



Christiania Roklub



ÅRBOK 2024



Christiania Roklub

CHRISTIANIA ROKLUB STIFTET 15. MAI 1878

ÅRBOK 2024



INNHold

Redaktøren har ordet	6	Intervju Pål Sandli	88
Styret 2024	7	Intervju Sigurd Rønsen Garaas	90
Komiteer og utvalg i CR 2024/2025	8	Intervju Tale Børsheim Tønsager	91
Verv i rosporten utenom CR	11	Øivind Haraldsen	92
Heder og ære i CR	12	Myndig dame med glimt i øyet	94
Heder og ære utenfor CR	14	Rosjefens rapport	100
Styreleder har ordet	16	Materiellsjefens beretning 2024	102
Generalforsamlingen 2024	18	Båtstatistikk	104
Styrets beretning 2024	25	En CR-båts pensjonistliv	108
Åpningen av 2024-sesongen	27	Masterrapport 2024	111
Båter som ble døpt	27	Rekeften på Kongen	119
Kongen 100 år – Jubileumsfeiring:	28	Damepokalen 2024	121
Innendørs NM	31	CR's VM-firer fra 1974	122
Drammen river cup	32	T&M-sesongen 2024	125
Årungenregatta	34	Besøk fra utlandet: Kieran	128
Stokkavannsregatta	36	Besøk fra utlandet: Marie-Amélie	128
Østlandsregatta	38	Besøk fra utlandet: Tim	129
Christianiaregatta	40	Dugnad	132
Sorø	44	Bøyestrekkene på Bogstad	135
Tunevannsregattaen og mastermesterskap	46	Bogstad-anlegget	136
Coastal-NM 2024	49	Ivars ferd over Nordsjøen	139
Kjørboregatta	52	Rotur på elven Douro	145
UM i Os	58	Sommerens tur med Less	148
Norgesmesterskapene	60	Lahellegrunnen AS	154
Baltic Cup	64	Adelskalenderen 2024	158
Norwegian Tri-Erg 2024	65	Kilometerkonkurransen 2024	159
Internasjonale regattaer	67	Protokoll Høstmøte i CR	160
2024 for U17, U15 og nybegynnerne i Christiania Roklub	70	Samhold og kreativitet i klubben	168
Roerhilsen fra Inger	73	Concept adelskalender 2023/24	173
Roerhilsen fra Birgit	76	Christiania Roklubs regnskap	174
Våre roere i USA: Jonathan og Marius	78	Noter til regnskap for	177
Våre roere i USA: Valentin	82	Styrets økonomiske beretning	180
Intervju Julia Wiktorja Bisowska	84	Medlemsregister	182
Intervju Saskia Trubbach	86	Dette skjer i 2025	190
		Terminliste 2025	191

REDAKTØREN HAR ORDET

Som redaktør for årets årbok, er det en glede å få bidra til å dokumentere enda et år i Christiania Roklubs historie.

Å jobbe med årboken er en utfordrende og tidkrevende, men veldig givende oppgave. Det handler ikke bare om å sette sammen tekster, bilder og artikler, men også om å prøve å formidle klubbens sjel og å minnes de små og store øyeblikkene som gjør Christiania Roklub spesiell. Jeg har hatt gleden av å samarbeide med mange av klubbens medlemmer, og deres entusiasme og engasjement har vært en stor inspirasjon. Bilder, små og store historier dropper inn i min mailboks, og det er gøy å sette dette sammen til den boken du holder i hånden.

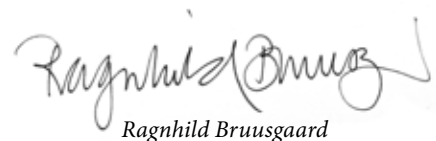
Som redaktør har jeg fått en dypere forståelse for klubbens historie, fra de små øyeblikkene som knytter oss sammen, til

de større begivenhetene som setter preg på klubben. Jeg håper at årets årbok både gir et godt tilbakeblikk på året som har vært, fra Sigurd Rønsen Garaas som tok sine første rotak på Bogstad til Øyvind Haraldsen som besøker samme sted, men nå som en eldre mann i rullestol. Begge deler de gleden over rosporten.

Jeg vil benytte anledningen til å takke alle som har bidratt med innhold, bilder og historier.

Spesiell takk til Jahn Rønne for utrettelig korrekturlesing og bidrag til det flotte intervjuet med Grete Isachsen Stokke. Takk til samme Grete med hjelp til å finne navn, bilder og å føre regattaresultater, og til Stein Mørk som holder orden på alle km rodd på land og på vann. Videre takk til Elisabeth Bjone, som setter resultatene opp så det er mulig å finne frem i dem, og til Sigurd Gullerud, Anette Dahl, Stein Mørk, Oline Skorgevik og Emil Bülow-Berntzen Johansen for fantastiske bilder og til Marianne Madsen som sørger for at boken faktisk blir trykket.

Jeg håper dere hygger dere med årboken like mye som jeg har hatt glede av å sette den sammen.


Ragnhild Bruusgaard

STYRET 2024



STYRELEDER
Petter Hagen



NESTLEDER
Tone Pahle



TUR- OG MOSJONSSJEF
Sissel Ose Pedersen



ROSJEF
Øyvind Skorgevik



ØKONOMISJEF
Marianne Berge-Madsen



MATERIELLSJEF
Espen Riktor



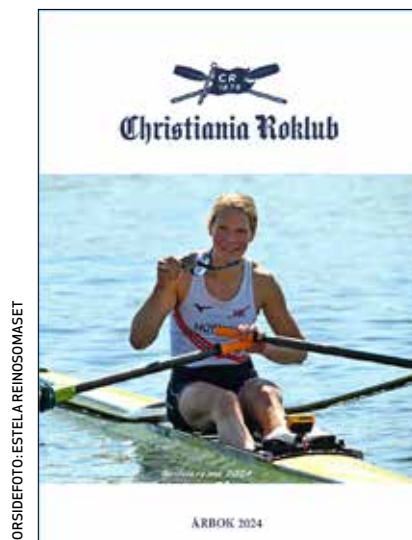
SEKRETÆR
Herman Næss-Ulseth



ANLEGGSSJEF
Ivar Kristiansen



VARAMEDLEM
Michael Geyer



FORSIDEFOTO: ESTELA REINOSOMASET

KOMITEER OG UTVALG I CR 2024/2025

I Christiania Roklub har vi et bredt antall komiteer og utvalg. Disse er maskineriet i CR, og holder hjulene i gang ved å ta tak innenfor sine respektive områder. Det krever mye å drive en roklubb med to anlegg og en stor utstyrspark, og derfor er bidraget fra hvert enkelt medlem kjærkomment. Det er også mange timer som legges ned utenfor de offisielle komiteer og utvalg.

Her kommer en oversikt over komiteer og utvalg 2024/2025.

MEDLEMMER SOM VELGES

KONTROLLKOMITÉ

Leder: Laila Thomassen
Karine Thorsell Hansen
Stephan Wold Eide

Vara: Per Størseth Andreassen

Kontrollkomiteen er ikke underlagt styret.

VALGKOMITÉ

Leder: Maiken Hertzum Aunaas
Andreas Dugstad Sørskaa
Elisabeth Danielsen

Vara: Saskia Trubbach

Valgkomiteen er ikke underlagt styret.

CHRISTIANIA ROBKLUBS RÅD

Opprettet 19. april 1928. Rådets sammensetning er 15 medlemmer valgt av generalforsamlingen. Også æresmedlemmer og tidligere styreledere er medlem av rådet forutsatt at de ikke er styremedlemmer.

ORDFØRER

Kristine Klaveness

WISEORDFØRER

Henning Cook

TIDLIGERE STYRELEDERE

Sigurd Dürbeck
Øivind Haraldsen
Henning Cook
Erling Storm
Per Arne Holman
Svein Moldestad
Tore Lysdahl
Helga Marie Løvenskiold Kveseth

ÆRESMEDLEMMER

Stein Mørk
Øyvinn A. Brøymer
Erling Storm

DE 15 VALGTE MEDLEMMENE:

Per-Kristian Dahlstrøm (til 2025)
Bjørn Lundin (til 2025)
Tine Heien Bjonge (til 2025)
Gerhard Dürbeck (til 2025)
Maiken Hertzum Aunaas (til 2025)
Kristine Klaveness (til 2026)
Tor Herman Smedsrud (til 2026)
Jon Moberåten (til 2026)
Thilde Dalsmo Stray (til 2026)
Morten Flood (til 2026)
Kjersti Elvestad (til 2027)
Jan Søderstrøm (til 2027)
Veronica Vogler (til 2027)
Lars Jørgen Jensen (til 2027)
Martha Helgeland Lande (til 2027)

Rådet er ikke underlagt styret.

LAHELLEGRUNNEN

Lahellegrunnen AS sitt styre i 2024. (sitter frem til generalforsamling 2025)

STYRET I LAHELLEGRUNNEN

Kristine Klaveness - Styreleder og kontaktperson
Tor Herman Smedsrud - Nestleder
Henning Cook - Styremedlem

Veronika Vogler - Styremedlem
Petter Johnsrud Hagen - Styremedlem (styreleder i CR)
Trond Andreas Johannessen Bjercke - Styremedlem

MEDLEMMER SOM UTPEKES AV ROKLUBBENS STYRE

BÅTNAVN

Leder: Erling Storm
Medlemmer: Espen Riktor,
Inger Kavlie,
Elisabeth Danielsen
Rapporterer til leder.

JUBILEUMSKOMITÉ

Leder: Henning Cook
Medlemmer: Maiken Hertzum,
Ingeborg Lønning,
Bjørn Lindholt,
Erling Storm,
Ragnhild Bruusgaard
Rapporterer til leder.

REGATTAKOMITÉ

Leder: Saskia Trubbach
Hanna Gailis Inntjore
Aasta Andreassen
Rapporterer til leder.

SIKKERHETSUTVALG

Leder: Petter Johnsrud Hagen
Sissel Ose Pedersen
Øyvind Skorgevik
Sigurd Gullerud
Martha Helgeland Lande
Rapporterer til leder.

KLUBBVERT M/ HUSKOMITÉ

Kontaktperson: Torill Enersen
Rapporterer til nestleder.

CR-BUTIKKEN

Leder: Michael Geyer (web)
Stein Mørk (Kongen)
Amélie Wessel
Rapporterer til økonomisjef.

MEDLEMSREGISTER

Leder: Michael Geyer
Elisabeth Couto
Rapporterer til økonomisjef.

UTLEIEKOMITEEN

Leder: Bjørn Lindholt
Ada Spæren
Elisabeth Danielsen
Rapporterer til økonomisjef.

KAPPROINGSUTVALG

Rosjef: Øyvind Skorgevik
Viserosjef: Trude Mace-Meyer
Materiellsjef: Espen Riktor
Transportansvarlig: Sigurd Gullerud
Trenere: Sigurd Gullerud, Martha Helgeland Lande
Representant for masterroere: Torstein Rekkedal
Representant for aktive juniorer: Benjamin Haug Hagen
Representant for aktive seniorer: Amélie Wessel
Rapporterer til rosjef.

MASTERUTVALG

Leder: Torstein Rekkedal
Rapporterer til rosjef.

POLITIATTEST

Trude Mace-Meyer (viserosjef)
Rapporterer til rosjef.

ROSKOLE – KONGEN

Leder: Sissel Ose Pedersen
Rapporterer til tur- og mosjonssjefen.

ANLEGGSSUTVALG – BOGSTAD

Leder: Ivar Kristiansen
Peik Ellingsen (Representant for Bøyekomiteen)
Grete Stokke
Terje Graver
Rapporterer til anleggssjef.

ANLEGGSSUTVALG – KONGEN

Leder: Ivar Kristiansen
Rapporterer til anleggssjef.

BØYEKOMITEEN

Leder: Ivar Kristiansen
Peik Ellingsen
Grete Stokke
Terje Graver
Lars Jensen
Knud Boye
Rapporterer til anleggssjefen.

FLAGG OG MEMORALIA

Ingeborg Lønning (Memorabilia)
Melanie Kirmess (Flagg og pokaler)
Rapporterer til anleggssjefen.

MATERIELLUTVALG

Leder: Espen Riktor (materiellsjef)
Materiellansvarlige, tur- og mosjonsmateriell:
Elisabeth Bjone (koordinator),
Sivert Kalvig,
Michael Geyer,
Ivar Kristiansen,
Erlend Wermskog
Rapporterer til materiellsjefen.

INFORMASJONSUTVALG

Ragnhild Bruusgaard
Grete Stokke
Rapporterer til sekretær.

ÅRBOKREDAKTØR

Ragnhild Bruusgaard
Rapporterer til sekretær.

VERV I TILKNYTNING TIL ROSPORTEN UTENOM CR

Erling Storm

Grete Isachsen Stokke

Stein Mørk

Torstein Rekkedal

Gerhard Dürbeck

Svein Moldestad

Tone Pahle

Veronika Vogler

Kjersti Elvestad

Henning Cook

Maiken Herzum Aunaas

Sissel Ose Pedersen

Jan R. Søderstrøm

Lis Skjøtt

Stiftelsen Årungen Ro- og padlesenter (leder)

NR Kontrollkomitéen (medlem)

NR Digitaliseringsprosjekt (medlem)

Oslo Rokrets (styremedlem)

Oslo Rokrets (medlem)

Oslo Rokrets Kontrollutvalget (medlem)

NR Regattautvalget (medlem)

NR Masterutvalget (leder)

Nye Årungen (medlem av arbeidsgruppen)

NR Ankekomitéen (vara)

NR Lovkomitéen (medlem)

NIFs Lovutvalg (medlem)

Nye Årungen (medlem av arbeidsgruppen)

Nordisk dommer

Kontaktperson for Tur og mosjon i NR

Rosporten Venner (styremedlem)

Rosportens Venner (styremedlem)



HEDER OG ÆRE I CHRISTIANIA ROKLUB

ÆRESMEDLEMMER

Konsul Axel Heiberg (†)	1911	Bestyrer Gunnar F. W. Fredrikson (†)	1968
Skipsreder Christoffer Hannevig (†)	1917	Direktør Hans Blom (†)	1977
Grosserer Engelhardt Eger (†)	1918	Direktør C. A. Christiansen (†)	1977
Agent Hannibal Fegth (†)	1925	Bernhard Christiansen (†)	1982
Gen. Krigskommissær Jens Bratlie (†)	1928	Magne Sølvsberg (†)	1988
Direktør Eskild Jensen (†)	1929	Per Gustavsen (†)	1988
Disponent Boye Schlytter (†)	1951	Stein Mørk	2005
Grosserer Leif Mostue (†)	1954	Øyvind Brøymmer	2015
Hovedagent Thoralf Hagen (†)	1957	Erling Storm	2022



CHRISTIANIA ROKLUBS HEDERSTEGN

Innstiftet 1908

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

Konsul Axel Heiberg (†)	1908	Skipsr. Haakon Wallem, Bergen (†)	1918
Grosserer Engelhardt Eger (†)	1908	Hovedkass. Fr. Lorentzen (†)	1921
Oberstløytnant O. Conradi (†)	1908	Direktør Eskild Jensen (†)	1921
Grosserer Christian Langaard (†)	1908	Grosserer Eugène Ekholt (†)	1921
Grosserer Nic. Andresen (†)	1908	Arkitekt Chr. W. Heiberg (†)	1925
Gen. krigsk. Jens Bratlie (†)	1908	Disponent Boye Schlytter (†)	1925
Kommandørkapt. Th. Dannevig (†)	1908	Hovedagent Thoralf Hagen (†)	1926
Kammerherre Ferd. Egeberg (†)	1908	Ingeniør Th. Klem (†)	1926
Arkitekt Hj. Welhaven (†)	1908	Agent Bertrand Moe (†)	1926
Kjøpmann Thorbj. Stenersen (†)	1908	Gross. Rudolph Schmidt, Københ. (†)	1927
Oberstløytnant Johan Sverre (†)	1908	Dr. Gustaf Uddenberg, Göteborg (†)	1928
Grosserer H. Gulbranson (†)	1908	Disponent Einar Andresen (†)	1928
Konsul Emil Mørch, Fr.stad (†)	1908	Direktør Martin Arnesen (†)	1928
Arkitekt O. Sverre (†)	1908	Grosserer Leif Mostue (†)	1928
Overrettsakfører Fred. Juell (†)	1911	Colonel I. H. Gibbon D.S.O.	
Konsul Einar Wettre (†)	1916	Leander Club, Henley-on-Thames (†)	1928
Skipsreder Christ. Hannevig (†)	1916	Grosserer Sigurd Nielsen (†)	1930
Agent Hannibal Fegth (†)	1918	Direktør Per Fjåstad, Stockholm (†)	1930
Kapt. B. Bråkenhjelm, Göteborg (†)	1918	Direktør Gustav Lütken (†)	1935
Grosserer Einar Christensen (†)	1918	Direktør Hans Blom (†)	1938
Godseier Westye P. Egeberg (†)	1918	Bestyrer Gunnar F. W. Fredrikson (†)	1938
Sven Hellström Göteborg (†)	1918	Overrettsakf. Harald Rømkke (†)	1938
Grosserer Aug. Kallevig (†)	1918	Ingeniør Fredrik Juell (†)	1938
Skipsreder Jac. M. H. Lindvig (†)	1918	Konsul Reidar G. Wasteson (†)	1938
Tannlæge dr. Ludvig Mostue (†)	1918	Direktør Leif Sendrén (†)	1946
Redaktør B. Rosvall, Stockholm (†)	1918	Disponent Rolf Manskow (†)	1946
Dr. Em. Saugmann, Slagelse (†)	1918	Direktør Jens Knudsen (†)	1947

H.r. advokat Leif S. Rode (†)	1947	Sosialsjef Knut M. Backer (†)	1959
Insp. Birger Storm Johannessen (†)	1948	Agent Jens Grevstad (†)	1962
Agent Hein Øhlckers (†)	1948	Speditør Bjørn Steinert (†)	1962
Direktør Leif Sørvik, Göteborg (†)	1950	Salgsrepresentant Johan Aubert (†)	1967
Avd. sjef K. A. Soelberg (†)	1950	Kontorsjef O. T. Krohg (†)	1968
Avd. sjef Johs. Quale (†)	1950	Regnskapssjef Willy S. Evensen (†)	1968
Båtmann Haavald Siljan (†)	1951	Asbjørn Løken (†)	1973
Disponent Erik Jaer (†)	1951	Christian Lütken (†)	1974
Boktrykker Arne S. Mørk (†)	1952	Direktør Per Gustavsen (†)	1978
Gross. André Filtenborg, Københ. (†)	1953	Hilmar Toftager (†)	1979
Direktør Vagn Jensen, Københ. (†)	1953	Helge Olav Elgethun (†)	1980
Direktør Henry Larsen, Tønsberg (†)	1953	Magne Sølvsberg (†)	1982
Konsul H.R.Becker-Eriksen, Moss (†)	1953	Jon Mabråten	1987
Direktør Gunnar Schjøll (†)	1953	Jan Hultgren	1988
Direktør C. A. Christiansen (†)	1953	Stein R. Mørk	1993
Advokat Sverre Vedeler (†)	1953	Stein Randsborg (†)	1994
Represen. Poul Kragh, Københ. (†)	1953	Øivind Haraldsen	1998
Bankass. Wilhelm Haffner (†)	1953	Helge Bjonge	2001
Avd. sjef Bredo Thorbjørnsen (†)	1953	Per Håkon Ihlen (†)	2003
Skipsreder Anders Wilhelmsen (†)	1953	Øyvind A. Brøymmer	2003
Direktør Bo Kaiser, Stockholm (†)	1953	Henning Cook	2003
Kjøpmann Finn Bjønness (†)	1957	Hans Engebretsen (†)	2005
Siv.ing. Bernhard Christiansen (†)	1958	Erling Storm	2011
Økonom Helge Dalset (†)	1958	Bjørn Lundin	2012
Disponent Jens Lyche (†)	1958	Morten Flood	2013
Salgssjef Anton Johansen (†)	1958	Sigurd Gullerud	2014
Disponent Fr. Faye Knudsen (†)	1959		



INNEHAVERE AV BOYE SCHLYTTERS PLAKETT

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

Hannibal Fegth (†)	1963	Stein Mørk	1983
O. T. Krohg (†)	1964	Jon Hagen	1987
Gunnar F. W. Fredrikson (†)	1964	Helge Bjonge	1987
H. R. Becker Ericksen (†)	1965	Øivind Haraldsen	1988
Birger Storm-Johannessen (†)	1965	Tine Heien Bjonge	1991
Bernhard Christiansen (†)	1966	Eivind Engebretsen	1995
Boye Schlytter (†)	1967	Kristine Klaveness	1996
Th. Hagen (†)	1967	Martha K Helgeland	1999
Per Håkon Ihlen (†)	1968	Cathrine Monrad Hagen	2001
Joakim Paulsen (†)	1968	Sigurd Chr. Gullerud	2003
Hilmar Toftager (†)	1969	Robert Bjørgen (†)	2005
Jens Grevstad (†)	1971	Jan Sørstrøm	2005
Magne Sølvsberg (†)	1973	Nils Petter Lilledahl	2012
Hans Engebretsen (†)	1974	Paul Bencze	2018
Per Arild Mørk	1977	Birgit Skarstein	2018
Erik Bjonge	1977	Svein Moldestad	2018
Arne S. Mørk (†)	1978	Peik Ellingsen	2021
Jan Edvard Thygesen	1980	Jahn Rønne	2021
Odd Hansen	1981	Torstein Rekkedal	2024
Stein Randsborg	1982	Bjørn Lindholt	2024

HEDER OG ÆRE UTENFOR CHRISTIANIA ROKLUB

INNEHAVERE AV NORGES ROFORBUNDS GULLMEDALJE

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

1. Personer som i særlig grad har arbeidet for ro-idrettens fremgang og trivsel.
2. Roere som ved særlig fremragende prestasjoner har bidratt til ro idrettens sunne utvikling.

Arkitekt O. Sverre (†)	1912	Direktør Ove Roll (†)	1957
Agent Hannibal Fegth (†)	1918	Siv.ing. Bernhard Christiansen (†)	1960
Direktør Jens Knudsen (†)	1925	Direktør Gunnar Schjøll (†)	1963
Advokat Leif S. Rode (†)	1925	Bestyrer Gunnar F. W. Fredrikson (†)	1969
Direktør Eskild Jensen (†)	1933	Agent Jens Grevstad (†)	1978
Direktør Henry Larsen (†)	1933	Asbjørn Løken (†)	1990
Tannlege dr. Ludvig Mostue (†)	1939	Thoralf W. Sandaker (†)	1994
Direktør Hans Blom (†)	1947	Lis Schjøtt	2011
Disponent Rolf Manskow (†)	1947	Tone Pahle	2013
Direktør H. R. Becker-Eriksen (†)	1950	Erling Storm	2019

INNEHAVERE AV NORGES ROFORBUNDS HEDERSTEGN

Asbjørn Løken (†)	1984	Erling Storm	2016
Thoralf W. Sandaker (†)	1984	Grete Isachsen Stokke	2016
Tone Pahle	1999		

INNEHAVERE AV NORGES ROFORBUNDS MEDALJE FOR FORTJENESTFULL ROING

Utdes til roere som har vunnet seks 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	Johan Harbitz (†)	1919
Fredrik Juell (†)	1906	Birger Var (†)	1921
Haakon Tønsager (†)	1910	Per Gulbrandsen (†)	1921
Gustav Hæhre (†)	1912	Alf Hafting (†)	1923
O. T. Krohg (†)	1912	C. F. Klyve (†)	1923
Fr. Lorentzen (†)	1914	Bernt Fossum (†)	1924
Jens Knudsen (†)	1914	Ernst Andersen (†)	1927
Henry Larsen (†)	1915	Frank Schjeldrup (†)	1927
Th. Klem (†)	1918	Gert Heiberg (†)	1928
Kaare Heiberg (†)	1919	Erik Brekke (†)	1931

Helge Motzfeldt (†)	1931	Viggo Winther (†)	1955
Gunnar Wessel (†)	1931	Robert Tank-Nielsen (†)	1956
Ove Roll (†)	1931	Egil Schøyen-Nilsen (†)	1957
Henrik Horn (†)	1933	Aage Moen (†)	1957
Martin Mehren (†)	1933	Arild Dyrø Moe (†)	1957
Einar Astrup (†)	1934	Per Håkon Ihlen (†)	1960
Jens Grevstad †	1934	Tor Westlie (†)	1960
Rudolf Larsen (†)	1934	Hans Engebretsen (†)	1962
Gunnar Schjøll (†)	1935	Tore Andersen (†)	1963
C. A. Christiansen (†)	1935	Robert Bjørgan (†)	1963
Gunnar F. W. Fredrikson (†)	1935	Bernt Christiansen (†)	1963
Trygve Rostrup (†)	1935	Bjørn Lundin	1964
Even Bakke (†)	1936	Kjell Andersen	1965
Albert Heyerdahl (†)	1938	Tor Ahlsand	1965
M. Busch Christensen (†)	1938	Bjørn Carlsen (†)	1965
Bernhard Christensen (†)	1938	Erik Hirsch	1968
Knut Gråbo (†)	1946	Øyvind Brøymer	1972
Rolf Berg (†)	1949	Stein Adel Randsborg (†)	1973
Arvid Eliassen	1949	Finn Haug	1974
Willy S. Evensen (†)	1949	Arne Jahr	1975
Sigurd Grønli (†)	1949	Tone Pahle	1976
Arne Serck-Hanssen (†)	1949	Jan Söderström	1978
Leif Gudim (†)	1951	Helge Refsum	1984
Bjørn Steimler (†)	1951	Gunnar Sandborg	2008

INNEHAVERE AV NORGES ROFORBUNDS MEDALJE FOR FORTJENESTFULL COXING

Utdes til styrmenn som har minst 60 starter i nasjonale eller internasjonale elite-, senior- og juniorløp. Det må ha startet minst to 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	Morten Flood	2014

NORDISK ROFORBUNDS ÆRESMEDLEMMER

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



"HALVE STYRET" PÅ TRENINGØKT PÅ BOGSTAD, ESPEN RIKTOR, MATERIELLSJEF, MICHAEL GEYER, MEDLEMS-ANSVARLIG, LARS JENSEN OG PETTER J HAGEN, STYRELEDER ETTER EN ØKT I DOBBELTFIRER SEN HØST 2024

KJÆRE CR-MEDLEMMER

Vi har lagt bak oss et hektisk år med mange milepæler og fantastiske resultater! Birgit Skarsteins PL-sølv i Paris og Inger Kavlies EM-tittel, WC-seier og A-finale i OL er åpenbare høydepunkter på elitesiden. Vi har også hatt utøvere i U23-VM,

U19-EM, Coupe de la Jeunesse, Baltic Cup, Nordisk, Henley, Bled, m.m, til dels med stor suksess. CR som klubb leverte dessuten et sterkt NM i 2024. Vi tok nok en gang Emil Mørchs pokal med mer enn dobbelt så mange poeng som nest beste

klubb etter sterke resultater fra damer og herrer, junior og senior. Bredden i klubben er god med høy aktivitet i Tur & Mosjon, Masters og Race. I Tur & Mosjon har vi et stadig mer imponerende antall roere som klarer 1000 km i året! Vi satser på Coastal, og i 2024 var vi med på å arrangere Coastal-NM. Det ble et godt mesterskap, som viste hva Coastal kan være. Vi sendte også utøvere til Coastal Coupe og VM i Coastal Beach Sprint, så på Coastal skjer det stadig mer.

Rett etter nyttår kom beskjeden om at Birgit Skarstein legger opp etter en fantastisk ro-karriere. CR er dypt takknemlig for alle de spennende øyeblikkene du har skapt, Birgit, og vi er fulle av respekt for en karriere med seks VM-gull, fire EM-gull, PL-gull i Tokyo, tre Kongepokaler og nå sist PL-sølv i Paris!

Ellers er det svært gledelig at Martha Helgeland Lande er tilbake som trener, nå med hovedansvar for herrer. Håper det kan være til inspirasjon også for andre roere som kanskje har vært borte fra klubben i en periode; du er velkommen tilbake! Med Martha, Sigurd, Esther, Emil og assistent-trenerne har vi nå et meget godt trenerteam på plass for 2025. Vi gjør ellers løpende forbedringer på anleggs- og utstyrsfronten og jeg synes vi kan si oss veldig godt fornøyd med stadige oppgraderinger på Kongen og Bogstad. Vi har fått nye Bike Ergs på Kongen og det er kjøpt inn flere nye race-båter. Dette kommer også Masters til gode; når race får nye båter frigis eksisterende race båter til Masters-gruppen. I 2025 kommer det

også en ny Tur & Mosjons 4x, som er det første store nyinnkjøpet til Tur & Mosjon på en god stund. Det skjer med andre ord stadig små og store forbedringer på mange områder.

I 2025 feirer vårt kjære klubbhus, Kongen, 100 år. Jubileumskomiteen er godt i gang, både med å forberede klubbhuset og arrangementet. Følg med på oppdateringer derfra. Etter sommeren skal vi i CR dessuten organisere NM, så hold av datoen og bli med for å ro, organisere eller være tilskuer.

CR er en klubb med sterke tradisjoner og ressurser, men vi er også en klubb som er arbeidskrevende å drive. Utover trenerne er det ingen ansatte i CR. Klubben drives av oss medlemmer på frivillig basis. Tusen takk til alle som bidrar med små og store oppgaver, alt fra huskomité, drift av anlegg, vedlikehold av materiell, utleie av klubblokaler, påmeldinger, fakturering, regatta-organisering, bøyehåndtering, medlemsregistrering, økonomistyring, dommer-gjerninger og mye, mye mer. Takk til dere alle!

Jeg ser frem til å treffe flest mulig av dere på Bogstad og Kongen i 2025.

Petter Hagen
Styreleder



Protokoll
Ordinær generalforsamling
torsdag 21. mars 2024, kl 19.30 på Kongen

Styrets leder Petter J Hagen ønsket alle fremmøtte velkommen, og særlig de fremmøtte æresmedlemmene.

1. Godkjenne de stemmeberettigede

-Vedtatt ved akklamasjon, ingen innvendinger

2. Velge dirigent(er)

Styrets leder Petter J Hagen ble foreslått

- Vedtatt ved akklamasjon, ingen innvendinger

3. Velge protokollfører(e)

Styrets sekretær Herman Næss-Ulseth ble foreslått

- Vedtatt ved akklamasjon, ingen innvendinger

4. Velge to medlemmer til å underskrive protokollen

Bjørn Lindholt og Thilde Stray ble foreslått

- Vedtatt ved akklamasjon, ingen innvendinger

5. Godkjenne forretningsorden

-Vedtatt ved akklamasjon, ingen innvendinger

6. Godkjenne innkallingen

-Vedtatt ved akklamasjon ingen innvendinger

7. Godkjenne sakslisten

-Vedtatt ved akklamasjon, ingen innvendinger

8. Behandle roklubbens årsberetning med beretningene fra de ulike styremedlemmene og Rådets protokoll

Viser til årboken 2023

Styreleder henviste til Årboken for 2023 for beretningene inntatt der. Rådets protokoll ble lest av Veronika Vogler

-Vedtatt ved akklamasjon, ingen innvendinger

9. Behandle roklubbens regnskap, styrets økonomiske beretning kontrollutvalgets beretning og revisors beretning

Kontrollutvalgets beretning ble lest av Tore Lysdahl. Øvrige dokumenter var inntatt i utsendt saksliste som vedlegg 1.

-Vedtatt ved akklamasjon, ingen innvendinger.

10. Behandle saker som fremgår av godkjent saksliste

Styreleder viste til vedlegg 2 i utsendte saksliste og redegjorde for de tre forslagene etter tur. Det blir åpnet for eventuelle spørsmål og innspill relatert til disse. Erling Storm foreslo å beholde nevningen av Livsvarige medlemmer i paragraf 3 (3), andre punkt, med det tillegget at man for livsvarige påpeker at det «(tas ikke inn nye etter 2023)».

Ingen innspill på forslag B og C. Følgende endringer ble vedtatt, hvorav alle var enstemmige bortsett fra Erling Storms modifiserte Forslag A som ble vedtatt mot 5 stemmer (endringer markert i rødt):

Forslag A:

§ 3 Medlemmer

(3) Roklubben har følgende medlemskategorier:

- æresmedlemmer
- aktive medlemmer, herunder livsvarige medlemmer *(tas ikke inn nye etter 2023)*
- ~~passive-støtte~~medlemmer *(har ikke rett til å benytte treningsrom og materiell)*

§ 10 Årsmøtet (Generalforsamling)

(3) Årsmøtets oppgaver:

11. Fastsette:

- medlemskontingent på minst kr 50. *Æresmedlemmer og medlemmer som tidligere har tegnet livsvarig medlemskap, er fritatt for kontingent.*
- ~~eventuelt~~ treningsavgift *for andre medlemmer enn støttemedlemmer*, eller gi styret fullmakt til å fastsette treningsavgifter

Forslag B:

§ 10 Årsmøtet (Generalforsamling)

(3) Årsmøtets oppgaver:

12. Vedta idrettslagets budsjett *hensyntatt Høstmøtets drøftinger fra foregående år*

§ 10A Høstmøtet (Ekstraordinært årsmøte)

(1) På høstmøtet skal det:

- fremlegges beretning fra Rosjefen og Materiellsjefen
- drøftes budsjettprioriteringer for kommende år, som en forberedelse til behandling på generalforsamlingen*
- ~~F~~foretas følgende valg:

Forslag C:

§ 13A Rådet

~~(7) Rådet fremsetter forslag til valgkomiteen på medlemmer til Rådet.~~

§ 12 Kontrollutvalg, valgkomité

- (3) Valgkomiteen skal legge frem innstilling på kandidater til alle tillitsverv som skal velges..... Valgkomiteen skal ~~innhente Rådets forslag til nye medlemmer i Rådet.~~ drøfte aktuelle kandidater til Rådet med Rådets ordfører og viseordførere.

Generalforsamlingen ga videre sin tilslutning til at Loven oppdateres iht NIFs nye lovnorm ifm de vedtatte endringene.

11. Fastsette medlemskontingent på minst kr 50, og treningsavgift, eller gi fullmakt til å fastsette treningsavgifter.

Styret foreslår at kontingent og treningsavgift for 2025 videreføres på samme nivåer som i 2024, dvs:

- Medlem: 1200
- Støttemedlem: 500
- Treningsavgift Bogstad (inkluderer Kongen): 2500
- Treningsavgift Kongen: 1250

Styret ber om fullmakt til å videreføre de rabatter som fremgår av vedtak på Høstmøtet i 2023.

-Vedtatt ved akklamasjon, ingen innvendinger

12. Vedta roklubbens budsjett

Budsjettet var sendt ut som del av Vedlegg 1.

-Spørsmål fra Stein Mørk om når det kommer båtmidler til tur og mosjon. Dirigent viste til at det jobbes med en ny dobbeltfirer til T&M og at første skritt er at T&M gruppen bestemmer seg for

hvilken båt de ønsker og at det er en prosess rundt utprøving av alternativer nå i 2024.

-Innspill fra Cathrine Monrad Hagen med ønske om at man tar hensyn til redusert treningsavgift for de som har stram økonomi. Dirigent redegjør for klubbens policy, og at styret følger denne.

-Budsjett vedtatt ved akklamasjon, ingen innvendinger.

13. Behandle roklubbens organisasjonsplan

Organisasjonsplanen var sendt ut med sakslisten som vedlegg 3

-Organisasjonsplanen vedtatt ved akklamasjon, ingen innvendinger.

