



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 light gray color with a darker gray outline. The logo is positioned behind the company name.

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 røpe at det ligger en god del billedmaterieell - 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 bidragsyttere i årets utgave, og husk at bilder ofte er halve historien!

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

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	Øyvind 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 Lundin	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

Hovedstyret:

Erling Storm	Formann
Jul Olsen	Viseformann
Janne Spilling	Sekretær
Ernie Clark	Rosjef
Stein Mørk	Tur og mosjonssjef
Esther Werburg	Materialsjef, racematr
Robert Bjørgan	Instruksjonssjef
Roy Hagen	Bogstadansvarlig
Irene Kaasa	Klubbssjef
Øyvind Wøllo	Økonomisjef

Kapproingsutvalget:

Ernie Clark	Rosjef
Øyvind Haraldsen	1. viserosjef
Sigurd Gullerud	2. viserosjef
Nils Petter Lilledahl	Materialsjef
Evy Ness Granan	5. medlem

Huskomiteen:

Irene Kåsa	Per-Kristian Dahlstrøm
Torill Enersen	Maiken Hertzum Larsen
Robert Palmstrøm	Stein Mørk
Tina Bro Pedersen	Peter Narvestad
Janne Spilling	Annelise Hem
Torill Enersen	Morten Flood
Evi Zouganeli	Evy Granan
Per Arne Holmann	Elisabeth Wiik
Pernille Pihl	Jane Victoria Flower
Irene Jacobsen	Karoline Nystrøm
Svend Falkanger	Jan Hultgren
Ingebjørg Hultgren	

Valgkomiteén:

Øyvind Haraldsen	Andreas Lundiin
Monica Flatabø	

Revisorer:

Morten Flood

Rådets ordfører:

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 Sendrésen (†)	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 Sørpvik, 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 statuttens § 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

(Utdes 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 Rostrup (†)	1935	Arne Jahr	1975
		Jan Söderström	1978

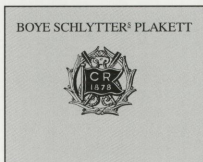
Innehavere av Norges Roforbunds medalje for fortjenestefull coxing

(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 lykket 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 sculercup 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 åttetre 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 tising 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 rekeften, 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 dobbeltskuller 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 "plen" foran båthallen 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 dører 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 skolerøingen 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, skolerøing 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 Tufte; "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 sel-skaper 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 klubbafetner, 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 uslittelig, langet 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. Søderstrøm

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 minutt 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: Kvartfinalen – ikke finalen – i Henley. Øyvind 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 kontingent.

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 pokalsjef 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. Søderstrøm ble valgt til hans plass.

Erik Osvoid, 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 brukstilgjengelighet. Routvalget og trenere bestemmer.

Valg ved valgkomiteens leder Øivind Haraldsen:

Valg:	Rosjef	Ernie Clark	gjenvälgt
	1.viserosjef	Øivind Haraldsen	valgt
	2.viserosjef/transportsjef	Sigurd Gullerud	gjenvälgt
	Race/materialsjef	Nils Petter Lilledahl	valgt
	5.medlem	Evy Ness Granan	valgt
	Instruksjonssjef	Robert Bjørgan	gjenvälgt
	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
Øyvind A. Brøymer	Stiftelsen Årungen Rostadion – leder i
Lahellegrunnen A/S	
Cathrine Monrad Hagen	Norges Roforbund: medlem i domsutvalget
Grete I. Stokke	Nasjonal og internasjonal dommer
	Medlem i NRs Masters utvalg
Jan Sørderstrøm	Norsk Idretts Internasjonale
Dommerkollegium, nestleder.	
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 utdannings
	utvalget 2002-2003
	Norges Roforbund: leder av jenteprosjektet
	2003 -2004
Janka Nakken	Norges Roforbund: medlem utdanningsut
	valget 2002-2004
Camilla Wold	Norges Roforbund: medlem i ungdomsut
	valget 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	

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

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

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

<i>Medlemsstatistikk 03</i>	<i>Strøket</i>	<i>Nye</i>	<i>Antall ved årets slutt</i>
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 styrever 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 undervannskjæret 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.

