlstrøm		3,32,78
					Otto Narvestad		3,55,52
DS/E	4x	2000	7,08,81	1/2	Nina Johansen		
					Esther Verburg		
					Lizzy Schjøtt	Marianne Nordahl (Baerum)	7,08,81
D Vet	2x	1000	4,28,63	1/4	Tone Pahle D		
					Grete Stokke D		4,28,63
				3/4	Janne Spilling E		
					Annelise Hem G		4,33,28
DJB	2x	1000	3,51,60	1/2	Ragnhild Valstad		
					Ragnhild Tieleman		
					Anniken Ellingsen		
					Erle Refsum		3,56,59
D begy.	8+	1000	4,30,06	1/2	Evy Granum	Cecilie Ulvestad	
					Kristine Myrliid	Agnethe Sandem	
					Pernille Pihl	Ellen Sjøwall	
					Inger Anne Drage	Irene Kaasa	
				2/2		Cox: NN	4,30,06
					Cecilie Brewer	Janet Flower	
					Kari Løberg	Tone Hærem	
					Torlaug Sætre Knudsen	Ann-Elisabeth Olse	
					Catrine Gjedberg	Kjersti Haug	
						Cox: NN	4,37,95
HJA	2x	2000	7,12,86	5/5	Henrik Lindstad		
					Håkon Knutsen		7,36,36
DJB	2x	1000	3,56,01	2/5	Christine Randsborg		
					Cathrine Gundersen		4,04,55
D Vet	1x	1000	5,09,98/				
			4,34,98	1/4	Grete Stokke D	5,09,98/ 4,34,98	
				2/4	Annelise Hem G	5,12,17/ 5,12,17	
				3/4	Janne Spilling E	5,25,94/ 5,00,94	
H Vet	1x	1000	4,29,12/				
			4,29,12	1/2	Tor Ahlsand H	4,29,12/ 4,29,12	
				2/2	Otto Narvestad G	4,35,47/ 4,20,47	
H Vet	1x	1000	3,58,48/				
			3,58,48	1/6	Øyvind Brøymer E	3,58,48/ 3,58,48	
				2/6	Anders Værang E	4,03,95/ 4,03,95	
				3/6	Nils P. Lilledahl E	4,08,61/ 4,08,61	
				4/6	Iver Høy D	4,17,17/ 4,07,17	
Mesterskapet							

HJA	4x	2000	7,18,68	3/3	Håkon Knutsen	Magnus Berg	
					Christopher Andreassen	Henrik Lindstad	7,31,97
DS/E	2x	2000	7,58,58	2/3		Marianne Nordahl	
						Esther Verburg	8,00,41
				3/3		Martha Helgeland	
DJA	2x	2000	?	1/1		Elin Børresen	8,02,05
						Erle Refsum	
HJA	1x	2000	8,07,63	5/6		Ragnhild Tieleman	?
Mix	8+	1000	3,34,22	1/1		Henrik Lindstad	8,32,62
					Martha Helgeland		
			NN			Esther Verburg	
			Elin Børresen			Jørgen Walle-Jensen	
			Øyvinn Brøymer			Eirik Stokke Naadland	
						Cox: Morten Flood	3,34,22
HJB	2x	1000	?	3/4		Christopher Andreassen	
						Erland Solberg	?
Vet Mix	8+	1000	4,06,81	1/2			
			Jul Olsen			Iver Høy	
			Inger Anne Drage			Nils-Petter Lilledahl	
			Pernille Phil			Erling Storm	
			Evy Granan			Irene Kåsa	
						Cox Håkon Knutzen	4,06,81
Mesterskapet				2/2			
			Grete Stokke			Anders Verang	
			Øyvinn Brøymer			Jan Søderstrøm	
			Ellen Sjøwall			Kristine Myrliid	
			Irene Jakobsen			Agnethe Sandem	
						Cox Magnus Berg	4,31,69
DS/E	2-	2000	8,57,99	1/2		Martha Helgeland	
						Marianne Nordahl	8,57,99
Kjørbosprinten Lørdag 30. august							
HJA	1x	500	1.35.83	1/6		Kristian Simensen	1.35.83
DJA	1x	500	1.59.02	2/2		Anniken Ellingsen	2.04.32
HJC	2x	500	1.45.11	4/4		Phillip Suffren	
						Marius Landsverk	2.42.83
H Vet	1x	500	1.39.61	2/3		Iver Høy	1.45.59
DE Begynner	8+	500	1.47.16	1/2			
			Evy Granum			Cecilie Ulvestad	
			Kristine Myrliid			Agnethe Sandem	
			Pernille Pihl			Ellen Sjøwall	
			Inger Anne Drage			Irene Kaasa	
						Cox: NN	1.47.16
8+ Begynner				2/2			
			Cecilie Brewer			Janet Flower	
			Kari Løberg			Tone Hærem	
			Torlaug Sætre Knudsen			Ann-Elisabeth Olsen	
			Catrine Gjedberg			Kjersti Haug	
						Cox: NN	2.,19.72
DJA	4x	500	1.41.00	1/1			
			Camilla Wold			Anniksen Ellingsen	
			Erle Refsum			Ragnhild Valstad	1.41.00
D Vet	1x	500	2.17.36	1/2		Janne Spilling	2.17.36
				2/2		Annelise Hem	2.38.29
HJB	2x	500	1.38.49	2/4 H 2		T.H. Smedsrud	
						Magnus Berg	1.41.58

HE	1x	500	1.36.77	5/6	Henrik Lindstad	1.41.37
HJA	4-	500	1.27.40	2/2	Magnus Berg	
			T.H. Smedsrud		Henrik Lindstad	1.30.73
			Hakon Knutzen		Kristian Notto Simensen	
HE	2-	500	1.32.45	1/1	Christian Lien Jensen	1.32.45
HE	4-	500	1.41.85	1/1	Odd Hansen	
			Arne Jahr		NN	1.41.85
			Erling Storm			
DJB	4x	500	1.47.51	1/1	Ragnhild Thielemann	
			Ragnhild Valstad		Anniken Ellingsen	1.47.51
			Erle Refsum			
HE	4x	500	1.24.98	1/2	C.L. Jensen	
			K.N. Simensen		Eirik Naadland	1.24.98
			Petter Bergman		Camilla simensen	
DJC	2x	500	2.14.00	2/2	Caroline Poppelmann	2.19.91
HJB	1x	500	1.39.03	5/5	Heat 1Hakon Knutzen	1.49.81
		500	1.43.61	2/5	Heat 2T.H. Smedsrud	1.45.43
		500		5/5	Heat 2Magnus Berg	1.48.47
DJB	2x	500	1.46.04		Erle Refsum	
					Ragnhild Valstad	2.06.23
		500			Ragnhild Thielemann	
					Anniken Ellingsen	2.06.92
Alle	8+	500	1.32.77	3/5	Odd Hansen	
			Arne Jahr		Gerhard Durbeck	
			Erling Storm		Nils Lilledahl	
			Per Dahlstrom		Stein Randsborg	
			Iver Hoy		Cox: Morten Flood	1.38.66
		500		4/5		
			Marius Harridslef		Calle Nerheim	
			Paul C. Havnevik		Tore T. Rokkan	
			Bjørnar Dramstad		Lars Johansen	
			Thomas Heidfeld		Erik Grenfors	
					Cox: NN	

Kjørbosprinten Søndag 31. august

HJB	2x	500	1.24.74	2/3	T.H. Smedsrud	
					Magnus Lang	1.27.13
HJA	1x	500	1.36.16	4/6	Henrik Lindstad	1.38.87
DJA	1x	500	1.53.12	1/2	Anniksen Ellingsen	1.58.53
HJC	2x	500	1.41.67	4/4	Phillip Suffren	
					Marius Landsverk	2.11.78
H Vet	1x	500	1.43.32	1/2	Iver Høy	1.43.32
DE	8+	500	1.38.06	1/3		
			Evy Granum		Cecilie Ulvestad	
			Kristine Myrlid		Agnethe Sandem	
			Pernille Pine		Ellen Sjøwall	
			Inger Anne Drage		Irene Kaasa	
					Cox: NN	1.38.06
				3/3		
			Cecilie Brewer		Janet Flower	
			Kari Løberg		Tone Hærem	
			Torlaug Sætre Knudsen		Ann-Elisabeth Olsen	
			Catrine Gjødberg		Kjersti Haug	
					Cox: NN	2.05.91

DJA	4x	500	1.38.87	1/1	Camilla Wold	Anniken Ellingsen	
					Ragnhild Valstad	Erle Refsum	1.38.87
D Vet	1x	500	2.09.19	2/2		Janne Spilling	2.21.24
HJB	2x	500	1.35.11	2/4		T.H. Smedsrud	
						Magnus Berg	1.35.43
HJA	4x	500	1.23.42	3/4			
					T.H. Smedsrud	Magnus Berg	
					Hakon Knutzen	Henrik Lindstad	1.26.61
DE	2x	500	1.40.99	2/3		Annette Schrøder	
						Elin Børresen	1.44.16
DJB	4x	500	1.53.49	1/2			
					Anniken Ellingsen	Ragnhild Thielemann	
					Ragnhild Valstad	Erle Refsum	1.53.49
DJA	2x	500	1.45.02	2/2		Anniken Ellingsen	
						Camilla Wold	1.51.53
HJB Heat 1	2x	500	1.42.89	5/5		Hakon Knutzen	1.54.29
HJB Heat 2			1.48.32	2/4		T.H. Smedsrud	1.51.31
				4/4		Magnus Berg	1.54.80
DE	4x	500	1.34.90	3/4			
					Elin Børresen	Annette Schrøder	
					Ida Husjord	Camilla Wold	1.40.35
DJB	2x	500	1.47.94	4/5		Ragnhild Valstad	
				5/5		Erle Refsum	2.06.80
						Ragnhild Thielemann	
						Caroline Poppelmann	2.29.67
Karneval	8+	500	1.23.49	2/2			
					Evy Granan	Katrine Nystrøm	
					Elisabeth Wiik	Pernille Pihl	
					Anette Schrøder	Ellen Sjøwall	
					Irene Kaasa		
						Cox: Caroline Poppelmann	1.43.87

Norgesmesterskapet/CR – Lørdag

DJB	4x	1000	4.15.20	2/2	Thieleman	Sabina Hagen	
					Anette	Cathrine	4.57.01
HJC pl	1x	500	2.02.35	5/6		Phillip Suffren	2.46.62
				6/6		Marius Landsverk ?	
HJB	1x	1000	4.56.62	Heat 4		1/4Christoffer Andreassen	4.56.62
				3/4		Erland Solberg	5.52.65
				4/4		Audun Andresen	
DJC	1x pl	500	2.35.10	5/6		Caroline Poppelman	
HJB	2x	1000	3.37.12	6/6		Erland Solberg	
						Christoffer Andreassen	3.58.29
DJB	2x	1000	4.09.47	3/4		Sabina Hagen	
				4/4		Ragnhild Thieleman	4.46.61
						Caroline Poppelmann	
						Cathrine Thjomoe	5.30.41
HJA	2x	2000	7.10.80	4/6		Kristian Simensen	
						Tor Herman Smedsrud	7.15.18
HE	4x	2000	6.15.15	3/5			
					Jørgen Jensen	Christian Kersten	
					Ketil Rønne	Espen Wingsternæs	6.33.65
				5/5			
					Eirik Naadland	Petter Bergmann	
					Sondre Naadland	Roy Hagen	6.52.18

DE	1x	2000	8.07.54	2/6	Marianne Nordahl	8.22.43
DJA	2x	2000	8.07.02	3/5	Camilla Wold	
					Anikken Ellingsen	8.18.45
HJA	8+	2000	6.35.54	5/5		
			Tor Herman Smedsrud		Magnus Berg	
			Håkon Knutzen		Henrik Lindstad	
			Kristian Simensen		Christoffer Andreassen	
			Erland Solberg		NN	
					cox: NN	
HE	2-	2000	6.54.28	3/3	Christian Jensen	
					Kristian Simensen	7.25.47
DE Lv	1x	2000	8.17.92	1/6	Maren Sandbu	8.17.92
HE Lv	2x	2000	7.18.86	1/5	Jørgen Jensen	
					Henrik Lindstad	7.18.86
HJA	4-	2000	7.02.86	3/6		
			Tor Herman Smedsrud		Magnus Berg	
			Håkon Knutzen		Erland Solberg	7.21.33
HE	1x	2000	7.06.30	4/6	Espen Wingsternæs	7.33.51
DE	8+	2000	7.05.07	1/6		
			Maren Sandbu		Marianne Nordahl	
			Elin Børresen		Annette Schrøder	
			Kristine Klaveness		Thilde Stray	
			Isabella Lindholt		Camilla Wold	
					cox: Kamilla Notto Simensen	7.05.07
				6/6		
			Janne Spilling		Kristine Myrliid	
			Irene Jacobsen		Irene Kåsa	
			Inger Anne Drage		Elisabeth Wiik	
			Pernille Pihl		Karoline Nystrøm	
					Anne Lise Hem	7.54.75
Norgesmeesterskapet/CR – Søndag						
D Begynner	8+	1000	4.05.58	1/2		
			Kjersti Haug		Kristine Myrliid	
			Irene Jacobsen		Irene Kåsa	
			Inger Anne Drage		Elisabeth Wiik	
			Pernille Pihl		Karoline Nystrøm	
					Evy Granan	4.05.58
				2/2		
			Marianne Sønsteby		Kari Løberg	
			Ellen Marie Wiskot		Helene Landsverk	
			Trine Notto		Anne Mette Moen	
			Marit Bentsen		Tone Hærem	
					Janne Spilling	4.50.27
DE	4x	2000	7.02.20	1/6		
			Maren Sandbu		Marianne Nordahl	
			Elin Børresen		Annette Schrøder	7.02.20
HE Lv	1x	2000	7.31.81	6/6	Jørgen Jensen	8.02.98
HE	4-	2000	6.31.15	2/2		
			Eirik Naadland		Ketil Rønne	
			Sondre Naadland		Christian Lien Jensen	6.34.27
DE	2x	2000	7.24.97	2/6	Maren Sandbu	
					Marianne Nordahl	7.29.43
				6/6	Kristine Klaveness	
					Thilde Stray	7.51.05
HJA	4x	2000	6.37.12	5/6		
			Tor Herman Smedsrud		Magnus Berg	
			Håkon Knutzen		Henrik Lindstad	6.47.94

DJA	1x	2000	8.35.78	3/5	Isabella Lindholdt	8.44.69
				4/5	Anikken Ellingsen	8.52.85
HE	2x	2000	6.37.12	4/5	Espen Wingsternæs	
					Ketil Rønne	7.07.53
HJA	1x	2000	7.37.40	2/6	K.N.Simensen	7.49.88
DJA	2x	2000	7.20.06	2/2	Camilla Wold	
					Anikken Ellingsen	
					Christine Randsborg	
					Isabella Lindholt	7.41.34
HE	8+	2000	5.57.61	3/5		
			Kristian Simensen		Christian Jensen	
			Espen Wingsternæs			
			Petter Bergmann		Roy Hagen	
			Christian Kersten		Ali Kersten	
			Ketil Rønne			
					cox: Maren Sandbu	6.04.81

Ungdomsmesterskapet Lørdag 27. September

HJB	2x	500	2.23	1/6	Håkon Knutzen	
					Magnus Berg	2.23
HJA	2x	500	2.00	3/5	Thor Hermn Smedsrud	
					Henrik Lindstad	2.02
HJA	2-	500	2.16	2/3	Henrik Linstad	
					Magnus Berg	2.19
HJA	4x	500	1.50	2/3		
			Håkon Knutzen		Magnus Berg	
			Thor Hermann Smedsrud		Henrik Lindstad	1.52
HJA	4-	500	2.10	3/3	NN	2.13

Ungdomsmesterskapet Søndag 28. September

HJA	4-	500	2.08	1/1		
			Håkon Knutzen		Magnus Berg	
			Thor Hermann Smedsrud		Henrik Lindstad	2.08
HJB	2x	500	2.13	1/6	Håkon Knutzen	
					Magnus Berg	2.13
HJA	2x	500	2.01	4/6	Thor Hermann Smedsrud	
					Henrik Lindstad	2.09
HJA	2-	500	2.23	1/1	Henrik Lindstad	
					Magnus Berg	2.23
HJA	4x	500	1.56	2/2		
			Håkon Knutzen		Magnus Berg	
			Thor Hermann Smedsrud		Henrik Lindstad	2.00

Nordisk Mesterskap 19.-20. juli – Lørdag

HJA (NM)	2-	2000	07:36,5	1/5	Nils Jacob Hoff	
					Skulstad	
					Kristian Notto Simensen	07:36,5
HSA (NM)	1x	2000	07:32,6	3/6	Espen Wingsternæs	07:39,1
HJA (NM)	2x	2000	07:10,1	3/6	Kristian Notto Simensen	
					Nils Jacob Hoff	07:25,2
DS Lv (NM)	2x	2000	07:40,3	1/4	Hilde Gudem	
					Maren B Sandbu	07:40,3
DS (NM)	1x	2000	08:23,6	5/6	Martha Helgeland	08:43,1
				6/6	Marianne Nordahl	09:04,5

Nordisk Mesterskap 19.-20. juli – Søndag

JHA	4-	2000	06:53,3	1/5	CRt/Fana/Aale	
			Kristian Notto Simensen		Nils Jacob Hoff	
			Hakon Sunde		Magnus Kleven	06:53,3

DS	4x	200	06:53,6	3/3	Norges RF	
			Inger Anne Halrynjo		Martha Helgeland CR	
HS	4x	2000	06:18,9	4/4	Marianne Nordahl CR	07:07,8
			Espen Wingsternäs CR		Daniel L Berge	
DS	2x	2000	07:55,4	1/5	Norges RF	06:32,1
			Martha Helgeland CR		Inger Anne Halrynjo	07:55,4
HJ	8+	2000	06:24,2	1/5	CR/Fana/Sarp/NSR/Berg	
			Kristian N Simensen CR		Nils Jacob Hoff	
			Stelnar Holøs		Peder Myhre	
			Svein Urban Ringstad		Morten Holt	
			Anders Aarvik		Björn Kristian Fredriksen	06:24,2


DIADORA
FIVE
seasons


DIN LEVERANDØR AV KLÆR OG SKO TIL SPORT OG FRITID
 BJØRN WOLD AS - WWW.DIADORA.NO - TLF: 22 27 10 10



*Rådet
for
vedlikehold
av
håndsløkkere*

Boks 242, 1326 Lysaker
Besøksadresse: Strandveien 18

Telefon: 67 83 86 32 URL: www.rvh.no
Telefaks: 67 83 86 01 e-post: tah@standard.no

Sjekk pulverapparatet!

Kjære boligeier!

For vel 10 år siden kom myndighetene med krav om at alle boliger og fritidsboliger skal ha manuelt brannslukkingsutstyr. I tillegg stilles det krav til boligeierne om regelmessig kvalifisert vedlikehold av slokkeutstyret.

Norsk Standard NS 3910 spesifiserer hva som skal utføres av vedlikehold og hvor ofte. For eksempel skal alle pulverapparater kontrolleres etter 5 år og inn til en mer omfattende service etter 10 år. Dersom du er blant dem som gikk til innkjøp av håndsløkker for 10 år siden, er det nå på tide med service på utstyret.

Norsk Standard stiller også krav til dem som skal utføre slik kontroll og service på håndsløkkere.

Kontakt RÅDET for informasjon, se også vår hjemmeside.

Min rosesong i jubileumsåret 2003!



Dette har vært et spennende år for meg som roer i Christiania Roklub. Mye har skjedd gjennom hele rosesongen.

Min første rotur av året hadde jeg med Christine Høffgen den 15.april fra Kongen og rundt Langøyene. Det skulle bli mange flotte turer fra Kongen senere. Det var deilig å komme ut i frisk luft igjen etter en lang innesesong.

Som medlem av huskomiteen var jeg med på gjennomføringen av årets store fest den 15.mai. Jubileumsfesten ble en hyggelig begivenhet. Alle var i feststemning, ordfører, æresmedlemmer, janitsjar og noen av verdens beste roere. Det ble holdt mange flotte festtaler til ære for CR, klubben var hele 125 år.

Regattaen samme dag var spennende. CR og NSR hadde også et återløp, jeg var innleid som cox, kanskje årsaken til at vi ble slått av NSR!

Jeg må også legge til at Kongen var pusset opp og rengjort på dugnad før åpningen, flott innsats.

Snart ble det mai og isfritt på Bogstadvannet. Annelise og jeg var yre etter å få tatt de første rotak der oppe. Dobbelsculler nr. 200 Th. Hagen ble flittig brukt av oss. Dette er en trebåt som er en fin treningsbåt. Båten har vært i god stand gjennom hele sesongen. Det er et eventyr å kunne drive en hel-sebringende og sykdomsforebyggende sport nesten midt i hovedstaden.

