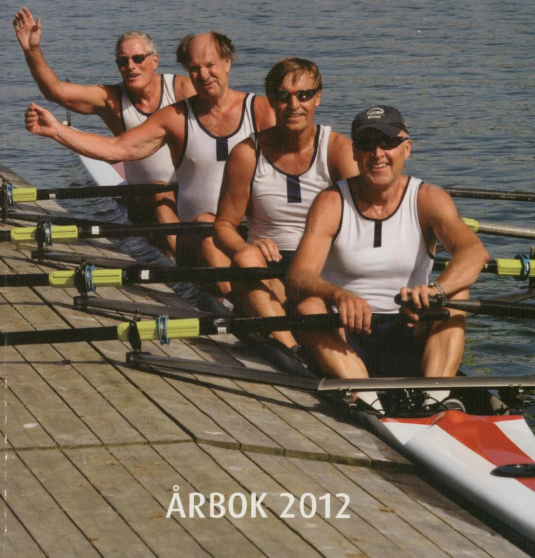




Christiania Roklub



ÅRBOK 2012

Nye kontorer

energi klasse A på Vinderen!

Nye kontorer, hyggelig kontorfellesskap med godt miljø av investorer og eiendomsutviklere. Moderne lyse lokaler, enkelt kontorer eller større arealer.

SATS i under etasjen, DNB, Baker Hansen, VITA og Billies Kitchen i 1. etg.



KONTAKT:

Storm Eiendom AS • Erling Storm

Rasmus Winderens vei 39, Boks 166 Vinderen, 0319 Oslo

MOBIL: +47 920 88 200 • E-POST: estormi@stormelektro.no

Christiania Roklub

ÅRBOK 2012

Christiania Roklub stiftet 15. mai 1878

Innhold

Forord	3
CRs råd	5
CRs styre	6
CRs hederstegn	8
Formannen har ordet	12
Nekrolog	15
Sekretærens beretning	17
Verv i rosporten	26
Åpningen 2012	28
Da roturen ble dramatisk.....	30
Sevilla-bilder	34
Rosjefens beretning	35
Resultater.....	40
Fra krasj til seier i Ratzeburg	62
Baltic Cup 2012 – en opplevelse for livet	66
Studenter i kamp	68
Nordisk melkesyre-løp	70
Roskole for de yngste	72
Fra 2012-sesongen	74
Intervjuet.....	77
CR-dommeren ble OL-inspirert	83
Båter på vann i flatt land	87
Instruksjonssjefens beretning.....	92
Mitt første år som roer	94
Klubbsjefens beretning	97
Årets nesten-langtur	100
Tur- og mosjonssjefens beretning.....	103
De virkelige langturene	110
Masternes mestere	117
Tor i mix med nye triks	120
Materialsjefens beretning	122
Bogstadsjefens beretning	124
Bøyene på Bogstad	125
Rekeaftenbilder	126
Lutfisken på Theatercafeen	128
Julestemning på topp	129
Conceptsesongen 2011/2012.....	131
Rapport om Lahellegrunnen AS	136
For hundre år siden	138
Masterutvalg i CR	140
Kilometerkonkurransen.....	143
Bruk av båter	144
Adelskalenderen	147
Concept adelskalender	148
Regnskap for 2012 og klubbens fond	150
Medlemslisten	154
Terminliste, Norges Roforbund	167
Dette skjer i CR i 2013.....	168

Forord fra redaktøren

Gjennom arbeidet som redaktør, når årboken skal få sin form, ser jeg hvilken bredde av aktiviteter vi har i Christiania Roklub. 2012 har vært et aktivt år på flere måter. Dette håper jeg tydelig gjenspeiler seg i boken. De unge, aktive trener flittig og deltar i storparten av de nasjonale regattaene og konkurrerer i utlandet, med til dels imponerende resultater. De noe eldre i klubben, masterroere og tur- og mosjonsroere, er også svært aktive både på nasjonale og internasjonale arenaer. Innsatsen der er ikke mindre imponerende.

Vårt eldste aktive ro-medlem, Tor Ahlsand, må man bare ta av seg caps-en for. Han er «still going strong» etter å ha passert åtti og høster fortsatt medaljer i utlandet. Hans egen muntre beretning om bh-roing i Duisburg er å lese i boken. Det er også mye annet småmorsomt å finne i beretningene denne gang.

Noen av de flittigste til å bidra med fortellinger fra sesongen, er tur- og mosjonsroerne. De mest iherdige legger ut på langturer både til svenskysten og sørlands-kysten. I tillegg utforsker de gjerne fremmed farvann. I år gikk turen til Amsterdam.

Vår spesielle «OL-deltaker», rodommer Grete, gir i denne årbokutgaven noen innblikk i sin opplevelse i London, hvor også CR-medlem Tone var til stede som FISA-tilskuers. Tone forteller i eget intervju om sin vei til det internasjonale roforbundet.

Roing er en helsebringende og sosial idrett, uttrykkes det et sted i boken. Det er vel ingen som motsier det. Likevel, aktiviteten er ikke helt uten risiko, noe en håndfull CR-medlemmer fikk erfare i Ålesund-traktene i mai. Det ble en dramatisk tur, som endte godt takket være god redningsinnsats og en stor porsjon andre faktorer. Likevel, man trenger ikke oppsøke fjorder på nordvestlandet for å risikere havari. En ettermiddagstur på høsten, i utgangspunktet Ulvøya rundt, endte i havnebassenget ved Tjuvholmen. Båten måtte søke nødhavn, den var i ferd med å synke. Langt fra noen dramatik, men likevel.

Og det kan passe å minne om en gammel christianiaroer, som var en hårsbredd fra døden etter å ha havnet i sjøen i et singelsculler-havari. Dramatikken skjedde i 1955 – et sted mellom Huk og Snarøya. Knut Bohwim var på vei tilbake til klubbhuset. Han ble liggende i vannet i flere timer uten å bli oppdaget. Det ble mørkt, og på Kongen ble det vurdert å sende en motorbåt for å se etter ham. Det fremgikk av protokollen at han ikke var kommet tilbake. En såkalt tater-fiskeskøyte kom klubbmedlemmene i forkjøpet og berget livet til christianiaroeren, som selv har fortalt at han etter timene i vannet nærmest var blitt helt apatisk.

Alt dette er betimelige påminnelser om betydningen av sikkerhet og «føre vår»-prinsippet, enten det er i Frognerkilen eller i fjord- og havområder.

Redaktøren takker for alle bidrag til boken. Han har ikke knyttet til seg noen stab, men er takknemlig overfor fotografene Stein og Sigurd, og sender korrekturtakk til Nina og resultatattakk til Per Arne. I tillegg har flere velvillige sjeler gitt god støtte. Morten Hernæs har igjen gjort en formidabel jobb med design og ombrekking.

Jahn Rønne
Oslo, februar 2013



ARCHITECTS

INTERIOR ARCHITECTS

DESIGNERS

EXTERIORS

PLANNING

GENERAL ARRANGEMENT PLANS

FURNITURE

ARTWORK

SIGNAGE

PROJECT ANALYZIES

YS
&
www.ysa.no

PETTER YRAN & BJØRN STORBRAATEN, ARCHITECTS AS

KONGEN, FRØGNERSTRANDA 2, 0350 OSLO

Christiania Roklubs Råd

Opprettet 19. april 1928

Æresmedlemmer:

Per Gustavsen
Magne Sølvberg
Stein Mørk

Tidligere formenn:

(nålevende)

Sigurd Dürbeck	Henning Cook
Gunnar Fredrikson jr.	Bernt Christiansen
Øivind Haraldsen	Erling Storm
Stein Randsborg	Per Arne Holman

15 medlemmer valgt av generalforsamlingen:

Per-Kristian Dahlstrøm	til 2013	Pål Svensson	til 2014
Bjørn Lundiin	til 2013	Morten Flood	til 2014
Øyvin Brøymer	til 2013	Elsa Borch Graver	til 2015
Tine Heien Bjonje	til 2013	Peter Narvestad	til 2015
Gerdhard Dürbeck	til 2013	Per Arild Mørk	til 2015
Leif Wahlund	til 2014	Jan Söderström	til 2015
Jon Mobråten	til 2014	Veronika Vogler	til 2015
Cathrine Monrad Hagen	til 2014		

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 Sølvberg	1988
Disponent Boye Schlytter (†)	1951	Per Gustavsen	1988
Grosserer Leif Mostue (†)	1954	Stein Mørk	2005

Styret 2012



Formann
Svein Moldestad



Viseformann
Kristine Klaveness



Økonomisjef
Magnus A Berg



Tur og mosjonssjef
Tore Lysdal



Sekretær
Karl Bjurstrøm



Rosjef
Martha Helgeland



Klubbsjef
Elisabeth Danielsen



Materialsjef
Lars J. Jensen



Instruksjonssjef
Paul Bencze



Bogstadsjef
Lars Jensen



Vararepresentant
Anniken Ellingsen

Hovedstyret og utvalgene 2012

Hovedstyret:

FORMANN	Svein Moldestad
VISEFORMANN	Kristine Klaveness
ROSJEF	Martha Helgeland
TUR- OG MOSJONSSJEF	Tore Lysdahl
MATERIALSJEF	Lars J. Jensen
INSTRUKSJONSSJEF	Paul Bencze
BOGSTADANSVARLIG	Lars Jensen
KLUBBSJEF	Elisabeth Danielsen
ØKONOMISJEF	Magnus A. Berg
SEKRETÆR	Karl Bjurstrøm
VARAREPRESENTANT	Anniken Ellingsen

Kapproingsutvalget:

ROSJEF	Martha Helgeland
1. VISEROSJEF	Anniken Ellingsen
2. VISEROSJEF	Sigurd Gullerud
TRANSPORTSJEF	Sigurd Gullerud
MATERIALSJEF	Lars J. Jensen
AKTIVREPRESENTANT JUNIOR	Thea Sørensen
AKTIVREPRESENTANT SENIOR	Kristoffer Lorentzen
MASTERREPRESENTANT	Torstein Rekkedal

Huskomiteen:

Christine Coutier	Torill Enersen
Elisabeth Couto	Elisabeth Danielsen
Tobias Mahler	Kjerstin Elvestad
Stein Mørk	Elsa Graver
Morten Flood	Øivind Haraldsen
Per Dahlstrøm	Jan Hultgren
Petter Narvestad	Ingebjørg Grøtta
Janne Spilling	Grete Stokke
Gerhard Dürbeck	Peik Ellingsen
Melanie Kirmiss	Knut Einar Volden
Eivind Myrli	Per Arne Holman
Tore Lysdahl	

Valgkomiteen:

LEDER: Bjørn Lundiin	Jul Gunnulf Olsen
Maiken Hertzum Aunaas	Veronica Vogler (vara)

Revisor:

Morten Flood og Gerhard Dürbeck

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	Tannlæge dr. Ludvig Mostue (†)	1918
Grosserer Engelhardt Eger (†)	1908	Redaktør B. Rosvall, Stockholm (†)	1918
Oberstløytnant O. Conradi (†)	1908	Dr. Em. Saugmann, Slagelse (†)	1918
Grosserer Christian Langaard (†)	1908	Skipsr. Haakon Wallem, Bergen (†)	1918
Grosserer Nic. Andresen (†)	1908	Hovedkass. Fr. Lorentzen (†)	1921
Gen. krigsk. Jens Bratlie (†)	1908	Direktør Eskild Jensen (†)	1921
Kommandørkapt. Th. Dannevig (†)	1908	Grosserer Eugène Ekholt (†)	1921
Kammerherre Ferd. Egeberg (†)	1908	Arkitekt Chr. W. Heiberg (†)	1925
Arkitekt Hj. Welhaven (†)	1908	Disponent Boye Schlytter (†)	1925
Kjøpmann Thorbj. Stenersen (†)	1908	Hovedagent Thoralf Hagen (†)	1926
Oberstløytnant Johan Sverre (†)	1908	Ingeniør Th. Klem (†)	1926
Grosserer H. Gulbranson (†)	1908	Agent Bertrand Moe (†)	1926
Konsul Emil Mørch, Fr.stad (†)	1908	Gross. Rudolph Schmidt, Københ. (†)	1927
Arkitekt O. Sverre (†)	1908	Dr. Gustaf Uddenberg, Göteborg (†)	1928
Overrettsakfører Fred. Juell (†)	1911	Disponent Einar Andresen (†)	1928
Konsul Einar Wettre (†)	1916	Direktør Martin Arnesen (†)	1928
Skipsreder Christ. Hannevig (†)	1916	Grosserer Leif Mostue (v†)	1928
Agent Hannibal Feght (†)	1918	Colonel I. H. Gibbon D.S.O.	
Kapt. B. Bråkenhjelm, Göteborg (†)	1918	Leander Club, Henley-on-Thames (†)	1928
Grosserer Einar Christensen (†)	1918	Grosserer Sigurd Nielsen (†)	1930
Godseier Westye P. Egeberg (†)	1918	Direktør Per Fjåstad, Stockholm (†)	1930
Sven Hellström Göteborg (†)	1918	Direktør Gustav Lütken (†)	1935
Grosserer Aug. Kallevig (†)	1918	Direktør Hans Blom (†)	1938
Skipsreder Jac. M. H. Lindvig (†)	1918	Bestyrer Gunnar F. W. Fredrikson (†)	1938

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 Sørvik, Göteborg (†)	1950	Kontorsjef O. T. Krogh (†)	1968
Avd. sjef K. A. Soelberg (†)	1950	Regnskapssjef Willy S. Evensen (†)	1968
Avd. sjef Johs. Quale (†)	1950	Asbjørn Løken (†)	1973
Båtmann Haavald Siljan (†)	1951	Christian Lütken (†)	1974
Disponent Erik Jaer (†)	1951	Direktør Per Gustavsen	1978
Boktrykker Arne S. Mørk (†)	1952	Hilmar Toftager (†)	1979
Gross. André Filtenborg, Københ. (†)	1953	Helge Olav Elgethun (†)	1980
Direktør Vagn Jensen, Københ. (†)	1953	Magne Sølvberg	1982
Direktør Henry Larsen, Tønsberg (†)	1953	Jon Møbråten	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	Øvind Haraldsen	1998
Represen. Poul Kragh, Københ. (†)	1953	Helge Bjonje	2001
Bankass. Wilhelm Haffner (†)	1953	Per Håkon Ihlen (†)	2003
Avd. sjef Bredo Thorbjørnsen (†)	1953	Øyvind A. Brøymer	2003
Skipsreder Anders Wilhelmsen (†)	1953	Henning Cook	2003
Direktør Bo Kaiser, Stockholm (†)	1953	Hans Engebretsen	2005
Kjøpmann Finn Bjønness (†)	1957	Erling Storm	2011
		Bjørn Lundin	2012

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 H. R. Becker-Eriksen (†)	1950
Agent Hannibal Fegth (†)	1918	Direktør Ove Roll (†)	1957
Direktør Jens Knudsen (†)	1925	Siv.ing. Bernhard Christiansen (†)	1960
Advokat Leif S. Rode (†)	1925	Direktør Gunnar Schjøll (†)	1963
Direktør Eskild Jensen (†)	1933	Bestyrer Gunnar F. W. Fredrikson (†)	1969
Direktør Henry Larsen (†)	1933	Agent Jens Grevstad (†)	1978
Tannlege dr. Ludvig Mostue (†)	1939	Asbjørn Løken (†)	1990
Direktør Hans Blom (†)	1947	Thoralf W. Sandaker	1994
Disponent Rolf Manskow (†)	1947	Lis Schjøtt	2011

Innehavere av Norges Roforbunds hederstegn

Asbjørn Løken (†)	1984	Tone Pahle	1999
Thoralf W. Sandaker	1984		

Innehavere av Norges Roforbunds medalje for fortjenestefull roing

(Utdeles til roere som har vunnet 6 åpne internasjonale eliteløp eller NM, eller har startet i 18 internasjonale eliteløp eller NM, hvorav minst fire 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	M. Busch Christensen (†)	1938
Fredrik Juell (†)	1906	Bernhard Christensen (†)	1938
Haakon Tønsager (†)	1910	Knut Gråbø (†)	1946
Gustav Hæhre (†)	1912	Rolf Berg (†)	1949
O. T. Krogh (†)	1912	Arvid Eliassen	1949
Fr. Lorentzen (†)	1914	Willy S. Evensen (†)	1949
Jens Knudsen (†)	1914	Sigurd Grønli	1949
Henry Larsen (†)	1915	Arne Serck-Hanssen	1949
Th. Klem (†)	1918	Leif Gudim	1951
Kaare Heiberg (†)	1919	Bjørn Steimler (†)	1951
Johan Harbitz (†)	1919	Viggo Winther (†)	1955
Birger Var (†)	1921	Robert Tank-Nielsen	1956
Per Gulbrandsen (†)	1921	Egil Schøyen-Nilsen (†)	1957
Alf Hafting (†)	1923	Aage Moen (†)	1957
C. F. Klyve (†)	1923	Arild Dyre Moe (†)	1957
Bernt Fossum (†)	1924	Per Håkon Ihlen (†)	1960
Ernst Andersen (†)	1927	Tor Westlie	1960
Frank Schjeldrup (†)	1927	Hans Engebretsen	1962
Gert Heiberg (†)	1928	Tore Andersen (†)	1963
Erik Brekke (†)	1931	Robert Bjørgan	1963
Helge Motzfeldt (†)	1931	Bernt Christiansen	1963
Gunnar Wessel (†)	1931	Bjørn Lundin	1964
Ove Roll (†)	1931	Kjell Andersen	1965
Henrik Horn (†)	1933	Tor Ahlsand	1965
Martin Mehren (†)	1933	Bjørn Carlsen	1965
Einar Astrup (†)	1934	Erik Hirsch	1968
Jens Grevstad †	1934	Øyvind Brøymer	1972
Rudolf Larsen (†)	1934	Stein Adel Randsborg	1973
Gunnar Schjøll (†)	1935	Finn Haug	1974
C. A. Christiansen (†)	1935	Arne Jahr	1975
Gunnar F. W. Fredrikson (†)	1935	Tone Pahle	1976
Trygve Røstrup (†)	1935	Jan Sørderstrøm	1978
Even Bakke (†)	1936	Helge Refsum	1984
Albert Heyerdahl (†)	1938	Gunnar Sandborg	2008

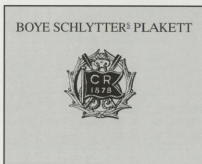
Innehavere av Norges Roforbunds medalje for fortjenestefull coxing

(Utdeles 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

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

Hannibal Fegth (†)	1963	Arne S. Mørk (†)	1978
O. T. Krogh (†)	1964	Jan Edvard Thygesen	1980
Gunnar F. W. Fredrikson (†)	1964	Odd Hansen	1981
H. R. Becker-Ericksen (†)	1965	Stein Randsborg	1982
Birger Storm-Johannessen (†)	1965	Stein Mørk	1983
Bernhard Christiansen (†)	1966	Jon Hagen	1987
Boye Schlytter (†)	1967	Helge Bjonge	1987
Th. Hagen (†)	1967	Øivind Haraldsen	1988
Per Håkon Ihlen (†)	1968	Tine Heien Bjonge	1991
Joakim Paulsen (†)	1968	Eivind Engebretsen	1995
Hilmar Toftager (†)	1969	Kristine Klaveness	1996
Jens Grevstad (†)	1971	Martha K Helgeland	1999
Magne Sølvsberg	1973	Cathrine Monrad Hagen	2001
Hans Engebretsen	1974	Sigurd Chr. Gullerud	2003
Per Arild Mørk	1977	Robert Bjørgan	2005
Erik Bjonge	1977	Jan Söderström	2005
		Nils Petter Lilledahl	2012



Formannen har ordet

For første gang skal eg skrive «Formannen har ordet» i årboka. Det hadde eg ikkje sett for meg då Anna vart medlem for nokre år sidan. Og så ein formann som aldri har site i ein konkurransebåt!

Når det er sagt, er det eit privilegium å få lov til å bidra i styre og stell i ein så oppegående klubb som Christiania Roklub er! Ja, sjølvsagt er det mykje å gjere, men eit godt og arbeidsvilleg styre og veldig mange arbeidsvilleg medlemmar greier vi stort sett å få gjort dei ulike oppgåvene godt nok og til rett tid. Og eg vil gjenta det tidlegare formenn har sagt før meg: Det er ikkje spørsmål om kva CR kan gjer for deg, med kva du kan gjere for CR!

Det å kunne støtte seg på personar med mykje erfaring er viktig for å kunne gjere ein god jobb som formann. Eg har ei kjensle av at eg har fått god respons frå alle gruppene i klubben, og det set eg utruleg stor pris på. Og då er forutsetningane at vi saman kan gjere CR til ein enno betre klubb å være i for alle.

Eg har vore tilknytta fleire idrettslag opp gjennom åra, og eg har aldri opplevd ein klubb som har tilsvarande forutsetningar, korkje mannskapsmessig, sosialt eller økonomisk, til å drive ein klubb slik at medlemmane trivst i klubben og deltek aktivt i så vel sportslege som sosiale aktivitetar. Vil ein berre trene for å holde seg i form, for å ro turar, ro for å bli ein betre roar eller drive roing på toppnivå: I CR er det plass til alle!

Skal roklubben vidareutvikle seg, er rekruttering svært viktig. I den samanheng vil eg berømme to unge damer som sette i gang roskole for barn i sommarferien. Det var eit veldig populært og vellykka tiltak, og i løpet av to sommarveker var nesten 30 barn med på dette tiltaket, og fleire av dei har lyst til å fortsetje med roing.

Sidan dette var eit nytt tiltak, måtte ein prøve seg litt fram, og evalueringa peikar på ein del ting som kan forbetrast, og dermed er det muleg å ha eit endå betre opplegg til sommaren 2013. Eg vonar Agnes og Rebecca vil gjenta suksessen til sommaren, og at det blir eit årleg tiltak med god rekruttering som ein veldig positiv biefekt.

BI har etter avtale med klubben teke Kongen i bruk for sine roaktivitetar. BI-studentane er medlemmar i CR på lik linje med andre CR-medlemmar, og det har bidratt til eit endå meir yrande liv i treningslokala våre.

Uansett når ein er innom Kongen om vinteren, er det stor sjanse for at nokon brukar treningslokala, og det er veldig hyggeleg å registrere. Det er mykje sveitte

... mykje sveitte som får fritt utløp...

som får fritt utløp i dei lokala, og grunnlaget for neste sommar blir for ein stor del lagt her for dei fleste.

Norgesmesterskapet er for mange roarar sesongens høgdemark. Også i 2012 var NM ein stor regatta med mange påmeldte lag i dei fleste klassene, og CR var representerte i alle NM-klassene.

Spesielt den store samlinga med åttare, både i dame- og herreklassen er gledeleg å sjå. Jentene vann også i år veldig mykje og la grunnlaget for at CR, nok ein gong, vart beste klubb totalt og vann Emil Mørchs pokal – også i år med klar margin til neste klubb. Men det er svært hyggeleg å registrere at herreåttaren i år tok nye skritt mot toppen og kapra bronsemedalje i det første året med Bastien som herretrenar.

Den totale pokalfangsten frå NM vart i år formidabel.

Internasjonalt har vi i 2012 vore representert, både på jente- og guttesida. CR har hatt deltakarar i Baltic Cup, Nordisk mesterskap og U23 VM. I tillegg har vi hatt svært gode prestasjonar i Sorø-regattaen og i Ratzeburg-regattaen. Mellom mange gode prestasjonar ragar nok Harald Vinje sin siger i 4- i Baltc Cup aller høgest.

I OL var det hyggeleg å registrere at CR var representert med Grete Stokke som rodommar. Og når vi i tillegg tek med at Tone Pahle er leiar av FISA Masters Commision, ser vi at CR er på det internasjonale rokartet.

Det er hyggeleg å registrere at CR-medlemmar har suksess, også internasjonalt. Kanskje nokon av våre roarar etter kvart tek steget opp i den internasjonale eliten. Er det nokon av våre roarar som vil satse på det, skal vi gje dei den støtta som skal til for å gje dei mogelegheiten.

På tur- og mosjonssida blir det også drive svært godt. Det viser pokalhausten der CR gjorde reint bord. Det er imponerende å registrere at så mange ror så mykje.

Det er viktig å ta vare på den arven vi har fått i Kongen. Derfor har Lahellegrunden AS gjort ein imponerende og naudsynt innsats med restaurering av Kongen. Ein skulle kanskje tenke seg at dei ville kvile litt på sine laurbær etter ein kjempeinnsats, men nei då: I tillegg til å drifte og sørge for utleige av Kongen, går dei rett på arbeidet med å etablere båthavn i eigen regi sidan leigeavtalen med Norhavn har gått ut.

Eg vil takke for tilliten de har vist meg ved å velje meg til formann i klubben, og eg vonar eg greier å leve opp til dei forventingane de har til meg, og stor takk til alle som gjer at CR er den gode klubben den er for alle.

*... CR er på det
internasjonale
rokartet*

Svein Molderstad

Bernt Harald Christiansen

I juni 2012 mottok vi det triste budskapet om Bernts død. Selv om han i lengre tid hadde vært under behandling for alvorlig sykdom, kom dødsfallet brått og uventet på alle oss som sto nær ham.

Bernt strevet en del med ryggplager, noe som resulterte i store problemer blant annet med å gå og sitte i båt. Med viljestyrke og smerter deltok han allikevel som en del av rogjengen hver tirsdag, året rundt, på våre turer i Nord-, Øst- og Vestmarka.

Bernt ble medlem i klubben i 1949, nærmest som en selvfølge, både far og onkel var aktivt med i klubben som roere, styremedlemmer og formann.

Bernt markerte seg tidlig som stroke, og gikk klassene som gutte-roer, junior, senior og masterroer.

I 1961 reiste han til Hannover for studier til sivilingeniør, og det ble naturligvis konkurranseroing i Rudergemeinschaft Angaria, samme klubb som hans far konkurrerte for på trettitallet. Dette ble uten tvil den viktigste delen av Bernts karriere som roer på topplan.

Årene i Angaria med streng disiplin og knallhard trening formet både Bernt og hans syn på roing i meget sterk grad. Det skulle mye til for å tilfredsstille hans syn på en dyktig roer.

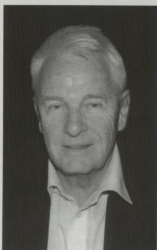
I begynnelsen av 70-årene kom han tilbake til Norge og startet opp sin karriere innenfor telekommunikasjon, noe som tok svært mye av hans tid, og av den grunn mindre tid til roing. Han deltok imidlertid flere år i Master sammen med sine rokamerater i Angaria, og senere også på Master-båter i CR.

Bernt var formann i klubben i perioden 1982–83 og medlem av Rådet.

Vi som kjente Bernt, sitter tilbake med gode minner om en kamerat med gode og sterke meninger, raus på alle områder, ærlig og inkluderende.

Vi lyser fred over Bernts minne.

Robert Bjørgan





Rene produkter
Ingen tilsetningsstoffer
Kun ekte råvarer

Grovt speltbrød og Havrespelt



Naturlig grove brød uten palmeolje

Gårdsspelt med mel fra Ousdal Gård

**ET BRØD ER IKKE
BARE ET BRØD**

Rene produkter fra Baker Hansen
Naturlige og sunne
Håndverk og kvalitet - det er oss!

www.bakerhansen.no

1861 BAKER HANSEN

Besøk vår nye flotte butikk på Vinderen - les mer om oss på bakerhansen.no!

Sekretærens beretning for 2012

Referat fra ordinær generalforsamling i Christiania Roklub

22. mars 2012 klokken 19.30 på Kongen

Godkjenning av de stemmeberettigede

Formann Per Arne Holman åpnet Generalforsamlingen.

Det var 71 medlemmer til stede som alle signerte protokollen..

Godkjenning av innkallingen, sakliste og forretningsorden

Innkalling og dagsorden ble godkjent uten kommentar. Generalforsamlingen var dermed lovlig satt.

Valg av dirigent(er), referent, samt to representanter til å underskrive protokollen

Formann Per Arne Holman ble valgt til ordstyrer.

Sekretær Margriet Boersma ble valgt til referent.

Jon Mobraaten og Thea Sørensen ble valgt til å undertegne protokollen.

Behandling av roklubbens årsmelding,

herunder beretningen fra sekretæren, bogstadsjefen, tur- og mosjonssjefen og klubb-
sjefen, referat fra høstmøtet med beretningen fra rosjeften, materialsjefen og instruks-
sjonssjefen samt Rådets protokoll.

Styrets beretning(er) er gjengitt i årboken, som før Generalforsamlingen var distribuert til alle klubbens medlemmer. Per Arne Holman gikk gjennom beretningene fra de enkelte styremedlemmene; sekretæren, klubbsjefen, tur- og mosjonsjefen, bogstadsjefen og materialsjefen.

Generalforsamlingen vedtok styrets beretning.

Bjørn Lundiin leste opp Rådets protokoll og kommenterte stort oppmøte på rådsmøtet (20 av 25 medlemmer).

Fem av rådets medlemmer var på gjenvalg, alle ønsker å fortsette.

Behandling av roklubbens regnskap i revidert stand

Regnskapet for 2011 er gjengitt i årboken med samme årstall, på side 146–148. Per Arne Holman gjenga hovedpunktene i regnskapet. Det fremkom ingen spørsmål til regnskapet for 2011.

Jan Hultgren ble takket for stor innsats med regnskapsføring i 30 år.