14. Foreta følgende valg til styret:

- Styreleder, ikke på valg
- Nestleder, for to år
- Økonomisjef
- Anleggssjef
- Tur- og mosjonssjef
- Sekretær
- Ett varamedlem

Leder av valgkomiteen Maiken Hertzum Aunaas presenterte valgkomiteens innstilling, der alle tok gjenvalg:

- Styreleder Petter J Hagen, ikke på valg
- Nestleder Tone Pahle, for to år
- Økonomisjef Marianne Berge-Madsen
- Anleggssjef Ivar Kristiansen
- Tur og mosjonssjef Sissel Ose Pedersen
- Sekretær Herman Næss-Ulseth
- Varamedlem Michael Geyer

-Vedtatt ved akklamasjon, ingen innvendinger.

15. Velge kontrollutvalg med leder, to medlemmer og ett varamedlem.

Styreleder hedret det avtroppende kontrollutvalget med blomster og noen ord om deres innsats. Deretter presenterte leder av valgkomiteen Maiken Hertzum Aunaas valgkomiteens innstilling:

- Leder: Laila Thomassen
- Medlem: Karine Thorsell Hansen
- Medlem: Stephan Wold Eide
- Vara: Per Størseth Andreassen

-Vedtatt ved akklamasjon, ingen innvendinger.

16. Velge representanter til ting og møter i de organisasjonsledd roklubben har representasjonsrett eller gi styret fullmakt til å oppnevne representantene

Styret foreslår at Generalforsamlingen gir Styret fullmakt til å oppnevne representantene

-Vedtatt ved akklamasjon, ingen innvendinger.

17. Velge valgkomité med leder, to medlemmer og ett varamedlem

Styreleder presenterte Styrets forslag til innstilling:

- a) Leder: Maiken Hertzum Aunaas
- b) Medlem: Andreas Dugstad Sørskaa
- c) Medlem: Elisabeth Danielsen
- d) Vara: Saskia Trubbach

-Vedtatt ved akklamasjon, ingen innvendinger

18. Velge 5 medlemmer til Rådet, for 3 år.

Styreleder hedret de avtroppende medlemmene Elsa Borch Graver og Petter Narvestad for deres arbeid i Rådet. Blomster og applaus. Leder av valgkomitéen Maiken Hertzum Aunaas presenterte valgkomitéens innstilling:

- a) Lars Jørgen Jensen
- b) Jan Søderstrøm
- c) Kjersti Elvestad
- d) Veronica Vogler
- e) Martha Helgeland Lande

-Vedtatt ved akklamasjon, ingen innvendinger

19. Engasjere revisor til å revidere roklubbens regnskap

Styret foreslår at Lytomt Revisjon gjenvelges for 2024

-Vedtatt ved akklamasjon, ingen innvendinger

20. Vedta innkalling til høstmøte og fastsette dato for dette.

Styret foreslår at Høstmøtet 2024 avholdes 24. oktober klokken 19.30

-Vedtatt, ingen innvendinger.

I pausen presenterte Øyvin A Brøymer CRs hederstegn til Kristine Klavenes. Klaveness' ro-meritter og omfattende frivillige innsats for CR og rosporten fremlegges og hedres. Stående applaus.

Senere i pausen hedret Rådets leder Kristine Klaveness og Rådets nestleder Henning Cook den avtroppende Styrelederen i Lahellegrunnen og Rådet, Øyvin A Brøymer, for hans innsats og kjærlighet for CR over mange år. Brøymers 27 år som styreleder samt avgjørende arbeid for å sikre eierskap til Lahellegrunnen og med det hele Christiania Roklubs økonomi vektlegges. Pokal blir presentert. Stående applaus.

Avslutningsvis ble ordet gitt til Per Dahlstrøm som hedret Ragnhild Bruusgaard for hennes store innsats med Årboken. Årboken 2023 er blitt et flott dokument. Blomster og applaus. Avtroppende Hussjef Anna C Brown ble takket for sin innsats. Kjersti Elvestad ble takket for sin innsats med lovrevisjon. Blomster og applaus.

Tone orienterte om behov for frivillige i Coastal NM og Christiania-regattaen. Det oppfordres til aktivitet samt rekruttering av yngre.

Oslo, 21. Mars, 2024



Bjørn Lindholt



Thilde Stray



DET VAR GODT FREMMØTE



PETER NARVESTAD BLE TAKKET FOR SIN INNSATS I RÅDET



STYRELEDER PETTER HAGEN LEDET MØTET



KRISTINE KLAVENES OG HENNING COOK TAKKET ØYVIN BRØYMER



ELSA BORCH GRAVER BLE TAKKET FOR SITT ARBEID I RÅDET



KRISTINE KLAVENESS MED CHRISITANIA ROKLUBS HEDERSTEGN



PER ARNE HOLMAN



RAGNHILD BRUUSGAARD FIKK TAKK FOR ÅRBOKEN

STYRETS BERETNING 2024

Det ble i året som gikk avholdt ti styremøter. Møtene fant hovedsakelig sted på Bogstad i sommermånedene, og på Toppen de øvrige måneder.

Styret har i 2024 jobbet hardt for at klubben skal fortsette å lykkes, noe som har gitt mange konstruktive diskusjoner og innspill. Christianias sportslige resultater i 2024-sesongen har i den forbindelse gitt stor lykke og begeistring.

Det har gjennom året blitt diskutert alt fra vedlikehold av bygg og anlegg til

klubbkolleksjoner og finansielle spørsmål. Som alltid har også videre optimalisering og fornyelse av klubbens båtpark vært et sentralt og gjennomgående tema.

Styret ser med dette frem til enda et fantastisk år på Bogstad og Kongen, og vi gleder oss stort til å se klubbens medlemmer i aksjon.

Takk for tilliten!

Vennlig hilsen Styret.





CHRISTIANIA ROKLUB SIN 146. SESONGÅPNING



BETTINA ECKBO



BJØRN LINDHOLT FIKK BOYE SCHLYTTERS PLAKETT



TOR AHLSTAND DØPTE BÅTEN
OPPKALT ETTER BARNEBARNET
MARIUS



TORSTEIN REKKEDAL FIKK
BOYE SCHLYTTERS PLAKETT



HANNE, RAGNHILD OG ADA



BOYS IN BLUE, OG ET PAR DAMER

ÅPNINGEN AV 2024-SESONGEN

På denne historiske dagen, 28. april, med CRs andre gull i EM på kvinnesiden, holdt Christiania Roklub sin 146. sesongåpning. Det var ca. 70 som stilte opp i grått vær med fem grader pluss og nordadrag. CRs styreleder Petter Hagen holdt en beskrivende tale for hvor CR er i dag. Tradisjonell flagg- og bannerheising, samt synging av CR sangen, ble foretatt. Under årets åpning ble Bjørn Lindholt og Torstein Rekkedal tildelt Boye Schlytters plakett. Hele seks båter ble døpt. Bettina Eckbo døyte en dobbeltfirer etter sin oldefar Eivind Eckbo. Ellers ble Morten Flood beåret med en 4x, Anna Brown

og Ragnhild Bruusgaard 2x, Jonathan Wang-Norderud og Marius Bjørn Ahlsand hver en 1x. Åtterløpet mellom de blå og røde i Kilen med blanding av seniorer og juniorer av begge kjønn ble vunnet av Christiania Roklub.

Som sedvanlig var det nydelig servering på Toppen.

Avslutning på dagen ble viet Europamesterskapet med Inger Kavlie og Thea Helseth på storskjerm. Det var stor jubel da jentene rodde til gull!

BÅTER SOM BLE DØPT

BÅT NR	BÅTTYPE	LEVERANDØR	NAVN	TALER TIL DÅP
380	2X	Wintech Int.	Anna Brown	Elisabeth Danielsen
381	2X	Wintech Int.	Ragnhild Bruusgaard	Jahn Rønne
382	1X	Wintech Int.	Jonathan Wang-Norderud	Petter Hagen
383	1X	Wintech Int.	Marius Bjørn-Hansen Ahlsand	Tor Ahlsand
385	4X	Empacher	Eivind Eckbo	Bettina Taugbøl Eckbo
386	4X	Empacher	Morten Flood	Bjørn Lindholt



KONGEN 100 ÅR: JUBILEUMSFEIRING

På den undersjøiske Lahellegrunnen fikk Christiania Roklub bygge sitt klubbhus, «Kongen». Den gang inngikk vi en tiårig leieavtale med Kristiania by og satte i gang det største byggeprosjektet i klubbens historie. Nå nærmer vi oss 100-årsjubileet for dette historiske landemerket, som ble åpnet av kong Haakon den 18. juni 1925.

I forbindelse med jubileet har det blitt nedsatt en komité som jobber med flere prosjekter for å markere denne store begivenheten. Styret i Lahellegrunnen AS og styret i Christiania Roklub støtter en fornyelse av «Kongen», som gjennom flere tiår har sett behov for oppgraderinger. Komiteen har brukt mye tid på å gå gjennom tegninger, notater og historiske dokumenter for å sikre at fornyelsen harmonerer med husets opprinnelige utforming.

Forbedringene omfatter blant annet ny belysning inne og ute, malerarbeid, restaurering av skinnstoler, oppgradering av pokalværelset, samt en ny historisk dør fra båthallen til trappeløpet. I tillegg vil vi henge opp bilder, diplomer og dokumenter som markerer viktige øyeblikk i klubbens historie, innrede et ordentlig kontor og kjøpe nye utemøbler til Loggian.

Selve jubileumsdagen, 18. juni 2025 kl. 18, blir en festdag. Kampen Janitsjar åpner programmet, som deretter byr på taler, regatta for junior- og senioråttene, og mat og drikke. Vi håper alle medlemmer setter av dagen. Sentrale personer fra idretten og samfunnslivet vil også bli invitert, slik at klubben kan vise seg frem som levende og aktiv.

Ingen klubb kan eksistere uten frivillig innsats. Gjennom generasjoner har Christiania Roklub vært så heldig å ha ressurssterke mennesker og medlemmer på flere plan og områder. Ikke minst gjelder dette alle dem som bidro til at «Kongen» ble bygget, med Hannibal Fegth i spissen for prosjektet.

Takket være deres arbeid har vi i dag et unikt klubbhus – et landemerke i Oslo og et symbol på vår stolte historie. Vårt ansvar, som nåværende medlemmer og tillitsvalgte, er å forvalte denne arven til beste for dagens og fremtidige ro-generasjoner.

**VELKOMMEN TIL JUBILEUMSFEST
ONSDAG 18. JUNI 2025 KL. 18.00.**

Roerhilsen fra jubileumskomiteen
*Ingeborg, Maiken, Ragnhild,
Bjørn, Erling og Henning*



SLIK SÅ KONGEN UT FOR HUNDRE ÅR SIDEN



CR-GUTTA ER GODT I GANG

INNENDØRS NM 13. JANUAR

NM Ergo 2024 ble arrangert av Horten Roklubb.

Det var mange gode CR-prestasjoner og vi nevner særlig Tale Børshem Tønsager som satt ny norgesrekord i seniorklassen med 6.42.9 og våre nybegynnere, gutter U17, Arthur, Christian, Fritjof og Sigurd, som alle perset på individuell 2k og så ut som erfarne roere på stafetten.

NR.	TID	KJØNN	KLASSE	DISTANSE	KLUBB	ROERE
2	6.47.0	K		2000	Christiania Roklub	Inger Kavlie
3	7.15.2	U19	W4	2000	Christiania Roklub	Rakel Elina Bryhni Anna Ayame Yasuda Tora Drolshammer Mysterud Hedda Nerdal
1	5.54.2	U19	M4	2000	Christiania Roklub	Benjamin Haug Hagen Henrik Melhus Høeg Mads Reite William Alexander Bakken
2	6.31.6	K	W4	2000	Christiania Roklub	Inger Kavlie Marianne Berge-Madsen Oline Brune Skorgevik Mathilde Elizabeth Lucas
1	3.51.4	U15	W	1000	Christiania Roklub	Hedda Nerdal
3	7.55.1	U17	W	2000	Christiania Roklub	Ann Ayame Yasuda
1	7.31.3	U23	W	2000	Christiania Roklub	Oline Brune Skorgevik



INGER, MARIANNE, MATHILDE OG OLINE



MARIT MED SELVESTE OLAF TUFT



RAKEL, ANN OG HEDDA

DRAMMEN RIVER CUP

20. – 21. APRIL

Den norske regattasesongen ble sparket i gang med Drammen River cup.
Det var mye liv både på og ved elven og mange morsomme race!

Høydepunktet var finalen i King of the River-cup som
ble vunnet av Christiania Roklubs Per Størseth.

NR.	TID	KJØNN	KLASSE	BÅTTYPE	DISTANSE	KLUBB	ROERE
2		M	U19	M1X	2000	Christiania Roklub	Mads Reite
2		M	U17	M2X	2000	Christiania Roklub	Samuel Bryhni Oskar Eriksen Gilje
1		M	M	4-/4X	2000	Christiania Roklub	Petter Johnsrud Hagen Lars Jørgen Jensen Erik Magnuson Michael Geyer
2		M/K	M	4-/4X	2000	Christiania/ Drammen/ Kristiansand	Pål Strandli Tone Pahle Helge Refsum Janis Gailis
1	7:09.4	K	M	4-/4X	2000	Christiania Roklub	Anita Brox Ingeborg Lønning Janne Spilling Ragnhild Bruusgaard
1	6:27.2	K		4-/4X	2000	Christiania Roklub	Tora Mysterud Ylva Espolin Storo Dahl Karen Byberg Rakel Elina Bryhni
1		M		1X	2000	Christiania Roklub	Per Størseth Andreassen
2		K		1X	2000	Christiania Roklub	Oline Brune Skorgevik
1		K/M	U19	4X	460	Christiania/ Drammen/ Tønsberg	Maria Stendal Lukas Stenmark Benjamin Haug Hagen Audun Johnsen
2		K/M	U19	4X	460	Christiania/ Drammen/ Tønsberg	August Adamsen Samuel Bryh i Mads Reite Silje Marie Holm
3		K/M	U19	4X	460	Christiania/ Drammen	Marius Simonsen Sara Stenmark Henrik Melhus Høeg Rakel Elina Bryhni



2 CR-BÅTER OPPOVER DRAMMENSELVEN, PER STØRSETH MED ORANSJE CAPS OG ANDREAS SØRSKAAR



KING OF THE RIVER, PER STØRSETH.
ANDREAS SØRSKAAR PÅ EN GOD
3. PLASS



SØLV PÅ OLIVE I
QUEEN OF THE RIVER



GULL I 4X, KAREN, ANN,
TORA OG YLVA



4X MED GOD TAKT PÅ
DRAMMENSELVEN



MASTERROERNE GJORDE
DET OGSÅ BRA I DRAMMEN



EMIL PÅ 3. PLASS

ÅRUNGENREGATTA

4. – 5. MAI

NSR arrangerte Årungregatta i strålende vær. Både junior jentene og -guttene fikk en god sesongstart som absolutt svarte til forventningene.

NR.	TID	KJØNN	KLASSE	BÅTTYPE	DISTANSE	KLUBB	ROERE
3	4:34,8	K	U17	1X	1000	Christiania Roklub	Hedda Nerdal
2	3:46,5	M	U17	2X	1000	Christiania Roklub	Oskar Eriksen Gilje Samuel Bryhni
1	10:21,2	M/K	Para	1X	1000	Christiania Roklub	Birgit Lovise Røkkum Skarstein
1	7:42,1	M	U19	1X	2000	Christiania Roklub	Mads Reite
2	7:45,5	M	U19	1X	2000	Christiania Roklub	Henrik Melhus Høeg
3	8:57,5	K	U19	1x	2000	Christiania Roklub	Rakel Elina Bryhni
2	3:44,7	K	U17	4X	1000	Christiania/ Sandefjord	Ann Ayame Yasuda Marit Henden Hedda Nerdal Ragnhild Sørsdal Idland
1	3:53,3	M	U17	1X	1000	Christiania Roklub	Samuel Bryhni
2	3:53,4	M	U17	1X	1000	Christiania Roklub	Oskar Eriksen Gilje
1	7:22,9	K	U19	4X	2000	Christiania Roklub	Ann Ayame Yasuda Rakel Elina Bryhni Ylva Espolin Stor Dahl Tora Drolshammer Mysterud
2	6:55,9	M	U19	2X	2000	Christiania Roklub	Mads Reite Henrik Melhus Høeg
1	7:43,0	K		1X	2000	Christiania Roklub	Inger Kavlie
1	6:36,1	K	U17	1X	1500	Christiania Roklub	Ann Ayame Yasuda
2	6:46,8	K	U17	1X	1500	Christiania Roklub	Hedda Nerdal
3	7:02,0	K	U17	1X	1500	Christiania Roklub	Marit Henden
3	5:43,7	M	U17	2X	1500	Christiania Roklub	Oskar Eriksen Gilje Samuel Bryhni
1	10:19,5	K	Para	1X	2000	Christiania Roklub	Birgit Lovise Røkkum Skarstein
3	8:01,0	M	U19	1X	2000	Christiania Roklub	Benjamin Haug Hagen
1	6:03,5	M	U17	1X	1500	Christiania Roklub	Samuel Bryhni
3	6:24,1	M	U17	1X	1500	Christiania Roklub	Oskar Eriksen Gilje
1	7:04,3	M	U19	2X	2000	Christiania Roklub	Mads Reite Henrik Melhus Høeg
1	7:31,6	K	U19	4-/4X	2000	Christiania Roklub	Ann Ayame Yasuda Rakel Elina Bryhni Ylva Espolin Stor Dahl Tora Drolshammer Mysterud
1	8:47,9	K		1X	2000	Christiania Roklub	Oline Brune Skorgevik
2	6:23,1	M		4X	2000	Aaaalesunds/ Christiania/ Ormsund/Os	Andreas Dugstad Sørskaar Fredrik Reite Erik Vakt skjold Oskar Martinus Gjerland
2	6:42,2	M	U19	4X	2000	Christiania Roklub	Benjamin Haug Hagen Henrik Melhus Høeg Mads Reite William Alexander Bakken



TORA, YLVA, RAKEL OG ANN



GULL TIL ANN



GULL TIL HEDDA



MARIT



BENJAMIN, WILLIAM, HENRIK OG MADS



INGER LADET OPP TIL OL

STOKKAVANNSREGATTA

25. – 26. MAI

Det var en lang busstur til Stavanger, men det var fine forhold der med bra albano-system (bøyesystem). Best fremgang hadde Oline i W1x med seier etter veldig bra roing. Det morsomste løpet sto Oline og Cornelius for i 2x.

Båten deres gikk veldig bra uten samtrening.



KORNELIUS OG OLINE



LANG BUSSTUR, MEN LIKE GLADE



OLINE



HEDDA OG MARIT



DET VAR FLERE SOM RODDE DENNE HELGEN

NR.	TID	KJØNN	KLASSE	BÅTTYPE	DISTANSE	KLUBB	ROERE
2	4:32,9	K	U17	1X	1000	Christiania Roklub	Hedda Nerdal
3	4:39,1	K	U17	1X	1000	Christiania Roklub	Marit Henden
1	8:40,0	K		1X	2000	Christiania Roklub	Oline Brune Skorgevik
2	4:01,4	K	U17	2X	1000	Christiania Roklub	Hedda Nerdal Marit Henden
1	3:59,7	M	U17	1X	1000	Christiania Roklub	Samuel Bryhni
2	8:14,4	M	U19	1X	2000	Christiania Roklub	William Alexander Bakken
2	7:44,5	K	U19	4X	2000	Christiania Roklub	Ann Ayame Yasuda Rakel Elina Bryhni Ylva Espolin Storo Dahl Tora Drolshammer Mysterud
3	8:49,0	K	U19	4-	2000	Christiania Roklub	Ann Ayame Yasuda Rakel Elina Bryhni Ylva Espolin Storo Dahl Tora Drolshammer Mysterud
3	7:14,3	K	U19	4X	2000	Christiania Roklub	Ann Ayame Yasuda Rakel Elina Bryhni Ylva Espolin Storo Dahl Tora Drolshammer Mysterud
1	7:41,0	K		2X	2000	Christiania Roklub	Oline Brune Skorgevik Cornelius Varden Økern
3	6:24,3	M	U19	4X	2000	Christiania Roklub	Mads Reite Henrik Melhus Høeg Benjamin Haug Hagen William Alexander Bakken
3	6:59,1	K	U17	1X	1500	Christiania Roklub	Marit Henden
2	6:47,0	K	U17	1X	1500	Christiania Roklub	Hedda Nerdal
1	8:30,5	K		1X	2000	Christiania Roklub	Oline Brune Skorgevik
2	7:25,6	M	U19	2X	2000	Christiania Roklub	Samuel Bryhni Cornelius Varden Økern
1	6:07,3	M	U17	1X	1500	Christiania Roklub	Samuel Bryhni
3	6:30,5	K	U17	4X	1500	Christiania/ Stavanger	N N Hedda Nerdal Marit Henden Oline Borthen Solberg

ØSTLANDSREGATTA

8. – 9. JUNI

Moss Roklubb var arrangør, og Christiania Roklubb stilte med en stor tropp.

Regattaen ble en spennende arena for CRs herrelag, som stilte i flere aldersklasser og i både paråret og enåret.

NR.	TID	KJØNN	KLASSE	BÅTTYPE	DISTANSE	KLUBB	ROERE
2	3:46,7	M	U17	1X	1000	Christiania Roklub	Samuel Bryhni
1	4:01,8	M	U17	1x	1000	Christiania Roklub	Oskar Eriksen Gilje
1	4:02,7	K	U17	1X	1000	Christiania Roklub	Hedda Hjemdal
2	4:03,0	K	U17	1X	1000	Christiania Roklub	Ann Ayame Yasuda
3	4:31,4	K	U17	1X	1000	Christiania Roklub	Marit Henden
3	8:31,7	K		1X	2000	Christiania Roklub	Oline Brune Skorgevik
2	7:45,3	M	U19	2-	2000	Christiania Roklub	Benjamin Haug Hagen William Alexander Bakken
3	7:20,0	M		1X	2000	Christiania Roklub	Valentin Wang-Norderud
1	7:49,1	K		2X	2000	Christiania Roklub	Oline Brune Skorgevik Tyra Eklo Hjemdal
1	3:34,3	K	U17	4X	1000	Christiania Roklub	Ann Ayame Yasuda Hedda Hjemdal Hedda Nerdal Marit Henden
2	2:45,1	K/M	M	4X	1000	Christiania Roklub	Anita Brox Ingeborg Lønning Janne Spilling Ragnhild Bruusgaard
1	6:43,1	M		2x	2000	Christiania/Tønsberg	Sverre Vinje Adrian Lindgren
1	7:19,5	K		4X	2000	Christiania/ Stavanger	Oline Brune Skorgevik Tyra Eklo Hjemdal Marie Grøsfjeld Caroline Østbo
2	7:23,4	K	U19	4X	2000	Christiania Roklub	Ann Ayame Yasuda Marit Henden Hedda Hjemdal Rakel Elina Bryhni
1	6:04,1	M		4X	2000	Aalesunds/ Christiania/ Ormsund/Os	Andreas Dugstad Sørskaar Fredrik Reite Erik Vakt skjold Oskar Martinius Gjerland



OLINE OG YLVA



THE GIRLS IN THE BOAT, ANN, YLVA, RAKEL OG TORA



OSCAR GILJE VANT 1X U17

NR.	TID	KJØNN	KLASSE	BÅTTYPE	DISTANSE	KLUBB	ROERE
1	8:06,2	K		2-	2000	Christiania Roklub	Tyra Eklo Hjemdal Oline Brune Skorgevik
1	4:47,1	K/M	M	1X	1000	Christiania Roklub	Iver Høy
2	7:40,0	K	U19	4-	2000	Christiania Roklub	Ann Ayame Yasuda Rakel Elina Bryhni Ylva Espolin Storo Dahl Tora Drolshammer Mysterud
1	5:43,5	M	U17	1X	1500	Christiania Roklub	Samuel Bryhni
3	6:07,2	M	U17	1X	1500	Christiania Roklub	Oskar Eriksen Gilje
1	6:30,7	K	U17	1X	1500	Christiania Roklub	Ann Ayame Yasuda
1	6:44,3	K	U17	1X	1500	Christiania Roklub	Hedda Hjemdal
1	8:25,1	K		1X	2000	Christiania Roklub	Oline Brune Skorgevik
3	7:46,4	M	U19	1X	2000	Christiania Roklub	Benjamin Haug Hagen
3	7:25,6	M		1X	2000	Christiania Roklub	Valentin Wang-Norderud
1	2:13,1	K	U15	1x	500	Christiania Roklub	Hedda Nerdal
3	5:34,0	M	U17	2X	1500	Christiania Roklub	Samuel Bryhni Oskar Eriksen Gilje
1	4:01,0	M/K	M	4X	1000	Christiania Roklub	Anita Brox Ingeborg Lønning Janne Spilling Ragnhild Bruusgaard
3	4:29,2	M/K	M	4X	1000	Christiania Roklub	Jon Helgeland Michael Geyer Lars Jensen Espen Riktor
1	6:44,8	M		2X	2000	Christiania/Tønsberg	Adrian Lindgren Sverre Vinje
2	6:46,1	M	U19	4X	2000	Christiania Roklub	Benjamin Haug Hagen Cornelius Varden Økern Samuel Bryhni William Alexander Bakken
1		K	U17	2X	1500	Christiania Roklub	Mari Hedda Nerdal
1	6:47,1	K		8+	2000	Christiania/ NTNU/OSI	Ida Kyvik Sandvik Karoline Nordihus Karine Grande Synnøve Foss Maria Starheim Marte Morgenlie Skei Siri Vestengen Tyra Eklo Hjemdal Anja Litlere (cox)



OLINE



W4X MASTER, JANNE, RAGNHILD, INGEBOG OG ANITA

CHRISTIANIAREGATTA

22. - 23. JUNI

CR leverte imponerende resultater i årets Christianiaregatta. Våre roere, fra Lars August på 12 til Torstein på 80 år, leverte fantastiske prestasjoner og gjorde oss alle svært stolte. Arrangementet viste også det gode nivået CR har arrangementsteknisk. Dette lover godt for NM 2025!



CHRISTIANIAREGATTA
22. – 23. JUNI

NR.	TID	KJØNN	KLASSE	BÅTTYPE	DISTANSE	KLUBB	ROERE
2	3:33,1	M	U17	2X	1000	Christiania Roklub	Samuel Bryhni Oskar Eriksen Gilje
1	4:13,2	K	U17	1X	1000	Christiania Roklub	Hedda Hjemdal
2	4:40,4	K	U17	1X	1000	Christiania Roklub	Marit Henden
2	8:32,7	K		1x	2000	Christiania Roklub	Oline Brune Skorgevik
2	8:15,7	M	U19	1x	2000	Christiania Roklub	William Bakken
2	8:14,2	K		2X	2000	Christiania Roklub/Bergens	Oline Brune Skorgevik Pernille Wie-Soltvedt
1	3:47,1	M	U17	1x	1000	Christiania Roklub	Samuel Bryhni
2	4:03,4	M	U17	1x	1000	Christiania Roklub	Oskar Eriksen Gilje
3	3:48,3	K	U17	4x	1000	Christiania Roklub	Ann Ayame Yasuda Hedda Hjemdal Hedda Nerdal Marit Henden
1	2:04,0	K/M		2x	500	Christiania Roklub	Sigurd Rønsen Garaas Christian Krohn Lund
3	2:20,8	K/M		1x	500	Christiania Roklub	Lars August Hjerkin Farnes
1	4:02,1	M	M	2x	1000	Christiania Roklub	Iver Høy Øyvinn Brøymer
3	5:19,4	K	M	2X	1000	Christiania Roklub	Elisabeth Danielsen Marit Riktor
2	7:47,4	K	U19	4x	2000	Christiania Roklub	Ann Ayame Yasuda Rakel Elina Bryhni Hedda Hjemdal Marit Henden
2	7:17,3	M	U19	2x	2000	Christiania Roklub	Mads Reite Henrik Melhus Høeg
3	8:25,5	K	U19	4-	2000	Christiania Roklub	Ann Ayame Yasuda Marit Henden Ylva Espolin Storo Dahl Rakel Elina Bryhni
1	4:09,4	M	M	4x	1000	Christiania Roklub	Torstein Rekkedal Helge Refsum Iver Høy Øyvinn Brøymer
2	4:22,5	K	M	4x	1000	Christiania Roklub	Anita Brox Ingeborg Lønning Kjersti Elvestad Janne Spilling
3	3:40,0	K/M	U19	8+	1000	Christiania Roklub	Ann Ayame Yasuda Marit Henden Ylva Espolin Storo Dahl Rakel Elina Bryhni Cornelius Varden Økern Theo Christoffersen Oskar Eriksen Gilje Samuel Bryhni Hedda Hjemdal (cox)
2	7:49,0	M	U23	1x	2000	Christiania Roklub	Emil Bülow Johansen
2	5:15,3	M	U17	2x	1500	Christiania Roklub	Samuel Bryhni Oskar Eriksen Gilje
1	6:06,5	K	U17	1x	1500	Christiania Roklub	Ann Ayame Yasuda
3	6:44,8	K	U17	1x	1500	Christiania Roklub	Marit Henden

NR.	TID	KJØNN	KLASSE	BÅTTYPE	DISTANSE	KLUBB	ROERE
2	1:48,7	K/M		2x	500	Christiania Roklub	Sigurd Rønsen Garaas Christian Krohn Lund
3	2:24,5	K/M		1x	500	Christiania Roklub	Lars August Hjerkin Farnes
3	4:08,5	K	U15	2x	1000	Christiania Roklub	Hedda Nerdal Hedvig Norstad Holmemo
1	8:11,1	K		1x	2000	Christiania Roklub	Oline Brune Skorgevik
2	7:19,6	M	U19	1x	2000	Christiania Roklub	Mads Reite
3	7:25,7	M	U19	1x	2000	Christiania Roklub	Henrik Melhus Høeg
1	7:47,5	K		2x	2000	Christiania Roklub	Oline Brune Skorgevik Heidi Høeg
1	6:31,7	M		4-	2000	Aalesunds/ Christiania/Moss/ Ormsund	Truls Oskar Hansen Erik Hein Valentin Wang-Norderud Erlend Devold Refsum
1	2:05,2	K	U15	1x	500	Christiania Roklub	Hedda Nerdal
1	5:35,4	M	U17	1x	1500	Christiania Roklub	Samuel Bryhni
1	5:31,0	K	U17	4x	1500	Christiania Roklub	Ann Ayame Yasuda Hedda Hjemdal Hedda Nerdal Marit Henden
1	3:47,8	M	M	2-/2X	1000	Christiania Roklub	Iver Høy Øyvinn Brøymer
2	7:47,8	K		4x	2000	Christiania Roklub	Mathilde Elizabeth Lucas Erle Nordhagen Madsen Karen Nakamoto Byberg Thea Frederikke Gullerud
2	6:22,5	M	U19	4x	2000	Christiania Roklub	Mads Reite Cornelius Varden Økern William Alexander Bakken Henrik Melhus Høeg
3	6:04,1	K	U17	2x	1500	Christiania Roklub	Hedda Hjemdal Marit Henden
3	7:07,4	K	U19	4x	2000	Christiania Roklub	Ann Ayame Yasuda Rakel Elina Bryhni Ylva Espolin Storo Dahl Tora Drolshammer Mysterud
1	5:59,6	M		4x	2000	Aalesunds/ Christiania/ Ormsund/Os	Fredrik Reite Erik Vaktstjøld Andreas Dugstad Sørskaar Oskar Martinus Gjerland
2	4:56,4	M	M	1x	1000	Christiania Roklub	Iver Høy
1	7:14,7	M	U23	1x	2000	Christiania Roklub	Valentin Wang-Norderud
3	7:34,6	M	U23	1x	2000	Christiania Roklub	Emil Bülow Johansen
1	6:47,4	K		8+	2000	Christiania/Fana/ NTNU/OSI	Eyvor Nora Aaro Karine Grande Marte Morgenlie Skei Maria Starheim Karine Grande Siri Vestengen Synnøve Foss Raghnhild Romøren Anja Litlere (cox)
2	6:54,8	K		8+	2000	Christiania/Moss	Saskia Trubbach Aasta Gran Andreassen Oline Brune Skorgevik Karen Byberg Thea Frederikke Gullerud Mathilde Elizabeth Lucas Erle Nordhagen Madsen Rebekka Wiberg-Bugge Ann Ayame Yasuda (cox)

SORØ

6. – 7. JULI

Nordiske mesterskaper ble avholdt i Sorø denne helgen. CR stilte med en anselig tropp. Noen hevdet seg også mot landslagene. Været satte sitt preg på arrangementet med tidvis opphold i avviklingen.

NR.	TID	KJØNN	KLASSE	BÅTTYPE	DISTANSE	KLUBB	ROERE
3	1:55,4	K	U15	2x	500	Aalesunds/ Christiania	Hedda Nerdal Selma Wik
2	7:34,3	M	U19	1x	2000	Christiania Roklub	Mads Reite
3	8:41,3	K	U19	1x	2000	Christiania Roklub	Rakel Elina Bryhni
2	6:14,5	H	U17	1x	1500	Christiania Roklub	Oskar Eriksen Gilje
2	5:58,9	H	U17	1x	1500	Christiania Roklub	Samuel Bryhni
1	6:01,5	K	U17	2x	1500	Christiania Roklub	Ann Ayame Yasuda Marit Henden
1	7:53,5	K		2x	2000	Christiania/ Ormsund	Oline Brune Skorgevik Kamilla Støylehommen
2	8:34,5	K		1x	2000	Christiania Roklub	Oline Brune Skorgevik
3	6:57,2	M	U19	2x	2000	Christiania Roklub	Henrik Melhus Høeg William Alexander Bakken
1	7:15,8	K	U19	4x	2000	Christiania Roklub	Marit Henden Ann Ayame Yasuda Tora Drolshammer Mysterud Rakel Elina Bryhni
2	5:42,2	H	U17	2x	1500	Christiania Roklub	Samuel Bryhni Oskar Eriksen Gilje
1	6:28,8	K	U17	1x	1500	Christiania Roklub	Ann Ayame Yasuda
2	1:52,1	K	U15	2x	500	Aalesunds/ Christiania	Hedda Nerdal Selma Wik
1	3:06,9	M	U17	1x	1500	Christiania Roklub	Samuel Bryhni
2	2:56,2	M	U17	1x	1500	Christiania Roklub	Oskar Eriksen Gilje
1	3:18,2	K	U17	2x	1500	Christiania Roklub	Ann Ayame Yasuda Marit Henden
1	8:22,8	K		2x	2000	Christiania/ Ormsund	Oline Brune Skorgevik Kamilla Støylehommen
1	3:41,9	K	U17	4x	1500	Aalesunds/ Christiania	Ann Ayame Yasuda Hedda Nerdal Marit Henden Selma Wik
2	-	M		4x	2000	Aalesunds/ Christiania/Fana	Jostein Eriksen Thon Emil Bülow Johansen Lars Erik Vevatne Erlend Devold Refsum
3	2:06,4	K	U15	1x	1500	Christiania Roklub	Hedda Nerdal
2	5:46,4	M	U17	2x	1500	Christiania Roklub	Samuel Bryhni Oskar Eriksen Gilje
1	6:32,9	K	U17	1x	1500	Christiania Roklub	Ann Ayame Yasuda



ANN, MARIT, TORA, RAKEL



GULL TIL ANN I 1X



HENRIK OG WILLIAM PÅ PALLEN



OLINE OG KAMILLA FRA ORMSUND



SØLV TIL OSKAR OG SAMUEL



VÆRET SATT SITT PREG PÅ REGATTAEN



TUNEVANNSREGATTAEN OG MASTERMESTERSKAP

17. – 18. AUGUST

Sarpsborg Roklubb arrangerte regatta og CR var desidert største klubb med hele 132 seter. Tunevannsregattaen bød på Sprint, Supersprint, Baltic Cup kvalifisering, Mastersmesterskap+Masters Cup og Hofseth Cup.