Det er i grunnen finest å ro der om formiddagen. Vannet lå ofte speilblankt og liksom ventet på oss. Av og til så vi elgku og kalv i nordvestenden av vannet, et ubeskrivelig flott syn.

Treningsturene ble mange. Målet for oss veteraner, er selvsagt å bli bedre roere. Petter Mjelva er en utmerket trener og inspirator, som rettleider oss. Målsettingen er å få bedre tider i de regattaer som vi deltar i.

I år kjøpte jeg en plastsculler av klubben til roturer på Sørlandet. Jeg hadde den på taket på bilen min, ikke helt lovlig, men jeg kom da fram uten trafikkbot. Det ble også mange turer på Røstadvannet i sol og regn. Mange som observerer meg, lurer på hva slags doning jeg ror i!

Sommeren er på hell og Tunevannsregattaen står for tur med rigging og reising. Det var mange med fra CR i år. Spesielt åttete med nybegynnere. De rigget båter som om de aldri skulle gjort annet. Det ble lagt merke til. Søder var trener for åtterprosjektet fra roskolestart av og gjennom hele resten av sesongen. Stor takk til ham.

Å ligge til start er en påkjenning for mageregionen og andre regioner. Men så fort man er i gang er nervene

borte. Jeg rodde i åtter, dobbelsculler med Annelise og singelsculler. Må nevne at jeg fikk ro båten til Esther Verburg på slutten av sesongen. Det var ekstra inspirerende.

Så var det Kjørboregattaen som sto for tur. Været var bra, med lite vind. Mange av CR roere gjorde en fin innsats. Her ble det rodd åttete, både dame og herreveteraner, med et innlagt jubileumsløp – det skulle ros med karnevalsdrakter. Sønders Englers vant, hyggelig.

Uken etter dro veteranroere fra CR til Vichy, for å hente heder og ære. Det var ikke helt enkelt å reise dit. Men alle kom fram på sin billige eller dyre måte. Jul Olsen hadde booket billige flybilletter med Ryan Air. Det ble litt venting i London på vei nedover, men hva gjør vel det når man er i hyggelig selskap.

Vi landet etterhvert på Clermont flyplass. Der leide vi biler og kjørte til Vichy med Odd Hansen som sjåfør og Erling Storm som kartleser.

Hotellet som vi bodde på lå midt i sentrum. Petter Narvestad sto også i år for bosted, han gjorde en fantastisk jobb. Alle bodde bra og noen hadde til og med suiter, så en stor takk til ham.

Etter hvert kom roingen i gang, på det flotte anlegget. Det ble en del gull-



Sitte ved vannkanten mot slutten av dagen med litt ost og ... Ute på vannet er det noen som enda ikke er ferdig med løpene.

medaljer på CR roerne i år også. Men vi som ikke vant, hadde likevel en flott og sosial tur. Været varierte noe, men solnedgangen ved elven om kvelden og derav følgende picnic var ubeskrivelig.

Vi hadde også sossalsammenkomst i suiten til Stein Randsborg og Odd Hansen på lørdag. Da ble alle gullmedaljevinnerne feiret med champagne, spesielt Annelise som tok sine første gullmedaljer i Masters.

Så var det rigging av båter for hjemsendelse med Petter Mjelva og Christian Lien Jensen. Vi dro fra Vichy om søndag formiddag. Med Jul Olsen og Arne Hansen som sjåfører hadde vi en liten sightseeing på landet i Frankrike. Vi stoppet i et par små landsbyer og inntok der et godt fransk måltid, før vi satte kursen mot flyplassen igjen.

På hjemveien ble det en natts venting på Stansted utenfor London. Vi fant oss noen stoler her og der og fikk noen minutters søvn. Der var så mange reisende at vi satt spredt rundt hele ventehallen. Arne og Sidsel Jahr har forevige natten på video, pluss en del fra roingen, morsomt å få, takk til dem. Det var deilig å være framme på Torp igjen, og bli kjørt hjem av Erling og Bente Storm.

Uken etter var det NM på Årungen hvor CR var arrangører. Det var spennende å være med på. Skulle egentlig ikke ro, bare gjøre andre ting som kjøring av dommerbåt. Men det manglet et par damer i återløpene, så jeg ble



Det ble en opplevelse å være med i NM på Årungen. Toppen ble återløpet på lørdag med 6 åter på starten. 3 åter fra CR i samme løpet er ikke hverdagskost!

med. Lørdagen var flott der ute. Med sol og vindstille, gikk arrangementet fint. Jeg kjørte dommerbåt. Det var både gøy og spennende.

En av dobbelfirerne i juniorklassen fikk ødelagt en slide og følte nok håpløsheten stor der og da. Laget hadde reist fra Ålesund. Men dommeren visste råd og vi kjørte til land og hentet en ny, slik at guttene fikk startet. Det er slike hendelser som gjør et arrangement stort, utøverne fikk være med selv om starten måtte utsettes. Å stå i en dommerbåt å se den iver de unge roerne viste var en fantastisk opplevelse. Det er jo dem som skal føre rosporten videre. Lørdag stilte hele 6 dameåttre til start i et NM løp, NRK og TV 2 burde skamme seg over at de ikke sendte utdrag på TV.

Søndagen var det mye vind og vanskelig å ro, men de fleste løp ble gjennomført. CR fikk mange seire. Maren Sandbu fikk Kongepokalen og det er stort. Håper det inspirerer juniorene i tiden som kommer.

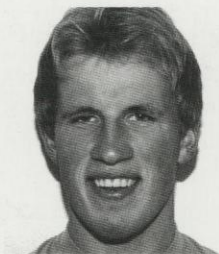
Så var det atter rigging og hjemtur med mange gode minner. Jeg hadde noen flotte roturer på Bogstad i september med fine høstfarger rundt meg på alle kanter.

Første helgen i oktober dro en del båter fra Kongen til Ingierstrand. Maiken, Tina, Torill og jeg med Annelise som cox hadde en nydelig tur. Det var riktignok litt tåke til å begynne med, så vi havnet farlig nær Nesoddlandet. Men der lettet tåken og stemningen ble nærmest trolsk. De hvite CR trøyene lyste i solen og tåken forsvant. Etter hvert fikk vi kontakt med de andre båtene ved Ingierstrand. Dette var en uforglemmelig høsttur. Så tok denne rosesongen slutt. Noen kilometer ble det 1754 tror jeg, men med spørsmål om godkjenning?

Roerhilsen

Janne Spilling

En epoke er over



Livet består av flere epoker, først er vi barn, fra barn til ungdom, fra ungdom til voksen og så er det slutt, nei, så galt er det vel ikke, vi blir bare litt eldre. Nå har jeg gått fra en epoke til en annen epoke, min tid som junior roer er over.....! Juniortiden er den epoken hvor man ikke har noen sorger og kan gjøre nesten hva man vil. Min tid som junior, det har vært enorm, veldig innholdsrik med mange gode resultater – Premieskapet er nesten fullt!

Robert B. spurte meg om jeg kunne skrive noen ord om min siste sesong som junior min, det svarte jeg ja til!

Sesongen begynte en måned etter at den gamle har sluttet, så vi var i gang i oktober 2002, hvor Peder, Ernie og jeg satt oss ned for å planlegge neste seong. Vårt store mål for sesongen var Junior-VM i Athen og Nordisk Mesterskap. Vi satt opp en plan for hvordan vi skulle nå det målet vi hadde bestemt oss for. Vi skulle ro 2- og programmet vi satte opp inneholdt skigåing, roing, vekter og løping. Vi satt i gang med full iver og den verste økten var 90 min på romaskin, som vi hadde 2 ganger i uken (Tro meg den er effektiv, men ganske kjedelig!). Testene våre gikk bra, Peder og jeg perset på samtlige tester utover vinteren og vi tok med oss "Birken" også.

Første test for sesongen var NM på romaskin. Der vant jeg 2000 meter og Peder og jeg 1000 meter på slides. Det var en flying start på vår sesong, vi var i veldig god form.

Etter mye hard trening og samlinger stilte vi til start på Langdistanseregattaen i Porsgrunn. Vi skulle ro 2- og det gikk kjempe bra. Vi var 30 sekunder bak Olaf. Over det 9 km lange løpet holdt vi en takt på litt over 29, som er bra. Så fulgte kvalifiseringsregattanene til VM og Nordisk. For min del gikk de veldig bra, men landslagsledelsen hadde sitt svare strev med å ta ut en båt. Det stod om en 2- med Nils Jacob og meg eller en 4- med fire flotte karer. Det ble en toer med Nils og meg og vi dro til Tyskland og rodde kjempebra. Vi rodde på 6.53 som er en rask tid for en junior-toer. Vi kvalifiserte oss og Peder kvalifiserte seg senere til en dobbelfirer.

Nordisk var for oss en nedtur. Det var bare 3 uker til VM og vi forventet at vi skulle ro bra, men det ville seg ikke slik. Nils hadde vært syk i en uke, så han klarte ikke å presse seg, etter 2- løpet var han helt ferdig. Tross for sykdom-

men til Nils vant vi 3 gull og en bronse. Vi var fornøyde, men litt lei av hverandre, vi hadde tross alt vært sammen i 2 mnd nå og da kan man bli litt lei. Det fikk vi merke i VM.

VM var i Athen, vi skulle teste den nye OL-banen. Det skulle bli deilig å ro på en utgravd bane, som etterhvert skulle vise seg å være en dårlig bane, grunnet vind. Det viste seg at man hadde lagt banen like ved en strand som var et fantastisk vindsurfer sted! (Stedet kan anbefales, for surferer iallefall!). Tilbake til resultatet, i forsøket rodde vi 2000 meter, vi kom på 3 plass i heatet og syns at vi hadde en bra gjennomkjøring! Oppsamlingen ble avlyst, grunnet vind. På grunn av mye vind og vanskelige forhold, bestemte arrangørene seg for å korte ned distansen fra 2000 meter til 1000 met, noe som passet oss "vikinger" fra nord veldig dårlig. Vi rodde 1000 meter og hadde rett og slett ikke en sjanse til å gå videre. Vi endte tilslutt på 15 plass etter et elendig finaleløp.

Drømmen min om medalje i VM holdt ikke, men sesongen var i seg selv bra med mange flotte resulater – 18 seiere. Jeg har veldig mange gode minner og er veldig fornøyd med min siste sesong som junior. Nå starter en ny epoke, Senior er jeg er klar for nye utfordringer!

Tusen Takk til klubben og alle de som har støttet meg!

Notto

KLUBBAVTALE gjelder for alle
Christiania Roklubs medlemmer

Ved kjøp fra kr. 200,- til kr. 1.500,- ÷ **10%**

Ved kjøp over kr. 1.500,- ÷ **15%**

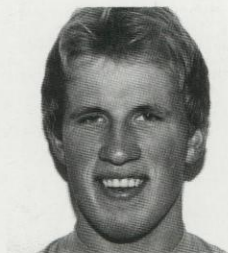
NB! GJELDER IKKE TILBUDSVARER

**BESØK BYENS MEST
KOMPLETTE SPORTSBUTIKK!**

**Oslo
Sportslager**^{as}

... VELKOMMEN TIL
TORGATEN 20
SPORTSBUTIKKEN
FOR FOLK FLEST





Etter flere uttagningsregattaer i Norge ble endelig troppen til Nordisk tatt ut. I år så var junior og senior nordisk sammen så troppen var stor. Fra CR stilte Camilla Wold(DJ4X), Marianne Nordahl (D4X), Maren Sandbu (DL2X), Martha Helgeland (D1X) og jeg, Notto (H2-). Vi dro fra Årungen fredag morgen med kurs for Sverige og Hjelsjøen. Bussturen var lang og tiden ble brukt til å spille kort og være litt sosiale med andre rovenner. Da

vi endelig kom frem, rigget vi opp båtene og tok en liten prøvetur.

Siden forbundet har en politikk om at jo flere roere som representerer Norge, jo bedre blir rekrutteringen, fikk vi bare lov til å representere NORGE i en båtklasse, men vi kunne ro for klubben. For min del ville det si at jeg skulle ro toer for NORGE, også 2X, 4- og 8+ for Christiania Roklub. Målet mitt var å vinne 4 gull, noe som var et realistisk mål!

På lørdag skulle Nils og jeg først ut i 2X. Vi ledet løpet fra start til mål, men vi hadde problemer teknisk. Nils hadde vært syk i over en uke (symptomer på kyssekyken) og han var helt ute av form. En time senere gikk dobbelløpet, vi dro til start, men viste at vi kunne få problemer med hard konkurranse og formsvikt. Vi fikk som ventet problemer og ente 15 sekunder bak Peder/Steinar som vant fortjent. Gratulerer!

Så var det Maren og Hilde som skulle i ilden. De fightet lenge med den svenske dobbelen, men i mål var de 4 sekunder foran og vant. Det var kjempebra! Martha var nestemann og hun fikk det vanskelig i 1x. Martha ente på 5 plass. Alt i alt var første dag veldig bra! Norge fikk 4 seire, hvorav 2 av dem var med CR-roere.

Søndagen startet med nok en seier til Norge, det var 4X som vant komfortabelt over danskene. Etter 4x'en var det Nils og meg + en toer fra Ålesund sin tur, vi skulle ro 4-. Siden vi ikke hadde rodd sammen før, kunne vi ikke ha noen feiltak og vi MÅTTE lede ut fra start. Taktikken var enkel. Gå ut hardt, lede, for så å vinne! Taktikken fulgte vi til punkt og prikke og vant til slutt med 0,5 sekunder etter en spennende innsprint!

Så var det Marianne sin tur i 4X, de fikk det tungt mot Danmark sine medaljevinnere i VM og ente på en tredje plass.

Camilla var nestemann ut for Norge. Jentene slet utrolig mot de Danske Jr-VM båten og de kom til slutt på en 5-plass.

I det siste løpet var det Junior-åtterene som skulle ut. Det var Ålesund som var favoritter til seieren, men Nils, Peder og jeg hadde skrappt sammen en åtter og var outsiderne. Etter 500 meter var vi nede med en lengde, noe som vi klarte og hente opp igjen til en halv lengde ledelse. Ved 1500-meter var det klart vann. Plutselig fikk vår litt for gamle COX, Esther, litt problemer med å styre, så vi lå mer i bane 3 og 5 enn vår bane nr 4. Vi vant med tre sekunder i mål. Etter målgangen viste det seg at kjølen på båten hadde falt av.

For CR så var Nordisk en bra regatta. 6 roere deltok, hvorav en var cox og leder for juniorene. Totalt dro CR-roere i land 4 seire, noe som er veldig bra!

Notto

TØMMERMESTER

HELGE BJONGE A/S

ENTREPRENØRFORRETNING

TLF. 22 69 51 52 – 22 69 51 53

Bergensjentene takker for seg

Vi har hatt en kjempe fin ro sesong, med mange spennende opplevelser og turer. Mye av dette kan vi takke Christiania roklub for, ikke minst Sigurd Chr. Gullerud.

Det begynte på Stokkavannsregattaen da vi kvalifiserte oss i 2x til Nordisk mesterskap i Sverige. Vi kjørte med gjengen fra Christiania tilbake til Oslo, hvor vi fikk bo hos den gjestfrie familien Notto.

Etter bare en uke med Sigurd på Bogstad vannet merket vi allerede stor framgang. I tillegg til at catchen var blitt bedre, hadde også lån av Christiania sin båt 258 en del av æren. Vi hang oss på CR-folket ned til Sorø, "fit for fight" og klare for å nå vårt store mål, nemlig å kvalifisere oss til junior VM. Oppgaven var ikke lett, bare et par uker tidligere, slo svenskene oss i Hamburg med 20 sekunder. Det var vel heller få som hadde trodd på forhånd at vi skulle klare dette. Likevel prøvde vi å fokusere på oppgavene til tross for mye vind og bølger. Den første dagen minsket vi forspranget til svenskene med 8 sekunder. Søndag var dagen det skulle gjøres, fast bestemt på å vise var vi var god for, hang vi oss på svenskene og danskene fra start, og endte på en fin 2.plass bak danskene, mens svenskene måtte ta til takke med 3.plas-sen.

På vei hjem til Bergen dagen etterpå fikk vi meldingen om at vi var kvalifisert til Junior VM og jubelen var stor. Vi fikk ikke mange dagene hjemme i Bergen før vi satte kursen mot Oslo og Bogstad vannet igjen. Denne gangen var det innkvartering hos Camilla Fleischer Wold hvor vi hadde en fin uke sammen med dobbelfirer jenter som var tatt ut til Nordisk. Vi hadde mange harde økter, og mellom øktene var det tid til en tur på Bogstad beach..

Så var turen kommet for Nordisk mesterskap på Hjelmsjøen i Sverige. Vi dro i land en litt kjip 2. plass hvor vi måtte se oss slått av svenskene. Bortsett fra det hadde vi en kjempefin tur.

De to ukene fram til VM gikk fort, nok en gang fikk vi innkvartering hos hyggelige Christiania roere, denne gangen hos Kristine Klavenes. VM nervene begynte så smått å komme, da det nærmet seg avreise. Mange harde tak på

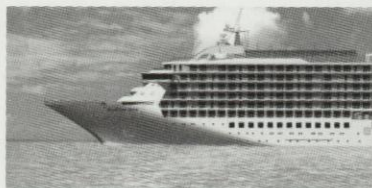
Bogstad var nå over, og vi satte kursen for Athen. Det som møtte oss var en stor og prangende arena, som for øvrig skal brukes under OL i 2004. Likevel lot vi ikke dette distrahere oss noe særlig. Vi var fast og intenst fokusert på oppgaven vår.

Vi gjorde vårt beste, noe som resulterte i en finfin 11. plass. En kraftig vind satte likevel en demper på gleden, og bidro nok til at ikke alle rodde slik de hadde håpet.

Alt i alt hadde vi en uforglemmelig tur. Vi sier tusen hjertelig takk til Sigurd for at han brukte så mye av tiden sin, og motiverte oss hele veien. Takk til alle andre Christianiaroere som tok så godt imot oss på Bogstad! Dere har en flott klubb og et supert treningsmiljø. Lykke til videre!

Med vennlig hilsen Synnøve og Lise fra Bergens Roklub

Cruiseship Design



PETTER YRAN &
BJØRN STORBRAATEN
ARCHITECTS AS

KONGEN, FROGNERSTRANDA 2,
0271 OSLO, NORWAY

T +47 23 01 44 00

F +47 22 43 43 61

yskongen@ysa.no / www.ysa.no

Stort & Smått i klubben gjennom et år

Hymne til «Planken»

I 40 år har du ligget der på bukkene med motvekt og støttevekter på den ene kanten og en stønnende roer på den andre kanten. Vi forbannet deg hver gang, der du ventet på den ene roeren etter den andre, du iskalde, illeluktende, og impregnerert av roersvette og flisete planke. Du var for gutta en stenknuser og for damene en brystknuser, og du har vært hatet i 40 år, også av Christianias konkurrenter. Med deg som kanskje vårt beste og billigste

treningsapparat og hemmelige våpen, ga du oss superkrefter og melkesyre toleranse, som vi fikk overført til rotaket og båten på en styrket måte. Dette har ført til utallige seire, heder og ære for oss roere, men også klubben. Men nå i CR's 125 år, er tiden kommet til å gå planken, pensjonere deg, men også hedre og takke deg for de 40 årene du har vært en støttepilar for klubbens sportslige suksess.

Derfor kjære hatede planke, pensjoneres du herved med heder og takk fra oss alle, men vi ønsker at du skal henge rundt i klubben fortsatt. Derfor vil vi finne en plass til deg her - med påsatt skilt for din verdighet.

Igjen, takk og vi overlater til styret å finne din nye plass i klubben.



Planken med messingskilt er behørig overlevert til formannen som ikke vet hvor den skal settes opp enda.

Henley Veteran Regatta 2003

Åtte år har gått siden mitt første møte med Henley, roingens Mekka. Fra og med i år ble Henley Veteran Regatta arrangert over to dager. Med stor takknemlighet har jeg nok en gang fått oppleve Henleys spesielle atmosfære.

Igjen å få ro der, var om mulig ennå større enn første gangen, i år i en kombinasjonsåtter og en kombinasjons dobbeltfirer. I et deilig sommervær viste Henley seg fra sin flotteste side, fremdeles pyntet etter The Royal Henley Regatta helgen før og den pågående Water Festival. Det er spesielt å ro på Themsen til nydelig musikk fremført av et stort orkester.

Iført CR- drakten for første gang, jeg hadde "rappet" Sondres, stilte vi til start i en kombinasjonsåtter klasse WD. Tone og jeg var de eneste fra samme klubb, for øvrig i båten satt en dansk og resten engelske kvinner. Under oppvarmingen var det mye som ikke stemte, men det bedret seg etterhvert. Til start ved vakre Tempel Island stilte vi, Agecroft composite, mot Walbrook. Starten var ikke av de beste, men vi var i gang. Jevnt og hardt arbeide i første del av løpet ga oss ledelse. Denne tok laget vårt vare på og i mål var det god margin til Walbrooke.