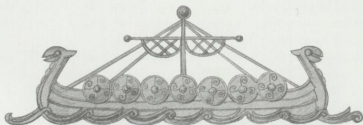
Rådet har gjennom sin 75-årige eksistens vært preget av stor grad av stabilitet og lite utskiftninger. Det har siden 1928 bare vært 8 ordførere i rådet og de fleste har hatt en funksjonstid på nær 10 år. Som kjent får alle tidligere formenn i klubben plass i Rådet fra det tidspunkt de fratrær. I tillegg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

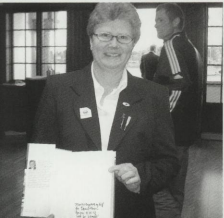
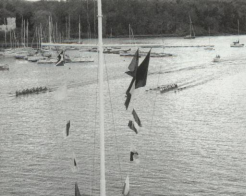
Dette var introduksjonen på det formelle programmet i forbindelse med vårt jubiléum. Over to års planlegging og arbeid skulle nå gjennomføres på noen timer. Vi hadde regien, men vi visste ikke utfallet av arrangementet før dagen derpå. Jubileumskomiteen la følgende formål til grunn for jubiléet:

"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 Gustavsén, Erling Storm, Jon Moberg, 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 gjør-remål; vaske i skuffer, veggene 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 kerne 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!

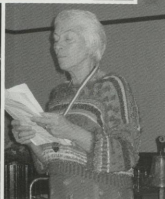
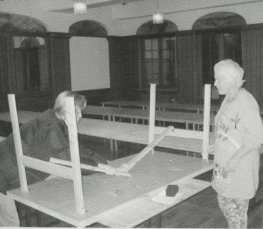
var ferdig utfylt før siste dag var over. Takk til alle som bidrog med flott innsats!

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.

Rekeften var igjen meget vellykket. Litt vel høy stemning fra noen, men rekeften 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 rekeften 12. november! Vi har mange forslag til forbedringer for det jo Rekeften 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 vegene i båtallen. 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 återen 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 prekärt var

	Monday 15.02	Monday 16.02	Monday 18.02	Tuesday 19.02	Tuesday 20.02	Wednesday 21.02	Thursday 22.02
Lag 1 Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal						Start 15.40	
Lag 2 Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal							
Lag 3 Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal							
Lag 4 Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal							
Lag 5 Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal							
Lag 6 Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal							
Lag 7 Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal							
Lag 8 Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal							
Lag 9 Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal							
Lag 10 Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal							
Lag 11 Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal							
Lag 12 Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal							
Lag 13 Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal							
Lag 14 Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal							
Lag 15 Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal							
Lag 16 Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal							
Lag 17 Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal							
Lag 18 Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal							
Lag 19 Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal							
Lag 20 Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal							
Lag 21 Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal							
Lag 22 Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal							

	Monday 15.02	Monday 16.02	Tuesday 18.02	Tuesday 19.02	Wednesday 21.02	Thursday 22.02
Lag 1 Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal						
Lag 2 Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal						
Lag 3 Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal						
Lag 4 Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal						
Lag 5 Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal						
Lag 6 Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal						
Lag 7 Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal						
Lag 8 Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal						
Lag 9 Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal						
Lag 10 Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal						
Lag 11 Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal						
Lag 12 Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal						
Lag 13 Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal						
Lag 14 Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal						
Lag 15 Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal						
Lag 16 Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal						
Lag 17 Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal						
Lag 18 Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal						
Lag 19 Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal						
Lag 20 Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal						
Lag 21 Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal						
Lag 22 Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal Håkonsdal						

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 mailte. 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



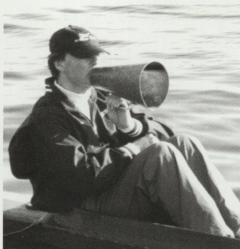
Den store drømmen er at dette skal bli slik vi vil oppleve det daglig på brygga. Da blir det nødvendig å booke båt på forhånd.