Revisjonsberetning ble lest opp av Morten Flood. Generalforsamlingen godkjente regnskapet for 2011.

Behandling av innkomne forslag og saker:

Vedtak av endrede lover for Christiania Roklub

Kjersti Elvestad gikk gjennom de materielle endringene i CRs lover. Det var sendt ut detaljert redegjørelse for endringene ved innkallingen. Lovnormer for idrettslag er blitt endret. Idrettslag må dermed også endre sin lovnorm. I tillegg til pliktige tilpasninger fremmet styret forslag om at valgkomiteen bør få minst ett nytt medlem årlig. Lovene ble deretter godkjent.

Fastsetting av medlemskontingent

Styret foreslo at kontingenten for aktive medlemmer økes til kr 1250,-, samt at kontingenten for passive medlemmer forblir kr 400,-.

Erik Osvoild fremmet forslag om å øke kontingent til kr 1500,- i 2013, etter avstemning ble forslaget avvist.

Styrets forslag til kontingenter ble vedtatt.

Vedtak av roklubbens budsjett

Per Arne Holman gikk gjennom budsjettet for 2012. Det kom spørsmål til enkelte poster i budsjettet som ble løpende avklart av Per Arne Holman. Nytt i år er en skriftlig redegjøring for budsjettet, som ble sendt ut på forhånd.

Det ble fremmet tre forslag angående treningsavgiften.

Forslag 1 fremmet av Erik Osvoild: sløyfe treningsavgifter, ta sikte på høyere årsavgift. AVSTEMNING: 20 stemmer for, avvist

Forslag 2 fremmet av Knud Boye: Ber styret revurderer innføring av treningsavgift. Forslaget ble vedtatt med 32 stemmer, som alternativ til styrets forslag (nr. 3).

Forslag 3 fremmet av styret: Innføre treningsavgift. AVSTEMNING: 26 stemmer for, avvist
Det fremlagte budsjett ble deretter vedtatt.

Beslutte eventuell fullmakt for Rådet til å forvalte roklubbens fond

Forslaget ble godtatt uten kommentar.

Behandling av roklubbens organisasjonsplan

Per Arne Holman gikk gjennom organisasjonsplanen som synliggjør strukturen i Christiania Roklub.

Forslaget ble vedtatt.

Gjennomføring av valg til roklubbens styre

Valgkomiteens innstilling ble lest av Bjørn Lurdiin. Innstillingen var som følger:

FORMANN	Svein Moldestad	Ny (for 2 år)
ØKONOMISJEF	Magnus A. Berg	Gjenvalgt 1 år
SEKRETÆR	Karl Bjurstrøm	Ny 1 år
BOGSTADSJEF	Lars Jensen	Gjenvalgt 1 år
KLUBBSJEF	Elisabeth Danielsen	Ny 1 år
TUR OG MOSJON	Tore Lysdahl	Ny 1 år
ROSJEF	Martha Helgeland	Ny 1 år
VARAREPRESENTANT	Anniken Ellingsen	Ny

Alle ble valgt ved akklamasjon. Per Arne Holman takket valgkomiteen for innsatsen.



FORMANN-SKIFTE: Per Arne Holman kunne gi formannsklubben videre til Svein Moldestad, etter at valget var gjennomført.

RO-RO-HILSEN: Martha Helgeland overtok rosje-klokken fra avtroppende rosje Svein Moldestad.



Valg av fem medlemmer til Rådet, for tre år. Minst fem av Rådets medlemmer bør inneha roklubbens hederstegn. Dersom et medlem av Rådet, som er valgt av generalforsamling eller høstmøte, velges som styremedlem, skal det samtidig velges et nytt medlem til Rådet for den gjestående del av medlemmets funksjonstid i Rådet.

Fem av rådets medlemmer var på gjenvalg, alle ønsket å fortsette. Dette ble dekket under punkt fire. Se Rådets protokoll 22. mars 2012.

Valg av to revisorer

Morten Flood og Gerhard Dürbeck fortsetter som revisorer.

Valg av valgkomité med leder og to medlemmer og ett varamedlem. Valgkomiteen velges på fritt grunnlag etter innstilling fra styret

VALGKOMITE:

Bjørn Lundiin (leder) Gjenvalgt 1 år

Maiken Hertzum Aunaas Ny

Jul Gunnulf Olsen Gjenvalgt 1 år

Veronica Vogler (vara) Gjenvalgt 1 år

Alle ble valgt ved akklamasjon. Per Arne Holman takket valgkomiteen for innsatsen.

Eventuelt

Bjørn Lundiin ble av Rådets formann Øyvin Brøymer tildelt klubbens hederstegn, og av CRs avtroppende formann Per Arne Holman fikk han klubbens diplom for stor innsats i CR gjennom mange år i en rekke verv. Det var stor applaus fra generalforsamlingen.

Vedtak av innkalling til høstmøte og dato for dette

Høstmøtet ble fastsatt til 25. oktober 2012.

Generalforsamlingen ble hevet.
Kongen, 22. mars 2012



HEDERSMANN: Bjørn Lundiin (t.v.) fikk beder og diplom. Øyvin Brøymer gav bederstegnet, Per Arne Holman (utenfor bildet) gav diplommet.

Protokoll fra høstmøtet i Christiania Roklub

25. oktober 2012 klokken 19.30 på Kongen

Formann Svein Moldestad åpnet Høstmøtet. Æresmedlem Stein Mørk ble spesielt hilst velkommen. Æresmedlemmene Per Gustavsen og Magne Sølvberg var ikke til stede. Det var 46 medlemmer til stede, som alle signerte protokollen..

Godkjenning av innkallingen og sakliste

Innkalling og sakliste ble godkjent. Høstmøtet var dermed lovlig satt.

Valg av møteleder og referent, og to til å underskrive protokollen

Formann Svein Moldestad ble valgt til ordstyrer.

Sekretær Karl Bjurstrøm ble valgt til referent.

Kjersti Elvestad og Anders Værang ble valgt til å undertegne protokollen.

Styrets orientering om rosesongen, ved rosjef, instruksjonssjef og materialsjef

Rosjef Martha Helgeland leste sin beretning fra sesongen, som inneholdt mange svært gode resultater. Klubben gjør det godt i både dame- og herreklassene i junior, og i senior dameklassen. Christiania Roklub ble beste klubb i NM. Det har også blitt arrangert roskole for juniorer i sommer. Dette var vellykket og noe klubben vil fortsette med.

Materialsjef Lars Jørgen Jensen leste opp sin beretning og ba samtidig alle medlemmer om å være forsiktige med materialet, og å melde fra om skader med en gang de oppdages. Klubben prøver å selge båter som ikke brukes, og bruke pengene på nye båter.

Det var diskusjon rundt at nybegynnere på Bogstad får ro i dyre og gode båter. Det ble kommentert at dette er feil. Rosjefen refererte til prinsippene for båtallokering som er vedtatt av styret. Klubben kjøper inn gode båter som går til de beste utøverne og deretter allokteres nedover.

Instruksjonssjef Paul Bencze informerte om at sesongen var gått tilfredsstillende med hensyn til instruksjon for voksne. Neste år legges det opp til to kurs. Også videregående kurs for dem som har kommet lenger. Det har vært god rekruttering, og nesten flere enn det en har klart å håndtere.

Valg til roklubbens styre

Valgkomiteens innstilling ble lest av valgkomiteens leder Bjørn Lundiin.

Innstillingen var som følger:

ROSJEF	Martha Helgeland	valgt
MATERIALSJEF	Lars J. Jensen	valgt
INSTRUKSJONSSJEF	Paul Bencze	valgt

Alle ble valgt ved akklamasjon.

Valg til kapproingutvalget

Valgkomiteens innstilling ble lest av Bjørn Lundiin. Innstillingen var som følger:

1. VISEROSJEF	Anniken Ellingsen	valgt
2. VISEROSJEF	Sigurd Gullerud	valgt
	som også er transportsjef	
AKTIVREPRESENTANT JUNIOR	Kristoffer Lorentzen	valgt
AKTIVREPRESENTANT SENIOR	Thea Sørensen	valgt
MASTERREPRESENTANT	Torstein Rekkedal	valgt

Alle ble valgt ved akklamasjon.
Svein takket medlemmene i valgkomiteen for innsatsen.

Oppnevning av årbokredaktør og skioppmann

Jahn Rønne ble oppnevnt som årbokredaktør og har fullmakt til å velge sin redaksjon. Kristoffer Lorentzen ble valgt som skioppmann.

Utdeling av Rosjefens Pokal og Norges Cup Pokal

Rosjefens Pokal blir i år tildelt Trude Meyer. Hun var ikke til stede og vil motta pokalen senere.

Martha takket og overrakte blomster til trenerne.

Status båthavn og Lahellegrunnen AS ved styreleder Øyvinn Brøymer

Øyvinn Brøymer orienterte om Lahellegrunnen AS, som eies 100 prosent av CR, som igjen eier Kongen. Lahellegrunnen har vært i rettssaker angående rettighetene til båtplassene i båthavnen på kielfergesiden av moloen. Tingretten har konkludert med at Lahellegrunnen har alle rettigheter til båtplassene. Saken har blitt anket og vil trolig komme opp for Lagmannsretten i løpet av høsten 2013. Lahellegrunnen disponerer i dag de båtplassene det ikke er tvist om. Leieinntektene fra disse er viktige for klubben, blant annet fordi Lahellegrunnen har tatt opp lån for å finansiere vedlikeholdsarbeid på Kongen, herunder nytt tak og utbedring av pilarene. På lang sikt er klubbens økonomi sikret på grunn av rettigheten til båtplassene og leieinntektene fra disse.

Det ble stilt spørsmål ved formålsparagrafen til Lahellegrunnen AS og hvordan

man er sikret at CR har full kontroll over selskapet. Det ble presisert at CR eier alle aksjene i Lahellegrunnen og at aksjonærrollen ivaretas av Rådet i henhold til CRs vedtekter. Dette innebærer blant annet at Rådet har full kontroll med hvem som sitter i styret i Lahellegrunnen. Det ble deretter konkludert med at utvelgelsesprosessen til Rådet sikrer at det også blir valgt et styre i Lahellegrunnen som ivaretar CRs interesser.

Formann Svein takket styreleder i Lahellegrunnen, Øyvind Brøymer, for en god redegjørelse av Lahellegrunnens arbeid.

Eventuelt

Svein informerte om at en av våre annonsører, Oslo Sportslager, har salg.

I fjor vant CR NM-pokalen i DS2x pokalen til odel og eie, og har derfor ansvar for å sette opp en ny. Svein spurte om noen kunne tenke seg å sette opp en ny pokal, og at det i så fall bare vil være å ta kontakt med styret.

Tone Pahle tok opp at CR skal arrangere regatta til neste år, og dette blir mest sannsynlig siste helgen i mai. Tone vil være regattasjef, og hun oppfordret alle til å stille opp.

Tone informerte også om at det vil bli arrangert VM i coastalroing i Helsingborg, 17.–18. august i 2013. Her må CR stille med lag, og må komme i gang med trening snarest. Arrangøren er forpliktet til å stille med båter, så båtfrakt vil ikke være noe problem. I tillegg har de nordiske landene forpliktet seg til å bistå arrangøren, så Tone oppfordret derfor alle til å melde seg til tjeneste.

Bøyekomiteens leder Bjørn Lundiin informerte om at bøyene på Bogstad nå er tatt opp og at alle må være forsiktige. Svein takket bøyekomiteen for deres arbeid.

Lars Jensen tok opp at mudringsprosjektet på Bogstad må videreføres. Klubben har en gruppe som jobber med saken, men trenger fortsatt flere som kan være med. De som har lyst, oppfordres til å kontakte Anniken Ellingsen.

Stein Mørk hadde i forkant av møtet spurt om det er sendt ut purringer, siden mange ennå ikke har betalt kontingent. Han poengterte at det var ti som rodde i NM og ennå ikke har betalt. Det ble også nevnt at bare tre av 23 roere fra BI roklubb har betalt kontingent.

Martha svarte at de som ikke har betalt, er blitt kontaktet. Angående BI roklubb forklarte Magnus at bakgrunnen for manglende betaling er at roerne trodde de skulle bli fakturert som klubb og ikke som enkeltpersoner. Her har det skjedd en misforståelse som vil bli rettet opp. Kjersti Elvestad ga uttrykk for at hun synes at BI-studentene har vært et hyggelig innslag på Kongen.

Det ble stilt spørsmål om hvem som er ansvarlig for tilbudet av innendørstrening på Kongen. Det burde være én som har ansvar siden det er altfor mye rot på treningsrommet. Martha svarte at i dag er ansvarsforholdet uklart, men at noen bør ha dette ansvaret. Det må tas opp med trenere at treningsrommet skal være ryddig når øktene er avsluttet.

Det var diskusjon angående hva som skal gjøres med Gjessing-maskinene. Disse

er lite brukt og tar mye plass. Det ble påpekt at disse regnes for å være gode romaskiner, og det vil være synd å miste dem. Martha avsluttet diskusjonen med at «Gjessing»-maskinene står på agendaen i routvalget.

Det ble stilt spørsmål om klubben kommer til å anskaffe hjertestarter. Styret har vedtatt at hjertestarter skal anskaffes og at styret undersøker hvordan dette kan gjøres gratis. Kristine oppfordret til innspill angående dette. Erling Storm kommenterte at NR tok en beslutning om at alle roklubber bør ha en hjertestarter og at klubbens økonomi tillater at dette kan skaffes, gratis eller ikke. Det kom også et innspill om at klubben burde arrangere førstehjelpskurs. Martha svarte at styret har vedtatt at dette skal arrangeres.

Martha informerte om at treningsstidene på Kongen vil bli omtrent som i fjor. Alle er velkomne så lenge det er plass og de følger trenerens program. Damer senior ønsker også å arrangere enkle fellestreninger i peisestuen, men at dette må sjekkes med ansvarlige for rommet.

Svein avsluttet møtet med å takke huskomiteen for deres arbeid i forbindelse med møtet, og høstmøtet ble med dette hevet.

Kongen, 25. mars 2012

Styreåret 2012

Styret har avholdt ni styremøter i 2012, i tillegg har det vært diskusjon av løpende saker på e-post. Styremøtene har omfattet mange saker i forbindelsen med driften av Christiania Roklub. Særlig har styret brukt tid på anskaffelse av hjertestarter og nødvendig informasjon rundt dette. Prinsippene for båtfordeling har også blitt utbedret. Styremøtene har vært holdt på Bogstad om sommeren og Kongen om vinteren.

Karl Bjørstrøm



Vårdugnad

INNSATS SÅ DET DUGER:

(BILDE ØVERST TIL VENSTRE) Den største innsatsen innenfor dugnadsarbeid i klubben foregår gjerne i dagene før åpningen av rosesongen. Uansett hva Per Arne Holman ordnet med under bardisken, var det sikkert nødvendig. Ingen av tilskuerne protesterte.

(BILDE TIL HØYRE) Det ble helt i starten av sesongen oppdaget lekkasje i betongen. Det var noe som ikke rimte når bryggen ved Kongen begynte å miste fasongen. Nødvendige reparasjoner ble gjort av profesjonelle personer.

(BILLED-COLLAGEN) Det pusses, vaskes og ryddes med innsats fra mange iberdige klubbmedlemmer. Melanie titter frem under ett av bordene i peisestuen. Resten går under kategorien «Ingen nevnt, ingen glemt». Nå gjelder det at alle finner sin plass til neste (v)årrengjøring.



Følgende medlemmer har i 2012 hatt verv i tilknytning til rosporten utenom CR:

Ada Spæren	Larvik roklubb (kasserer)
Cathrine Monrad Hagen	NR Domsutvalget (medlem)
Erling Storm	NR President
Grete Isachsen Stokke	NR Dommerutvalget (leder)
	Nasjonal og internasjonal dommer
Henning Cook	NR Markedsutvalget (medlem)
Jan Söderström	Fornebu sportsklubb (leder)
	Rosportens Venner (styremedlem)
	NIID (nestleder)
Morten Flood	Oslo Krets (revisor)
Nina Mjåland	NR Toppidrettsutv (medlem)
Stein Mørk	Oslo Rokrets (styremedlem)
Svein Moldestad	Nordisk dommer
Tone Heien Bjonge	Generalsekretær i Norges Roforbund (NR)
Tone Pahle	FISA Masters Commission (Chair)
	FISA Womens Commission (medlem)
	Masterutvalget i NR (leder)
	Nasjonal og internasjonal dommer
Veronika Vogler	Nordisk dommer
Vetle Vinje	NR Visepresident/ styremedlem Sport

Medlemsoversikt:

	KVINNER	MENN	TOTALT
Livsvarige	16	52	68
Aktive	93	190	283
Passive	30	41	71
Totalt	138	283	422

Nye medlemmer 2012:

KVINNER	MENN	TOTALT
23	39	62

Endringer fra 2011:

NYE	DØDE	UTMELDT/STRØKET
62	2	56

Bratfoss

ALLIERO*



Restaurering

LET YOUR IMAGINATION SOAR

Din totalleverandør av

håndverkstjenester



Vi kan lage de beste kreasjoner med vår sjablon-maskin i samarbeid med våre dekorasjonsmalere. Ta kontakt for prisforespørsel.

Tina Juuhl-Sivertsen

MOBIL: 980 01 560

E-POST: tina@bratfoss.no

WEB: [www.bratfoss](http://www.bratfoss.no)



Åpningen 2012



STRÅLENDE: Alle kunne glede seg i vårværet: formann Svein Moldestad (t.v. nede) var «cox» på land, mens roere testet formen på vann. I tillegg kunne Maiken dope coastal-båten «Kjersti Elvestad».





RO-INTERESSE: Forholdsvis fyldig fremmøte, og de fleste fant frem smilet; ikke minst roforbundspresident Erling Storm, som viste glede ved å tildele Nils Petter Lilledahl (t.v.) Boye Schlytters Plakett. Seierssmil for CR-båtene ble det ikke anledning til.



Da roturen ble dramatisk

Ti forventningsfulle CR-roere ankommer Vigra lufthavn ved Ålesund. Det er kveld og kalenderen viser torsdag 10. mai. Vi blir alle generøst og trivelig møtt av våre verter i Ålesund Roklubb. CR-gjengen hadde store håp om både maritime og alpine opplevelser i løpet av helgen. Det er en kjennsgjerning at vestlandsnaturen byr på andre opplevelser og utfordringer enn våre hjemlige farvann – det være seg enten på Oslofjorden eller i Marka. Etter at alle var vel installert, møttes vi til et bedre måltid på en av «jugendbyen»s mange spisesteder.

Neste formiddag la vi ut fra Ålesund Roklubb med kurs ut mot Storfjorden og etter hvert innover Hjørundfjorden til Øye. Vi var ti venner fra CR: Elisabeth D, Evi, Kjersti, Melanie, Nina, Anders, Atle, Paul, Stein og Tore. Fra vertsklubben stilte Andor, Bobby, Helge, Karsten og Per Trygve. Ved start var det rolige vindforhold, silregn og lavt skydekke. Det blir rodd i tre båter. En Coastal 4+, en innrigger 4+ og en 4+ Empacher Gig. Det var meldt bra med vind utpå dagen, men etter våre beregninger ville ikke den komme før vi var godt inne i Hjørundfjorden. Eskadren gjør bra fart utover mot første stopp ved Sunde. Her blir det nødvendige ærend og litt klesbytte før vi fortsetter ut på Storfjorden. Forholdene er fremdeles fine, nesten

BLÅTT TIL LYST: Nina, Kjersti, Elisabeth og Melanie er opplagt plassert i første rekke av Stein. Atle, Anders, Tore, Evi og Paul er forvist til bakgrunnen.





TØFFE TAK: Det er lite som minner om Brudeferden i Hardanger der roere fra Ålesund har kledd seg etter været for å bistå CR-gjestene.

spøkelsesaktig stille på vannet. Vi gjør neste stopp ved Hundeidvik. Her blir det en matbit og det byttes litt om på mannskapene. Nå sitter Elisabeth, Evi, Melanie, Helge og Paul i Gig-en. Kjersti, Anders, Atle, Bobby og Stein ror Coastal, og i innriggeren sitter Nina, Andor, Karsten, Per Trygve og Tore. Det regner fremdeles tett, og vinden har meldt sin diskrete ankomst. Neste stopp er planlagt ved Trandal, nærmere bestemt gjestegården «Christian Gård». Nå er det klart for Hjørundfjorden. Gjennom skydekket skimter vi høye fjell og bratte vegger på sørsiden av fjorden. På grunn av den ganske raskt tiltagende vinden, ror vi langs nordsiden. Her er det steile vegger rett i sjøen – avbrutt av steinstrender det er svært vrient å skulle gå i land på. Et stykke holder vi følge, men siden båtene er så forskjellige, blir det etter hvert sprik i eskadren. Sjøen spisser seg høy med hvite topper, og vinden blir faretruende kraftig. Det blir tydelig at Gig-en får store problemer.

*Sjøen spisser seg
høy med hvite topper*

Coxen forteller

Når en robåt med fem personer skal synke, så går det ikke fortere enn at man rekker å konstatere faktum, å ta på seg vester, man øser og øser, mens man prøver å holde båten på en kurs som unngår de verste bølgene. Båten fylles gradvis, bagasje flyter opp, kanten er plutselig under vann – og til slutt svømmer mannskapet rundt båten. Vi var regnvåte og kalde fra før, slik at sjøtemperaturen opplevdes ikke så ille de første se-

*... til slutt svømmer
mannskapet rundt båten*



RO-ØKTENS LYSE SIDE: Cox Atle ser til at Melanie (stroke), Kjersti, Nina og Elisabeth holder koken.

kundene. Stemningen er rolig, alle holder seg fast i båten og har god kontakt med hverandre. Det gir en trygghet å være sammen og uten påfallende skader. Tiden går, og etter hvert begynner man å tenke på kulden som kryper inn i kroppene, og man merker bølgene som stadig slår over hodene våre.

Baltasar kommer til unnsetning

Heldigvis har Karsten i innriggeren klart å ringe etter hjelp. Redningstjenesten og lokale hjelpere blir kontaktet. Helikopteret fra Ålesund sykehus kommer først, men de har ikke line å sende ned. Etter en stund kommer skyssbåten «Baltasar». Om bord er Asbjørn Pettersen og Terje Botn. Skyssbåten passerer innriggeren, som ligger og venter og prøver å se etter Gig-en. De roper dem i den retningen de tror Gig-en befinner seg.

Når «Baltasar» ankommer ulykkesstedet, tas en og en opp fra sjøen. Takket være innsatsen til de to staute karene blir alle roerne reddet, men båten er historie.

En av roerne var livstruende nedkjølt og ble fløyet direkte til Ålesund sykehus da redningsbåten la til kai ved «Christian Gård».

På gjestegården åpner de dørene for oss. Peisvarmen tiner forfrosne kropp, og varm drikke

*En av roerne var
livstruende nedkjølt*

gjør godt. Tørt ulltøy fordeles etter beste evne, og etter en stund fraktes de skibbrudne inn til Ålesund sykehus for en sjekk. Resten skysses i «Baltasar» inn til Øye. Innriggeren og Coastal-en blir liggende igjen på Trandal.

Stemningen ved middagsbordet den fredagskvelden var spesiell. Kontakt med sykehuset og stadig mer positive tilbakemeldinger derfra, gav folk ro til å la natten senke seg etter at de fire siste CR-roerne hadde kommet seg til Hotell Union.

Lørdag 12.mai var planen at en gjeng skulle ha rodd videre innover Hjørundfjorden til Bjørke. En annen gruppe hadde med ski for en toptur til Slogen. Sistnevnte gruppe kom seg vel av gårde, men værforholdene gjorde at toppen ikke ble nådd. Noen valgte å vandre en tur langs veien og inn til en seter, og noen kom seg til Geiranger. Lørdagskvelden bød på et interessant kåseri om Union Hotells historie, og en meget velsmakende festmiddag. Fest for vår glede over å være trygt samlet.

Søndag skulle vi ha hatt en spektakulær rotur hele veien «hjem» til Ålesund. Men slik ble det ikke. Derimot fikk vi en flott tur med turistskøyta «Maud». Den hadde kommet innover til Øye i løpet av natten for å hjelpe oss tilbake. Første stopp blir gjestegården. Her entrer ålesundsguttene og Stein «Coastal»-en og ror den i meget frisk motvind til Sunde. Innriggeren ble igjen ved gjestegården. Fra Sunde og sjarmøretappen inn til roklubben rodde jentene. Skydekket sprekker opp, og den vakre sunnmørsnaturen viser seg fra den blide siden. Vel i havn blir jentene tatt varmt i mot av Helge – som er utskrevet fra sykehuset.

Etter en god samtale mellom alle turdeltakerne, takker CR-gjengen for en opplevelsesrik helg – med mye lærdom og erfaringer dyttet godt ned i robagene.

Melanie og Nina

REDNINGEN: Evi, Melanie, Elisabeth og Paul tilbake ved redningsbåten Baltasar. Og Melanie og Elisabeth har funnet det som var igjen av havaristen, en båt som i tidligere Christiania-eie het «Finn Larsen».



Sevilla



TRENINGSVILJE I SEVILLA:

(ØVERST) Karen Marie (baug), Trude, Rebecca og Karen er i siget – nesten i sivet.

(MIDTEN, VENSTRE) Rebecca, Andrea A, Trude, Andrea Å og Birgitta fra Fana på bryggekannten. Karen og Andrea Å ror 2x.

NEDERST: Rebecca, Marit, Andrea Å, Karen, Thea, Andrea A, Ingrid Victoria, Inger, Trude og rosje Martha.

Rosjefens beretning

Christiania Roklub har i 2012 totalt 198 starter. Av disse var det totalt 69 1.-plasser. Rosjefens pokal for flest seire gikk til Trude Meyer med 16 1.-plasser i 2012. Følgende 65 roere har rodd regatta for Christiania Roklub sesongen 2012:

JUNIOR HERRER:

Harald Vinje, Sverre Vinje, Thomas Rummelhoff-Larsen, Tord Vikaskog, Edvard Sønstervold, Nikolai Dahl, Thomas Kilaas, Karl Petter Fjellteveit, Håkon Fossum Løland, Bernt Thomas Due-Tønnesen

JUNIOR DAMER:

Marit Andreassen, Aasta Andreassen, Thea Sørensen, Mone Fyrand, Lisa Erfjord, Astrid Skjærpe

SENIOR HERRER:

Alexei Ivanov, Nicolai Astrup Wiik, Kristoffer Lorentzen, Erik Sebastian Ranberg, Ole Christian Lunke, Karl Hagen Bjurstrøm, Nikolai Jørgensen, Bastien Gallet, Lars Landmark, Jan Oldenburg, Matthias Geiger, Michiel Warmend, Håkon Moldestad, Johan Husvik

SENIOR DAMER:

Trude Meyer, Andrea Älveborn, Andrea Adamson, Anna Moldestad, Karen Marie Belsby, Inger Kavlie, Martha Helgeland, Marianne Nordahl, Bibi Klaasen, Ingrid Aasaaren, Anniken Ellingsen, Nina Mjaaland, Agnes Karlseng, Rebecca Frazee, Karen Johnson, Heidi Veaser, Bettina Hauesen, Christina Kinck

MASTER HERRER:

Helge Refsum, Tor Ahlsand, Otto Peter Narvestad, Ketil Rønne, Stein Randsborg, Øyvind Brøymer, Anders Værang, Lars Jørgen Jensen, Sigurd Dürbeck, Torstein Rekkedal, Truls Lindemann, Bjørn Lundiin, Øivind Haraldsen

MASTER DAMER:

Christine Høffgen, Antje Barsch, Monika Steiger, Janne Spilling





SESONGSTART: Aasta (baug), Mari, Trude og Marit på fin, men kjølig treningsrunde.

Nasjonalt

Vi er fornøyde med deltakelsen og resultatene i de nasjonale regattaene. Generelt er nivået i Norge på vei opp, og de nasjonale regattaene blir viktigere og viktigere. Vi stilte ikke på alle de lokale regattaene på høsten, noe vi gjerne skulle gjort. Det er behov for mer frivillige krefter og bedre økonomi for å kunne stille på alle regattaer, særlig dersom vi skal ha med alle de ferskeste utøverne.

Norgesmesterskapene

NM var en opptur for CR, som igjen vant Emil Mørchs pokal for beste klubb. Den endelige poengsummen ble 41 poeng, foran NSR med 29 poeng, og Fana med 25 poeng. Antall gullmedaljer ble seks, i senior dameklassene 2-, 2x, Lv2x, 4-, 4x og 8+.

På herresiden er det allerede tegn på godt nivå og stor oppslutning etter at trener Bastien Gallet har tatt over gruppen. Dette var særlig tydelig i H8+ i NM, hvor guttene tok en finfin 3. plass foran Horten, selv uten alle Amerika-farerne, som allerede hadde returnert til studier i utlandet.

CRs jentegruppe, ledet av mangeårig trener Sigurd Gullerud, viste at CR vil fortsette å dominere dameroing i Norge fremover, ved å vinne alle dame senior lagbåter, og ta 2.- og 3.-plassen i både lett- og tungvekt senior dame singel. Dette var særdeles hyggelig ettersom CR stilte uten flere av de erfarne dameroerne sine.

Det har imidlertid vært litt færre utøvere i juniorklassene i 2012, noe vi håper endrer seg til året som kommer.