For å rekke begge løpene våre, hadde vi i forkant rodd dobbeltfireren opp til båt-plassen fra Leander RC. Litt småmekking måtte til, men i det store og hele var båten fin. I dobbeltfireren satt Merete fra Danmark, Elaine fra UK, Tone og jeg. Tre av oss har etterhvert rodd en del regattaer på bane sammen i tillegg til maratoner. Det var en god følelse å varme opp og ro til start. På tross av noe rotete start og ikke altfor god teknisk roing for øvrig, gikk båten bra. Allerede etter ett par hundre meter hadde vi klart vann til Durham. Vi arbeidet godt sammen og flyttet båt, slik at forspranget økte. Opplevelsen blir selvfølgelig større når man opplever å vinne. Trening året igjennom har gitt resultater og mål er nådd.

Flere rovenner fra hele verden hadde denne helgen funnet veien til Henley. Det er så hyggelig å møte igjen disse menneskene som snakker et felles rospråk. Nye kontakter knyttes. Henley Veteran Regatta er en regatta som anbefales varmt. Bare en hake i det hele, gnagsår under begge armene etter Sondres rodrakt, men det er bagatell.

Grete/

FISA World Masters Regatta 2003 i Vichy

Årets deltagere fra Norge kom fra Christiania, Moss, Oslo Kvinnelige, Tønsberg og Aalesunds. CR representerte over halvparten av kontingenten.

Vichy er eksempel på det perfekte sted for en master- regatta av denne størrelsen. I alt var det 2930 båter over banen på tre dager, hvilket er ny rekord. Banen ligger midt i byen, den kan entres fra begge ender, omgivelsene er vakre og innbydende i tillegg til at det er nok plass til mennesker, utstyr og hengere. Været var stort sett godt, noe regn på morgenen ga seg raskt og flaks

var det at regnet strømmet ned en halvtime etter siste løp.

CR hadde som nevnt mange roere med. Disse stilte i flere kombinasjoner innad i klubben og utenfor. CRs resultater var jevnt over gode. Verdt å merke seg er at vinnertidene generelt fremdeles forbedres. Jeg nevner bare at beste tider over våre 1000 m var i herrenes klasse A i 8+ 2'57.28, i 2- 3'18.72, i 4- 3'08.96 og i 1x 3'34.38 Noe forteller meg at dette er raskt og krever trening. Deltagerene stiller med ulike mål, noen for å vinne, andre for å delta. Heldigvis er det plass til alle. Felles for alle er rogløden. CR hadde vinnere og flere knivet om topp- plasseringene og andre nådde sine mål for sesongen.

CRs roere var å se over hele byen til enhver tid. Måltider ble inntatt i alle slags omgivelser. Monn tro om picnic ved elvebredden i solen med utsyn til trenende mannskaper, var det som slo best an?

Neste år blir FISA World Masters Regatta holdt i Hamburg 2. – 5. september. Vår kontingent skulle ha store muligheter til å bli enda større med en lettere reisevei.

Grete

Kurvparty på Toppen

Etter å ha tatt initiativ til, og som faste arrangører i flere år av kurvparty på Toppen, takket de to ildsjeler Per Dahlstrøm og Petter Narvestad for seg. Deltakere har stort sett vært veteranroere med sine ledsagere. Alle har hatt med en kurv inneholdene mat og drikke til eget behov. Mot en beskjeden



Den harde kjerne i den årlige kurvpartiet på Toppen.

skjerv er vi ønsket velkommen med et glass sherry og en cognac til kaffen. Som deltaker i dette meget trivelige arrangement vil jeg takke Per og Petter for deres mangeårige tilstelninger for sine roervenner. Som regel har vi kunnet nyte det hyggelige partiet ute på terrassen i strålende vær. Bare noen få ganger har værgudene ment at nok er nok, men Toppen er nå toppen i alle fall.

At tradisjonen vil fortsette er det neppe tvil om. Som verdige arvtakere tar Øivind Haraldsen og Jan Söderström over stafettroret, og med disse to ved årene, ser vi som har vært så heldige å få delta, frem til neste Kurvparty. Til Per Petter sier jeg : Hvil jer veteraner som verter, men ikke som deltakere

Per Gustavsen.

Skoleregatta 2003, et skritt inn i fremtiden.

Høsten 2002 besluttet routvalget at CR burde arrangere roregatta for ungdomskoler påfølgende vår. Denne ideen fikk styrets støtte.

Siden dette skulle være et pilotprosjekt, startet man i februar utsendelse av innbydelser til kun 11 ungdomsskoler i Oslo vest. Etter mange telefonsamtaler og besøk på samtlige skoler, var det ved påsketider klart at i alt 11 lag fra 7 skoler skulle delta. Takk til engasjerte ansatte ved disse skoler: Øraker, Ris, Midtstuen, KG, Hovseter, Uranienborg og Ruseløkka.

Takket være meget positiv respons fra klubbens medlemmer, kunne skoleelevene og instruktørene møtes på Toppen den 27. mai. Detter ble det trent i Empacher 4x 3/4, i Frognerkilen frem til regattaen på Aker brygge 14. juni under Fjordfestivalen.

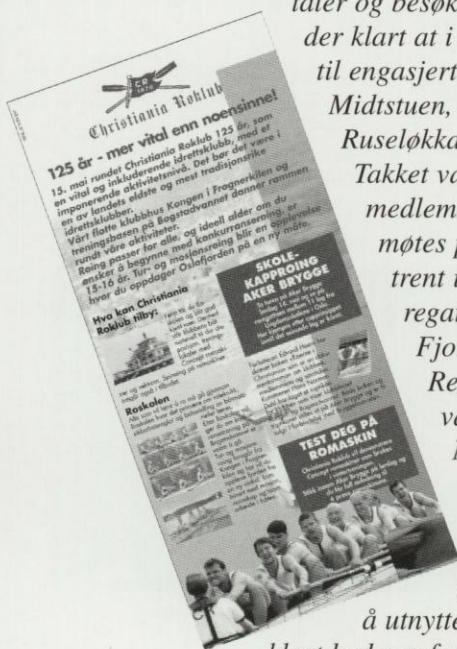
Regattadagen steg frem med sol og pent vær. I alt 8 båter stilte til start, inklusive NSRs lag fra Ruseløkka skole. Etter innledende heat vant guttebåten fra Øraker finalen.

Neste år er det planer om ny skoleregatta, men denne gang i Frognerkilen for å utnytte fordelene ved å bruke Kongen og de klart bedre roforholdene i Frognerkilen.

Skoleregattaen bør kanskje omdøpes til Ungdomsskoleregattaen, for en dag bør vi vel ha en regatta for de videregående skoler også. Og hva med de ti tusener av studenter i Oslo-området? Oslo-studentenes roregatta?

Denne type regatta bør være et strategisk element i CRs aktivitet. Den fremmer rekruttering og utbreir kjennskap om rosporten.

Nils Petter Lilledahl.



Til Damerne

Den 22. februar 1912 hadde klubben ball på Grand Hotel, og som seg hør og bør var det en sang til Damerne.

Det er klubbens mangeårige medlem, Bernt J. Fossum, som har funnet dette blant gamle papirer. Sangen er skrevet av Theodor Løvstad, oldefar til Bernt J. Fossum og svigerfar til arkitekt Ole Sverre, som tegnet Kongen.

Mel.: En sjømands Brud har Bølgen kjær.

En Roers Brud har Bølgen kjær,
naar blot den ej gaar høj og svær;
thi selv en "Otter" fyldes let
ved altfor mange "Skvæt".
Men skuer hun i Solens Skjær
den kjække Gut med nøgne Knær,
da staar hun glad paa høje Kyst
og egger ham til Dyst.

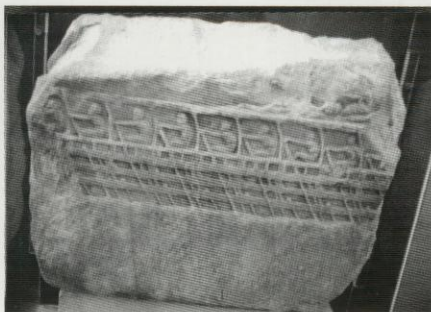
Se Stroken der, som rager op
i Spidsen for sin kjække Trop, -
hvor spiller frisk og hjertevarm
hver Fiber i hans Barm!
Hvad er det for en Heksevaand,
som leger her med Kraft og Aand?
Jo, det er kvindøjets Ild,
som driver her sit Spil!

Og Coxen, naar han holder Vagt
paa rette Kurs og rette Takt, -
han skotter nok engang iblandt
til ganske anden Kant.

Mens Kjølen pløjer Myren blaa,
han sidder tidt og tænker paa
at ændre Kurs og søge Havn
i Kjærlighedens Favn. -

Hvad haaber altsaa Sportens Søn?
Jo, Skjønheds Bifald er hans Løn!
Selv om han vinder Kar af Guld,
det er kun Støv og Muld
imod den Gnist, der Udspring fik
i elsket Kvindes Lueblik,
og som et himmelsk Meteor
til Roer-Hjertet fór!

Og derfor, Roere, giv Agt!
I Skjønheds Spor er Sporten lagt!
og Kvinderne i denne Sal
er nu vort Ideal!
Til deres Pris vi stemmer i
den gamle kjendte Melodi:
Hurra! Hurra! den Skaal var bra!
Hurra! Hurra! Hurra!



En idrett med lange aner

Under prøve OL i Athen fant Sigurd Gullerud denne steinen med roere på et museum.

Rosporten har med andre ord vært bedrevet noen år omkring i verden!

25 år i Lutfiskens tjeneste.



Som alltid ulastelig antrukket og klare for det store måltidet.

'Lutfiskelskere elsk i kveld'. Om vi ikke akkurat gjør det i kveld så har vi alltid gjort det første tirsdag i desember i 25 år. Det hele startet med at to CR medlemmer ikke fikk lutfisk i heimen. Herrene var Per Dahlstrøm og Peter Narvestad. Deres første lutfiskmåltid fant sted på Engebretth, men restauranten falt ikke i smak. Hverken maten eller publikum tilfredstilte. De måtte finne et sted hvor man gikk for å se og bli

sett. Valget falt på Theatercafeen. Etterhvert er vi blitt 8 personer - maks antall i henhold til statuttene.

Måltidene inntas alltid i CR-antrekk - i år var intet unntak. Tradisjoner skal følges. Starten går på Dagligstuen hvor herrene Dahlstrøm og Narvestad i år overrasket de øvrige medlemmer med å spandere drinkene. Presis kl. 2000 fortsatte prosesjonen inn på Theatercafeen. Hovmesteren møter oss med stort smil og åpne armer - endelig er CR gutta tilbake igjen og festen kan begynne. Vi hilser til høyre og venstre - det er flere gjester som gjerne vil kjenne oss. Benket rundt et festlig pyntet bord - og servering at havets delikatesser kan begynne. Lutfisken med tilbehør er - som alltid - av 1st klasses kvalitet. Det skåles til høyre og venstre for hverandre - og av hverandre. Praten går livlig - vi snakker i munnen på hverandre og oppfatter knapt hva sidemannen måtte ha av budskap. Samtalene dreier seg alltid om roing og våre bedrifter i året som gikk og om fremtidige seire?

Samtalene blir avbrytes av sermonimesteren som slår på glasset - tiden er kommet for fremførelse av Christiania- hymnen. Det blir stille i salen, idet 8 'Oarsmen' fremfører hyldningen til Christiania Roklub. Deretter nesten stående applaus fra de øvrige gjester. I ren opprømthet stemmer orkesteret i med 'Happy Birthday to you' - lysene dempes og hovmesteren spanderer bløtkake med stjerneskudd.

Kvelden er enda ikke over - nå gjenstår signering av protokollen. Først samtlig CR deltagere deretter hovmester, servitører og sist, men slett ikke minst hvilken person i lokalet vil denne gang bli beæret med å signere og bekrefte i boken. I år ble de utvalgte professor Carl August Fleischer samt sjefsredaktør/TV2-sjef Kåre Vallebrok. Disse herrer er ikke "skåren for tungebåndet" vanligvis, men denne gang ble de nesten målløse over en slik ære.

Vi V-åttene er: Bjørn Lundiin - Robert Bjørgan - Per Gustavsen - Tor Westli - Sigurd Durbeck - Bernt Christiansen - Per Dahlstrøm - Peter Narvestad.

Vi sees neste år - with "same procedure".

Peter Narvestad

Søder's Angels

"Søders Angels" er damer med stil,
vi fossror åtteren, det er ingen tvil!
Vel er vi vakre, det vet vi jo,
særlig når vi i åtteren får ro!
På blanke vanne vi glir elegant,
skjærer sjøen og rytmen vi fant!
CR-starten har vi trent en masse,
5 raske, 10 harde, får alt til å passe!
Først ut av starten i hurtig takt,
øker så farten med kraft og makt!
Christiania Roklub er der de skal være,
ror for klubben med historie og ære!
Vi leder som vanlig halveis i løpet,
står i fotbrettet og drar oss øre!
Balansen i båten og årebladet,
roper til de andre båtene; Ha`det!
Cox`en roper høyt at vi leder,
stroken er lagets suverene leder!
Men stroken ønsker en raskere takt,
men rolig på sleiden, det gir mer fart!
30 i takt er jo bare blåbær,
laget rykker ved Søder`s nærvær!
Han roper fra land at nå er spurten,
han vet at alle på laget har spruten!

Det ryker av både sleide og svivels,
her skal det til siste bloddråpe knives!
Supportere, publikum på land de heier,
åtterene på vannet de bølgene meier!
Nå skal forsakelse og treningsflid,
gi resultater i banerekord og tid!
Vannet perler seg under båten,
vi vet at vi ror på den riktige måten!
De ni er blitt ett og freser mot mål,
her er det armer og ben av stål!
Vi legger inn harde 5`er og 10`er,
svetter, sliter, puster og hiver!
Kroppen verker og det svimler,
i øyekroken mål vi endelig skimter!
Spurten går unna i et rykende tempo,
i land venter pokal, medalje og shampo!
Vi vinner løpet som taktikken sa,
vi faller sammen, slitne og glad!
Vi er i mål som vinnere av løpet,
Søder venter med klemmer på kjøpet!

*I følge pålitelige kilder skal dette
fremføres som rapping.*



Slik skal vi skaffe oss en ny åtter!

Ingen klubb i Norge har en større og bedre båtpark enn CR, men klubben har ikke en topp åtter etter dagens krav. En slik dyr toppbåt har ikke CR i sitt budsjett. Derfor fikk Jan "Søder"strøm ideen om en aksjon i klubben. Som en 125-års Jubileumsgave til Christiania Roklub, har han gitt to aquareller, subsidiert og malt av billedkunstneren Tor Wilthill. Det er laget 200 stk. originale kunstrykk av hver, som er nummerert og signert av kunstneren.

Hovedmotivet er "KONGEN" på 50x35 cm. og det andre "KONGEN/FROGNERKILEN" på 35x25 cm.

Disse selges prisingstilig, med eller uten paspartur og ramme. Dette skal gi økonomi til en ny superåtter til vår alles kjære klubb, til det beste for vår lange åtter-tradisjon og rosportens "flaggskip", og gi CR heder og ære de kommende årene! En åtter i verdensklasse, finansiert og donert av medlemmene selv!



Skisamlingen 5 – 7 desember!

Snø- nok snø? Nordseter Fjellstue gir snøgaranti! Det viste seg å holde stikk. Det var nok fin nysnø, strålende kaldt vær. Tidlig frokost og ut på ski. Sigurd tok med den eldre garde på ski- instruksjon. Tyngdeoverføring – uten staver. Lunsj og så en liten lur. Det er viktig å være uthvilt før neste økt. Flere tok turen til Sjusjøen gjennom skogen for å sleppe vinden. Innlosjeringen var i år på Nordseter Hyttegrend i passe gå avstand til selve fjellstuen og skiløypene. Som fredag ble det lørdag servert middag på Nordseter fjellstue. Kristine Klaveness testet oss i ro historie- kunnskaper. Tror nok vi må takke veteranene for at vi i det hele tatt fikk noen poeng på hver av gruppene. Ny kunnskap ble ervervet. Mer sosialt utover kvelden med kortspill og feiring av Stein sin store 59 årsdag.

Søndag blåste det noe mer, men med formannens sedvanlige suppestasjon (kakao, vørterøl, eplemost og kjeks m. sjokolade) på vei til Pellestova kom de aller fleste både frem og tilbake. Noen sikkert to ganger og.

Gleder meg alt til neste ski- samling. Og ikke minst alle turene i marka som jeg har lovet meg selv. En slik samling gir en god start på sesongen. Ut på ski – alltid blid!

Irene Kåsa



Til Styret i Christiania Roklub'

Herved min store takknemlighet for den meget hyggelige sammenkomst som ble oss 80-åringene til del - Hans K Fleischer, Magne Sølvsberg og Per Gustavsen.

Arrangementet med flott bevertning og hjertegode hilsmingstaler gledet oss alle tre. For min egen del, ble opplevelsen av at så mange CR venner møtte opp og slik viste sitt sanne vennskap, en bekreftelse på hva Christiania Roklub har betydd og fortsatt betyr for sine medlemmer. Det er et privilegium å være medlem av Christiania Roklub.

Edvard Hoems bok om "Roerne i Christiania" er en dokumetar om dette faktum.

Christiania Roklub har alltid stilet høyt. Det skal vi fortsatt gjøre, med innsatsvilje, stil og verdighet. Et mål jeg gjerne skulle se oppfylt er at en CR-roer kunne motta en olympisk medalje. Det er et høyt mål, men ikke uoppnåelig. Den mangler fortsatt i vår ellers så rikholdige pokal- og medaljehøst. Som en mulig stimulans til en CR-roer vil jeg gi klubben en kilos Olympisk minnemedalje i sølv, utarbeidet i et meget begrenset antall av det Australske Myntverket i forbindelse med OL i Sidney år 2000. Utdelingen til den verdige, kvinnelig eller mannlig, overlater jeg til klubben, etter retningslinjer Styret måtte fastsette.

Med Roerhilsen Gus.



Bogstadsjefens beretning



Det var en positiv opplevelse å være Bogstadsjef i år. Christiania Roklub har en virkelig god lagånd og det var derfor aldri noen problemer med å få klubbens medlemmer å trå til ved behov.

Det første som ble gjort i år var å koble til vannet. Her fikk jeg hjelp av Eivind Engebretsen. I løpet av sommeren ble det foretatt en del småreparasjoner av brygga. Det ble også tilkalt rørlegger som fikset en lekkasje.

Det ble i alt gjennomført 3 dugnader. 2 av gangene ble det fraktet avfall til avfallsdepotet på Brobekk.

Det var bl.a. mye gammelt trevirke fra brygga som måtte fjernes. Jeg takker Eirik Stokke Naadland og Erling Storm som hjalp til med transporten av dette.

Jeg vil også si tusen takk til de andre som stilte opp på dugnadene og spesielt vil jeg takke årets nye juniorjenter og juniorgutter som gjorde en glimrende innsats.

Det siste som ble gjort i år var å stenge vannet. Nok en gang fikk jeg hjelp av klubbens formann, Erling Storm.

Til neste år tar klubben sikte på å gjøre en del ting på Bogstad. Takplater på båthall skal skiftes. Plassen foran båthus skal utvides og det skal legges grus på veien og plassen.

Det skal etableres nytt fundament for brygge og det skal foretas mudringsarbeid. I tillegg skal det bygges flytebrygge på eksisterende flottører.

Hilsen Bogstadsjefen 2003
Roy Hagen.

TRYKKSAKER

ARNE S. MØRK **A/S**
TRYKKERI PAPIRINDUSTRI

Telefon 22 11 06 09 - Fax 22 20 91 25
Chr. Krohgs gt. 30 - 0186 OSLO

Din allsidige trykksakleverandør

Sørlandstur 19 – 25. Juli 2003.

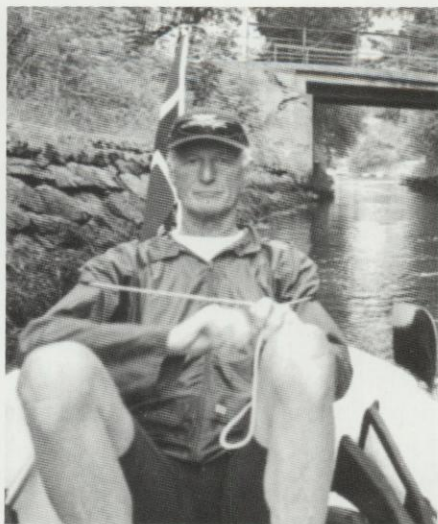
Nok en gang har Stein samlet et lag slik at det igjen skal bli rotur til Sørlandet. Årets deltagere er Johan Salvesen, nettopp ferdig med roskolen og Terje Johnsrud, ny sist høst og mange km. på Concepten i vinter. Jeg hadde "testet" gutta i båten og det så ut til å fungere bra selv om det var både 25 års aldersforskjell og 25 cm høydeforskjell på oss.