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 firetur 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 blick 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 båtspissen 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 klubbkaproing 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 klubbkapproing. 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	Bemerkninger
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	Øyvinn 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 Pahl 702	GULL	x		
20	Ada Spæren	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 Søderstrøm	500	GULL	x	
27	Jan Hultgren	439	SØLV		
28	Kjell Andersen	380	GULL		
29	Kristine Myrli	359	BRONSE		Snitt: 1/3 av alle roene
30	Bjørn Lundin	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 Tøstrup	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. Øvind 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 Osvold	0	2	3
12. Annelise Hem	11	3	3	60. Elisabeth Tostrup	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 Værang	9	1	2	61. Martin Osvold	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 Mobråten	0	1	1
21. Trygve Amundsen	4	1	1	66. Fredrik Schiøler	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 Gravningen	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. Evi 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 _ firerne. 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 ekstrem 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 er en topp båt i VM-klasse. Budsjettet vil begrense innkjøp av topp VM-båter. Ønskelisten routvalget 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 reserveringssy-stem ble senere også innført for turmateriellet 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 skri-kende behov for flere gode singelscullere for noe mindre erfarne roere.

På turmaterialsiden var det en del oppussingsprosjekter. En toer og en åtter treng-te 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 klub-ben.

Så var det da en liten komplikasjon med materialsjefvervet i og med at material-sjefen fikk seg jobb på andre siden av kloden fra august. Et interim lag, bestå-ende 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 arbei-det med å holde orden på båt-parken og at han eller hun får god hjelp av et 'repa-rasjons'-lag. Til slutt vil jeg takke alle som har bistått meg og turmateriell-laget i de mange reparasjons- og vedlikeholdsjobbene denne sesongen, og turmateri-ell-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
1x	285	Leif Wahlund	55							
	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 Moberåten	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 Söderström	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				Turbåter		
8+	58	11				
4 +,x,-	99	71		1x trimmy	114	155
2-	30	13		2x trimmy	133	133
2x	347	241		4 3/4	358	113
1x	835	734		Innrigger	25	10
1xpl	112	179				
Til sammen	1481	1249		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.

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-



Tor Herman Smedsrud er med i Roforbundets juniorgruppe.

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

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



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

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 rosjeven 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 Søderstrøm 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 båtclasser – 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 Veester NSR, Marianne Nordahl CR, Inger Anne Halrynjo Voss.



Bestendig 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 Sørderstrøm. 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	
					Peder Myhre NSR	3.06.1
				11/13	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	
					Maren Sandbu	3.42.1
				2/3	Anette Schrøder	
					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	
					Magnus Berg	33.10
				3/4	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 Schrøder	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		
					Cathrine Thjømøe	
					Jule Molander Ott	
				2/2		
					Ragnhild Thielmann	
					Erle Refsum	
DE Lv	1x	2000	8:07.09	1/5	Caroline Poppelmann	
				5/5	Ragnhild Valstad	4:52.80
					Maren Sandbu	8:07.09
HS	1x	2000	8:08.93	1/3	Esther Verburg	8:43.27
DE	1x	2000	8:04.69	5/6	Ketil Rønne	8:08.93
DJA	2x	2000	7:55.15	3/3	Marianne Nordahl	8:22.65
					Camilla Wold	
					Anniken Ellingsen	9:08.07
HJB	2x	1000	3:33.25	4/6	Tor Herman Smedsrud	
					Magnus Berg	3:53.23
				6/6	Håkan Knutzen	
					Christoffer Andreassen	4:11.42
DE	2x	2000	7:27.63	4/6	Heidi Veese (NSR)	
					Esther Verburg	7:56.97
				6/6	Marianne Nordahl	
					Anette Schrøder	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	4:15.56
HE	1x	2000	7:13.45	6	Truls Bratfoss	7:44.09
Mix	8+	1000	3:00.92	3/3	Espen Wingsternæs	
					Hans Olav Naas	
					David Vatne	
					Einar Finnsæther	
					Kristin Jordal	
					Ola Krosnes (cox)	4:29.02
					Caroline Kårstad	