Internasjonalt

Totalt ti utøvere har representert CR på landslag i 2012. Trude Meyer, Håkon Moldstad, Alex Ivanov og Nicolay Wiik deltok i U23-VM, i henholdsvis D2-, H4x og HLv2x. Plasseringene ble henholdsvis 5.-, 17.- og 16.-plass. Rosjefen bekjent er dette første gang Norge stiller med dame langåret båt i et senior verdensmesterskap, og det er gledelig å se denne utviklingen.

Karen Marie Belsby, Inger Kavlie, Andrea Elveborn og Marianne Madsen rodde Universitets-VM, i henholdsvis D2x, Dlv1x og D4-.

Vinje-brødrene deltok i Nordisk Mesterskap (JH4x og JH8+), hvor Sverre tok gull i JH4x og bronse i JH8- sammen med Harald.

I Baltic Cup rodde Sverre Vinje JH1x, mens Harald Vinje satt i JH4-, som tok gull på 2000 meter.

Nesten alle CRs utøvere som representerte Norge i 2012, er forholdsvis unge utøvere, med flere år igjen i sine respektive klasser, og det ventes videre utvikling i årene fremover.

Nybegynnere

De tidligere årene har i noen grad vært preget av at nybegynnerne opptar mye av trenerressursene, og at det til en viss grad er litt stort gjennomtrekk i gruppen. Sommerroskolen som ble arrangert på eget initiativ av Rebecca Frazee og Agnes Karl-seng, ble dermed en kjempesuksess. Svært gledelig er at mange har valgt å fortsette i klubben etter endt roskole. For trenerne har det vært en mye enklere prosess å integrere disse unge utøverne i gruppene, ettersom de har kommet raskt opp på robart nivå gjennom intensiv-roskole. Dette lover godt for juniorgruppen fremover. Sommerroskolen er noe vi ønsker å videreføre, gjerne også som helgekurs på våren og høsten.

JUNIOR-JENTER: *Aasta, Celine, Lisa og Mone (baug) har fått godt tak på roingen.*



Erfaringer fra rosesongen 2012 og planene videre

Det har til dels vært økende samarbeid mellom racegruppene. Det vil bli fellestreninger for elite herre og elite dame fra vintersesongen, og man sikter inn mot et sammenfallende treningsprogram, så fremt dette er hensiktsmessig.

Turen til ungdomsmesterskapet på Os ble i år arrangert av CR med sponning fra Oslo Kraftsenter. Dette var en meget hyggelig tur hvor vi hadde med utøvere fra flere osloklubber. Overnatting og bespisning var på hytta til 1.viserosjef Ingrid Aasaaren, noe som dannet en fin ramme rundt regattaen, og bidro til hyggelig sosialt samvær. Dette ønsker vi å gjenta også i 2013.

Når det gjelder Universitets-VM, er det første gang uttak til dette mesterskapet gjøres gjennom Norges Roforbund, og første gang CRs utøvere deltar. Utøverne reiste uten trener fra CR, men kunne rapportere om en meget bra opplevelse og høyt nivå. Dette er en fin introduksjonsregatta for dem som er seniorer og som ikke har kvalifisert seg til andre mesterskap, selv om nivået er minst like høyt, dog med noe større spredning. Vi oppfordrer CRs utøvere til å delta i denne regattaen i årene fremover.

En stor racegruppe, og et noe stramt budsjett, førte til begrensning i aktivitet og samlinger samt høyere egenandeler. Høye startavgifter bidro til at noen regattaer ble droppet, særlig for de yngste, noe som er uheldig. Dette er ikke bare uheldig for klubbens utøvere, men også for arrangører av de lokale regattaene hvor CR ikke stiller. Det stramme budsjettet førte også til noe stress for trenerne, ettersom samlinger og regattaer ikke alltid ble sportslig optimalt for de satsende utøverne. Utøverne fikk kjenne på noe økte egenandeler, noe som i størst grad har gått ut over de satsende utøverne.

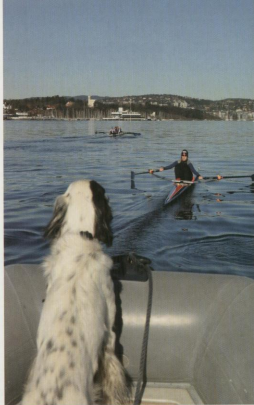
**MAJESTETISK: Klubbhuset
troner over roerne ved
innløpet til Frognerkilen.**



Når det gjelder verv og frivillig innsats, har det vært svært gledelig å se at flere tidligere aktive utøvere har valgt å engasjere seg i klubben etter endt rokarriere. Både i styret og i routvalget sitter det flere unge medlemmer, og vi ser økt innsats på trenerfronten. Dette er veldig gøy, og vi håper denne trenden vil fortsette. Alt i alt har 2012 vært en fin sesong, med fremvekst av mange lovende utøvere, trenere og frivillige. For sesongen 2013 håper vi at trendene fra 2012 vil føre til en større juniorgruppe og flere toppresultater blant eliteroerne.

Martha Helgeland

SKIPSHUND: *Shanty*
har Anna i sikte.



BOGSTAD-IDYLL: *Karen Marie og Inger*
(baug) trener til Student-VM i sin 2x.



Resultater 2012

NASJONALE RESULTATER

STOKKAVANNREGATTAEN 5.-6. mai

1	06:27.01	H	S	4X	2000	Sandefjord Kristiansand Christiania Roklub Bærum	Kris Cato Tohn Joakim Bøhn Håkon Moldestad Dag-Erik Tvedt
1	08:30.21	D	S	2X	2000	Christiania Roklub Fana	Karen Johnsen Birgitta Huseby
1	04:15.84	D	JB	2X	1000	Christiania Roklub	Thea Sørensen Aasta Andreassen
1	07:48.25	D	JB	1X	1500	Christiania Roklub	Thea Sørensen
1	08:18.34	D	S	2X	2000	Christiania Roklub Sandefjord	Trude Meyer Johanne Lavoll
1	07:07.94	D	JB	2X	1500	Christiania Roklub Stavanger	Aasta Andreassen Karen Undset
2	09:30.57	D	S	1X	2000	Christiania Roklub	Trude Meyer
2	08:41.30	D	S	2X	2000	Christiania Roklub	Trude Meyer Andrea Ålveborn
2	07:54.47	D	JB	1X	1500	Christiania Roklub	Aasta Andreassen
2	08:25.00	D	S	2X	2000	Christiania Roklub	Andrea Ålveborn Karen Johnsen
2	07:27.32	H	S	2X	2000	Christiania Roklub	Dag-Erik Tvedt Håkon Moldestad
2	08:17.72	D	JA	4X	2000	Christiania Roklub Aalesund Sandefjord	Marit Andreassen Thea Sørensen Johanne Lavoll Jenny M. Rørvik
2	07:17.17		S	4X	2000	Fredrikstad Sarpsborg Christiania Roklub	Hans K Willadsen Peter Banfi Fredrik Skjønhaug Kristoffer Lorentzen
3	07:52.56	D	S	4X	2000	Christiania Roklub Sandefjord	Andræa Ålveborn Trude Meyer Karen Johnsen Johanne Lavoll
3	09:15.24	D	S	1X	2000	Christiania Roklub	Trude Meyer
3	08:50.80	D	JA	2X	2000	Christiania Roklub	Marit Andreassen Thea Sørensen

STAVANGERDYST:

- 1) Karen Undseth (Stv) og Aasta.
- 2) Karen og Birgitta (Fana). 3) Thea og Aasta.
- 4) Kristoffer. 5) Andrea, Karen og Trude.

Stokkavannssregattaen



1 2



3 4



5



ØSTLANDSREGATTAEN 19.-20. mai

1	07:27,25	D	S	2X	2000	Bærum Roklubb / Christiania Roklub 5	Hilde Gudem Anna Moldestad
1	07:38,72	D	S	2-	2000	Christiania Roklub / Kristiansand Roklubb 1	Trude Meyer Hanna Gailis Inntjore
1	07:16,77	D	S	4X	2000	Christiania Roklub 1	Karen Marie Belsby Inger Kavlie Andrea Sollie Ålveborn Trude Meyer
1	03:52,91	D	JB	2X	1000	Christiania Roklub 1	Aasta Andreassen Thea Sørensen
1	07:56,42	D	JA	4X	2000	Christiania Roklub 1 / Bergens Roklubb	Marit Andreassen Thea Sørensen Aasta Andreassen Maialund (Bergens)
1	07:30,01	H	S	2-	2000	Sandefjord / Christiania	Kris Cato Tohn Håkon Moldestad
1	07:16,76	D	S	4X	2000	Bærum Roklubb / Christiania Roklub 2 / Fana Roklubb	Hilde Gudem Andrea Sollie Ålveborn Bettina Hauelsen Birgitta Huseby (Fana)
1	05:54,63	D	JB	4X	1500	Christiania Roklub / Aalesund Roklubb	Aasta Andreassen Mari Hamran Thea Sørensen Sofie Slottsvik
1	07:32,56	D	S	2X	2000	Christiania Roklub 5 / Bærum Roklubb	Hilde Gudem Anna Moldestad
1	07:54,08	D	S	2-	2000	Christiania Roklub / Kristiansand Roklubb	Trude Meyer Hanna Gailis Inntjore
1	06:58,94	D	JB	1X	1500	Christiania Roklubb	Thea Sørensen
1	06:47,50	H	JA	8+	2000	Norske Studenters Roklubb / Christiania Roklub / Moss Roklubb	Patrick Een Sture (NSR) Petter Svingen (NSR) Oscar Stabe (NSR) Magnus Tønsberg (NSR) Theo Wiik (NSR) Robin Muno (Moss) Sverre Vinje (CR) Thomas Rummelhoff-Larsen (CR) cox: Jo Suul (NSR)
2	02:05,16	H	JC	1X	500	Christiania Roklub	Håkon Fossum Løland
2	08:13,11	D	S	1X	2000	Christiania Roklub	Trude Meyer
2	06:50,01	D	JB	2X	1500	Christiania Roklub 1	Aasta Andreassen Mari Hamran
2	07:48,91	D	JA	4X	2000	Christiania Roklub 1 / Drammen Roklubb	Marit Andreassen Thea Sørensen Adriana Abrahamsen Brox Anne Line Hexeberg-Henriksen
2	07:24,95	D	S	4X	2000	Christiania Roklub 1 / Kristiansand Roklubb	Karen Marie Belsby Martha Helgeland Trude Meyer Hanna Gailis
2	07:48,40	D	S	2X	2000	Christiania Roklub 3 / Fana Roklubb	Andrea Sollie Ålveborn Birgitta Huseby (Fana)

Østlandsregattaen



1

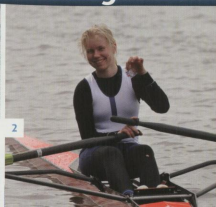
2

3



4

5



MEST JENTER: 1) Trude og Hanna (Krsand), som også rodde U23 VM. 2) Aasta. 3) Harald. 4) Marit, Bergensroer, Aasta, Thea. 5) Thea. 6) Trude.



6



Hortensregattaen



1

2



- 1) Helge Refsum og Tor Ablsand i hver sin singel.
- 2) Karen og Anna i lettvekt.
- 3) Karen Marie og Trude.
- 4) Andrea A., Hanna (Kr. sand), Trude og Martha.



3

4



2	06:40,88	H	S	4X	2000	Kristiansand Roklubb / Bærum Roklubb / Sandefjord Roklubb / Christiania Roklub	Joakim B Bøhn Dag-Erik Tvedt Kris Cato Tohn Håkon Moldestad
3	04:34,52	D	JB	1X	1000	Christiania Roklub	Aasta Andreassen
3	08:26,02	D	S	1X	2000	Christiania Roklub	Andrea Sollie Alveborn
3	08:01,29	H	JA	1X	2000	Christiania Roklub	Harald Vinje
3	07:46,47	D	S	2X	2000	Christiania Roklub 1	Karen Marie Belsby Inger Kavlie
3	07:50,81	D	S	2X	2000	Christiania Roklub 1	Martha Knutzen Helgeland Karen Marie Belsby
3	06:54,19	H	S	2X	2000	Sandefjord / Christiania	Håkon Moldestad Kris Cato Tohn

HORTENSREGATTAEN 26.-27. mai

1	00:08:09,28	D	S	2x	2000	Christiania Roklub	Martha Helgeland Karen Marie Belsby
1	00:07:01,91	H	S	2x	2000	Christiania Roklub	Nicolai Astrup Wiik Alexei Ivanov
1	00:04:08,79	H	M	1x	1000	Christiania Roklub	Tor Ahlsand
1	00:07:23,26	D	S	4x	2000	Christiania Roklub Kristiansand	Trude Meyer Hanna Gallis(KR) Martha Helgeland Karen Marie Belsby
1	00:08:24,18	D	S	2-	2000	Christiania Roklub Kristiansand	Trude Meyer (CR) Hanna Inntjore (KR)
1	00:06:18,74	H	S	4x	2000	Kristiansand Roklubb Christiania Roklub Sandefjord Roklubb Bærum Roklubb	Håkon Moldestad Dag-Erik Tvedt Joakim B Bøhn Kris Cato Tohn
1	00:07:36,69	D	S	2x	2000	Christiania Roklub	Anna Skaarnæs Moldestad Karen Johansen
1	00:04:53,21	H	M	1x	1000	Christiania Roklub	Tor Ahlsand
1	00:06:51,11	D	S	4x	2000	Christiania Roklub Fana Bærum	Hilde Gudem (Bærum) Andrea Alveborn Karen Johnson Birgitta (Fana)
1	00:07:17,91	D	S	4-	2000	Christiania Roklub Kristiansand	Martha Helgeland Trude Meyer Hanna Gallis (Kristiansand) Andrea
1	00:07:45,63	D	S	2-	2000	Kristiansand Roklubb Christiania Roklub	Trude Meyer (CR) Hanna Inntjore (KR)
1	00:06:14,14	H	JA	8+	2000	Norske Studenters Roklub Christiania Roklub	Theo Wiik (NSR) Magnus Tønsberg (NSR) Tomas (CR) Sverre Vinje (CR) Oscar Stabe (NSR) Harald Vinje (CR) Petter Svingen (NSR) Patrick Een Sture (NSR) cox: Jo Suul (NSR)

2	00:09:00,31	D	S	1x	2000	Christiania Roklub	Karen Marie Belsby
2	00:08:18,62	D	S	2x	2000	Christiania Roklub	Bettina Hauelsen Andrea Sollie Ålveborn
2	00:04:13,91	H	M	1x	1000	Christiania Roklub	Helge Refsum
2	00:08:24,85	D	S	1x	2000	Christiania Roklub	Trude Meyer
2	00:07:51,15	D	S	2x	2000	Christiania Roklub	Trude Meyer Karen Marie Belsby
2	00:06:38,97	H	S	2x	2000	Christiania Roklub	Nicolai Wiik Alexei Ivanov
2	00:07:11,14	D	S	4x	2000	Christiania Roklub	Karen Marie Belsby Marianne Nordahl Anna Moldestad Andrea Adamson
2	00:07:34,69	D	JA	4x	2000	Christiania Roklub Drammen	Thea Sørensen Marit Andreassen Adriana A. Brox (D) Anne Linde H. Henriksen (D)
2	00:07:35,69	D	S	4-	2000	NTNUI Christiania Roklub	Marte Bergstedt Flaot Marte Krogsrud Elise Sandsmark Andrea Ålveborn
3	00:09:07,31	D	S	1x	2000	Christiania Roklub	Andrea Sollie Ålveborn
3	00:08:19,89	H	S	1x	2000	Christiania Roklub	Kristoffer Lorentzen
3	00:04:21,43	H	M	1x	1000	Christiania Roklub	James Wilson
3	00:08:33,57	D	S	1x	2000	Christiania Roklub	Karen Marie Melsby
3	00:07:56,80	D	S	2x	2000	Christiania Roklub	Martha Knutzen Helgeland Marianne Nordahl

ULVENREGATTA 9.-10. juni

1	00:02:14,66	H	JC	1x	500	Christiania Roklub	Håkon Løland
2	00:02:17,99	Åpen	Åpen	1x	500	Christiania Roklub	Karl Petter Fjellveit

NORDISK MESTERSKAP 26.-27. juni

1	07:16,4	1	DS	4-	2000	Christiania Roklub Kristiansand Roklubb	Andrea Adamson (CR) Martha Knutzen Helgeland (CR) Hanna Gailis Inntjore (Kristiansand) Trude Meyer (CR)
2	06:02,5	3	HS	4X	2000	Kristiansand Roklubb Christiania Roklub Bærum Roklubb Sandefjord Roklubb	Joakim Bohn (Kristiansand) Håkon Moldestad (CR) Dag Erik Tvedt (Bærum) Kris Cato Tohn (Sandefjord)
2	07:32,7	3	DS	4-	2000	NTNUI Christiania Roklub	Marte Krogsrud (NTNUI) Marte Bergstedt Flaot (NTNUI) Elise Sandsmark (NTNUI) Marianne Madsen (CR)
3	06:09,4	1	HS	4X	2000	Christiania Roklub Sandefjord Roklubb Bergens RK	Alexei Ivanov (CR) Hallvard Bjørkelund (Bergen) Nicolai Astrup Wiik (CR) Øyvind Lavoll (Sandefjord)

Nordisk regatta • Årungen



1



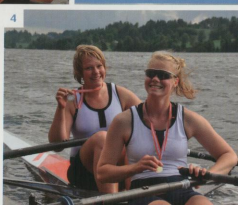
2

- 1) NR-president Erling gliser med Marianne, Inger, Bibi og Karen Marie.
- 2) Agnes og Karen.
- 3) Erling gjør ære på Karen og Andrea.
- 4) Inger og Karen Marie er også svært medaljestolte.



3

4



TUNEVANNSREGATTAEN 18.-19. august

1	Ingen tid	H	Mas J	1x	500	Christiania Roklub	Tor Ahlsand
1	02:03,4	D	JB	1x	500	Christiania Roklub	Aasta Andreassen
1		D	JB	1x	200	Christiania Roklub	Thea Sørensen
1	04:07,0	D	S			Christiania Roklub	Trude Meyer
1	04:02,9	H	Mas H	2x	1000	Christiania Roklub	Otto Peter Narvestad Helge Refsum
1	08:34,4	D	S	1x	2000	Christiania Roklub	Trude Meyer
1	Ingen tid	D	Mas B	2x	1000	Christiania Roklub	Christine Høffgen Monike Steiger
1	Ingen tid	H	Mas D	4-	1000	Christiania Roklub	Øyvind Haraldsen Ketil Rønne Stein Randsborg Matthias Geiger
1	04:56,6	H	Mas I	1x	1000	Christiania Roklub	Otto Peter Narvestad
1	04:07,5	D	Mas E	4x	1000	Christiania Roklub	Antje Barsch Monika Steiger Janne Spilling Christine Høffgen
1	03:57,9	H	Mas G	4x	1000	Christiania Roklub	Anders Ragnar Værang Øyvin Anders Brøymer Helge Refsum Stein Adel Randsborg
1	08:20,2	D	S	2x	2000	Christiania Roklub	Karen Marie Belsby Inger Kavlie
1	07:43,1	D	JB	1x	1500	Christiania Roklub	Thea Sørensen
1	04:25,5	Mix	Mas G	2x	1000	Christiania Roklub	Janne Spilling Helge Refsum
1	07:46,0	H 1995	JA	2x	2000	Christiania Roklub	Sverre Vinje Harald Vinje
1	07:52,5	D	S	4x	2000	Christiania Roklub Kristiansand Roklubb	Karen Johnson Agnes Karlseng Hanna Gallis Inntjøre Andrea Solлие Ålveborn
1	06:24,1	D	JB	2x	1500	Christiania Roklubb	Aasta Andresen Thea Sørensen
2	01:45,4	D	S	2x	500	Christiania Roklub	Karen Marie Belsby Inger Kavlie
2	02:04,1	D	JB	1x	500	Christiania Roklub	Thea Sørensen
2		D	S	1x	200	Christiania Roklub	Andrea Solлие Ålveborn
2	01:28,3	H	S	4-	500	Sarpsborg Roklubb Christiania Roklub	Frederic Skjønhaug Nicolai A Wiik NN NN
2	01:36,0	H	S	2x	500	Sarpsborg Roklubb Christiania Roklub	Frederic Skjønhaug Nicolai Wiik
2	04:12,4	H	Mas G	2x	1000	Christiania Roklub	Anders Ragnar Værang Øyvin Anders Brøymer
2	08:23,0	H	JA	1x	2000	Christiania Roklub	Sverre Vinje

Tunevannsregattaen



1 2
3



TUNE-TABLÅ:

- 1) Ketil, Stein, Mattbias og Øivind.
- 2) Inger og Karen Marie.
- 3) Karen Marie, Trude, Andrea og Inger.



Tunevannsregattaen



1

2

BRA JOBB: 1) Monika,
Christine, Janne og Antje.
2) Janne og Helge i par.
3) Tor tar seg en fortjent tår.
4) Sverre og Harald,
eller omvendt.
5) Thea tar tak.



3



2	07:53,9	H	JA	1x	2000	Christiania Roklub	Sverre Vinje
2	05:02,9	H	Mas G	1x	1000	Christiania Roklub	Helge Refsum
2	08:01,7	D	S	4x	2000	Christiania Roklub	Andrea Adamson Karen Marie Belsby Inger Kavlie Trude Meyer
2	07:47,6	D	JB	1x	1500	Christiania Roklub	Aasta Andresen
3	01:45,8	D	S	2x	500	Christiania Roklub	Karen Johnson Andrea Ålveborn
3	08:39,5	D 1995	JA	2x	2000	Christiania Roklub	Thea Sørensen Marit Andreassen
3	05:06,0	H	Mas J	1x	1000	Christiania Roklub	Tor Ahlsand
3	08:33,3	H	S	2x	2000	Christiania Roklub	Johan Husvik Thomas Rummelhoff-Larsen
3	08:57,3	D	S	2x	2000	Christiania Roklub	Andrea Adamson Karen Johnson
3	08:14,7	H	S	2-	2000	Christiania Roklub	Kristoffer Lorentzen Nikolai Jørgensen



4

5



Kjørboregattaen



SPRINT: Fin innsats av jentene i Kjørboregattaen utenfor Sandvika, med E-18-biltrafikk i bakgrunnen.



KJØRBOREGATTAEN 25.-26. august

1	01:58,0	D	JB	1x	Christiania Roklub	Thea Sørensen
2	01:59,6	D	JB	1x	Christiania Roklub	Aastad Andreassen
2	01:51,5	D	S	1x	Christiania Roklub	Karen Johnson
3	01:52,9	D	S	1x	Christiania Roklub	Andrea Alveborn
2	01:43,0	D	S	2x	Christiania Roklub	Karen Johnson Anna Moldestad
1	02:04,7	D	JA	1x	Christiania Roklub	Marit Andresen
3	01:38,5	D	S	4x	Christiania Roklub	Karen Johnson Andrea Alveborn Andrea Adamson Anna Moldestad
1	01:47,6	D	JB	2x	Christiania Roklub	Thea Sørensen Aasta Andreassen

NORGESMESTERSKAPET 22.-23. september

1	08:47,4	D	S	4-	2000	Christiania Roklub	Trude Meyer Anniken Ellingsen Ingrid Hauge Aasaaren Heidi Vesper
1	08:16,1	D	S	8+	2000	Christiania Roklub	Karen Marie Belsby Rebecca Styrmø Frazee Inger Kavlie Nina Mjaaland Christina Kinck Rebecca Frazee Karen Johnsen Andrea S. Alveborn Thea Sørensen
1	07:23,1	D	JB	1x	1500	Christiania Roklub	Aasta Andreassen
1	05:15,8	H	Mas J	1x	1000	Christiania Roklub	Tor Ahlsand
1	08:14,5	D	SLv	2x	2000	Christiania Roklub	Karen Johnson Anna Moldestad
1	08:24,3	D	S	2-	2000	Christiania Roklub	Trude Meyer Heidi Vesper
1	08:05,4	D	S	2x	2000	Christiania Roklub	Karen Marie Belsby Inger Kavlie
1	07:38,1	D	S	4x	2000	Christiania Roklub	Karen Marie Belsby Inger Kavlie Heidi Vesper Bibbi Klaassen
2	04:51,8	D	JB	2X	1000	Christiania Roklub	Aasta Andreassen Mone Aaløkken
2	11:13,4	D	S	1X	2000	Christiania Roklub	Trude Meyer
2	10:46,6	D	SLV	1X	2000	Christiania Roklub	Andrea Sollie Alveborn
2	07:30,7	H	JA	2x	2000	Christiania Roklub	Sverre Vinje Harald Vinje
2	07:49,1	D	S	4x	2000	Christiania Roklub	Trude Meyer Andrea Sollie Alveborn Karen Johnson Anna Moldestad

Norgesmesterskapet



POKAL: Heidi (baug), Inger, Bibi og Karen Marie seiret i 4x.

LETTVEKTER: Ole Christian stilte opp i singelsculler.



INNPAKKET: Rebecca, Karen og Anna holder varmen.

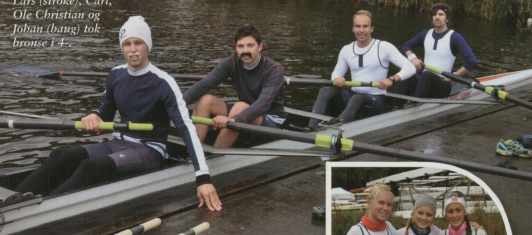
DE YNGSTE: Christianias junior-åtter gjorde en hederlig innsats.



Norgesmesterskapet

HERRER MED BART:

Lars (stroke), Carl, Ole Christian og Johan (bang) tok bronse i 4-.



MESTERE: Karen og Anna med NM-tittel tredje gang på rad.



NM-SMIL: Aasta, Lisa og Mone



GLA'GJENG:

Det ble mange pokaler å ta med hjem etter NM på Årungen.

3	11:17,9	D	S	1X	2000	Christiania Roklub	Inger Kavlie
3	07:21,5	H	S	4X	2000	Christiania Roklub	Alexei Ivanov Håkon Moldestad Erik Sebastian Ranberg Nikolai Jørgensen
3	09:52,4	D	JA	4X	2000	Christiania Roklub	Aasta Andreassen Marit Andreassen Thea Sørensen Mone Aaløkken
3	11:04,8	D	SLV	1X	2000	Christiania Roklub	Anna Moldestad
3	08:36,1	D	S	8+	2000	Christiania Roklub	Anniken Ellingsen Bettina Marit Andreassen Trude Meyer Heidi Væser Anna Moldestad Ingrid Hauge Aasaaren Monika Steiger Aasta Andreassen
3	08:22,8	D	SLV	2x	2000	Christiania Roklub	Bettina Hauelsen Andrea Solli Alveborn
3	08:58,8	D	S	2-	2000	Christiania Roklub	Nina Mjaaland Bibbi Klaassen
3	07:42,5	H	SLV	4-	2000	Christiania Roklub	Karl Hagen Bjørstrøm Ole Christian Lunke Lars Landmark Johan Husvik
3		H	S	8+	2000	Christiania Roklub	Alexei Ivanov Håkon Moldestad Kristoffer Lorentzen Erik Sebastian Ranberg Nikolai Jørgensen Bastien Gallet Michiel Warmend Jan Oldenburg Bettina Hauesein
2	04:12,4	H	Mas G	2x	1000	Christiania Roklub	Anders Ragnar Værang Øyvind Anders Brøymer
2	08:23,0	H	JA	1x	2000	Christiania Roklub	Sverre Vinje

RÅSKINN • ÅRUNGEN 8 KM 13. oktober

1	00:31:49	D S	2x	8000	Christiania RK	Karen Marie Belsby Inger Kavli
2	00:32:34	DU23	2x	8000	Christiania RK	Andrea Elveborn Karen Johnsen
2	00:33:12	H J A	1x	8000	Christiania RK	Harald Vinje

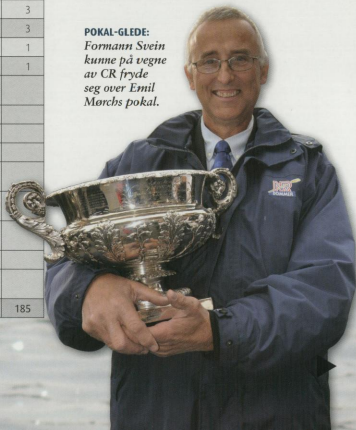
«Napp» i Emil Mørchs Pokal

ROKLUBB	TOTALT
Christiania Roklub	41
Norske Studenters Roklub	29
Fana Roklubb	25
Bergens Roklub	15
Stavanger Roklub	10
Kristiansand Roklubb	10
Moss Roklubb	9
Horten Roklubb	8
Bærum Roklubb	8
Ormsund Roklub	7
Aalesunds Roklub	6
Os Roklubb	5
Sandefjord Roklubb	4
Drammen Roklubb	3
NTNUi	3
Fredriksstad Roklub	1
Sarpsborg Roklubb	1
Ormsund Roklub/ Fana Roklubb	
(tom)	
Årungen Ro- og Kajakklubb	
Bestumkilen Roklubb	
Bærum Roklubb/ Stavanger Roklub	
Horten Roklubb/ Drammen Roklubb	
Bærum Roklubb/ Horten Roklubb	
Tønsberg Roklub	
Moss Roklubb/ Bærum Roklubb	
Totalt	185

A-finaleseiere i NM

ROKLUBB	TOTALT
Christiania Roklub	6
Fana Roklubb	5
Bergens Roklub	3
Norske Studenters Roklub	3
Moss Roklubb	2
Kristiansand Roklubb	2
Ormsund Roklub	1
Os Roklubb	1
Bærum Roklubb	1
Stavanger Roklub	1
Aalesunds Roklub	1
Horten Roklubb	1
Totalt	27

POKAL-GLEDE:
*Formann Svein
kunne på vegne
av CR fryde
seg over Emil
Mørchs pokal.*



INTERNASJONALE RESULTATER

SORØREGATTAEN 30. juni–1. juli

2	07:31.19	D	JA	4x	2000	Christiania Roklub	Aasta Andreassen Astrid Skjærpe Marit Andreassen Thea Sørensen
2	07:34.35	D	LS	2x	2000	Christiania Roklub	Karen Marie Belsby Inger Kavlie
3	07:40.10	D	LS	2x	2000	Christiania Roklub	Agnes Karlseng Karen Johnson
1	08:11.55	D	S	1x		Christiania Roklub	Andrea Ålveborn
3	08:31.72	D	LS	1x	2000	Christiania Roklub	Karen Johnson
1	06:53.81	D	S	4x	2000	Christiania Roklub	Heidi Veseer Agnes Karlseng Martha Helgeland Inger Kavlie
1	06:51.48	H	S	4-	2000	Christiania Roklub	Kristoffer Lorentzen Nils Henrik Stene Alex Ivanov Nicolay Wiik
3	08:09.49	D	JA	4x	2000	Christiania Roklub	Astrid Skjærpe Marit Andreassen Viktoria Kobbernagel Marianne Vinsand
1	07:36.58	D	LS	2x	2000	Christiania Roklub	Andrea Ålveborn Karen Johnson
3	07:40.17	D	LS	2x	2000	Christiania Roklub	Karen Marie Belsby Inger Kavlie
3	08:15.52	D	S	1x	2000	Christiania Roklub	Martha Helgeland
1	06:59.16	D	S	4x	2000	Christiania Roklub	Agnes Karlseng Andrea Ålveborn Karen Johnson Hilde Gudem (Bærum)
2	07:14.11	D	S	4x	2000	Christiania Roklub	Heidi Veseer Martha Helgeland Karen Marie Belsby Inger Kavlie

NORSK I DANMARK:

- 1) Andrea med pokal.
- 2) Aasta og Thea ror 2x.
- 3) Junior-damene Aasta, Astrid, Marit og Thea i fint sølv-driv.
- 4 og 5) Pallplass også til Heidi, Martha, Inger, og Karen Marie, samt gulljentene Hilde, Andrea, Karen og Agnes.
- 6) Nils Henrik og Kristoffer inn til nesten-bronse.