Lørdag morgen møtes vi på Kongen, hvor vi ser at noen av "lørdagsgjengen" kommer seg av gåre. Vi må ut for å kjøpe mat. Her blir det hamstret inn for de første dagene. En vet jo aldri når en kommer til en butikk neste gang. Viktig er det at vi har med nok drikke. Vi ror fra Kongen kl 11.00 og satser på Horten som dagens mål. Været er lettskyet og litt motvind. Vi passerer Framhuset og Sjøfartsmuseet i avslappet og god ro - stil, her gjelder det å spare på kreftene. Men vinden øker og med vind og sjø imot gjør vi ikke mange knop. Skipper Stein lurar nok på hva slags mannskap han har hyret, han prøver seg med "heng på åra gutter" men uten resultat, den "forbaskede" Holmenkollbakken vil liksom ikke forsvinne fra vårt åsyn.

Vi ankommer Håøya etter 4 _ times roing. Vi bruker vanligvis 3 t. Vi blir liggende og ser at vinden stadig øker sydfra. Nei, det ser ikke ut som om vi kommer videre i dag. 25 km. på første etappe var ikke så bra. Det ligger og flyter noen colabokser i vannet, Stein griper etter noen store steiner og begynner og bombardere, Johan og Terje følger på, godt få ut noe av frustrasjonen. Vi slapper av og Johan setter



De tre herrer stiller gjerne opp til avfotografering.



Terje har satt opp det tøffe uttrykket - ikke like lett å styre i trangt farvann med to slitne roere!

opp teltet sitt. Vi legger oss tidlig og setter klokken på 03.30. "Tøffe" Stein tilbyr seg galant å ligge i forteltet og bretter ut en oppblåsbar gummimadrass! mens Johan og Terje hadde simpelt liggeunderlag. Mobbestoff for resten av turen. Det blir ikke mye søvn den natten.

Så med ett er kl. 03.30 og vi kommer oss opp i grålysningen. Hurra, vannet ligger stille og fint. Litt mat, Stein tar en "kaldstart" og vi kommer av gårde på en _ time. Ikke mye liv å se på disse tider og båten holder god fart. Vi bytter plasser hver time og har etter hvert fått en bra rutine. Stroken tar en 180 graders rumpesving og forflytter seg forover i båten, mens baugen aker seg

forsiktig mot cox - plassen etter at coxen har fått rumpa ned på strokesleiden. Sitteunderlaget er vitenskapelig utarbeidet, coxen sitter meget bløtt, stroken har enkel pute og baugen har dobbelt underlag. Det var ikke fritt for at det ble litt slitasje på visse kroppsdeler. Vannblemmer på fingre og håndflater og Terje klarte å få gnagsår på hælen, straffen for ikke å ha på sokker. Ved bytte er det litt drikke, cola/saft, og en kjeks eller noe sjokolade. Det er viktig å hele tiden fylle på med næring.

Frokosten spises på Tofteholmene. Horten Roklub ligger død. Etter å ha strukket på beina og fylt saftflaskene ror vi mot Badstø. Vi har litt medvind og solen varmer. Når vi nærmer oss Tønsberg, snur vinden og det går nok noe tregere. Vi holder en pause ved Tønsberg Roklubb. Vi fortsetter innover mot Tønsberg og havner midt i stimen av fritidsbåter og holder faktisk samme fart. Middagen fortæres på Ravnøya i Tønsbergfjorden. Stein viser seg som en mesterkokk og tryller fram en herlig middag fra to hermetikkbokser (erter, kjøtt og flesk) Glemte jeg at vi hadde rå gulrøtter til forrett?

Når vi kommer til Veierland setter vi kurs mot landstedet til Øivin Brøymer, er han tilstede? Jo da, og vi blir tatt meget vel imot og blir tilbudt nattlosji. Vi takker ja til det og noen bokser øl på terrassen. Vi har rodd 86 km. den dagen og er slitne når vi går til sengs. Vi sover godt den natten.

Men allerede kl 04.30 er vi igjen på vannet. Det er stille på vei utover mot Tønsberg Tønne. Der ute møter vi igjen motvinden og bølger. Vi finner en

strand hvor vi går i land og venter på bedre vær. Johan mener dog etter en time at dette er ikke noe blivende sted. Vi kommer oss rundt Tønna og har litt medvind der vi ror mot Stavern. Etter 3 timer er vi i Stavern, som møter oss med regn. Vi spiser frokost på et bakeri, og det smakte godt. På vei tilbake til båten treffer vi en journalist som lager et lite intervju med oss. Det kommer faktisk i avisen, med bilde i farver og greier. Siden Stein ikke viste at bildet ble i farver, stilte han opp i RØD regndress. Gjett om han har fått høre om det siden??

Vel, vi må videre. Stein har ringt sin fetter i Brevik og varslet at vi kommer. "Velkommen skal dere være" Vi hadde ikke rodd mange meterne fra Stavern før vi fikk DET regnværet (straff for å stille i rød regndress, forsøkte Johan seg med) Vel, vi hadde litt medvind så det gikk fort i regnet. Det varte ca. i to timer. Kl. 16.00 presis (som avtalt) legger vi til brygga til fetter Erik. Vi ble ønsket hjertelig velkommen og Erik tok øyeblikkelig kommandoen: "alle mann hopp i vannet med eller uten" og etter en varm dusj ble det varme boller og 15 års gammel kirsebærlikør. Det smakte begge deler. Så var det midt dagen som skulle lages og vi ble beordret til kokketjeneste på kjøkkenet og hver mann fikk sin spesielle arbeidsoppgave. Middagen var smakfull og ølet smakte godt i sommervarmen. Så et par timer over biljardbordet, gjett hvem som vant? (riktig, Stein) Erik reiser til Oslo, men vi må for all del bare bruke hytta til i morgen. Vi takker for fantastisk gjestfrihet. Dette setter en langtursroer utrolig pris på. Det var 2. året på rad han tok slik i mot oss. (Jeg har lovet ham å ro på Svenskekysten til neste år!) Vi rodde 62 km. den dagen. Vi ringer Erling Storm og Anders Værang og gratulerer med dagen. Vi sover godt også denne natten.

Vi kommer av sted kl. 10.30 tirsdag morgen. Det var godt å få sovet ut en morgen.

Etter 3 _ time går vi i land på Jomfruland og kjøper oss is som vi spiser på sydenden av øya. Mye sol den dagen og flere ganger dukker det opp sel rundt oss. Vi ror sydover og går i land på Varø, litt nord for Risør, hvor vi slår leier for natten; dvs. vi setter ikke opp teltet i natt og ligger på fjellet i soveposser da det er teltforbud på øya.. Det ble rodd 52



Steins fetter tar imot og serverer 15 år gammelt drikke!



Slike stunder på et svaberg, lett bris og gjort unna en god økt. Da er det godt å leve!

km. denne dagen.

Kl. 05.00 er vi på vannet. Det er stille og fint vær. Ja, det er nok riktig å komme seg av gåre tidlig om morgenen. Det blir alltid litt mer vind utover dagen. Vi ror til Lyngør og spiser frokost på en liten øy. Det er fint her nede. Men som en vet er roerens motto, ” Opp og av sted ” Det er en masse små øyer vi ror forbi og av og til er det en båt som vinker tilbake (men det skjer sjelden at de vinker først). Tromøy – sundet er langt. Det blir ekstra langt når en har motvind. Kl. 15.00 går vi i land i Arendal Roklub. Klubben er delvis overtatt av kampsport klubber og det er ikke mye roing der, kan vi se av ro protokollen. Vi fikk låne et nøkkelkort og legger oss til i sofaene. Går på byen og spiser pizza. Vi legger oss tidlig denne kvelden. Vi har rodd 56 km. i dag. Mens Alex Rosen med sin ”Berserk” testet isbeltets utbredelse, hadde vi utsett oss som mål å teste ekkoeffekten under broene vi passerte. På kommando fra Stein brølte vi av full hals og oppnådde i hvert fall å skremme vannet av et par damer en gang.

Torsdag ror vi mot Redals-kanalen i blandet vær. Fevik og Grimstad passerer i lett motvind. Opp kanalen har vi strømmen med oss. Det er flere steder en ikke får rodd.

Når vi kommer inn på vannet finner vi ikke ” Bryllups-holmen ” til Osvold. Men det er en fin tur, inn og ut av denne kanalen. Vi ror til Grimstad hvor vi spiser stedets solboller. Vi møter Erling med Eileen II, han har hele familien med. Siden Erling denne gangen ikke har tid til oss, ror vi tilbake til Arendal. Det er fin medvind og vi nyder det fine været. Vel tilbake i Arendal blir det igjen dusj før vi går på byen.

Middagen blir betalt av Terje, da han blir 69 år dagen etter. Takk for en hyggelig kveld, Terje. Vi rodde 73 km. denne dagen. Sover godt i Arendal Roklubb.

Fredag morgen går Johan og Stein på butikken og kjøper mat og presang til Terje. Det blir et fint sitteunderlag til cox – plassen. Ja det var andre saker det. Nå går det jo an å sitte der en hel time uten å lengte tilbake til sleiden. Vi tar farvel med klubben for denne gang og ror Tromøy – sundet på 1 _ time. Det var ikke dårlig gutter. Det var mye fint vær og god medvind. Ved Sildoljen går det høye bølger, og med Terje som cox, uten høreapparat og briller, ble kursen satt så som så. Johan og Stein kunne vel egentlig tenkt seg litt smulere farvann og de fikk seg en liten ekstra time ved årene før vi kom i le bak en holme og fikk byttet.. Etter 6 timers roing kommer vi til Risør Roklubb. Dagens etappe var på 45 km.

Årets ro-langtur med Tur & mosjonssjef Stein Mørk er dermed avsluttet. Det har vært en fornøyelse å ha vært med på denne "fra-odde-til-odde-Oslo-Grimstad-tur". Johan og Terje takker Stein for å ha blitt "utvalgt" til å bli med. Det er noe ganske annet å ro, eller ri, på Skageraks dønninger enn å ro i skvulpesjøen i indre Oslofjord. Stein er dessuten en utmerket turistguide med stor lokal kunnskap etter sine "noen-og-ørtende" turer langs kysten. Alle som kjenner Stein vet vel også at det er kul umulig å kjede seg i hans selskap! Vi anbefaler en rotur med Stein på det aller varmeste, sett dere derfor på lista til neste års tur.

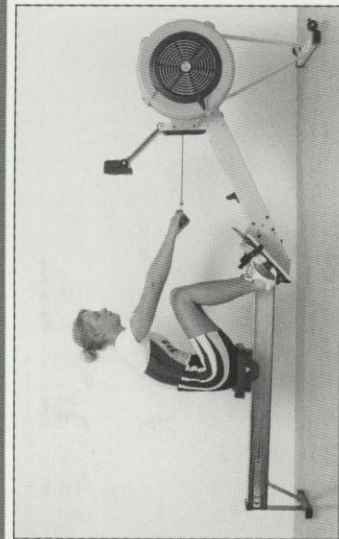
En uke har gått. Vi har rodd hele 400 km., dvs. 57 km. PR. dag. Det var ikke dårlig gutter. Så er det bare å takke Terje og Johan for en kjempefin tur og for all hygge.

Jeg satte stor pris på at dere ville være med og jeg håper at dere og synes dette var noe

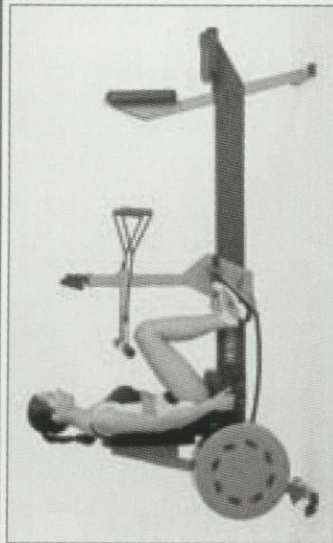
" litt andet ". Jeg håper jeg ikke har skremt dere fra å dra på rotur i fremtiden. Så må dere huske at min toer ligger på Kongen for at folk skal bruke den til langturer.

TUSEN TAKK FOR TUREN GUTTER !!

Stein Mørk



Bruk Concept 2 Indoor Rower til å trene kondisjon og styrke muskulaturen i beina, armene, magen og ryggen.
 Bruk C2 til testing og konkurranser.



DYNO: Dynamisk styrketreningsapparat.
 Concept2 DYNORower virker etter samme prinsipper som C2 Indoor Rower til styrketrening i tre basis øvelser. Benk Press, Benk Press og Ro Trekk.
 Du trener dynamisk styrke: Jo større kraft du tilfører, dess mer vekt presser du.

concept 2 NORGE

FOR YTTERLIGERE OPPLYSNINGER:

Svein Nielsen

Smestadkroken 69 – 1340 Skui – tlf. 67 13 40 15 – fax 67 13 40 23

www.concept2.no · concept@online.no

Roeventyr og kultur i Snåsa

Da vi nærmet oss sekstiåra bestemte vi to Københavner-roere oss for at vi ville følge opp med å ro Norges ti største/lengste sjøer - også kalt innlandshav - på langs. Nå er Mjøsa, Randsfjorden, Femunden, Nisser, Vågåvatn, Møsvatn og Valdresvassdraget inkl Vangsmjøsa, Tyin og Bygdin rodd. I år var turen kommet til Snåsavatn - Norges tredje største innsjø. Før landet hevet seg var det en del av Trondheimsfjorden. - På alle våre turer får vi med oss den lokale kulturen ved litteraturstudier og ved å prate med folk, jfr Claus Helberg: Ikke bare tur, men også kultur.

Første dag i august la vi toer-trimmyen på taket til Einars hurtiggående SAAB 1985, og kjørte direkte til fra Skumsjøen ved Raufoss til Strindmo gård og camping midt på Snåsas sydside. Denne plassen er bygd opp med den vakre gården fra 1722 som midtpunkt. Her er det godt tilrettelagt for jakt og for fiske i Snåsas store villmark med tusenvis av innsjøer, - både oter, line og garn kan benyttes i fangsten på ørret, røye, lake mm. Vertskapet har sjøl bygd en kraftstasjon som yter 30 kW! Neste morgen dro vi til den syd-vestre enden av sjøen, og startet på den nærmere fem mil lange roturen - vi hadde svak medvind og sola skinte! Og naturen var vakker her - det fredede Klingsundet som bare er halv

meter dyp, ble passert. Flora og fuglelivet var mangfoldig. Det var ikke lett å finne egnet overnattingssted på nordvestsida der trafikken på E6 dundret forbi, men Ellrun Marie på Øksnes hadde ledig hytte og ytet god service til slitne roere.



I fint driv på Snåsavatn.

Neste dag kom med fortsatt godt vær, - roingen gikk lett, og vi hadde et par gode pauser i idylliske, lune viker med lunsj og livsfilosofering. Et rotak ser så enkelt ut - vi tar ett tak, og enda ett - vi er samrodde - hva gjør det med oss? Selvfølgelig kommer vi hele tiden nærmere det perfekte tak - men vi er ydmyke: Vi veit ikkje alt om roing, sa Mattis i "Fuglane" av Tarjei Vesaas, vel verdt å lese! - Ved Vegset fant vi en fin strand å gå i land på. Ellrun Marie ble tilkalt per mobiltelefon, og kjørte Einar for å hente SAAB'en. To samegutter hjalp oss med å legge båten på biltaket selvom, som de sa, var litt matte etter gårsdagens store bryllup.

Snåsavatnet er det åttende innlandshav vi har beseiret - dette måtte feires. Vi tok inn på Snåsa Hotel med meget høy standard og mange interessante gjenstander fra villmarka. Her ble vi tatt hjertelig imot av Ranveig Østborg som serverte oss velsmakende, gravet - og senere kokt Snåsafisk, herlig skogsoppssuppe, saftige elgkarbonader og iskake med skogsbær - det beste fra naturens kjøkken. Ranveig er vokst opp ved den kjente fiskeelva ved Jørstad og er landbruksstudent. Hun fortalt oss om næringslivet i Snåsa, og utpå kvelden orienterte Margrethe Birtie Aasvold som er sørsame fra Meråker, om sin kultur - det ble en meget interessant kveld.

Trodde du at samisk er ett språk? Å, nei, hvis vi begynner ytterst i øst på Kolahalvøya og går vestover og sydover tales det tersasamisk, kildinsamisk, lulesamisk, skoltsamisk, pitesamisk, umesamisk og sydsamisk - og selvom disse dialektene ha samme opprinnelse i urfinsk (1500 - 1000 f Kr) og ursamisk (1000 f Kr - 700 e Kr) så forstår ikke samene i nord og syd hverandre. Språkgrensene går på tvers av den skandinaviske halvøya, slik at f eks sameer i Troms snakker lulesamisk som samene i Norbotten i Sverige. Samenes levested gjennom tidene har krevet store landområder som krysset fire lands nasjonale grenser; dette er Sameland, kalt Sápmi eller Sámudnam. Den etniske identiteten kjennetegnes ved bl a en spesiell, asbestblandet keramikk fra 1500 f Kr som er funnet i Nord-Finland. - Omkring 1900 forbød nasjonalstatene samisk språk i skolene, og i Norge ble det lovbestemt at man måtte beherske norsk for å kjøpe jord i Finnmark. Dette medførte at samene måtte ta norske navn for fortsatt å bo på den jord de brukte. Først på 1950-tallet ble samisk tillatt som undervisningsspråk igjen både i førskolen og videre. I



Jovna Zakharias Dunfjell var dyktig omviser på Samemuséet i Snåsa.

Kautokeino er det nå en høgskole for samer, og samisk språk og kultur kan studeres ved flere universiteter. - Samene har vært utsatt for mye stygg rasisme gjennom flere hundre år. Den skjulte, institusjonelle rasisme fra myndighetenes side har vært den verste å bekjempe, og neglisjering forekommer fortsatt.



Turen er over. I lokalavisen Snåsningen kunne man lese at vi var store i kjeften fordi vi utfordret til kapproing neste år!

Utviklingen i Norge er mest gledelig ifølge Ájtte: "Samene - solens og vindens folk". Holdningene blir stadig mer positive. - Neste dag viste Jovna Zakharias Dunfjell oss rundt i det interessante Samemuséet i Snåsa - Saemien Sitje. Han gledet seg til den forventede bevilgning til muséet på flere titalls mill kr!

Var samene gode roere? Ubetinget ja, besøk Tromsø muséum og studér en robåt der som er laget av brede, 5-6 mm tykke bord som er sydd sammen - ikke naglet - ett av Nordens fineste kunsthåndverk! - Det er viktig å ta vare på og oppmuntre til aktiviteter innen samekulturen - vi moderne, urbaniserte mennesker har mye å lære av de naturnære kulturer.

På hjemveien stoppet vi for å studere Bøllarreinen - en 6000 år gammel helleristning. Reinen er ristet med stø hånd i full størrelse, og meget formsikkert. Og vi dro videre hjemover mens Marit Boine sang og joiket i kasett-spilleren. Snåsa er en meget fin opplevelse med mange hyggelige mennesker og vakker og spennende natur.

Nå gjenstår Røssvatn og Altevatt langt der oppe i nord - og desto lenger nord, desto større opplevelser - og flere ettertanker...

Hasse Langeland og Einar H. Hauge

lyd
dv-redigering
produksjon

egg & bacon

erik røed - bernt syversen - jaswinder singh sidhu
elisabeth monge

frognerstranda 2, 0270 Oslo
tlf: 24 11 96 96 - faks: 24 11 96 99
e-mail: info@eggbacon.no

30. FISA World Masters Regatta i Vichy

Ja, du leser riktig - dette var faktisk 30. gang. Den første var etter det jeg har kunnet finne frem til i Bern i 1974. Den gang deltok 12 nasjoner og 1000 roere over banen, i den hittil største arrangementet, deltok nær 40 nasjoner og antall roere over banen var 8328.

Masters – eller Veteran VM som det opprinnelig ble kalt, har også tidligere vært arrangert i Vichy, nemlig i 1989, hvor noen av oss var med også den gang.

Vichy er en sjarmerende liten by et godt stykke syd for Paris, og det var morsomt å komme tilbake dit.

Byen er kjent som kursted med mineralvannskilder og for sin rolle under siste verdenskrig da den var sete for den tyskvennlige regjering under okkupasjonen i Frankrike. Denne ble kalt Vichy-regjeringen.

Roanlegget er førsteklasses med alt man kan kreve av en avansert regattabane. Årets kontingent fra Christiania telte 18 roere, hvilket var den desidert største gruppen fra Norge. Nye deltagere på CR`s lag var Tone Pahle Devor, Grete Stokke og Iver Høy. Dyktige og rutinerte roere alle tre.