BENJAMIN



EN GLAD YLVA



OLINE OG AMÉLIE



ØYVIN OG IVER



HEDDA



FREDRIK OG MADRS REITE

NR.	TID	KJØNN	KLASSE	BÅTTYPE	DISTANSE	KLUBB	ROERE
1	2:29,5	K	U15	2x	500	Christiania Roklub	Hedda Nerdal Selma Wik
2	2:09,7	M	U18	1x	500	Christiania Roklub	Benjamin Haug Hagen
1	2:01,2	M	U19	1x	500	Christiania Roklub	Mads Reite
1	2:27,3	K	U18	1x	500	Christiania Roklub	Rakel Elina Bryhni
2	2:27,9	K	U18	1x	500	Christiania Roklub	Ann Ayame Yasuda
3	2:34,3	K	U18	1x	500	Christiania Roklub	Ylva Espolin Storo Dahl
3	2:11,5	M	U17	1x	500	Christiania Roklub	Samuel Bryhni
3	2:41,3	M	U17	1x	500	Christiania Roklub	Sigurd Rønsen Garaas
3	2:28,8	K	U19	2x	500	Christiania Roklub	Marit Henden Hedda Hjemdal
1	5:53,0	M	M	1x	1000	Christiania Roklub	Iver Høy
3	6:28,1	M	M	1x	1000	Christiania Roklub	Helge Refsum
2	5:56,0	K	M	2x	1000	Christiania Roklub	Ingeborg Lønning Ragnhild Bruusgaard
3	6:26,9	K	M	2x	1000	Christiania Roklub	Janne Spilling Anita Brox
3	2:03,8	M	U17	4x	500	Bærum/Christiania	Sigurd Rønsen Garaas Christian Krohn Lund Samuel Bryhni Steffen Stundal De Vos
2	1:56,5	M	U18	2x	500	Christiania Roklub	Henrik Melhus Høeg William Alexander Bakken
2	1:52,8	M		1x	500	Christiania Roklub	Andreas Dugstad Sørskaar
3	1:58,8	M		1x	500	Christiania Roklub	Per Størseth Andreassen
1	2:20,8	K		1x	500	Christiania Roklub	Oline Brune Skorgevik
1	4:48,5	M	M	2x	1000	Christiania Roklub	Øyvind Brøymer Iver Høy
3	4:56,7	M	M	2x	1000	Christiania Roklub	Stephan Wold Eide Michael Geyer
1	6:14,5	K	M	1x	1000	Christiania Roklub	Anita Brox
1	2:38,7	K	U17	1x	500	Christiania Roklub	Hedda Nerdal
1	1:57,2	K	U18	4x	500	Christiania Roklub	Rakel Elina Bryhni Hedda Hjemdal Marit Henden Ann Ayame Yasuda
3	5:20,3	K	M	4x	1000	Christiania Roklub	Janne Spilling Ingeborg Lønning Ragnhild Bruusgaard Anita Brox
2	4:43,5	M	M	4x	1000	Christiania Roklub	Helge Refsum Torstein Rekkedal Øyvind Brøymer Iver Høy
1	-	M	U19	1x	200	Christiania Roklub	Mads Reite
1	9:27,1	K	U18	1x	2000	Christiania Roklub	Ylva Espolin Storo Dahl
1	8:19,2	M	U18	1x	2000	Christiania Roklub	Benjamin Haug Hagen
1	7:13,3	K	U17	1x	1500	Christiania Roklub	Hedda Nerdal

COASTAL-NM 2024

I SAMARBEID MED TØNSBERG ROKLUB

24. – 25. OKTOBER

Coastal-NM ble arrangert 24.–25. oktober, med Christiania Roklub og Tønsberg Roklub som samarbeidspartnere. Regattasjefene Line Andresen Olstad fra Tønsberg og Tone Pahle fra CR jobbet tett i forkant av arrangementet for å sikre en rettferdig og trygg opplevelse for deltakerne. Etter mange planleggingsmøter ble det bestemt å legge regattaen til Krøkle på Hvasser. Dette stedet tilbød både bølger og strand, og muligheten til å gjennomføre endurance-delen utenfor øya Kløvningen – med mulighet til å flytte arrangementet innenfor øya dersom værforholdene krevde det.

Et solid arbeidsdokument, utarbeidet av Moss Roklubb etter NM i 2022, viste seg å være uvurderlig for vår planlegging. I tillegg fikk vi god støtte fra Færder kommune. Vi hadde møter med lokale aktører som naboer, fiskeflåten, taxi-båtførere, politi, redningstjenesten og windsurfermiljøer for å informere og sikre samarbeid. Det ble gjennomført testkjøringer på bilveien til stranden for å sjekke tilgjengeligheten for båtengere, og stranden for beachsprint ble inspisert under ulike forhold. Alt lå til rette for et vellykket arrangement – helt til været tok en uventet vending.

To dager før regattaen førte ekstremt lavvann til at den opprinnelige stranden ble uegnet for beachsprint. Lavvannet ble raskt etterfulgt av uvanlig høyvann og sterk vind, noe som gjorde det umulig

å gjennomføre regattaen på Hvasser. Dermed ble plan B satt i verk: stranden på Rosanes på Nøtterøy. Rosanes tilbød gode parkeringsmuligheter, en velegnet strand for beachsprint og nærhet for publikum og presse. Selv om bøyene måtte justeres etter sterk vind om natten og båtene måtte forankres i sanden for å sikre dem mot det uforutsigbare været, ble alt klargjort takket være innsatsen fra driftige hjelpere fra Tønsberg Roklub og Christiania Roklub. Mange av de aktive bidro også.

Regattadagene:

Lørdagens beachsprint bød på intens konkurranse med flere fotofinisher. Og det var utøvere, både yngre og master-roere, som ga alt – til stor glede for publikum. Søndagens seks kilometer lange endurance-løp startet i rolige forhold, men vinden tiltok underveis og det ble en utfordring for roerne.

Hva vi lærte:

- Coastal-regattaer gir mindre økonomisk uttelling sammenlignet med flatvannsregattaer, på grunn av færre deltakere og kortere dager.
- Det kreves færre frivillige for denne typen arrangementer.
- Klubber uten egne, godkjente båter kan ikke forvente å låne fra andre, ettersom beachstart og raske landinger forårsaker betydelig slitasje.
- Norges Roforbund bør etablere en pool med godkjente båter til utlån eller utleie, samt utarbeide en standard

NR.	TID	KJØNN	KLASSE	BÅTTYPE	DISTANSE	KLUBB	ROERE
1	7:49,2	K	U19	4x	2000	Christiania/Årungen	Tora Drolshammer Mysterud Ylva Espolin Storo Dahl Eir Ildrig Storbekkrønning Solli Elena Victoria Ennals
2	4:06,1	Mix	U15	4x	1000	Aalesunds/ Christiania	Selma Wik Rolf Andre Reite Mirte Maria Voors Hedda Nerdal
1	10:09,9	K		1x	2000	Christiania Roklub	Oline Brune Skorgevik
2	8:40,7	M		1x	2000	Christiania Roklub	Mads Reite
3	8:49,7	M		1x	2000	Christiania Roklub	Andreas Dugstad Sørskaar
2	8:07,4	M	U18	2x	2000	Christiania Roklub	Henrik Melhus Høeg William Alexander Bakken
1	6:00,5	M	U17	4x	1500	Bærum/Christiania	Christian Krohn Lund Sigurd Rønsen Garaas Samuel Bryhni Storm Mathisen
2	4:59,5	K	U15	2x	1000	Christiania Roklub	Hedda Nerdal Mirte Maria Voors
1	5:23,6	M		4-	2000	Aalesunds/ Christiania/Os	Andreas Dugstad Sørskaar Sverre Vinje Fredrik Reite Erik Vaktstjold
1	6:42,9	M	U17	1x	1500	Christiania Roklub	Samuel Bryhni
3	10:07,5	M	U17	1x	1500	Christiania Roklub	Sigurd Rønsen Garaas
1	6:18,2	K	U18	4x	2000	Christiania Roklub	Rakel Elina Bryhni Hedda Hjemdal Marit Henden Ann Ayame Yasuda
2	5:23,5	M	U18	4x	2000	Christiania Roklub	William Alexander Bakken Cornelius Varden Økern Henrik Melhus Høeg Benjamin Haug Hagen
1	7:34,7	K		2x	2000	Christiania Roklub	Oline Brune Skorgevik Amélie Wessel



CHRISTIAN, SIGURD, STEFFEN SUNDAL DE VOS
FRA BÆRUM, SAMUEL



HENRIK OG WILLIAM

for båtinnkjøp. Noen av dagens båter gir ikke rettferdige resultater.

- Transport til regattaen kan føre til like mye slitasje som selve roingen.
- Dommernes rolle er avgjørende i coastal-roing, da ulike baneforhold krever tett samarbeid mellom arrangør og dommere. Videre er mange deltakere og ledere ukjente med reglene for coastal-roing.

Fremtiden:

Coastal-roing representerer en spennende retning for ro-sporten i Norge. Det er en allsidig og inkluderende gren som passer alle aldre, samtidig som den byr på en unik og engasjerende opplevelse for publikum

Tone Pahle



SASKIA KLAR FOR BEACH SPRINT



ANDREAS



JUNIOR GUTTER 2X II



REGATTSJEFEN



RACHEL



ACTION I MÅLOMRÅDET



FREDRIK I FARTA



DOMMERNES ROLLE ER AVGJØRENDE I COASTAL-ROING



MASTERNE VAR MED, LARS OG MICHAEL

NR.	TID	KJØNN	KLASSE	BÅTTYPE	DISTANSE	KLUBB	ROERE
1	3:12.6	K		1x	200	Christiania Roklub	Saskia Trubbach
1	2:30.2	M		2x	200	Christiania Roklub	Andreas Dugstad Sørskaar Fredrik Reite
2	3:16.7	K	U19	2x	200	Christiania Roklub	Ann Ayame Yasuda Marit Henden
1	2:35.1	M	U19	2x	200	Christiania Roklub	Mads Reite Cornelius Varden Økern
1	3:06.7	M	M	2x	200	Christiania Roklub	Michael Geyer Lars Jørgen Jensen
1	3:19.2	K		2x	200	Christiania Roklub	Karen Byberg Mathilde Elizabeth Lucas
2	5:31.2	K		2x	200	Christiania Roklub	Oline Brune Skorgevik Tora Drolshammer Mysterud
1	3:00.5	M	U19	1x	200	Christiania Roklub	Mads Reite
2	6:51.5	K	M	1x	200	Christiania Roklub	Frida Röhne
1	3:23.8	M	M	1x	200	Christiania Roklub	Michael Geyer
2	2:49.0	M/K		2x	200	Christiania/ Ormsund	Oline Brune Skorgevik Oskar Martinius Gjerland
1	3:46.6	M/K	M	2x	200	Christiania Roklub	Michael Geyer Elisabeth Vold Bjone
2	3:56.5	M/K	M	2x	200	Christiania Roklub	Erlend Wermkog Melanie Kirmess
1	33:51.1	K		2x	6000	Christiania Roklub	Oline Brune Skorgevik Amélie Wessel
2	41:27.2	K		2x	6000	Christiania Roklub	Eirin Fosse Frida Röhne
1	27:09.5	M		2x	6000	Christiania Roklub	Andreas Dugstad Sørskaar Erik Vaktshjold
1	33:07.2	K	U19	2x	6000	Christiania Roklub	Tora Drolshammer Mysterud Rakel Elina Bryhni
2	35:27.4	K	U19	2x	6000	Christiania Roklub	Marit Henden Ylva Espolin Storo Dahl
2	38:58.5	K	M	2x	6000	Christiania Roklub	Elisabeth Vold Bjone Frida Röhne
1	32:45.5	M	M	2x	6000	Christiania Roklub	Michael Geyer Lars Jørgen Jensen
1	41:19.1	K		1x	6000	Christiania Roklub	Oline Brune Skorgevik
2	44:22.0	K		1x	6000	Christiania Roklub	Saskia Trubbach
1	32:13.3	M		1x	6000	Christiania Roklub	Andreas Dugstad Sørskaar
1	38:15.2	K	U19	1x	6000	Christiania Roklub	Rakel Elina Bryhni
2	34:08.9	M	U19	1x	6000	Christiania Roklub	Cornelius Varden Økern
1	34:12.3	M	M	1x	6000	Christiania Roklub	Michael Geyer
1	35:55.5	M/K	M	2x	6000	Christiania Roklub	Michael Geyer Elisabeth Vold Bjone

KJØRBOREGATTA

30. AUGUST – 1. SEPTEMBER

En flott regattahelg på Kalvøya med masse roere og tilskuere som koste seg i etterlengtet sol og varme, samt ypperlige ro-forhold. Christiania stilte med den desidert største troppen med en tredjedel av alle påmeldingene og med roere i aldersspekteret 13-80 år.



FREDRIK, PER, KASPAR OG ANDREAS



CORNELIUS OG HENRIK

NR.	TID	KJØNN	KLASSE	BÅTTYPE	DISTANSE	KLUBB	ROERE
1	1:22.5	M	U19	4x	460	Christiania Roklub	William Alexander Bakken Henrik Melhus Høeg Cornelius Varden Økern Benjamin Haug Hagen
2	1:41.8	K	U19	2x	460	Christiania Roklub	Ann Ayame Yasuda Rakel Elina Bryhni
3	1:50.6	K	U19	2x	460	Christiania Roklub	Ylva Espolin Storo Dahl Marit Henden
3	2:05.6	K	U19	2-	460	Christiania Roklub	Tora Drolshammer Mysterud Ylva Espolin Storo Dahl
2	2:04.8	K	U15	1x	460	Christiania Roklub	Hedda Nerdal
3	1:44.7	M	U17	4x	460	Christiania Roklub	Oskar Eriksen Gilje Sigurd Rønsen Garaas Frithjof Rasmussen Braadlie Christian Krohn Lund
1	1:27.3	M	U19	2x	460	Christiania/Tønsberg	Mads Reite Mats Tollefsen
2	1:37.8	K	U19	4x	460	Christiania Roklub	Ann Ayame Yasuda Rakel Elina Bryhni Ylva Espolin Storo Dahl Tora Drolshammer Mysterud
1	1:37.7	M	U17	1x	460	Christiania Roklub	Samuel Bryhni
3	1:40.5	M	U17	1x	460	Christiania Roklub	Oskar Eriksen Gilje
3	2:00.0	M	U17	1x	460	Christiania Roklub	Christian Krohn Lund
2	1:47.9	M	U17	1x	460	Christiania Roklub	Sigurd Rønsen Garaas
3	1:41.4	K	U17	2x	460	Aalesunds/ Christiania	Hedda Nerdal Selma Wik
3	1:51.6	K	U17	2x	460	Christiania Roklub	Mille Watle Ingeborg Winther
1	1:16.0	K/M		4x	460	Christiania Roklub	Fredrik Reite Kaspar Taimsoo Andreas Dugstad Sørskaar Per Størseth Andreassen
2	1:19.6	K/M		4x	460	Aalesunds/ Christiania/ Ormsund/Sarpsborg	Marius Antonsen Thime Valentin Wang-Norderud Erlend Devold Refsum Truls Oskar Hansen
1	1:32.4	M	U17	2x	460	Christiania Roklub	Oskar Eriksen Gilje Samuel Bryhni
1	1:38.1	M	U17	2x	460	Bærum/Christiania	Frithjof Rasmussen Braadlie Oskar Max Turander
2	1:43.3	M	U17	2x	460	Christiania Roklub	Christian Krohn Lund Sigurd Rønsen Garaas
1	1:16.5	K/M		4-	460	Christiania Roklub	Fredrik Reite Andreas Dugstad Sørskaar Sverre Vinje Valentin Wang-Norderud
3	1:51.1	K	U17	1x	460	Christiania Roklub	Ann Ayame Yasuda
3	1:52.4	K	U19	1x	460	Christiania Roklub	Rakel Elina Bryhni
3	-	K	U19	1x	460	Christiania Roklub	Marit Henden
3	1:57.5	K	U15	2x	460	Christiania Roklub	Hedda Nerdal Mirte Maria Voors
1	1:23.0	K/M		2x	460	Christiania Roklub	Fredrik Reite Andreas Dugstad Sørskaar

NR.	TID	KJØNN	KLASSE	BÅTTYPE	DISTANSE	KLUBB	ROERE
3	1:35.6	K/M		2x	460	Christiania Roklub	Emil Bülow Johansen Cornelius Varden Økern
2	1:26.3	K/M		2x	460	Christiania Roklub	Sverre Vinje Harald Vinje
1	1:38,6	K/M		2x	460	Christiania Roklub	Oline Brune Skorgevik Amélie Wessel
2	1:31,7	M	U19	1x	460	Christiania Roklub	Mads Reite
3	1:32.8	M	U19	1x	460	Christiania Roklub	Henrik Melhus Høeg
1	1:42.4	M	U19	1x	460	Christiania Roklub	Samuel Bryhni
1	1:54.6	K		1x	460	Christiania Roklub	Oline Brune Skorgevik
1	1:56.8	K		1x	460	Christiania Roklub	Amélie Wessel
3	1:44.6	K	U19	4-	460	Christiania Roklub	Rakel Elina Bryhni Ylva Espolin Storo Dahl Tora Drolshammer Mysterud Marit Henden
1	1:28.6	M		1x	460	Christiania Roklub	Fredrik Reite
2	1:29.0	M		1x	460	Christiania Roklub	Andreas Dugstad Sørskaar
3	1:29.9	M		1x	460	Christiania Roklub	Per Størseth Andreassen
1	1:38.3	M		1x	460	Christiania Roklub	Emil Bülow Johansen
1	1:25.3	M/K	U19	8+	460	Christiania/Tønsberg	Mads Reite William Alexander Bakken Henrik Melhus Høeg Benjamin Haug Hagen Cornelius Varden Økern Samuel Bryhni Oskar Eriksen Gilje Mats Tollefsen Sigurd Rønsen Garaas (Cox)
2	1:46.8	Mix	U15	4x	460	Aalesunds/Bærum/ Christiania	Hedda Nerdal Mirte Maria Voors Rolf Andre Reite Viktor Enger Petersen
2	2:21.8	M	M	1x	460	Christiania Roklub	Torstein Rekkedal
1	1:18.3	K/M		8+	460	Christiania Roklub	Fredrik Reite Trond Andreas Johannessen Bjercke Andreas Dugstad Sørskaar Per Størseth Andreassen Valentin Wang-Norderud Sverre Vinje Harald Vinje Håkon Vengnes Oskar Eriksen Gilje (cox)
3	1:37.8	Mix	U19	2x	460	Christiania Roklub	Rakel Elina Bryhni Samuel Bryhni
1	1:35.6	Mix	U19	2x	460	Bærum/Christiania	Benjamin Haug Hagen Anna Sofie Frøseth
1	1:40.0	Mix	U17	2x	460	Bærum/Christiania	Ann Ayame Yasuda Steffen Stundal de Vos
2	1:43.5	Mix	U17	2x	460	Christiania Roklub	Oskar Eriksen Gilje Hedda Nerdal
3	1:50,6	Mix	U17	2X	460	Christiania Roklub	Sigurd Rønsen Garaas Mille Watle
1	1:34.0	K/M	M	4x/2x	460	Christiania Roklub	Michael Geyer Nicolai Jørgensen

NR.	TID	KJØNN	KLASSE	BÅTTYPE	DISTANSE	KLUBB	ROERE
2	1:35.5	K/M	M	4x/2x	460	Christiania Roklub	Paal Johassen Kjetil Undseth
3	1:47.1	K/M	M	4x/2x	460	Christiania Roklub	Torstein Rekkedal Truls Lindemann John Helgeland Gerhard Dürbeck
2	2:21.6	K		2x	460	Christiania Roklub	Martine Ankerstrand Philippa Lucas
1	1:37.5	K	U17	4x	460	Christiania Roklub	Ann Ayame Yasuda Marit Henden Hedda Hjemdal Hedda Nerdal
2	1:51.2	M		2-	460	Christiania Roklub	Andreas Dugstad Sørskaar Per Størseth Andreassen
1	1:22.0	M	U19	4x	460	Christiania Roklub	William Alexander Bakken Cornelius Varden Økern Henrik Melhus Høeg Benjamin Haug Hagen
2	1:46.1	K	U19	2x	460	Christiania Roklub	Tora Drolshammer Mysterud Ylva Espolin Storo Dahl
1	1:56.7	K	U15	1x	460	Christiania Roklub	Hedda Nerdal
2	1:30.4	M	U17	4x	460	Christiania Roklub	Oskar Eriksen Gilje Sigurd Rønsen Garaas Christian Krohn Lund Samuel Bryhni
2	1:29.3	M	U19	2x	460	Christiania Roklub	Henrik Melhus Høeg William Alexander Bakken
3	1:29.6	M	U19	2x	460	Christiania Roklub	Benjamin Haug Hagen Cornelius Varden Økern
1	1:26.9	M	U19	2x	460	Christiania/Tønsberg	Mads Reite Mats Tollefsen
2	1:34.8	K	U19	4x	460	Christiania Roklub	Ann Ayame Yasuda Marit Henden Hedda Hjemdal Rakel Elina Bryhni
1	1:38.9	M	U17	1x	460	Christiania Roklub	Samuel Bryhni
2	1:41.2	M	U17	1x	460	Christiania Roklub	Oskar Eriksen Gilje
2	1:54.3	M	U17	1x	460	Christiania Roklub	Christian Krohn Lund
2	1:48.1	M	U17	1x	460	Christiania Roklub	Sigurd Rønsen Garaas
3	1:47.8	K	U17	2x	460	Aalesunds/ Christiania	Hedda Nerdal Selma Wik
2	1:56.6	K	U17	2x	460	Christiania Roklub	Mille Watle Ingeborg Winther
1	1:25.6	K/M		4x	460	Christiania Roklub	Fredrik Reite Kaspar Taimsoo Andreas Dugstad Sørskaar Per Størseth Andreassen
2	1:38.1	M	U19	2-	460	Christiania/NSR	Henrik Melhus Høeg Mads Høeg
2	1:36.6	M	U17	2x	460	Christiania Roklub	Oskar Eriksen Gilje Samuel Bryhni
1	1:42.3	M	U17	2x	460	Bærum/Christiania	Frithjof Rasmussen Braadlie Oskar Max Turander
2	1:43.9	M	U17	2x	460	Christiania Roklub	Christian Krohn Lund Sigurd Rønsen Garaas

NR.	TID	KJØNN	KLASSE	BÅTTYPE	DISTANSE	KLUBB	ROERE
2	1:20.4	K/M		4-	460	Christiania Roklub	Andreas Dugstad Sørskaar Per Størseth Andreassen Fredrik Reite Valentin Wang-Norderud
3	1:38.8	K/M		4-	460	Christiania Roklub	Oline Brune Skorgevik Amélie Wessel Mathilde Elizabeth Lucas Helena Daulova
2	1:54.1	K	U17	1x	460	Christiania Roklub	Hedda Hjemdal
3	1:52.0	K	U19	1x	460	Christiania Roklub	Ann Ayame Yasuda
1	1:59.7	K	U19	1x	460	Christiania Roklub	Tora Drolshammer Mysterud
1	1:54.0	K	U15	2x	460	Christiania Roklub	Hedda Nerdal Mirte Maria Voors
1	1:23.3	K/M		2x	460	Christiania Roklub	Fredrik Reite Mads Reite
2	1:24.3	K/M		2x	460	Christiania Roklub	Andreas Dugstad Sørskaar Henrik Melhus Høeg
3	1:25.9	K/M		2x	460	Christiania Roklub	Sverre Vinje Harald Vinje
3	1:39.5	K/M		2x	460	Christiania Roklub	Amélie Wessel Oline Brune Skorgevik
2	1:36.5	M	U19	1x	460	Christiania Roklub	Benjamin Haug Hagen
3	1:49.9	M	U19	1x	460	Christiania Roklub	William Alexander Bakken
3	1:44.3	M	U19	1x	460	Christiania Roklub	Samuel Bryhni
1	1:51.1	K		1x	460	Christiania Roklub	Oline Brune Skorgevik
2	1:43.1	K	U19	4-	460	Christiania Roklub	Ann Ayame Yasuda Marit Henden Ylva Espolin Storo Dahl Tora Drolshammer Mysterud
1	1:29.8	M		1x	460	Christiania Roklub	Per Størseth Andreassen
2	1:30.1	M		1x	460	Christiania Roklub	Fredrik Reite
3	1:31.4	M		1x	460	Christiania Roklub	Andreas Dugstad Sørskaar
2	1:26.1	M/K	U19	8+	460	Christiania Roklub	Mads Reite William Alexander Bakken Cornelius Varden Økern Henrik Melhus Høeg Benjamin Haug Hagen Samuel Bryhni Oskar Eriksen Gilje Christian Krohn Lund Sigurd Rønsen Garaas (cox)
2	1:39.2	M/K	U19	8+	460	Christiania Roklub	Ylva Espolin Storo Dahl Marit Henden Rakel Elina Bryhni Tora Drolshammer Mysterud Hedda Hjemdal Ingeborg Winther Hedda Nerdal Ann Ayame Yasuda Mirte Maria Voors (cox)
1	2:18.4	M/K	M	1x	460	Christiania Roklub	Torstein Rekkedal
3	2:27.1	M/K	M	1x	460	Christiania Roklub	Lars Jørgen Jensen

NR.	TID	KJØNN	KLASSE	BÅTTYPE	DISTANSE	KLUBB	ROERE
1	1:18.1	M/K		8+	460	Christiania Roklub	Fredrik Reite Trond Andreas Johannessen Bjercke Andreas Dugstad Sørskaar Per Størseth Andreassen Valentin Wang-Norderud Sverre Vinje Harald Vinje Håkon Vengnes Oskar Eriksen Gilje (cox)
2	1:51.7	Mix	U17	2x	460	Christiania Roklub	Sigurd Rønsen Garaas Ingeborg Winther
2	1:45.0	K/M	M	4x/2x	460	Christiania Roklub	Kjetil Undseth Paal Jonassen
3	1:54.8	K/M	M	4x/2x	460	Christiania Roklub	Michael Geyer Petter Johnsrud Hagen



INGEBORG, YLVA, MIRTE, HEDDA, MARIT, TYRA, ANN, RAKEL OG TORA



YLVA OG TORA



OSKAR, SIGURD, FRITHJOF, CHRISTIAN

UM I OS 7. – 8. SEPTEMBER

Vi var en liten gjeng som tok turen til UM i Os i september. Dette ble en hyggelig tur med mange gode resultater for alle roerene. Det var strålende vær og gode roforhold hele regattaen. Dette var vi jo selvfølgelig glade for, men det bød også på noen utfordringer. Kombinasjonen av mye varme og mange løp gjorde at vi fort ble ganske slitne, og måtte være smarte for å ha energi til å stå på startstreken i de kommende løpene. Vi var heldige og hadde med oss Tora og Rakel som tok ansvar for riggingen og la til rette for at vi kunne samle krefter mellom løpene.

Etter at jentene hadde tatt gull i 4x, var det tid for 4-. Vi var en sliten gjeng som aldri hadde rodd firer sammen før, og vi

visste at jentene fra Ålesund hadde rodd mer langåra enn oss, så vi hadde ikke helt troen på seier. Etter at starten gikk, fant vi fort flyten sammen, og kjente båten gli under oss. Vi så at vi lå likt med Ålesund og dro ifra inn mot mål. Vi endte opp med å overraske oss selv, og vinne over Ålesund i både 4x og 4-!

Turen til Os ble avsluttet med at CR fikk 3.plass i Molberg-cupen og vant et gavekort på Rema 1000. Vi feiret resultatene med et velfortjent bad før vi tok fellesbuss hjem til Oslo. Regattaen var veldig vellykka, og juniorene fra CR fikk en fin tur.

Marit Liaset Henden



MIRTE OG HEDDA



MARIT OG INGEBORG



HANS

NR.	TID	KJØNN	KLASSE	BÅTTYPE	DISTANSE	KLUBB	ROERE
1	1:47.2	M	U16	1x	500	Christiania Roklub	Samuel Bryhni
2	1:52.7	K	U17	2x	500	Christiania Roklub	Ann Ayame Yasuda Hedda Hjemdal
1	2:02.6	K	U15	1x	500	Christiania Roklub	Hedda Nerdal
1	2:03.1	K		1x	500	Christiania Roklub	Rakel Elina Bryhni
2	2:05.3	K		1x	500	Christiania Roklub	Tora Mysterud
3	2:02.1	K	U16	1x	500	Christiania Roklub	Ann Ayame Yasuda
1	1:46.0	K	U17	4x	500	Christiania Roklub	Ann Ayame Yasuda Hedda Hjemdal Marit Henden Hedda Nerdal
1	1:59.2	K	U15	2x	500	Christiania Roklub	Hedda Nerdal Mirte Maria Voors
1	1:47.7	K	U17	4-	500	Christiania Roklub	Ann Ayame Yasuda Hedda Hjemdal Hedda Nerdal Marit Henden
3	1:56.2	Mix		2x	500	Christiania Roklub	Rakel Elina Bryhni Tora Drolshanner Mysterud
3	1:48.2	M	U17	1x	500	Christiania Roklub	Samuel Bryhni
2	1:56.8	M	U17	1x	500	Christiania Roklub	Sigurd Rønsen Garaas
2	1:58.1	M	U17	1x	500	Christiania Roklub	Hans Meng Wiggen
2	1:52.2	K	U17	2x	500	Christiania Roklub	Hedda Hjemdal Marit Henden
2	1:57.1	K	U15	2x	500	Christiania Roklub	Hedda Nerdal Mirte Maria Voors
2	2:00.9	K	U17	1x	500	Christiania Roklub	Ann Ayame Yasuda
2	2:10.6	K	U17	1x	500	Christiania Roklub	Marit Henden
1	2:02.8	K		1x	500	Christiania Roklub	Rakel Elina Bryhni
2	2:03.1	K		1x	500	Christiania Roklub	Tora Drolshammer Mysterud
1	2:02.0	K		1x	500	Christiania Roklub	Hedda Nerdal
2	1:41.6	Mix	U19	2x	500	Christiania Roklub	Ann Ayame Yasuda Samuel Bryhni
3	1:53.6	Mix		2x	500	Christiania Roklub	Rakel Elina Bryhni Tora Drolshanner Mysterud
2	1:44.2	Mix	U17	4x	500	Christiania Roklub	Hedda Nerdal Mirte Maria Vørs Ann Ayame Yasuda Sigurd Rønsen Garaas

NORGESMESTERSKAPENE

20. – 23. SEPTEMBER

ARRANGØR: HORTEN ROKLUBB

Christiania Roklub dominerte under NM på Årungen og sikret Emil Mørchs pokal med dobbelt så mange poeng som Bergens Roklub, som tok andreplassen. Bærum Roklubb endte på tredjeplass, fem poeng bak Bergen.

Herrene kronet innsatsen med seier i 8+ for første gang siden Voss-NM i 2001, mens CRs dameåtter også sikret gull. Damene leverte sterke prestasjoner i de fleste løp, med høydepunktet i Ingers strålende 1x-seier som resulterte i Kongepokalen. Også herrene viste imponerende form gjennom helgen, selv om det til

slutt var Jonas Slettemark Juel (NSR) som kapret Kongepokalen etter sterke løp.

Under Hortensregattaen stilte CR med flere ferske roere, som imponerte stort med sine prestasjoner. Årungen viste seg fra sin beste side med jevne og optimale forhold gjennom alle tre regattadagene.

En stor takk rettes til Horten Roklubb for et særdeles vel gjennomført mesterskap, og til de mange foreldrene som fant veien til Årungen. Deres utrettelige heing betyr mye for roerne våre!



SIERSGLEDE I HERRE-ÅTTEREN

NR.	TID	KJØNN	KLASSE	BÅTTYPE	DISTANSE	KLUBB	ROERE
2	7:05.0	K	U19	8+	2000	Christiania Roklub	Ann Ayame Yasuda Marit Henden Hedda Hjemdal Tora Drolshammer Mysterud Ylva Espolin Stor Dahl Hedda Nerdal Mille Watle Rakel Elina Bryhni Mirte Marie Voors (cox)
3	6:15.6	M	U19	8+	2000	Christiania Roklub	William Alexander Bakken Henrik Melhus Høeg Benjamin Haug Hagen Samuel Bryhni Mads Reite Cornelius Varden Økern Oskar Eriksen Gilje Hans Meng Wiggen Sigurd Rønsen Garaas (cox)
1	6:45.8	K		8+	2000	Christiania Roklub	Saskia Trubbach Oline Brune Skorgevik Inger Kavlie Hanna Geilis Inntjore Aasta Gran Andreassen Marianne Berge-Madsen Nicoline Lovise Lindstrøm Amélie Wessel Josefine Maire Lindstrom (cox)
1	5:55.1	M		8+	2000	Christiania Roklub	Erik Vaktstjold Andreas Dugstad Sørskaar Marius Bjørn-Hansen Ahlsand Jonathan Wang-Norderud Per Størseth Andreassen Fredrik Reite Sverre Vinje Valentin Wang-Norderud Oskar Eriksen Gilje (cox)
1	4:14.1	K	U15	2x	1000	Christiania Roklub	Hedda Nerdal Mirte Maria Voors
1	3:58.7	M	U17	1x	1000	Christiania Roklub	Samuel Bryhni
1	4:07.9	M	U17	1x	1000	Christiania Roklub	Oskar Eriksen Gilje
1	4:31.8	M	U17	1x	1000	Christiania Roklub	Christian Krohn Lund
1	7:34.1	M	U19	1x	2000	Christiania Roklub	Mads Reite
2	7:42.5	K		2x	2000	Christiania Roklub	Saskia Trubbach Inger Kavlie
3	8:04.0	K		2x	2000	Christiania Roklub	Tyra Eklo Hjemdal Marte Morgenlie Skei
1	6:52.4	M		2-	2000	Christiania Roklub	Marius Bjørn-Hansen Ahlsand Jonathan Wang-Norderud
1	7:12.2	K		4-	2000	Christiania Roklub	Inger Kavlie Marte Morgenlie Skei Hanna Gailis Inntjore Aasta Gran Andreassen
2	7:24.9	K		4-	2000	Christiania Roklub	Tyra Eklo Hjemdal Nicoline Lovise Lindstrøm Amelia Tamburplass Amélie Wessel
1	6:51.8	LM		2x	2000	Christiania Roklub	Valentin Wang-Norderud Mads Reite

NR.	TID	KJØNN	KLASSE	BÅTTYPE	DISTANSE	KLUBB	ROERE
3	7:22.5	K	U19	4x	2000	Christiania Roklub	Ann Ayame Yasuda Marit Henden Hedda Hjemdal Rakel Elina Bryhni
1	6:10.9	M		4x	2000	Christiania Roklub	Fredrik Reite Andreas Dugstad Sørskaar Erik Vaktstjold Per Størseth Andreassen
1	5:44.4	M	U17	1x	1500	Christiania Roklub	Samuel Bryhni
3	5:51.5	M	U17	1x	1500	Christiania Roklub	Oskar Eriksen Gilje
1	6:09.9	M	U17	1x	1500	Christiania Roklub	Hans Meng Wiggen
2	6:10.5	M	U17	1x	1500	Christiania Roklub	Sigurd Rønsen Garaas
1	6:18.6	M	U17	1x	1500	Christiania Roklub	Christian Krohn Lund
1	4:00.5	K	U15	2x	1000	Christiania Roklub	Hedda Nerdal Mirte Maria Voors
1	7:51.1	K		1x	2000	Christiania Roklub	Inger Kavlie
2	6:36.5	M		2x	2000	Christiania Roklub	Andreas Dugstad Sørskaar Erik Vaktstjold
2	7:20.1	LM		1x	2000	Christiania Roklub	Valentin Wang-Norderud
1	6:44.6	M	U19	2x	2000	Christiania Roklub	Mads Reite Henrik Melhus Høeg
3	7:05.8	M	U19	2x	2000	Christiania Roklub	Benjamin Haug Hagen Cornelius Varden Økern
1	7:48.1	K		2-	2000	Christiania Roklub	Inger Kavlie Marte Morgenlie Skei
1	6:11.7	M		4-	2000	Christiania Roklub	Marius Bjørn-Hansen Ahlsand Jonathan Wang-Norderud Andreas Dugstad Sørskaar Per Størseth Andreassen
2	8:34.7	LK		2x	2000	Christiania Roklub	Madeleine Heiberg Josefine Maire Lindstrom
3	6:28.0	M	U19	4x	2000	Christiania Roklub	Henrik Melhus Høeg Benjamin Haug Hagen William Alexander Bakken Cornelius Varden Økern
1	6:57.6	K		4x	2000	Christiania Roklub	Saskia Trubbach Inger Kavlie Marte Morgenlie Skei Oline Brune Skorgevik



BALTIC CUP

28. – 29. SEPTEMBER

Sesongen ble avsluttet med Baltic cup. Sarpsborg Roklubb leverte en meget godt organisert regatta. Det norske laget ble totalt nr 4 etter Tyskland, Polen og Danmark, noe som var gledelig. Kred til to av de ikke uttatte CR-guttene som syklet til Sarpsborg for å heie på klubbkamerater. Det er god lagånd!