Sorø-regatta, Danmark



1 2
3



4 5
6



Bli medlem av Rosportens venner

Trenger din støtte for å videreføre den stolte norske rotradisjonen.

Vi har støttet med over en halv million!

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

Klubbens faste leverandør



- VINDUER
- DØRER
- INNREDNINGER
- SPESIALPRODUKTER
- MØBLER

HOVEDKONTOR:
Hadelandsvn. 1109
1488 Hakadal
TLF.: 67 07 27 21
FAX: 67 07 20 33
E-POST: bjerke@perbjerke.no
WEB: www.perbjerke.no
AVD. VEST-TELEMARK
3380 Dalen
AVD. TRYSIL
2428 Søre Osen

SNEKKERMESTER

Per Bjerke AS

Snekkerverksted Etbl. 1932

Roskole 2013

Roskole for voksne blir i 2013 arrangert som helgekurs. Vi starter kl 10 og avslutter kl 15 lørdag og søndag. I løpet av helgen får du innføring i grunnleggende roteknikk, ord og uttrykk, sikkerhetsregler og hvordan båt-materiell behandles. Det blir flere treningsøkter både på romaskin og i lagbåt med instruksjon fra erfarne trenere.

TID: 11.-12. mai og 31. august-1.september

STED: Kongen, Frognerkilen. **PRIS:** Kurset koster kr 1500,-

Tilbud om instruksjon fire ettermiddager kl 17.30 (onsdager) er inkludert i prisen.

Påmelding skjer ved å sende en epost til roskolen@christiania-roklub.no med opplysninger om navn, epost-adresse og mobilnummer.

Kjenner du noen som kunne tenke seg å prøve seg som roer?

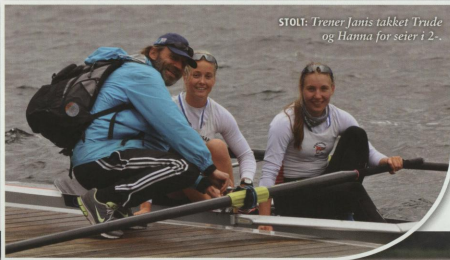
Gi dem et tips om at rosikolen er populær, og at det er lurt å melde seg på tidlig.

Fra krasj til seier i Ratzeburg

I juni dro en stor gruppe fra Norge ned til Ratzeburg-regattaen i Tyskland. Det var roere fra Fana, Kristiansand, Bærum, NSR, Stavanger, Ormsund, Horten, Sandefjord, Bergen og selvsagt Christiania Roklub. Reisen ned til Tyskland gikk ikke helt smertefritt for seg. Det ble et «lite krasj» mellom CR-bilen med henger og minibussen, hvor flere av utøverne satt. Det ble heldigvis ingen skader på utøverne eller båtene, men CR-bilen ble ganske «most» i fronten.

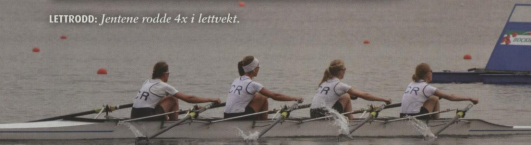
Roforholdene på lørdag viste seg å bli relativt krevende. Det var veldig mye medvind. For mye til å sette særlig gode tider, i hvert fall for småbåtene. Fra CR stilte Karen Maria i 1x. Hun rodde to gode løp.

«...et «lite krasj»
mellom CR-bilen
med henger og
minibussen»



STOLT: Trener Janis takket Trude og Hanna for seier i 2-.

LETTRODD: Jentene rodde 4x i lettvekt.





IKKE BARE CR: Hilde (Bærum), Andrea, Karen, Karen Marie, Tommy (Horten), Kristoffer, Hans Gunnar (Ormsund), Aleksander (Ormsund) og Asbjørn Skogen (Stavanger) med lang busstur foran seg.

GULL: Hanna og Trude var suverene.



Karen og Andrea rodde lettvekt 4x sammen med Hilde Gudem (Bærum) og Birgitta Husebye (Fana). Båten gikk ikke like fort som håpet.

Kristoffer Lorentzen stilte i 1x, med ny båt – etter at kjølen på singelen hans brakk. Han gjennomførte som alltid med god stil, og med humøret på topp.

I herrer 4x rodde vår egen Molly (Håkon Moldestad). De hang godt med de første 1000, men slet litt med å holde følge mot slutten.

Hanna Gailis Inntjore og jeg stilte i 2-. Etter å ha trent en del sammen det siste halvåret, og med god progresjon på trening den siste tiden, gledet vi oss til endelig å få muligheten til å måle krefter mot noen andre i 2-. Da vi så de andre konkurrentene, særlig tyskerne, kom nervene fort. Likevel, for en gangs skyld hang vi relativt bra med fra første tak.

“... de siste 1000 metrene var vår styrke”



FORNØYDE: Karen, Birgitta (Fana), Andrea og Hilde (Bærum).

Da vi passerte 500 meter, gikk vi gjennom feltet og lå an til en tredjeplass. Etter halvveis-passering lå vi omtrent likt med båten på andreplass. Vi visste begge at de siste 1000 metrene var vår styrke, og vår del av løpet. Etter hvert dro vi fra og lå an til en andre plass. Men dette var ikke dagen da vi skulle nøye oss med det. Da det var 500 meter igjen, så vi båten i tet i øyekroken, og vi spiste opp ledelsen fort, og dro videre forbi. Vi vant med tre sekunder over Tyskland, noe som var over all forventning.

Trude Meyer

LIKE BLID: Karen Marie smiler etter 1x-slit.



TOK TET: Trude og Hanna var først i tøff tyskdominert uttaksregatta.



Murmester

HELGE BJONGE

Alt innen
mur, puss, flis, peis
og naturstein

40 års erfaring

Mobil: 41 64 56 19 E-post: helge@bjonge.com

Baltic cup 2012

– en opplevelse for livet

I år som i fjor var jeg kvalifisert til Baltic Cup, og i år som i fjor i lagbåt. Denne gangen i firer uten styrmann sammen med Theodor Wiik, Patrick Sture og Petter Svingen. Alle fra Norske Studenters Roklub. I år var «Baltic» i Polen, ved et sted som heter Kruszwica, ca en time med bil fra Warszawa.

Forventingene om hvordan det skulle gå var selvfølgelig høyere enn i fjor, da vi hadde blitt større og sterkere, og i tillegg var vi de eldste i klassen. Til tross for dette slet vi i kvalifiseringen mot ett år yngre bergensere som hadde brukt sommeren sin på å toppe formen mot kvalifiseringen, mens vi kun hadde trent sammen i to uker. Men vi halte seieren i land så vidt det var.

Under oppkjøringen merket vi stor framgang, både teknisk og med moralen og spiriten i laget. Uken før cupen merket vi klart at vi var et helt annet lag enn under kvalifiseringen.

Fredag 28. september var det avreise, og dagen etter skulle løpet gå, nemlig 2000-meter.

Det var ikke forsøksløp siden det bare var seks båter. Dette gjorde oss litt nervøse og usikre siden vi ikke fikk vite noe om hvordan vi lå an før finalen, men vi gjorde det beste ut av det, og tok oss en liten prøvetur mens de andre klassene hadde forsøksløp. Båten fløt bra og vi kjente oss i slag alle fire.

„gjorde oss litt
nervøse og usikre“

TIL TOPPS: Harald Vinje strekker hendene i været i seiersglede sammen med NR-makkerne Theodor Wiik, Patrick Sture og Petter Svingen.



Finalen

Finalen var klokken 15, så vi gikk ut ca 14.15, varmet opp i 40 minutter, og ventet i ca fem minutter før vi kom på plass og ventet på signalet.

Så gikk starten. De to–tre første takene satt bedre enn noen gang. Dessverre ble vi stoppet, og starten måtte gå på nytt; russerne hadde tjuvstartet.

Den andre starten gikk nesten like bra. Vi hadde en plan om å gå ut jevnt og holde en fart vi kan klare gjennom hele løpet, men samtidig gå ekstra hardt den tredje 500-meter'n, da de andre sannsynligvis ville være stive og demotiverte.

Roingen gikk bra teknisk, og ved 500 meter lå vi på 3. plass, godt med i feltet. Vi jobbet og jobbet og tenkte kun på oss selv – til vi passerte 1000-metersmerket, da Theodor, båstens baumann, så til siden og skrek: «VI LIGGER PÅ FØRSTEPLASS!» Og han hadde naturligvis helt rett! Vi ledet over polakkene med ca $\frac{3}{4}$ båtlengde FØR vi skulle øke farten på den tredje 500-meter'n.

Vi holdt oss fremdeles til planen og presset på, og avstanden ble bare større og større. Det var en utrolig motiverende følelse, og alle på laget var klare for å gi alt de hadde av krefter de siste 500–600 meterne. Avstanden holdt seg til det var ca 200 meter igjen, da satte Polen inn en sluttsprint få har sett maken til, men det holdt ikke; vi kom i mål to sekunder foran dem til slutt. Polakkene ble samtidig diskvalifisert for å ha styrt inn i en annen bane, selv om det ikke hadde noen påvirkning på løpet. Like fullt var seieren «rødt, hvitt og blått», med Russland på 2. plass og Tyskland på tredje.

Vi rodde i både sjokk og glede mot seiersbrygga, for dette hadde vi ikke sett for oss i det hele tatt. På forhånd hadde vi sagt at vi skulle være fornøyde om vi fikk pallplass, noe som gjorde seieren ekstra deilig.

Den norske nasjonalsangen ble spilt, og medaljene ble delt ut. Store, fine og gylne var de. Øverst på pallen sto fire glade, norske gutter.

Foreløpig er dette personlig min største seier innenfor roing, og det var, som overskriften antyder, en opplevelse for livet.



... da satte Polen inn en sluttsprint

Harald Vinje

Studenter i kamp

I begynnelsen av september vendte en gjeng norske roere snuten mot Kazan, Russland og Universitets-VM. I 2013 skal samme by arrangere Student-OL, eller «universiade», og det som møter oss når vi er fremme i Kazan, er en gedigen deltager-

**... båtstativ etter båtstativ
fylt med nyinnkjøpte båter**

landsby, en splitter ny regattabane samt båtstativ etter båtstativ fylt med nyinnkjøpte båter.

Norge er representert i følgende båtclasser: M8+, M2-, MLw2X, W4-, W2X og WLw1X. Med 20 roere var

Norge blant de landene som stilte med flest utøvere i Universitets-VM. Totalt fire CR-jenter var med i den norske troppen. Klubben ble representert i alle damebåtene.

Kari Andrea Sollie Ålveborn ror lettvekt singel og møter tøff motstand når Kirsten McCann, OL-deltager fra Beijing, står på startlisten. Etter tøffe tak i vind og vær havner Andrea på en strålende fjerdeplass i B-finalen.

I damefirer finner vi Marianne Madsen. På startlisten står samme damefirer som rodde seg til en tredjeplass i U23-VM tidligere samme sesong. Løpene er jevne, og i et spennende oppsamlingsheat er den norske fireren tre sekunder fra A-finale. Det ender med en 7.plass totalt for den norske fireren.

**... tre sekunder
fra A-finale**

Karen Marie Utne Belsbye og Inger Kavlie stiller i damedobbel og møter rutinnerte roere med solide plasseringer fra alt mellom London OL og U23-VM. Etter en svært jevn B-finale ror jentene seg inn til en 9. plass.

Inger Kavlie

Regnskapsfører for Christiania Roklub

Utleggsskjemaer vedlagt originalkvitteringer og fakturaer sendes til:
A CONTO REGNSKAP AS, Slependsveien 48, 1341 Slependsen



E-POST: anne@acontoregnskap.no • TLF 954 99 481

Autorisert regnskapsførerselskap

Vi utvider!

Med tre tannleger på laget i helt nye lokaler i *Vinderenborgen* er kapasiten langt større.

Kontakt oss eller stikk innom for en sjekk.



Adresse

Slemdalsveien 70,
oppg B – 2. etg
0370 OSLO

Vi tilbyr

- Allmenn tannlegebehandling
- Bleking av tenner

Timebestilling

22 14 47 13 • 22 49 58 82 • 22 14 81 00
www.vinderentannlegene.no

Nordisk melkesyre-løp

Spenningen var stor da beskjeden om at båten vår, som bestod av Ola Larsson, Jens Holm, Jørgen Nilsson og meg fra henholdsvis Moss, Sarpsborg, Tønsberg og Christiania, var tatt ut til «Nordisk» for å representere Norge. Min bror, Harald, satt opprinnelig i båten, men måtte på grunn av sykdom gi plassen til Jørgen. Uttaket til Nordisk ble avgjort av Roforbundet etter de tre kvalifiseringsregattaene som ble holdt tidligere på våren. Dommen var ikke entydig, fordi vi i den siste kvalifiseringsregattaen hadde blitt slått av en annen båt fra Vestlandet. Men siden vår båt hadde deltatt på alle regattaene, som var ett av kriteriene, var det vi som ble valgt til å representere.

Fra den dagen beskjeden kom, startet det opp med fire-fem økter hver helg fremover sammen i dobbeltfireren. Flyten i båten var utrolig ujevn fra økt til økt, og tanken og frykten for at det ikke skulle klaffe på dagen, fløy rundt i hodet mitt. Vi var klar over at om vi skulle slå danskene og vestlandsbåten, som de største konkurrentene i Nordisk, måtte det bare klaffe. Én fisk, én kræsje i bøyene eller sykdom i båten måtte ikke forekomme.

*... utrolig ujevn
fra økt til økt*

Nordic Open-løp

Finalen i dobbeltfirer skulle foregå på søndagen, men lørdag var det et «Nordic Open»-løp, altså «vanlig» regattaløp i dobbeltfirer, som vi hadde meldt oss på til. På startlisten var også danskene, så vi fikk allerede dagen før finalen mulighet til å måle oss med dem. Vi var nervøse og veldig spente på å se hvordan vi lå an. Starten gikk, og allerede etter 500 meter var vi en lengde bak danskene. Heldigvis hadde vi en høy marsjfart tross en dårlig start og satte ut et høyt kjø. Vi tok dermed gradvis

*... vi måtte heve oss
enda ett hakk for å vinne*

innpå danskene, og lå etter hvert og knivet ca en halv båtlengde bak. Men det holdt bare nesten. Danskene hadde slått oss med to sekunder, og selv om vi syntes dette løpet gikk bra, visste vi at vi måtte heve oss enda ett hakk for å

vinne på søndagen. Etter en natts søvn fylt med nerver og spenning var dagen kommet. Det var den dagen vi hadde trent til, det var den dagen alt skulle klaffe.

Dobbeltfirer-finalen

Løpet startet litt ut på ettermiddagen, men tiden gikk fort, og før jeg visste ordet av det var tiden inne for å komme seg ut på vannet for å varme opp. Omsider befant vi

oss på startstreken, ved siden av båten fra Vestlandet og danskene i ytre bane helt på andre siden. Starten gikk, og adrenalinet tok helt overhånd i starten av løpet som førte til at båten vår kom ut i en voldsom fart. Etter 500 meter var vi allerede kommet oss en lengde foran Danmark, med vestlandsbåten og de øvrige båtene enda et lite stykke bak der igjen. På det punktet var lagmoralen i båten høy, og samtlige av oss fortsatte å presse på til tross for at melkesyren gradvis spredde seg utover lårene. Ved 1000-metersmerket hadde vi holdt avstanden ned til danskene som vi hadde bygget opp etter 500 meter, men vi visste godt at dette var langt fra over.

Da det var litt over 600 meter igjen, skottet jeg over til «danskebåten», og så at den hadde spist seg litt innpå oss, og jeg var litt på vei til å miste håpet siden danskene hadde vist seg å være spurtsterke i gårsdagens løp. Siste 500 meter var i gang, og vi økte takten, og presset på så hardt vi bare orket for å holde avstanden, som da bare var blitt en båtspiss. Frekvensen i danskebåten var høyere enn i vår båt, men det holdt allikevel akkurat med 0,4 sekunder i vår favør. Det var en enorm lettelse og selvfølgelig utrolig gledelig å ta seieren i et løp der vi egentlig ikke hadde forventet verken å slå danskene eller vestlandsbåten. Vi mottok medaljene av Roforbundets president Erling Storm, og jeg kunne legge meg til sengs fornøyd noen timer senere etter en herlig dag på Årungen.

Sverre Vinje



SEIERSFLAGG: Sverre (t.v.) kunne fryde seg med lagkameratene.

GODT LAG: Sverre og lagroerne Ola, Jens og Jørgen slo danskebåten.



Roskole for de yngste

Denne sommeren arrangerte vi roskole for nybegynnere på Bogstadvannet. Vi valgte en aldersgruppe fra 11–14 år. Noe som vi ser i ettertid kanskje var en litt spredt

*... var mer modne
og viste mer interesse*

gruppe. Det var også et par stykker som meldte seg på som var yngre enn dette. Det er helt klart at de som var i 10–11 årsalderen var for unge. Flere av de meldte seg på mer for å ha noe «å gjøre» i sommerferien, enn å ville ro. De eldre var mer modne og viste mer interesse for aktiviteten, og også

for å fortsette å ro i klubben. Hvis vi arrangerer roskole neste år, ønsker vi å ha aldersgruppen 12–15 år.

Roskolen var en stor suksess og vi har fått veldig mange gode tilbakemeldinger på opplegget vårt. Vi så på det som en fin erfaring for oss, men også bra for klubbens rekruttering. Med nøye og god planlegging gikk det veldig fint å gjennomføre to uker med roskole. Vi hadde lagt dagsplaner, og på slutten av uken hadde vi en regatta. Alle lærte å ro. Det var kjempegøy!

Størrelsen på gruppen var fin, med 13 utøvere første uken, og 14 den siste. Inndeling i båter gikk bra. Vi benyttet oss av to 4x, flere 2x og en singel.

Stor hjelp fikk vi fra Sigurd med både bestilling av t-skjorter og plakater. Plakatene var en veldig god måte å reklamere for roskolen på, og vi hørte i ettertid at det var via denne flere hadde hørt om oss. Vi hengt plakaten opp i nærområder, på skoler, i butikker og lignende. Vi var også så heldige å bli sponset av åpent bakeri. Dette var supert, vi fikk masse brød og boller.

Vi er i ettertid veldig fornøyde med opplegget og ønsker å gjennomføre det sommeren 2013. Da vet vi også mer om hva som fungerte og hva vi burde gjort annerledes. Det er omtrent 10–12 stykker som har meldt seg inn i Christiania Roklub etter å ha deltatt på roskolen denne sommeren.

Alle lærte å ro

Agnes og Rebecca

DIN TOTALLEVERANDØR av treningsutstyr!

GYM2000 AS benytter førsteklases råvarer, sammen med teknisk og menneskelig innsikt for å lage treningsutstyr som brukerne foretrekker, og er i dag en av landets ledende leverandører av utstyr til vekt og kondisjonstrening.

Nyhet!



GYM2000 AS har overtatt det Norske agenturet på Italienske PANATTA.
Se alle produktene på www.panattasport.com

KAMPANJEPRIS:

29.900.- inkl. mva.

VEIL. PRIS: 35.000.- INKL. MVA.

SportsArt TR33 er en kompakt og driftssikker tredemølle med 4,4 HK motor og topphastighet på 20 km/t.

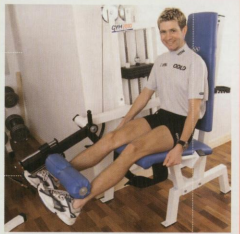


Stort løpebånd på 56x157 cm. Justerbar demping i løpeplaten. Elektronisk høydejustering opp til 15%. 10 ulike program, der 4 av dem har flere variasjonsalternativer.



PG Hantler

Første nyhet fra GYM2000 i 2011. Dette er akkurat som å trene med vægde hantler, bare her er alle hantlene samlet i et kit. Praktisk og enkel måte å justere intervallene på - med skyveknaap. Kan trene fra 2,2kg til 22kg fordelt på 6 intervaller. Dette produktet kan brukes over alt, fra flotte kontorer via hjemmetrenerne til slite treningslokaler. Dette stilige settet står ikke tilbake for noe annet interiør, og er et nyttig hjelpemiddel for de som skal i viktige møter, være en billig investering for kropp og helse, samt fremtidige bedriftsavtaler...



En stor og kraftig tredemølle for den kresne utøver.
Vår toppmodell til hjemmebruk!

GYM2000 AS utvikler og produserer eget vekttreningsutstyr som selges direkte uten fordyrende mellomledd. I tillegg har vi agentur på Panatta og SportsArt. Vi importerer/forhandler også en rekke andre produkter som: vektskiver, stenger, hantler, gymgulv, og ellers det meste av det en trenger for det komplette treningsrom. Foruten produksjon og salg har vi kvalifisert personell som tar seg av service og vedlikehold.



GYM2000

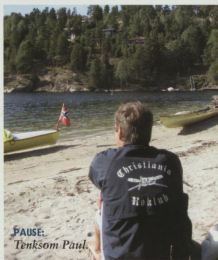
High quality gym equipment

GOD DAG: Rosportens dag 2012.



ARO

ARO-TRAD: CR-deltakelse, som alltid.



PAUSE:
Tenksom Paul.



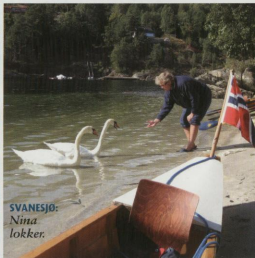
STRANDHUGG:
Ren ryfelse.

Fra 2012-sesongen

ROFOLGE:
Til Lysaker.



LANGØYENE: Med fransk visitt.



SVANESJØ:
Nina
lokker.



PÅ LAND: Mat ska' rem ha.



BRR:
Årets
første
bad 2012.



Bærum bilutleie

www.barumbilutleie.no

Oslo Sportslager

Alle medlemmer i Christiania Roklub
får spesialrabatter hos oss!

Kjøp mellom 200,- og 1500,- gir rett til 10% rabatt.
Alle kjøp over 1500,- gir 15% rabatt.*

10-15% RABATT



*Unntaket er varer som allerede er nedslutt, og Everest sykler.

oslosportslager.no

facebook

twitter

– Vær et forbilde

INTERVJUET

Er du blant dem som nylig har passert 27 år, har ro-interessen i behold, men vil ikke satse alt på å være i elite-sjiktet fremover, da kan du anse deg som svært ettertraktet.

Ikke sant, Tone Pable, du som selv har vært elite-roer?

– Jo, absolutt, for da står døren til en Master-tilværelse åpen, et forhold som nærmest kan vare livet ut. Dessverre erfarer vi at rekrutteringen blant dem som er mellom 27 og 35 år, er dårlig. De skulle bare vite hvor velkomne de er. De vil kunne bli forbilder for yngre roere.

Tone Pable er et av Christiania Roklubs eksklusive medlemmer, må det være lov å si, fordi hun er en pådriver både i norsk og internasjonal rosport og utøver sin dommergjerning med engasjement.

– Jeg er for tiden leder av Master-komiteen, såkalt Chair i det internasjonale roforbundet FISA, forklarer hun, og understreker at hun ikke er Norges representant der, men «tilfeldigvis» et norsk medlem.

Forbundet har den franske betegnelsen «Federation Internationale des Societes d'Aviron» – der Aviron betyr åre.

– Vi er seks personer i komiteen, fra forskjellige deler av verden, og jobber for å knytte masterroere sammen. Det innebærer blant annet at vi legger til rette for en stor, årlig regatta med ca 3500 deltakere.

– Masterroere skal være gode forbilder for de yngre. I FISA satser vi på nye geografiske områder, for eksempel Kina, Mellom-Amerika og Sør-Amerika. Vi tror at det kan bety noe for roere der at det vanker medalje fra det internasjonale forbundet, men det er vel så viktig at trening bidrar til bedre helse og et bedre liv for den enkelte.

...jobber for å knytte masterroere sammen

Sosial idrett

Tone har selv vært deltaker i master-regattaene i flere år. Hun er masteransvarlig i Norges Roforbund. Hun har som innstilling at det er viktig å engasjere seg i ulike verv. Når tiden i FISA går ut, er hun absolutt moden for flere verv på hjemmebane.

– Filosofien er at roing er en god idrett for alle i alle aldre. Det er viktig at noen står på for å trekke flest mulig med i det som er en helsebringende og sosial idrett.

I sin ungdom var Tone aktiv som hundekjører i Bærum, men fant ut at roing var en grei sommeridrett i tillegg. Hun var godt trent da hun tok årene fatt og deltok i sin første regatta i 1974. Hun gjorde det så godt at hun kvalifiserte seg til VM det



året, i en dobbelfirer. Det ble en åttende-plass. Det ble resultatet i VM året etter også, og i 1976 var hun med i OL i Montreal, da ble det en 9. plass; for øvrig det første OL der kvinner fikk ro. Det året tok Alf og Frank Hansen gull i dobbelsculler, og en norsk firer (herrer) uten styrmann tok sølv.

I 2012 var Tone tilbake i OL, men denne gangen i kulissene som FISA-representant.

Veien til FISA

Det er ingen tilfeldighet at Tone har havnet blant de blazerkledte i det internasjonale ro forbundet.

– Min egen vei inn i FISA har vært ganske planlagt – i den forstand at jeg har bakgrunn som eliteroer, har engasjert meg gjennom klubb- og forbundsstyret og vært innom Nordisk Roforbund. Jeg har også fulgt min interesse for dommerkvalitet, både nasjonalt og internasjonalt, og i tillegg deltatt aktivt som roer i World Rowing Masters Regatta i mange år. Alt dette har vært til god hjelp. I tillegg har jeg fullført kurs for internasjonale delegater i regi av Norges Idrettsforbund. Som kvinnelig kommisjonsdelegat er hun dessuten medlem av Womens Cross Commission.

Det var under hennes deltakelse i masterregattaen i München i 1998 at FISAs daværende «Chair» i masterkomiteen spurte hvilke tanker hun hadde om en mulig plass der. Tones tanker var positive.

Norges Roforbund tok den formelle biten overfor FISA, og meldte henne inn som kandidat. Og slik endte hun som fullverdig medlem i det internasjonale samarbeidet. Etter å ha vist gjennom 13 år hva hun duger til der, opplevde Tone å bli foreslått som kandidat til lederstillingen hun har i FISA i dag.

*...egen vei inn
i FISA har vært
ganske planlagt*

Ror for å vinne

Du meldte deg inn i Christiania først i 1998, hva var grunnen til det?

– Da jeg begynte som roer tidlig på 70-tallet, var ikke Christiania noe alternativ for kvinner som ville ro konkurranse. I stedet ble det Oslo Kvinnelige Roklubb, i dag Bestumkilen. I 1998 så jeg at Christiania hadde fokus på masterroing og var godt utstyrt med båter for det formålet.