Årungregattaen 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
				5/5	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
				3/5	Marianne Nordahl		
					Inger Anne Haljynro (NR)		07:39.13
				5/5	Elin Børresen		
HE	2x	2000	06:33.23	3/5	Anette Schrøder		08:02.20
					Bård Monsen		
HJB	2x	1000	03:36.82	3/10?	Espen Wingsternes (NR)		06:50.67
					Tor Herman Smedsrud		
					Magnus Berg		03:57.53
					Håkon Knutzen		
					Truls Bratfoss		04:39.80
					Christoffer Andreassen		
DJB	4x	1000	04:07.91	2/3	Erland Solberg		05:31.60
					Ragnhild Valstad		
					Nina Lunde		
				3/3	Erle Refsum		
Sabina Hagen					Caroline Thjømøe		04:24.45
					Anniken Ellingsen		
					Julie Molander Ott		
HJB	4x	1000	07:21.62	1/1	Cathrine Thjømøe		04:36.57
					Magnus Berg		
DE	4x	2000	07:12.76	2/4	Christopher Andreassen		07:21.62
					Elin Børresen		
					Marianne Nordahl		07:13.13
				3/4	Kristine Klaveness		
					Camilla Wold		07:22.42
DJB	2x	1000	00:00.00	2/3	Ragnhild Valstad		
					Anniken Ellingsen		+ 00:45.90
				3/3	Erle Refsum		
					Sabina Hagen		+ 02:52.60
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
				5/7	Ragnhild Valstad		
				7/7	Tommeline Bjerkely		5,00,12
					Refsum Tomassen		
					Erle Maja		6,06,24

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)	
					Maren Sandbu (NR)	8,09,54
				3/3	Anette Schrøder	
					Esther Verburg	9,07,44
Vangsvannsregattaen m/NC 24.-25. mai - søndag						
DJB	2x	1000	4,15,27	3/5	Anniken Ellingsen	
					Cathrine Gundersen (S/fjord)	4,28,75
				4/5	Tommeline Bjerkely	
					Ragnhild Valstad	4,33,64
				5/5	Erle Refsum	
					Maja Thomassen	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 Smedrud	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	
					Maren B Sandbu CR	7,57,15
				4/8	Anette Schrøder	
					Esther Verburg	8,28,84
				7/8	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		
HJA	1x	2000	Ragnhild S. Thielemann	Ragnhild Valstad	04:33.00	
			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
DS/E	4x	2000	07:39.76	5/11	Henrik Lindstad	08:34.67
			Ester Verburg	1/2	Anette Schroder	
NÅK Heat 3	1x	500	Elin Børresen		Lizzie Schjøtt	07:39.76
DJA	2x	2000	01:56.82	3/4	Audun Wold	02:47.27
			08:23.40	2/3	Anniken Ellingsen	
HS/E	4x	2000	06:10.59	3/4	Camilla Wold	08:38.86
			Bård Monsen NR		Morten G. Adamsen NR	
HJA	2x	2000	Tor Wigum NR		Espen Wingsternæs NR/CR	06:21.14
			07:09.15	5/5	Henrik Lindstad	
HJB	4-	1000	03:31.26	1/4	Truls Bratfoss	08:22.90
			Magnus Berg CR		Håkon Knutzen CR	
DJB Heat 2	1x	1000	Andreas Paulsen		Lars Midtvåge	03:31.26
			04:33.92	1/3	Anniken Ellingsen	04:33.92
DJA	4x	2000		2/3	Erle Resfum	04:57.03
			08:49.50	1/1	Ragnhild Valstad	
HE	1x	2000	Camilla Wold		Ragnhild Thielemann	08:49.50
			Maja Thomassen		Marcus Dahllof	07:43.83
DJB	2x	1000	07:25.62	2/3	Ketil Rønne	07:51.16
				3/3	Sabina Hagen	
			04:03.92	4/5	Ragnhild S. Thielemann	04:47.94
				5/5	Catrine Thjømøe	
HJB	2x	1000	03:31.98	3/6	Caroline Bull Poppelmann	05:21.59
					Magnus Berg	
DS	1x	2000	08:21.60	1/5	Håkon Knutzen	03:43.44
				2/5	Anette Schroder	08:21.60
				3/5	Elin Børresen	08:24.72
DS Lv	1x	2000	08:07.00	2/3	Ester Verburg	08:28.37
HE	2x	2000	06:33.20	4/5	Maren Sandbu	08:11.74
				5/5	Tor Wigum (Bergen)	
					Espen Wingsternæs	07:00.08
					Marcus Dahllof	
HJA	8+	2000	06:34.07	1/2	Ketil Rønne	07:01.42
			Kristian Simensen		Jens Rathke	
			Henrik Lindstad		Erling Stefansen	
			Kristoffer Sundli		Truls Bratfoss	
			Magnus Berg		Håkon Knutzen	
HJC	2x	500	01:54.13	3/4	cox: Kristine Klavenes	07:13.80
					Philip Suffren	
DE	2x	2000	07:17.05	1/2	Marius Landsverk	02:14.46
					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	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 Verburg	
					Anette Schroder	7.50.28
				4/4	Camilla Wold	
DJB	1x	1000	4.44.28	7/7	Ida Husjord (Trondheim)	8.27.20
					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	
HJB	4x	500	Lizzy Schjøtt	3/5	Esther Verburg	
			1,49,53			
			Håkon Knutsen			
			Christopher ?		Magnus Berg	
D Vet	1x	500	2,49,09	1/2	NN	1,58,67
				2/2	Janne Spilling (E)	2,49,09
H Vet	1x	500	2,01,68	2/6	Annelise Hem (G)	3,00,03
				6/6	Stein Randsborg (D)	2,02,79
H Vet	1x	500	2,01,88	3/5	Anders Værrang (E)	2,37,53
				4/5	Iver Høy D	2,27,02
HE Lv	1x	500	?	2/2	Tor Ahlsand H	2,42,47
DS/E	2x	500	1,52,11	1/4	Jørgen Walle-Jensen ?	
					Hilde Gudem	
				2/4	Maren Sandbu (NR)	1,52,11
					Elin Børresen	
Åpen nye	1x	500	3,06,64	1/4	Martha Helgeland	1,57,97
DE	2-	500	0,00,00	1/2	Christine Randsborg	3,06,64
					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	
					Tone Pahle	
					Kari Løberg	
					Irene Kaasa	
					Ragnhild Thielemann	
					Grethe Stokke	
					Kjersti Haug	
					Evy Granum	
					Cox: NN	4,06,47
H Vet	4-	1000	3,47,32	1/1	Jul Olsen D	
					Odd Hansen D	3,47,32
HJB	1x	1000	4,05,42	1/5	Magnus Berg	4,05,42
H Vet	2x	1000	3,20,11	2/6	Øyvind Brøymer	
					Anders Værang E	3,32,78
				3/6	Per Dahlstrøm	
					Otto Narvestad	3,55,52
DS/E	4x	2000	7,08,81	1/2	Nina Johansen	
			Esther Verburg		Marianne Nordahl (Baerum)	7,08,81
			Lizzy Schjøtt		Tone Pahle D	
D Vet	2x	1000	4,28,63	1/4	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 Myrli	
					Agnethe Sandem	
					Pernille Pihl	
					Ellen Sjøwall	
					Irene Kaasa	
					Cox: NN	4,30,06
				2/2	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/		Grete Stokke D	5,09,98/ 4,34,98
			4,34,98	1/4	Annelise Hem G	5,12,17/ 5,12,17
				2/4	Janne Spilling E	5,25,94/ 5,00,94
				3/4		
H Vet	1x	1000	4,29,12/		Tor Ahlsand H	4,29,12/ 4,29,12
			4,29,12	1/2	Otto Narvestad G	4,35,47/ 4,20,47
				2/2		
H Vet	1x	1000	3,58,48/		Øyvind Brøymer E	3,58,48/ 3,58,48
			3,58,48	1/6	Anders Værang E	4,03,95/ 4,03,95
				2/6	Nils P. Lilledahl E	4,08,61/ 4,08,61
Mesterskapet				3/6	Iver Høy D	4,17,17/ 4,07,17
				4/6		