NR.	TID	KJØNN	KLASSE	BÅTTYPE	DISTANSE	KLUBB	ROERE
3	7:02.8	M	U18	2x	2000	Christiania Roklub	Henrik Melhus Høeg Cornelius Varden Økern
3	1:35.0	M	U18	2x	500	Christiania Roklub	Henrik Melhus Høeg Cornelius Varden Økern



IMPONERENDE BRONSE TIL CORNELIUS OG HENRIK



DET NORSKE LAGET MED FLERE CR ROERE



KULDA GJORDE TUNEVANNET MAGISK



DET JOBBES GJENNOM RUNDENE, INGER PÅ ROMASKIN, OLIVE PÅ SKI OG TALE PÅ SYKKEL.

NORWEGIAN TRI-ERG 2024

MED CHRISTIANIA-DAMENE

30.november til 1.desember ble det arrangert norgesmesterskap i Tri-Erg, på Oslo Crossfit Nydalen. Tri-Erg er en kombinasjon av RowErg, SkiErg og BikeErg. Det var 30 damelag som stilte til start, med tre utøvere på hvert lag. Helgens mesterskap var delt utover flere små konkurranser der det handlet om å samle flest poeng. Laget besto av Inger, Tale og Oline.

Det var totalt fire konkurranser med ulike varighet, men generelt veldig høy intensitet. Vi møtte mange sterke lag, og vi ble imponert over hvor mange dedikerte og godt trente utøvere det finnes i crossfit. Flere av våre CR-venner stilte opp som heiagjeng. Dette satte vi stor pris på!

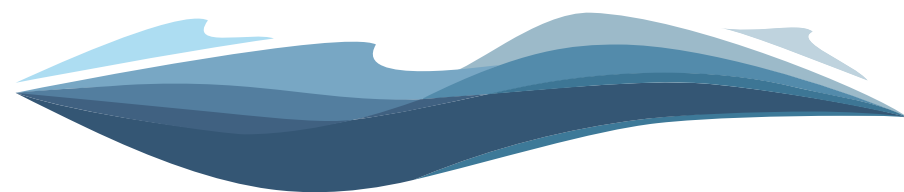
Det endte til slutt med en tredjeplass på Christiania-damene. Det var en morsom



GLADE BRONSEVINNERE

og spennende helg med flere harde konkurranser. Dette er noe vi ønsker å gjenta neste år og håper flere blir med!

Oline Brune Skorgevik



KLAVENESS STIFTELSEN

BESØKSADRESSE: Harbitzalléen 2A, 0275 Oslo

POSTADRESSE: Postboks 399, Skøyen, 0213 Oslo

INTERNASJONALE REGATTAER

COUPE DE LA JEUNESSE COASTAL

LOS ALVÁZARES, SPANIA

1.-3. NOVEMBER

En stor tropp fra Norge deltok i Coupe de la Jeunesse i Los Alvares. Hele seks roere var tatt ut fra Christiania Roklub. Vi reiste ned tidlig torsdag morgen med fly fra Alicante og videre til Los Alvares, Murcia. Da vi kom ned, fikk vi testet banen før åpningsseremoni på kvelden. Fredag var det tid for time-trial og åttendedels finaler. Det var mange sterke båter med roere som hadde rodd mye coastal. Så de hentet noen sekunder på svinger osv., men vi er veldig fornøyde med det vi leverte og fikk mye erfaring som vi tar med oss videre. Lørdag var det finaledag, hvor det var utslagsrunder. Beste norske båt

måtte til slutt se seg slått av Østerrike i kvartfinalen, men nesten alle kom seg til åttendedels-finalen. Gjengen var veldig fornøyde og tok med seg mye lærdom og erfaringer, og mange gode minner.

Vi fikk også tid til mye annet; fotball-kamp og volleyballkamp mot Østerrike, og vi badet og solte oss, kjørte gokart, spiste masse god mat og vi ble godt kjent med hele den norske troppen og de andre deltagerlandene.

Tora Drolshammer Mysterud



MADS, WILLIAM, ANDREAS, BENJAMIN, CORNELIUS, RAKEL OG TORA



GLADE COASTAL-ROERE I SOLEN



BEACH SPRINT, CORNELIUS

INTERNASJONALE REGATTAER

BLED INTERNATIONAL REGATTA

14.-16.JUNI

I vakre Bled stilte CR i fire båter: Oline Skorgevik stilte i W1x. I LW M 1x rodde Valentin Wang-Norderud. I M 4x ble det sykdom slik at Kaspar Taimsoo steppet inn lørdag og Valentin Wang-Norderud søndag. De øvrige i båten var: Andreas Sørskaar, Fredrik Reite (Aalesunds roklubb) og Erik Vakt skjold (Os roklub). Emil Bulow Johansen og Truls Hansen (Ormsund Roklub) rodde M 2x.

WORLD ROWING CUP III, POZNAN

14. - 16. JUNI

Dette var den siste store regatta før OL, det var få norske båter med, men W 2x med Inger Kavlie og Thea Helseth (Aalesund) stilte for å få en god gjennomkjøring. De avsluttet med en andre plass.

HENLEY, THE PRINCE OF WALES CUP

25. JUNI

I M 4x stilte en kobinasjonsbåt med Fredrik Reite (Aalesunds) Oskar Gjerland (Ormsund), Andreas Sørskaar (CR) og Erik Vakt skjold (Os)



HELE GJENGEN I BLED



EMIL OG TRULS



OLINE I VAKRE BLED

COUPE DE LA JEUNESSE, RACICE, TJEKKIA

9. - 11. AUGUST

Henrik Høeg og Mads Reite ble tatt ut og rodde Coupe de la Jueunesse i Racice, Tsjekkia i U19 M4X med Ask Svorkmo Bergmann (Bærum) og Sander Stundal de Vos (Bærum). Gratulerer!

COASTAL-VM, GENOVA ITALIA

6. - 8. SEPTEMBER

Adreas Sørskaar representerte Norge i VM i Coastal i Genova. Han stilte i 2x med Siri Eva Kristiansen (Drammen Roklubb) og i 1x, begge løpene var Beach sprint.

SILVERSKIFF, TORINO, ITALIA

10. NOVEMBER

Mads Reite sølv i U19 i Silverskiff i Torino på elven Po. Løpet var over 11000m og han avsluttet med 52 i takt. CR gratulerer Mads med en igjen en flott innsats og resultat. Dette året har han hovet inn seire!



ANDREAS OG SIRI EVA I GENOVA



MADS PÅ PO



KASPAR, ERIK, FRANK OG ANDREAS

2024 FOR U17, U15 OG NYBEGYNNERNE I CHRISTIANIA ROKLUB

Høsten 2024 markerte starten på min første sesong som trener for U17-, U15- og nybegynnergruppen i Christiania Roklub. Jeg er dypt imponert over innsatsen, treningsviljen og utviklingen hos alle roerne, og takker samtidig for en varm velkomst fra klubben, roerne og deres foresatte.

Denne sesongen har jeg hatt gleden av å være en del av et dyktig trener-team sammen med Andreas Sørskaa og Per Størseth Andreassen. Deres erfaring, støtte og engasjement har vært uvurderlige, spesielt for meg som ny trener i klubben. De har bidratt sterkt til å skape et godt miljø for både utøverne og oss som trenerteam, og deres innsats har gjort en stor forskjell for gruppens fremgang.

Gjennom høsten har vi jobbet med teknikk, utholdenhet, lagfølelse og konkurransementalitet. Roerne har taklet dette med entusiasme, og det har vært spesielt gledelig å se hvordan de støtter hverandre, både på trening og i konkurranser.

Et personlig høydepunkt har vært å følge roerne på regattaer. Mange hadde sin

første regattasesong denne høsten, hvor vi opplevde både mestring og læring. Jeg har sett dem overvinne nerver, gi alt, og avslutte dagene med stolthet over egne prestasjoner. Dette illustrerer essensen av roing – fellesskap, hardt arbeid og gleden ved utvikling, både som idrettsutøver og menneske. Hver regatta har gitt mulighet for videre fremgang, uavhengig av resultat.

Jeg vil også fremheve nybegynnerne, som har tatt sine første åretek og allerede viser stor fremgang. Deres tilpasning til miljøet og entusiasme for sporten er inspirerende, og vi har lagt et solid fundament for videre utvikling.

2024 har vært et spennende og lærerikt år for både roerne, meg som trener og hele trenerteamet. Tusen takk til alle roerne, foresatte og klubben for et fantastisk år, og en spesiell takk til Andreas og Per for deres viktige bidrag og støtte. Jeg ser frem til fortsettelsen med nye treninger, regattaer og minner i tiden som kommer.

Emil Martin Bülow-Berntzen Johansen



SPENTE NYBEGYNNERE PÅ BOGSTAD





KJÆRE ROERVENNER

Jeg ser tilbake på et rikt sportslig år og vil benytte anledningen til å takke klubben for støtte gjennom mange år og spesielt for det rause bidraget til spleisen mot årets rosesong, som ledet frem til OL i Paris. Deres støtte har gjort at jeg har kunnet mobilisere min maksimale kapasitet på roingen, kort sagt: ha lave skuldre og gi bønn gass. Jeg har en gang hørt at det lønner seg å være litt naiv og optimistisk på egne vegne, og i den ånden satte jeg meg noen hårete mål for sesongen 2024 og bestemte meg for å gjøre en betydelig økning i treningsmengden. Dette viste seg tidlig å gi god forutvikling, og senere kom også de sportslige resultatene.

Jeg er veldig stolt når jeg ser tilbake på OL-sesongen 2024, men mest av alt er jeg stolt av å tilhøre det flotte miljøet i klubben vår. Takk til alle dere som stadig investerer tid og engasjement i klubben, og som gjør Christiania Roklub til et godt sted å være for menneskene som tilhører den. Jeg er så takknemlig for dere!

Preludium rosesongen 2024

Som alltid begynte året brått med norgesmesterskapet på romaskin. Tester gjennom høst og tidlig vinter hadde vist gode resultater og jeg hadde siktet meg inn på lang-tids-norgesrekord holdt av Kristine Bjerknes, 6:49. Med Sigurd i ryggen klarte jeg å komme under den

gamle rekorden, men måtte se meg slått av kometen Tale Børsheim Tønsager, som senere har plukket opp årene her i klubben. Det er en stor glede å se at det ramler nye talenter inn i rosporten og at de søker til miljøet vårt her i Christiania Roklub, slik jeg selv gjorde en gang tilbake i 2012.

Gjennom vinteren la landslaget ned et godt grunnarbeid mot sesongen, og vi var en motivert gjeng i stigende form som pushet hverandre. Gjennom ukene vekslet vi mellom rolige treningsdager med høyt volum bestående av lange økter på ro-maskin eller alternative treningsformer, og dager med høyere intensitet hvor vi gjennomførte to terskeløkter.

Selv tilbrakte jeg et utall timer på RP3 på toppidrettssenteret og på sykkelrullen hjemme, som har hatt hedersplass på gjesterommet store deler av året.

Takket være nye sponsorer til roforbundet fikk vi også mange dager på vannet gjennom vinteren, og på Varese-sjøen i Nord-Italia ble det lagt ned mange kilometer i det nye gliset.

Intermezzo i 1x: Første verdenscup

Etter en lang treningsvinter kom første verdenscup i Varese, og jeg grugledet meg til å se hvorvidt den økte treningsmengden og den opplevde

formutviklingen gjennom vinteren ville overføres til regattabanen. Samtidig hadde jeg en god følelse etter å ha bygget sten på sten fra fjorårets sesong, med lite avbrekk i treningen. Blant konkurrentene var en gammel venninne fra Tyskland, som jeg rodde med på Berkeley, og vi fikk noen morsomme løp mot hverandre gjennom konkurransen. På samme sted som Marianne og jeg tok sølv i U23 VM for 10 år siden, skulle jeg også få min første internasjonale seniormedalje. Fin plass.

Intermezzo i 2x: EM, andre og tredje verdenscup

Det ble besluttet fra øvre hold at jeg skulle testes i dobbeltsculler sammen med Thea Helseth fra Ålesund Roklub, og etter ti dager i ny kombinasjon stod vi på startstreken i EM i Szeged. Vi skulle gå i kamp mot den renommerte kombinasjonen fra Romania som stod ubeseiret de siste årene. Det lå mye forventninger knyttet til vår nye kombinasjon, og vi følte et stort press for å prestere. Det var to nervøse damer som stilte til start, samtidig visste vi at dette var en mulighet til å vise oss frem, og kanskje var det også den eneste vi fikk. Til vår store overraskelse var det dødt løp etter 1000 meter rodd i forsøket. Vi holdt farten til Romania og hadde ikke lyst til å gi oss med det. Med motiverende ord fra baug, kom vi seirende i mål og hadde slått de regjerende olympiske mesterne. Kanskje ga det oss et psykologisk overtak videre i konkurransen, men det ga oss helt sikkert, og for første gang

i karrieren, beste bane under finaleløpet i de vanskelige vindforholdene i Szeged. Og med denne farlige cocktailen krysset vi mållinjen som europamestere, og det ble en stor norsk helg i Ungarn!

Videre fikk vi flere gode løp gjennom sesongen i verdenscup II i Lucerne og i verdenscup III i Poznan, og vant til slutt verdenscupen sammenlagt. Vi presterte jevnt på et høyt nivå og hadde møtt samtlige båter som skulle til Paris. Vi gledet oss til sesongens store høydepunkt!

Grand finale: OL i Paris

Det var en surrealistisk opplevelse å stille til start i et olympisk mesterskap for første gang. Noe man har sett på TV siden barndommen, og drømt om siden de første rotakene. Ute på vannet blant mange legender man har fulgt ivrig med på i mange år. Og allikevel sulten på å få til noe stort.

Men tvert om, første løp skulle bli et hardt slag i trynet. Vi hang ikke med fra start og konkurrentene rykket ifra. Skuldrene ble høye, nervøse tanker meldte seg og det ble et jag for å ta igjen det tapte. Vi kom sist over målstreken. Men skuffelsen måtte vi legge bak oss, for vi hadde nye muligheter i oppsamlingsheatet, og vi visste det var mer å hente. Og riktignok tok vi oss videre til semifinalen. Her var det vinn eller forsvinn, og OL-finalen stod på spill. Fra ytterbanen måtte vi gjøre noe stort for å komme til finalen, og kanskje var det til

vår fordel at vi lå akkurat der, i sidesynet til de største konkurrentene, vanskelig å få oversikt over. Det ble et ekstremt jevnt løp, en så kalt “ding-dong battle”, hvor det stadig skiftet hvilke baugballer som lå på de tre kvalifiserende plassene. Vi klarte hårfint å snike oss forbi Australia i innspurten og fikk med det den siste billetten til finalen. Der rodde vi inn til en sjetteplass. Jeg takker trenere, støtteapparat og lagkamerater for enestående innsats og gode minner gjennom sesongen. Og en spesiell takk til Thea for det gode samarbeidet.

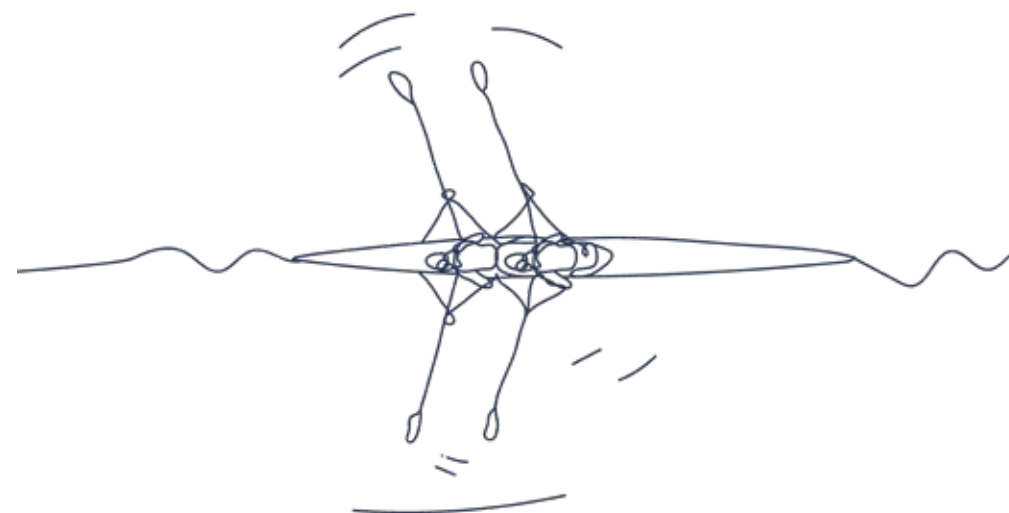
Franskmennene hadde stelt i stand et fantastisk arrangement, og det var en helt enorm stemning på stadion med over 30 000 tilskuere. En opplevelse av de sjeldne fra dobbeltsculleren, og heller ikke så verst fra sidelinjen, sier ryktene. Jeg hadde en liten hurv med familie som var til stede, hvor mange var på regatta for første gang. De ble bitt av basillen og ser allerede frem mot ny familietur i 2028.

NM

I år igjen lar jeg meg imponere av Sigurds utrettelige og alltid samlende arbeid for damegruppen. For nok en gang var det mange spreke damer som hadde lagt ned mye trening og var klare til å bite fra seg under årets norgesmesterskap. Etter en lang internasjonal sesong er det fantastisk å kunne vende tilbake til røttene under NM og føle på noen av kjerneverdiene i idretten, nemlig idrettsglede og samhold. Takk til Sigurd og alle klubbvenninner som holder liv i miljøet. Og med denne flotte buketter som utgjør Christinia-jentene, ble det nok et sterkt NM hvor vi gikk hjem med seier i fem av seks mulige båtclasser.

Takk igjen for støtten og for de gode opplevelsene i året som har vært.

*Roerhilsen,
Inger*





KJÆRE ROERVENNER

Takk for i år! Inger har oppsummert sesongen 2024 godt, så jeg vil gjerne benytte anledningen til å takke for de siste 13.

Gjennom min oppvekst fantes det ikke noen roklubb i nærheten, så jeg vokste opp med svømming, langrenn og friidrett. Etter en ryggmargsskade plukket jeg

opp igjen langrenn, og ønsket samtidig en idrett jeg kunne drive sommerstid. «Prøv roing», fikk jeg høre. «Roing er teknisk, fysisk og særdeles mentalt, det er en krevende utfordring». Med 180 cm i lengde og apefaktor på armene var det heller ikke et dumt utgangspunkt. Men hvor skulle jeg ro?

På et trenerforum i 2012 spurte Åke om det kunne være en klubb som var interessert i å teste para-roing, og ta inn en utøver som rodde med overkroppen. Christiania var den første til å rekke opp hånden. Og på første trening fikk jeg kjenne på kroppen hva det innebar. Jeg hadde akkurat vært med på «Ingen Grenser», et NRK-program med Lars Monsen, og fikk i etterkant høre at det var viktig å teste om jeg var en sånn som trodde ting kom lett. Heldigvis bestod jeg testen, og heldigvis gjorde trener Bastien og CR det samme. Åpenheten, nysgjerrigheten og pågangsmotet i klubben var uten sidestykke, helt fra start.

Vi stroppet fast slider og bein, bygde opp med puter lemmer som falt, og googlet rundt etter teknikk og utstyr. På Skype med en dommer i England og med en bok vi kjøpte på internett, var vi i gang. Og vi fant ut av mye på veien! Det er spennende og interessant å gå opp litt ubrutt mark, samtidig som vi alltid kom tilbake til at det jo bare er ulike måter å ro på.

Fra første dag ble jeg tatt inn i varmen i treningsgruppen. Det var alltid gøy å komme på trening, og folk var gode til å pushe og støtte hverandre, uavhengig av

nivå. På dugnad slapp jeg å bære båter, men stekte vafler, kostet og vasket alt jeg kunne. Det var sømløst og enkelt, og sjelden har jeg møtt et så varmt, åpent og raust miljø som hos CR. Det var dette fellesskapet som åpnet døren, og som gjorde det mulig å jakte internasjonale medaljer.

Gjennom årene har det vært mye reising, og det å drive aktivt både sommer og vinter har gjort at jeg har vært mye ute. Det har likevel alltid vært fint å komme hjem. Jeg er dypt takknemlig for alle frivillige, utøvere og ildsjeler som ikke bare holder liv i miljøet og klubben, men som også bygger den videre. Ikke minst er NM fantastisk gøy, og en begivenhet hvor fellesskapet, idrettsleden og samholdet virkelig kommer til syne. Jeg er, og har alltid vært, utrolig stolt og takknemlig over å få være en del av akkurat Christiania Roklub.

Tusen takk for at jeg fikk være med. Tusen takk for et fantastisk miljø og mange unike ro-opplevelser gjennom årene. Jeg gleder meg til å tre inn i pensjonistenes rekker, der ryktes det om ekstraordinært engasjement og mye aktivitet!

Takk for turen så langt, og riktig godt 2025!

*Roerhilsen,
Birgit*



VÅRE ROERE I USA

JONATHAN OG MARIUS BOW DOWN TO WASHINGTON

Når dette skrives, tar vi fatt på vårt siste halvår på verdens beste college-ropprogram. Vi studerer fulltid, samtidig som vi legger ned 20+ timer i uken med trening. Det er derfor imponerende at utøverne på rolaget alltid leverer helt i toppen akademisk. I år ble vi, sammen med 22 andre utøvere på laget, anerkjent som IRCA Scholar Athletes av det nasjonale forbundet, og det viser at vi har fått en fin utvikling; vi har lært å balansere idrett og arbeid med studier.

Det siste året har vært et eventyr. Noe vi har drømt om, og arbeidet målrettet mot, i lang tid. Vårt utgangspunkt på starten av året var strålende etter mye bra trening i toer gjennom race-sesongen. Dette var en stor fordel fordi toer-matrise, der man bytter på å ro med ulike utøvere som utgangspunkt for rangering, i hovedsak ble brukt for å sette sammen de ulike åtterne. Vi var alltid helt i toppen, og endte derfor jevnt over med å sitte i første-båten – 1V, eller bare Varsity – gjennom



høsten. At enkelte tvilte på at vi ville klare å holde plassen inn mot race-sesongen, ga ekstra motivasjon.

Nivået på studentroing i USA har steget til stadig nye høyder på grunn av rekruttering av flere internasjonale landslagsroere. På vei inn i sesongen var vi ranket på tredjeplass. California var toppranket, og det var derfor stor spenning knyttet til det første møtet i vår årlige «dual» i slutten av april. Det var et veldig raskt løp. Med tiden 5:24 var vi vel en og en halv lengde foran Cal i mål.

Løpet og prestasjonen var en fremragende bekreftelse for University Washington og strategien som var valgt for å finne frem til en rask båt.

På veien frem mot det nasjonale mesterskapet var siste store test PAC-12 Confe-

rence Championship for universitetslag på vestkysten. Det ble et nytt møte med California, som vi slo nok en gang.

Intercollegiate Rowing Association (IRA) nasjonale mesterskap ble arrangert på Lake Mercer i Princeton, New Jersey i juni.

Forsøksløpet på fredag gikk uten dramatik, og vi rodde kontrollert inn til heat-seier med tiden 5:36.

I semifinalen var det derimot duket for et durabelig oppgjør, da vi ble trukket sammen med Princeton, Yale og Brown.

Alle lagene var blant topp fem i siste ranking, men vi tok seieren med tiden 5:28,7 – et drøyt halvsekund foran Princeton.



Søndagens finale i Varsity 8+, var regattaens ultimate høydepunkt. Feltet var rekordsterkt, med fem båter som hadde potensial til å gå under 5:30. Gjennom sesongen hadde vi vist at vi kunne vinne på mange forskjellige måter, og nå tok vi frem et hemmelig våpen: En rask start.

Vi var drøyt to sekunder raskere til 500 m enn i semifinalen, og dermed 'synet' vi de andre lagene, og vi lå likt med California. Princeton og Yale var allerede hektet av –«C Ya later» til dem! Det var en ubeskrivelig følelse for oss å krysse mållinjen som National Champions. Først og fremst var det en lagseier for University of Washington, som også vant samtlige løp og klasser.

For oss er det et vitnesbyrd om at norske roere fra Christiania Roklub duger i slikt selskap. Vi er ganske sikre på at dette er en av de raskeste båtene til UW gjennom tidene, og vi gikk videre til Heneley-

regattaen der vi rodde i eliteklassen, og kom til finalen i The Grand Challenge Cup.

Nå er vi inne i starten på oppkjøring til en ny race-sesong. Nivået på programmet er mye høyere enn i fjor, og vi er fortsatt i en god posisjon til å kjempe om en plass i IV. Etter hvert vil det også i år handle om å finne den magiske båten, som har den nødvendige farten til å komme først i mål i IRA i begynnelsen av juni. Det ønsker vi å være en del av. For konkurrentene på de andre universitetene jobber hardt for ikke igjen å måtte høre Huskyens seiersrop: Bow Down to Washington!

*Roerhilsen til alle i CR,
Marius og Jonathan*

Sesongens klimaks er å finne på YouTube: «Inside Look at UW Rowing's 20th IRA National Championship»



Daikai
WELLNESS RETREAT

Wellness

Høy-kvalitets massasje
Wellness program for bedrifter
Gavekort

Daikai Wellness Retreats
Tel +47 23083888
www.daikai.no

Rostockgata 68,
0194 Oslo

Arbins gate 11,
0253 Oslo





VÅRE ROERE I USA

HÅPET ER LYSEGRØNT VALENTINS ÅR PÅ DARTMOUTH

Jeg har vært utrolig heldig. Dartmouth er fantastisk, og jeg trives helt enormt. Tenk at jeg var smart nok til å legge inn litt ekstra innsats da jeg så at Jonathan fikk et godt tilbud fra University of Washington. Utrolig takknemlig for det i dag.

Året har stort sett vært topp, men også litt nedtur, og alt henger sammen. Etter en utrolig bra start i fjor, rodde jeg Head

of the Charles med begynnende ribbensbrudd. Hvile og opptrening fra midten av oktober tok lengre tid enn jeg hadde regnet med. Det endte med at jeg byttet side for å redusere belastningen. Ror bra på baugside, og satt i 1V inn mot regattas sesongen, for deretter å få en runde med influensa. Da jeg kom tilbake i trening, var båtene satt, og jeg endte opp med å ro i 2V.

Uansett, programmet gjorde at det ble beste resultat på meget lang tid, da både 1V og 2V kom på femteplass i IRA National Championship. Vi er på vei opp, og neste år går vi for medalje.

Det har vært en bra sommer med trening på Bogstad og Kongen, og en båt med Mads Reite ser ut som et veldig spennende prosjekt for fremtiden. Akkurat nå sitter jeg trygt i 1V, og mener selv at jeg er blant topp fire av roerne i programmet. Treningsleir i Florida ble gjennomført før jul med mange gode og harde økter, og vi ser etterhvert frem mot treningsleir i South Carolina. Deretter smelter isen

på vakre Connecticut River, og vi er i gang med sesongen. Vi er heldige her på Dartmouth som har et av de vakreste og beste roforholdene rett på college. Derfor kan vi trene godt og hardt. Vi har fortsatt Harvard, Princeton, Penn og Cornell foran oss – minst to av dem må slås til våren om vi skal være tilfredse; og deretter går vi for gull.

Roerhilsen fra Valentin



MINIINTERVJU

JULIA WIKTORIA BISOWSKA

NYBEGYNNER I TUR OG MOSJON

MED NYBEGYNNERREKORD PÅ 1600 KM

(GAMMEL REKORD 1336 KM)

Har du rodd før?

Jeg hadde aldri engang holdt en åre før den første dagen på Roskolen. Alt startet der – og for en start det var!

Jeg og en venn ville ha et vårprosjekt – noe helt nytt og litt utenfor komfortsonen vår. Målet var enkelt: prøve, ikke gi opp,

og se hvor det førte oss. Men ærlig talt, klubbhuset avgjorde saken. Vi så oss selv der på Kongen med én gang.

Hvordan opplevde du Roskolen?

Jeg elsker å lære, men jeg elsker enda mer å være flink til ting. Å bli med på Roskolen var en ydmykende opplevelse

– jeg måtte innrømme at jeg ikke hadde peiling. Årene var større enn jeg forventet, båtene føltes altfor raske, og alt var kaos. Men det var et forfriskende kaos. Fra dag én ble vi tatt imot med åpne armer, og trenerne hadde all verdens tålmodighet.

Hva er det med roing du liker så godt?

To ting: det store, blå havet og fellesskapet. Jeg blir aldri lei av noen av delene.

Og så er det laget: For en gjeng med legender! Før min første T&M-tur var jeg nær ved å snu og løpe vekk. Men jeg ble – og den dagen forandret alt. Vennligheten og kameratskapet har hatt meg hekta siden.

Hvordan finner du inspirasjon til å ro så mange kilometer?

Enkelt: hver tur er et eventyr. Ingen er like, og jeg er altfor nysgjerrig til å gå glipp av noe. Blir det en fredelig solnedgang eller ville bølger? Regn eller seler som sier hei? Og hvem skal jeg ro med – en historieforteller, en konkurranseånd, en avslappet stemningssøker, eller bare meg og tankene mine?

Hva liker du med Christiania Roklub?

Folkene, uten tvil. Hver eneste lille gest betydde så mye for meg. Fra å få utdelt CR-klærne til noen som sporet meg opp på Spond for å sende meg et gruppebilde – og den som ikke ga seg før jeg hadde meldt meg på Aro-mila. Disse handlingene sitter igjen hos meg. Og tipsene, rådene og de oppmuntrende ordene – jeg tok imot alt.

Mot slutten av sesongen, da så mange heiet på meg mens jeg prøvde å slå nybegynnerrekorden – det var virkelig rørende. På det tidspunktet rodde jeg ikke lenger for meg selv, men for dem. Og ja, de kaller meg fortsatt gal. Jeg tar det som et kompliment.

Hva er roplanene dine for neste sesong?

Ro så mye og så langt som mulig! Jeg er klar for flere eventyr, mer latter og flere minner – denne gangen ikke som nybegynner, men som en som har funnet sin plass, sin lidenskap og sitt hjem på vannet.



JULIA HAR KLUBBENS FINESTE NEGLER



1600 KM



REGATTAKOMITEEN: HANNA, SASKIA OG AASTA

MINIINTERVJU

SASKIA TRUBBACH REGATTASJEF

Hvordan begynte din interesse for roing, og hva fikk deg til å bli med i klubben?
Jeg kommer fra Tyskland og startet med roing som junior i Berlin. Da jeg flyttet til Norge som student i 2019, var det første jeg gjorde å finne en roklubb. Valget falt på CR. Trener Sigurd, jentelaget og de andre medlemmene tok meg veldig godt imot. Det er nok en av hovedgrunnene til at jeg trives så godt her og valgte å bli i Oslo etter studiene.

Hva er de mest minneverdige øyeblikkene fra din aktive tid som roer?
Jeg elsker lagbåt, spesielt åtter, så å ro NM

med CR-jentene er alltid et høydepunkt! Men en fin rotur på fjorden i vintersol og kanskje spotte en sel er også ganske unikt – det har vi ikke i Berlin.

Hva fikk deg til å gå inn i en organisatorisk rolle?

Som aktiv roer har jeg i mange år dratt nytte av at andre har bidratt med frivillige timer for å få klubben og ro-miljøet til å fungere, så jeg følte det var på tide å gi noe tilbake. Etter videregående jobbet jeg ett år som rotrener i Frankrike, hvor jeg også hadde ansvar for andre oppgaver i klubben, som planlegging av trenings-

«Klubbmiljøet skapes ikke bare på vannet, men også gjennom frivillig arbeid på regattaer eller oppgaver i klubben.»

samlinger og regattaer. Jeg syns det var gøy å bidra på denne måten. I fjor var Hanna, Aasta og jeg “trainee” for CR-regattaen, og siden Svein Mollestad ønsket å gi stafettpinnen videre etter mange fine år som regattasjef, var det bare å si ja til dette.

Kan du beskrive hva som inngår i jobben som regattaarrangør? Hvordan forbereder du deg og teamet ditt på å gjennomføre en vellykket regatta?

I 2025 får jeg min første regatta som arrangør, så jeg vet nok ikke alt ennå – tror det blir mye “learning by doing”. Egentlig var planen å arrangere CR-regatta, men nå fikk vi tildelt NM i stedet. Siden Hanna, Aasta og jeg også skal delta som roere i NM, fokuserer vi på planleggingen og håper på hjelp fra andre under selve regattaen. Heldigvis får vi støtte og gode råd fra tidligere regattaarrangør Svein og Tone Pahle for å sikre en god overgang. Så nå begynner vi med planleggingen i god tid, som blant annet innebærer løpsoppsett og påmelding, inndeling av dommere og frivillige for ulike verv, og selvfølgelig en del administrativt – som budsjett og ordne med anlegget på Årungen.

Hva er ditt syn på hvordan regattaer kan styrke klubbens miljø og fellesskap?
Når jeg sammenligner roing i Norge

med Tyskland, syns jeg klubbmiljøet på regattaer er en stor styrke i norsk rosport. I Tyskland er det vanlig å ro på regional-lag i stedet for klubb-lag, så man mister litt av klubbmiljøet. I CR klarer vi ofte å sette sammen én eller til og med to dameklubbåttene til NM, med alt fra aktive klubb-roere til OL-deltakere. Klubbmiljøet skapes ikke bare på vannet, men også gjennom frivillig arbeid på regattaer eller oppgaver i klubben. Slik blir man kjent med mange man kanskje ikke ser eller ror med så ofte. Derfor ser jeg virkelig frem til min nye oppgave som regattasjef!

Har du noen råd til de som ønsker å kombinere det å være aktiv roer med en organisatorisk rolle i klubben?
Det skal jeg nok finne ut av – spør meg etter NM om det!