Tone er fortsatt ivrig roer, og når hun starter i masterregattaer har hun som mål å vinne.

...nivået der er høyt

– Men nivået der er høyt, påpeker hun. Samtidig har hun sans for turroing, og i ferier ror hun gjerne mosjonsturer, men de lange utflyktene føler hun seg ikke helt komfortabel med i dag.



Jeg har stor respekt for tur- og mosjonsroerne...

– Jeg har stor respekt for tur- og mosjonsroerne og dem som ror mil etter mil. I mine øyne er Stein Mørk et stort forbilde, både når det gjelder langturroing og det store engasjementet han viser i klubben. Han er en av dem som har gjort roing til en livsstil.

Plass til alle

Ser du noen motsetninger mellom de to gruppene – mastere og turroere?

– Klubben trenger begge. Det er helt fint at ikke alle ror «master». Det viktigste er at det blir rodd. Jeg håper vi klarer å bevare forståelse og respekten for hverandre, enten man tilhører den ene eller andre gruppen. Tur- og mosjonsroeren er velkommen til å prøve seg som master, men man bør ha et visst treningsnivå å flyte på, sier FISA-medlemmet.

... er helt fint at ikke alle ror «master»...

Hun føler at miljøet i Christiania Roklub er svært godt. Selv opplevde hun mye hjelp og støtte fra roere da hun mistet mannen sin for noen år siden.

– Flere av roerne hjalp meg til å komme videre, blant andre masterroeren og forbildet Tor Ahlsand. Det ble mye roing på Bogstadvannet en periode, og det hjalp meg i sorgarbeidet.

Trenger nye krefter

Tone Pahle uttrykker et stort ønske om at de unge i klubben får øynene opp for hvor mye det er å bidra med utenom roaktiviteten.

– Dommerfunksjonen er viktig, her bør flere melde seg på, og jeg håper flere vil være med i styre og stell fremover. Jeg håper også at vi kan få med flere i 40-årene, men de bør ikke overbelastes. Engasjementet for klubben bør helst være en familieting.

Hvordan skal rosporten møte fremtiden?

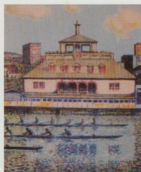
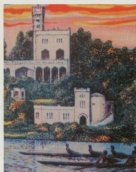
– Det må tenkes nytt, ikke minst i Norge. Derfor har jeg stor tro på sprint som øvelse. Den kan vekke større interesse og trekke tilskuere. I FISA innser vi også at sosiale medier og storskjerm under regattaer er viktige virkemidler.

... stor tro på sprint som øvelse

Men akkurat nå ser ikke Tone lenger frem enn til begynnelsen av mai 2013, der hun er pådriver for den kommende CR-regattaen på Årungen.

Jahn Rønne

Christiania Roklubs praktfulle triptikon



Litografien signert Hans Normann Dahl i et opplag på 125 stk.

*Bildet burde henge hjemme
hos alle Christianiaroere!*

**Salgsinntektene går til en ny racebåt.
Vi håper å selge 30 sett i 2012.**

*Pris kr. 3500/sett • kr. 1500/stk.
Kontakt Per Arne Holman 982 07 631*

Gratis befaring og uforbindtlig tilbud



 elfag

Brødr. Kolstad Installasjon AS

- din lokale elektroentreprenør siden 1928 -

Jernbaneveien 25, 1369 Stabekk. Tlf.: 67 10 27 80

CR-dommeren ble OL-inspirert

Grete forteller:

Min drøm om OL startet under en dommerlunsj i Junior-VM i Amsterdam i 2006.

Da overhørte jeg et spørsmål mellom en dommer og lederen for det internasjonale dommerutvalget: Hva skal til for å bli betraktet som dommer i olympiske leker?

Svaret tente en flamme hos meg, og senere la jeg sten på sten for å nå mitt nye, store mål. Min kompetanse ble gradvis bygget opp – gjennom blant annet dømming i VM for junior, som samtidig var Prøve-OL i 2011, U23VM, SeniorVM og World Cup, ble målet nådd. Blant de ca 500 FISA-dommerene som finnes i dag, plukkes det ut 20 til OL og 15 til Paralympics. Bare to norske dommere har dømt i OL tidligere: Leif Gran i München i 1972 og Tore Gulli i Sydney i 2000. Da jeg mot slutten av 2011 fikk nyheten om min nominasjon til London 2012, ble jeg ganske så målløs, kjempeglad og veldig ydmyk.

Tidlig dukket spørsmålet opp: «Hva kan jeg gjøre for å prestere best mulig?» For meg var det ikke nok å være tatt ut; jeg ønsket å kunne håndtere best mulig de oppgavene jeg ville få. Regelboken måtte selvfølgelig gjennomgås. Fokus ble også rettet mot mental trening og evne til avspenning.

... ble jeg ganske
så målløs

DOMMER-OL: Grete Stokkes drøm om OL-dømming ble oppfylt i London.



Formelt antrekk

Kofferten jeg hadde med på avreisedagen 25. juli, hadde jeg klart å få usedvanlig lett. Det var mer utstyr i vente i London, i alt åtte kilo, fikk jeg vite.

De to første dagene på regattabanen gikk med til oppdatering og testing av installasjoner. En del oppgraderinger siden Junior-VM (les: Prøve-OL) var foretatt.

Kl. 16 andre dag sto vi alle i formelt antrekk klar til åpningsseremonien. Inne på Olympic Stadium, med plass til 80 000 tilskue-

re, satt vi på gode seter, men trangt som på charterfly. Vi var tildelt egne kjølebager med lunsj, middag eller hva det nå var.

Det å være til stede og nærmest være en del av det hele, var fantastisk. Alle følelser ble utfordret: sorg, enorm glede, respekt, ydmykhet, humor og alvor. Det hele toppet med utrolig musikk med trøkk hele veien samt varmen og lukten fra ildkanonene.

STEMNINGSFULLT: OL-ilden skapte en fin stemning i London.



DA HATTEN PASSET: Grete og Tone viser OL-antrekk, Grete som regatta-dommer, Tone som FISA-representant.



Dommere i aksjon

Dagen etter var vi i gang; jurymøtet startet tidlig. Vi bodde nær banen, men det tok lang tid med buss-skifte og sikkerhetsklarering. Alle dommerne var daglig i aksjon i ulike roller.

Oppgavene fordelte seg på kontroll og veiing av båter, roere og coxer, kontroll på bryggene – og det var dommere ved start og ved mål samt startdommer i sideretterboden. Dessuten var det hele tiden seks dommerbåter i sirkulasjon på vannet. Å følge et løp var en utrolig opplevelse. Helt fra 100-metersonen ved start var det høylydt publikum. Siste 300 meter var det tribuner på begge sider av banen. Jeg hadde følelsen av å komme inn i en korridor med ekstatiske tilskuere og øredøvende jubel. En enorm opplevelse som vi ble forberedt på før første løp. «Pelsen» reiste seg og har nesten ikke lagt seg ennå.

... *pelsen reiste seg...*

Sideblikk på håndball

Mine opplevelser under OL ble mer enn oppdraget på regattabanen. Jeg fikk blant annet oppleve Olympic Park. Utsiftingen av 80 000 tilskuere til og fra friidrettstadion var imponerende. Av Norges håndballkamper fikk jeg med meg to i innledende runder.

Flott er det at noen av installasjonene i Olympic Park skal bygges helt eller delvis ned og pakkes sammen for å brukes i OL i Rio 2016. En imponerende form for gjenbruk.



LANDLIG: OL til lands og til vanns.

Omvisning i særklasse

Jeg fikk også med meg en dommeromvisning på Windsor Castle, der et bilde av Olaf Tufta bekledde det ene tårnet, og omvisning for en engere krets på vakre Taplow Court, hvor Lord Desborough bodde – den allsidige atleten som reddet «lekene» i London i 1908 med sin inflytelse i samfunnet på den tiden.

Etter hektiske halvannen uke var hjemreisen dessverre et faktum. Værforholdene hadde vært vekslende med vind som medførte utsettelse av løpene en av dagene. Dessverre nådde ikke roerene våre noen A-finale. Da er det godt å vite at våre dobbeltscullere er unge lag med stort potensial. Hyggelig er det at ingen land alene hovelte inn alle medaljene, og at Sør-Afrika vant sin aller første ro-medalje, att på til i gull.

Jeg liker godt mottoet til dette OL: «Inspire a Generation»

Grete I. Stokke

Total leverandør av alle typer varmepumper:

- luft til luft
- luft til vann
- bergvarmepumper

Vi utfører:

- vannbåren gulvvarme
- total entreprise våtrom
- sentral godkjenning prosjekterende klasse 2 og utførende klasse 3

HERTZBERG

VARMETEKNIKK AS

AUT. RØRLEGGER

TLF: 22 14 35 03
FAX: 22 14 48 92
MOB: 920 17 345
E-POST: hvt@hvt.no
Web: hvt.no



Båter på vann i flatt land

Da invitasjonen kom til å være med på rotur til Amsterdam i pinsehelgen, meldte i alt 21 CR-roere seg. Initiativtaker Stein Mørk er ikke bare en ihuga langturroer, han er også god til å planlegge – gjerne et halvt år i forveien. Vinteren og våren gjennom holdt han oss varme med nummererte bulletenger med informasjon om turen. Evi Zouganeli tok ansvaret for å ordne med dobbeltrom for de fleste på Quentin England hotell.

Torsdag 24. mai var den store ankomstdagen – med strålende flott vær, men det var først dagen etter at vi fikk vår første rotur. Stein hadde tatt kontakt med roklubben DeAmstelzaal, en av Amsterdams mange roklubber – og med sentral beliggenhet. De stilte roklubben til disposisjon, og vi fikk leie båter for en billig penge. Vi hadde fått streng beskjed av Stein om å stille reglementert kledd: «CR er best på klær. Vi ror i blått og hvitt». Vi turde selvsagt ikke å gjøre annet enn å adlyde. Vi stilte i blått og hvitt.

Utflukt uten guide

Første tur ble på totalt 37 km. Roklubben sendte med oss kart og ønsket oss god tur. Vi hadde sett for oss at noen fra klubben var med som guider, men det var visst ikke nødvendig. For å komme ut på hovedfartsåra (Amstel), måtte vi først ro på en sidekanal. Vi tok så hovedløpet nedover i fantastisk vær. Det var mye å se på underveis, husbåter i alle varianter – fra de mest luksuriøse til båter i enklere stil. Vi stoppet etter en drøy mil på et egnet sted og hoppet i land for en forfriskning. Så gikk turen

HOLD-AN: *Christiania hadde klart å stille med i alt 21 turroere til berlige dager i Nederland.*



inn i noen sidekanaler. Det var en opplevelse å ro på de helt smale kanalene under bakkenivå. Enkelte steder kunne vi ikke se hvordan landet så ut, fordi kanalen lå så lavt. Og det var så smalt noen steder at vi virkelig måtte følge med på årene. For coxen var det en krevende jobb å unngå at vi enten kjørte på land eller inn i en annen båt. Vi måtte gjennom utallige bruer, porter og sluser, men det var bare gøy. Lunsjen inntok vi på restauranten De Voetangel, som ligger tett inntil en av kanalene. Vi ankom roklubben litt sent på ettermiddagen, og jeg tror alle var strålende fornøyde. Hvis noen lurte, det var total orden i roklubben. Årer hang der de skulle og hadde samme navn som båten man tok, så det var lett å rydde alt på plass igjen ved returen. De Amstelzaal hadde en flott terrasse med nydelig utsikt over den lille sidekanalen. Og vi var heldige, roklubben hadde en bar med enkel servering, slik at vi fikk kjøpt oss en øl i varmen.

På kvelden delte vi oss i to grupper. Det er ingen enkel jobb å få 21 personer inn på samme sted. I den gruppen jeg var, ble det sushi på et meget enkelt, men godt sted. Vi inntok maten på respatexbord.

“... utallige bruer,
porter og sluser”

Kanalutfordringer

Lørdag ble det en mye kortere tur. Da rodde vi på kanalene inne i sentrum. Det var også gøy, men vi måtte selvsagt passe på ikke å krasje med nyttetraffikken eller fer-

DOBBELT OPP: Farvannet var til tider så krevende at det var godt med to cox-er og ekstra padleåre.





FIN DAG: Ingen sure miner
blant roerne som skal
ta årene fatt.

gene med turistene. Igjen en utfordring for coxene. Maiken var ikke snauere enn at hun samtidig med å coxe bestilte dinnercruise til oss alle til kvelden. Det høres muligens litt «harry» ut, men det ble en stor suksess. Men før vi kom så langt som til kvelden, inntok mange av oss en god lunsj på Vertigo i Vondelpark, en virkelig hyggelig park verdt et besøk, og veldig, veldig nær hotellet vårt.

Når det gjelder dinnercruiset, så var bordene nydelig dekket. Vi var nesten de eneste gjestene om bord. Maten smakte fortreffelig og vinen enda bedre. Nordmenn er som kjent ikke vonde å be når servitøren spør om vi vil ha mer å drikke. Og mens vi hygget oss og pratet og lo, så tok båten oss rundt i de samme kanalene vi hadde rodd på tidligere på dagen.

Til lands og til vanns

Søndag var gruppen litt mer delt. Vi var bare én 4-er og én 2-er ute. De an-



PEDAL-PIKENE:
Ingen tvil om
hvilket land
de er i.



TRIVELIG: Det er plass til alle slags båter langs kanalene.

NYTELSE: Melanie og Elisabeth
lar gjerne de andre ro en stund.

I FØLGE: Kan man noen steder bedre
ha det enn i en trivelig båt-eskadre.





dre valgte å bese Amsterdam fra land. Jeg var i båt med Stein og Pål (Svensson). Vi rodde deler av første dags rute og tok en matbit og noe forfriskende på Schwarze Katze før vi snudde og rodde tilbake. Det var mye trafikk på kanalene denne dagen, da halve Amsterdam også ønsket å være i båt og nyte fridagen. Det gjorde at det ble en del bølger på vei tilbake. Underveis hørte vi plutselig noen rope, det var Maiken, Kjersti, Elisabeth og Melanie som hadde lånt sykler og satt og spiste på en av restaurantene langs kanalen utenfor sentrum. Å leie sykler kan altså anbefales når man er i Amsterdam. For 2-eren ble det 25 km den dagen; 4-eren rodde mye lenger. Jeg var allikevel godt fornøyd med å ha rodd 75 km i løpet av de tre dagene. Tore Lysdahl ble lengstroende med hele 144 km den langhelgen, men han hadde en dag eller to mer enn meg der.

Jeg kan ikke si annet enn at dette ble noen fantastisk flotte og inspirerende dager. Vi hadde strålende vær hele tiden og med så mange kjekke folk – ja, da kan det jo ikke bli annet enn bra. Jeg kunne kanskje foreslå som vinteraktivitet, skøyter på kanalene i Amsterdam et annet år. Da må det kanskje bli med Anders Værang som arrangør...

Torill Enersen



Instruksjonssjefens beretning

Dette året har vi holdt tre rokurs for voksne. Hvert av kursene bestod av en kurshelg og fire ettermiddagsøker på de fire etterfølgende onsdagene. Det første kurset startet 5. mai, det neste 19. mai og det siste 1. september.

Aftenposten kom på besøk og publiserte en stor artikkel om CR og roskolen den 8. mai under tittelen «Sitt opp! Klar! Ro!»

Ingressen fortalte videre at roing er «Super trening – byr samtidig på naturopplevelser og godt felleskap.»

Rosporten fikk god reklame i artikkelen der flere av tur- og mosjonsroerne ble sitert:

- Roing er veldig sosialt og en sport du kan drive med hele livet. Du er ute med fire-fem i båten, får fin mosjon og er sammen med andre. Vi ror på turer og går i land. Kvinner og menn ror sammen, sier tur- og mosjonssjef Kjersti Elvestad.
- Vi får trent og vært ute på sjøen. Det er litt mediterende å sitte slik i båten og ro. Det uttaler en annen.
- Vi trener flere ettermiddager i uken. Og noen sprekinger møtes halv åtte lørdag morgen. Da er vannet stille, vi får trent og er tilbake på brygga tidsnok til å rekke shopping klokken 12, fleiper damene.

Kurset den 19. mai ble fulltegnet i løpet av få dager etter at artikkelen i Aftenposten kom på trykk.

Til sammen var 35 påmeldte til roskolen. Også i år var den liten overvekt av kvinnelig deltakere.

En stor takk til alle tur- og mosjonsroere som har hjulpet til med å arrangere roskolen – og til alle deltakerne. Dere har gjort rokursene til en flott opplevelse.

Kjenner du noen som kunne ha glede av å bli kjent med rosporten? Våren 2013 starter første kurs den 11. mai – og til høsten den 31. august.

Påmelding på <http://www.christiania-roklub.no/roskole>

Paul Bencze



PÅ SKOLEBENKEN: De får frisk luft, naturopplevelser og mosjon, de som velger å gjennomføre roskolen.

FORNØYDE ELEVER: Etter øvelsesroing i Frognerkilen var det flere som ble med på fjordturer i løpet av sesongen.



CONCEPT2 INDOOR ROWER MODEL D



Concept2 Indoor Rower Model D er anerkjent av roere i hele verden og har etablert seg som det mest brukte test- og treningsapparatet for nesten alle olympiske roerteam.

Rowmaskinen kopierer robevegelsen for utmerket styrke- og kondisjonstrening, uten vektbelastning på leddene så trener man alle de store muskelgruppene i ben og rygg, i tillegg til hjerte, lunger og kretsløp.

For mer informasjon - se www.concept2.no

Concept2 Norge AS - concept2@online.no - 67 13 40 15

concept 2
ROWING NORGE

Mitt første år som roer

Våren var kommet, jeg var inne i fjerde måned med skadet fot som følge av løping. Jeg var fornøyd med all innendørstrening, og veldig klar for å komme meg mer ut i friluft. Men hva kunne jeg finne på uten å overbelaste denne kranglete høyrefoten min?

Svaret fikk jeg en dag i mai jeg sitter med Aftenposten, og det dukker opp en reportasje om roing og Christiania Roklub. Hvorfor i all verden har jeg ikke tenkt på det tidligere? Dette er absolutt noe for meg på alle måter. Jeg er glad i sjø og vann, jeg får være ute, og dette må være veldig god mosjon! I tillegg foregår aktiviteten sammen med andre mennesker.

Jeg kaster meg rundt, og får heldigvis plass på andre rokurset i mai 2012. Vi er seksten forventningsfulle i alle aldre som finner fram til Kongen en praktfull lørdag.

Kjersti og Paul inspirerer oss stort allerede før båtene har kommet på vannet. Men du verden, dette var ikke riktig så enkelt som jeg hadde trodd. Det ble mange blåmerker, slag med åre mot åre, og det så ikke akkurat veldig estetisk ut da jeg kastet blikket mot de andre båtene heller. Lørdagskvelden var jeg sliten i kropp og hode, men fast bestemt på at jeg skulle fortsette søndag og de neste kurskveldene. Og det gikk bedre etter hvert. Og veldig gøy da vi fikk bedre tak på teknikk og samarbeid.

Jeg skjønte også raskt at min rosa jakke måtte ut av rogarderoben. Ja, Stein. Jeg lover å holde meg til den riktige blåfargen på treningsklærne i båten heretter.

*... rosa jakke måtte
ut av rogarderoben*

Etter roskolen ble det noen tirsdager og torsdager for meg. Da ble jeg ofte eneste nybegynner i en 4x. Og det var utrolig inspirerende å få oppleve å være en del av en båt som gled nydelig bortover vannet, med rutinerte roere foran og bak. Alle møtte meg med oppmuntring og velmenende rettledning, tusen takk. Vannblemme-

ne holdt jeg for meg selv, nå gjaldt det å få rodd mest mulig før sommerferien. Jeg måtte ta fram uttrykket «Øvelse gjør mester» mang en gang, for å overbevise meg selv om at dette må da en godt voksen dame også kunne klare. Jeg jobber fortsatt med ikke å ha som mål å tømme Oslofjorden alene med dype åretak.

Jeg har vært en del på sjøen siden jeg flyttet hit på midten av 90-tallet, men aldri hatt de naturopplevelsene som det har blitt fra robåten. Det har vært utrolig å oppleve idyllen på alle småøyene, sjøen med fugleliv, og stillheten om høsten.

Aktivitetene har vært mange. Første organiserte tur jeg var med på, var rekeroing; veldig trivelig på Langøyene, med mange deltagere og gode reker. I det hele tatt opplever jeg at medlemmene er inkluderende, opptatt av å ta vare på tradisjonene og klubbmiljøet generelt. Det er hyggelig å se at det alltid kommer noen på torsdagskveldene til Toppen for det sosiale, over en kopp kaffe med alltid gode bakevarer.

Det er mange ansikter å skulle bli kjent med, og jeg føler at jeg begynner å få relativt god oversikt over «Tur & mosjon».

I høst har jeg vært med på mange fine turer. Det har hatt sin sjarm å være alene på fjorden når mørket kommer sigende. Spesielt husker jeg en tur hjem fra Ormsund. Da vi hadde passert Rådhuset, kom en roer med forslag om å dra inn kanalen ved badestranden forbi det nye Astrup Fearnley-museet. Alle var med på den, og vi oppfattet ikke «Forbudt for båter» som noe som angikk oss. Det var så stemningsfullt. Stille sjø, skumring og vakkert med robåten mellom bebyggelsen på Tjuvholmen. Det var mye blitzing fra verandaene. Det var tydelig at mange la merke til robåten i den fine høstkvelnden.

Jeg gleder meg allerede til nye turer til våren. Til badestranden på Fornebu, til Lysakerelven – med hoing og telling av broer, til alle øyene med inkludert pause hos Ormsund Roklubb. Og kanskje kan jeg ro på de litt lengre turene, og få se nye steder på lørdagsmorgenen.

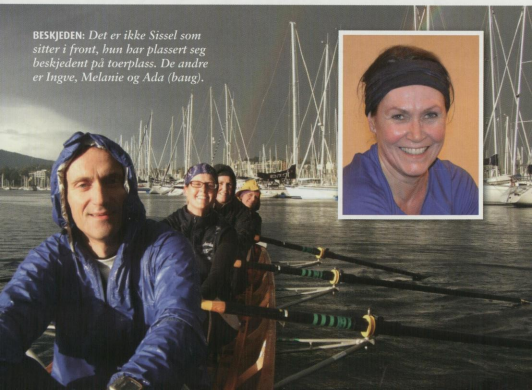
Nå er jeg klar for innendørstrening. Selv om utesesongen er over etter 15. oktober, er det mye sosialt å glede seg til. Rekefest, bytur med damene og julebord i desember.

Takk for en kjempefin rosesong!

“... mye blitzing
fra verandaene”

Sissel Utnes

BESKJEDEN: Det er ikke Sissel som sitter i front, hun har plassert seg beskjedent på toerplass. De andre er Ingve, Melanie og Ada (baug).





KLAVENESS

MARINE

BESØKSADRESSE: Harbitzalleen 2a, 0275 Oslo

POSTADRESSE: Postboks 399, 0213 Oslo

www.klavenessmarine.com

Klubb sjefens beretning

Så ble det meg som som tok over stafett pinnen. Både en glede og en utfordring. Som medlem av huskomiteen har jeg egentlig aldri tenkt særlig på logistikken bak arrangementene. Jeg har meldt meg til kakebaking eller annet der det har vært behov. Resten ordnet seg jo selv. Eller man kunne jo tro det. Jeg begynte likevel å fatte mistanke om at dette nok ikke gikk «helt» av seg selv, da Maiken en dag i mars fylte mailboksen min med lister, skjemaer og maler med instruksjoner til de ulike arrangementene.

Slik hoppet jeg altså i det, og begynnelsen var dugnaden på Kongen, som var lagt til en onsdag for å unngå treningskvelder. Det var godt oppmøte og det viste seg å ikke være så aller verst å være den som delegerte folk til skure-, vaske- og pussejobber, som jeg selv har gjort tidligere. En stor takk til alle som deltok. Videre gikk året med de vante arrangementene: Generalforsamling, Åpningen, Ulvøya Rundt, Klubbkapping, Høstmøtet og Rekeaften. Og som vanlig runder vi året av med Grøt-aften. Til tross for gode innkjøps- og «gjøremål»-lister, må jeg takke Maiken for å ta telefonen sene kveldtimer for å besvare ymse spørsmål om alt fra behovet for oppvaskkluter til Dugnaden og godteposer til Julegrøten.

SOMMERSAMLING: Når Stein trykker på selvutløseren, sørger han for å ha en stol ikke altfor langt unna, og han har en tallrik supporter gjeng bak seg.



Huskomité i bevegelse

Gjennom hele året, med unntak av jul og påske, har huskomiteen – som alltid – diskutert opp med pølser, vafler, kaker eller andre godsaker på torsdagskveldene. Dette er en veldig hyggelig tradisjon, som jeg gjerne skryter litt av til utenforstående. Huskomiteen teller i dag 24 personer, inkludert undertegnede. Michelle og Jesper valgte i år å gå ut. En stor takk for deres innsats. Knut har tatt steget inn og er på lag med Christine. Ellers har Anja mammaperm dette året, men vi håper å se henne tilbake i løpet av neste år. Så kjære huskomité: Tusen takk for all kokkelering gjennom året. Men også en stor takk for innsatsen dere gjør på roklubbens faste arrangementer, slik at disse alltid går smertefritt for seg. Særlig tenker jeg på Rekeaften, som er årets største arrangement, og hvor det i år var over nitti påmeldte. Og når Eddy og Hilde i tillegg står for servering og kjøkkentjeneste, slik de har gjort utallige ganger, viste det seg at det er lite å bekymre seg for. Nytt av året var at de yngre Christiania-roerne samlet seg på Toppen, mens resten av forsamlingen fikk hovedbase i Peisestuen. Musikkvalget var noe forskjellig, men dansing ble det definitivt – begge steder.

Hjelp til utleie

Som Klubbsjef er jeg også ansvarlig for utleie av lokalene på Kongen. Her er Ada en uvurderlig ressurs som tropper opp på odde tidspunkt for å vise frem lokalene, og tar turen ned etter utleien for sjekke tilstanden og foreta opptelling av utstyret. Etter

HUSVARME: *Kjersti, Maiken og Elisabeth er trofaste blant inventaret på Toppen.*





TORSDAGSKVELD: Det er ofte godt fremmøte i klubblokalene, og stemningen er spesielt god når årboken kommer fra trykkeriet.

at Ada satte opp merkelapper for glassene, er det her blitt mer orden i rekkene. Vi har opprettet et utleieskap med egen nøkkel og bomåpner, og vi har diskutert hvordan vi kan forbedre skap- og lagringsplassen. Her regner vi med å kunne gjøre forbedringer. I desember fikk vi med hjelp fra Paul B, som satt opp kalender for utleie på våre nettsider. Dermed er det blitt enklere å sjekke hva som er ledig. Så noe er gjort og mer gjenstår, men jeg håper mye etter hvert går seg til utover i 2013.

Jeg gleder meg til et nytt år og håper å se enda flere på Toppen etter trening på torsdagskveldene. Toppen er alltid et hyggelig sted å komme, og jeg vil særlig oppfordre de nyeste medlemmene våre til å ta turen opp trappen etter trening. Det er på mange måter slik man tar steget inn i klubbens hjerte.

Elisabeth Bjerke Danielsen

CROKER

Årer til alle nivåer og bruksområder

Åke Fiskerstrand sport • MOBIL: 908 50 526 • E-POST: akefisk@online.no

Årets nesten-langtur – eller langs Håøya på ørnesafari...

Jippi, tenkte jeg, da Steins invitasjon til en av årets langturer tikket inn på eposten min. Jeg tenkte raskt gjennom utstyrslisten, og fant ut at jeg egentlig hadde alt klart i boden. Bare å lete frem soveposen osv, håpe på bra vær og innstille meg på mye moro sammen med Stein og Tore i «Less» nedover kysten mot Arendal. Men så var det det alltid tilbakevendende emnet «vind», da.

Mandag 23. juli blir alle våre bager, poser, esker, madrasser, telt, stoler og – ikke minst – hermetikkmat forsvarlig stuert ned i rommene, vi setter oss godt til rette på

**... lett huskestue
inne i havnen**

sleider og coxesete, og så er vi i gang. Ikke noe nedbør å klage over, og vi gjør bra fart utover mot Nesodd-tangen. Videre nedover mot Steilene og Ommen begynner vi å ane en aldri så liten motvind. Første nødvendige stopp blir ved Svestad brygge. Her får vi lett huskestue inne i havnen på grunn av bølger fra en cruisebåt, men vi klarer etter litt «hei & hopp» å kom-

me oss rimelig smertefritt inn til bryggestigen. Etter et kort opphold, duver «Less» og hennes mannskap videre i motvinden mot Håøya. Humøret er bra, kommentarer om alt mulig går livlig, og Stein prøver hele tiden å fortelle entusiastisk hva GPS-en viser av siffer. Ikke alltid gamle langtursmerker stemmer helt overens med hva GPS-en sier, men gjør det noe, egentlig...?