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
						Martha Helgeland	
						Elin Børresen	8,02,05
DJA	2x	2000	?	1/1		Erle Refsum	
						Ragnhild Tieleman	
HJA	1x	2000	8,07,63	5/6		Henrik Lindstad	8,32,62
Mix	8+	1000	3,34,22	1/1	Martha Helgeland		
					NN	Marianne Nordahl	
					Elin Børresen	Esther Verburg	
					Øyvind Brøymer	Jørgen Walle-Jensen	
						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	
					Øyvind Brøymer	Jan Söderström	
					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	Annixsen 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
HE	2-	500	1.32.45	1/1	Kristian Notto Simensen	1.32.45
HE	4-	500	1.41.85	1/1	Christian Lien Jensen	
			Arne Jahr		Odd Hansen	
DJB	4x	500	1.47.51	1/1	NN	1.41.85
			Erling Storm		Ragnhild Thielemann	
HE	4x	500	1.24.98	1/2	Anniken Ellingsen	1.47.51
			K.N. Simensen		C.L. Jensen	
DJC	2x	500	2.14.00	2/2	Eirik Naadland	1.24.98
			Petter Bergman		Camilla simensen	
HJB	1x	500	1.39.03	5/5	Caroline Poppelmann	2.19.91
		500	1.43.61	2/5	Heat 1Hakon Knutzen	1.49.81
		500		5/5	Heat 2T.H. Smedsrud	1.45.43
DJB	2x	500	1.46.04		Heat 2Magnus Berg	1.48.47
					Erle Refsum	
		500			Ragnhild Valstad	2.06.23
					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 Høy		Cox: Morten Flood	1.38.66
		500		4/5	Calle Nerheim	
			Marius Harridslef		Tore T. Rokkan	
			Paul C. Havnevik		Lars Johansen	
			Bjørnar Dramstad		Erik Grenfors	
			Thomas Heidfeld		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	Annixsen 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	Anniken Ellingsen	
			Camilla Wold		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	Magnus Berg	
			T.H. Smedsrud		Henrik Lindstad	1.26.61
DE	2x	500	1.40.99	2/3	Annette Schröder	
					Elin Børresen	1.44.16
DJB	4x	500	1.53.49	1/2	Ragnhild Thielemann	
			Anniken Ellingsen		Erle Refsum	1.53.49
			Ragnhild Valstad		Anniken Ellingsen	
DJA	2x	500	1.45.02	2/2	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	Annette Schröder	
			Elin Børresen		Camilla Wold	1.40.35
			Ida Husjord		Ragnhild Valstad	
DJB	2x	500	1.47.94	4/5	Erle Refsum	2.06.80
				5/5	Ragnhild Thielemann	
					Caroline Poppelmann	2.29.67
Karneval	8+	500	1.23.49	2/2	Katrine Nystrom	
			Evy Granan		Pernille Pihl	
			Elisabeth Wiik		Ellen Sjøwall	
			Anette Schröder			
			Irene Kaasa		Cox: Caroline Poppelmann	1.43.87