Har du noen ønsker/oppfordringer til klubbens medlemmer nå når CR skal arrangere NM i 2025?
Håper å se mange av dere, både på land og på vannet – eller kanskje begge deler? Hvis du har lyst til å bidra på en eller annen måte eller har noen gode forslag, ikke nøl med å ta kontakt. Vi ses 29.-31. august på Årungen!

saskia-trubbach@hotmail.de



MINIINTERVJU

PÅL SANDLI MASTERROER

Du er fra Drammen Roklubb, men vi ser deg ofte på Bogstad, og på pallen sammen med CR-mastere. Hvordan henger dette sammen?

Drammen Roklubb har kun to master-roere, og vi ønsker å ro flere løp og ha et sosialt miljø, så vi stiller opp sammen med CR på treninger og regattaer. Stein Hof og eller jeg stepper gjerne inn hvis det mangler fullt mannskap til en økt eller konkurranse.

Hva er forskjellen mellom Drammen Roklubb og CR?

Den største forskjellen er antall aktive master-roere. Men den sosiale delen er

også større, da CR legger stor vekt på sosiale sammenkomster i alle ledd og funksjoner.

Kan CR lære noe av Drammen roklubb?

CR kan lære av å ta vare på materiell og utstyr og ha et godt, ansvarlig og personlig vedlikehold av båter. Dere bør definere materiell som noe kjært og nært som skaper en følelse av fart, bevegelse og velvære, og ikke en bruksgjenstand.

Hva er de mest minneverdige øyeblikkene fra din aktive tid som roer?

OL 1980 som ble tatt fra oss pga politisk avgjørelse. En tid med frustrasjon og

mange nedlagte timer med trening. Men også OL 1984 som ga minnerike opplevelser både på og utenfor robanen.

Jeg opplever fine øyeblikk som master-roer når jeg treffer og kjemper mot og med tidligere konkurrenter. Det gir meg en følelse av å være privilegert ved å kunne holde på med samme idrett i høy alder. Et godt løp gir akkurat den samme følelsen nå som da jeg var ung, og seiersfølelsen er noe ingen kan ta fra deg.

Hvordan har sporten påvirket deg, både fysisk og mentalt?

Sporten påvirker selvsagt den gode følelsen og selvsikkerhet som kan overgå

tunge utfordringer. Man er godt rustet til medgang og motgang.

Hva motiverer deg til å fortsette å ro?

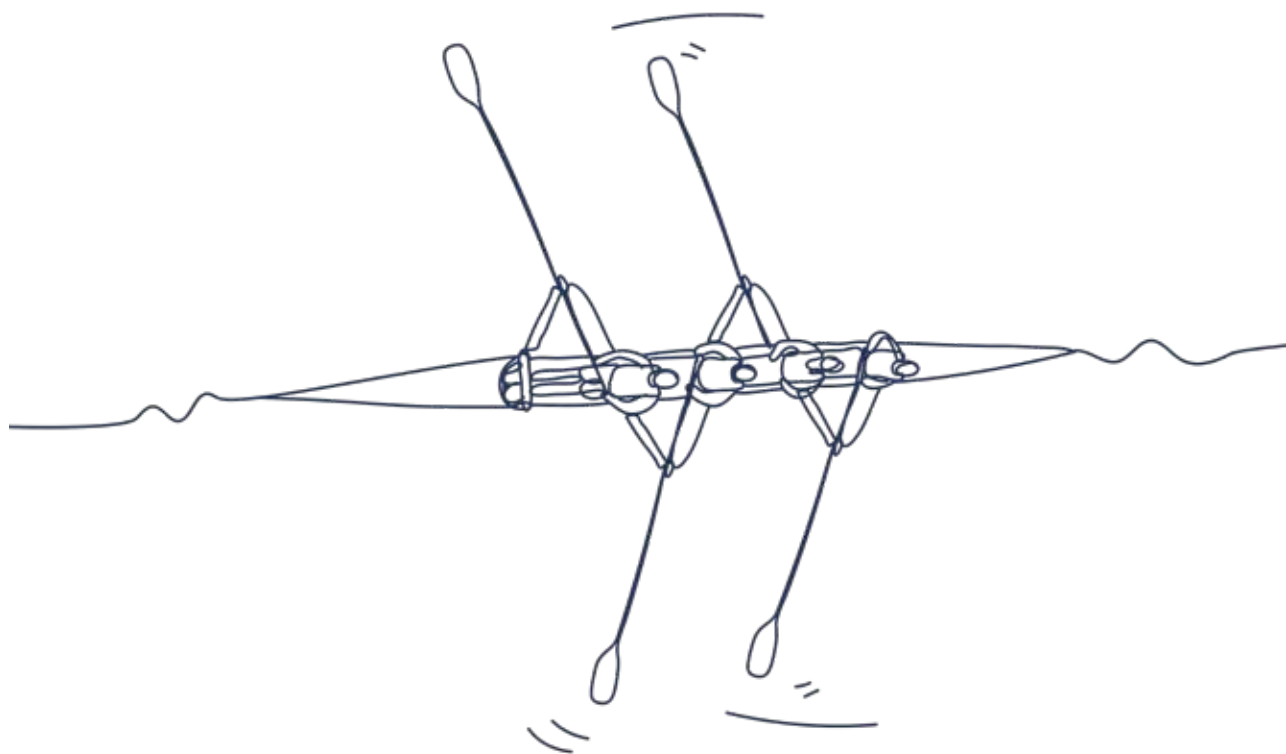
Samhold, glede og god fysikk.

Har du noen tips til oss som vil bli bedre roere?

Motto må være at neste rotak blir bedre enn forrige. Det er fokus og intensitet på alle treninger.

Har du noen spesielle forbilder i roing som har inspirert deg?

Peter Micael Kolbe, som jeg ble kjent med, har inspirert meg mye med en flott roteknikk.





MINI INTERVJU

SIGURD RØNSEN GARAAS

NY ROER

Hva fikk deg til å bli med i roklubben?

En kompis og jeg ble tipset om roskolen på Bogstad og vi meldte oss på. Det var veldig gøy, og vi ble med i klubben etter kurset. Jeg syns Christiania Roklub er en veldig bra klubb med godt miljø.

Hvordan har det vært å lære roing, og hva har vært den største utfordringen?

Før jeg begynte i CR trodde jeg det var lett å ro, men det var vanskeligere enn jeg trodde. For meg var det mest utfordrende å lære meg å ro singlesculler. Nå har jeg bare lyst til å bli bedre og raskere.

Hva er ditt beste minne fra din tid i klubben så langt?

Kjørboregattaen var gøy, det var den første regattaen der jeg følte jeg var bedre forberedt. Været var bra, og jeg var fornøyd med mine egne prestasjoner. Jeg var også med på ungdomsmesterskapet, det var en bra erfaring.

Hvilke mål har du for neste sesong?

Det er å bli bedre enn i fjor. Jeg syns det er gøy å konkurrere mot andre og slå mine egne tider.



MINI INTERVJU

TALE BØRSHEIM TØNSAGER

NY ROER OG NORGESMESTER I CONCEPT

Du er ny i Christiania Roklub, er du ny i roing også, eller har du vært i en annen klubb før?

Jeg er ny i CR og ny i roing, bortsett fra at jeg har deltatt på noen Concept-NM, hvor jeg i 2024 satt ny norgesrekord i seniorklassen med 6.42.9 (foran Inger Kavlie! red. anm.), og i 2023 vant jeg i U19 klassen på 6.49.9. Jeg startet med roing i august 2024 etter å ha drevet aktivt med svømming hele livet.

Hvilken klasse ror du i, og hva slags båttyper?

Jeg ror i både U23 og i seniorklassen. Båtene jeg har rodd mest er 2x og 4x.

Hva har vært sportslig høydepunkt i sesongen for deg?

Det sportslige høydepunktet denne sesongen må ha vært å lære meg å ro i båt. Jeg har frem til august bare sittet på

romaskin, så det har vært veldig gøy å lære seg teknikk i båt på vannet!

Hvordan trives du i klubben?

Jeg trives veldig godt her! Alle er svært hyggelige, og jeg har blitt tatt godt imot av alle jeg har møtt. Gruppen jeg trener i, der er det vennlige jenter og jeg trives godt med dem.

Hva er dine planer, mål og håp for 2025-sesongen?

Planene mine for sesongen er å bli enda bedre til å ro. Læringskurven ble litt brutt ved overgangen til vintersesongen, så det å komme i gang på vannet igjen, er noe jeg gleder meg til. Et høydepunkt jeg ser frem til, er treningsleir i Portugal i februar. Videre har jeg som mål å være med i konkurranser. Jeg ser frem til en bra 2025-sesong.



ØIVIND HARALDSEN BLANT ROERVERNER PÅ BOGSTAD

Øivind Haraldsen har satt tydelige spor i klubbens historie, både som race-roer og formann. Gjennom sitt engasjement og sin styrke – bokstavelig talt – fikk han kallenavnet "The Foreman", en hyllest til hans lederskap og kraft. I sine glansdager var han kjent som klubbens sterkeste og var en inspirasjon for mange.

I dag er Øivind svekket av Parkinsons sykdom, men hans tilstedeværelse i klubben minner oss om verdien av samhold og livslangt vennskap. Derfor ble han invitert på lunsjbesøk på klubbhuset på Bogstad, omgitt av venner som tydelig viste omsorg og respekt.

Øivinds besøk er en påminnelse om at roing ikke bare handler om fysisk styrke eller konkurranse, men om å bygge bånd som varer livet ut. Selv etter mange år er interessen for roing og kjærligheten til klubben like sterk. Å se Øivind tilbake i klubbens kjente omgivelser, blant gamle venner, var rørende for alle som var til stede.

Historier som Øivinds er en del av sjelen til klubben vår. De minner oss om at vi ikke bare deler en idrett, men også et fellesskap som strekker seg over generasjoner.

1861 BAKER HANSEN

KVALITETSBAKST SIDEN 1861



FERSKE BRØD,
HVETEBAKST
OG KAKER TIL
SMÅ OG STORE
ANLEDNINGER!



KLASSISKE
MARSIPANKAKER
MED PERSONLIG
PREG SOM TEKST,
BILDE ELLER
LOGO.



GLUTENFRIE
BRØD OG
KAKER FRA
VÅRT EGET
GLUTENFRIE
BAKERI.



CATERING,
MØTEMAT OG
BRØDAVTALER
TIL ALLE
ANLEDNINGER.



SE HELE VÅRT UTVALG – BESØK OSS PÅ WWW.BAKERHANSEN.NO



MYNDIG DAME MED GLIMT I ØYET

– Skjerp dere! Man kan nesten høre ordene ut fra kroppsspråket til Grete Stokke om noen nøler med å brette opp ermene for å ta i et tak for klubben. Samtidig vet hun at Christiania Roklub har en rekke driftige medlemmer.

Selv er hun uten tvil én av dem – om man oppsummerer alt hun engasjerer seg i. En bestemt dame som gjerne kunne stått bak slagordet: Ikke spør hva klubben kan gjøre for deg, spør hva du kan gjøre for den!

Skjønt, spørre? Ikke spør, bare gjør det som skal til. Det er fristende å gi henne hedersbetegnelsen CRs tante Sofie. Men da får man vel et strengt blikk tilbake, eller ...? Prøv å holde blikket hennes, og du vil trolig se glimt av humor og lattermildhet i øynene.

Grete kan også være svært stilfull dersom anledningen byr seg. Da går hun ikke av veien for å iføre seg en elegant hatt og tilhørende antrekk. Henley Royal Regatta har vært et sted å kunne skinne, både som roer, dommer og tilskuer.

«Alle» vet hvem Grete Isachsen Stokke er, selvfølgelig. Det er hun som står oppført med flest verv og ansvarsområder i årboken.

– Jeg har inntrykk av at noen tror de kjenner meg, men så kjenner de meg egentlig ikke, er hovedpersonens egen vurdering.

– Jeg tror det skyldes at jeg fremstår som ganske åpen, men så er jeg egentlig veldig privat. I tillegg er jeg en svært nysgjerrig type, men er ikke født med tålmodighet.



OL 2012



PL 2016

Det gjenspeiles mye i det jeg har gjort gjennom livet, forklarer hun og nevner blant annet jobben på akuttmottak og flysyekepleier for Forsvaret.

– De siste 20 årene av mitt yrkesaktive liv valgte jeg akuttmottak fremfor administrasjon. Jeg er glad i arbeidet med pasienter og ønsket ikke noen åtte-til-fire-tilværelse, der jeg rutinemessig visste hva jeg skulle gjøre hver dag. På akuttmottak er det herlig å gå på jobb og ikke vite hva dagen vil bringe.

Grete vokste opp på Nordberg med en eldre søster og hadde Nordmarka som lekegrind. Hennes aktivitetsiver førte til at hun la i vei med blant annet tennis, håndball og ski, gjerne alpint. På Tåsen skole, der bestefaren var overlærer, ble hun med på notene i korpset med et blankt barytonhorn.

Hun likte å gå sine egne veier og nølte ikke med muntre påfunn selv om hun risikerte overlærerens «gule kort» i form

av en streng pekefinger. Hun medgir at hun stod bak de fleste sprell, som da de hadde skolekjøkken en høst og laget eplemos. Grete kunne ikke dy seg for å stappe lyspærer ned i noen nesten fylte glass og merke dem med «Pæremos».

Da hun senere begynte på videregående, det vil si Berg skole, var det vanskelig å rive seg løs fra familien; der var faren hennes inspektør.

Hva har vært dine favorittfag?

– På barneskolen: Gym og friminutter, svarer hun med latter.

– Jeg hadde problemer med å holde meg i ro. Senere var vel samfunnsfag og praktiske fag der jeg hadde min styrke. Generelt er jeg nok en som kan litt om mange ting.

Hvis man skal yte Grete rettferdighet om fullt navn, bør det gjengis som Grete Isachsen Stokke. Isachsen kommer fra morsslekten, som betyr mye for henne.



FLYKTNINGSTRANSPORT

Da hun hadde fullført ordinær utdanning i sykepleie, meldte hun seg på til kurs i Luftforsvaret og kunne i 1973 føre opp 'flysykepleier' på CV-en. Det var selvfølgelig ikke flyene hun skulle pleie, men være i beredskap med tanke på krisesituasjoner.

– Vi hadde årlige øvelser, men det var først mot slutten av 1990-tallet at det ble alvor, forteller Grete. Da hadde det vært krig på Balkan i flere år. Vi skulle egentlig på årlig øvelse, da i Champagne i Frankrike, men så ble vi omdirigert og beordret til skarpt oppdrag på Balkan på grunn av situasjonen der.

– Vi var stasjonert i Pisa, men fløy forsyninger til Skopje og tok med flyktninger tilbake, forteller hun, og

viser et bilde der hun sitter i de sidestilte «nettingbenkene» med en baby i armene.

– De nesten daglige flyvningene fra Skopje ble alltid hektiske, blant annet for å holde «slot-tiden» for avgang, og vi måtte tenke sikkerhet for passasjerene. Min innskytelse for å hjelpe til på best mulig måte denne dagen, var å avlaste en fortvilet mor ved å ta vare på babyen en stund.

Grete likte beordringen og oppdragene ute, og var med i to omganger, begge på Balkan. Det var aldri uten en viss usikkerhet. Såkalte fiendtlige områder måtte unngås. Dermed ble det store omveier og lang flytid.

– Da jeg fylte 50, var det takk og farvel fra



BØYEGJENG 2023

Forsvaret – slik er det bare i det systemet. Likevel, det var gode erfaringer å ta med seg, og for meg var det meningsfullt å kunne stille opp når det trengtes i et krigsområde.

Lenge før dette, i 1978, giftet hun seg og fikk etter hvert to sønner, Sondre og Eirik. At hun senere ble skilt, lar hun ligge i privatskuffen.

Sondre begynte med bandy, og hans driftige mor stilte straks opp for bandyklubben. Hun ble tillitsvalgt der og påtok seg ansvaret for laget til Sondre i ti år.

Hva fikk deg til å begynne med roing?

– Det var Tone Pahle som spurte meg. Vi traff hverandre på et lederutdanningskurs for sykepleiere. Hun var medlem i Oslo



ARRANGØR AV DET SISTE ROERBALLET

Kvinnelige Roklubb (OKR). Jeg var 39 år og brukte den første sesongen i tur-båter. Neste sesong var det over i 2x og 1x. I sculler ble det utallige våte turer inntil jeg en dag kom stolt og tørr tilbake til bryggen i OKR. Jeg ble i den tiden godt kjent med bunnforholdene langs Bygdøy-landet ut til Huk.

Var det din utålmodighet som gjorde at du veltet, og din sans for utfordringer at du ikke gav deg?

– Jo, er det noe jeg virkelig vil, så gir jeg meg ikke. Når en situasjon krever tålmodighet, kan jeg skru om. Dette har nok vært en styrke i jobbsammenheng.

Men Gretes virkelige styrke viser seg best i arbeidsoppgavene hun påtar seg. I OKR gikk det bare et halvt år til hun overtok



ALLE VEKTER OG STENGER MÅ INN

som materiellsjef, og deretter rosjeff. Senere har hun hatt ett eller flere verv i klubb, krets og forbund – som regel flere samtidig. Langt fra ufortjent mottok hun Norges Roforbunds Hederstegn i 2016. Hennes Ro-CV i stikkordsform fyller i dag en hel A4-side.

Begge sønnene begynte å ro i Christiania Roklub, og Grete fulgte etter dit. Nasjonalt stilte hun opp som master i single, dobbel, dobbeltfirer og åtter. I Master-roing ble det gjennom årene mange seire hjemme og ute. Men i 2012 var det slutt. «Håndball-knær» fra gamle dager tålte ikke mer, og et kne ble skiftet ut.

– Tross det, jeg ror fortsatt; har båt på hytta, en coastal, og har som mål å runde 500 km i løpet av sesongen. Men kroppen er ikke hva den en gang var.

De som kjenner deg, vet at du har vært ro-dommer i mange år. Hvordan startet det?

– Jeg fikk spørsmål om det. Det har alltid vært behov for dommere; kvinnelige dommere var det få av da. Så jeg begynte i 1994 og ble internasjonal dommer i 1998. Det har brakt meg verden rundt med unntak av Asia og Afrika.

«Trivelig og morsom oppgave», er hennes beskrivelse, og som hun håper at flere vil melde seg til. Men det er nesten så man tror hun sterkt underdriver hvor morsomt og trivelig det er når hun i tillegg legger ut om dommergjerningen. Lange dager; må møte frem én til halvannen time før start, og starten kan være 08:00. Og så er det en times etterarbeid selv når siste løp går kl. 18.

– Vi kan være få til stede, så ofte er det

«Hun bretter opp ermene når det trengs, enten det er i bøyegjengen på Bogstad eller sjauing på Kongen.»

vanskelig å få lagt inn toalettbesøk og spisepause. Likevel, for meg er gleden langt større enn ulempene, både hjemme i Norge og i utlandet. Med tanke på å rekruttere flere, er det tatt noen grep. Blant annet ble det innført kompensasjon for arbeidet for noen år siden, forteller hun og peker dessuten på viktigheten av at holdninger er med i dommerutdanningen med tanke på å håndtere ulike situasjoner på regattabanen.

I 2012, da ro-knærne sviktet, ble året likevel en triumf for Grete. Hun ble den tredje av norske dommere som har blitt nominert til OL. Det var under Junior-VM i 2006 at hun satte seg mål å kvalifisere til OL-dommer i London etter å ha lyttet til «en kjentmann». Det gjaldt å bygge opp kompetansen de neste årene med deltakelse i prestisjefylte mesterskap. Målet nådde hun. I 2016 ble hun til og med hentet inn til Paralympics i Rio.

I dag er dommerepoken over, men hun har fortsatt kontakt med gode kolleger fra det internasjonale miljøet. Selv om hun har rundet 70, sitter hun ikke med hendene i fanget. Hun bretter opp ermene når det trengs, enten det er i bøyegjengen på Bogstad eller sjauing på Kongen. Klubben kan også takke henne for bidrag til førstehjelpskurs og hjertestarterinnføring.

Og hva mer kan du fortelle om aktive dager; hva engasjerer deg på vei inn i 2025?

– Jeg er med i infogrupper der vi på Facebook har gjort vårt beste i 2024 for å formidle det som skjer i klubben og romiljøet. Dette håper vi å videreføre. I tillegg er jeg med i Roforbundets digitaliseringsutvalg. Det handler først og fremst om å legge inn årbøker og jubileumsbøker fra norske klubber. Vi holder på med en nettside, *rohistorie.no*, som skal åpnes i april i forbindelse med Norges Roforbunds 125-årsjubileum.

Myndig og streng dame, er en merkelapp noen setter på deg, men hva slags humor har du?

– Galgenhumor, det har jeg fått gjennom jobben. Ellers morer jeg meg over å si noe med preg av fullt alvor, men så er det bare tøys. Ikke alle forstår det, men jeg kan jo ikke begynne å forklare. Jeg kan også lett «snuble i mine egne ben»; det ler jeg av. Slik som da jeg sto i en dommerbåt under en regatta i Sverige. Jeg falt i vannet og rakk å tenke: Godt at det ikke var vår radio og megafon som ble ødelagt.

Mer rakk ikke Grete på tampen av intervjuet annet enn på epilog-vis å nevne at hun synger i kor. Vi kan bare ane hva slags verv og ansvarsområder hun der måtte ha med sin sonore alt-stemme.

Jahn Rønne

ROSJEFENS RAPPORT

2024-sesongen har vært en milepæl for Christiania-medlemmer både nasjonalt og internasjonalt, og jeg vet ikke om noen annen norsk klubb som har hatt en tilsvarende representasjon.

CR har vært representert ved både OL, Senior- og Junior-EM, U23-VM, Coupe de la Jeunesse, Baltic Cup, World Beach Sprints og i november, på Coupe de la Jeunesse Beach Sprints i Spania.

Seniorrepresentasjon:

- Inger Kavlie ble Europamester, tok medaljer i alle tre verdenscupene og nådde finalen i kvinnes dobbeltsculler i Paris som olympier.
- Birgit Skarstein vant sølv i Paralympics, beholdt sin tittel som europamester og tok medaljer i to verdenscuper.
- Jonathan Wang-Norderud og Marius Bjørn-Hansen Ahlsand ble valgt ut til U23-VM i St. Catharines, Canada, og deltok i firer uten styrmann (4-). De nådde nesten finalen og endte på en imponerende 8.-plass, etter en fantastisk sesong på Washington University hvor de vant NRA.
- Andreas Dugstad Sørskaa deltok i sitt første World Beach Sprints i Genova, som i seg selv var en stor opplevelse.

Juniorrepresentasjon:

- Mads Reite og Henrik Høeg ble valgt til juniorfirer (4x) og deltok i både EM og Coupe de la Jeunesse i juli.

- På Baltic Cup vant Henrik Høeg og Cornelius Orken bronse i toer (2x) og ble nummer seks i finalen i singelsculler (1x).
- Jentene var representert ved Ylva Dahl i W1x og Rakel Bryhni, Hedda Hjemdal, Marit Henden og Ann Yasuda (CR) i W4x.

Coastal:

- Andreas Dugstad Sørskaa representerte Norge i World Beach Sprints, og med juniorene Mads Reite, Benjamin Hagen, William Bakken og Cornelius Orken. Rakel Bryhni og Tora Mysterud er alle valgt til Coupe de la Jeunesse Beach Sprints i Spania i november.

Senior herrer:

- Fredrik Reite, Erik Vaktiskjold, Andreas Dugstad Sørskaa dannet en firer sammen med Oscar Gjerland fra Ormsund, og de konkurrerte i Bled International og Henley Royal Regatta i Prince of Wales Challenge Cup. Dessverre mistet Oscar kontrollen over åren i en ledende posisjon, noe som ga motstanderne seieren.

Innenlands:

- Vi vant nok en gang Emil Mørch-trofeet som Norges beste klubb på NM. Etter 22 års venting tok vi seieren i mennenes senior-åtter fra NSR, i tillegg til 4-, 4x, 2-, lettvekt 2x og junior 1x og 2x.
- Kvinnene gjorde det like bra med seire i 8+, 4x, 4-, 2- og Inger i 1x.



ROSJEFENS POKAL 2024 GIKK TIL OLINE SKORGEVIK

På UM tok vi åtte gull, og på World Masters vant vi tre klasser med Tone Pahle, Iver Høy og Øyvind Brøymer som gullvinnere.

Internasjonale prestasjoner:

- I november konkurrerte Mads Reite i Silver Skiff i Torino, Italia, med raskeste tid i J19-sculler.

Gjennom sesongen har vi hatt en bred spredning av seire i klubben: Juniorene vant 86 løp, seniorene 56 og masterne 22. Vi avslutter sesongen som toppklubb i Norge med over 162 seire og 1344 starter.

En takk: For å oppnå dette, har det krevd mye hardt arbeid fra mange. Jeg vil takke styret for kontinuerlig støtte til konkurransegruppen, trenerteamet Sigurd

Gullerud, Kaspar Taimsoos, Kieran, Jocye, Emil Johansen, Håkon Vengnes, Esther Verburg, Martha Knutzen Helgeland Lande, Andreas Dugstad Sørskaa og Per Andersen for deres tålmodighet og støtte. Takk til Grete Isachsen Stokke for hennes fremragende innsats som viserosjef og til Jan Wang-Norderud for hjelpen. Til slutt, takk til alle utøvere for deres fantastiske prestasjoner.

For meg er dette mitt siste år som rosjef. Det er på tide å la noen andre ta over, og jeg ønsker dem lykke til i fremtiden. Rosjef-prisen i år går til Oline Skorgevik, med 23 åpne seire gjennom sesongen.

James Wilson

MATERIELLSJEFENS BERETNING 2024

Båtparken vår og bruk av båter

Ved utgangen av sesongen har klubben hele 95 robåter i sitt eie. 77 av disse er race-båter og er normalt stasjonert i båt-huset på Bogstad, mens vi på Kongen har ni rene tur-båter og ni coastal-båter som blir brukt både til trening, turroing og konkurranser, blant annet i NM-Coastal der CR var medarrangør, største klubb og høstet en rekke medaljer.

Det er registrert 1179 ro-økter på Bogstad og 454 på Kongen for denne sesongen. Samlet blir dette 3442 «seter». I tillegg til å gi en pekepinn på aktivitetsnivået i klubben, er båtstatistikken et veldig nyttig verktøy når utvikling av båtparken skal planlegges. Vi håper derfor alle er nøye med å føre inn alle ro-økter i protokollen. Ta gjerne med konkurransedager også!

Reparasjoner og vedlikehold

I løpet av sesongen 2024 har vi dessverre opplevd en god del skader på race-båtene. Dette har dels skyldtes kollisjoner og grunnstøting ved inn-/ut-roing på Bogstad, og dels vært uhell under bæring av båter. De fleste av disse er reparert lokalt, enten hos Svein Thøgersen, eller med god hjelp av Sigurd Gullerud. Én nyere dobbeltsculler har fått en større skade i baugen etter kollisjon på Bogstad. Den vil bli sendt til leverandøren for reparasjon. Vi fikk også en alvorlig skade på 256-Helge Bjonge-II som følge av

vanninnsig og frost på Bogstad. Denne båten er reparert hos Empacher og er solgt videre.

Alle typer skader er kostnadsdrivende. Dette går på bekostning av midler til nyinnkjøp, vanlig vedlikehold og andre aktiviteter, og legger beslag på mye tid for de som organiserer reparasjoner og oppfølging. Vi oppfordrer derfor nok en gang alle våre roere til å ...

- Vise aktsomhet ved bæring og håndtering av båter på land, særlig når båter tas ned eller legges opp på hylleknektene. Særlig på Bogstad er dette viktig da det er ganske trangt der.
- Følge trafikkreglene ved all roing og være spesielt oppmerksom i området nær bryggene på Bogstad.
- Gjør seg kjent med sikkerhetsreglementet og følg dette.

Utover dette har det vært normalt vedlikehold og ingen større utfordringer. En stor takk til Sigurd og James, som har vært sentrale i organisering av reparasjoner.

Kjøp og salg av båter og båtmateriell

Det har vært solgt en god del båter i år. Dels er dette gjort for å støtte normal oppgradering og fornying av båtparken, dels for å støtte et behov for å konsentrere båtparken om færre produsenter.

Følgende båter er dermed gått ut i løpet av 2024 (anskaffelsesår i parentes):

- 244-Øyvin Brøymer, 1x Empacher (1986)
- 256-Helge Bjonge II, 4x Empacher (1993)
- 271-Kristine Klaveness, 2x Janousek & Stämpfli (1997)
- 275-Janka Nakken, 1x Janousek & Stämpfli (1999)
- 298-Erne Clark, 1x Malewi (2006)
- 301-Ketil Rønne, 1x Wudi (2006)
- 303-Hans K. Fleischer 1x Wudi (2006)
- 304-Jan Søderstrøm, 2x Wudi (2006)
- 306-Christian L. Jensen, 2x Wudi (2006)
- 357-Gunnar Fredrikson, 2- Janousek & Stämpfli (2017)
- 358-Erik Pran, 4- Janousek & Stämpfli (2017)

Ved nykjøp av båter fokuseres det nå på tre produsenter, WinTtech, Filippi og Empacher. Årer hentes fra Concept2.

Ved åpningen i 2024 ble disse nyinnkjøpte båtene døpt:

- 380-Anna Brown, 2x Wintech
- 381-Ragnhild Bruusgaard, 2x Wintech
- 382-Jonathan Wang-Norderud, 1x Wintech
- 383-Marius Bjørn-Hansen Ahlsand, 1x Wintech
- 385-Eivind Eckbo, 4x Empacher
- 386-Morten Flood, 4x Empacher

I tillegg er det innkjøpt én Empacher 1x som har vært rodd av Inger Kavli under

trening og konkurranse denne sesongen, denne ble ikke døpt da den ble rodd under forbundets flagg.

Utvikling av båtparken

Det er i skrivende stund én Empacher 4x på vei inn samt en Empacher 2x og hele fire nye Wintech 1x. Én av disse er superlettvekt/dame, resten er tungvekt. Det også under bestilling en Tur&Mosjon 4x. Alle disse forventes å være klare til bruk innen åpningen 2025.

Finansieringen av disse båtkjøpene har, foruten gjennom inntekter etter salg av brukte båter, i stor grad kommet på plass gjennom et iherdig søknadsarbeid anført av Tone Pahle og Marianne Berge-Madsen. Dette, sammen med velkomne gaver fra velbeslåtte roervenner, har gjort at den totale belastningen på klubbens budsjett har vært håndterbar.

Det foreligger for øvrig en god plan for utvikling av båtparken fram mot neste sesong. Vi kan altså nok en gang glede oss til åpning av ro-sesongen med dåp av flere nye båter! Følg også med på klubbens Facebook-side og hjemmeside for oppdatert informasjon om båter til salg, da vi vil frigjøre en del eldre båter fra Bogstad for salg. Husk at medlemmer har forkjøpsrett.