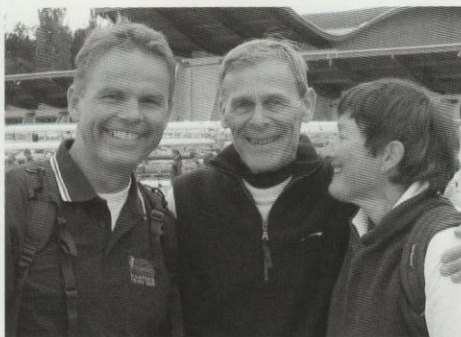
Årets sjåfører, Petter Mjelva og Christian Lien gjorde en kjempejobb med transport og oppfølging på banen.

Til sammen deltok vi i 21 rene løp, d.v.s. bare for Christiania, i tillegg deltok noen av våre roere også i løp i kombinasjoner med andre lag og nasjoner.



CR veteran åter nærmest og klar for start. Noen på laget er litt uoppmerksomme i denne alvorlige stund.

Det ble ikke mange "rene" klubbseire for CR denne gang. Øivind Brøymer sto for den ene med god margin i sitt scullerløp. Ellers var det mange hederlige plasseringer fra 2. plasser og bakover. Dette til tross for god og systematisk trening av mange av våre deltagere, deltakelse på mastersamlinger i regi av masterutvalget, og flott innsats fra Petter Mjelva med mye og god instruksjon.



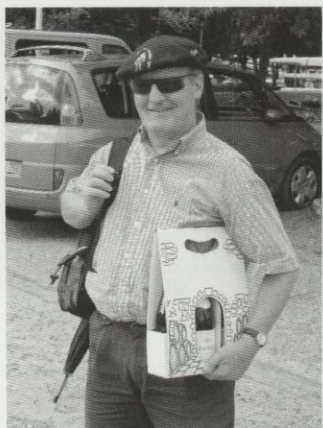
Erling, Petter og Grete. Avslappede ansikter tyder på at man er ferdig med løpene for dagen.

Jeg tror forklaringen kan ligge i noe av det følgende.

Kombinasjoner og topping av lag nasjonene i mellom er utvilsomt en viktig faktor. Dette er en tiltagende tendens. De av oss som synes at det sosiale ved å ro med våre klubbkamerater er en viktig faktor ved siden av det sportslige, kan tillate oss noen hjertesukk. Imidlertid – vi har forståelse for at ikke alle deltagere nyter godt av en slik bredde som den CR har, og må således finne kombinasjoner utenom sin egen klubb. Men kanskje det kunne ha holdt med nasjonale lag?

Mange land i Europa har en lavere pensjonsalder enn det vi har i Norge, og noen av oss som konkurrerer i klasser nær 60 år møter stadig vekk roere som stort sett ikke gjør annet enn å ro og trene.

På toget fra Vichy til Paris kom vi i snakk med en Australier som representerte en vinnerfirer i 60 års alderen. Alle var velhavende pensjonerte forretningsmenn som rodde hele året. De rodde ca. kl. 10.00 nesten hver dag, for så å møtes til to/tre timers sykling kl. 15.00.



Enkelte ble veldig franske i løpet av noen få timer.

Selvfølgelig hadde de også deltatt i mange regattaer før de kom til Vichy.

Det blir jo noe rått parti for oss andre.

Ellers vil jeg nok også sette fokus på vår styrketrening – den er neppe god nok gjennom sommersesongen. Les litt under Masterutvalget under Norges Roforbund. Der er det mye godt stoff om styrketrening og krav til styrke for veteranroere.

Jeg tror nok bestemt at de som deltar i Masters for første gang eller kommer som observatører,

blir forbauset over nivået. En vinnertid på 3.15 i 4x på 1000 m i klassen 60-65 år er vel ikke så verst!

Men for all del – ikke la høyt nivå og kombinasjonslag avholde dere fra å delta. La det heller bli til en inspirasjonskilde å kunne delta i en konkurranse på høyt nivå, dyrk klubbfellesskapet og rosporten som vi er så glade i.

Det er riktig hyggelige at både forbund og styret verdsetter vårt engasjement ved å stille til rådighet både trenere og penger. Nytt av året er at veterangruppen i CR har fått et eget budsjett for deltagelse i Masters og at undertegnede og Otto Peter Narvestad skal koordinere virksomheten. Siden dette koster penger – transport av båter og startkontingenter - innebærer det at det må settes visse krav til kompetanse for å kunne få være med – men det er noe vi kommer tilbake til.

I 2004 arrangeres Master i Hamburg 2-5 september, kanskje utvidet med en dag p.g.a. den store deltagelsen, og i 2005 i Scotland. Ja vi har mye å strekke oss mot – så start treningen dere som ikke allerede er godt i gang enten det være seg på romaskin eller på ski.

Bjørn Lundin



INTERTRADE SHIPPING ^{A/S}



POSTBOKS 55, 1344 HASLUM

E-mail: obroymer@online.no

Vet du at Norges eldste
båtmegler-forretning
har holdt hus på Kongen
i snart 20 år?

Skal du kjøpe eller selge båt,
er du velkommen innom
på en båtprat.

Besøk oss også på nett;
www.nautron.com

Autorisert Båtmegler NBF / BMF
Megling og formidling ved kjøp og salg av brukte båter.
Salg av nye PRINCESS Motoryachts. Egen utstillingshavn.

Vår erfaring - din trygghet ved kjøp og salg!

NAUTRON A/S

International Yachtbroker & Surveyor

Frognærstranda 2, 0271 OSLO
Tlf: 22 12 19 10 - Faks: 22 12 19 19 - firmapost@nautron.com

Ada's rapport

Vi har feiret oss selv godt i år med klubbens 125 år. I anledning jubileet bestemte jeg meg for at min gave til klubben skulle være VHS kassetter dvs. gamle smalfilmopptak og videofilm av noen av årets mange begivenheter.

(Gaven består av tilsammen 4 stk. VHS videokassetter – verdi ca kr. 2.000,- kontaktet et firma for profesjonell hjelp til å fa overført alt til VHS kassetter).

Kassett nr. 1: Opptak fra bl.a. 1982 / Ulvøya rundt / Sesongåpning 1983 og Schlanbusch gammeldanskurs på Toppen, samt 1987 Fisa-turroing i Ungarn. Norge Rundt reportasje fra NRK om Fisa-turroing langs Sørlandskysten.

Kassett nr. 2: Opptak fra 1997 den nordiske roturen i Stockholm og fra midtsommer roturen i Nord-Norge, Hamarøy / Steigen distriktet også 1997.

Kassett nr. 3 og 4: årets arrangementer, dvs. Åpningen, Jubileumsdagen, Klubbkapproingen for klubbens nye medlemmer, Premieutdelingen for Ulvøya rundt, Torsdagsroing, Lørdags morgentur i området Gåsøen / Solodden, Høstmøtet og tilslutt Rekeaften.

Årets aktiviteter startet for meg med Roerlangrennet i Sørkedalen. Jeg var opptatt med salg av vafler og drikke for Oslo Rokrets. Skiføret var bra og det var mange som hadde møtt opp for å delta.

I april fikk jeg besøk av roervenner fra Holland. De ville gjerne kombinere skiferie i Trysil med noen dager i Oslo. Jeg tok dem med på kveldstur til "Kongen" hvor det var klubbften i peisestuen den kvelden. "Kongen" ble forresten bygget i 1924, så da blir det 80 års jubileum i 2004.

31. mai til 1. juni arrangerte Rokretsen "Rosportens dag" med rebusløp i indre Oslo-fjord. Jeg syntes vi i CR var flinke til å ro ut og finne poster. Hos Ormsund Roklubb var det ingen post å finne, simpelthen fordi det ikke var hengt opp noen. Den andre dagen var det Eskadreroing fra NSR til Solodden. Vi ble godt tatt i mot ved ankomsten. Det ble servert pølser og drikke. I løpet av besøket var det underskriftskampanje mot kommunens reguleringsplan for Solodden, dvs. til offentlig friareal! Senere på dagen hos OKR var det premieutdeling og mer vafler – denne gang servert utenfor båthallen.

På forsommeren prøvde Aud Engebretsen og jeg å få gjort istand toeren nr. 211 (døpt Jens Grevstad) dvs. en type _ + type trebåt, dette var i samarbeid

med tur- og materiell personer Terje Graver og Leif Wahlund. Baten ble rengjort og Terje pusset skroget utvendig. Men da ryktene verserte om salg av både 211 og 210 (døpt A. Knutsen) ble vedlikeholdsarbeidet avblåst. Når styret vedtar at båter skal selges bør dette meddeles – f.eks. et oppslag på oppslagstavlen. Vi kommer til å savne 211 og håper den får ”et godt hjem” hos sin nye eier.

Helgen 9-10. august var det Håøya tur – åpent for alle. På turen sydover rodde vi langs Nesoddlandet. I området var det samtidig motorbåttrace. Neste dag var det stekende sol (enda varmere enn gårdsdagen?) og vi rodde tilbake langs ”Asker-landet”/Sandvika. På denne strekningen fant vi mange orienteringsposter. Da vi rodde forbi Kjeholmen kom vi inn i et rush av motorbåter, de nesten ”fosset” innover sundet. Vi måtte passe veldig godt på oss selv og båten. Etter sundet rodde vi videre utover og så til venstre mellom to øyer for å ta en liten pause. Dette var det største vi hadde sett av båttrafikk. Dessverre var det ikke mye hensynsfull motorbåtkjøring å se. Vi var glade for at vi var ombord i Stein Mørk's solide turbåt.

Lørdag morgen 27. september gikk turen til Kalvøya om Gimsøya. På returen endret været seg. Vinden økte i styrke og det ble litt for tøft å ro gjennom store bølger over Lysakerfjorden, slik at vi istedet rodde om Nakholmen.

Den 4. oktober gikk lørdagsturen til Ingierstrand, fra Skjærholmen rodde vi rett inn i tåkehavet. Det var kjølig. På hjemveien rodde vi langs land i solskinn. Litt av en opplevelse. Det var vakkert. Videokameraet skulle ha vært med på denne turen!

Søndag 19. oktober var det ”åpent Hus” i flere av Oslo's eldre bygninger. Dette ble annonsert i Aftenposten og gjaldt også i vårt klubbhus hos leietakerne i 2. etg. (peisestue-etasje). Jeg gikk og så meg om overalt (spisesalen, trappen mot sjøen, på taket over restauranten). I de gamle kjøleskapslukene var det lagret litt av hvert, bl.a. en gave fra Dansk Forening For Rosport datert 15. mai 1953; en stor protokollbok med blanke sider.

Fra 15. – 16. november fikk jeg anledning til å representere Rokretsen på Rotinget i Ålesund. Samtidig feiret man Ålesund Roklubbs 70 års jubileum med middag lørdag kveld og også besøk i klubbhuset, hvor vi ble underholdt med festlig rorevy! Dette ble forresten videofilmet. Som minne fikk vi med oss en knallgul sydvest hjem; en nyttig og fin gave.

Det ble ingen FISA-rotur på meg i år. Turen var fulltegnet allerede før jul 2002 og informasjon hadde kun vært tilgjengelig via internett. Tidligere pleide det jo å være oppslag om turene. Vanligvis ble den type informasjon delt ut til klubbene fra Norges Roforbund i januar – mars det året turen skulle arrangeres og det pleide å være påmeldingsfrist ved påsketider eller innen

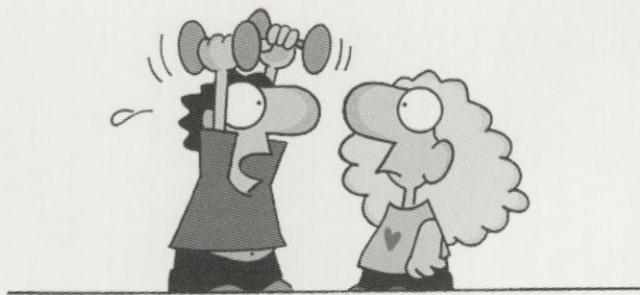
1. mai. Nå gjenstår det å se hva som kommer til å bli normalt fremover. I år arrangeres FISA-roturen i Tsjeckia og i 2005 blir det i Holland.

Av årets regattaer deltok vi i Bleikøya, Barmen, Geita og Ulvøya rundt samt også ARO-mila.

Barmen rundt ble en tøff tur med mye moro. Det var mange av oss og konkurranseånden var på topp. Det gikk veldig intenst for seg mot det smale sundet, hvor det var om å gjøre å komme først inn i sundet. Så ble det etter ca 10-12 km bra med bølger og vind å kjempe seg gjennom frem til mål. Det gikk fort. Vi, en guttefirer med Cox'en Ada, kom inn som andre båt i mål, etter dobbeltsculleren fra Moss. Men neste år vil jeg bruke eget sjøkart, et som er mer nøyaktig enn det utdelte datakartet vi fikk (de var riktignok fine i plast, men ruten mellom holmene fremgikk ikke helt eksakt – etter min mening da!) Det var så kraftige og store bølger at det stadig kom inn vann og jeg fant det best å styre rundt gruppen av holmer. Det hendte vannet sprutet sånn at cox'ens synsfelt til tider ble ganske så redusert. Her kommer sikkerhet først. Takk til dere gutter for fantastisk innsats; rask og stødig roing. Ellers var det hyggelig gjensyn med gjengen fra Risør Roklubb.

Aro-mila : her coxet jeg en jentefirer med Torill Enersen som kaptein. På denne mila rodde jentene veldig konsentrert og stødig – og med strategisk hjelp av cox'en – ble det ekstra moro å ro inn i mål foran en guttefirer!!! ARO delte ut premier (medaljer) og serverte pølser og kaker. Vi koste oss.

Tilslutt vil jeg gjerne takke alle for dette fantastiske jubileumsåret – med mange gode opplevelser både på land og i sjøen og også med mange nye turroere.



"I'm actually 42 years old...but it takes a lot of exercise to keep looking this young!"

Klubbens ro-effekter

Prisliste fra 01.05.2004

Windbreakerjakke m/ navn	750,-
Race-rodrakt	600,-
Bagger	300,-
Vindjakke	300,-
Robukse	300,-
Sekker	250,-
Collegegenser m/ knapp, gammel type	150,-
Collegegenser blå	250,-
Tennisskjorte	200,-
Klubbnål i sølv	100,-
Mansjettknapper, pr. par	250,-
Silkeslips (ny modell)	300,-
T-skjorte CR	100,-
Singlett CR (Dovre)	100,-
Hvite robukser (samlerobjekt)	50,-
Caps	100,-
Blazer/ tøymerke	10,-

Bøyekomiteens rapport

Årets utlegging gikk ganske greit, og som vanlig var det den eldste del av veterangruppen som sto for arbeidet, skjønt noe redusert fordi noen av oss også var engasjert som instruktører til roskolen.

Som vanlig er, og naturlig nok er det mange blide fjes å se, og mange hyggelige kommentarer å få når vi legger bøyene ut. Det gjør det ekstra hyggelig å drive på med det.

Det er imidlertid ikke helt det samme når vi tar dem opp. Da er det halvmørkt og bikkjekalt, og de få roerne som er ute biter tennene sammen i sine for-knytte fjes på jakt etter årets siste kilometere.

I år ble ikke bøyene tatt opp før 21. oktober og isen hadde allerede lagt seg langs land. Tor Ahlsand og undertegnede hadde en sur jobb ute på vannet i regnvær og vind rundt null grader.

Gjengen på land som vasket bøyene hadde det ikke så godt de heller.

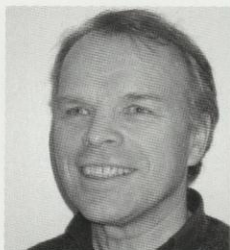
En skade har oppstått på siste delen nord på strekket. Her er wiren røket, men heldigvis oppdaget Sigurd Gullerud dette fort og fikk sikret strekket med et tau til land. Takk for det!

Ellers ser det ut til at vi fortsatt må ro i en bue p.g.a. sandbanken som stikker ut ved elveutløpet. Men vi merker vel i praksis lite til buen da vi jo korrigerer kursen over en lang distanse. Men det ser jo unektelig litt rart ut.

Så til våren blir det litt ekstra arbeide ved utleggingen i det vi må skjøte inn et stykke ved bruddet.

Bjørn Lundiin

Concept Marathon 2003



Lørdag 5. April var det igjen tid for årets styrkeprøve for oss «litt gærne».

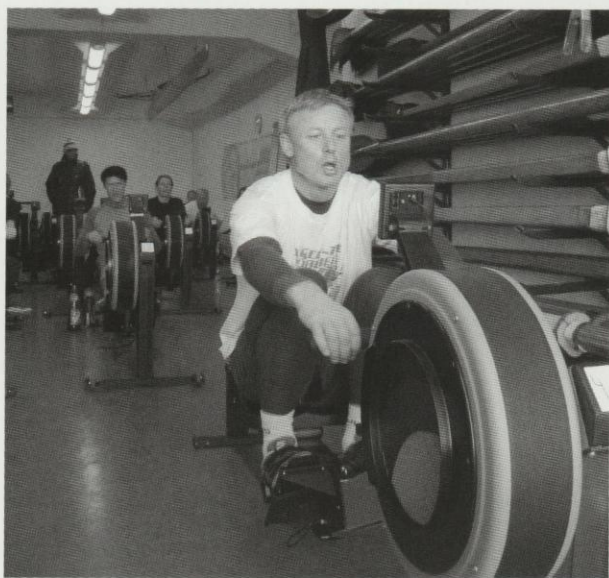
Det er 6. gang jeg arrangerte Concept Marathon på Kongen. Været var noe utrygt så det var flere som valgte å sitte inne. Det var ingen fordel, dessverre.

Her inne blir det fort varmt selv om dørene sto oppe. Deltagelsen i år talte hele 32 stk. og vi var rekordmange fra CR med hele 10 stk.. Bøler var også i år mannsterke

og møtte med 21 roere.. Og så var det faktisk en roer til der, Frode Hynne fra Sandefjord.

Kl. 10.30 kom 1/1 Marathon guttene av gårde. Vi er 3 fra CR og 3 fra Bøler. Her er vel Lars Jensen fra CR klar favoritt. Presis 11.00 går starten for 1/2

Marathon folket. Alle er så i gang og det "summer" på plen og i Concept-rom fra hissig Concept-maskiner. Været ute er kjølig og det er et vindrag i luften, slik at de fleste sitter seg i le av gjerdet. Det høres ut som det er et par som sliter etter at det er gått en time. Det er ingen som bryter. Så titter vi alle over mot Tore Foss, nå er han vel snart ferdig? Riktig, der hører vi at takten øker og pusten går høy. Så



Lars i full gang med hel marathon.

med ett er det over for Tore. 1 time 12 min og 20 sek.

Det er fort, ja det gir et snitt på 1.42.9. Bare prøv det på en 2000m så skjønner du kanskje hvor bra dette er. Klarer du 6.51, 10 ganger på rad uten pause? Dette er nok verdens beste tid i klassen 50 – 59. Bravo Tore.

Det går 3 min. før neste mann er i mål. Så blir Marathon-roerne ferdig en etter en. Brøymer gjør et bra løp, og blir best av våre. Gutta som ror 1/1 Marathon ser misunnelig på de som kan gå av maskinen nå. Lars Jensen har krefter i massevis og gir oss en superspurt og setter klubbrekord på 1/1 Marathon med 2.35.13.5.

Så lenge om langt er "turen" ferdig for oss alle. Etter dusj er det premieutdeling på Toppen. Her er det medaljer til alle. 3 gavekort trekkes ut blant deltaerne. Så er det bare å legge seg i trening til neste år. For da skal vi jo alle ro litt fortere???

Resultater for CR roere 1/1 Marathon:

40 - 49	Lars Jensen (46/87)	1.17.10.0	(1.49.5)	2.35.13.5	(1.50.4)
50 - 59	Stein Randsborg (54/90)	1.19.06.0	(1.52.6)	2.42.36.0	(1.55.6)
50 - 59L	Stein Mørk (58/73)	1.25.50.0	(2.02.1)	2.53.16.0	(2.03.2)

1/2 Marathon Kvinner:

40 - 49	Christine Höffgen (41/71)	1.35.37.1	(2.16.0)	Nr. 1
40 - 49	Torill Enersen (41/67)	1.37.09.0	(2.18.2)	Nr. 2
50 - 59	Janne Spilling (55/57)	1.41.58.0	(2.25.0)	Nr. 1

1/2 Marathon Menn;

50 - 59	Øyvin Brøymer (54/86)	1.18.49.4	(1.52.1)	Nr. 2
50 - 59	Pål Svensson (56/86)	1.29.54.7	(2.07.9)	Nr. 3
60 - 69	Terje Johnsrud (68/85)	1.30.36.7	(2.08.8)	Nr. 1
60 - 69	Per Dahlstrøm (64/80)	1.37.36.9	(2.18.5)	Nr. 2

Vi sees på Concepten på Kongen

Stein Mørk

Concepts Adelskalender

Nr.	Deltagere	96/97	97/98	98/99	99/00	00/01	01/02	Total km
1	Stein Randsborg	440	1232	1306	2039	1504	1881	8402
2	Stein Mørk	640	765	1135	1700	1401	1408	7049
3	Gerhard Durbeck	485	625	761	233	397	1103	3604
4	Øyvin Brøymmer	612	535	1175	1675	1108	1002	6107
5	Janne Spilling					700	850	1550
6	Anders Wærang	513	650	1132	1310	820	775	5200
7	Lars Jensen					307	653	960
8	Peter Narvestad	242	318	444	481	519	535	2539
9	Svein Brager-Larsen		453	542		72	516	1583
10	Christine Hoeffgen						504	504
11	Øivind Haraldsen	748	820	716	756	1102	502	4644
12	Pål Svensson	1116	1046	1555	2271	402	501	6891
13	Hans Engebretsen			540		367	435	1342
14	Annelise Hem			224	222	218	401	1065
15	Trygve Amundsen			514	312	165	363	1354
16	Arne Jahr				399		335	734
17	Jul Olsen				225	413	269	907
18	Terje Graver					585	239	824
19	Erling Storm					130	228	358
20	Arvid Rosseland					69	183	252
21	Olav Nygaard					110	137	247
22	Bjørn Lundin					451	128	579
23	Sigurd Durbeck				400	200	100	700
24	Per Dahlstrøm			127	107	115	96	445
25	Robert Palmstrøm			80	310	200	90	680
26	Morten Flood		40	155	500	500	86	1281
27	Torill Enersen			300	105	35	75	515
28	Odd Hansen				373		47	420
29	Erik Osvold				106	129	14	249
	Samlet km	4796	6484	10706	13524	12019	13456	60985

Christiania Roklubs sikkerhetsreglement

FARVANN

1. Christiania Roklub har sitt daglige ro-område i Frognerkilen innenfor Framhuset og på hele Bogstadvannet.
2. Enhver rotur som går utenfor det daglige ro-området er en langtur.