Norgesmeesterskapet/CR – Lørdag

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

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	
					Håkon Knutzen	
					Kristian Simensen	
					Erland Solberg	
					Magnus Berg	
					Henrik Lindstad	
					Christoffer Andreassen	
					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	
					Erlend 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	
					Elin Børresen	
					Kristine Klaveness	
					Isabella Lindholt	
					Marianne Nordahl	
					Annette Schröder	
					Thilde Stray	
					Camilla Wold	
					cox: Kamilla Notto Simensen	7.05.07
				6/6		
					Janne Spilling	
					Irene Jacobsen	
					Inger Anne Drage	
					Pernille Pihl	
					Kristine Myrliid	
					Irene Kåsa	
					Elisabeth Wiik	
					Karoline Nystrom	
					Anne Lise Hem	7.54.75
Norgesmesterskapet/CR – Søndag						
D Begynner	8+	1000	4.05.58	1/2	Kristine Myrliid	
					Irene Kåsa	
					Elisabeth Wiik	
					Karoline Nystrom	
					Evy Granan	4.05.58
				2/2		
					Marianne Sønsteby	
					Ellen Marie Wiskot	
					Trine Notto	
					Marit Bentsen	
					Kari Løberg	
					Helene Landsverk	
					Anne Mette Moen	
					Tone Hærem	
					Janne Spilling	4.50.27
DE	4x	2000	7.02.20	1/6	Maren Sandbu	
					Elin Børresen	
					Marianne Nordahl	
					Annette Schröder	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	
					Sondre Naadland	
DE	2x	2000	7.24.97	2/6	Ketil Rønne	6.34.27
					Christian Lien Jensen	
					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	6.47.94
					Henrik Lindstad	

DJA	1x	2000	8.35.78	3/5	Isabella Lindholdt	8.44.69
HE	2x	2000	6.37.12	4/5	Anikken Ellingsen	8.52.85
					Espen Wingsternæs	
HJA	1x	2000	7.37.40	2/6	Ketil Rønne	7.07.53
DJA	2x	2000	7.20.06	2/2	K.N.Simensen	7.49.88
					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	
			Tor 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	
			Heidi Veese		Marianne Nordahl CR	07:07,8
HS	4x	2000	06:18,9	4/4	Norges RF	
			Espen Wingsternils		Daniel L Berge	
			Tor Wigum		Truls Aabol	06:32,1
DS	2x	2000	07:55,4	1/5	Norges RF	
			Martha Helgeland		Inger Anne Halrynjo	07:55,4
HJ	8+	2000	06:24,2	1/5	CR/Fana/Sarp/NSR/Berg	
			Kristian N Simensen		Nils Jacob Hoff	
			Stelmar 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
håndslokkere*

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 slukkeutstyret.