*Espen Riktor
Materiellsjef*

BÅTSTATISTIKK

Båtbruk siste fem år

ANM.	NR	BÅTNAVN	TYPE	2024	2023	2022	2021	2020
	300	Bogstad	8+	7	18	6	14	5
	320	Christiania	8+	4	7	13	9	8
	375	Stein Randsborg	8+	16	24	8		
	290	Bernt Fossum	4x-4-	32	26	13	7	16
Masters	296	Nils Petter Lilledal	4x-4-	7	9	1	3	8
Masters	314	Erling Storm	4x-4-	4	21	26	13	19
Masters	315	Thilde D Stray	4x-4-	7	25	30	15	13
	321	Thor Nilsen	4x-4-	16	0	11	10	17
	324	Bjørn Lundiin	4x-4-	10	4	7	13	9
	350	Sigurd Gullerud II	4x-4-	18	21	6	3	8
	355	Christoffer Hannevig	4x-4-	4	12	34	38	21
Solg sept	358	Erik Pran	4x-4-	1	5	3	1	28
	370	Tone Pahle	4x-4-	3	3	41	28	
	374	Grete Stokke	4x-4-	45	23	14		
	377	Ole Sverre	4-	15	6			
Masters	248	Odd Hansen	2X/-	34	32	46	42	24
	259	Thor Westlie	2X/-	23	6	4	13	23
	274	Sigurd Gullerud	2X/-	11	11	9	6	9
Masters	277	Jan Hultgren	2X/-	36	37	14	16	5
	282	Charlotte Morsund	2X/-	9	0	5	7	10
Solgt sept.	304	Jan Söderström	2X/-	13	15	46	12	25
Solgt okt	306	Christian L. Jensen	2X/-	1	1	10	1	0
	310	Martha K Helgeland	2X/-	16	9	14	14	20
	318	Marianne F Nordahl	2X/-	3	10	8	3	8
	325	Nina Mjaaland	2X/-	2	3	8	10	24
	326	Torill Wraalsen	2X/-	3	3	2	0	7
	327	Katinka Sundnes	2X/-	20	7	0	5	37
	334	Anniken Ellingsen	2X/-	11	2	4	15	2
	339	Lars Jørgen Jensen	2X/-	0	0	0	8	9
	340	Jan Oldenburg	2X/-	2	11	8	33	12
	344	Øivind Haraldsen	2X/-	46	12	2	0	6
	349	Andrea Alveborn	2X/-	4	8	11	19	11
Solgt sept.	357	Gunnar F.W.Fredrikson	2X/-	3	7	9	5	13
	360	Marianne Madsen	2X/-	25	5	5	5	24
	361	Camilla Kox Wold	2X/-	6	8	5	13	13
	362	Jon Mobråten	2X/-	1	4	1	5	15
	366	Marie Lindvik Jørstad	2X/-	9	14	32	10	49
	371	James Wilson	2X/-	7	7	36		
	378	Espen Riktor	2-	10	17			
	379	Trond Bjerke Johannessen	2X/-	1	2			
	380	Anna Brown	2X/-	9	0			

ANM.	NR	BÅTNAVN	TYPE	2024	2023	2022	2021	2020
	381	Ragnhild Bruusgaard	2X/-	18	0			
	384	Andreas Dugstad Sørsgaard	2X	12				
Solgt mai.	244	Øyvind Brøymer	1X	0	6	11	8	1
	250	Helge Dalset	1X	14	2	1	7	10
	254	Tine Heien Larsen	1X	9	14	23	6	32
	260	Inger Johanne Gresslien	1X	9	0	16	3	21
	266	Per H Ihlen	1X	22	9	9	9	15
	270	Jarle Roti	1X	20	7	8	32	50
Solgt sept.	275	Janka Nakken	1X	3	2	3	27	11
	276	Esther Verburg	1X	34	11	3	29	3
	278	Jostein Greve	1X	34	11	8	4	11
Kravel	285	Leif Wahlund	1X	0	0	0	0	0
	287	Petter Narvestad	1X	10	30	0	4	5
	291	Øyvind Wøllo	1X	28	5	0	1	1
	292	Anders Værang	1X	11	0	14	11	14
	299	Maren Sandbu	1X	4	19	1	0	6
	309	Hans Engebretsen	1X	5	3	2	14	8
	311	Tore Andersen	1X	4	9	46	4	9
	313	Veronika Vogler	1X	20	3	14	1	12
	319	Kjell Emblem	1X	5	18	34	41	2
	328	Maiken Hertzum	1X	30	10	19	12	39
	333	Jahn Rønne	1X	18	11	7	5	6
	335	Melanie Kirmess	1X	31	29	14	17	24
	346	Birgit Skarstein	1X	2	63	24	25	30
	347	Peik Ellingsen	1X	24	6	30	38	40
	348	Svein Moldestad	1X	37	29	22	14	44
	351	Magnus Berg	1X	11	4	2	2	27
	352	Andelslaget	1X	32	20	37	14	18
	353	Torstein Rekkedal	1X	14	10			
	356	Laila M. Thomassen	1X	21	1	5	1	60
	359	Johanne Asakskogen	1X	4	2	48	6	27
	363	Inger Kavlie	1X	6	0	0	1	1
	365	Baker Hansen	1X	65	52	23	11	
	367	Agnethe Berentsen Harket	1X	25	8	11	16	
	369	Tor Ahlsand	1X	22	2	4	34	
	372	Kristoffer Lorentzen	1X	4	13	7		
	373	Ivar Kristiansen	1X	0	0	5		
	382	Jonathan Wang-Norderud	1X	45	0			
	383	Marius Bjørn-Hansen Ahlsand	1X	32	1			
	387	(disp. Inger Kavli)	1X	0				
	307	Sig.Bergersen.dy	4X-innr	11	16	15	8	9
	336	Nitti	4XC	4	11	8	8	3
	279	Annelise Hem	4X 3/4	21	31	53	21	23

ANM.	NR	BÅTNAVN	TYPE	2024	2023	2022	2021	2020
	283	Stein Mørk	4X 3/4	59	54	51	40	45
	284	Pål Svensson	4X 3/4	52	63	56	29	42
	312	Per Arne Holmann	2X 3/4	2	4	7	0	8
	316	Irene Kåsa	2X-expl	0	3	8	5	0
	323	Pernille Pihl	2X-expl	15	10	2	0	10
	330	Kjersti Elvestad	2XC	37	28	21	25	25
	338	Asbjørn Løken	2XC	65	15	40	28	48
	343	Erik Osvoid	2XC	8	35	18	69	29
	345	Tore Lysdal	2XC	57	53	43	81	21
	317	Lars Jensen	1X-expl	2	4	7	3	10
	322	Nina Samuelsen	1X-expl	19	28	16	8	21
	331	Per Gustavsen	1XC	0	10	1	1	11
	341	Evi Zouganeli	1XC	0	1	1	43	47
	364	Snorre Söderström	1XC	34	34	56	115	90
	376	Sivert Kalvik	1XC	68	48			

Mest benyttet i 2024 (antall roere)

NR	BÅTNAVN	TYPE	TURER	SETER	GRUPPE
283	Stein Mørk	4X 3/4	59	295	Tur og mosjon
284	Pål Svensson	4X 3/4	52	260	Tur og mosjon
374	Grete Stokke	4x-4-	45	180	Aktive
375	Stein Randsborg	8+	16	144	Aktive
338	Asbjørn Løken	2XC	65	130	Tur og mosjon
290	Bernt Fossum	4x-4-	32	128	Aktive/Masters
345	Tore Lysdal	2XC	57	114	Tur og mosjon
279	Annelise Hem	4X 3/4	21	105	Tur og mosjon
344	Øivind Haraldsen	2X/-	46	92	Aktive/Masters
330	Kjersti Elvestad	2XC	37	74	Tur og mosjon
350	Sigurd Gullerud II	4x-4-	18	72	Aktive
277	Jan Hultgren	2X/-	36	72	Aktive/Masters
248	Odd Hansen	2X/-	34	68	Aktive/Masters
376	Sivert Kalvik	1XC	68	68	Tur og mosjon
365	Baker Hansen	1X	65	65	Aktive
321	Thor Nilsen	4x-4-	16	64	Aktive/Masters
300	Bogstad	8+	7	63	Aktive/Masters
377	Ole Sverre	4-	15	60	Aktive
307	Sig.Bergersen.dy	4X-innr	11	55	Tur og mosjon
360	Marianne Madsen	2X/-	25	50	Aktive

Samlet bruk pr. båttype

RACEMATERIELL	2024	2023	2022	2021	2020
8+	27	49	27	30	19
4x/4-	162	167	190	168	159
2x/2-	335	245	329	288	376
1x/1-	655	456	494	420	596
Antall turer	1179	917	1040	906	1150
Antall seter	2216	2055	2155	1938	2155
T/M MATERIELL	2024	2023	2022	2021	2020
4x	147	175	183	106	122
2x	184	148	139	208	141
1x	123	129	131	233	278
Antall turer	454	452	453	547	541
Antall seter	1226	1300	1324	1179	1170

Båtpark ved utgangen av sesongen

BÅTTYPE	2024	2023	2022	2021	2020
Race 8+	3	3	4	3	3
Race 4X/4-	12	12	14	14	14
Race 2X/2-	24	25	26	28	27
Race 1X	36	37	37	40	41
T/M 4X 3/4	3	3	3	3	3
T/M 4X innrigger	1	1	1	1	1
T/M 4X coastal	1	1	1	1	1
T/M 2X 3/4	1	1	1	1	1
T/M 2X explorer	2	2	2	2	2
T/M 2X coastal	4	4	4	4	4
T/M 1X coastal	4	4	5	5	5
T/M 1X explorer	1	1	2	2	2
Samlet antall	92	94	100	104	104



UNITED PRESS
TIPOGRAFIJA

**MED PRESS
PÅ KVALITET
OG PRISER!**

KONTAKT OSS FOR TILBUD I DAG:
SALG@UNITEDPRES.NO



EN CR-BÅT MED NYTT LIV PÅ SKJÆLØY



PENSJONISTEN FÅR SPABEHANDLING

EN CR-BÅTS PENSJONISTLIV

Jeg er en singel Eurodiffusion coastal-båt, båt nr. 337 i klubben, døpt *Torill Enersen* i 2013. De første årene ble jeg brukt på Kongen, men etter hvert ble det mest stilleligging på båtstativet. Kanskje skyldtes det mitt rykte for å være litt vanskelig å styre?

Høsten 2023 ble jeg lagt ut for salg. Melanie, en tur- og mosjonsroer som ønsket seg båt på hytta, oppdaget meg. Etter nøye inspeksjon og noen referanse-samtaler sa hun et begeistret "JA". Det kilte i baugen av spenning – hvor skulle jeg nå?

På grunn av is og snø ble jeg liggende på Kongen vinteren over, men pinsen 2024 kom jeg endelig av gårde til Østfold, surret godt fast på en båthenger. På Skjæløy fikk jeg en vask, riggene på plass og min første prøvetur på grunt vann. For en ny verden!

Holmer, langgrunne strender og Oslo-fjorden full av muligheter ventet.

Melanie ga meg også en spahelg, der jeg ble vasket, polert og fikk ny glans. Årene mine fikk oxfordblå maling, og jeg følte meg som ny. Selv om det krever innsats å komme opp og ned av vannet, er det verdt det. Jeg har vært på tur til Engelsviken, Larkollen og Rødskjær, og har min egen *robane* ved stranden på vindfulle dager.

Livet som pensjonist er herlig! Jeg har vært mer på vannet enn på lenge, blir beundret av forbipasserende, og flere har prøvd å ro meg. Spesielt gøy er det å ha med 8-åringen som cox på korte turer eller å ro side om side med guttegjengen på SUP-er. Til våren venter enda en stor begivenhet – jeg skal adles og bli en *Blue Lady*.

Melanie Kirmess

KJELLER TEKNOLOGIPARK

ETABLERT 1990

Kjeller teknologipark er en del av Forskningsparken Lillestrøm Kjeller og består av totalt fire bygg på tilsammen ca 14.000 m². Området er regulert for å kunne oppføre enda ca 10.000 m² kontorlokaler.
Adresse: Instituttveien 6, 8 og 10, 2007 KJELLER

KONTAKT:
Obroymer@online.no
P. Boks 98 Skøyen, 0212 Oslo



GLAD MASTERGJENG
I BRANDENBURG.



MICHAEL GEIER, ÅRETS SUPERMASTER PÅ LANDSBASIS I 2024. 18 STARTER TOTALT. OG MOTTAKER AV CRS MASTER-POKAL 2024 FOR FREMRAGENDE PRESTASJONER.

MASTERRAPPORT 2024

Det har i alle mine år som masteransvarlig i CR vært «verdensmesterskapet», World Rowing Masters Regatta, som har vært hovedmålet for de fleste. På tross av mine anstrengelser for å motivere til deltakelse, ble det ingen masterroere fra CR som valgte å delta i fjor. Da var regattaen lagt til Sør Afrika. Interessen for årets regatta i Brandenburg utenfor Berlin var derfor enda større enn vanlig og det store målet for de fleste. Sesongoppkjøringen begynte som vanlig, umiddelbart etter siste roddag med opplegg for sirkeltrening og ro- og vekttrening gjennom sesongen.

Det fine med vintersesongen er at masterroerne og tur- og mosjonsroerne trener sammen på Kongen. For mer samvær mellom gruppene hadde det egentlig vært fint om flere av roerne på Kongen også deltok i masterregattaer og rodde noe på Bogstad; og omvendt, at flere masterroere også rodde fra Kongen fra tid til annen. Vintersesongen ble avsluttet med Concept Maraton, der det ble rodd 5 000m, 10 000m og halvmaraton, med deltakere både fra mastergruppen og tur- og mosjonsgruppen.



GULL SMAKER GODT; ØYVIN, INGEBORG OG TRULS



SØDER, DEN GLADE HJELPER



MASTERDAMER PÅ BOGSTAD; ANITA, INGEBORG, RAGNHILD, JANNE, ELISABETH D OG MARIT



GLADE MASTERDAMER



NM COASTAL: LARS, MICHAEL OG ERLING



MASTERHERRER I DRAMMEN



NM COASTAL: MICHAEL OG ELISABETH B2X MIX

Vinteren 2024 var kald og isen lå lenge på Bogstad. Likevel stilte CR-masterroerne både herre- og damelag, samt noen i kombinasjonsbåt i Drammen River Cup allerede 20 april. Det til tross for at sesongen ikke var begynt på Bogstad. Begge lagene vant. I herrebåten satt Petter, Lars, Erik og Michael. Damelaget bestod av Anita, Janne, Ragnhild og Ingeborg.

Som masteransvarlig har jeg prøvd å motivere masterroere til å starte i flere regattaer i Norge. Etter hvert har det hatt en effekt. Videre utover i sesongen var CRs masterroere representert i de fleste regattaene på Årungen og Kjørbo. Damelaget har vært med i mange regattaer. Litt synd at de ikke har flere damelag å konkurrere mot i de nasjonale



RAGNHILD OG INGEBORG



ØYVIN OG IVER



TRULS OG TORSTEIN



VINNERE AV MASTER CUP 4X



WMR: DANSK/NORSK 4X MIX: MERETE BOLDT, TONE PAHLE, STEIN HOFF OG SVEND AAGE NIELSEN



WMR 4X VINNERE: IVER HØY, ØYVIN BRØYMER, PÅL SANDLI OG STEIN HOFF



regattaene. Både på grunn av mange starter og gode resultater ble de i år som i fjor, vinnere av Mastercupen. De to herrelagene med «yngre» og «eldre» herrer fikk også gode plasseringer i Mastercup. Deltakelsen i Norge ga mange gode plasseringer og seire. Det kan nevnes at Iver vant singelsculler både i CR-regattaen og på Tunevannet. Iver og Øyvinn vant begge dobbeltscullerløpene, samt dobbeltfirer med Helge og Torstein i CR-regattaen, og dobbeltsculler på Tunevannet.

Vi deltok også med noen masterroere på Kjørbosprinten i kretsmesterskapet. Torstein ble med god hjelp av handicapreglene kretsmester i singelsculler og også i dobbeltfirer med Jon, Truls og Gerhard. Michael og Nicolay tok en fin seier i dobbeltsculler på søndag, men det var ikke kretsmesterskap.

CRs mastere gjorde det godt i Coastal-NM. Michael tok med seg seks seire; begge singelløpene og i de fire dobbeltscullerløpene med henholdsvis Elisabeth Bjørne og Lars.

Med god grunn ble Michael kåret til årets master i Norge basert på antall starter, der han var suveren med 18 starter i norske regattaer, dobbelt så mange som nestemann på listen. Iver og Torstein kom på tredje plass med åtte starter. Michael ble også masterroeren i CR med flest seire totalt og ble vel fortjent tildelt årets masterpokal.

Vi var over 20 masterroere som dro til World Masters Regatta i begynnelsen av

september. Peik Ellingsen og Lars Kavli kjørte en full henger med CR-båter og bisto roerne underveis i regattaen. Det ble en stor regatta med nesten 5000 deltakere fra over 50 land. Det er et imponerende arrangement med ny start med opptil åtte lag hvert tredje minutt fra onsdag til og med søndag.

CR var som vanlig blant klubbene med flest deltakere og flest starter. Det kan bli store avstander på land i et så stort arrangement, så det ble langt å bære båter, spesielt på ankomst- og avreisedagene, men også i forbindelse med løpene. Dagene ble preget av mye skiftende vær og til dels mye vind. Deler av Europe var samme uke truffet av storm og den største flommen på mange tiår. På fredag ble det målt opptil 14 sekundmeter på robanen, og siste del av dagen ble avlyst av sikkerhetsgrunner da flere båter sank på vei til start. Avlysningen skjedde mens tre CR dobbeltscullere i klasse I (75-79 år) lå klart til start, mens Tore og Jahn var fornuftige nok til å ro til land før båten sank. Ellers ble regattaen gjennomført på en helt utmerket måte. Vi fikk mange gode resultater med tre seirende båter med CR-roere. Iver vant singelsculler, Iver og Øyvinn seiret i dobbeltfirer sammen med våre venner i Drammen, Stein Hoff og Pål Sandli, som for øvrig også er CR-medlemmer. Og Tone vant mix dobbeltfirer i et kombinasjonslag. Både roere og transport kom seg trygt hjem med gode minner fra en flott regatta.

Masterroerne kan se tilbake på en fin sesong med mange opplevelser og gode

resultater. Nytt i år har vært at vi har fått instruksjon på vannet på Bogstad. Det har vært en flott erfaring, og mange har opplevd det som svært nyttig. Stor takk til instruktørene ledet av Per Størseth. Vi har lært mye som vi kan ta med oss videre.

Roere som har rodd i masterregattaer for CR i løpet av 2024:

Jan Bengtson, Øyvind Brøymer, Gerhard Dürbeck, Stephan Wold Eide, Morten Flood, Michael Geyer, Petter Hagen, Jon Helgeland, Iver Høy, Lars Jensen, Paal Jonassen, Nicolay Jørgensen, Christian

Kersten, Truls Lindemann, Tore Lysdahl, Erik Magnuson, Helge Refsum, Torstein Rekkedal, Espen Riktor, Jahn Rønne, Kjetil Undseth, Erlend Wermskog. Elisabeth Bjone, Anita Brox, , Ragnhild Bruusgaard, Elisabeth Danielsen, Kjersti Elvestad, Melanie Kirmess, Ingeborg Lønning, Tone Pahle, Marit Riktor, Janne Spilling, Ulla Stang.

Torstein Rekkedal



WMR CR 8+, MED LITT HJELP FRA DRAMMEN



FORNØYD IVER ETTER GULL I 1X



VÅRE TROFASTE SJÅFØRER. STOR TAKK TIL PEIK OG LARS



WMR CR 8+ MIX



YSA DESIGN
ARCHITECTURE & INTERIORS



Project: Seabourn Sojourn

Designing Spaces on Land & Sea

Our skilled team of architects and designers combine Norwegian expertise with global perspectives to craft timeless spaces that inspire journeys, balance creativity with sustainability, and deliver impeccable results.

Contact Us
post@ysa.no
ysa.design



Frognerstranda 2
0250 Oslo
Norway



REKEAFTEN PÅ KONGEN

Rekeaften på Kongen er klubbens årsfest. I over 140 år har unge og gamle medlemmer samlet seg i klubbhuset til festmiddager, og årets utgave skuffet ikke. Over 90 medlemmer og gjester møttes til velkomstchampagne og hyggelig ro-prat på Toppen, før middagen i peisestuen.

Styreleder Petter Hagen slo høytidelig på skipsklokken og ønsket velkommen til årets store klubbmiddag, før seremonimester Bjørn tok styringen – en rolle som ble alt annet enn rolig med mange taler og andre innslag. Morten Flood fikk heller ikke sitte i fred. I sin rolle som forsanger ble stemningen løftet. "Ingen Morten – ingen morsom sang", sies det, og denne kvelden beviste han igjen hvorfor.

Det hele startet dog med et snev av forvirring, da noen juniorer forsvant med bongene til vinen. Heli og Atle fikk seg en liten stressøvelse, men likevel gjennomførte de kvelden med glans. Det ligger god planlegging i en så hyggelig klubbmiddag.

Flere seniorer hadde meldt forfall, men nye roere tok ansvar og sørget for god gammel stemning. Etter middag fyltes Pokalværelset til trengsel med kakesultne deltakere fra alle aldersgrupper. Slipset var stramt knyttet, kjolene glitret, og den formelle stemningen løsnest sakte, men sikkert, utover kvelden.

Ingen rekeaften er komplett uten historier fra årets sesong og fra klubbens rike historie. Blant høydepunktene var jentenes dominans i årets NM og guttenes etterlengtede seier over NSR i åtter – en triumf som fikk taket til å løfte seg i et jubelbrøl som visstnok rystet de røde på den andre siden av Frognerkilen!

Benjamin, Tora og Rakel imponerte med sine bordtaler, hvor de takket klubben for all hjelp og trenerne for innsatsen gjennom hele sesongen. Øyne ble blanke, og da Trond holdt en lyrisk hyllest til klubben, kunne en tåre skimtes i øyekroken til gamle mestere.

Bjørn Lundiin tok oss tilbake til gamle storhetstider med en historie fra Henley. Salen måpte da han viste frem et gratulasjonstelegram fra Kong Olav som laget mottok før en legendarisk semifinale i Wyfold Cup i 1965 der CR vant på ny banerekord.

Stein Mørk, som vikarierte for tur- og mosjonslederen, delte ut premier til turroerne med imponerende distanser – flere hadde rodd over tusen kilometer. Nybegynner Julia Bisowska og Elisabeth Bjone toppet listen, men øverst troner Stein selv med over 2400 km.

Jan "Søder" Søderstrøm fikk æren av å dele ut en hederspokal til årets beste



kvinnelige roere, Inger Kavlie og Birgit Skarstein. Å ha to jenter i OL-finalen er nesten for godt til å være sant, men CR har en stolt tradisjon for å produsere topproere, takket være dedikert innsats siden 1970-tallet. Pokalen er preget med navnene til klubbens tidligere olympiere: Lisa Scheibert, Tone Pahle og Kristine Klaveness.

Birgit fikk ellers stor oppmerksomhet gjennom kvelden – både for sin takketale og for spørsmål fra nysgjerrige festdeltakere som ville vite mer om trenings-

rutiner (eller kanskje sikre seg en dans med en OL-mester).

Inger ble intervjuet av Bjørn og fikk spørsmål som fikk henne ut av balanse, men Inger kantrer aldri!

Til slutt takket klubbens leder for maten og roste huskomiteen og de mange ildsjelene som gjør klubbens drift mulig.

Men kvelden var langt fra over. Når dansen på Toppen til slutt ebbet ut, er det ingen som kan huske.



INGER OG BIRGIT

DAMEPOKALEN 2024

Jan Robert Søderstrøm, kjent som "Søder," har skjenket en imponerende sølvpokal til Christiania Roklub: Dame Pokalen. Det ble bestemt at Dame Pokalen skulle deles ut i OL-året 2024.

Christiania Roklub hadde to sterke kvinnelige representanter under OL i Paris 2024.

Birgit Skarstein, tidligere europamester, verdensmester og OL-mester, rodde inn til sølv i Para 1x.

Inger Seim Kavlie, klubbens super-stroke, og Thea Helseth fra Ålesund RK, kvalifiserte seg til OL-finalen i dobbelt-sculler. Sammen ble de også europamestere og vinnere av verdenscupen i 2024.

Klubben har tidligere hatt tre kvinnelige OL-roere: Tone A. Pahle, Lisa Scheibert og Kristine Klaveness. I tillegg markerer 2024 snart 50 år siden Christiania Roklub

åpnet dørene for kvinnelige medlemmer. Den første var Gudrun Fredrikson, som kom fra Oslo Kvinnelige Roklubb i Bestumkilen. Gudrun var gift med klubbens legendariske roer, cox og trener, "Fredrik".

For å hedre årets kvinnelige OL-roere, de tre tidligere kvinnelige OL-roerne, og for å markere jubileet for kvinnelige medlemmer i klubben, besluttet styret og kapproingsutvalget å feste en sølvplatte på damepokalen.

Under årets Rekeaftern, i en kveld preget av jubel og applaus, ble Dame Pokalen høytidelig annonsert av giveren "Søder" og overrakt til Birgit og Inger, som begge har levert en fantastisk sesong.

«Det er mitt ønske og håp at pokalen vil være til stor inspirasjon og motivasjon, og en viktig faktor for samhold og glede i klubben», sier Søder.



ET MAGISK ØYEBLIKK PÅ ROTSEE – CR's VM-FIRER FRA 1974

For femti år siden rodde en klubbfirer fra Christiania Roklub seg inn i historie-bøkene med en VM-finale på legendariske Rotsee i Luzern.

I år, et halvt århundre senere, møttes de fire lagkameratene igjen – denne gangen som tilskuere på samme sted, for å markere begivenheten og gjenoppleve minner fra den uforglemmelige rosesongen i 1974.

Rotsee ligger der like majestetisk som før, omkranset av spisse alpetopper og den pittoreske byen Luzern, som ser nesten uforandret ut. Det samme kan sies om laget – fire roere, nå med livets erfaringer, men fremdeles med gløden for rosporten. Sammen satt vi på tribunen og fulgte entusiastisk med da CRs beste kvinne, Ingrid Kavlie, rodde dobbeltsculler under årets World- Cup regatta.

1974 markerte slutten på en intens femårsperiode for fireren. Vi hadde rodd sammen nesten hver eneste dag, gjennom høst, vinteren, vår og sommerens

regattaer. Roingen var ikke bare en hobby; det var en livsstil. Etter VM spredte livet oss til ulike studier og jobber på flere kontinenter, og selv om vi fortsatte å ro, nådde vi aldri igjen det nivået vi hadde i 1974-sesongen. Vi fortsatte å vinne mye, men åretakene savnet millimeterpresisjon, og båten løp ikke lenger like lekende lett over vannet, finishen satt ikke som et unisont knallskudd. Men minnene fra den supersesongen lever videre som en del av oss.

Historien begynte på slutten av 1960-tallet, da norsk roing opplevde en gullalder under ledelse av Thor Nielsen og teknikktrener Asbjørn Løken. Da Asbjørn startet som trener i CR, oppdaget han oss – et ungt guttelag som trente ivrig etter skoletid. Han så potensialet og viet all sin energi til å forme laget til en firer. Perfekte rotak ble meislet inn fra den første treningen, gjennom vinterens bassengtreninger i Vestkantbadet og ut i fjorden om våren.

Asbjørn var mer enn en trener – han var den femte mann i båten som alltid var



med. En som innførte unike øvelser som roing i blinde under langturer inn Bunnefjorden og balanseøvelser med skværet åre opp langs Nesoddlandet. Øvelsene terpet bort unøyaktigheter og utviklet en unik timing. «Roing er kunsten å repetere det perfekte rotaket,» pleide han å si. Og sakte, men sikkert ble vi en enhet – en firer som rodde som én. Starttreningen var ofte en del av programmet – ingen slo oss noen gang ut fra start.

Vi begynte å vinne. Seire i Norge og Sverige ga oss selvtillit, og snart var vi Norges mestere i både firer og åtter. Den internasjonale sesongen startet i Ratzeburg det året, der vi stilte med en splitter ny båt takket være generøse støttespillere. Senere, i Duisburg, kvalifiserte vi oss til VM etter et intenst løp mot Storbritannia. Da visste vi at vi kunne slå alle de beste – og vi gledet oss til VM.

VM på Rotsee samlet verdens 12 beste lettvektsfirere. Etter å ha kjempet oss gjennom oppsamlingsheatet, sto vi klare i finalen. Dessverre ble Morten syk, og med bare tre fullt opplagte roere visste vi at seieren var utenfor rekkevidde. Likevel bestemte vi oss for å nyte øyeblikket. Finalen var en drøm som gikk

i oppfyllelse – en intens kamp der vi, som vanlig, ledet ut fra start. Feltet var samlet til siste meter, og vi endte på sjetteplass i det som var en av de jevneste finalene i VM-historien.

Når vi ser tilbake på hva vi oppnådde, handler det ikke bare om resultatene, men om reisen. «Det var hard trening og lagånd som gjorde oss sterke,» sa Jens. Helge fremhevet den tekniske perfektjonen vi oppnådde og at vi rodde fireren som raskest på 6,15 i trebåt og treårer. Morten mente at daglig trening var avgjørende og at vi ofte trente åtter. Bjørn tilføyde at åttertreningen var en fin avveksling i treningen og at den på det raskeste gikk på 5:50 – en tid som gjorde den til Nordens beste og som hadde gitt norgesmesterskap de senere årene.

I dag står CR-firerens VM-finale i 1974 som et magisk øyeblikk, om hva som er mulig med lidenskap, målrettet arbeid og et uovervinnelig samhold. Det er en historie som kan inspirere nye unge roere.



Jens Petter Tronskar, Helge Bjonge,
Morten Lindholt, Bjørn Lindholt



T&M-SESONGEN 2024

2024 har vært en god sesong for T&M, med godt oppmøte spesielt på vårparten. En av gledene i vårt miljø er å dele ro-opplevelser med mastergruppen, som ror på fjorden før Bogstadvannet tiner, og som ofte returnerer på høsten etter de viktigste regattaene. Dette gjør oss til en stor og mangfoldig gruppe.

Kjernen består av 30–40 aktive T&M-roere, hvorav 12–18 vanligvis er på vannet samtidig. Vi har et variert utvalg av båter, og prioriterer lagbåter før vi fyller opp med single- og dobbeltscullere.

Ukens faste økter

Tirsdager er dedikert til roglede, med fokus på turer og hyggelige pauser rundt om i fjorden. Torsdagene er derimot mer fleksible, med kortere økter. Her ser vi potensial for å øke treningsintensiteten, slik at de som ønsker kortere og mer effektive treningsøkter får bedre utbytte. Dette blir et satsingsområde for 2025.

Lørdagsturene er sesongens perler. Det stille vannet på vei ut fra Kongen før fritidsbåtene våkner, skaper uforglemmelige ro-opplevelser. Returen kan være mer utfordrende, men uansett gir disse turene balsam for sjelen.

Roskole og nyrekruttering

Årets roskole ble gjennomført i mai, med yngre trenere som tok ansvar sammen med Paul. Oppfølgingen med Jostein og Emil frem til sommeren ble også svært vellykket, og deltakerne har gitt rosende

tilbakemeldinger. Flere av de nye har blitt aktive i miljøet, og det er inspirerende å se dem delta i Coastal-NM eller oppnå imponerende kilometerstatistikker, som Julia – som også er intervjuet i denne årboken.

Regattaer

Vi har hatt en aktiv regattasesong, med deltakelse i blant annet Geita Rundt, Bleikøya Rundt, ARO-mila og Ulvøya Rundt. Medaljefangsten har vært god, og det er alltid hyggelig med sunn konkurranse mellom T&M og mastergruppen, som i Ulvøya Rundt. NM Coastal som Tønsberg og CR arrangerte i samarbeid, hadde også deltagere fra T&M både i båt og som støtteapparat. Et artig opplegg ble det under litt ulike forhold.

Årets ro-orientering strakk seg til ytterste post rundt Ramtonholmen, en distanse som mange opplevde som vel lang. Oslo Rokrets introduserte i år månedsposter, noe som fikk blandede tilbakemeldinger. Vi har videreformidlet våre erfaringer til kretsen.

Sikkerhet og sosialt

Sikkerhetskurs med Lars fra «Hodet over vannet» var en nyttig påminnelse om hvordan vi kan håndtere utfordrende situasjoner på vannet. Dette arbeidet må videreføres i 2025.

I tillegg til roingen har vi hatt sosiale arrangementer i peisestuen. Vi så filmen *The Boys in the Boat* på storskjerm

og ble inspirert av Ivar Kristiansens foredrag om hans rotur fra Skotland til Stavanger. En imponerende bragd av en roer som bidrar enormt til klubben.

Høydepunkter og tradisjoner

Superweekenden samlet oss til en intens helg der vi tok alle 30 postene på ro-orienteringen. 10 roere gjennomførte begge dagene og logget 115 km. Lørdag rodde vi til Steilene og Ommen før vi krysset over og tok Ramtonholmen som ytterste post. Søndag var det sivene i Bunnefjorden som gjaldt, og vi fikk en god pause på DNT Breivoll med bakverk og kaffe. Det er det stadig flere som deltar på «superweekend», og mange som klarer begge dagene. I år tok ti roere begge dagene og innkasserte alle postene og 115 km i tillegg. Til tross for slitne kropp er humøret på topp. Vi var heldige med været begge dager, og det var bare blide fjes å se.

Tradisjonene våre lever også sterkt videre:

- **17. mai-roingen**, hvor ror vi en runde i havnebassenget etter flaggheising og avslutter med kaker og is på Toppen.
- **St. Hans** er det også arrangement på Toppen, og i år var været godt så vi kunne sitte ute. Det ble servert deilig spekemat. Alle er vel enige om at man ikke kan feire på et bedre sted enn på Kongen.
- **Hvalbiff-roingen**, siste lørdag i sesongen, er blitt tradisjon med 21 roere. I år hadde vi også med oss Tim fra USA. Han la sin ferie til Oslo for å kunne være med og ro noen uker i høst.

Det har vært mange vindfulle turer i år også, så alt båtmateriellet har vært i bruk. Flere av oss har lært å coxe «Droget». Den tar bølgene godt når vi bare får den på vannet, men den er tung – med åtte bærere går det akkurat.

Materiellgruppen på Kongen har gjort en fremragende jobb med vedlikehold gjennom sesongen, småting og litt større ting er blitt fikset underveis.

Portugal-turen

25 T&M-roere dro til Porto i mai og rodde på Douro-elven. Turen var en opplevelse av de sjeldne, med vakker natur, sluser og deilig mat og drikke. Å ro i shorts og t-skjorte i mai var en luksus vi alle satte pris på.

Takk for sesongen

I T&M har vi et sterkt fellesskap og trives i hverandres selskap. Vi er en gjeng med ulike meninger om både turmål, distanser og ruter, noe som kan gjøre det litt utfordrende å holde styr på oss etter at vi har lagt fra brygga. Men i mål er alle like glade, og båtsjauen går raskt unna.

Takk til alle roere for en fantastisk sesong med flotte opplevelser både på vannet og på land. Vi ser allerede frem til nye eventyr i 2025.

Sissel Ose Pedersen



HVALBIFFGJENGEN PÅ REVIERHAVNEN KRO



BESØK FRA UTLANDET



KIERAN

Hei alle sammen

Tusen takk for at jeg fikk tilbringe tid i Oslo i år – dere tok imot meg med åpne armer! Det har vært en glede å få trene alle, fra U19-gruppen til herrene i 8+. Jeg er utrolig glad for at NM ble en så stor suksess for CR. Det var inspirerende å se hvordan alt det harde arbeidet dere har lagt ned, virkelig ga resultater. Fortsett å bygge på den positive utviklingen i

klubben – jeg gleder meg til å følge med på hva neste år bringer.

Hvis noen av dere noen gang ønsker å ro i New Zealand, er det bare å ta kontakt! Teamet hos Waikato Rowing Club elsker å få besøk fra roere rundt om i verden.

*Hilsen
Kieran*



MARIE-AMÉLIE

Kjære medlemmer av Christiania Roklub,

Tusen takk for at dere tok så godt imot meg og ga meg muligheten til å ro sammen med dere på vakre Oslo-

fjorden under mitt korte opphold i Oslo i september. Til vanlig roer jeg på Magog-elven i Sherbrooke, en liten by sør i Québec-provinsen i Canada, hvor vannet er nesten speilblankt.



Å ro en firer sammen med CRs tur- og mosjonsroere var en av de få gangene jeg har rodd i bølger (selv om dere alle sa at vannet var flatere enn vanlig den dagen!). Jeg må innrømme at jeg ble både imponert og litt skremt da jeg hørte om de episke distansene noen av dere ror – 40 eller til og med 100 km på én tur! For min del var torsdagen perfekt tilpasset – akkurat lang nok til å nyte den spektakulære utsikten over Oslo og lære litt om de

ulike roklubbene i området. Det var en opplevelse jeg vil huske lenge.

Tusen takk igjen for gjestfriheten. Jeg håper våre veier krysses igjen en dag. Og hvis dere noen gang skulle ta turen til Québec, vil dere være hjertelig velkomne til å ro med vår klubb.

*Med varme hilsener,
Marie-Amélie Boucher*



TIM

Amerikaneren Tim McMahon, som var med i to sesonger da han bodde i Oslo frem til 2023, var en snartur innom igjen. Han er blitt en skikkelig Norges- for ikke å si CR-venn og har sendt sin hilsen gjennom blomstrende beskrivelser av miljøet i klubben. Ikke minst fra den

såkalte hvalbiff-roingen i oktober. Her er et utdrag av hans hilsen:

En iskald rotur med varme øyeblikk

Med tennene klaprende gjennom et rampete smil, øynene speidende ut over fjorden gjennom brillen dryppende av



PÅ TUR MED GALLIONSFIGUR

kaldt regn, og bare fingre klamret til ror-tauet, så Tore ut som en menneskelig isbit. Det var en kjølig oktoberdag da vi satte kursen fra Hovedøya tilbake til Kongen. Ivar, som nylig hadde kryssset Nordsjøen, tok kommandoen i strokeposisjonen. Vi visste alle at han kunne finne på noe uventet – og vi fikk rett.

«OK, her går vi opp!» ropte han plutselig og satte opp et raskt tempo i takt 33. Med et heroisk grep rakte han en flytevest til Tore, vår skjelvende styrmann, som takknemlig tok den over beina. Det lille øyeblikket av omtanke varmet like mye som selve roingen i det kalde regnet.

Oppe i baugen hadde vi også dyrebar last, for i rommet mellom baugsetet og fordekket på vår ”ferge” satt Kjersti,

midlertidig ute av drift fra roingen, men iført en klassisk Christiania-genser hun selv hadde designet. Hun var full av godt humør og fungerte som en elegant gallionsfigur.

Roturen hjem fra Hovedøya var preget av et felles driv. Oslofjorden viste seg fra sin beste side, med gylne solnedganger, høstfarger som danset i skogene, og lune netter over det nordlige hav. Og hva kunne vel toppe opplevelsen bedre enn pølser, vafler og kaker på Toppen?

Til alle dere i Christiania Roklub: Takk for gjestfriheten, maten og de uforglemmelige turene. I will be back!

Av norgesvenn
Tim McMahon

NYTTIGE LINKER



For nyheter og annen klubbinformasjon, gå til:
www.christianiaroklub.no



For nyheter, se facebooksidene:
www.facebook.com/christianiaroklub



Dokumentdatabasen til CR med styrereferater, sikkerhetsreglement, protokoller fra generalforsamling, oppdatert båtpark og annen nyttig informasjon for medlemmer: christiania.knack.com/cr-dokumenter#medlem/



For terminlister, resultater, og nyheter:
www.roing.no/



For racefilmer og informasjon om internasjonale regattaer:
www.worldrowing.com



Vinderentannlegene holder til i lyse og moderne lokaler sentralt på Vinderen. Vi legger stor vekt på ivaretagelse av våre pasienter, setter av god tid til hver behandling i rolige omgivelser og tilstreber høy kvalitetsmessig utførelse.