STYRINGSREGLER

1. I alle trange farvann skal alle båter holde seg på farvannets styrbord side i fartsretningen (høyre/ baugside).
2. Robåter skal vike for nytte trafikk og båter som seiler.
3. Hvis to båter med motsatt, eller nesten motsatt kurs møter hverandre, slik at det kan være fare for kollisjon, skal begge vike til styrbord i fartsretningen (høyre/ baugside), baugside stille, strokside ro om nødvendig.
4. En robåt som blir innhentet av en annen robåt skal vike, fortrinnsvis til styrbord side.
5. Robåter skal ikke brukes etter mørkets frembrudd.

MATERIELL

1. Den enkelte roer er selv ansvarlig for at båten er i sikkerhetsmessig for svarlig tilstand før roing.
2. En robåt skal være bemannet med det antall roere den er konstruert for. Båten må ikke overbelastes.

ROERE

1. Enhver roer skal være svømmedyktig. Om nødvendig skal klubben gjennom praktisk prøve overbevise seg herom.
2. Før en roer kan benytte båtene på egenhånd, skal klubben forsikre seg om at vedkommende har de nødvendige kunnskaper og ferdigheter for trygg ferdsel på vannet.
3. Trenere og Roskoleinstruktører skal forsikre seg om at dette sikkerhetsreglementet er gjort kjent og forstått av nye roere og medlemmer.
4. Enhver roer er selv ansvarlig for sin egen helse og sikkerhet under utøvelse av roporten.

SIKKERHETSUTSTYR

1. Alle robåter skal som hovedregel medbringe lenseutstyr, øsekar eller bøtte og egnede flytevester for alle personer ombord. Unntak er gitt i de følgende punkter:
 - a) Bestemmelsen kan fravikes ved organisert trening. Klubb, krets eller forbund som organiserer treningen skal gi utfyllende bestemmelser. Se egne bestemmelser.
 - b) Bestemmelsen kan fravikes ved roing i daglig roområde. Klubb (krets/forbund) skal gi nærmere bestemmelser for å ivareta sikkerheten under hen syntagen til lokale forhold, inklusive spesielle krav for roing i den kalde årstid.
 - c) Bestemmelsen kan fravikes under konkurranser og organiserte roturer hvor sikkerhet er dekket av regattareglementet eller andre spesielle regler eller bestemmelser.

SIKKERHETSBESTEMMELSER

1. Cox skal bruke redningsvest og passende klær hele året.
2. Det anbefales at alle roere har på (mini) flytevester som blåser seg opp automatisk når de kommer i vann når det ros på fjorden vinterstid og tidlig vår.
3. I båt med styrmann/Cox skal ikke både roere og styrmann være nybegynnere.
4. Redningsbøye el., padleåre, og øsekar må alltid være med i følgebåten, både i Oslofjorden og på Bogstadvannet.
5. CR styre godkjenner de trenere som kan bruke følgebåt og har en liste over disse. Nye trekere og følgebåtførere må gi informasjon om sikkerhetsreglene av medlemmer med nødvendig erfaring, godkjent av styret. Dersom ikke annet bestemmes av CR's styre, kan det roes fra Kongen og på Bogstad uten følgebåt i perioden f.o.m. 15. april t.o.m. 15. oktober. Listen over godkjente følgebåtførere settes opp på Kongen og Bogstad.
6. På Kongen må roerne ikke forlate området inntil brygga før følgebåten er startet opp, fortøyningene er kastet og føreren av følgebåten har gitt signal om at alt er klart til avgang. Følgebåten skal forbli ute på vannet inn til alle båter er tilbake på brygga.
7. Det er forbudt å gå ut på Oslofjorden og på Bogstadvannet med CR's båter i følgende situasjoner:
 - a) Lufttemperaturen er under -4°C .
 - b) Is - fast eller i bevegelse - representerer en fare (vurdering basert på nødvendig erfaring)

- c) Vindhastigheten er over 7 m/s .Også vindhastighet under 7 m/s kan ute lukke roing på fjorden og begrense roingen til Frognerkilen (det kreves forstandig vurdering basert på værforhold, roernes erfaringsnivå og båttype)
- d) Etter mørkets frembrudd. Dessuten må båtene vende tilbake til båthuset før det blir mørkt. (definisjon av mørkt: 20 min etter at gatelysene eller fyrlyktene kommer på, eller når det er åpenbart mørkt, vurdert etter tid og lys)
- e) Ved fare for lynnedslag skal det ikke roes.

BÅTFØRERE

1. Skal sjekke værvarsel før de går ut på fjorden
2. Båtførere skal ha med flytevest for alle personer de har ansvaret for på Oslofjorden
3. Båtføreren skal ha på seg flytevest eller flytedrakt hele året på Oslofjorden. På Bogstadvannet kan det gjøres unntak i tiden mai og ut september, men anbefales brukt også i denne perioden.
4. Båtførere må ha kjennskap til nødhavner hvis været skifter raskt og retur til egen brygge ikke er tilrådelig.
5. Båtføreren må ha kjennskap til hypotermi (nedkjøling) – tegn, symptomer og behandling på stedet i forhold til alvorlighetsgraden av hypotermi.
6. Det anbefales på det sterkeste at båtføreren har opplæring i gjenopplivning.
7. Båtfører må påse at alle kjenner nødsignalene. Bevege begge armer opp og ned er det mest kjente.
8. Ved tåke, ta raskt kurs mot fastland og følg dette tilbake til havn.

Vedtatt av Styret 9. desember 2003.

CHRISTIANIA ROKLUB - REGNSKAP PR 31/12-03

INNETEKTER		2003	2002
Inntekt fra klubbvirksomhet			
Medlemskontingent		222 200	145 700
Salg av Merker og Tøy	27 800		
Innkjøp medgått	31 925	(4 125)	6 629
Salg klubbkvelder etc netto		19 121	9 274
Sum		237 196	161 603
Bidrag/gaver etc			
Oslo Kommune etc		71 256	35 105
Gaver fra medlemmer		14 099	125 000
Spilleautomat (okt-des)		7 131	-
Bingo		18 000	17 000
Sum		110 486	177 105
Årboken			
Annonser	27 600		
Kostnader	30 800	(3 200)	(6 000)
Sum		(3 200)	(6 000)
Regattaer etc arr av CR			
Concept Marathon		(1 200)	850
NM 2003		28 041	-
Sum		26 841	850
Sum driftsinntekter		371 322	333 558

DRIFTSKOSTNADER

Administrasjon			
Rekvisita og trykksaker		13 247	9 197
Porto, tlf, webside		19 607	20 300
Møter/Tinget		10 592	7 764
Diverse (annonser)		17 512	5 146
Regnskap		-	17 640
Sum		60 958	60 047

	2003	2002
Jubileum		
Jubileumsfest	38 123	
Jubileum triptikon	29 760	
Jubileumsbok kostnad	62 000	305 085
Jubileumsbok salg	(59 500)	
Sum	70 383	305 085
Materiell etc		
Kjøp materiell	242 079	591 151
Reparasjon og vedlikehold	101 660	76 416
Sum	343 739	667 567
Trening og kapproing		
Konkurranser i Norge	103 703	78 261
Konkurranser i utlandet	100 214	120 721
Egenandeler faktuert	(42 191)	-
Forsikringer båter/transport og roere	44 809	43 172
Diverse instruksjon, samlinger etc	306 011	298 958
Bilutgifter CR bil og leiebil	55 581	57 708
Sum	568 127	598 820
Premier etc		
Premier og utmerkelser	8 822	12 260
Oppmerksomheter	10 112	3 627
Sum	18 933	15 887
Drift Bogstad		
Vedlikehold	5 481	52 838
Byggeprosjekt	91 758	73 495
Strøm	5 157	3 104
Forsikring	5 063	7 590
Rekvisita og septik	11 106	1 762
Sum	118 564	138 789
Drift Kongen		
Husleie etter fradrag for fremleie toppen	679 788	670 276
Rekvisita	38 328	61 340

	2003	2002
Forsikringer (premier/malerier)	19 976	14 393
Vask lokaler	70 617	30 380
Drift alarm	10 643	6 176
Sum	819 352	782 565
Sum driftskostnader	2 000 055	2 568 760
Driftsresultat (underskudd)	(1 628 733)	(2 235 202)
Finansinntekter og finanskostnader		
Renteinntekter	1 955 166	1 994 581
Rentekostnader	47 833	34 999
Bankkostnader	3 520	6 029
Sum	1 903 813	1 953 553
Årsresultat (+/- overskudd/underskudd)	275 080	(281 649)
Disponeres som følger		
Til egenkapital	275 080	(281 649)

BALANSE

Anleggsmidler		
Båtmateriell	100	100
CR-bil	100	100
Robase Bogstad	100	100
Sum varige driftsmidler	300	300
Finansielle driftsmidler		
Aksjer i Lahellegrunnen AS	100 000	100 000
Lån til Lahellegrunnen AS	27 900 000	27 900 000
Sum finansielle anleggsmidler	28 000 000	28 000 000

	2003	2002
Omløpsmidler		
Debitorer	62 855	27 427
Forskuddsbetalt forsikring	15 200	14 611
Beholdning merker og Tøy	121 590	131 515
Beholdning klubbsjef	1 000	1 000
Bøker, Roerne i CR	37 500	-
Bankinnskudd	351 342	204 649
Kasse	200	200
Sum omløpsmidler	589 687	379 402
Sum eiendeler	28 589 987	28 379 702
Gjeld og Egenkapital		
Egenkapital	26 498 120	26 223 040
Annen langsiktig gjeld		
Lån fra LIFI AS (rentefri nedbet 23 år)	1 555 472	1 749 906
Kortsiktig gjeld		
Kreditorer	146 050	56 649
Mellomregning fonds	369 941	345 739
Skattetrekk/arb.g.avg.	20 404	4 368
Sum kortsiktig gjeld	536 395	406 756
Sum gjeld og egenkapital	28 589 987	28 379 702

Erling Storm
Formann

Øyvind Wøllo
Regnskapsfører

Morten Flood
Revidert

REGNSKAP FOR KLUBBENS FOND PR 31/12-03

	2003	2002
Brødrene Rosenbergs fond		
Beholdning pr 1/1	32 416	30 313
Renter	2 057	2 103
Beholdning pr 31/12	34 473	32 416
Boye Schlytters legat		
Beholdning pr 1/1	12 321	11 522
Renter	782	799
Beholdning pr 31/12	13 103	12 321
Hannibal Feghts fond		
Beholdning pr 1/1	149 921	140 195
Renter	9 512	9 726
Beholdning pr 31/12	159 433	149 921
Livsvarige medlemmers fond		
Beholdning pr 1/1	198 745	185 851
Renter	12 609	12 894
Beholdning pr 31/12	211 354	198 745
Andelslaget		
Beholdning pr 1/1	8 731	8 165
Renter	554	566
Beholdning pr 31/12	9 285	8 731
Helge Dalsets fonds		
Beholdning pr 1/1	95 359	89 172
Renter	6 050	6 187
Beholdning pr 31/12	101 409	95 359
Sum ovenstående fonds	529 056	497 493
Fondsmidlene er disponert som følger		
Mellomregning Christiania Roklub	369 941	345 739
Bankkonto	159 115	151 754
Sum	529 056	497 493

Roskolen 2004

Avsetter du 8 kvelder nå vil du bli godkjent som roer, og da ligger det mange hyggelige opplevelser og venter. Alene eller sammen med flere, på Oslofjorden. De fleste muskler tas i bruk, du sitter ikke inne i et treningsrom, men i friluft - og i tillegg er det veldig sunt! Passer for alle aldersgrupper - menn og kvinner. Lagene blir best mulig delt inn i aldersgrupper.

Ønsker du gå videre med konkurransetrening er dette starten. Etter Roskolen blir alle som ønsker å gå inn for konkurranseroing tatt hånd om av våre rotrenere.

Alle aktiviteter omkring konkurranseroing foregår på Bogstadvannet hvor klubben også har et klubbhus. Ideell alder for å starte med roing ligger på 15 - 16 år. I tillegg til å prøve deg på en ny, spennende idrett vil du også finne et ungdommelig og meget trivelig miljø

Roskolen begynner 10. mai kl 18.00 på Kongen, Frognerstranda 2, og koster kr 700, det inkluderer 1 årsmedlemsskap og Christiania Roklubs T-skjorte.

For å få flere opplysninger kan du gå inn på roklubbens web-side: www.christiania-roklub.no

Ahlsand	Tor	Harald Løvenskioldsv. 380760 Oslo			22502406	2002	A
Albech	Marie thv.	Bjørneveien 95 A	0773 Oslo		22495507	2003	Y
Amundsen	Trygve	Guldalstgt. 10 A	2010 Strømmen	mettealbech@hotmail.com	63817925	1994	A
Andersen	Kjell	Dalbakkvn. 102	0682 Oslo	amunds-1@frisurf.no	22268586	1955	L
Andersen	Even Sogn	Bjørnehiet 1	0774 Oslo		22114687	2002	Y
Andersen	Thomas Berge	Niels Juels gate 18	0272 Oslo		22557328	1999	A
Andersen	Kristian Berg	Bjørn Farmannsgate 7	0271 Oslo	Kristian.Berg.Andersen@hydro.com	90125591	2002	A
Anderson	Tina	Friggs vei 8	3115 Tønsberg	tinata@radium.uio.no	33399939	2003	A
Anderssen	Harald B	Colletts gt. 54	0456 Oslo	harald.anderssen@kico.no	90659621	2003	A
Andreassen	Christoffer B	Svarttostveien 4 A	0788 Oslo		22492032	2002	Y
Andreassen	Ivar	ul. Syrokomli 25/11	30-102 Kraków				
		POLEN					
Andreassen	David C	Hauketoveien 22 A	1266 Oslo	ivar@cogito.univ.gda.pl	22598982	2001	S
Andresen	Jan Kjell	Gulleråsveien 31	0779 Oslo	olapakke@hotmail.com	22610777	2001	Y
Andresen	Astri Varmo	Drammensvn 103	0273 Oslo		22143714	1936	L
Andresen	Marius	Markveien 30 B	0554 Oslo	avandresen@hotmail.com	22446801	2003	A
Arnesen	Knut	Skogveien 51 C	1368 Stabekk	marthus@k8.no	93415461	2002	A
Arvesen	Jannik	Vesteråsveien 38	0382 Oslo		67536783	1947	L
Aubert	Christian J.	Sorkedalsveien 209 C	0754 Oslo		22491749	1989	A
	Morten	Øivinds Vei 4	0590 Oslo	mauen@fmorev.no	22062229	1990	A
Auen	Brage	Morgedalsveien 39 leil 530378 Oslo			22603775	2003	A
Baklien	Bathe	Lovisenlund 1B	0287 Oslo	brage.baklien@christiania-sec.no	21902061	1992	A
Bellamy	Sigrid	Furulundtoppen 23	0282 Oslo	david.bathe@emoon.no	22445775	2003	A
Bentzen	Geir	22406 Water Edge Lane Katy, Texas 77494		Sigrid.Bellamy@nor.xerox.com	22523984	1992	A
		USA					
Berg	Magnus A	Bjørneveien 37	0774 Oslo	geirbentzen@hotmail.com	+1 2813929486	1974	A
Bergem	Kirsti	Arntein Arnebergsvei 160274 Oslo			22494061	2002	Y
Bergesen	Christine T	Hvalstadla 4	1395 Hvalstad	kbergem@brodpar.no	22430923	2003	A
Bergmann	Petter	Bekkefaret 9 C	0280 Oslo	chrisseybergesen@yahoo.no	93807853	2003	A
Bertelsen Sandbu	Maren	Holmensletta 10	0770 Oslo	petter@psice.net	90889395	2002	A
Betten	Jan-Inge	Huitfeldtsgt 36	0253 Oslo	marensandbu@hotmail.com	22496622	1997	S
Bjerke	Per	Stovner 42 C	0982 Oslo	jan-ingebetten@sensewave.com	22121910	2003	A
Bjerkely	Tommeline	Tråkka 34 A	0774 Oslo		22107104	1965	P
Bjerkmann	Tone	Trasopterrassen 10	0672 Oslo		98818588	2003	Y
Bjerknes	Kristine	Øvre Eikervei 91 A	3048 Drammen	kristinebjerknes@hotmail.com	95723263	1999	S
Bjorge	Erik	Vibesgt. 1	0356 Oslo		32830673	2000	A
					22491531	1969	L

Cederblad	Anne-Kristine	Vesteråsveien 32	0382 Oslo	Tine.Cederblad@dnv.com	22505789	2003	P
Christiansen	Carl Robert	Akersborg terr 4	0852 Oslo		22694565	1991	A
Christiansen	Jo	Akersborg terr 4	0852 Oslo		22694565	1991	A
Christiansen	Bernt Harald	Snøkerstuveien 50	2020 Skedsmokorset	bernt.christiansen@sentorguppen.no	63877507	1998	A
Christiansen	Marit	Etterstadstetta 31 B	0660 Oslo	maritc@rocketmail.com	45030094	2000	S
Clark	Ernie	Nerhavna 19	1349 Rykkinn	erniec@frisurf.no	67180013	2001	A
Cook	Henning	Bjørnveien 34 B	0774 Oslo	Henning.Cook@leoburnett.no	22138065	1974	A
Dahle	Jan	Box 176 Vindern	0319 Oslo		22463776	1991	A
Dahle Blindheim	Petter	Arnulf Øverlandsvei 135	0763 Oslo	petterblindheim@hotmail.com	22494726	2000	Y
Dahlöf	Marcus M	Beddingen 26	0250 Oslo	marcus.dahllof@verizon.net	22839977	2003	A
Dahlstrøm	Per Kristian	Thorleifs Allé 17	0489 Oslo	per@agrafisk.no	22230393	1957	A
Dalheim	Finn	Strømsborgveien 39 H	0287 Oslo	fdalheim@termisikring.com	22438600	2001	A
Dokken	Tor	Hoffsj. Løvenskiolds vei 18	0382 Oslo	Tor.Dokken@si.sintef.no	22505601	1989	P
Drage	Inger Anne	Rosenborggt 8 (A breivik)	0365 Oslo	iadrage@yahoo.com	22604057	2003	A
Dramstad	Bjørnar	Bergersgt.22	0468 Oslo	dramstad22@hotmail.com	48171809	2003	A
Dybvik	Lars	Guldbergslia 7B	0375 Oslo	larsdybvik@hotmail.com	22506697	2003	Y
Dürbeck	Trine	Henrik Sørensensvei 11	1065 Oslo		22907325	1999	S
Dürbeck	Gerhard	Kirkeveien 19	0260 Oslo	gerhard.durbeck@ren.oslo.kommune.no			
Dürbeck	Sigurd	Lillevannsv. 70 I	0391 Oslo	sdurbeck@hotmail.com	23271123	1961	A
Eckhoff	Jo Kvalstad	Majorstuveien 7	0353 Oslo		22148892	1961	A
Efskind	Erlend Ringnes	Drammensveien 54 b	0271 Oslo	erlend.efskind@grette.no	95168465	2002	A
Eikens	Magnus	Dalsveien 16 B	0376 Oslo	maglized@hotmail.com	22431621	2002	A
Eilertsen	Knut	Hagaveien 12 G	0980 Oslo		22496468	2003	Y
Eliasson	Arvid	Kremleveien 65	1476 Rasta	knut.eilertsen@hm-media.no	22102536	2000	A
Ellingsen	Anniken	Riisbakken 17 B	0374 Oslo	kanelli@online.no	67905721	1945	L
Enersen	Eirik Svensson	Tappen 40	1337 Sandvika		91541265	2002	Y
Enersen	Torill	Tappen 40	1337 Sandvika	email: torill@lahmu.com	67546343	2001	Y
Engebreetsen	Hans	Nordalvn. 50	0583 Oslo		67546343	1997	A
Engebreetsen	Aud	Nordalvn. 50	0583 Oslo		22630702	1955	L
Engebreetsen	Eivind	Olaf Bullis vei 66	0765 Oslo	eivind.engebretsen@ffi.no	22630702	1982	A
Erdal	Leiv Mikael				91317731	1986	A
Eriksson	Hege Maria	Madsrud Allé 50	0268 Oslo	hm.e-ark@online.no	93027117	2003	S
Eskedahl	Margrete	Bygdøy Allé 26	0265 Oslo	margreteeskedahl@hotmail.com	22560437	2000	A
Evensen	Jon Victor	Vestre Holmen 12	0376 Oslo		22430299	2003	A
Evensen	Sverre T.	P.B. 2650 Solli	0203 Oslo		22495594	1993	A
					90926704	1998	A