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 håndslokker 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 håndslokkere.

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 åtterløp, 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.

Treningssturene ble mange. Målet for oss veteraner, er selvsagt å bli bedre roere. Petter Mjelva er en utmerket trener og inspirator, som rettleder 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 Røssadvannet 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 åttene 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 åttene, både dame og herreveteraner, med et innlagt jubileumsløp – det skulle ros med karnevalsdrakter. Søders 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 øst 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 sosialsammenkomst 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 dameåttare 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 surfere 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
TORGGATEN 20
SPORTSBUTIKKEN
FOR FOLK FLEST



Nordisk 2003



Etter flere uttagningsregattaer i Norge ble endelig trop-
pen til Nordisk tatt ut. I år så var junior og senior nor-
disk 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 Hjelmsjøen. 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 kyssesyken) 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 sven-
ske 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 komfor-
tabelt 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 innsjutt!

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.plassen.

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 støttevekt 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 impregnert 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 takknemmelighet 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 rogleden. 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 kurvpartyet 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 partyet ute på terassen 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 Sørderstrøm 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 rutvalget 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,

Midstuen, 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.

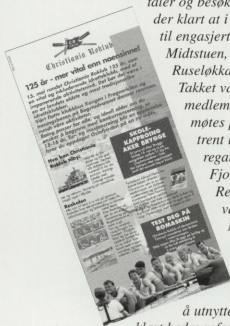
Regattadagen steg frem med sol og pent vær. I alt 8 båter stilte til start, inklusive NSRs lag fra Ruseløkka skole. Etter innledende heat vant guttebåten fra Øraker finalen.

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 utbrer 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 Lutefiskens tjeneste.



Som alltid ulastelig antrukket og klare for det store måltidet.

'Lutefiskelskere 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 lutefisk i heimen. Herrene var Per Dahlstrøm og Peter Narvestad. Deres første lutefiskmåltid fant sted på Engebrenth, 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. Lutefisken 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 opprømtet 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 samtlige 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-attere 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 spurtet,
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,
åttterne 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 kunsttrykk 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 prisgunstig, 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-åringer til del - Hans K Fleischer, Magne Sølvberg og Per Gustavsen.

Arrangementet med flott bevertning og hjertegode hilsningstaler 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 dokumentar 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 flottør.

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.

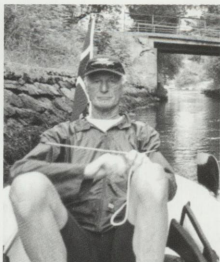
Nok en gang har Stein samlet et lag slik at det igjen skal bli rotur til Sørlandet. Årets deltagere er Johan Salvesen, nettopp ferdig med roskolen og Terje Johnsrud, ny sist høst og mange km. på Concepten i vinter. Jeg hadde "testet" gutta i båten og det så ut til å fungere bra selv om det var både 25 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 kroppsdelene. 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 Toftholmene. 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 gulerøtter 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 bol-ler og 15 års gammel kirsebærlikør. Det smakte begge deler. Så var det mid-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 lang-tursroer 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 sove-poser da det er telteforbud 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 nøkkeltkort 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.

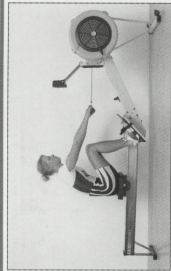
En uke har gått. Vi har rodd hele 400 km., dvs. 57 km. PR. dag. Det var ikke dårlig gutter. Så er det bare å takke Terje og Johan for en kjempefin tur og for all hygge.

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.

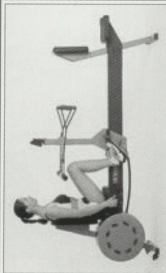
TUSEN TAKK FOR TUREN GUTTER !!