Kontakt oss:
Telefon: 22 70 39 90
vinderentannlegene.no

Slemdalsveien 70B, 0370 Oslo
2. etasje inngang Borgenveien







PIZZA SMAKER GODT ETTER BØYEJOBING

BØYESTREKKENE PÅ BOGSTAD

GENERASJONSSKIFTE I BØYEKOMITEEN

Å finne nye arvtakere til bøyegjengen er en utfordring, men løsningen ble at CRs anleggsansvarlig, Ivar Kristiansen, tok på seg rollen som selvutnevnt bøyegeneral. Han har store sko å fylle etter tidligere bøyegeneral Bjørn Lundiin og hans lojale team. Overgangen har likevel gått sømløst takket være innsatsen fra den tidligere bøyegjengen: Grete Isachsen Stokke, Terje Graver, Jon Helgeland og Peik Ellingsen. Som en del av fornyelsen ble også de yngre rekruttert inn i den nye bøyegjengen. Jostein, Emil, Oskar, Andreas, Alexander, Erik, Caspar, Tora, Hedda, Marit, Rakel, Ann og Hedda leverte en imponerende innsats, og har vist at fremtiden ser lys ut for arbeidet med bøyer.

Utlegg av bøyer

Årets arbeid resulterte i tre nye strekk, og god kommunikasjon med Yr gjorde at bøyegjengen kunne jobbe under optimale forhold med sol og vindstille vær. Dette var en velkommen forandring fra tidligere år, hvor vind og sludd ofte har preget dugnadene. Etter endt innsats ble det servert pizza som en velfortjent avslutning.

Innhenting av bøyer

To bøyestrekk ble hentet inn under høstdugnaden, mens det siste ble håndtert senere på høsten. For sesongen 2025 planlegges det å innføre nye rutiner som skal sikre at strekkene holdes i best mulig stand gjennom hele sesongen. Dette er særlig viktig med tanke på utfordringer som trær og drivved som kan feste seg i strekkene. Ettersommeren bød på noen krevende situasjoner, som førte til at moringene på to strekk måtte flyttes.

Planer for 2025

For å styrke infrastrukturen, planlegges det å legge ut nye moringer neste sesong, med GPS-koordinater for økt presisjon. I tillegg har bøyegeneralen etablert en dialog med Bogstad Golfklubb, som åpner for muligheten til å sikre landfeste på sørsiden.

*Med vennlig hilsen,
Ivar Kristiansen
Bøyegeneral / Anleggssjef*



BØYEVASK MÅ TIL



BOGSTAD-ANLEGGET

I vintersesongen har anlegget blitt lite brukt. Vi gjorde oss ulike erfaringer med den kalde vinteren vi fikk i 2024. Hovedutfordringen var frost. Det oppsto et par vannlekkasjer med sprukne rør og vannmåler. Under rehabiliteringen av anlegget var det vanskelig å sikre at alt av VVS ble godt nok isolert. Det var litt bestemt av byggets kvalitet. Nå er det montert mer varmekabler på røranlegget.

I byggets midtskip er det gulvbord, grunnen under består av jord og leire som er lite drenerende masser. Etter mye nedbør på høsten og høy vannstand på Bogstadvannet var grunnen under båthallen veldig våt, så kom kulda. Vi fikk telehiv inne i båthallen. Tregulvet i midtskipet hevet seg nesten 10 cm slik at en dobbelfirer som lå på gulvet, ble klemmt og skadet.

Disse erfaringer er tatt med videre, og tiltak er iverksatt for å unngå reprise kommende vinter.

Prosjektet ny brygge, bygget med støtte fra Sparebankstiftelsen, ble ferdigstilt i slutten av juni. Telebryggen AS leverte ferdig montert tre nye brygger og ny landgang. For å sikre at brygga skal tåle ulike utfordringer med vær og vind, ble det bestemt at det skulle legges ned nye moringer. Det ble levert overgang dørkplate fra den eksisterende bryggen, og de nye bryggene får da vannlinje på 15-17cm. Det ble leid inn bistand for å fjerne de gamle bryggene.

Anlegget, dusj, WC, treningsrom og stua har fungert veldig bra gjennom ro-sesongen.

Treningsrommet fikk et ansiktsløft. Det ble lagt treningsmatter på hele gulvet, som ble sponset av anleggssjefen. Apparater, vekter, treningsmatter og strikker gjør nå rommet godt egnet for uttøyning.

Alt i alt er vi meget fornøyd med anlegget på Bogstad.

*Ivar Kristiansen
Anleggssjef*

FAKTABOKS:

- Maten bestod av turmat, kjeks og nøtter.
- I kjøkkenet var en gassbrenner til å varme opp vann.
- Vannforsyning fra en Wathermaker-maskin som lager drikkevann av sjøvann.
- Overraskende godt vann
- Toalett: Den blå bøtta foran cabinen i bauen

Mer informasjon:

Rannoch Adventure - The World's #1 in Ocean Rowing
<https://www.rannochadventure.com/roxy-blog/north-sea-300-july-2024>

RUTEN SOM BLE RODD ER DEN GULE

IVARS FERD OVER NORDSJØEN

NORTH SEA 300 2024

- Et team på 12 eventyrere
- 24/ 7 med tretimers skift
- Fra Inverness til Stavanger

IVAR FORTELLER:

Første gang jeg så båten på 24 fot, var på brygga i Inverness avgangsdagen mandag 14 juli. Det var flotte værforhold og værvarslet fremover var bra med lite vind.

Det var også første gang jeg møtte de andre som jeg skulle være sammen med i seks til syv døgn. Kapteinen, Ellen, delte oss opp i fire lag. På mitt lag fikk jeg Honorine og Collum. Collum var som meg, førstereis.

Honorine hadde to turer over Atlanteren fra Kanariøyene til Karibien.

Vi fikk lugar i baugen, og vi var seks som skulle dele på kabinen, hvor vi skulle spise og sove.

Sikkerhetsrutiner ble gjennomgått, og vester ble delt ut sammen med en peiler som vi alltid skulle ha på oss.

LIVET OM BORD

15 minutter før skiftet startet ble det gikk signal om at vi skulle gjøre oss klare for tre timer ved årene.



KLAR FOR AVREISE



Det ble fortløpende drillet ved skifte av plasser. Det var viktig alltid å ha fem årer i vannet. Vel så viktig var det å holde farten og drivet oppe. Hvis båten stoppet helt opp, ville det bli tungt å komme i gang igjen med mye motvind og strømmer.

Før reisen var det mye snakk om sjøsyke, men jeg valgte ikke å ta piller eller plaster.

Sjøsyken kom på tirsdag ettermiddag midt i mitt skift. Det kom plutselig, og da var det bare å henge over kanten og spy. Heldigvis ble det med den ene gangen.

Natten er spennende når man ror. Havet blir helt svart, og en fantastisk stjernehimmel hvelver seg over oss. Morild lyste opp vannet hver gang åra gikk i vannet, så det ble som en lysgate bak oss.

Når det er store bølger, er det kritisk at luka til kabinen alltid er igjen, og at vi lukker den så fort som mulig når vi går inn og ut. I sånt vær er det vanskelig å gå i midten på båten med all rullingen, og det ble vanlig å gå på alle fire.

DYRELIV

De første tre dagene var helt fantastiske med rolig sjø og besøk av sel, definere og hval.

Hval i sitt naturlige habitat er utrolig å se. I en robåt går det sakte, og vi sitter helt nede ved vannflaten, så innrykkene blir sterke.

VÆR OG VIND

Kaptein Ellen fulgte nøye med på værmeldingene og hadde kommunikasjon med Rannoch headoffice.

Når du kommer ut i Nordsjøen, er det store dønninger som møter deg. Etter mye fint og vindstille vær, kom det værskifte på torsdag med økning i vind og bølger. Kursen som legges inn, er sydøst.

Planen er at vind og strøm tar oss oppover mot Stavanger.

Utover dagen og kvelden torsdag, økte vinden på, og vi fikk bølger på én til tre meter.

Disse bølgene legger seg oppå de store dønningene og resulterer i bølger som brekker.

Vi fikk en del bølger som slo inn over båten. Når ripa er lav, ble de mye vann og vi ble kjent med uttrykket «wave coming». Kjernemusklene fikk kjørt seg. Det ble mye rulling.

DRAMATIKK

Fredag: Skiftet mitt var ferdig kl 03.30, vi slappet av inne i lugaren da Ellen ba alle ta på vester selv om vi var i lugaren, og at vi ikke skulle legge oss og sove. For nå økte vind og bølger på.

I femtiden på morgenen valgte Ellen å kontakte Hovedredningssentralen HRS og det ble besluttet å sende et fartøy for å bi-



UTSIKT FRA KAHYTTE

stå oss. Etter ca to timer får vi øye på en lastebåt. Vi legger oss i le for den. Ellen har dialog med kapteinen på lastebåten og de beslutter å ta oss på slep.

ROXY blir gjort klar for slep, og årer samt annen utrustning sikres. Slepet avsluttes lørdag, men været har ikke bedret seg, så vi sliter. Etter noen timer kommer RS-skøyta ut, og det besluttes å ta oss på slep

Etter hvert blir det land i sikte, og vel fremme i Tananger ble det stor stemming.

ETTER TUREN

Hele mannskapet tok inn på Havne hotell, og kvelden ble tilbragt ved et langbord med overflod av pizza og øl. Ved frokosten neste morgen ble det mye klemming og tårer da vi skulle reise hvert til vårt. Vemodig

LÆRDOM

Vi hadde rodd Nordsjøen! Vi kom oss gjennom det siste døgnet med det Nordsjøen kastet på oss av vær.

Et fantastisk mannskap 12 mennesker som aldri før hadde møttes, klarte seg sammen på en liten båt 24/7 i fem dager og 15 timer uten at et vondt ord ble utvekslet.

En rar opplevelse at alle 12 på båten hadde så mye positiv energi å dele.

Man bor trangt.
Det er fysisk anstrengende.
Det er lite søvn.

Det er den mest fantastiske opplevelsen jeg har hatt i møtet båt og hav.

Vi kan:
Fasadeboards
Storformat
Print



CROSSMARK AS

Kontakt Sigurd

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



INTERTRADE SHIPPING A/S



BOKS 98 SKØYEN, 0212 OSLO

E-mail: obroymer@online.no



DRAMATISK MED HØYE SLUSER



SPENTE ROERE PÅ TOGET OPP DOUROELVEN



VI HADDE MED FØLGEBÅT HELE VEIEN



HELE GJENGEN FØR SISTE RODAG



GOD MAT OG DRIKKE HELE VEIEN



STEIN MED NY KOLLEKSJON



JENTEBÅT MED SISSEL, RAGNHILD, KJERSTI OG TORILL



ROTUR PÅ ELVEN DOURO

Årets utenlands rotur gikk til Portugal, nærmere bestemt Dourodalen, 9. mai til 13.mai 2024, med 25 deltakere. I år fikk vi hjelp av Rowforfun til å legge opp ruta, bestille overnatting, restauranter, transport av oss og av bagasjen. De fikset egentlig alt, med Maiken som et velfungerende mellomledd. At noen andre ordnet

opp med alt var nytt, og ikke minst deilig for alle.

Noen la inn et par dager i Porto før roingen. De ble blant annet benyttet til sykkel-sightseeing, fado-konsert og selvfølgelig besøk hos en portvinsprodusent innlagt smaksprøver. Etter noen logistikk-

utfordringer var hele gjengen samlet til middag i Porto på Kristi Himmelfartsdag. Alle var spente og gledet seg, så praten gikk livlig. Tidlig neste morgen tok vi tog innover dalen til sportshotellet i Pocinho. Dette er et hotell for trenende mann-skaper, de beskriver seg selv som *The High Performance Sports Centre*, så vi følte at vi passet rett inn.

På sportshotellet spiste vi lunsj og skiftet før vi ble fraktet i buss til grensen av Spania – til Barca de Alva. Her startet roturen som gikk vestover tilbake til Pocinho, 28 km. Båtene la vi på en strand, slik at de var klare til dagen etter. Da rodde vi videre vestover, 31 km med innlagt lunsj, for så å bli fraktet i bil tilbake til sportshotellet. Søndagen var vi tidlig av gårde i bil tilbake til båtene og rodde igjen vestover, 31 km. Denne dagen byttet vi til et trivelig hotell og avsluttet dagen med hyggelig middag på en lokal restaurant. Avreisedagen rodde vi først 5 km i motvind for å nå en tidlig sluse, deretter nye 6-7 km. Vi rakk å spise en rask matpakke før vi tok toget tilbake til flyplassen. Da kom den første regnskuren på turen. Litt flaks skal man jo ha.

Å ro gjennom Dourodalen er en spesiell opplevelse. Landskapet er ganske skiftende, det er lange grønne daler med vinranker, og så skifter landskapet til mye stein og litt spisse fjell. Elven snirkler seg gjennom landskapet. Det gir en egen ro å frakte seg selv gjennom denne nydelige dalen. Ekstra spennende er det at vi må

gjennom flere sluser. Den dypeste slusen var på 35 meter.

En viktig detalj som Rowforfun først forsto alvoret av etter første dagen, er ølen alle fortjener etter en dag på elven. De synes kanskje vi var litt rare, men vi kan ikke dra på utenlandstur uten leskende drikke. Så de stilte tålmodig opp med store isbokser med kald øl og brus etter dagens tur og etter at båten var rigget ned og alt var pakket sammen.

Å være med på en sånn tur, gjør at vi blir bedre kjent med klubbvenner. Det er gøy å se hvor forskjellige vi er, men at ting allikevel fungerer. Det viktige er at alle legger godviljen til, og hjelper til der det er nødvendig. Roingen og det sosiale under lunsj og middag, er med på å bidra til et enda bedre miljø.

Takk for en fin Portugaltur.

Torill Enersen

<https://rowforfun.pt>
<https://highsportugal.pt/high-performance-sport-center/pocinho-foz-coa-high-performance-sport-centre/>



MAIKEN GRUER SEG TIL SLUSE



MYE VENTING



STEIN ER SPENT PÅ ROTUR



SLUSEN FYLLES



VELDIG HYGGELIG LUNCH



YTE FOR Å NYTE

SOMMERENS TUR MED LESS

ER SYDOVERROINGENS TID FORBI?

Etappe 1
24. juni – 30. juni
Lars Mørk, Atle Dingsør og Stein Mørk

Jeg startet min langturskarriere i robåt sommeren 1988, med mor Margrith, far Stein og bror Ivar (samt familiens Golden Retriever; Joffi). Margrith og Stein rodde hele strekket fra Arendals Roklub til Kristiansand Roklubb, mens jeg (10 år) og Ivar (8 år) coxet. Tilbake rodde Margrith og Stein hele strekket, ca. 80 km, på én dag. Solid innsats av min mor, som knapt nok har rodd hverken før eller siden. Så hadde jeg et par langturer på 90-tallet,

før jeg på 2000-tallet for alvor ble bitt av basillen og siden har vært på langtur de fleste somre.

Mitt «referat» fra årets langturroing med Stein Mørk og Atle Dingsør blir noe annerledes denne gang. Jeg har utdypet et tema som i stor grad berører oss (langtur-)roere, nemlig vind! Blåser det mer i Oslofjorden nå enn det gjorde tidligere? Hvordan påvirker været, som forskerne sier at blir “Varmere, villere, våtere” i fremtiden, oss og hvordan kan vi tilpasse oss dette?

Lars Mørk

Korte fakta fra første lag på 2024-langturen

DAG	DATO	FRA	TIL	KM	VÆR	VERDT Å NEVNE
1	Mandag 24.6	Kongen	Freyborgstua	40	Motvind	Av gårde 13:30, etter båtmekking pga. slitasje etter «Brudeferd».
2	Tirsdag 25.6	Freyborgstua	Svartskog	40	Medvind N Motvind S	Lars lagde nydelig laksemiddag.
3	Onsdag 26.6	Svartskog	Håøya	45	Medvind N Motvind S	Softis i Bunnefjorden. Vakker dame badet.
4	Torsdag 27.6	Håøya	Karlsvika, Tolvsrød	50	Lite vind. Mye sol.	Lars fikk leppis. Gapahuk, regn.
5	Fredag 28.6	Karlsvika, Tolvsrød	Karlsvika, Tolvsrød	0	9-14 m/s sønnvind.	Hviledag i gapahuken.
6	Lørdag 29.6	Karlsvika, Tolvsrød	Håøya	52	Sterk med-/ sønnvind	Real Turmat.
7	Søndag 30.6	Håøya	Filtvet	17	Motvind	Rodde 11:30-16. Lagsbyte på Villa Malla, Filtvet.
Totalt				244		

Legg denne adressen inn i søkefeltet i nettleseren
https://drive.google.com/file/d/1OTedC0ndxnnhSvGb4iN4VL_NPS9lO6eB/view?usp=share_link
(da kommer du inn på den interessante artikkelen. Red. anm.)





EN FORNØYD OG STØDIG COX

Etappe 2

30. juni – 5. juli

Stein Mørk, Torstein Rekkedal,
Kjersti Elvestad

Etter Steins gode plan skulle etappe 2 gå fra Arendal og hjemover mot Oslo. Tanken var at laget fra etappe 1 skulle ha god tid til å nå Arendal før Kjersti og jeg skulle erstatte Lars og Atle og sette kursen nordover. Vi fikk stadige meldinger om at Stein, Atle og Lars på grunn av motvind stort sett rodde i Oslofjorden. Jeg var ikke særlig lysten på å tilbringe sommerens langtur innenfor Drøbaksundet. Vi ble litt mer optimistiske da vi fikk melding om at laget var kommet til Ringshaugbukta sør for Slagentangen. Men der ble de liggende værfast og kom inn igjen til Håøya dagen før planen tilsa at vi skulle ta over i Arendal.

Kjersti og jeg møtte på Malla ytterst i Drøbaksundet på ettermiddagen søndagen 30. juni. Vi fikk god anledning

til å observere laget i Less slite seg utover Drøbaksundet i den relativt kraftige motvinden. Etter bytte av mannskap startet Stein, Kjersti og jeg turen sydover i den etter hvert kjente motvinden. Etter bortimot tre timers roing og kun 13 tilbakelagte kilometer, kunne vi legge til i moloen på Mølen. En av mange grunner som gjør at det er flott å ro med Kjersti på laget, er at hun ordner det meste, ikke minst perfekt planlegging og gjennomføring av proviantering. Så da vi hadde fått leiren på plass, manglet vi ingenting. Lagets arbeidsfordeling er også fastspikret etter mange år sammen på langtur. Kjersti lager mat, mens Stein og Torstein gjør klar leirplassen.

Vi våknet neste morgen til vidunderlig vindstille og vi kunne starte turen videre sørover på flatt vann i strålende sol. Men vi var ikke kommet langt syd for Bastøy før det på ny blåste opp fra sør. Vinden ble bare kraftigere og kraftigere. Etter beinhard roing, der båten neste sto



FROKOST I DET GRØNNE

stille i motvinden, greide vi med nød og neppe å komme oss rundt neset og inn i Ringshaugfjorden, der forrige ukes lag hadde ligget værfast bare noen dager tidligere. Det var store bølger og mye vann i båten da vi kom oss i le inne bak moloen ved Ringshaugodden. Det var ikke snakk om å komme seg videre. Vi plasserte sakene våre i gapahuken og tok bussen inn til Tønsberg. Der fikk vi oss et godt måltid på Bryggen før vi returnerte til leirplassen og teltet, som vi slo opp inne i gapahuken.

Vi kom oss tidlig av gårde neste morgen i svak motvind. Det ble en fin dagsetappe og kom oss fint forbi Vallø og inn i skjermet farvann på yttersiden av Nøtterøy, gjennom Årøysundet og Vrengensundet. Vi hadde nå blitt enige om at vi, på tross av all motvinden, skulle sette Svenner som etappens sydlige mål. Det blåste igjen opp til sønnvind, og vi konstaterte raskt at det neppe var mulig, og i alle fall ikke forsvarlig å runde

Tønsberg Tønne. Vi valgte å ro innom Stauper på veien utover. Litt uventet fant vi plass for båt og telt i le på Stauper, og vi valgte å bli der. Det ble en flott kveld. Værmeldingen de neste dagene var ganske dårlige, så vi la bort målet om nå Svenner på etappen.

Vi startet neste morgen med plan om å ro rundt Hvasser og Tjøme og tilbake til min hytte på Veierland. Fra kvelden og hele neste dag var det meldt uvær med store nedbørsmengder, så muligheten for å kunne overnatte innendørs føltes som et fristende alternativ. Igjen startet dagen med rolige vindforhold. Første etappe gikk over Tønsbergfjorden til Verdens Ende, der vi tok en lengre pause før vi dro videre til lunsj og bading på Uleholmen syd for Hvasser. Vi rodde deretter nordover med god medvind før vi kom i le i Vrengensundet på vei tilbake til min hytte på Veierland før regnet kom.



GUTTA PÅ ETAPPE 1



SJOKOLADE MÅ TIL

Vår siste hele dag ble i stor grad tilbrakt inne i hytta. Ute var det pøsende regnvær fra morgen til kveld. Likevel, det ble en fottur rundt på øya med middag på øyas treffsted, Dagros.

Neste morgen ble det en kort rotur inn til Tønsberg, der jeg mønstret av og Melanie på for siste etappe innover mot Oslo. Etappens totale lengde med fem til dels sterkt forkortede ro-dager, ble 106 km.

Torstein Rekkedal

Etappe 3

5. juli - 7. juli

Stein Mørk, Kjersti Elvestad, Melanie Kirmess

Den raske veien hjem

Ved Tønsberg Brygge lå Less klar til avgang etter at Kjersti hadde gjorde nødvendige innkjøp av stol og proviant. Torstein ble takket av. Solen skinte, avgang i shorts og t-skjorte var lovende.

Motstrømmen møtte oss raskt på vei ut fra Tønsberg by, men vi lå en god stund i le av holmer og land for vinden. Lunsj-pause ble lagt til Karlsvika Friområde rett nord for Ringshaugholmen. Ferden gikk videre forbi Åsgårdstrand retning Horten i veldig god fart. Hortenskanalen bød på rolige takter og mye mimring fra Kjersti og Stein. Vel ute på den andre siden kom Kjersti plutselig på at det var fredag ettermiddag; solnedgangspilsen manglet. Verdens hyggeligste padler, som hadde ligget foran oss gjennom kanalen, ble møtt av sin kone med bil, og hun kjørte oss til butikken. Vel tilbake med innkjøpet gjensto sjarmøretappen mot Mølen, hvor vi fikk tømt båt og satt opp både telt og presenning før de første dråpene falt.

Gjennom natten hadde tilnærmet alle madrassene sviktet for luft, så skjønnhetssøvnen var det så som så med. Men et morgenbad og kaffekopp i strålende sol fikser det meste. Foran oss lå en dag med vekslende vær og atter en gang periodevis



KJERSTI LAGER MAT, MENS STEIN OG TORSTEIN GJØR KLAR LEIRPLASSEN LESS OM KVELDEN



mye vind. Men da går jo kilometerne raskt unna forbi Tofte og retning Filtvet fyr. På stranden til Villa Malla tok vi en liten pause i le, før bølgesurfing fortsatte forbi Hurumlandet hvor det ikke var mange båter ute. På Sætre Havn rakk damene en kjapp tur gjennom klesbutikken før en nydelig middag ble inntatt på Sætre Gård. Vinden hadde løyet i takt med regnet som kom, og det gjensto bare en kort etappe for å finne nattens teltplass på Håøya. Der sto det et stort telt som viste seg å være tomt og forlatt. Derfor ble det brukt som bagasje-oppbevaring for regnet, og på grunn av dårlig værmelding valgte vi å sette opp eget telt inni storteltet. Etter en trivelig kveld under presenning, ble det en natt med mye lyn og regn.

Heldigvis hadde vil løftet Less langt på land – vi våknet til ekstremt høyvann dagen etter. Samt både bekker og innsjøer i storteltet, men relativt tørt i eget telt i soveavdelingen. Siden dette var siste dagen på tur, var vått utstyr ikke

noe særlig problem. Gjennom tåkedis skimtet vi solgløtt til frokost, men regntøyet var på fra første rotak. Vi startet med å plukke med oss årets sydligste orienteringspost – Ramtonholmen rundt. God fart nordover. Lunsjpause ved Asker ski- og kajakk-klubb, som har fått ny og flott brygge. Fra Gåsøya og utover ble vi møtt av store bølger, og plassbytte ved en brygge på Vassholmene var mye armer og bein. Skulle vi virkelig krysse fjorden over forbi Nesoddtangen for å få med oss juli-orienteringsposten Langøyene i dette været? Med Kjersti på styreplassen gikk det helt fint, hun er suveren til å smile og kommentere «oj, det var jammen dagens største bølge vi har tatt nå, tror jeg». Stein fikk æren av å coxe Less i mål ved Kongen. Etappen endte på 108 km, selv om den ble en dag kortere en opprinnelig tenkt. Takker for enda en fin turetappe med Kjersti og Stein – og gode, trygge Less.

Melanie Kirmess



LAHELLEGRUNNEN AS

"CHRISTIANIA ROKLUBS EIENDOMSSKAP" BÅTHAVNEN OG KONGEN

Lahellegrunnen AS eies hundre prosent av Christiania Roklub. Selskapet ble stiftet i 1997 og er eier av Kongen og moloen ut til Kongen, landfeste og grunnen disse er bygget på, samt retten til å anlegge og drive båthavn langs og øst for moloen. Dette representerer store verdier som forvaltes med et langsiktig mål. Selskapets

vedtekter slår fast at hensikten med virksomheten er å støtte Christiania Roklubs idrettslige formål. Selskapet arbeider med utleie, vedlikehold og drift av eiendommene. Som det er blitt uttalt, skal Lahellegrunnen på mange måter virke på samme måte for Christiania Roklub som Oljefondet gjør for Norge.

Dagens styre består av: Henning Cook, Veronika Vogler, Tor Herman Smedsrud, Petter Hagen, Trond Bjercke og Kristine Klaveness, som er styreleder og koordinator av selskapet.

Skillebekk Regnskap AS bistår med regnskapsførsel, fakturering, betaling og årsoppgjør. Oslo Sjømann AS bistår med teknisk drift/ettersyn/vedlikehold og fornyelser av Kongen Båthavn og vaktmesterfunksjoner for bygget «Kongen», utearealet, bro og ro-brygge.

Kongen Marina AS bistår med utleie og driften av Kongen Båthavn. Lahellegrunnen er svært tilfreds med den utførelsen som er gjort av våre innleide hjelpere.

Organiseringen av virksomheten i et eget aksjeselskap ble i utgangspunktet gjort for å avlaste klubbstyret i roklubben og for å sikre kontinuitet samt god og kommersiell drift på lang sikt.

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

Det er Rådet i Christiania Roklub som utgjør generalforsamlingen i Lahellegrunnen AS på vegne av medlemmene i klubben. Det er medlemmene på generalforsamlingen i klubben som velger Rådets medlemmer.

KLUBBHUSET KONGEN

Det har i løpet av de siste årene blitt investert titalls millioner kroner i vedlikehold av Kongen. Bygget er gammelt (påbegynt i 1924, ferdigstilt i 1925) og har en krevende beliggenhet. Kongen er ført opp på Byantikvarens gule liste over Oslos bevaringsverdige arkitektur. Bygget er på 2 150 m² hvorav roklubben selv benytter en tredel.

I 2024 har det i tillegg til det løpende vedlikehold av bygget, vært gjort en full gjennomgåelse av det elektriske anlegget på Toppen. Hoveddøren til leietagere i andre etasje er oppgradert og toalettet med rørsystemer i tredje etasje er skiftet. I vaskerommet er tørketrommel skiftet og system for adgangskontroll installert. Det er et stort arbeid som gjøres hver vinter for å holde brygger og området for øvrig fritt for snø.

Brannvernrunde med brannvesenet er gjennomført for å se hvordan et evt slukningsarbeid på Kongen vil kunne utføres. Det er også gjort en full gjennomgåelse av bygget Kongen med en brann-

rådgiver, hvor anbefalte tiltak gjennomføres fortløpende.

De totale leieinntektene for kontorer og parkering for 2024 er på i overkant av fem millioner kroner. Våre leietagere er alle solide selskaper som har drevet sin virksomhet fra Kongen i mange år. Våre leietagere, bortsett fra Christiania Roklub, er: arkitektkontoret YSA Design, Bulk Infrastructure AS og Sant Revisjon AS. Arealene på Kongen og parkeringsplassene på moloen er utleid til sommeren 2028 og 2030.

KONGEN BÅTHAVN

Kongen Båthavn består av 230 båtplasser, 50 plasser langs moloen og 180 plasser i det flytende anlegget øst for moloen. Plassene langs moloen benyttes hele året. Disse leietagerne har også tilgang til egen dusj og toalett på Kongen med egen inngang i front av bygget. Den innerste delen av moloen og den flytende havnen ut mot Color-Line er leid ut til Kongen Marina, som ved siden av å drive serveringen på land, badstue og utleie av seilbrett og kajaker også har startet utleie av egne gjestebåtplasser. Kongen Marina er på vegne av Lahellegrunnen også våre positive representanter som utleiende og driftende av samtlige båtplasser i havnen. For å bedre kommunikasjonen med havnens brukere, er det etablert en egen «hjemmeside» for Kongen Båthavn via Havneweb.

Det er stor pågang etter båtplasser, og alle plasser er utleid. Leieinntekter fra havnen

for 2024 forventes å bli i størrelsesorden syv millioner kroner. Det skjer kontinuerlig utskifting av utliggere og oppgradering av bryggeanlegget. Havnen overvåkes kontinuerlig av flere kameraer.

I 2024 her det blitt gjort en rekke tiltak for å ivareta sikkerheten på bryggeanlegget. Høsten 2024 gjennomførte dykkere en inspeksjon av kjettinger, sjakler og moringer, som viser seg å være i dårlig stand. Tilbud for å oppgradere fortøyningssystemet under vann er innhentet og oppgradering vil skje så raskt som mulig.

Siden Lahellegrunnen ble stiftet for nær 27 år siden, har nær alle inntekter medgått til å oppgradere og vedlikeholde bygget Kongen. I de seneste årene har også oppgradering av båthavnen krevet sitt.

Det er styrets målsetning å kunne bistå CR på best mulig måte og samtidig bygge opp en buffer for mulige fremtidige uforutsette hendelser. Forvaltningen av denne bufferen, etter hvert som det kan bli et større fond, vil bli en viktigere oppgave fremover. Både brygger og bygg ligger utsatt til for vær og vind slik at dette anses som nødvendig. Lahellegrunnen ga et utbytte til CR i 2024 på NOK 2.400.000. Det er intensjonen å beholde utbyttet til CR på dette nivået.

PARKERING FOR MEDLEMMER

Det har alltid vært viktig for CR å holde en nær og god kontakt med Oslo kommune. Som mange er kjent med,

har det i mange år pågått diskusjoner vedrørende reguleringen av Filipstadområdet.

Styret i Lahellegrunnen ser fortsatt med stor bekymring på utviklingen av parkeringssituasjonen på land. Parkeringsplassene ble opprinnelig anlagt for å betjene båthavnene og roklubben. I dag kan det se ut som om Oslo kommune i stor grad betjener passasjerer som skal reise med Color-Line eller som skal på jobb i Oslo. Det har, imidlertid, lenge vært uttalt at Color-Line-anløpene vil søkes flyttet for bedre å kunne legges til rette for boligutvikling på Filipstadområdet.

Oslo kommune arbeider fortsatt med den endelige reguleringsplanen for parkeringsområdet og området rundt Kongen Marina. Det er fortsatt usikkert hvordan området til slutt vil bli utformet. For Lahellegrunnen og CR er det et mål at roklubben igjen skal kunne få tildelt et eget parkeringsområde tilegnet båthenger og besøk til roklubben etc., slik man opprinnelig hadde på 1970-tallet og tidligere.

Oslo 20.12.2024

Kristine Klaveness
Styreleder
Lahellegrunnen AS

ADELSKALENDEREN 2024

ADELSKALENDER OVER ROERE

MED MER ENN 1000 KM. PR. 2024

Over 2000 kilometer er lik GULLÅRE. Over 1000 kilometer er lik SØLVÅRE

NR.	NAVN	KM.	ÅR
1.	Stein Mørk	4123*	2011
2.	Janne Spilling	3708**	2008
3.	Jan Søderstrøm	3100	2005
4.	Kjersti Elvestad	2266	2011
5.	Torstein Rekkedal	2112	2016
6.	Tore Lysdahl	2066	2012
7.	Grete Stokke	2030	2013
8.	Torill Enersen	2022	2022
9.	Elisabeth Bjone	1871	2024
10.	Siw Tønnessen	1804	2021
11.	Pål Svensson	1769	2000
12.	Michael Geyer	1646	2023
13.	Julia Bisowska	1600	2024
14.	Eivind Myrliid	1520	<1999
15.	Ivar Kristiansen	1510	2024
16.	Paul Bencze	1454	2021
17.	Øyvvin Brøymer	1439	2002
18.	Helge Refsum	1358	2007
19.	Agnethe Berntsen	1339	2015
20.	Anne - Lene Eriksen	1336	2013
21.	Nils Petter Lilledahl	1325	2005
22.	Ingve Dragenes	1306	2013
23.	Gerhard Dürbeck	1294	2002
24.	Trine Randsborg	1287	< 1999
25.	Tone Pahle	1235	2007
26.	Tor Ahlsand	1191	2014

* Klubbrekord herrer
** Klubbrekord damer

NR.	NAVN	KM.	ÅR
27.	Iver Høy	1177	2009
28.	Laila Thomassen	1165	2013
29.	Sagar Sen	1152	2017
30.	Melanie Kirmess	1141	2007
31.	Ivar Andreassen	1131	2001
32.	Sissel Os Pedersen	1117	2016
33.	Anja Thomsen	1101	2010
34.	Øivind Haraldsen	1095	< 1999
35.	Maiken Hertzum	1084	2020
36.	Erlend Wermskog	1073	2016
37.	Pernille Pihl	1050	2005
38.	Sivert Kalvik	1191	2018
39.	Ingeborg Lønning	1053	2017
40.	Toril Sundsdal	1033	2024
41.	Elisabeth Danielsen	1032	2019
42.	Anna Brown	1031	2022
43.	Ada Spæren	1030	2005
44.	Svend Falkanger	1030	2004
45.	Thomas Anderson	1029	2024
46.	Evi Zouganeli	1026	2010
47.	Ingebjørg Grøtta	1019	2020
48.	Liv Finborud	1014	2013
49.	Atle Dingsør	1010	2024
50.	Hege Brenne	1003	< 1999
51.	Lars Mørk	1001	2006

NR	NAVN	KM.	VALØR	GLASS	BEMERKNINGER	
1	Stein Mørk	2422	GULL	X	Snitt: 1/3 av alle rorene	
2	Elisabeth Bjone	1871	GULL	X	2024	1229
3	Julia Bisowska*	1600	GULL	X	2023	1115
4	Ivar Kristiansen	1510	GULL	X	2022	1150
5	Michael Geyer	1475	GULL	X	2021	1124
6	Janne Spilling	1130	GULL	X	2020	1050
7	Ingve Dragsnes	1104	GULL	X	2019	1092
8	Øyvvin Brøymer	1065	GULL	X	2018	1157
9	Siw Tønnessen	1060	GULL	X	2017	1223
10	Toril Sundsdal	1033	GULL	X	2016	1195
11	Thomas Andersen	1029	GULL	X	2015	1034
12	Kjersti Elvestad	1027	GULL	X	2014	1032
13	Atle Dingsør	1010	GULL	X	2013	1138
14	Torstein Rekkedal	1002	GULL	X	2012	1197
15	Sissel Os Pedersen	914	GULL	X	2011	1289
16	Michael Cruz	827	GULL	X	2010	1236
17	Helge Refsum	821	GULL	X	2009	1278
18	Iver Høy	810	GULL	X	2008	1317
19	Heli Kankaanpää	807	GULL	X	2007	1340
20	Lars Jensen	765	GULL	X	2006	1345
21	Ragnhild Bruusgaard	752	GULL	X	2005	1360
22	Agnethe Berentsen	716	GULL	X	2004	1245
23	Maiken Hertzum	658	GULL	X	2003	1206
24	Ulla Stang Dahl	639	GULL	X	2002	1164
25	Elisabeth Danielsen	627	GULL	X	2001	1011
26	Tore Lysdahl	626	GULL	X	2000	1070
27	Erlend Wermskog	620	GULL	X	Total rodde kilometere:	
28	Liv Finborud	618	GULL	X	2024	37329
29	Torill Enersen	600	GULL	X	2023	33453
30	Grete Stokke	592	GULL	X	2022	34341
31	Jan Bengtson	577	GULL	X	2021	31230
32	Melanie Kirmess	575	GULL	X	2020	32448
33	Jahn Rønne	569	GULL	X	2019	34594
34	Stephan Eide	563	GULL	X	2018	37582
35	Ingeborg Lønning	524	GULL	X	2017	37092
36	Sivert Kalvik	504	GULL	X	2016	35808
37	Espen Riktor	503	GULL	X	2015	34432
38	Pål Jonassen	501	GULL	X	2014	29954
39	Tone Pahle	500	GULL	X	2013	31790
40	Lars Mørk	500	SØLV	X	2012	30097
41	Gerhard Dürbeck	370	GULL		2011	31113
42	Paul Bencze	284	SØLV		2010	27300
43	Truls Lindemann	280	GULL		2009	28705
44	Liron Blecher	274			2008	32336
45	Elisabeth Couto	269	BRONSE		2007	31055
46	Elisabeth Tostrup	213	GULL		2006	24588
47	Morten Flood	212	GULL		2005	36931
48	Ada Spæren	153	BRONSE		2004	30266
49	Anja Thommsen	128			2003	28570
50	Laila Thommassen	100			2002	24075
					2001	18318
					2000	25223
Totalt km.		37329				

* = Årets nybegynner

Protokoll
Høstmøte
i
Christiania Roklub

Torsdag 24. Oktober 2024 kl. 19:30 på Kongen

Styreleder Petter J. Hagen ønsket alle medlemmer velkommen og spesielt de fremmøtte æresmedlemmene.