Evensen	Henning	Leikvollgata 45	3213 Sandefjord	henning.evensen@kdefence.com	33429559	1989	P
Falkanger	Svend	Krusesgt 13 A	0263 Oslo	svend.falkanger@slf.dep.no	22438862	2003	A
Faye-Schjøll	Pål	Trettebakken 13	0755 Oslo	Paal.Faye.Schjoll@dnv.com	22732205	1991	A
Fegth	Robert	Trosterudvn. 63	0778 Oslo		22143871	1939	L
Finne	Jo	gabelsgt IB-C	0272 Oslo	jo-finn@online.no	22559782	2003	A
Fischer	Martin	c/o Kersten Nøkleveien 52	0689 Oslo	martinfischer@martinfischer.de	2001	A	
Flatabø	Gro	Voll terrasse 33 A	1358 Jar	gro.flatabo@hoyesterett.no	67141982	1989	P
Flisicher	Monica	Møllerg. 47	0179 Oslo	monica@mag.no	93040074	1988	A
Flood	Hans K	Prof. Dahlsgt. 25A	0353 Oslo		22444007	1941	L
Flood	Espen	Ullemvn. 12 D	0280 Oslo		22524104	1993	A
Flood	Morten	Ullemvn. 12 D	0280 Oslo		22524104	1961	A
Flower	Jane	Kirkeveien 50 Leil 206	0368 Oslo	morten.flood@dnb.no	22524104	2002	A
Fodstad	Jon	Myrhaugen 25 C	0752 Oslo	jon.fodstad@trafikketaten.oslo.kommune.no	97591507		
Forsen	Erik Haider	Biskop Heuchs vei 24	0871 Oslo		22501327	1989	A
Fossum	Bernt	Voksenkollvn. 23	0790 Oslo		22231861	1999	Y
Fossum	Per Wedel	Dagliveien 54	0783 Oslo		22921988	1938	L
Fredrikson	Bjørn	Storgt. 27	1440 Drøbak		22147770	1938	L
Fredrikson	Bård	Storgaten 27	1440 Drøbak		64932734	1959	L
Fredrikson	Gudrun	Råkeløkkvn. 12, Leil. 202	1440 Drøbak		64932734	1988	L
Fredrikson	Gunnar Ø. J.	Jegervn. 12	0777 Oslo		64934356	1976	L
Fredrikson	Morten	Kalvedalsveien 45 B	5018 Bergen		22145563	1971	L
Fredrikson	Tonje Jystad	Jegervn. 12 F	0777 Oslo		55126087	1959	L
Fredrikson	Gunnar F.	Jegervn. 12	0777 Oslo	gunnar.fredrikson@eunet.no	22145563	1986	A
Frisvold	Frode	Freyåsen 20	6523 Frey		22145563	1959	L
Gaski	Marianne Bjørgen	Kransen 6	1166 Oslo	mbg@netcom.no	91076101	2000	S
Gillesen	Gro	Løvenskjoldsgate 11	0260 Oslo		22299663	2003	A
Gjedebo	Catrine	Grindbakken 2	0764 Oslo	catrine.gjedebo@wassum.com	22430596	2003	A
Gorn	Gregory Ebro Lund	Niels Juels gate 6B	0272 Oslo	gorn-g@online.no	22491267	2002	A
Graan	Evy Ness	Bygdøy Alle 125 B	0273 Oslo	guqi@frisurf.no	90082277	2003	A
Graver	Elsa Borch	Ing. Hoelsvei 44	1346 Gjettnum		90758853	2002	A
Graver	Terje	Ing. Hoelsvei 44	1346 Gjettnum	Elsa Graver@fhi.no	67569902	1985	A
Gravningen	Bente	Inkognitgt. 4	0258 Oslo	terje-graver@ericsson.no	67569902	1983	A
Grenfors	Erik	Prof. Dahls Gate 45 (Lund)	0367 Oslo	erik_grenfors@hotmail.com	22555272	1993	P
Gresslien	Inger-Johanne	Nordheimbakken 26 B	0378 Oslo	weilten@frisurf.no	22558009	2003	A
Grette	Lise	Slemdalssvingen 1	0776 Oslo	lise.grette@bfd.dep.no	22143132	1990	S
					22142470	2003	A

Greve	Mona Bergerud	Skøyen Terrasse 8	0276 Oslo	mona@fga.no	22503323	1998	A
Grevstad	Jens	Holmboesgt 5 B	0357 Oslo		22462477	1930	L
Grimso	Turid	Bekkelagsveien 5	1177 Oslo	turid@grimsbo.no	22745504	2003	A
Grimsmo	Ingeborg	Dausgt. 11	0259 Oslo		22553366	1998	A
Grimstad	Kyrre	Sofiesgate 39	0168 Oslo	kygrim@tiscali.no	22566384	1999	S
Gronli	Wenche	Tiriltunga 200	1259 Oslo	wgronli@broadpark.no	22625008	2003	A
Gronneberg	Sunniva	Lillevannsvn 55A	0788 Oslo	sunniiva1988@hotmail.com	22144658	2003	A
Grotta	Ingebjørg	Nobelsgate 23	0268 Oslo	Ingebjorg.Grotta@nor.xerox.com	22445946	2000	A
Gulbrandsen	Per Bernt	Båntjernvn. 1	0779 Oslo		22144310	1949	L
Gullrud	Erik	Grinda 8 C	0861 Oslo	erik.gullrud@mrk.no	22236674	2003	A
Gullrud	Sigurd Chnr.	Regnbuevn 25	0664 Oslo	gullrud@crossmark.no	92054453	1979	A
Gustavsen	Per	Postboks 123 Slemdal	0710 Oslo	pgustavs@c2i.net	22147798	1951	L
Gustavsen	Per	Jonsrudvn. 1 C	0274 Oslo	post@gode-gaver.no	22429625	2002	A
Haga	Jens Tore	Hologård	1827 Hobøl	jehaga@frisurf.no	69920345	1996	A
Haga	Peder Lied	Bjerkåsen 38	1365 Blommenholm	mrhaga@hotmail.com	67559411	2003	Y
Hagen	Sabina Karoline	Gml Trondhjemsvei 42	1481 Hagan		67061768	2002	Y
Hagen	Cathrine Monrad	Kurveien 35	0495 Oslo	c.m.wilhelmsen@studmed.uio.no	22202096	1990	S
Hagen	Jon Audun	Rasmus Mortens vei 24	1387 Asker	jon@hdc.no	66902185	1980	A
Hagen	Petter	Hegdehaugsveien 3 B	0352 Oslo	ph@carnegie.no	22609822	2002	S
Hagen	Roy	Olaf Bulls vei 19	0765 Oslo	roy.hagen@dnb.no	91689357	1978	L
Hallén	Lillian	Høglivn 15	1850 Mysen		97766485	1976	L
Hallén	Ulif Th.	Thv. Meyers gt. 59	0552 Oslo		22355413	1946	L
Hallén	Ingeborg	Thv. Meyers gt. 59	0552 Oslo		22355413	1979	P
Hals	Morten	Melkeveien 31	0779 Oslo		22921214	2002	A
Hals	Anette	Melkeveien 31	0779 Oslo	morten.hals@bakerhansen.no	22921214	2002	A
Hansen	Hans-Erik	Dugnadveien 4B	1346 Gjetttum	hans-e-h@online.no	67138559	2003	A
Hansen	Odd	Solligrenda 84	0491 Oslo	hansodd@c2i.net	22154612	1965	A
Hansen	Renate	Eilert Sundts gt 27	0259 Oslo	renate.hansen@ulleval.no	47015065	2002	A
Hansen	Trond Arve	Bygdøy alle 38	0265 Oslo	tro-arv@online.no	22438924	1991	A
Hansen-Møllerud	Kari	Gustav Vigelandsvn 54	0274 Oslo	kari.hansen-mollerud@lu.hio.no	22430302	2003	A
Haraldsen	Liv	Snovn. 3	1363 Høvik		67530290	1978	P
Haraldsen	Øivind	Snovn. 3	1363 Høvik	oih@hual.no	67530290	1962	A
Harriidsleff	Marius	Pilestredet Park 34	0175 Oslo	marius@xymphonic.com	95029366	2003	A
Haug	Hans Chr.	Morkelvn. 14A	1473 Skårer		67901156	1951	L
Haug	Petter	Hoff Terrasse 11	0275 Oslo		22507476	1951	L
Haug	Finn	Husebyvn. 6 B	0379 Oslo		22524872	1965	P

Haug	Kjersti	Skuronnveien 54	0681 Oslo	khau2@online.no	2003	A
Haug	Truls	Colletsstgt 71	0456 Oslo	truls.haug@tomra.no	2003	A
Haug	Ellen	Høymyrmarka 43	1391 Vollen	eu-3@frisurf.no	2003	A
Haugan	Kjersti	Wilhelmsgt 26	0168 Oslo	Kjersti.Haugan@udi.no	2003	S
Hauge	Einar	Kortrudvn. 20	2830 Raufoss	hashauge@online.no	1987	P
Haugom	Gerd Petra	Nerhava 19	1349 Rykkinn	Gerd.Petra.Haugom@dnv.com	1997	A
Havnevik	Per C	Olav Bulls v 9 A	0765 Oslo	post@megazone.no	2003	A
Heger	Katrine	Gaustadvn 69	0372 Oslo	katrine-heger@hotmail.com	2003	A
Heggemsnes	Ingrid	Åsstubben 60	0381 Oslo		1976	P
Heide	Henrik	Bygdø Allé 125 B	0273 Oslo		1946	P
Heidfeld	Thomas L.	Dalsveien 52 B	0775 Oslo	thomas-heidfeld@web.de	2003	A
Hektoen	Christel	Holmenkollv 3 B	0376 Oslo	chektoen@hotmail.com	2003	A
Helgeland	Jon	Gustav Vigelandsvet 40	0274 Oslo	jon.helgeland@ergo.no	2003	A
Helgeland	Martha Knutzen	Landingsveien 16	0767 Oslo	marthakh@hotmail.com	2003	A
Hem	Annelise	Kirkeveien 19	0260 Oslo	annelise.hem@labmed.uio.no	1996	S
Hertzum-Larsen	Maiken	Steinsoppgrenda 2 C	1352 Kolsås	maiken.hertzum@hertzlease.no	2003	A
Hilberg	Fredrik	Østhornvn 8	0874 Oslo	hackey80@hotmail.com	2003	A
Hirsch	Erik	Krags vei 3 B	0783 Oslo		2003	A
Hjortaa	Merethe	Thorshovgaten 14C	0476 Oslo	merethe.hjortaa@wj.no	1987	A
Hodnekvam	Ragnhild Galtung	Skjerstadvegen 4C	0378 Oslo	ragnhild.galtung.hodnekvam@oslo.online.no	2003	A
Hoem	Edvard	Kongens gate 15	0153 Oslo		2003	A
Holman	Per Arne	Tyrihansveien 3	0851 Oslo	edvar-ho@online.no	2003	L
Holter	Gro	Gamlelinja 43C	1254 Oslo	holman@enter.vg	2002	A
Holter-Sørensen	Erik	Rytterfaret 24	1362 Hosle	groeloholter@hotmail.com	2003	A
Horn	Elin	Pontoppidansgt 9 A	0462 Oslo		1938	L
Horn	Nicolay	Gaupefaret 6	0773 Oslo	elin@zomavi.com	1999	A
Hov	Norunn	Underhaugsveien 9 B	0354 Oslo	nitho@online.no	1982	A
Hultgren	Jan	Holmboesgate 6 B	0357 Oslo	norunnhov@hotmail.com	1999	A
Hustad	Simen	Agathe Grøndahlsgt. 43	0475 Oslo	medial@medial.no	1967	A
Hvatum	Hanne	Brinken 16 B	0654 Oslo	simen.hustad@jbi.hio.no	2003	A
Hvatum	Even	22406 Water Edge LaneKaty, Texas 77494 USA		hanne.hvatum@chello.no	2003	A
Hvatum	Lise Brøgger	22406 Water Edge LaneKaty, Texas 77494 USA		hvatum@msn.com	2001	Y
Hværem	Tone	Borgenbråten 111	1388 Borgen	hvatum1@slb.com	1978	A
Hødnebo	Stein	Kirkeveien 90 C	0364 Oslo	erski@online.no	2003	A
Høffgen	Christine	Ekornsporet 4	1383 Asker	stein.hodnebo@toll.no	1982	A
				hoeffgen@online.no	2001	A

Knudsen	Torlang Sætre	Vækerøveien 118 B	0383 Oslo	22500579	torlaugk@yahoo.com	2003	A
Knutzen	Håkon	Landingsveien 16	0767 Oslo	22493773	hokeboy@hotmail.com	1999	Y
Knutzen	Maria	Landingsveien 16	0767 Oslo	22493773	jerpaul@online.no	2001	P
Kolberg	Jens	Olav Kyrres gt. 1	0273 Oslo	22447069	J.Kolberg@online.no	2000	P
Kolbjørnsen	Jens Cornelius	Damkroken 2	0373 Oslo	22148201	Corneliuz@hotmail.com	2003	Y
Kraggerud	Anne Gunnhild	Skogbrynet 37 D	0283 Oslo	24129701	anne.gunnhild.kraggerud@hydro.no	2003	A
Krohgh	Otto jr.	Skogvn. 27	1358 Jar	67535084		1943	L
Krohgh	Olaf	123 Salem Road, Topsfield, MA 01983-2503 USA			okrogh@attbi.com	1977	L
Kruse	Pia	Elisenbergveien 4	0265 Oslo	91113338	piakruse2001@yahoo.dk	2003	S
Kvalheim	Jonas	Løkkaskogen 36 A	0773 Oslo	22146786	jonaskv@hotmail.com	2001	Y
Kværner	Anne Kjersti	Nordseter Terrasse 15	1163 Oslo	22741099	anne.kjersti.kvaerner@scanox.no	2003	A
Kåsa	Inne Uldal		3840 Seljord	90833597	irene.kasa@vegprod.no	1999	A
Landsverk	Peder Gutich	Måltrostveien 14 C	0786 Oslo	22494489		2003	Y
Landsverk	Helene Sofie Gotch	Måltrostvn 14 C	0786 Oslo	22494489		2003	A
Landsverk	Marius Gutich	Måltrostveien 14 C	0786 Oslo	22494489		2003	Y
Langberg	Christian Magnus	Løkkaskogen 30	0773 Oslo	22495015	clang@c2i.net	2001	Y
Langbråten	Erling Kr.	Johan Svendsensgt 25	0478 Oslo	22711995	erling.langbraten@scc.no	2003	A
Langeland	Hans Kr.		3656 Åtrå	35097268		2001	P
Larsen	Rie Hurlen	Nobelsgt 21	0268 Oslo	23365500	rie@toptemp.no	2003	A
Larsson	Bjørn Krogstad	Drammensvn. 93 B oppg 3	0271 Oslo	22441285	bjorglarsson@hotmail.com	2003	A
Lesoil	Bernard	Morgedalsveien 33 B	0378 Oslo	22145029	blesoil@c2i.net	1998	A
Lien Jensen	Christian	Vogtgate 58	0477 Oslo	22551104	christian@svanen.net	1994	S
Lilledahl	Nils Petter	St. Georgsvei 43	0280 Oslo	22522918	np@c2i.net	1999	A
Lindholt	Morten	"The Hermitage 48, Cranford Avenue					
Lindholt		Knutsford" WA16 0EB Cheshire, England					
Lindholt	Bjørn	Nordengveien 22	0755 Oslo	+44 1565634068		1970	P
Lindholt	Isabella	"The Hermitage 48, Cranford Avenue Knutsford		22522525	bjorn.lindholt@profdoc.com	1970	A
Lindholt		WA16 0EB Cheshire England					
Lindstad	Henrik Coward	Ørakerstien 23	0284 Oslo	+44 1565634068	miss_izzzy_xx@hotmail.com	2002	Y
Lislegard	Anne	Nobellsgt 21	0268 Oslo	22525406	Arne.Lindstad@shdir.no	2000	Y
Lund	Tor Sverre	Lillebakken 6 C	1162 Oslo	24119646	anne_lisegard@hotmail.com	2003	A
Lundh	Erik	Gregers Gramsvei 20	0382 Oslo	22281159		1954	P
Lundin	Andreas	Ovenbakken 17 B	1361 Østerås	22503974		1945	P
Lundin	Bjørn Fredrik	Øyrevollveien 87	1358 Jar	92813471	andreas.lundin@uus.no	1987	A
Lundin	Heidi	Rødbergeten 112B	0593 Oslo	67145567	genn@online.no	1957	A
Lyingstad				22644022	heidt.lyngstad@mycoteam.no	2003	A

Lysøy	Kari	Kirkeveien 166	0450 Oslo	21920568	2003	A
Løberg	Kari	Plogvn 54	0681 Oslo	22276300	2003	A
Magnussen	Bjørn W.	Gyldenløvesgt. 16	0260 Oslo	22444470	1950	L
Mathisen	Bjørn	Nedre Toppenhaug 110	1353 Bærum verk	99037402	2000	A
Mathisen	Elisabeth B	Bernt Knudsensvei 58	1152 Oslo	22074222	2003	A
Maurseth	Øyvind	Stolmakergt. 9F	0551 Oslo	41921678	2003	A
Mehlum	Halvor	Madserud Allé 50	0268 Oslo	22560437	1999	A
Mertens	Karl Martin Ekornes	Framnesveien 8	0270 Oslo	22554823	2003	A
Mjelde	Helge	Lensmann Klevs vei	2019 Skedsmokorset	40856670	2003	A
Mjelva	Petter	Voksenkollveien 114 C	0790 Oslo	22138904	1969	A
Mobråten	Jon	Hvalstadåsen 15	1395 Hvalstad	66901467	1967	A
Moen	Cathrine	Wilsesgate 2	0178 Oslo	92240653	2002	A
Moen	Torill	Tuterudveien 41	2007 Kjeller	63875349	1978	A
Moen	Mette	Alvheimsveien 6	0198 Oslo	22291575	2003	A
Mørk	terje	Øvre Smestad vei 6B	0378 Oslo	22499529	2003	A
Morsund	Charlotte	Smedhaugen 4	0754 Oslo	22502240	1990	A
Munthe - Kaas	Erica	Dr Holms Vei 18 C	0787 Oslo	95074451	2003	A
Myhre	Birgitte	Oberst Rodesvei 51 C	1152 Oslo	99161761	2003	A
Myrliid	Kristine	Collettsgt 54	0456 Oslo	23409906	2003	S
Møllhausen	Christen	Gange-Rolvsgt 6 A	0273 Oslo	22431016	2002	A
Mørk	Per Arild	Husebyvnn. 6 D	0379 Oslo	22523244	1951	L
Mørk	Margerith	Underhaugsvn. 32 A	1358 Jar	67590339	1977	L
Mørk	Stein Ragnvald	Underhaugsvn. 32 A	1358 Jar	67590339	1956	L
Mørk	Ivar	Bygdøy Alle 88	0273 Oslo	22441945	1979	L
Mørk	Lars	Niels Juelsgt. 64	0259 Oslo	41034069	1977	L
Nakken	Janka	Smølaveien 30	4029 Stavanger	93201366	1994	A
Narvestad	Knut	Bisp. Nikolasgt 6	0652 Oslo	99239711	2003	A
Narvestad	Otto P.	Tvengen Allé 31	0374 Oslo	22140332	2003	A
Narvestad	Peter Otto	Pres. Harbitzgt. 23 A	0259 Oslo	22431495	1952	A
Nerheim	Calle	Rudsveien 13 B	1346 Gjetlum	67542238	2003	A
Nesmoen	Eise Kathrine	Schouterrassen 2	0573 Oslo	21907657	2003	A
Neste	Ingrid E.	Pb 6877 St Olavs plass	0130 Oslo	91348224	2003	A
Nesteby	Anders	Fagerturnveien 12	0285 Oslo	22500392	1995	A
Nordahl	Synnøve Fernholt	Holmenkollveien 135 B	0787 Oslo	22141282	1997	A
Nordahl	Marianne Fernholt	Holmenkollveien 135 B	0787 Oslo	22141282	1996	S
Nordahl	Per Einar	Frichsgate 1 B	0360 Oslo	22566631	1997	A