Vi bestemmer oss for å ro til den lille, lune viken i Håøybukta. Der er det gode fortøynings-muligheter. Vinden har tatt seg noe opp etter Svestad, og vi diskuterer ulike muligheter for ferden videre. Etter en bra matpause med litt vindrekognose-ring, finner vi ut at vi vil fortsette utover fjorden mot Oscarsborg. I ganske bra fart, til tross for ekkel motvind, studerer vi skogen og bergene på Håøyas østside. Det er nemlig observert hekkende havørn på Håøya, og en slik hadde vi naturligvis lyst til å se. Jeg tror det ble mange kråker og skjærer som fikk æren av å kalles havørn den ettermiddagen. Da det i 2008 ble bestemt å stoppe all ferdsel i de østlige delene av naturreservatet på Håøya på grunn av hekkende havørn, hadde det ikke vært observert havørn i Oslofjorden siden 1882.

Vi kommer oss over på Drøbaksiden, og vi får absolutt føling med motvinden som var meldt. Nå har vi bestemt oss for å ro til broder Arilds hytte i Hvitsten. Inne i gjestehavnen i Drøbak bytter vi plass, og undertegnede tar coxeplassen. Det går fint nedover, men det graver seg til med motsjø og hvite topper. Vi blir gode og våte alle tre, og det kjennes veldig behagelig når vi etter en strevsom «marche grotesque» kan dra «Less» inn på stranden ved hytta.

Sjelden har lys lapskaus på boks smakt

**... graver seg til med
motsjø og hvite topper**

så deilig, og etter å ha ordnet det meste av bagasjen inn i hyttas kjellerrom, pusset tennene og vært i skogen – ja, da er det fint å krype ned i soveposen i teltet på verandaen. Hyttenøkkelen ligger nemlig et helt annet sted.

Tirsdag morgen våkner vi tidlig av en passerende båt, hvis motor høres ut som om den står ved siden av hytta. Etter frokost og nedpakking av leiren, samt en studie av de neste dagers vindvarsel for strekningen mot Arendal, konkluderer vi med at vi snur og ror hjem igjen. Vi vet ikke hvor langt sørover vi vil klare å komme med de varslede vindforholdene. Horten...Sandefjord...Jomfruland...?

Innover fjorden går det i 100 med sol og skikkelig medvind. Det blir en flott dag på sjøen i godt selskap i en nydelig båt, og vi blir raskt enige om at hjemturen må bli på 50 km. Den tradisjonelle Vestfjordsleia leder oss trygt mot Bygdønes, men det mangler noen kilometer på de 50 når vi har Kongen i sikte. Og hva annet gjør vi enn å ta langtur-pakkede «Less» inn-og-ut i Kilen de nødvendige strekk for å nå dagens distansemål?

Siden vi hadde satt av uke 30 til langtur, så måtte vi jo gjøre det beste ut av en uforutsett værmelding. Onsdag «bånn» vi Bunnefjorden, og torsdag tok vi runden «Kongen–Bjerkøya–Asker kajakkklubb–Solodden–Kongen». Begge dager i strålende sol og fine vindforhold.

Det ble noen supre dager på sjøen, og tusen takk for turen(e), Stein og Tore.

Nina S.

... vi snur og
ror hjem igjen

Vi kan:
Fasadeboards
Storformat
Print



CROSSMARK AS

Kontakt Sigurd

www.crossmark.no 22 97 53 00 Strømsveien 195, 0668 Oslo

Lyst på robåt til fritid og trening?



Norges Roforbund har utviklet sin egen båt, for *lavest mulig pris* og *mest mulig glede på vannet* – for alle! Selges både med mulighet for single og dobbel.

Nybegynnere og godt trente – alle kan sette seg rett i båten og ro. Med de ytre mål (bredde/lengde) på 120 og 470 cm, samt en vekt på ca 35 kg er dette en stabil og funksjonell båt som kan gi deg gode turer på vannet, enten det er med barna på fisketur, en hyggelig dag på fjorden med kjæresten, eller som ren trening – og bedre trening får man ikke!

Pris fra kr 23 000,- inkl. årer og rigg (for single roer)

Roklubben får kr 2500,- i provisjon pr solgte båt!

KONTAKT:

Arvid Bentsen:

arv-ben@online.no / 913 40 944

Peik Ellingsen:

peikell@online.no / 909 16 867



Tur- og mosjonssjefens beretning

Frasen «Ut på tur aldri sur» høres forslitt ut og for god til å være sann, men treffer – synes jeg – den gjengen som jevnlig og med godt humør stiller opp på tirsdags-, torsdags- og lørdagsroingene – og på mange av de andre aktivitetene som har sitt utgangspunkt i Kongen. Naturligvis, vi er alle i ulike grader forpliktet utenfor roingen, men mange finner tid til å være med på noen aktiviteter, og det er hyggelig. Enda hyggeligere hadde det vært om enda flere kunne finne tid til å være med. Kanskje kan den følgende korte oversikten over tur- og mosjonsaktivitetene bidra til at noen flere får lyst til å slå følge med oss «ut på tur» neste sesong.

Protokollført oversikt

Vi fører protokoll i båthallen. Av denne ser jeg at **Første rodag** (15. april) ble det registrert 13 roere, mens det **Siste rodag** (15. oktober) var innført 12. Et mer omfattende dykk i protokollen forteller litt om aktiviteten i klubben. Sommersesongen 2012 hadde 184 mulige rodager. Av disse ble det rodd ut fra Kongen 136 dager. Ettersom 26 uker med tre faste dager i hver til sammen utgjør 78 rodager, betyr dette at vi er mange som nyter en tur på fjorden utenom de faste dagene; og klubbens båter ligger der til fri benyttelse – for et tilbud! Den hyppigst brukte båten gjennom sesongen er for øvrig en singel Trimmy, men de nye Coastal- båtene følger tett på. Av protokollen, som er noe mangelfull, ser jeg at på det meste var det 21 navn innført én og samme dag. Dette inntreffer tre ganger denne sesongen. Naturlig nok var det en tirsdag og en torsdag blant disse tre. Samtidig ser jeg at 14 fredager

APRILVÆR: Den 15. april, årets første rodag, ble det protokollført 13 roere.



og 13 søndager var uten registreringer, så disse dagene er antagelig de minst populære.

Men denne korte oversikten må tas med en klype salt, og jeg har da også en hensikt med å ta den inn: Protokollen er ikke bare for å kunne summere opp antall rodde ki-

“Protokollen... er der for vår felles sikkerhet”

lometer i sesongen eller lage «pussige» oversikter ved sesongens slutt. Den er der for vår felles sikkerhet: Hvem er på sjøen, når og i hvilken båttype? Vær derfor snille i kommende sesong og skriv dere inn i protokollen før dere ror ut. Før inn korrekt dato og registrer også nummer på båten og navnet

på alle som er med, og da på en slik måte at det kan leses av andre i ettertid.

Sikkerhet i fokus

Av «tilleggsaktivitetene» i året som har gått nevner jeg innledningsvis Ålesund-turen i mai. Det var ti fra CR med på denne turen sammen med fem Ålesund-roere. Planen var å ro inn Hjørundfjorden, med innkvartering på hotell Union Øye og mulig topp-tur til Slogen, for de som bragte ski med. Men været ville det annerledes, så det ble en ganske så dramatisk tur da vinden brått endret både retning og styrke i fjorden. Fem roere endte i vannet. De ble heldigvis relativt raskt plukket opp, men var da sterkt nedkjølt. Hendelsen har medført en gjennomgang av sikkerhetsreglementet med sikte på å forbedre dette både i regi av klubb og roforbundet. For klubben er allerede konkrete forbedringer foreslått. Oppfordringen til alle må være å ta sikkerhet på alvor slik at roing, også i fremtiden, forblir uten alvorlige ulykker.



PÅDRIVER: Tur-sjef Tore koser seg som cox. Var det noen som snakket om mosjon?



IKKE BLEIKE: Torill, Melanie, Torstein (cox), Elisabeth og Evi var først i Bleikøya Rundt.



PYTT-PYTT: Stein, Jahn, Tore og Nina klarte 30 poster på to dager! Er det noen sak?

Av øvrige aktiviteter særmerker vår årevisse utenlandstur seg. Dette året gikk turen til Amsterdam. Hvor 21 CR-roere besøkte Roei- en Zeilvereniging De Amstel (24.-27. mai). Der ble vi tatt vel i mot og fikk låne/leie båter. Det ble flotte turer på kanaler og elver i et nydelig vær siden «sommeren i år som kjent falt i pinsen». Foruten å ro på kanalene, hadde vi også et cruise med middag som var svært vellykket. Takk til Stein, Evi og Maiken for en flott tur med fine stedlige arrangementer og en lovendeoppstart på sesongen.

Men vi har ikke bare reist, vi har hatt besøk også. Fem roere fra «Le Club d'Aviron De Mer de La Rochelle» besøkte oss i perioden 11.-15. august. Som noen sikkert husker var en gjeng fra CR på besøk der før noen år siden, så dette var en slags gjensitt. Den første natten ble tilbragt på Solodden, nettene deretter var de innkvartert på Kongen. Da været var svært bra, er det unødvendig å si at de var henrykt over å våkne på Toppen. Rodd ble det også, fra nevnte Solodden via Konglungen og Bestumkilen, tilbake til Kongen. Og tirsdag: Ulvøya rundt.

Usynlige arrangører

Som en del av Oslo Watergames var det en regatta (16. juni). Start og mål var noe utenfor Operaen, og ruten gikk rundt Bleikøya. Målet var å vise frem tur- og mosjonsroing som en av vannaktivitetene i Oslo. CR gjorde sitt, og stilte med fire båter, hvorav den ene (Paul) ble første båt i mål. Men tilskuere manglet og det gjorde nesten arrangøren også. Om Oslo Watergames skal overleve som et årlig arrangement, bør en nok legge seg noe mer i selen fra arrangørsiden både med hensyn til presisjon og kommunikasjon – ikke minst til publikum.

Etter «watergames» var det tid for litt turroing. Vi var fire som dro på overnattingstur til Håøya 16. – 17. juni. Mens vi klargjorde, hadde vi en særlig kraftig regnskur, og vi var ved start usikre på været. Noe vind var det under roingen, men turen og natten ble flott. Vi fire hadde en fin tur/retur i «Less». Alle fire fikk etter tur også prøve seg i «Sterking». Ifølge Stein var dette en 30 års-jubileumstur, så invitasjonen til å delta var ledsaget av «glade bilder».

Maraton-helg

Ro-stuntet fra 2011, nå også kalt Steins Super Weekend, ble gjentatt 8. og 9. september. Målet er å ta alle orienteringspostene til Oslo Rokrets på én helg – og det greide vi med unntak av Paradisbukta, som ble glemt bort. Lørdag deltok ni roere. Målet var sivet innerst i Bunnefjorden, og i kraftig vind la vi av gårde. Nesodden ga etter hvert kjærkomment le. Siste post var Honnørbryggen. Der ble en av båtene naglet fast til en «partybåt» som lå til kai av den sterke propellvirvelen fra en tilleggende båt. Søndag var det et lite frafall, men fem stilte opp i det flotteste rovær. Håøya var posten lengst ut. Nesoddlandet utover og Vestfjorden hjem, med innlagt tur opp både Sandviks- og Lysakerelven. Det ble rodd til sammen 136 km den helgen – vel blåst.

... naglet fast
til en partybåt

Faste høydepunkter

Av øvrige faste poster trekker jeg frem 17. mai-roingen (tre deltagere + en hund). Etter flaggheising ble det rodd til Operaen. Et annet tradisjonsrikt arrangement er Eskadreroingen til Solodden (3.juni). Denne gangen med syv deltagere fra CR. Rekeroingen (21. juni) har hatt veldig god oppslutning de siste årene. Så også i år – med 21 påmeldte og mange fra årets roskole. Kursen ble, som vanlig, satt mot Langøyene, med reker og tilbehør. Båtene er alltid et flott syn der de ligger langs stranden og gjerne trekker noen skuelystne med spørsmål om roing



FORNØYDE: Melanie, Paul, Tore, Nina, Liv, Ada, Jahn, Stein og Kjersti nådde «bånn» i Bunnefjorden.





UTSLÅTT:

Erlend, Øivind, Liv (cox), Stein og Paul måtte se seg slått av damebåten i Bleikøya Rundt.

Raske kvinner

I CR ror vi langt, årets langtur t/r Koster og retur fra Arendal er gitt egen omtale. Men noen ganger ror vi fort også. Selv om noen bare vil være med og tar det som en tur. Det er plass for det også hos oss. De tradisjonelle regattaene i Oslofjorden er gjennomført med bra oppslutning. «Gamlegutta» i T&M har gjennom sesongen lært at «may the best man win» kan være en kvinne eller rettere en båt av kvinner. I Bleikøya Rundt (7. juni) var det med to $\frac{3}{4}$ -ere og en Trimmy fra CR av til sammen

“Damebåten «banka» herrene med ett sekund”

åtte lag. Damebåten «banka» herrene med ett sekund, og jubelen ville ingen ende ta. En CR-båt deltok i Geita Rundt (20. juni). På ARO-mila (20. august) stilte vi med tre $\frac{3}{4}$ -ere – herav en ren damebåt, som var raskest av

våre. På Ulv-øya Rundt (30. september) var det stor deltagelse. To roere fra Arendal forsterket NSR-lagene, og det var egen Coastal-klasse med fire båter – herav én fra Ormsund. Det var også deltagelse fra Bestumkilen. Til sammen stilte 13 lag til start. For dem som lurer: NSR hadde raskest båt i samtlige turregattaer. Tur og mosjonsmiljøet sender en anmodning til mastermiljøet på Bogstad om forsterkning, men oppfordrer også de yngre til å stille. En takk til Leif, Morten, Per Arne, Gerhard og alle andre som har bidratt til gjennomføringen av Bleikøya Rundt, Ulvøya Rundt og Klubbkapproingen.

Barmen Rundt i Risør, overnatting i Arendal Roklubb, og tur rundt Hisøy dagen etter er alt blitt en tradisjon. Barmen er hvert år siste helgen i juli, og noe en bør få med seg. Lørdag kveld benket vi oss rundt et bugnende rekebord i Arendal roklubb, og stemningen var høy til langt på kveld. Det var dessverre ingen bærumsroere med

i år, men en glad gjeng fra NSR og noen tyske rovenner hadde funnet veien. Til sammen deltok 15 roere fra CR. Raskest rundt av våre var Øyvind Brøymer bare slått «over all» av en 4+. Dameklassen ble vunnet av CR.

Stor idrett

Roing, med 348 medlemmer i aldersgruppen 6–25 år, er nr. 31 på en liste over de 50 største idretter i Oslo (Aften 7. november 2012). Vi som regelmessig er på Kongen, er derfor glade for å se nye ansikter. Flere av disse tilhører medlemmene i **BI roklubb**, som vi ønsker velkommen. Vi håper også å se dem i våre turbåter. Velkomne er likeså våre nye medlemmer som har gjennomført roskolen. Det er et tankekors at mange fullfører «skolen», men faller så fra. Paul fortjener takk og honnør for sin utholdenhet som leder for roskolen. Flere fra T&M og kokk Per Arne har også bidratt ved såkalt Company Rowing – bedrifts-arrangementene som gir klubben inn-tekter.

Lengstroende kvinne ble Nina med 1454 km; herreklassen ble vunnet av Stein med 2486 km. Det beste klubbgjennomsnittet oppnådde Christiania med 1197 km.

2013-ambisjoner

Tur- og mosjonssjefen takker alle medlemmene for en fin sesong, En særlig takk til tidligere sjefer for god bistand. Uten dere hadde det nok blitt mosjon, men neppe turer. Neste år håper vi at enda flere deler tur- og mosjonsgleden med oss og at de planlagte ro-tekniske «lærings- og forbedringsprosjektene» blir gjennomført og kanskje bidrar til å sveise oss mer sammen som klubb.

Tore

Klubbkapproingen

Torsdag 11. oktober var det duket for årets klubbkapproing. Værgudene var på vår side med klar sol, blank fjord og så godt som vindstille. Da påmeldingsfristen var ute, hadde 17 roere meldt seg. Dessverre hadde ingen av våre yngre raceroere eller mastere funnet det attraktivt å kappro denne kvelden, men vi håper på god deltakelse fra den gruppen neste år. Alltid spennende å blande roere med ulike bakgrunn og ulike ambisjonsnivåer. Roerne ble fordelt i tre «store gule» med fem i hver – samt en dobbel Coastal. Det var full innstas fra deltagerne, og med noen meters lengde kunne Elisabeth D, Nina, Ingve, Thomas og cox Tobias konstatere at de var blitt årets klubbmestere. Etter behørig hylling med hurrarop, tok hele gjengen en runde rundt Bleikøya i det flotte været. Etterpå var det naturligvis samling på Toppen.

Tore

Størst på Aquador

3FOT AS VESTFOLD

3 Fot AS er Norges største Aquador-forhandler. Vi gir deg alltid gode totaltilbud på våre driftssikre båter.

Aquador

Havets dronning!

Trygghet: kjøp, levering og bruk!

Vær trygg!
**Kjøp hos
3fot!**



**DET VIKTIGSTE ER IKKE ALLTID PRIS,
MEN AT DU ER TRYGG – HELE VEIEN!**

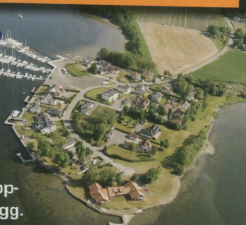
www.3fot.no - tlf 40 00 43 06

***Vi utvikler
marinaer!***

Norsk Marinadrift as
er det eneste firmaet i Norge
som har spesialisert seg på opp-
bygging og drift av marinaanlegg.
Vår unike sameiemodell har gjort båt plass til en
sikker investering!

www.nmdrift.no

NMDRIFT
NORSK MARINADRIFT AS



To langturer i sommer – begge like flotte!

Dere som ikke har vært på langtur, vet ikke hva dere går glipp av – både av naturopplevelser og andre opplevelser. I år var jeg så heldig å få være med Stein på to turer. Den første med Lars og den andre med Tore.

Trio tok turen til Syd-Koster (2.–7. juli)

Målet for turen var nye overnattingssteder hele veien, og det klarte vi. Også på Hå-øya, der vi måtte overnatte første dagen på grunn av litt rufsete motvind. Da vi dro dagen etter så vi den – havørna. Medvinden var ganske sterk imot da vi rodde forbi Son og til Moss RK for en pause. Litt bedre forbi Larkollen og til Søndre Sletter hvor vi endte dagen. Vi hadde hele øya for oss selv, nesten. Plutselig dukket det opp noen sauer og «killer birds». I hvertfall oppførte ternene seg veldig aggressivt hver gang vi skulle på do.

*... der var både
kystvakten og
politiet på plass*

Dagen etter var det flatt vann og fint vær. Kursen mot Koster ble derfor satt på utsiden av Hvalerøyene. Snakk om sjelefred – helt til vi kom til svenskegrensen. «Man kan ikke se den grense under vann», men over vann kunne vi det, for der var både kystvakten og politiet på plass. Etter en hyggelig prat med mannskapet i de to båtene fulgte en heftig dis-





IDYLL: Kjersti, Lars og Stein fant fine overnattingsplasser på sin tur til Syd-Koster.

kusjon oss i mellom om det var kortest å ro gjennom sundet mellom Kosterøyene for å komme til sommerhuset til Hilde (min søster). Diskusjonen kunne nok vært unngått hvis jeg hadde vært i stand til å vise på kartet hvor vi skulle. Men vi kom frem, både til sommerstugan og middagen som ventet. Etter morgenbad for meg (mens gutta sov) og frokost, var det tid for innkjøp av Blå Pripps i Strømstad. Less fant sin faste plass i havna. Da shoppingen var gjort og en kjempeis fortært, satte vi oss igjen ved årene. Det var varmt i været og en badepause var ønsket. «Der var et fint sted!», men skiltet «Fågel-skydd-tillträdeforbudet» fikk Lars og meg til å tro at vi ikke kunne gå i land. Vi lot oss imidlertid rask overbevise av



... tid for innkjøp
av Blå Pripps

Steins forklaring om at forbudet gjaldt å skyte fugl... og det skulle vi jo ikke. Etter ytterligere noen timer i båten begynte jakten på et passende overnattingssted. Ikke der – nei, ikke der heller; der går det ikke; litt lavt blodsukker, men så: Den perfekte plassen, god mat på primusen, fantastisk solnedgang, bål, en god prat, litt (mye) vin på meg, madrassen ute på svaberget helt i vannkanten, i soveposen og en god natts søvn. Nok en opplevelse og et minne man ikke kan kjøpe seg til, samme hvor mye penger man måtte ha.

... forbudt gjaldt
å skyte fugl

Dagen etter skulle vi over Singlefjorden til Inger, en speiderkollega av Lars. Vi var tidlig oppe. Det var også Celcius, som vi etter hvert kalte den selen som fulgte oss over hele fjorden. Inger hadde lovet oss vafler, og det fikk vi – i hauger. Og spør noen meg, er champagne til vafler klart undervurdert. Etter denne «lille» avstikkeren, var vi igjen på vei hjemover. Middag i Hankøsundet og så fem minutters roing til den fine plassen vi hadde sett på vei ned. Akkurat da teltet med bagasje var på plass og «sengene» redd opp, begynte det å regne. Men hva gjør vel det? Dryppene mot teltduken, Steins musikk og kortstokken frem. Det skal ikke mer til for å ha det veldig godt. Planen var å ta den siste overnattningen hos Arild og Rita på Hvitsten, men da vi kom dit, var børen så bra at vi bestemte oss for å gjøre unna siste etappe med en gang. Vi la til brygga på Kongen lørdag kveld etter en utrolig hyggelig tur.

Stein, Tore og jeg hjem fra Arendal (29. juli–5. august)

Etter å ha rodd Barmen Rundt i Risør på lørdag, klart oss rimelig bra gjennom rekefesten i Arendal Roklub på kvelden, og avsluttet søndagsroingen til Mærdø, satte vi kursen ut Tromøysundet. At vi ikke startet fra Arendal på morgenen, gjorde at vi var i ukjent terreng da det var på tide å gå i land. Men det gjorde ikke noe, for plas-

BARMEN RUNDT: *God Christiania-oppslutning i juli.*



sen vi fant var veldig bra. Litt slurv da vi skulle trekke Less opp på stranden gjorde at roret fikk seg en smell og falt av. Less måtte opp i en provisorisk tørrdøkk for en provisorisk reparasjon av den forrige provisoriske reparasjonen av roret. Det ordnet seg på et vis. En stopp på butikken i Lyngørsundet er obligatorisk. At Stein styrer og treffer rett på den ene store steinen som ligger i kanalen inn mot sundet, er også obligatorisk. Inspirert av nye opplevelser fulgte vi indre led forbi Kragerø og overnattet rett utenfor byen.

“... roret fikk seg en smell”

Dagen etter kom vi litt raskere enn vi hadde tenkt ut i ytre led og fikk god hjelp av noen litt store bølger på vei inn til fetter Erik i Brevik. Hvis dere blir involvert i veddemål om hvor langt det er mellom gammel og ny bro, er 1200 meter et godt tips. Jeg husker ikke hvem av oss som vant, så da var det i hvert fall ikke meg. Overnattingen hos Erik er så hyggelig at den er det helt uaktuelt å bytte ut – dit skal vi bare. Normalt kommer vi oss rundt Tønsberg tønne dagen etter, men de bølgene vi hadde hatt dagen før var nærmest som skvulp å regne sammenlignet med dem vi etter hvert fikk. Da vi kom til Naverfjorden, med Rakkebåene som neste strekk, ble vi enige om at det var tid for «nødhavn». Det som gjorde denne beslutningen litt lettere, var at Anne, en venninne av meg med hytte akkurat der, hadde gitt uttrykk for at hun var alene og gjerne ville ha besøk. Etter innkjøp av Staverns beste fiskesuppe m.m. hadde vi en hyggelig kveld. Hun trengte litt hjelp til å feste en lampe under kjøkkenskapet, og Stein og Tore gjorde så godt de kunne stakkars. Selvfølgelig ble lampen fikset, men ikke av dem.

Vi dro grytidlig på morgenen for å runde «Tønna» før vinden ble for sterk. Vind ble det ikke mye av den dagen, men regn, regn og mere regn. Vi var kliss våte og kalde, og når det er sånn, er det ikke så gøy på rotur, eller...? Jeg

“Vi ble kliss våte og kalde...”

REKER SÅ DET REKKER: Det er tradisjon med rekeaften i Arendal Roklubb.





IS I MAGEN: Kjersti med forfriskning.



FLAGGSKIP: Teltplass utenfor Tønsberg.

er helt sikker på at sofaen til Torstein på Veierland, det varme ullpleddet, OL på TV med damehåndball og sølv i kårde, maten, vinen m.m. ikke hadde føltes SÅ utrolig godt uten de litt tunge timene i båten først. Dagen etter bestemte vi oss for å ro en tur i området. Torstein fulgte oss i sculleren til vi passerte Mågerøy. Da vi rodde under Vrengensbroa, hørte vi at noen ropte – og der sto Peik og vinket. Han hentet båten og eskorterte oss til Paradis. Øya de holder til på heter ikke det, men den er det. Etter å ha vært innom Årøund og hilst på Øivind med familie, fant vi en kjem-

MIDDAGSTID: Praktisk matlaging på tur.





KURS FOR TOFTE: Kjersti og Tore, men Stein har roret.

peflott teltplass på en øy utenfor Tønsberg. Jeg prøver å lære av Stein hvordan man kan «føle» seg frem til hvor det kan være bra. Det er jo ikke alltid han er like «fintfølende», men ganske ofte (når det gjelder dette i hvert fall).

Vi hadde god tid og la turen innom Åsgårdstrand. Bilde av «Piken på broen» på det historisk riktige stedet ble tatt. Planen om middag i Son ble etter hvert skrinlagt. Hadde vi ombestemt oss litt tidligere, ville vi nok ha valgt kanalen gjennom Horten og over til Hurumlandet, istedenfor å ligge midtfjords fra Bastø og nordover. I hvert fall hadde det vært bedre for meg, som måtte tilbringe fire timer på baugåra fordi bølgene var for store til at jeg kunne bytte plass. Less er bare helt utrolig i sjøen. Nesten ikke en dråpe inn – i hvert fall så lenge styrmannen passer jobben sin. Siste natt med gjengen i hytta på Hvitsten. God mat og vin, og vi har ikke glemt hvordan man spiller Master Mind. Etter en lang og lat morgen og en fin tur inn fjorden var vi hjemme igjen. Alle var enige om at det hadde vært langt mer enn en fin tur – helt super!

Kjersti Elvestad

TUR-RETUR SYD-KOSTER			HJEM FRA ARENDAL		
Kongen	Håøya	26 km	Arendal	Fårholmen	36 km
Håøya	Søndre Sletter	52 km	Fårholmen	Berø	54 km
Søndre Sletter	Syd-Koster	55 km	Berø	Brevik	33 km
Syd-Koster	V. Damholmen	37 km	Brevik	Naverfjorden	26 km
V. Damholmen	Hankø	44 km	Naverfjorden	Veierland	40 km
Hankø	Kongen	82 km	Koserundetil	Langskjær	32 km
			Langskjær	Hvitsten	50 km
			Hvitsten	Kongen	38 km
Totalt		296 km			309 km

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

**Bruk klubbmedlem-
menes bedrifter!**

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



Din lokale elektriker:

Avdeling Oslo:
Rasmus Winderens vei 39
P.B. 166, Vinderen
0319 Oslo
www.stormelettro.no
Tlf: 22 14 20 00
Fax: 22 13 83 30

Avdeling Oppegård:
Tlf: 66 99 16 99

Elektriker på hytta?

Avdeling Sarpsborg: Tlf: 69 13 68 00
Avdeling Moss: Tlf: 69 21 09 90
Avdeling Fredrikstad: Tlf: 69 36 00 40



Masternes mestere

Etter en god regatta på Tunevannet så vi frem i mot Master-regattaen i Duisburg med store forhåpninger. Dessverre hadde vi ikke fått med oss noen unge, nye roere, men det får vi håpe vi lykkes med neste år.

I regattaen stilte Janne Spilling, Tone Pahle, Christine Høffgen, Antje Barsch i dameklassene; herrene ble representert ved Tor Ahlsand, Peter Narvestad, Bjørn Lundiin, Sigurd Dürbeck, Torstein Rekkedal, Truls Lindemann, Anders Vævang, Helge Refsum, Øyvin Brøymer og Stein Randsborg.

Godt voksne

Det var ikke akkurat ungdommen som deltok. Regattaen gikk over fire dager. En stor takk rettes til de brave unge menn som kjørte transporten. Håper inderlig de vil påta seg oppgaven neste år også.

Tor ror masse sammen med amerikanerne, og det er ikke lett å holde orden på alle hans løp. Den første seie-

... ikke akkurat
ungdommen
som deltok

MØTEPlass: Her legges slagplanen for Masternes innsats i Duisburg.





VINNERE: Mix-medalje til venstre.
Peter tok singelgull.

ren sin ordnet han helt alene. Etter et godt gjennomført løp vant han i sculler. En fantastisk innsats – og et stort forbilde for både gamle og unge. Tenk å kunne fortsette å konkurrere når man har passert 80 år.

Det var imidlertid flere scullerroere som gjorde det bra. Peters løp var spennende for oss som så på. Selv hadde han kanskje mer kontroll på løpet. Etter meget god roing på slutten gikk han opp i ledelsen og vant – til bra heiing fra tribunen, og Christianiasangen ved premiebryggen. Heiingen fikk også ros av speaker, som gjerne ville høre mer av det.