Stein Mørk



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

Brug C2 til testing og konkurranser.



DYNO: Dynamisk styrketreningsapparat.

Concept2 DYNØ virker etter samme prinsipper som C2 Indoor Rower til styrketrening i tre basis øvelser. Bein 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 · concept2@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 innlands-hav - 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 gårdsdagens 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 skogsoppuppe, 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 samer i Troms snakker lulesamisk som samene i Norbotten i Sverige. Samenes levestett gjennom tidene har krevet store landområder som krysset fire lands nasjonale grenser; dette er Sameland, kalt Sápmi eller Sámuđnam. 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 Snåsnningen 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 Bølarreinen - 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 Altevatn 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

frognærstranda 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 førsteklases med alt man kan kreve av en avansert regatta-bane. 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 rutinerne roere alle tre.

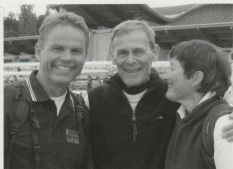
Årets sjåfører, Petter Mjelva og Christian Lien gjorde en kjempejobb med transport og oppfølging på banen.

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 datter 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.

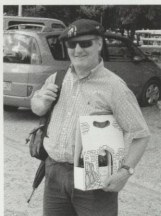
På toget fra Vichy til Paris kom vi i snakk med en Australier som representerte en vinnerfirer i 60 års alderen. Alle var velhavende pensjonerte forretningsmenn som rodde hele året. De rodde ca. kl. 10.00 nesten hver dag, for så å møtes til to/tre timers sykling kl. 15.00.

Selvfølgerlig 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,



Enkelte ble veldig franske i løpet av noen få timer.

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 Lundiin



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 få 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 vaffer 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 klubbaften 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 vaffer – 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 Kjekholmen 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 leieta-kerne 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 Tsjekkia 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,-
Collegenser m/ knapp, gammel type	150,-
Collegenser 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 bøylene 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 forknytte fjes på jakt etter årets siste kilometere.

I år ble ikke bøylene 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 bøylene 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».

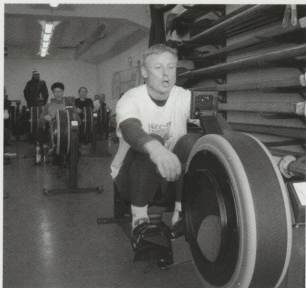
Det er 6. gang jeg arrangerte Concept Marathon på Kongen. Været var noe utrygt så det var flere som valgte å sitte inne. Det var ingen fordel, dessverre.

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 deltagerne. 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 Øyvind 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	Øyvind Brøymer	612	535	1175	1675	1108	1002	6107
5	Janne Spilling					700	850	1550
6	Anders Wæring	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 Osbold				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 bømme 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 roes 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 trenere og følgebåtførere må gis 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 inntil 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 kjenskap 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

INNTEKTER	2003	2002
Inntekt fra klubbvirksomhet		
Medlemskontingent	222 200	145 700
Salg av Merker og Tøy	27 800	
Innkjøp medgått	31 925	(4 125)
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)
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 rotrenerere.

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 roklobbens web-side: www.christiania-roklub.no

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
Klubbkapping årets nye medlemmer	2. oktober
Klubbkapping 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		Innendørsmesterskapet	Ålesund	Aalesunds Roklub	
17	24.apr		Porselænsregattaen	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		Årungregattaen	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					Jun-VM, Banyoles
31	31.jul -1.aug					
32	7-8. Aug.		U23-mesterskapet,			Poznan
33	14-15 aug	NC	Tunevannsreg./Veteranmsk. sprint/supersprint/roathlon	Tunevannet	Sarpsborg Roklubb	
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		Norgesmeesterskapene	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!**

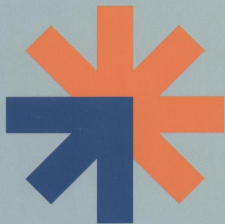
The logo for Storm Elektro AS features the company name in a bold, sans-serif font. 'Storm' is on the top line and 'Elektro AS' is on the bottom line. The text is partially enclosed by a thin black circle on the right side.

**Storm[®]
Elektro AS**

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



assorterte elektronikk



mesta

FÅR FOLK FRAM