Generalforsamlingen ble så åpnet:

1. Godkjenne de stemmeberettigede

Ingen innvendinger

2. Valg av dirigent

Generalforsamlingen fattet følgende beslutning:

Møteleder: *Petter J. Hagen*

3. Valg av protokollfører

Generalforsamlingen fattet følgende beslutning:

Protokollfører: *Herman Næss-Ulseth*

4. Valg av to medlemmer til å underskrive protokollen

Generalforsamlingen fattet følgende beslutning:

To medlemmer til å underskrive protokollen: *Elisabeth Vold Bjone og Iver Høy*

5. Godkjenning av forretningsorden

Generalforsamlingen fattet følgende beslutning:

Forretningsorden ble godkjent.

6. Godkjenning av innkallingen

Generalforsamlingen fattet følgende beslutning:

Innkallingen ble godkjent.

7. Godkjenning av sakslisten

Generalforsamlingen fattet følgende beslutning:

Sakslisten ble godkjent.

8. Behandle beretning fra Rosjefen og Materiellsjefen

Materiellsjef Espen Riktor gjennomgikk sin beretning med en redegjørelse for båtparken med særlig fokus på nyinnkjøp, salg og bruk.

Rosjef James Wilson gjennomgikk sin beretning og fremhevet en svært god sesong resultatmessig, kanksje tidenes beste sesong for klubben samlet.

Følgende Innspill ble fremmet:

-Stein Mørk fremla ønske om seiersstatistikk i årboken.

-Esther Verburg takker James for hans innsats for klubben i mange år som rosje, stående applaus.

-Espen Riktor takker for instruksjon på mastertreningene. Applaus.

Generalforsamlingen fattet følgende beslutning:

Rosjefens og Materiellsjefens beretninger ble godkjent.

9. Valg

Valgkomitéens leder lese opp valgkomitéens innstilling.

Generalforsamlingen fattet følgende beslutning:

Rosjef: Øyvind Skorgevik

Viserosjef: Trude Mace-Meyer

Materialsjef: Espen Riktor

- *Alle valgt ved akklamasjon*

Andre saker til orientering:

I forbindelse med Høstmøtet oppnevnte styret personer til

- a) Kapproingsutvalget
- b) Årbokredaktør
- c) Regattasjef

a) Kapproingsutvalget

Kapproingsutvalget ligger under Rosjefen og sammensetningen er som følger:

- Leder: Rosjef (valgt på høstmøtet som styremedlem)
- Nestleder: Viserosjef (valgt på høstmøtet til Kapproingsutvalget)
- Medlem: Materiellsjef (valgt på høstmøtet som styremedlem)

Følgende ble utpekt av styret (ikke på valg):

Transportansvarlig: Sigurd Gullerud

Trenere med møterett: Sigurd Gullerud, samt evt andre Hovedtrenere som kommer til i løpet av sesongen

Representant for masterroere: Torstein Rekkedal

Representant for aktive juniorer: Benjamin Haug Hagen

Representant for aktive seniorer: Amélie Wessel

Representant for aktive juniorer og representant for aktive seniorer har rett til å møte i Kapproingsutvalget for å gi uttrykk for sitt syn i saker som angår gruppen de representerer, men ikke rett til å være til stede under behandlingen av saken. Utøverrepresentantene utpekes av styret.

Styret kan supplere Kapproingsutvalget gjennom året etter behov.

b) Årbokredaktør

Arbeidet til årbokredaktøren ligger under området til Styreleder: *Ragnhild Bruusgaard*

Årbokredaktøren kan velge å etablere et utvalg.

c) Regattasjef

Arbeidet til regattasjef ligger under området til Styreleder. *Saskia Trubbach*.

Regattasjef etablerer et regattavalg med *Aasta Andreassen* og *Hannah Gailis Inntjore*.

Styret ved økonomisjef Marianne Berge-Madsen orienterte om foreløpig budsjett for 2024. Klubbens største kostnadsposter og inntektskilder ble redegjort for. Fremhevet viktigheten av at klubbens medlemmer må oppdatere kontaktinformasjon på min idrett.

Følgende innspill ble fremmet:

-Torstein Rekkedal, ønske om at båter til salgs informeres om gjennom mail før det legges ut på sosiale medier. Blir fra nå av innført som rutine ved salg.

-Erling Storm fremhever styrets innsats, applaus.

Årets utmerkelser og pokaler ble delt ut:

Masterpokalen ble tildelt Michael Geyer for fremragende prestasjoner.

Rosjefens pokal ble tildelt Oline Skorgevik som mestvinnende CR-roer i 2024 sesongen.

Juniorpokalen ble tildelt Mads Reite for gode holdninger, både på og utenfor vannet.

Blomster tildelt Inger Kavlie for fantastiske resultater i 2024 sesongen. Trenerne mottok også blomster i denne sammenheng.

Avtroppende Rosjef James Wilson og Viserosjef Grete Stokke mottok blomster for sin innsats over flere år. Avtroppende regattasjefer Svein Moldestad og Tone Pahle mottok blomster for sin innsats over flere år. Tilstedeværende trenere mottok blomster for innsatsen. Inger Kavlie mottok også blomster for fantastisk sesong.

Vedlegg 1:

VALGKOMITEENS INNSTILLING TIL HØSTMØTET 2024

I henhold til CRs Lov skal det på Høstmøtet velges rosjeff og materiellsjeff til styret og viserosjeff til Kapproingsutvalget.

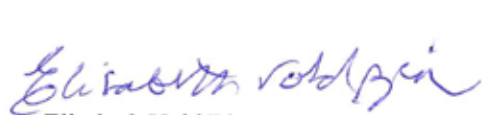
Valgkomiteens forslag er at:

- Øyvind Skorgevik velges som rosjeff (styremedlem)
- Rolf Espen Riktor gjenvelges som materiellsjeff (styremedlem)
- Trude Mace-Meyer velges som viserosjeff (medlem i Kapproingsutvalget)

Med vennlig hilsen

Valgkomiteen

Protokollen er gjennomlest og funnet i orden:


Elisabeth Vold Bjone


Iver Høy



STYRET 2024



TRENERNE BLE TAKKET MED BLOMSTER



SØDER GIR ET BILDE TIL HENRIK, SOM FIKK JUNIORPOKALEN I 23



INGER KAVLIE FIKK BLOMSTER FOR FANTASTISKE RESULTATER I 2024 SESONGEN



MASTERPOKALEN GIKK TIL MICHAEL GEYER



HØSTMØTET 2024



AVTROPPEDE VISEROSJEF GRETE ISACHSEN STOKKE



AVTROPPEDE REGATTASJEF, SVEIN MOLDESTAD



AVTROPPEDE ROSJEF, JAMES WILSON



AVTROPPEDE REGATTASJEF, TONE PAHLE

SAMHOLD OG KREATIVITET I KLUBBEN

CR handler ikke bare om årene som krysser vannet, men også om vennskap og kreativitet som strekker seg langt utover det. Her er noen små historier om medlemmer som finner sammen for hyggelige og kreative aktiviteter utenfor robanen – fellesskap i sin beste form!



Tirsdagsturgruppa har vært i 25 år og besto i hovedsak av gamle gutter som rodde aktivt i 1950- og 60-årene. Siden er noen flere kommet til. Målsettingen er å gå på tur hver tirsdag, om sommeren til fots, om vinteren fortrinnsvis på ski.



Lutefisk-laget har eksistert i 44 år og ble startet av Peter Narvestad og Per Kristian Dahlstrøm. Laget hadde fast tilhold på Theatercafeen, første tirsdag i desember. Det ble kun servert lutefisk. Inntak av øl og dram var regulert, for å unngå

«uønsket oppførsel». Christiania-sangen ble sunget mellom første og annen servering. På årets lutefisk, som ble avholdt på Erling Storm sin båt “Grace” på Aker Brygge, var det 13 personer.

CRs badenymfer er en gruppe aktive damer som liker å bade i kaldt vann, med fast jule- og nyttårs-bad. Nymfenes bad blir dokumentert i egen facebook-gruppe og særlig er bad i fjerne strøk populært. Her leder Kjersti Elvestad, som klarte å finne en kald pytt å bade i, i Indre Mongolia!



Less er vanligvis å se langs norskekysten om sommeren, men i år ble hun brukt til å frakte et vakkert brudepar på Bogstadvannet. Bruden er Madeleine Heiberg fra CR. Roerne er fra NSR.





Oslofjorden rundt på 80 minutter er et brettspill utviklet av to meget kreative damer Elisabeth B og Toril (med én l) som en gave til Stein Mørk til hans 80 årsdag. Brikkene (båtene) er tro kopier av tur og mosjons-båter spikket og malt av Toril.

Det er mulig å spille Oslofjorden rundt på 80 minutter på torsdagskvelder på Toppen. Hvis du vil lese den morsomme regelboken, kan du gå inn her: bjone.net/wp-content/uploads/2025/01/Reglene.pdf



OL på Toppen

Det var stor stemning og stinn brakke da vi samlet oss for å se OL-finalen i W2x. Marianne Berge-Madsen sto for supert initiativ og gjennomføring av

arrangementet hvor Baker Hansen stilte med kaker og huskomiteen ved Janne og Torill sørget for kaffe og god servering. Media var til stede, både NRK og TVNorge.



CRs turskøytegruppe trives på vannet sommer som vinter. Gruppens primus motorer er Sivert Kalvik og Torstein Rekkedal. Turskøyting er en fantastisk måte å oppleve naturen på. Gruppen setter sikkerheten høyt og tar aldri sjanser, for som vi sier i skøyte-miljøet: det finnes ikke sikker is, bare sikre skøytere.

REGNSKAPSFØRER FOR CHRISTIANIA ROKLUB



Slependveien 48 • 1341 Slepender • Tlf: 980 82 983

Apriil.no

Reklame
Design

Digital
markedsføring

PR

Innhold &
Publishing

Event &
Kongress

Apriil heier på roerne i
Christiania Roklub, og alle
de frivillige som bidrar til å
holde idretts-Norge i gang.

Vi skaper kommunikasjon
som engasjerer, skaper
følelser og motiverer til
ønsket handling hos de
rette menneskene.

Ta kontakt med
marianne.madsen@apriil.no
for en hyggelig prat.

APRIIL™

CONCEPT ADELSKALENDER 2023/24

NAVN	23/24	TOTAL KM 1996 TIL 2024
Jahn Rønne	1260	18936
Stein Mørk	1105	33860
Iver Høy	1070	9564
Øyvin Brøymer	1060	27135
Torstein Rekkedal	610	14428
Michael Geyer	540	1429
Jan Søderstrøm	521	30524
Jul Olsen	509	8819
Morten Flood	400	6732
Elisabeth Bjone	360	417
Olav Nygaard	360	3288
Gerhard Dürbeck	316	15019
Snorre Søderstrøm	279	2502
Maiken Herzum	245	883
Knud Boye	245	2910
Tor Schlanbusch	148	1814
Tore Lysdahl	135	3300
Elisabeth Danielsen	125	2057
Laila Thommassen	100	2111
Peter Narvestad	100	8373
Janne Spilling	77	12111
Ivar Kristiansen	50	663
Jon Hegeland	36	6950

STOLT LEVERANDØR AV LÅSSYSTEMER
TIL CHRISTIANIA ROKLUB

Romerike Låsservice
PART OF PROSERO

Tlf: +47 63 81 01 01 Email: post@rls.no Web: www.rls.no



CHRISTIANIA ROKLUBS REGNSKAP

ALLE TALL ER I HELE NORSKE KRONER

Resultatregnskap for 2024, Christiania Roklub

	Note	Resultat 2023	Budsjett 2024	Resultat 2024	Budsjett 2025
Driftsinntekter					
Medlemskontingenter	2	421 200	357 000	332 450	325 000
Treningsavgift		322 600	512 500	406 800	412 500
Roskole		70 300	90 800	56 675	90 000
Utleie Kongen		118 000	140 000	165 200	150 000
Regattainntekter		255 051	260 000	253 260	250 000
Salg materiell, brukt utstyr		190 002	220 000	355 704	150 000
Salg, årbok, treningsklær, kafe m.m		241 621	154 079		
Egenandeler		261 214	342 500	394 831	429 000
Andre driftsinntekter		105 611	160 370	162 392	207 708
Offentlig og privat støtte - gaver	3	1 313 334	825 000	1 777 927	1 070 000
Viderefakturerte kostnader arrangementer				339 262	
Sum inntekter		3 298 933	3 062 249	4 244 500	3 084 208
Driftskostnader					
Kostnader årbok, kafedrift og treningsklær		187 028	97 855	118 501	121 468
Regattaarrangement		119 982	120 000	134 096	210 500
Lønnskostnader	5	884 201	1 160 852	1 036 110	1 007 111
Leie lokaler	4	1 565 025	1 136 000	1 237 785	1 248 000
Drift Bogstad – strøm, vedlikehold, renhold m.m		420 427	545 912	578 375	404 300
Drift Kongen – strøm, vedlikehold, renhold m.m		496 962	335 260	347 890	399 000
Drift bil, henger og følgebåter		106 320	155 000	152 510	220 000
Ro og treningsmateriell, vedlikehold og nyinnkjøp		324 145	240 000	274 779	250 000
Innkjøp båter og årer		1 362 933	1 200 000	2 285 438	822 341
Konkurranser, samlinger og elitesamling		1 200 751	1 455 000	1 424 407	1 610 000
Ting, styremøter og romøter		7 476	7 849	35 894	42 329
Premier, utmerkelser og oppmerksomheter		25 190	26 449	178 712	30 000
Regnskap og revisjon	6	243 345	255 512	266 326	276 979
Forsikring anlegg og utstyr		128 592	135 022	153 689	165 000
Bank og betalingsomkostninger		24 025	25 226	27 532	31 000
Avskrivninger bygninger og anlegg		151 945	152 000	149 867	152 000
Andre driftskostnader		133 855	141 326	167 069	132 181
Tap på fordringer					
Sum Driftskostnader		7 382 202	7 189 263	8 568 978	7 122 209
Driftsresultat		-4 083 269	-4 127 014	-4 324 478	-4 038 002
Finans					
Renteinntekter		1 475 900	1 759 250	1 759 650	1 759 650
Annen Finansinntekt		155		31 444	26 000
Aksjeutbytte		2 400 333	2 400 000	2 400 342	2 400 000
Sum Finansinntekter		3 876 388	4 159 250	4 191 436	4 185 650
Rentekostnader		28 739	30 000	29 826	31 000
Andre finanskostnader		16 299		14 892	15 000
Sum finanskostnader		45 038	30 000	44 718	46 000

Resultatregnskap for 2024, Christiania Roklub

	Note	Resultat 2023	Budsjett 2024	Resultat 2024	Budsjett 2025
Netto finans		3 831 350	4 129 250	4 146 718	4 139 650
Ordinært resultat		-251 919	2 236	-177 760	101 648
Årsresultat	10	-251 919	2 236	-177 760	101 648
Overføring til egenkapital		-251 919		-177 760	

Balanse per 31. desember 2024, Christiania Roklub

EIENDELER	Note	2023	2024
Anleggsmidler			
Robase Bogstad	7	3 243 162	3 145 193
Båtmateriell		-	
Bil		275 535	244 920
Hengere		85 233	63 950
Sum varige driftsmidler		3 603 930	3 454 063
Finansielle anleggsmidler			
Aksjer i Lahellegrunnen AS	8	100 000	100 000
Lån til Lahellegrunnen AS		22 700 000	22 700 000
Andre fordringer			
Sum finansielle anleggsmidler		22 800 000	22 800 000
Sum anleggsmidler		26 403 930	26 254 063
Omløpsmidler			
Varer		145 850	129 000
Sum omløpsmidler		145 850	129 000
Fordringer			
Kundefordringer		162 533	55 130
Andre kortsiktige fordringer og forskuddsbetalinger		338 546	252 059
Tapsavsetning			
Sum fordringer		501 079	307 189
Sum bankinnskudd og kontanter	9	1 543 990	1 706 358
Sum omløpsmidler		2 190 919	2 142 547
Sum eiendeler		28 594 849	28 396 608

EGENKAPITAL OG GJELD	Note	2023	2024
Egenkapital			
Egenkapital	10	27 372 777	27 120 859
Årsresultat	10	-251 919	-177 760
Sum egenkapital		27 120 858	26 943 099
Gjeld			
Avsetning for forpliktelser			
Annen langsiktig gjeld			
Sum langsiktig gjeld			
Kortsiktig gjeld			
Leverandørgjeld		296 310	191 266
Forskuddstrekk		32 979	22 055
Skyldig arbeidsgiveravgift		13 045	19 875
Påløpte kostnader / forskuddsbetalte inntekter		28 826	116 506
Annen kortsiktig gjeld og avsetninger		108 412	71 565
Fond - øremerkede gaver		994 419	1 032 245
Sum kortsiktig gjeld		1 473 991	1 453 511
Sum gjeld			
Sum egenkapital og gjeld		28 594 849	28 396 609

Oslo, 25. februar 2025

Petter Johnsrud Hagen / styreleder

Tone Astrid Pahle / nestleder

Øyvind Skorgevik / rosje

Espen Riktor / materiellsjef

Sissel Ose Pedersen / tur- & mosjonssjef

Ivar Kristiansen /anleggssjef

Herman Næss-Ulseth / sekretær

Marianne Berge-Madsen/ økonomisjef

Michael Geyer / varamedlem

NOTER TIL REGNSKAP FOR CHRISTIANIA ROKLUB 2024

Alle tall er i hele norske kroner

Note 1 - Regnskapsprinsipper

Årsregnskapet er satt opp i samsvar med regnskapsloven og god regnskapsskikk. Særregler for små foretak og ideelle organisasjoner er nyttet for alle poster der det foreligger slik valgdgang. Det betyr også lovens adgang til å fravike sammenstillingsprinsippet. Regnskapet føres etter regnskapsprinsippet slik at inntekter føres når de opptjenes og utgifter når de påløper.

For medlemskontingenter nyttes kontantprinsippet fra 2020. Det betyr at kontingenter blir inntektsført det året de blir betalt.

Prinsippendring 2022

Fra og med regnskapet for 2022 har styret besluttet å endre prinsipp for kostnadsføring av innkjøp av båter og ro-materiell. Prinsippet har siden 2015 vært å følge reglene i bokføringsloven om aktivisering og avskrivning av alle kostnader over 15.000,-. Fra og med regnskapet for 2022 har styret besluttet å endre dette prinsippet slik at alle innkjøp av båter kostnadsføres i den perioden de blir betalt. Tidligere års balanseførte verdier ble kostnadsført i regnskapet for 2022. Bakgrunnen for endringen er at balanseføring og avskrivninger gir CR en likviditetsulempe, samtidig som pengeverdien for mva -refusjon reduseres i tider med inflasjon. Dette skyldes at kostnadssiden i resultatregnskapet er bestemmende for størrelsen på den mva-refusjonen klubben får.

Balanseføring og avskrivning av bygg, anlegg, biler og tilhengere følger samme prinsipp som tidligere år.

Note 2 - Inntekter

Antall medlemmer i CR i 2024 var 429.
Antall betalte kontingenter i 2024 var 328.
Herav var 253 aktive medlemmer og 75 passive.
Inntektene fra aktive medlemmer var kr 293.450
og inntektene fra passive medlemmer var kr 39.000.

Note 3 - Offentlig støtte og gaver

Offentlige tilskudd og gaver knyttet til ordinær virksomhet utgjorde i 2024, følgende:	
Sparebankstiftelsen DNB	98 910
Eckbos legat	460 000
Norges Idrettsforbund, Utstyrsmidler 2023	287 921
Aktivitetsstøtte Oslo Kommune	22 200
Lokale aktivitetsmidler NIF (LAM)	46 544
Strømsstøtte	4 425
Driftsstøtte til idrettsanlegg - Norges Idrettsforbund	140 000
Lotteri og stiftelsestilsynet	6 872
Mva-kompensasjon 2023	463 686
Private gaver	120 000
Grasrotandel Norsk Tipping	21 767
Bingo	6 590
Spleis - Inger Kavlie	99 012
Sum	1 777 927

Note 4 - Husleie

Ved gjennomgang av regnskapet i 2023 ble vi klar over at husleien for 1. kvartal 2023 ble periodisert feil ved årsskiftet 2022/2023.

Periodiseringsfeilen medførte at leien for 1. kvartal 2023, ble bokført som en reduksjon av kostnadene i regnskapet for 2022 og tilsvarende, en kostnad i regnskapet for 2023.

Om periodiseringen hadde vært ført korrekt ville resultatet for 2023 vist et lite overskudd på kr 12.000,-

Note 5 - Lønnskostnader og antall ansatte

Klubben har hatt i snitt hatt 4 ansatte i 2024
Det er registrert følgende lønnskostnader de siste to årene:

	2023	2024
Lønn og honorarer	808 832	862 653
Arbeidsgiveravgift	75 369	173 457
SUM:	884 201	1 036 110

Det er ikke betalt honorar til styremedlemmer eller kontrollutvalg. Klubben har ikke daglig leder eller andre ledende ansatte.

Klubben er pliktig til å betale obligatorisk tjenstepensjon for alle ansatte. Premien var kr 23.510,- i 2024 og inngår i lønnskostnadene ovenfor.

Note 6 - Revisjon

Honorar til revisor i 2024 utgjør kr 49.500 for revisjon og kr 9.900 for bistand med mva kompensasjon. Honoraret er oppgitt inklusiv merverdiavgift.

Note 7 - Anleggsmidler

Robase Bogstad	
Historisk verdi	1 000 000
Tilført gjennom rehabilitering/universell utforming i 2020-2022 ink mva	5 335 589
Nedskrevet med spillemidler bevilget tidligere år	-1 415 000
Mva refusjon	-1 057 332
Forsikringsoppjører	-81 025
Utgiftsført i anleggsperioden	-239 714
Sum kostpris	3 542 518
Kostpris	3 542 518
Akk. Avskrivninger 01.01.24	-299 356
Avskrivninger 2024	-97 969
Bokført verdi 31.12.24	3 145 193

Anlegget blir avskrevet over festekontraktens lengde. Det står igjen 31 år pr 31.12.24

Note 8 - Finansielle anleggsmidler

Aksjer
Klubben eier 1.000 aksjer pålydende kr 1.000 i Lahelle-grunnen AS. Dette utgjør 100% av aksjekapitalen. Aksjene er verdsatt til anskaffelseskost, som var kr 100 pr aksje.

Note 9 - Bundne midler

Bundne midler pr 31.12.24
I posten bankinnskudd inngår konto for bundne skattetrekksmidler med kr 22.056,-.
Skyldig skattetrekk er kr 22.055,-.

Note 10 - Egenkapital

Egenkapital	
Egenkapital 01.01.2024	27 120 859
Årets resultat	-177 760
Egenkapital 31.12.24	26 943 099

Regnskap for klubbens fond pr 31.12.2024

	2024	2023
Brødrene Rosenbergs fond		
Beholdning pr 1/1	50 048	48 590
Renter	1501	1458
Beholdning pr 31/12	51 549	50 048
Boye Schlytters fond		
Beholdning pr 1/1	19 022	18 468
Renter	571	554
Beholdning pr 31/12	19 593	19 022
Hannibal Fegths fond		
Beholdning pr 1/1	233 766	226 957
Renter	7013	6809
Beholdning pr 31/12	240 779	233 766
Livsvarige medlemmers fond		
Beholdning pr 1/1	421 503	409 226
Renter	12645	12277
Tilførsel		
Beholdning pr 31/12	434 148	421 503
Andelslaget		
Beholdning pr 1/1	119 705	108 937
Renter	3591	3268
Innskudd, skapavgift, gave etc	8 000	7 500
Beholdning pr 31/12	131 296	119 705
Helge Dalsets fond		
Beholdning pr 1/1	150 145	145 772
Renter	4504	4373
Beholdning pr 31/12	154 649	150 145
Sum ovenstående fonds	1 032 014	994 189
Rentesats	3	
Sum renter	28 739	

Innskuddsrenten har vært omlag 3% i 2023 og 2024.



STYRETS ØKONOMISKE BERETNING FOR ÅRET 2024 TIL ÅRSMØTE I CHRISTIANIA ROKLUB

Denne beretning gir en kort oversikt over enkelte hovedpunkter knyttet til styrets arbeide med økonomien i Christiania Roklub.

Aktivitet

For en generell beretning over aktivitetene i klubben viser styret til årboken forøvrig. CR er en klubb med et aktivt og levende idrettsmiljø for medlemmer i alle aldre i tråd med idrettens formålsbestemmelser.

Medlemstall

I utgangen av 2024 hadde CR 284 aktive (eks. livsvarige), 63 livsvarige og 82 passive medlemmer. Totalt 429 medlemmer.

Styrets økonomiske beretning

I 2024 er det mange som har merket prisstigninger på lommeboken. Dette har også CR gjort. Valutakursen har gjort at både materiell og reiseaktivitet har blitt vesentlig dyrere, og generell prisstigning har gjort at de aller fleste kostnader har økt. Vi har likevel klart å holde aktivitetsnivået oppe, uten for store kostnadsøkninger for medlemmene.

Styret har gjennom året fått tilsendt periodiske regnskapsrapporter i forbindelse med styremøter, og har gjort beslutninger etter beste evne.

Treningsavgifter har generelt gitt klubben noe mer inntekter fra medlemmene. Generelt går det dessverre med svært mye tid for enkelte medlemmer i styret på å purre medlemmer som ikke betaler medlemskontingent, treningsavgift og egenandeler. Dette er en tidkrevende og

lite takknemlig jobb som burde være unødvendig. Vi ber derfor alle medlemmer om å legge seg ekstra i selen for å være gode betalere, og sjekke *minidrett.no* om all informasjon er korrekt slik at man mottar fakturaer.

Vi har også fått inntekter ved å få solgt unna en god del båter i 2024, og dermed ryddet plass i båthallen. Vi har også budsjettert med enkelte båtsalg i 2025.

Av aktiviteter utover nasjonale regattaer for våre raceroere, kan det nevnes treningssamling i Sevilla og regattaer i blant annet Henley. Raceroerne har for de fleste arrangementer blitt belastet egenandeler som ligger på 30-50% av den totale kostnaden, resten er dekket av klubben. Vi har flere yngre roere som har representert Norge i mesterskap. I tillegg har vi Inger og Birgit som har vært på elitelandslaget gjennom 2024 og representert Norge internasjonalt i senior, som har fått dekket sine representasjoner av klubben.

Gjennom 2024 har det blitt lagt ned et betydelig arbeid fra styret med å søke flere stiftelser om støtte, og vi har hatt stort hell med det. Klubben har mottatt bidrag fra Sparebankstiftelsen DNB til bryggeprosjektet på Bogstad, og fra Eckbos legat til en ny dobbeltfirer til juniorjentene. Klubben har også mottatt private gaver, strømstøtte, aktivitetsstøtte fra kommunen samt driftsstøtte, utstyrsmidler og aktivitetsmidler fra NIF. Styret retter en stor takk til alle disse giverne og bidragsyterne. Bidragene er nærmere detaljert i noteverket.

Klubben har gjennomført betydelige investeringer gjennom året. Anleggsmessig har vi f.eks. fått ny brygge på Bogstad, noe som var helt nødvendig.

Utstyrmessig har vi kjøpt en rekke båter, som bidrar til å løfte kvaliteten på båt-parken for hele klubben. Det har også blitt kjøpt inn flere årer, og vi søker at det alltid skal være egne årer til hver båt. En betydelig sum går også til å oppgradere og reparere båter vi allerede har – slik at vi kan ta vare på de lengst mulig. Her er vi også avhengig av daglig vedlikehold og forsiktig håndtering fra roerne, slik at båtene holder topp kvalitet lengst mulig. Vi har også kjøpt inn 6 stk BikeErgs til romaskinrommet og litt mindre treningsutstyr.

Det er stadig større kostnader og krav forbundet med å holde regatta, og klubbene har betydelig mindre inntekter på dette enn tidligere. Under NM 2024 var ikke arrangørklubb kapabel til å kjøre regnskapet, og det endte med at alt gikk gjennom CR sitt regnskap.

Styret har utarbeidet et detaljert budsjett for 2025. Ambisjonen for aktivitetsnivået fremover er høyt og klubben legger opp til omfattende trenings-, samlings- og konkurranseaktivitet. Vi budsjetterer for et scenario der flest mulig av våre roere

lykkes og er mest mulig aktive. Det legges også opp til noe innkjøp av treningsutstyr, og det legges som vanlig opp til innkjøp av nye båter. Vi budsjetterer også for vedlikehold og reparasjoner. Det er planlagt innkjøp av en etterlengtet tur- og mosjonsbåt, og det kommer også flere racebåter i 2025. Styret ønsker også å kunne investere i en dameåtter i rimelig fremtid, noe som har vært på ønskelisten i en årrekke. Dette er avhengig av at vi klarer å få inn støtte.

Klubben er helt avhengig av renter på lån og utbytte fra Lahellegrunnen for å kunne opprettholde dagens aktivitet.

For videre detaljer om klubbens økonomi viser vi til årsregnskapet med noter, kontrollutvalgets beretning og den årsmøtevalgte revisors beretning, samt budsjett for 2025.

Styret er av den oppfatning at klubbens økonomi er vel rustet for fremtidig drift. Klubben savner en stabil og sikker samarbeidspartner som vil kunne sponse klubbens aktiviteter. Det vil jobbes med dette fremover samtidig som klubben stadig vil søke støtte fra ulike legater og fond.

Vi ønsker medlemmene god lesning av årboken.

Oslo, 25. februar 2025

Petter Johnsrud Hagen / styreleder

Tone Astrid Pahle / nestleder

Øyvind Skorgevik / rosjeff

Espen Riktor / materiellsjef

Sissel Ose Pedersen / tur- & mosjonssjef

Ivar Kristiansen /anleggssjef

Herman Næss-Ulseth / sekretær

Marianne Berge-Madsen/ økonomisjef

Michael Geyer / varamedlem

DETTE SKJER I 2025

MARS	
Roerlangrennet	9. mars
Oslo Rokrets årsmøte	11. mars
Generalforsamling	27. mars
APRIL	
Concept-regatta	5. april
Første rodag	15. april
Dugnad Kongen	23. april
Åpning	27. april
MAI	
Roskole	3. - 4. mai
Eskadreroing Solodden	25. mai
JUNI	
Geita rundt	5. juni
Bleikøya rundt	12. juni
Kongen 100 årsjubileum	18. juni
AUGUST	
ARO-mila	18. august
Vi griller på Toppen	21. august
Ramberg 8-ern	27. august
NM Årungen	29.- 30. august
SEPTEMBER	
Superweekend	6. – 7. september
Ulvøya rundt	28. september
OKTOBER	
Siste rodag	15. oktober
Coastal regatta	19. oktober
Høstmøte	30. oktober
NOVEMBER	
Rekeaften	14. november
DESEMBER	
Grøtkveld	18. desember
MARS 2026	
Generalforsamling 2026	26. mars

TERMINLISTE 2025



DATO	REGATTA	ARRANGØR OG STED	INTERNASJONALT / ANDRE REGATTAER
11 / 1	NM ergometerroing	Sarpsborg RK, Tindlundhallen.	
28-30/3			Filippi Cup Beach Sprint (ITA)
26-27/4	Drammen River Cup Regatta	Drammen RK, Drammen	
3-4/5			Studentmesterskapet Filippi Cup Beach Sprint (ITA)
10-11/5	Forsommerkapproing	Ormsund RK, Årungen	
24-25/5	Stokkavannsregattaen	Stavanger RK, Store Stokkavatnet	EM U19 Kruswica (POL) Filippi Cup Beach Sprint (ITA)
31/5-1/6			EM Plovdiv (BUL) Ratzeburg (GER)
7-8/6	Østlandsregattaen	Moss RK, Årungen	Gavirate (ITA)
14-15/6	NM-veka: NM Beach Sprint	Stavanger RK, Vågen	World Cup Varese (ITA)
21-22/6	Nordisk Mesterskap og Årungenregattaen	NSR, Årungen	Nordisk Mesterskap (NOR)
28-29/6			World Cup Lucerne (SUI)
5-6/7			Sorø (DEN) Henley Royal Regatta (ENG)
26-27/7			VM U23 Poznan (POL)
2-3/8			Coupe de la Jeunesse Linz (AUT)
9-10/8			VM U19 Trakai (LTU)
16-17/8	Tunevannsregattaen m/Mastermesterskap	Sarpsborg RK, Tunevannet	
29-31/8	Norgesmesterskapene	Christiania RK, Årungen	
6-7/9	Kjørbosprinten	Bærum RK, Kalvøya	EM U23 Racice (CZR)
13-14/9			Masters Banyoles (ESP)
20-21/9	Ungdomsmesterskapet og Ulvenregattaen	Os RK, Ulvenvannet	VM Shanghai (CHN) Student EM EUSA (POL)
27-28/9			VM Shanghai (CHN) Baltic Cup SWE
9-13/10			EM Beach Sprint Manavgat (TUR)
18-26/10			VM Beach Sprint ? Coup de la Jeunesse Beach Sprint ?
10/1 2026	NM i ergometerroing	Arrangør velges våren 2025	

Christiania Roklub
Frognerstranda 2, 0250 Oslo
Mail: post@christianiaroklub.no

Design: Apriil Media – apriil.no
Trykk: UnitedPress

Good vibes
Året rundt



*Mer enn bare en marina,
det er en destinasjon*



Thar she blows!



WWW.KONGENMARINA.NO

TLF: +47 22 55 40 55