Spennende

Vi trenger flere neste år til å fortsette den gode trenden der. Ikke nok med det; Helge Refsum slo virkelig til i sitt scullerløp. Han er velkjent for meget sterke avslutninger, og det slo ikke feil denne gangen heller. Etter et særdeles spennende løp vant han. Det er bare å gratulere.

SEIRET: Helge Refsum var sterk i sluttspurten og kunne hente sin medalje ved premiebrygga.





TOR FOR ALLE PENGÅ: *Tor Absand er en solid deltaker i World Rowing Masters Regatta og tåler litt oppmerksomhet, men lar Truls Lindemann slippe til på ett av bildene.*

Øyvin gjorde også et meget godt løp, men dessverre holdt det ikke til seier. De andre som rodde sculler, gjorde en bra innsats selv om seirene uteble, men det var nok ikke noen overraskelse for noen av dem. Alle rodde dobbeltsculler i forskjellige klasser og kombinasjoner. Ingen kom hjem med seier, men mange andre plasser og mye god roing. G2x var overfylt med norske båter, med Randsborg/Hamilton som den raskeste.

4x – skuffelse

I 4x hadde vi store forhåpninger, men dessverre gikk det ikke veien denne gangen. Vi fikk det ikke til å stemme, og skuffelsen var stor. Det var bare Tor som rodde åtter. Damene gjorde en hederlig innsats. Vi startet i 1x, 2x og 4x. Janne og Tone rodde på internasjonale lag med hederlige plasseringer.

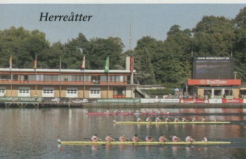
Plass til yngre roere

Siste dag var viet Mix-løpene. Først ut var kombinasjonen Christiania/Cambridge i 4x. Etter et flott løp ble det en klar seier – Stein og Janne fra Christiania, og Henry og Maria fra Cambridge. Etterpå rodde Helge og Tone samt Janne og Stein i G2x. Tor rodde med amerikanerne og fikk med en ny medalje. Det var en hyggelig lang-weekend.

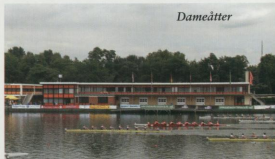
Båttransporten gikk bra. Om det var kjedelig å kjøre, vites ikke. De var flinke til å lesse av båtene, og de fleste bidro med båtsjau både hjemme og i Duisburg. Ønsket for neste år er at flere yngre veteranroere fristes til å delta.

Stein Randsborg

Herreåtter



Dameåtter



Da åttiåringen Tor rodde med bh

Dette året ble World Rowing Masters Regatta arrangert i Duisburg i Tyskland 6.–9. september.

De tre første dagene var det vanlig regatta med damer og herrer separat i alle båt-typer og årsklasser opp til J2 (85+). Avslutningsdagen søndag ble det bare gjennomført såkalte mix-lag, det vil si at det må være halvparten av hvert kjønn i hver båt.

Jeg var invitert til å stroke en åtter (75+) med en del amerikanere, men da jeg var noe forkjølet, slapp jeg det store ansvaret, og ble plassert på femmer'n. Hadde da tre herrer foran meg og fire damer bak meg.

Båten var OK, men på grunn av tidsnød hadde vi ikke vært på vannet for å prøve utstyret. Dette var en tabbe, for da vi la ut fra brygga og skulle gjøre oss klare, så viste det seg at de skoene som nu for tiden er permanent festet på fotbrettet, var beregnet for damer eller småvokste personer. Selv har jeg normalt 46 i skostørrelse, og det var da et h...te å få føttene inn i 42–43. Jeg klarte det, med nød og banning – med høyre fot, men den venstre, som jeg hadde skadet et par dager før, nektet plent. Oppvarmingen og roing frem til startområdet skjedde da med ett ben i løse

... med ett ben
i løse luften

Spesialtilbud til alle medlemmer

i Christiania Roklub

**Få medlemstilbud på forsikring
gjennom Christiania Roklub.**

Be om en uforpliktende gjennomgang av dine forsikringer hos Vardia. I tillegg til det du selv kan spare går 5 % av forsikringspremien til klubben.

President Erling Storm sier om Vardia:

"Jeg sparte mye på å skifte til Vardia. Jeg fikk en bedre forsikringsdekning og i tillegg går det et bidrag til CR, som er større enn medlemskontingenten!"

TLF.: 08415 - WWW.VARDIA.NO

VARDIA
Part of Scandinavian Insurance Group

luften. Skulle jeg måtte konkurrere slik, ville det være omtrent som å hinke 1000 meter fra start til mål. Jeg ropte da ut om noen hadde noe «tape» som jeg kunne feste foten til fotbrettet med, men det var negativt.

Da hører jeg en hyggelig damestemme rett bak som sier: «You can have my bra!»

Jeg var stum et øyeblikk over et slikt tilbud, men fikk til slutt sagt: «Are you kidding? Is it a joke?» Hun svarte like rolig: «It could be useful!» Og noen sekunder senere fikk jeg en stor og lyserød bh sendt over skulderen min. Spennen var fremdeles uåpnet, så jeg lurte fremdeles på hvordan hun har klart å ta av seg bh-en under rodrakten. Spennen ble åpnet i en fart, hovedingrediensen plassert under fotbrettet, før jeg knyttet stroppene (som var utrolig elastiske) med dobbeltknote over foten. Men da var jeg også klar til å ro, 30 sekunder før vi fikk grønt lys for «GO»!

Vi rodde og vant.

Etter medaljeoverrekkelseren rodde vi til brygga for ilandstigning, hvor jeg hadde visse problemer med å få opp dobbeltknuten for deretter å returnere bh-en med takk for lånet. Dette synet vakte naturligvis en viss oppsikt fra de andre i återren, og stroken, som var hennes mann, sa: «I told you to stay away from that Norwegian.»

Det er bare å beklage at det ikke var noen fotograf som kunne forevige begivenheten.

Munter rohilsen fra Tor Ahlsand

TOR MED TÆL: 80-åringen slår til enten det er i singel eller mangedobbel, med eller uten intime plagg.

... har klart å ta av seg
bh-en under rodrakten



Materialsjefens beretning

Materialutvalget har i år kjøpt inn 1 stk brukt 2x Filippi lettvektsbåt og 1 stk 1x Coastal båt type Yole samt fornyet åreparken og våre racebåter.

“... samt fornyet åreparken”

Prioritert racematerialinnkjøp neste år er 1 lettvekt 2x t, 1 2x mellomvekt, 1 1x mellomvekt og 1 turbåt. Innkjøp av båttrekk for våre racebåter er også prioritert.

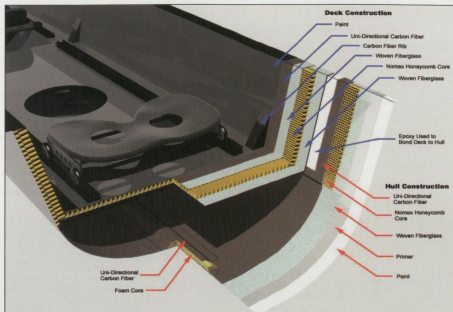
Materialutvalget 2012 består av Peik Ellingsen, Paul Bencze, Evi Zouganeli, Sigurd Gullerud og Lars J. Jensen.

Materialutvalget og Routvalget har i år utarbeidet «Prinsippskisse for klubbens båtallokering».

Prinsippskissen med retningslinjer for båtallokering ble godkjent av Styret i år.

PEN BEHANDLING: Båtmateriellet må behandles med forsiktighet, det vet jentene som er i gang med å mekke rigger; Thea (t.v.), Marit, Mone og Aasta.





Figuren viser konstruksjon av 1x scullerskrog (Wintech competitor).

Materialutvalgets økonomistyring 2012 kan oppsummeres ved at kostnader for innkjøpt materiell samt utgifter til løpende reparasjoner og vedlikehold er innenfor budsjettramme 2012.

... er innenfor
budsjettamme

Litt om konstruksjon av scullerskrog

Scullerskrog er bygget opp som en sandwich-konstruksjon med sandwich-materialet honeycombs (treverk av balsa) forsterket med karbonfiber. Epoksyharpiks, som også anvendes i flyindustrien, benyttes for å forsterke og avstive skroget ytterligere. Vakuumteknikk benyttes for å binde skrogskallet og sandwich-kjernen. Kombinasjonen av aramidfibre (Kevlar) og epoksy-harpiks resulterer i en robust overflate. Denne konstruksjonen (se figur) er unik sammenlignet med annet materiale med lik egenvekt.

Klubbens båter er av ypperste klasse og må derfor behandles og forvaltes med forsiktighet og respekt.

Mål for 2013

Enhver roer utviser forstand ved håndtering av båtmateriell samt utøver enkle forebyggende vedlikeholdstiltak. Takk for et spennende år med gode resultater!

Lars J. Jensen

Bogstadsjefens beretning

Det har vært et rolig år for meg på Bogstad, jeg satte på vannet i slutten av april og lukket igjen tidlig i november. I løpet av sesongen har jeg hatt 3-4 turer der oppe for å klippe gresset og vaske veggene mot veien. Da vi ryddet i fjor, kastet vi den gamle sofaen. Det har dessverre tatt noe tid å få en annen, men nå har Klaveness donert sitt gamle møblement fra styrerommet, så det er fint å sitte igjen.

For tiden er det problem med den ene porten og en liten glipe i en takplate. Det blir fikset til våren.

Lars (DK) Jensen



Bøylene på Bogstad

PREMIEINNSATS:

Bøyejengen
Peter, Tor, Bjørn
og Sigurd.



Takket være god markering av bøyefestene og ikke noen råtne trær på bunnen gikk det greit å legge ut bøylene, og de var på plass før den offisielle åpning av sesongen. Det som imidlertid var litt merkelig, var at begge dreggene som var lagt ned på endene av sprintstrekket, var borte slik at vi fant bare to løse ender. Ingen stor kostnad akkurat, men heft – og som sagt noe merkelig.

Til tross for mye regn, stor og varierende vannføring i sesongen, fikk vi ingen skader eller problemer – men endelig rakk vi å legge inn en forsterkning helt oppe i nord hvor wiren har vært slitt i flere år. Dette var et arbeid vi hadde tenkt å ta i forbindelse med den tidligere så mye omtalte mudringen, men i skrivende stund vet ikke bøyekomiteen hvor langt frem i tid dette arbeid nå ligger.

Men vi synes jo alle at sandbanken spiser seg faretruende inn i robanen, og at det er svært lite vann å ro på til sine tider.

Som så mange ganger før takker vi Sigurd Gullerud for ettersyn og påpasselighet gjennom sesongen, og at han alltid får tatt opp de siste store bøylene i grevens tid før isen kommer.

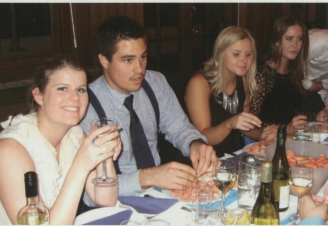
En flott høstdag mellom to kulde- og drittværperioder fikk en garvet stab opp bøylene også i år, og tre veteraner innen faget, Peter Narvestad, Thor Ahlsand og Sigurd Dürbeck ble under stor høytid overrakt medaljer for edel dåd og innsats av undertegnede. Fotograf var Terje Graver – bøyepaspirant på fjerde året. Etter full vask av nær 100 bøyer pluss oppheng – var det som sedvanlig kaffe og wienerbrød.

Stor takk til alle dere som har deltatt.

Bjørn Lundiin

PS. Hvem har rappa båtshaken vår?

Rekeafter



Rekeafter



Lutefisken på Theatercafeen

Hva er det som får åtte oppegående eldre menn til å benke seg rundt bordet på Theatercafeen første mandag i desember for å slurpe i seg lutefisk? Jo, det er sexpresset hjemme. Da er det mye hyggeligere å sitte blant gutta på Theatercafeen – spise lutefisk, skåle i øl og dram samt fremføre Christiania-sangen.

... ville ha med hele restauranten på allsang

I år tok det helt av for enkelte. Det begynte pent og forsiktig med anmodning fra undertegnede om vi ikke skulle synge, men presidenten var tydelig litt brydd, så det ble utsatt med ett glass akevitt, men da satte vi i gang. Høyt – veldig høyt. En av deltakerne reiste

seg, slo ut med armene og ville ha med hele restauranten på allsang. Det var nummeret før han stod på bordet. Han ble stoppet i tide. Det roet seg ned etter hvert.

Var det så noen i etablissementet som ville beære oss med sin underskrift i protokollen? Det var det; ikke én, men flere med forskjellige politiske avskygninger: Vår fiskeriminister Lisbeth Berg Hansen, tidligere minister Laila Dāvøy (Krf), Ole Torp (NRK) og Inge K. Hansen, tidligere landslagsspiller i håndball samt styreformann i en rekke større selskaper.

Vi avsluttet kvelden i sluttet orden. Dessverre kunne ikke vårt æresemblem Per Gustavsen eller Per Dahlstrøm være til stede på grunn av sykdom, ei heller Robert Bjørgan, som var på cruise. Men vi andre – Erling Storm, Sigurd Dürbeck, Bjørn Lundiin, Gunnar Fredrikson, Tore Lysdahl, Tor Ahlsand samt undertegnede – kastet glans over Theatercafeen for 34. gang.

Vi ble ønsket hjertelig tilbake av en smilende og bukkende hovmester.

Peter Narvestad

FISKEFYRER: *Tor (t.v.), Bjørn, Peter, Tore, Sigurd og Gunnar, mens Erling var på vandring.*





Julestemning i det høye

Jo, det ble førjulstreff og julegrøt for liten og stor på Toppen. Grøten falt i smak og kvalifiserte til terningkast seks, Per Arne fikk fortjent ros for kokekunsten. Juletreet var på plass og julenissen hadde sørget for poser med noe godt i til de yngste. Oppslutningen denne siste torsdagen før jul, var stor. Medlemmene var godt representert med stort aldersspenn, men det er sikkert plass til enda flere barn. Gangen rundt juletreet ble gjennomført med stil og bra stemmebruk.

Jahn R.



SÅ GÅR VI RUNDT: Rundt juletider var det poser til barna og «juleklapp» for alle i ringen.

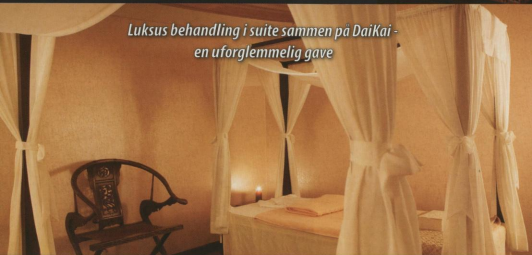




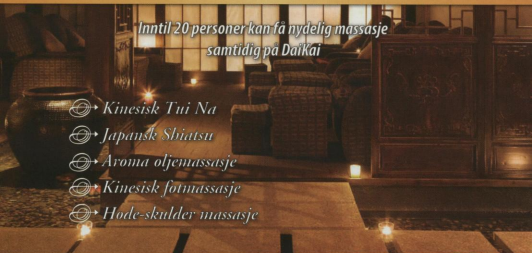
WELLNESS RETREAT



*Luksus behandling i suite sammen på DaiKai -
en uforglemmelig gave*



*Inntil 20 personer kan få nydelig massasje
samtidig på DaiKai*



- Kinesisk Tui Na
- Japansk Shiatsu
- Aroma oljemassasje
- Kinesisk fotmassasje
- Hode-skulder massasje

DaiKai Wellness Retreat, Arbins gate 11, 0253 Oslo
Tel: 23083888 reception@daikai.no www.daikai.no
Open 10:00 to 22:00 / 7 days per week

Conceptsesongen 2011/2012



MASKINISTER: De herrene som flittig mosjonerer på maskiner gjennom innendørs sesongen er blant andre Stein, Paul, Øyvinn, Knud, Lars, Reidar, Jahn og Jon.



SPINNESIDEN: Flere av damene er gjerne med på stafettlag og på spinning. Melanie, Kjersti, Elisabeth, Torill, Liv, Sissel, Maiken og Nina (bak, t.v.).



MEDALJE-IVER: Christianiajentene gjør seg godt bemerket med innendørs innsats. De kapret tre gull. Inger Kavlie på pallen lengst til høyre tok bronse, da bokført som Skullerud-roer.



**INNENDØRS – NORSK, ÅPENT MESTERSKAP 4.-5. februar**

1	07:51.7	D	JA	1X	2000	Christiania	Marit Andreassen
1	07:49.4	D	SLV	1X	2000	Christiania	Karen Johnsen
1	07:18.1	D	JA	4X	500	Christiania/Moss	Marit Andreassen Aasta Andreassen Rebekka Bugge Thea Sørensen
2	06:18.2	H	U21	1x	2000	Christiania	Håkon Moldestad
3	07:06.5	D	S	1x	2000	Christiania Skullerud	Inger Kavlie
2	06:59.0	D	SLV	4X	500	Christiania	Karen Johnsen Karen M Belsby Rebecca S Frazee Trude Meyer
3	06:39.5	H	JA	1X	2000	Christiania	Sverre Vinje
3	08:12.7	D	JB	1X	2000	Christiania	Thea Sørensen

Velkommen til Thomas Renhold AS

Din samarbeidspartner innen reholdstjenester.
Vi leverer kvalitetsjenester og yter god service.

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

Ta kontakt med oss for et uforbindtlig tilbud

Thomas Renhold AS

THOMAS RENHOLD AS

Olav Kyrres vei 9, 1473 Lørenskog

TLF: 67 90 68 01. MOBIL: 909 33 270

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

Resultatliste Christiania Open Marathon, Kongen 14. april 2012

NAVN	ALDER	VEKT	1/2 MARATHON	SNITT	PLASS
Kjell Yngvad Hole/ DnB	53	Hv.	1,19,24,4	1,52,9	1
Øyvin Brøymer	64	Hv.	1,22,37,2	1,57,4	1
Jahn Rønne	65	Hv.	1,26,57,2	2,03,6	2
Tore Lysdahl	65	Hv.	1,33,15,1	2,12,6	3
Stein Mørk	67	Lettv.	1,24,37,1	2,00,3	1

Deltakelsen i Christiania Open Marathon er blitt glissen de siste årene, men det finnes noen trofaste slitere. Stein og Tore valgte å sitte ute. Øyvin, Jahn og Kjell Yngvad trivdes best inne. Både Jahn, Tore, Øyvin, Kjell Yngvad og Stein var i stand til å stå oppreist etter innsatsen.





«Christiania Roklubs kommersielle arm»

Rapport om Lahellegrunnen AS: Båthavnen og Kongen

Lahellegrunnen AS, som eies 100 prosent av Christiania Roklub, har som formål å utvikle og drifte fast eiendom med sikte på å støtte Christiania Roklubs idrettslige formål. Selskapet ble stiftet i 1998 og er eier av Kongen og grunnen denne er bygget på, moloen ut til Kongen og retten til å anlegge og drive båthavn langs og øst for denne moloen. Dette representerer store verdier som forvaltes med et langsiktig mål.

Fra stiftelsen av selskapet har det stort sett vært de samme tillitsvalgte Christiania-medlemmer som har vært beskjeftiget med dette. Dagens styre består av: Kristine Klaveness, Svein Moldestad, Henning Cook, Erling Storm, Jon Mobraaten, Morten Flood og Øyvinn A. Brøymer. Jan Hultgren er daglig leder.

Navnet Lahellegrunnen kommer fra det undervannsskjæret som Kongens fundament og pilarer hviler på.

Solid oppgradering av Kongen

Det har i løpet av de siste år blitt investert betydelige beløp i vedlikehold av Kongen. Vårt klubbhus fikk nytt kobbertak i 2006, og i 2011 ble hele fundamentet under Kongen fornyet.

Det har de siste år også kommet nye, solide leietakere til våre næringslokaler, som også har gjennomgått betydelig modernisering. Mye av forretningsresultatet av



eiendomsforvaltningen vil med denne bakgrunn i de nærmeste år måtte gå til gjelds-
nedbetaling, men vil også fortsatt i noen grad kunne bidra til driften av den idretts-
lige delen av klubben.

Konflikt med tidligere leietaker av båthavnen

Lahellegrunnen AS har i lang tid hatt en konflikt gående vedrørende båthavnen ved Kongen.

Dette startet for nær fem år siden ved at han som hadde inngått en avtale med klubben om leie av retten til å anlegge og drive båthavnen, begynte å selge båtplas-
sene uten å informere CR/Lahellegrunnen om dette. Salgene startet da det gjensto
kort tid av hans 25-års leieavtale. Dette ledet til sterke protester fra CR og har resul-
tert i to voldgiftssaker, som begge ga domsslutninger som gikk i CRs favør når det
gjelder rettigheter.

Ny leietaker av båthavnen

Det ble i 2010 inngått ny driftsavtale for drifting av båthavnen med Norsk Marina-
drift As. Avtalen skal i første omgang vare i fem år og utløper ved årsslutt 2016.
Foreløpig driftes bare båthavnen langs moloen, men på sikt vil også det flytende
anlegget inkluderes.

Lahellegrunnen har funnet det nødvendig å investere i et funksjonelt, nytt bryg-
geanlegg langs moloen ut til Kongen. Arbeidet med dette har pågått gjennom 2012.
Anlegget er dimensjonert for å kunne ivareta det økte kapasitetsbehovet som vil
komme fra den flytende båthavnen når også dette blir skiftet ut.

Forholdet til Oslo kommune

Det har alltid vært viktig for CR å holde en nær kontakt med Oslo kommune. Vi har
i skriftlig form mottatt bekreftelse fra kommunen om at det ikke kreves ny byggmel-
ding for å skifte ut det gamle flytende bryggeanlegget med nytt og mer tidsriktig
utstyr. Et krav er dog at vi ikke anlegger flere båtplasser enn hva det gamle anlegget
kunne tilby. Oslo kommune ved Eiendoms og byfornylsesetaten har i de siste år
blitt holdt løpende orientert om vår konflikt med forrige båthavn-drifter og resulta-
tet av alle rettstvister.

Som mange er kjent med, pågår det en reguleringssak av Filipstad-området. Det
har blant annet blitt foreslått en utvidet cruisehavn i området som Color Line i dag
benytter. Så langt ser det ut til at Christiania Roklubs og Lahellegrunnens interesser
i båthavnen og hensynet til adkomst til Kongen ikke vil bli skadelidende.

Oslo 30.11.2012

Øyvin A. Brøymer

Styreformann i Lahellegrunnen AS

For hundre år siden

(et utdrag fra beretningen)

Med henblik paa olympiaden i Stockholm blev der allerede tidlig paa vaaren nedsat en komite, som skulde lede træningen og sammensætningen av lag. Man blev enig om at sætte op 2 lag – en otter med John Bjørnstad og en firer med L. Moestue og T. Tønsager som instruktører. I den anledning blev der bestilt en ny kravelfirer hos Deichmann & Ritchie i Holland. De paatænkte seniorlag kom ogsaa hurtig bra isving, fireren med mandskap Henry Larsen, M. Tørstensen, Th. Klem, H. Tønsager stroke, E. Tønsager cox, og otteren med E. Sommerfeldt, Th. Høe, Herlofsen, O. Solberg, G. Hære, H. Fegth, G. Grantz, O.T. Krogh, stroke, J. Bjørnstad, cox. Derimot trak det ut med at faa et skikkelig juniorlag sammen, og først 14. juni – 14 dage før landskaproningen – kunde man si at laget var definitivt sammensat. Ved landskaproningen 30. juni blev juniorlaget slaat i indrigger av Ormsund med Studenterne nr. 3, og i firer utrigger av Studentene – for øvrig efter et meget haardt race – med Fredriksstad som nr. 3. Kaproningens hovedløp var seniorløpet i firer utrigger, som gjaldt baade Norges Roforbunds pokal og retten til at repræsentere Norge ved de Olympiske leker og i Nordisk mesterskapsroning i Stockholm. Bare Christiania og Studentene deltok. Studentene var først i starten, men snart var ledelsen Christianias. Studentene forsøkte gang paa gang at gjenvinde det tapte, men forgjæves.

I midten av juli drog saa otteren og fireren av sted til Stockholm, og den 17. møtte otteren New College, Oxford med den verdenskjendte Bourne som stroke. Englenderne vandt med 1 ½ lengde.

Et indriggerlag, som var tat ut av otteren møtte i første heat svenskene og tapte med 1 lengde. Utrigger fireren var derimot betydelig heldigere. Den 17. møtte den østerrikske Leibnitzlag, som ble grundig distancert og gav op paa 1500 meter. Om de næste heats skriver «Morgenbladet»:

«Christiania Roklubs lag rodde mot det belgiske lag, som vandt over danskerne igaar. Norge hadde indre bane og tok straks ledelsen. Laget satte op en svimlende fart. Alt ved 500 meter var avstanden 2 lengder, ved 1000 meter 3. Nu tok belgierne en vældig spurt, som tok pusten ganske fra dem selv, og 50 meter fra maal, da Tønsagerlaget laa 4 lengder foran, opgav belgierne løpet.»

Kampen mellom Tønsagerlaget og det ansette Thameslaget var dagens mest spendende. Det engelske lag ledet indtil 1300 meter, da det norske lag trak sig en halv baatlengde foran. Ved 1500 meter hadde englenderne atter ledelsen. De tok nu en kraftig spurt og naadde 1 ½ lengde foran det norske lag. Dette søkte saa under de sidste 200 meter ved en enestaaende hidsig spurt at ta sin medbeiler igjen og halte jevnt og sikkert ind

paa ham. Ved maalet saa det ut som de to lag var like, men det engelske hadde endnu etpar meters forsprang. Tiden var 7.04.2, mens det norske hadde 7.04.4. Begge lag ble hilst med stormende bifald.

I Nordisk lørdag 20. var otteren atter med, og blev slaat med 4 sek. Av det svenske olympialag. I firer uttrigger maatte der roes i heats. Christiania møtte i første heat finnene og seiret med 3 sek., og vandt ogsaa finalen mot Vaxholm. –

I Stockholm indkjøptes for kr. 600, australiernes otter med aarer. Baaten – den gamle velkjendte og veltjente «The Referee» – var meget solid og godt bygget; og selv om den paa grund av sin tyngde – den var bygget for et mandskap med en gjennemsnittsvekt paa 80 kg. – ikke var særlig vel skikket som racebaat, saa har den allikevel op gjennom aarene gjort udmerket tjeneste som treningsbaat.

Klubbens aarlige internationale kaprodning blev dette aar indstillet paa grund av manglende deltagelse fra andre klubber.

FOTOSEANSE: *Christiania-roere fra 1912 (bak, fra venstre): Henry Larsen, M. Torstensen, Th. Klem og Haakon Tønsager. Sittende foran var instruktørene L. Moestue og T. Tønsager.*



Masterutvalg i CR

Utvalget har bestått av Grete Stokke, Tone Pahle, Torstein Rekkedal, Gerhard Durbeck og undertegnede. Morten Flood og undertegnede har vært lagledere i FISA Masters Regatta i Duisburg, Tyskland.

Grete Stokkes initiativ fra tidligere sesonger, sirkeltreningen, har vært arrangert torsdager med god oppslutning. Ledelsen av disse økter har gått på rundgang blant alle Master-roerne. Det har ikke vært vanskelig å få folk til å stille opp – og jeg takker alle som bidro.

Instruksjonssjefen vår, Paul Bencze, har kjørt «Concept Spinning» hver tirsdag, samt intervalltrening fredag – veldig effektiv trening!

Meld dere på

Alt i alt har vi vært representert på de forskjellige regattaer med 17/18 roere av begge kjønn, hvorav 14 i Duisburg.

Det har ikke vært altfor mange Master-roere som har konkurrert på hjemlig grunn, derfor oppfordres alle til å melde seg på i 2013 til følgende regattaer:

- Foldenfjordregattaen (Årungen) 27.–28. april
- Christianiaregattaen (Årungen) 11.–12. mai
- Østlandsregattaen (Årungen) 25.–26. mai
- Stokkavannsregattaen (Stavanger) 8.–9. juni
- Tunevannsregattaen (Sarpsborg) 17.–18. august
- Kjørboregattaen (Sandvika 500 m sprint) 24.–25. august.

Flere gode båter

Selve «eksamen» – FISA Masters 2013 arrangeres i Varese, nær Milano i Nord-Italia 5.–8. september. De kommende år arrangeres mesterskapet i Belgia og Australia.

Fordelingen av racebåter til masterroerne har vært tilfredsstillende i det forløpne år, dette skyldes kanskje også til en viss grad at det har vært flere gode båter å dele på.

Reservasjonssystemet, som har vært basert på at man kan reservere en båt via PC, er i sin helhet ganske utmerket, men det virker ikke som om mange har benyttet seg av det.

Muskelmuligheter

Alle masterroere betaler, på like linje med de yngre raceroere, Bogstadvgift (treningsavgift), og det burde derfor være mulig at det i større grad kan bli gitt god instruksjon på Bogstadvannet.

Mastersroere har jevnt over vært flinke til å delta på dugnader, men det har til tider vært litt vanskeligere å få dem til å stille på opp- og nedlastinger i forbindelse med transport til og fra regattaer.

Undertegnede, av visse klubbkamerater kalt klubbens sterkeste mann (!), brenner for styrketrening. De fleste av våre masterroere mangler adekvat fysisk muskelstyrke relatert til bevegelsesmønsteret i roing. Den såkalte «Jernvaren» stiller seg til disposisjon for dem som vil rette på dette.