Nordang	Tanja K	Fjellgata 44	0566 Oslo	tknordang@yahoo.no	22375050	2003	A
Nordang	Vibeke Bernaas	Drammensveien 53	0271 Oslo	vibno@frisurf.no	22434387	2003	A
Nordvik	Sigrid	Schweigaardsgt. 71	0656 Oslo	sigr-n@online.no	95791506	2003	A
Notto	Trine	Hemingvn 3 D	0772 Oslo	trine-notto@alpharma.no	22493062	2003	A
Notto Simensen	Kamilla	Hemingveien 3D	0772 Oslo	notto22@hotmail.com	22493062	2003	Y
Notto Simensen	Kristian	Hemingveien 3 D	0772 Oslo	nottoo@online.no	22493062	1997	Y
Nygaard	Olav	Askevn. 29	1430 Ås	olav.nygaard@pdctangen.no	64942984	1967	A
Nymoen	Bård	Hovsetervn. 32 A	0768 Oslo	bard@godtur.no	98219365	2001	A
Nymoen	Torodd	Idungst 3 c/o Hege Lien	0178 Oslo	torodd.nymoen@scc.no	99559703	2003	A
Nystrom	Karoline	Suhmsgate 4	0362 Oslo	karoline_nystrom@yahoo.com	98234894	2003	A
Næss	Hege K	Lovisenlund 1B	0287 Oslo		22445775	2003	A
Oldenburg	Jan	Sorgenfrigata 23	0365 Oslo	Joldenburg@gmx.de	22605059	2000	A
Olsen	Ann-elisabeth	Totengt 9	0658 Oslo	ann-elisabeth.olsen@chello.no	22680549	2003	A
Olsen	Jul Gunnulf	Bestum Skolevei 9	0281 Oslo	gunnulf.olsen@c2i.net	23250005	1963	A
Olsen	Ida	Ulfstengate 1 A	0355 Oslo	idol@spray.no	93803363	2003	A
Olsen	Inge Christoffer	Bestum Skolevei 9	0280 Oslo	ingeorl@math.ntnu.no	41459597	2003	A
Olsøn	Hans Petter	Folke Bernadottes vei 28	0862 Oslo		22238562	1989	A
Ommedal	Ola Øivind	Agathe Grøndahls gt 49	0475 Oslo	olaommedal@bi.no	22220008	2003	A
Osvold	Martin	Observatorie terr. 18B	0270 Oslo		67133656	1995	Y
Osvold	Erik R.	Observatorie terr. 18B	0270 Oslo	erik.r.osvold@kbank.no	67133656	1964	A
Ott	Julie Molander	Jerpefaret 26 G	0788 Oslo	miss-julie@hotmail.com	22496540	2003	Y
Pahle	Tone	Lillevannssveien 84	0788 Oslo	Tone.P.Devor@veths.no	22493275	1998	P
Pahle Devor	Susanne	Lillevannssveien 84	0788 Oslo	susypd@hotmail.com	22493275	1998	A
Palmstrøm	Robert	Ostadsalsveien 70	0753 Oslo		24129566	1997	A
Paulsen	Åsmund	Løkebergkroken 20	1344 Haslum	aasmundpaul@yahoo.no	67535289	2002	A
Pedersen	Arild	Lous Kvalstads vei 8	7800 Namsos	arild.pedersen@helse-midt.no	74271703	1967	P
Poppeltmann	Caroline Bull	Ryghsvei 28 A	0758 Oslo	poppel@c2i.net	22494040	2003	Y
Poulsen	Ole Helthborg	Munkrudvollen 38 B	1165 Oslo		22290369	1970	A
Pran	Erik	Elmholt allé 16	0275 Oslo	erik.pran@c2i.net	90099608	1978	A
Præsteng	Marte	Middelthungate 21 B	0368 Oslo		22602774	2003	A
Qvale	Jan	Nordheimbakken 22	0378 Oslo		22146508	1949	P
Ramstad	Astrid	Gimle Terrasse	0264 Oslo	astrid.ramstad@lds.no	22431491	2003	A
Randsborg	Christian	Hoffsj. Løvenskioldsv. 56 B	0382 Oslo		22520965	1998	Y
Randsborg	Christine	Hoffsj. Løvenskioldsv. 56 B	0382 Oslo		22520965	1998	Y
Randsborg	Trine	Hoffsj. Løvenskioldsv. 56 B	0382 Oslo		22520965	1998	Y
Randsborg	Stein Adel	Hoffsj. Løvenskioldsv. 56 B	0382 Oslo	stein.randsborg@tannhelseetaten	22520965	1979	A

Ravlo	Per	Hansteensgt 14	0253 Oslo	oslo.kommune.no	22520965	1964	L
Refsum	Erle	Risalléen 28 B	0776 Oslo		22448545	1997	A
Reisegg	Andreas	Holmenkollvn. 32 E	0376 Oslo		99314576	2002	Y
Reip	Camilla Fleischer	Hekkeveien 11	0571 Oslo	car@mifa.no	90943150	1942	L
Riis	Henrik	Dalsveien 39 D	0775 Oslo	superhen_007@hotmail.com	22350091	2003	A
Riksen	Åse Maria	Louises Gate 17 A	0169 Oslo	maira@riksen.com	22493308	2000	Y
Riktor	Rolf Espen	Morellsvei 17	0487 Oslo	espen.riktor@fagdata.com	93459196	2003	S
Rokkan	Tore R	Olsens Enkes vei 5	0281 Oslo	toret@tyrill.no	22710236	1981	A
Rongved	Gro	Fredensborgveien 17	0177 Oslo	gro.rongved@manpower.no	22500975	2003	A
Rosseland	Arvid	Mogt. 16 B	0464 Oslo	arvidro@yahoo.no	22111251	2003	A
Rotevatn	Michael	Arnulf Øverlandsvei 172	0763 Oslo	michaelczapka@hotmail.com	22233311	1998	A
Roti	Jarle	Gravdalsveien 12 M	0756 Oslo	jarle.roti@ilytix.com	22145281	2000	Y
Ryen	Svein Ager	Fiolveien 7	1182 Oslo		22734865	1981	A
Rønne	Jahn	Konventveien 32	0377 Oslo	jroenne@online.no	22688847	1962	P
Rønne	Ketil M.	Konventveien 32	0377 Oslo	ketil.ronne@hands.no	22509649	1992	A
Røse	Bjørn	Alneveien 25	0855 Oslo		22509649	1993	A
Saghagen	Inger	Kampheimveien 15 B	0685 Oslo	Inger.Saghagen@steria.no	22270217	1989	A
Salvesen	Johan	Kurlandstien 44	1052 Oslo		22970217	1993	P
Samuelsen	Knut	Sorgenfrigaten 21 A	0365 Oslo		90936633	2003	A
Sand	Ingrid	Nedre Silkestrå 16	0375 Oslo		22430175	1961	P
Sandaker	Thoralf	1401 North Central Avenue		ingrid.sand@stortinget.no	22521082	2003	A
Sandborg	Gunnar	Glendale CA U.S.A.				1946	L
Sandem	Agnethe - Iren	Midtstugrenda 43	0787 Oslo		22496191	1945	P
Sandvold	Sigurd	Harevn 34 B	1413 Tårnåsen	agnethe-iren.sandem@ihf.nlh.no	66995036	2003	A
Schartum	Eivind S.	Niels Juels gt. 38	0257 Oslo	sigurd.sandvold@hakon.no	97654175	2002	A
Schiøler	Fredrik	Harald Løvenskiolds vei 26	0760 Oslo	d.w.schartum@jus.uio.no	22733873	2001	Y
Schiønsby	Henning	Kampheimveien 15 B	0685 Oslo	schlioler@colibria.com	22270217	1994	A
Schjøtt	Lis	Gimle Terrasse 10	0264 Oslo		22441001	1993	A
Schlanbusch	Tor Næss	Smestadkroken 69	1340 Skui	concept@online.no	67134015	1994	P
Schröder	Anette	Niels Juels gt. 42	0257 Oslo	tor-næss.schlanbusch@cgey.com	22440985	1967	A
Selmer	Ellen	Holmenveien 39 C	0374 Oslo	anette_schröder@msn.com	22140755	2002	A
Serck-Hanssen	Arne	Stasjonsveien 9 B	0774 Oslo	eselmer@c2i.net	22499069	1990	A
Sjøwall	Ellen	Olaf Bulls vei 22	0765 Oslo		22149321	1946	A
Sjøwall	Eva I.M.	Fjordveien 85 A	1363 Høvik	ellences@online.no	93825435	2002	A
		Fjordveien 57 Leil nr 10	1363 Høvik	evaim@online.no	93646196	2003	A

Skanche	Peder	Vestveien 1	0284 Oslo	p.skanche@dundee.ac.uk	22732229	2000	S
Skarpnes	Trine	Bregneveien 15	0875 Oslo	trine.skarpnes@carlsonmarketing.no	22237527	2003	A
Skaunfelt	Fridtjof Skarra	Jegerveien 12 A	0777 Oslo		22496484	2003	Y
Skui	Even	Fredensborgveien 17	0177 Oslo	even@hjem-is.no	22111251	2003	A
Skutvik	Sigrid	Camilla Colletts Vei 9	0258 Oslo	sigriddk@sencewave.com	22560793	2003	A
Sletten	Knut Magnor	Munkedamsveien 96	0270 Oslo	magnork.sletten@iu.uio.no	92438762	2003	S
Smedsrud	Tor Herman	Bjørnveien 16 B	0774 Oslo	torrezz@hotmai.com	22490678	2002	Y
Smedsrud	Eli Marie	Bjørnveien 16B	0774 Oslo		22490678	2003	Y
Solberg	Erland R.	Setra Vei 9C	0786 Oslo	crsberg@online.no	97707980	2003	Y
Solberg	Eirik Lae	Pilestredet 47A	0350 Oslo	eirik.solberg@nhd.dep.no	22548155	1998	A
Spilling	Janne	Vesteråsveien 36	0382 Oslo	janne.spilling@hotmail.com	22500443	2000	A
Sprauten	Anne Marie	Nordlivn 3	1368 Stabekk	aspraout@hotmail.com	67580208	2003	A
Spæren	Ada	Drammensveien 37	0271 Oslo	krsparen@hotmail.com	22446894	1982	L
Spæren	Knut Henrik	Oksenøyveien 41 A	1366 Lysaker		67537121	2003	A
Spørck Gabriel	Ellen	Bygdø Allé 57	0265 Oslo		22550041	1995	A
Stokke	Grete	Vækerøveien 118 B	0383 Oslo	greteistokke@hotmail.com	22501588	1998	P
Stokke	Perann Sylvia	Munkedamsveien 98	0270 Oslo	perannss@online.no	22553634	2003	A
Stokke Naadland	Eirik	Vækerøveien 118 B	0383 Oslo		22501588	1995	A
Stokke Naadland	Sondre	Vækerøveien 118 B	0383 Oslo	Sondre@12move.de	22501588	1992	S
Storbraaten	Bjørn	"c/o Yran & Storbraaten					
		Frognerstranda 2"	0271 Oslo		23014400	1997	A
Storm	Erling	Vettalveien 16 B	0781 Oslo	erling.storm@eileen2.no	22147856	1957	L
Storm	Johan Herman	Vettalveien 16 B	0781 Oslo	j.h.storm@media.uio.no	22147856	1982	L
Storm	Katharina Dahl	Vettalveien 16 B	0781 Oslo	kds_87@hotmail.com	92662182	2003	Y
Storsveen Holt	Sara	Kalkbrennerlia 7	1362 Høstle	sara.holt@organizer.net	67157854	1989	P
Strand	Anette	Skøyen Terrasse 23	0276 Oslo	anstra@online.no	22519597	2003	A
Strand	Cathrine	Eilert Sundsgt 48C	0355 Oslo	cathrine.strand@c2i.net	22598651	2003	A
Stray	Thilde Dalsmo	Gml Trondhjemsvei 42	1481 Hagan	tdstra99@stud.hia.no	67061768	1993	S
Strutz	Per	Vesteråsveien 7	0382 Oslo		22504745	1997	A
Suffren	Philip J.	Anebråtnv 59	0771 Oslo	cath_corneliussen@hotmail.com	22920109	2003	Y
Svarverud	Eva	Gjøbakken 8	0789 Oslo		93411545	2003	S
Svensson	Pål	Tappen 40	1337 Sandvika	email: paal@tgsnopec.no	67 54 63 43	1989	A
Swanson	David	710 3rd Av. SE Minneapolis					
		MN 55414 U.S.A.					
Soderstrøm	Jan Robert	Vækerøveien 132 A	0383 Oslo	david_swanson37@hotmail.com	21900034	2002	A
Soderstrøm	Snorre R. Ø.	Vækerøveien 132 A	0383 Oslo	jan.soderstrom@chello.no	21900034	1961	L
				jan.soderstrom@chello.no	21900034	1998	L

Webb	Charles Fredrik	Montebello Terrasse 4	0379 Oslo	gnomkhan@hotmail.com	22508414	2003	A
Wennesland	Marianne G	Bjølens stundenby, hus 19 leil 5070445 Oslo		mwennesland@hotmail.com	92033047	2003	A
Westerling	Kjell G.	Berggårdeveien 3	0873 Oslo		22234458	1993	P
Westerling	Tom Helge G.	Berggårdeveien 3	0873 Oslo	tom@westerling.net	22234458	1992	S
Westlie	Tor	Dammannsvei 1	0286 Oslo	bwestlie@online.no	22437503	1956	A
Wiese	Lars H	Smalgangen 29	0188 Oslo	lars.wiese@hp.com	97057806	2003	A
Wiik	Elisabeth	Thor Olsensgt 3A	0177 Oslo	elisabeth.wiik@adeb.no	22208876	2003	A
Wikdahl	Lars	Frognerveien 22	0263 Oslo	jw@wikborg.no	22560934	1950	P
Wiksen	Jeanett	Maridalsveien 235A	0467 Oslo		22236110	2003	A
Wilhelmsen	Arne	Måltrostvn. 23	0786 Oslo		22140919	1938	L
Wilhelmsen	Gjert	Postboks 15 Slendal	0710 Oslo		22141119	1938	L
Wilhelmsen	Thore	Slendalsveien 54 D	0370 Oslo		22144445	1993	P
Wilhelmsen	Peter Preben	14 Ladbroke Square	London 4W3NA	ppw@nordina.co.uk	0044 2077920104	2003	
L							
Wingsternæs	Espen	Bondalsåsen 13	1400 Ski		41429654	2001	A
Wiskott	Ellen-Marie	Huittfeldsgt. 4	0253 Oslo	ellenmarie.wiskott@leoburnett.no	22559018	2003	A
Wold	Egil A	Øvre Smestad vei 21 B	0378 Oslo	e.a.wold@studmed.uio.no	99629903	1999	S
Wold	Camilla Fleischer	Løkkaskogen 4 A	0773 Oslo	milla_wold@hotmail.com	97129503	2000	Y
Woldseth	Karl Erik		7796 Follafoss		74159057	1956	P
Wright	Anne Kristine	Professor Dahls gate 33	0353 Oslo		97002943	2002	A
Wraalsen	Torild	Bygdøy Alle 64	0265 Oslo	torild@wraalsen.net	22557722	2003	A
Wøllo	Øyvind	Gullkroken 5	0377 Oslo	oyvind.wollo@ey.no	22733340	1986	
Waage	Harald	Niels Juels Gate 19	0272 Oslo	haraldwaage@hotmail.com	22552344	2003	A
Zouganeli	Evi	Fougstadsgate 5 C	0171 Oslo	evi.zouganeli@telenor.com	95134757	1997	A
Øhrstrom	Per Bye	"614 W. Sigwalt Street Arlington Heights" III 60005 U.S.A.				1992	P
Østvold	Andræ Sveen	Statsråd Ihlens vei 20 B	2010 Strømmen		63840935	2003	Y
Aanonsen	Odd Erik	Bestumveien 47	0281 Oslo	odde.aanonsen@iu.hio.no	92888085	2003	S
Aaseth	Eirik	Vesteråsveien 36	0382 Oslo		22500443	1998	Y
Aaseth	Mette	Camilla Colletts Vei 9	0258 Oslo	maa@dark.no	22560793	2003	A
Aasaaren	Ingrid Hauge	John Colletts allè 87	0854 Oslo	iha_88@hotmail.com	22020032	2003	Y

Hva skjer i 2004?

Generalforsamling	25 mars
Consept maraton på Kongen	27 mars
Dugnad før åpning	15., 16. og 17. april
Åpning	2. mai kl. 11.00
Skoleroing regatta med åpent hus	8. mai
Roskolestart	10. mai
Rotur i København	20. – 23. mai
Vi griller	10. juni
Bleikøya Rundt	17. juni
Rekeroing, rotur med rekefest på øy	24. juni
Håøyatur med overnatting	26. – 27. juni
Vi griller	12. august
Vi griller igjen	19. august
CR Regattaen på Årungen	28. + 29. august
NM Vangsvannet	18. + 19. september
Ulvøya Rundt	26. september
Klubbkapproing årets nye medlemmer	2. oktober
Klubbkapproing for alle	9. oktober
Høstmøte	21. oktober
Rekeaften	12. desember
Siste torsdag før jul	16. desember
Generalforsamling	17. mars 2005

Uke nr.	Dato	NC	Regatta	Sted	Arrangør	Internasjonalle regattaer
7	14-feb		Innendørs mesterskapet	Ålesund	Aalesunds Roklub	
17	24-apr		Porselensregattaen	Porsgrunn	Porsgrunn Roklub	
18	1. mai.		Ålesund Maraton	Ålesund	Aalesunds Roklub	
19	8-9.mai					World Cup Poznan
20	15-16.-mai	NC	Sesongåpningsregattaen	Store Stokkavann	Stavanger Roklub	Essen
21	22-23.mai					København
22	29-30.mai		Årungsregattaen	Årungen	NSR	World Cup Munchen
23	5-6.juni					RatzeburgHamburg (Jun)
24	12-13.juni	NC	Østlandsregattaen	Årungen	Moss Roklubb Lucerne	Olympisk kvalik,regatta,
25	19-20.juni					World Cup Luzern
26	26-27.juni	NC	Ønsket regatta / arr.	Østlandet	Komb.arr.Roere ogpadlere	
27	3-4.juli		Jun-Nordisk,	Sorø /		Henley
28	10-11.juli					Amsterdam
29	17.18.juli					
30	24.25.juli					
31	31.jul - 1.aug					
32	7-8. Aug.		U23-mesterskapet,			Jun-VM, Banyoles
33	14-15 aug	NC	Tunevannsreg./Veteranmsk. sprint/supersprint/roathlon	Tunevannet	Sarpsborg Roklubb	Poznan
34	21-22 aug		Kjørboregattaen/Sprintmsk. Kretsmesterskap	Kjørbobanen	Bærum Roklubb	OL,Athen
35	28-29.aug		Christianiaregattaen	Årungen	Christiania Roklub	
36	4-5.sept	NC	Ungdomsmesterskap	Horten Indre Havn	Horten Roklubb	World Masters,Hamburg / World University Champ, Frankrike
37	11-12.sept					
38	18-19 sept		Norges mesterskapene	Vangsvatnet	Hordaland Rokrets	
39	25-26.sept					Göta Älvs-rodde

PROFDOC



"Step 1: apply Miracle Cellulite Cream to problem areas. Step 2: run ten miles."

**Vi har levert
personlig service
i elektrobransjen
i tre generasjoner!**

**Bruk klubbmedlem-
menes bedrifter!**

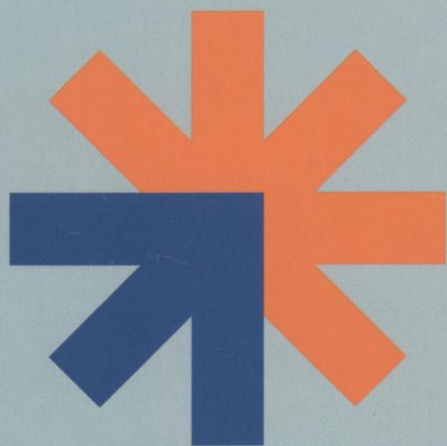
**4. generasjon
Storm er medlem i
CR!**



Besøk oss i Slemdalsveien 70 på Vinderen
Boks 166, Vinderen
0319 Oslo
Tlf: 22 14 20 00
Fax: 22 13 83 30
E-post: tkleve@stormelektro.no eller
estorm@stormelektro.no



elektronisk tilknytning



mesta

FÅR FOLK FRAM