Etterlyser master-mangfold

Til slutt et lite tankekors: Vi er den klubben i Norge som stiller med flest masterroere i FISA Masters, men likevel er det nær sagt umulig å få våre roere til å stille i «Åtter» i Master-mesterskapet i Sarpsborg, i FISA Masters eller i Götaelvsrodden.

Jeg overlater vervet som Mastersansvarlig til Torstein Rekkedal; da er alt i trygge hender.

Det vises forøvrig til regattaresultater annet steds i Årboken, samt til øvrige beretninger fra masterroere.

Øivind Haraldsen

Den gode maten

vi stadig serverer i klubben bestiller vi hos **Frognerkilen Selskapsmat AS!** De lager god og delikat mat, er veldig flinke og pålitelige. De leverer alltid til avtalt tid og pris!

Bruk klubbens annonsører og støttespillere!

Kontakt Frognerkilen Selskapsmat AS

Gabelsgate 4, 0272 Oslo

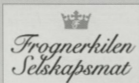
TLF: 22 55 66 75 • 22 55 67 21

FAX: 22 44 11 89

MOBIL: 952 57 274 • 411 01 001

E-POST: post@frognerkilen.no

WEB: www.frognerkilen.no





INTERTRADE SHIPPING A/S



BOKS 98 SKØYEN, 0212 OSLO

E-mail: obroymer@online.no

Brillesentrum

Roald Amundsens gt. 6
0161 Oslo (ved Rådhuset)

Tlf.: 22 42 49 27

Arne Jahr

Eddie Ellefsen

Offentlig godkjente optikere

SPESIALRABATTER TIL KLUBBENS MEDLEMMER

Kilometerkonkurransen 2012 i CR

NR.	NAVN	KM.	VALØR	GLASS	BEMERKNING	
1	Stein Mørk	2486	GULL	X		
2	Tore Lysdahl	2066	GULL	X		
3	Nina Samuelsen	1454	GULL	X		
4	Kjersti Elvestad	1397	GULL	X	SNITT: 1/3 AV ALLE RORENE	
5	Janne Spilling	1212	GULL	X	2012	1197
6	Helge Refsum	1212	GULL	X	2011	1289
7	Øyvind Brøymer	1105	GULL	X	2010	1236
8	Ingve Dragenes	1054	GULL	X	2009	1278
9	Tor Ahlsand	1011	GULL	X	2008	1317
10	Evi Zouganeli	1001	GULL	X	2007	1340
11	Tone Pahle	850	GULL	X	2006	1345
12	Torstein Rekkedahl	800	GULL	X	2005	1360
13	Øivind Haraldsen	789	GULL	X	2004	1245
14	Hans Engebretsen	787	GULL	X	2003	1206
15	Gerhard Dürbeck	737	GULL	X	2002	1164
16	Elisabeth Danielsen	658	GULL	X	2001	1011
17	Stein Randsborg	640	GULL	X	2000	1070
18	Melanie Kirmess	614	GULL	X	1999	1065
19	Erlend Wermkog	601	GULL	X	1998	1065
20	Peter Narvestad	573	GULL	X	1997	1149
21	Christine Höffgen	555	GULL	X		
22	Jahn Rønne	540	GULL	X		
23	Jon Helgeland	536	GULL	X		
24	Paul Bencze	529	GULL	X		
25	Liv Finborud	515	GULL	X		
26	Truls Lindemann	512	GULL	X		
27	Knut Volden	511	SØLV	X		
28	Ada Spæren	508	GULL	X		
29	Lars J. Jensen (N)	501	SØLV	X		
30	Grete Stokke	440	GULL			
31	Reidar Jordet	407	SØLV			
32	Sissel Udnes	388	SØLV		Årets beste nybegynner	
33	Bjørn Lundin	378	GULL			
34	Ole Øren	357	GULL		TOTAL RODDE KILOMETERE:	
35	Elisabeth Tostrup	319	GULL		2012	30097
36	Kjell Andersen	316	GULL		2011	31113
37	Lars Mørk	300	BRONSE		2010	27300
38	Øyvind Bjørkman	291	SØLV		2009	28705
39	Anders Værang	284	SØLV		2008	32336
40	Thomas Andersen	234			2007	31055
41	Torill Enersen	208	BRONSE		2006	24588
42	Sigurd Dürbeck	150	SØLV		2005	36931
43	Maiken Hertzum	144			2004	30266
44	Thobias Mahler	128			2003	28570
Totalt km.		30097			2002	24075
					2001	18318
					2000	25223
					1999	27707
					1998	26831
					1997	17789

Bruk av båter

SPESIFISERT

BÅTNR	NR	BÅTNAVN	2012	2011	2010	2009	2008	2007	2006	2005	2004	2003	2002
8+	320	Christiania	6	4	0	9							
	300	Bogstad	3	6	3	2	11	9	1				
	265	Kongen	0	7	9	11	10	15	15	6	15	6	7
	214	Reidar Knoph	0	0	7	2	0	0	0	0	7	9	1
4x-4-	324	Bjørn Lundin	13	4	23								
	321	Thor Nilsen	8	30	27	43							
	315	Thilde D Stray	17	7	4	13	12						
	314	Erling Storm	24	17	34	8	3						
	297	Robert Bjørgan	7	10	11	12	17	6	17				
	296	Nils Petter Lilledal	1	6	4	3	23	8	3	2			
	290	Bernt Fossum	10	19	27	35	37	0	9	18	7		
	280	Jul G Olsen	1	0	0	7	4	9	4	12	10	9	
	257	Stein Randsborg II	6	3	1	10	18	1	3	22	18	27	24
	256	Helge Bjonge II	7	20	25	20	38	15	23	51	52	17	9
	235	Hans Metelmann	2	3	7	7	7	37	7	14	21	11	13
	195	Gus	3	0	0	0	0	5	2	7	12	15	2
2-	293	Gerhard Durbeck	7	11	19	13	7	19	42	2	7		
	248	Odd Hansen	1	0	0	1	13	31	0	3	18	18	13
2X	327	Torill Wraalsen	4	1									
	326	Katinka Sundnes	9	1	1								
	325	Nina Mjaaland	15	7	22								
	318	Marianne F Nordahl	24	26	13	12							
	310	Martha K Helgeland	25	25	32	15	29	7	3				
	306	Christian L. Jensen	64	29	20	42	28	21	47				
	305	Eirik S Nodland	12	15	9	17	20	9	11				
	304	Jan Soderström	12	24	44	29	31	11	27				
	289	Bjørn Haug	17	56	55	49	91	73	16	117	23		
	282	Charlotte Morsund	22	30	7	35	14	8	7	24	4	15	
	281	Geir Bentzen	6	0	0	3	1	3	1	3	14	14	
	277	Jan Hultgren	9	11	3	32	27	16	21	30	4	28	20
	274	Sigurd Gullerud	4	7	24	29	50	33	44	72	82	46	23
	271	Kristine Klavness	34	61	30	48	43	70	73	81	59	51	21
	259	Thor Westlie	21	34	30	11	25	18	46	67	49	51	37
	258	Henning Cook	9	39	41	33	34	28	30	45	66	65	9
	255	Eivind Engebretsen	0	0	0	0	1	20	2	1	15	17	7
1X	329	Paul Bencze	5	21									
	328	Maiken Hertzum	31	44	14								
	319	Kjell Emblem	43	37	33	17							
	313	Veronika Vogler	50	5	10	18	15						
	311	Tore Andersen	5	12	16	16	14	2					
	309	Hans Engebretsen	30	29	26	47	30	26	37				
	308	Bjørn Walter Magnussen	9	59	42	73	57	46	39				
	303	Hans K Fleischer	26	31	37	46	100	62	33				
	302	Kjell Andersen	21	24	26	20	34	0	22				

BÅTNR	NR	BÅTNAV	2012	2011	2010	2009	2008	2007	2006	2005	2004	2003	2002
	301	Ketil Rønne	1	8	2	4	6	1	4				
	299	Maren Sandbu	9	18	2	4	0	19	18				
	298	Ernie Clark	5	9	7	27	1	12	18				
	295	Grete Stokke	43	30	26	48	137	62	82	46			
	294	Tone Pahle	101	55	56	17	62	35	17	30			
	292	Anders Wærang	23	22	18	37	13	12	27	15	24		
	291	Øyvind Wøllo	22	15	7	11	45	0	6	0	18		
	288	Janne Spilling	14	42	25	41	66	25	50	74	119		
	287	Petter Narvestad	18	1	2	11	4	4	23	19	13		
	285	Leif Wahlund	1	1	1	1	0	12	10	29	21	55	
	278	Jostein Greve	0	8	18	26	20	3	3	11	8	18	17
	276	Esther Verburg	43	13	8	31	15	5	17	42	11	12	1
	275	Janka Nakken	4	14	22	31	44	27	22	32	27	37	20
	270	Jarle Roti	45	69	50	43	51	88	40	31	20	65	91
	266	Per H Ihlen	97	33	34	54	49	65	13	53	92	72	57
	260	Inger Johanne Gresslien	44	50	34	35	14	14	35	12	27	0	19
	254	Tine Heien Larsen	4	10	19	37	23	16	35	45	56	67	96
	250	Helge Dalset	30	23	29	24	32	54	56	37	38	56	5
	244	Øyvinn Brøymer	41	36	42	45	41	38	51	35	6	0	14
		private	25	24	54	58	45	95	92	165	108	237	175
1xpl	286	Per Arild Mørk	0	0	0	0	12	0	2	48	43	5	
	272	Tom H Westerling	0	0	2	4	5	4	16	38	18	15	24
	269	Cathrine Wilhelmsen	3	0	3	3	5	7	19	7	44	19	29
	262	Margit Mørk	1	0	0	0	1	3	0	12	25	16	32
	252	Roy Hagen	0	1	1	2	5	28	4	7	31	2	2
4innr	307	Sig.Bergersen.dy	14	6	14	8	14	25	12				
4 3/4	284	Pål Svensson	60	53	58	38	10	1	28	51	92	56	
	283	Stein Mørk	46	54	47	31	35	35	33	49	66	87	
	279	Annelise Hern	28	9	19	28	57	60	51	67	96	113	58
3X Tr	312	Per Arne Holman	10	14	18	30	40	16					
2XTr	330	Kjersti Elvestad	47	6									
	323	Pernille Pihl	20	29	40	39							
	316	Irene Kåsa	12	46	13	45	57						
	273	De 4 H'er	0	4	4	7	23	31	28	51	50	58	42
	267	Magne sølvsberg	3	14	13	5	10	29	1	26	75	55	67
	222	Erik Osvoid	0	1	0	0	1	1	33	27	38	20	24
1XTR	332	Fabian	1										
	331	N N	45										
	322	Nina Samuelson	37	27	31	13							
	317	Lars Jensen	12	36	29	52	76						
	223	H.C.Haug	71	39	45	33	47	107	0	19	22	45	1

Bruk av båter • GRUPPER

	2012	2011	2010	2009	2008	2007	2006	2005	2004	2003	2002
RACEBÅTER											
8+	9	17	19	24	21	24	16	7	48	58	11
4 +, x, -	99	119	163	158	159	81	66	109	121	99	71
2-	8	11	19	14	20	50	0	7	24	30	13
2x	287	365	311	355	397	336	370	493	359	347	241
1x	590	743	701	782	899	759	811	822	574	835	734
1xpl	4	1	6	9	28	42	41	113	269	112	179
TIL SAMMEN	997	1256	1235	1342	1524	1292	1304	1551	1395	1481	1249
TURBÅTER											
1x trimmy	166	102	107	92	163	145	90	103	135	114	155
2x trimmy	80	101	70	136	91	61	72	104	163	133	133
3X trimmy	10	14	18	30	40	16					
4 3/4	134	116	124	97	103	97	112	180	301	358	113
Innrigger	14	6	14	8	14	25	12	6	21	25	10
TIL SAMMEN	404	339	325	333	411	344	286	393	620	630	401
TOTALT	1401	1595	1552	1675	1935	1636	1590	1944			

Når det gjelder bruk av båtene så er det bare turer i turprotokollene som er registrert. Dette fører til at Racebåter som har vært i bruk andre steder enn Kongen og Bogstad ikke får ført opp alle turene sine. Det er fortsatt noen som ikke skriver opp turene på Bogstad. Jeg håper alle er sitt ansvar bevisst slik at turprotokollen samsvarer med virkeligheten. Båter som har vært brukt av mastersroerne er de som stort sett har registrert flest turer. Plastsclullerne er brukt lite, de burde vært brukt mye mer av nye roere.

Stein Randsborg

Vi kjører fra hus til hytte
og tømmer hver tank for å nytte.
Fra skade i vann til nytte på land.
Vi har dere alle i tankene.

Vi utfører tjenester til Christiania Roklub

Akershus Tankrenovasjon A/S

AS Bærum Septik og Transportforretning

Telefon: 67 53 47 35

www.baerumseptik.no

Adelskalenderen 2012

	G	S	B		G	S	B
1. Stein Mørk	35	1	1	40. Torill Enersen	3	1	4
2. Hans Engebretsen	28	0	0	41. Ivar Mørk	3	1	3
3. Stein Randsborg	28	0	0	42. Stein Hødnebo	3	1	2
4. Øyvind Brøymer	26	4	3	43. Christina Höffgen	3	1	0
5. Kjell Andersen	25	10	1	44. Hege Brenne	3	0	1
6. Øivind Haraldsen	24	2	3	45. Anja Thomsen	3	0	1
7. Terje Graver	22	2	1	46. Sven Falkanger	3	0	0
8. Petter Narvestad	21	3	0	47. Jan Søderstrøm	3	0	0
9. Gerhard Dürbeck	19	1	4	48. Odd Hansen	2	3	2
10. Ada Spæren	15	2	6	49. Lars Jensen (DK)	2	2	2
11. Elsa Borch	12	1	1	50. Elisabeth Danielsen	2	2	1
12. Eivind Engebretsen	11	3	1	51. Espen Flood	2	1	0
13. Anders Vævang	11	1	2	52. Pernille Pihl	2	0	0
14. Janne Spilling	11	0	0	53. Bernt Christiansen	2	0	0
15. Nils Petter Lilledal	10	0	0	54. Tore Lysedahl	2	0	0
16. Bjørn Lundiin	10	8	2	55. Ingebjørg Grøtta	1	3	0
17. Morten Flood	10	2	4	56. Lars Jensen (N)	1	3	0
18. Thor Westlie	9	0	0	57. Per Arne Holman	1	1	1
19. Evi Zouganeli	8	1	3	58. Kristine Myrliid	1	0	1
20. Melanie Kirmess	8	0	0	59. Pål Svensson	1	0	0
21. Tone Pahle	7	0	0	60. Ellen Haug	1	0	0
22. Nina Samuelsen	7	0	0	61. Ingvild Eriksen	1	0	0
23. Tor Ahlsand	7	0	0	62. Marianne Gran	1	0	0
24. Elisabeth Tostrup	6	3	3	63. Ingve Dragsnes	0	4	0
25. Paul Bencze	6	1	0	64. Erik Osvold	0	2	3
26. Grete Stokke	6	0	0	65. Jon Hagen	0	2	0
27. Aud Engebretsen	5	8	3	66. Olav Nygaard	0	1	2
28. Jon Helgeland	5	1	0	67. Maiken Hertzun	0	1	2
29. Truls Lindemann	5	0	1	68. Margrith Mørk	0	1	1
30. Iver Høy	5	0	0	69. Jon Moberaten	0	1	1
31. Helge Refsum	5	0	0	70. Knut Volden	0	1	1
32. Trygve Amundsen	4	1	1	71. Per Dahlstrøm	0	1	0
33. Trine Randsborg	4	0	2	72. Per Gustavsen	0	1	0
34. Kjersti Elvestad	4	0	1	73. Reidar Jordet	0	1	0
35. Torstein Rekkedal	4	0	1	74. Erlend Wermkog	0	0	1
36. Robert Bjørgan	4	0	0	75. Anders Brøymer	0	0	1
37. Sigurd Dürbeck	3	6	6	76. Hans Petter Olsson	0	0	1
38. Jan Hultgren	3	4	3	77. Gunnar Fredrikson	0	0	1
39. Lars Mørk	3	4	3	78. Leif Wahlund	0	0	1

Concept adelskalender 1996–2012

	NAVN	86/97	97/98	98/99	99/00	00/01	01/02	02/03	03/04	04/05	05/06	06/07	07/08	08/09	09/10	10/11	11/12	TOTAL PM	*
1	Stein Ransborg	440	1232	1306	2039	1504	1881	2310	2400	1752	1703	1836	2021	2022	2023	2135	2163	28767	1
2	Jan Soderstrom					59	541	1700	8203	2620	2002	1429	1456	1019	1021	999	1012	22061	6
3	Pål Svensson	1116	1046	1555	2271	402	501	1111	220	1404	1001	1313	1575	1878	2621	1208	1460	20682	3
4	Stein Mark	640	765	1135	1700	1401	1408	1562	1020	1272	1290	1400	1185	1400	1627	1200	1255	20260	5
5	Øyvind Brøyner	612	535	1175	1675	1108	1002	1020	501	640	700	522	510	1061	645	775	1500	13981	2
6	Øivind Haraldsen	748	820	716	756	1102	502	332	784	1037	838	906	750	693	1000	750	708	12442	7
7	Gerhard Durbeck	485	625	761	233	397	1103	1098	134	753	692	1066	657	877	518	731	348	10478	12
8	Janne Spilling				700	850	1022	907	907	650	1402	1111	851	601	650	633	400	9777	9
9	Torstein Bekkedal												403	686	1878	1400	1300	5667	4
10	Petter Narvestad	242	318	444	481	519	535	197	5	400	394	416	335	398	303	268	355	5610	11
11	John Ranne								2	411	770	643	642	710	627	522	582	4909	8
12	Jøf Olsen				225	413	269	246	306	410	422	415	490	378	159	448	335	4516	13
13	Iver Høy								1189	892	774	515	482	190	154	32	51	4279	19
14	Jon Helgesland								302	502	529	312	613	550	530	344	506	4188	8
15	Hans Engelsen			540		367	435	284	240	625	590	134	297	197	0	0	100	3809	17
16	Olav Nypaard					110	137	140	0	363	0						141	891	16
17	Erik Osvald					129	14		91	81	112	103	140			12	33	871	20
18	Truls Lindeman										515				30	98	184	827	15
19	Tore Lysdahl															411	404	815	8
20	Maliken Aunaz											120	219	212	190	0	52	793	18
21	Knud Boye																387	387	10
22	Perk Ellingsen																214	214	14
23	Michelle Sommersel														56	91	26	173	21
24	Snorre Soderstrom													98	30	10	13	151	24
														13110				12067	

* = Rekkefølge for de 24 deltagerene i 2011/2012 sesongen



ROERE VET - BALANSEN ER VIKTIG FOR RESULTATET

Idrettsgledden er stor i BDO.

Vi er lokalmiljøets rådgivingselskap og våre revisorer og rådgivere er godt kjent med muligheter og utfordringer innenfor idretten. Mange foreninger og lokale lag har av den grunn valgt å jobbe tett med oss.

Med 1 200 ansatte og nær 70 kontorer spredt over hele landet, har vi sterk lokal forankring og kjenner ditt nærmiljø.

BDO er engasjert og stolt støttespiller til lokalt idrettsarbeid landet over. Vi er også stolte over å være på lag med langrennseliten.

For mer informasjon kontakt oss på:
Tlf.: 23 11 91 00 eller se www.bdo.no.

Du kan også besøke oss på:
www.facebook.com/bdonorge

BDO - Et bevisst valg

BDO

Christiania Roklub regnskap

pr 31.12.2012

Christiania Roklub - regnskap pr 31.12.2012

INNEKTER		2012	2011	Budsj. 12
Inntekt fra klubbvirksomhet				
Medlemskontingent		475,100	440,600	422,000
Salg Kongen,tøy,toppen etc	83,761			
Innkjøp medgått	40,228	43,533	20,504	15,000
Sum		518,633	461,104	437,000
Øvrige inntekter				
Offentlige tilskudd drift/kjøp		112,883	242,258	120,000
Offentlig tilskudd sedimenter Bogstad		0	200,000	0
Offentlig tilskudd merverdiavgift		88,362	89,058	0
Gaver fra medlemmer		56,000	35,000	0
Egenandeler,Bogstadavgift,roskole		169,300	126,050	285,000
Utleie klubblokaler		158,550	82,511	60,000
Webreklame		0	5,400	0
Grasrotandel, bingo		31,749	3,680	5,000
Diverse inntekter premier etc		30,838	9,000	35,000
Sum		647,682	792,957	505,000
Årboken				
Annonser	79,400			
Kostnader	34,275	45,125	23,039	5,000
Sum		45,125	23,039	5,000
Regattaer etc arr av CR		0	725	0
Sum driftsinntekter		1,211,440	1,277,825	947,000

DRIFTSKOSTNADER

Administrasjon				
Rekvisita og trykksaker		4,008	1,398	3,500
Porto,tlf,webside		4,518	12,221	7,000
Møter,tinget		7,808	9,156	13,500
Diverse		12,479	0	2,000
Regnskap (inkl mva 2010)		251,830	88,691	165,000
Sum		280,642	111,466	191,000

	2012	2011	Budsj. 12
Matriell etc.			
Kjøp matriell	136,757	278,721	225,000
Reparasjon og vedlikehold	55,412	111,929	85,000
Sum	192,169	390,650	310,000
Trening og kapproing			
Konkurranser i Norge	128,183	222,032	150,000
Konkurranser i utlandet	98,182	63,564	50,000
Forsikringer båter/transport og roere	69,165	101,963	80,000
Diverse instruksjon,samlinger etc.	483,431	595,824	488,660
Bilutgifter CR bil og leiebil	175,810	202,024	252,000
Sum	954,770	1,185,407	1,020,660
Premier etc			
Premier og utmerkelser	13,671	7,454	0
Oppmerksomheter	800	6,763	4,000
Sum	14,471	14,217	4,000
Drift Bogstad			
Byggeprosjekt,vedlikehold,sedimenter	116,397	168,399	235,000
Bogstad andre kostnader	17,130	46,943	23,000
Sum	133,526	215,342	258,000
Drift Kongen			
Husleie	695,592	687,566	676,500
Adm. Utleie Kongen	0	10,000	0
Rekvisita	14,061	19,178	20,000
Forsikringer (premier/malerier)	43,222	25,699	25,000
Vask lokaler	115,997	108,063	120,000
Drift alarm	10,058	9,165	9,000
Sum	878,929	859,671	850,500
Sum driftskostnader	2,454,508	2,776,753	2,634,160
Driftsresultat (underskudd)	-1,243,068	-1,498,928	-1,687,160
Finansinntekter og finanskostnader			
Renteinntekter	2,023,686	2,023,438	2,000,000
Rentekostnader	87,581	104,332	65,000
Bankkostnader	2,361	3,378	4,000
Sum netto finans	1,933,744	1,915,728	1,931,000
Årsoverskudd	690,676	416,800	243,840
Disponeres som følger			
Til egenkapital	690,676	416,800	243,840

BALANSE

Anleggsmidler		
Båtmatriell	100	100
Henger	100	100
Robase Bogstad	1,000,000	1,000,000
Sum varige driftsmidler	1,000,200	1,000,200

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

Omløpsmidler		
Kundefordringer	100,281	39,093
Forskuddsbetalt forsikring etc	4,078	35,836
Beholdning merker og tøy	154,450	136,200
Beholdning klubbsef	1,000	1,000
Beholdning bøker/kunst	44,800	44,800
Bankinnskudd,kasse	575,057	637,478
Sum omløpsmidler	879,666	894,407

Sum eiendeler	29,879,866	29,894,607
---------------	------------	------------

Gjeld og egenkapital		
Egenkapital	28,431,186	27,740,509

Kortsiktig gjeld		
Kreditorer	165,050	257,705
Mellomregning Lahellegrunnen AS	512,521	1,147,043
Mellomregning fonds	754,608	732,629
Skattetrekk,arb.g.avg.	16,500	16,721
Sum kortsiktig gjeld	1,448,679	2,154,098

Sum gjeld og egenkapital	29,879,866	29,894,607
--------------------------	------------	------------

Svein Moldestad
Formann

Magnus Berg
Økonomisjef

Gerhard Dürbeck
Morten Flood
Revidert

Regnskap fra klubbens fond

pr 31.12.2012

	2012	2011
Brødrene Rosenbergs fond		
Beholdning pr 1/1	43,676	42,404
Renter	1,310	1,272
Beholdning pr 31/12	44,986	43,676
Boye Schlytters fond		
Beholdning pr 1/1	16,600	16,117
Renter	498	483
Beholdning pr 31/12	17,098	16,600
Hannibal Feghts fond		
Beholdning pr 1/1	202,005	196,121
Renter	6,060	5,884
Beholdning pr 31/12	208,065	202,005
Livsvarige medlemmers fond		
Beholdning pr 1/1	267,790	259,991
Renter	8,034	7,799
Beholdning pr 31/12	275,824	267,790
Andelslaget		
Beholdning pr 1/1	74,073	71,430
Renter	2,222	2,143
Beholdning pr 31/12	76,295	74,073
Helge Dalsets fond		
Beholdning pr 1/1	128,485	124,743
Renter	3,855	3,742
Beholdning pr 31/12	132,340	128,485
Sum ovenstående fonds	754,608	732,629

Terminliste 2013

DATO	REGATTA	ARRANGØR	STED	NC
APRIL	Påske: 23.03-02.04			
27.-28.	Folden fjord regatta	Sandefjord RK	Sandefjord	NC
MAI	Kr.h.f.: 9.05. Pinse: 19.05-20.05			
04.-05				
11.-12.	Christianiaregattaen	Christiania RK	Årungen	NC
18.-19.				
25.-26.	Østlandsregattaen	Moss RK	Årungen	NC
JUNI				
01.-02.				
08.-09.	Stokkavannsregattaen	Stavanger	Stokkavannet	NC
15.-16.				
22.-23.	Regatta	Mangler arrangør	Årungen	
29.-30.	Åpent Nordisk Mesterskap – Magelungen		Stockholm	
JULI				
06.-07.				
13.-14.				
20.-21.				
27.-28.				
AUGUST				
03.-04.				
10.-11.				
17.-18.	Tunevannsregatta	Sarpsborg RK	Tunevannet	NC
24.-25.	Kjørbo-KM-Sprint NM	Bærum RK	Kjørbo	
SEPTEMBER				
31.8.-01.	UM	Os RK	Ulvenvannet	NC
07.-08.		PADLE stevne	Årungen	
14.-15.	NM	Norske studenters RK	Årungen	
21.-22.				
28.-29.				
OKTOBER	Høstferie: 28.09-06.10/05.10-13.10			
05.-06				
12.-13.	RÅ langdistanse	Årungen / Ormsund	Årungen	

Dette skjer i CR i 2013

Båt-dugnad	16. mars
Generalforsamling	21. mars
Concept maraton på Kongen	13. april
Dugnad før åpning	24. april
Åpning	1. mai kl 11.00
Christianiaregattaen, Årungen	11.-12. mai
Roskole	11.-12. mai/ 31. aug-1.sept
NRs Pinsetur på Oslofjorden	18.-20. mai
Eskadre roing til Solodden	26. mai
Bleikøya Rundt	13. juni
Håøyatur	15.-16. juni
Rekerøing, rotur med rekefest på øy	18. juni
Geita Rundt	19. juni
Vi griller på Toppen	20. juni
Barmen Rundt – Risør	27. juli
Vi griller	15. august
Aromila	19. august
Vi griller igjen	29. august
Masters Lake Varese	5.-8. september
NM Årungen	14.-15. september
Ulvøya Rundt	22. september
Klubbkapproing	10. oktober
Idrettsmerkeprøver	17. oktober
Høstmøte	24. oktober
Rekeaften	8. november
Grøtkveld	19. desember
Generalforsamling	20. mars

KLUBBENS ADRESSE: Frognerstranda 2, 0250 Oslo
HJEMMESIDE: www.christiania-roklub.no
BANKGIRO: 7020.05.00235

DESIGN/OMBREKKING : Morten Hernæs
TRYKK: Oslo Forlagstrykkeri

TA DET RO,LIG



Som eneste butikk i verden
har vi alle Stressless®-stolene utstilt.
Prøv alle de beste før du velger
den beste for deg!

STRØMSVEIEN
195, OSLO
ÅPENT:
10-20 (18)
TELEFON:
2222 9999

MØBELRINGEN®
ALNA
HARALDSEN & CO





Nær deg – stor nok

REVISJON, REGNSKAP OG RÅDGIVNING

RevisorGruppen har kontorer over hele landet og er derfor stor, men likevel så nær at vi oppleves som liten og lokal. Revisjon og regnskap er mer enn bare tall – det handler like mye om personlig kontakt.

RevisorGruppen FMØ DA,
oslo@rg.no, tlf. 23 20 49 00

Akershus - Bergen - Drammen - Førde - Kristiansand - Larsnes - Namdal
Nordfjordeid - Oslo - Sarpsborg - Selbu - Skien - Sotra - Stjørdal
Sunnhordland - Trondheim - Ulsteinvik - Voss - Ålesund - Åndalsnes.



REVISORGRUPPEN
revisorgruppen.no

Medlem av **UHY** International, en sammenslutning av uavhengige revisjons- og konsultantselskaper.