

NR



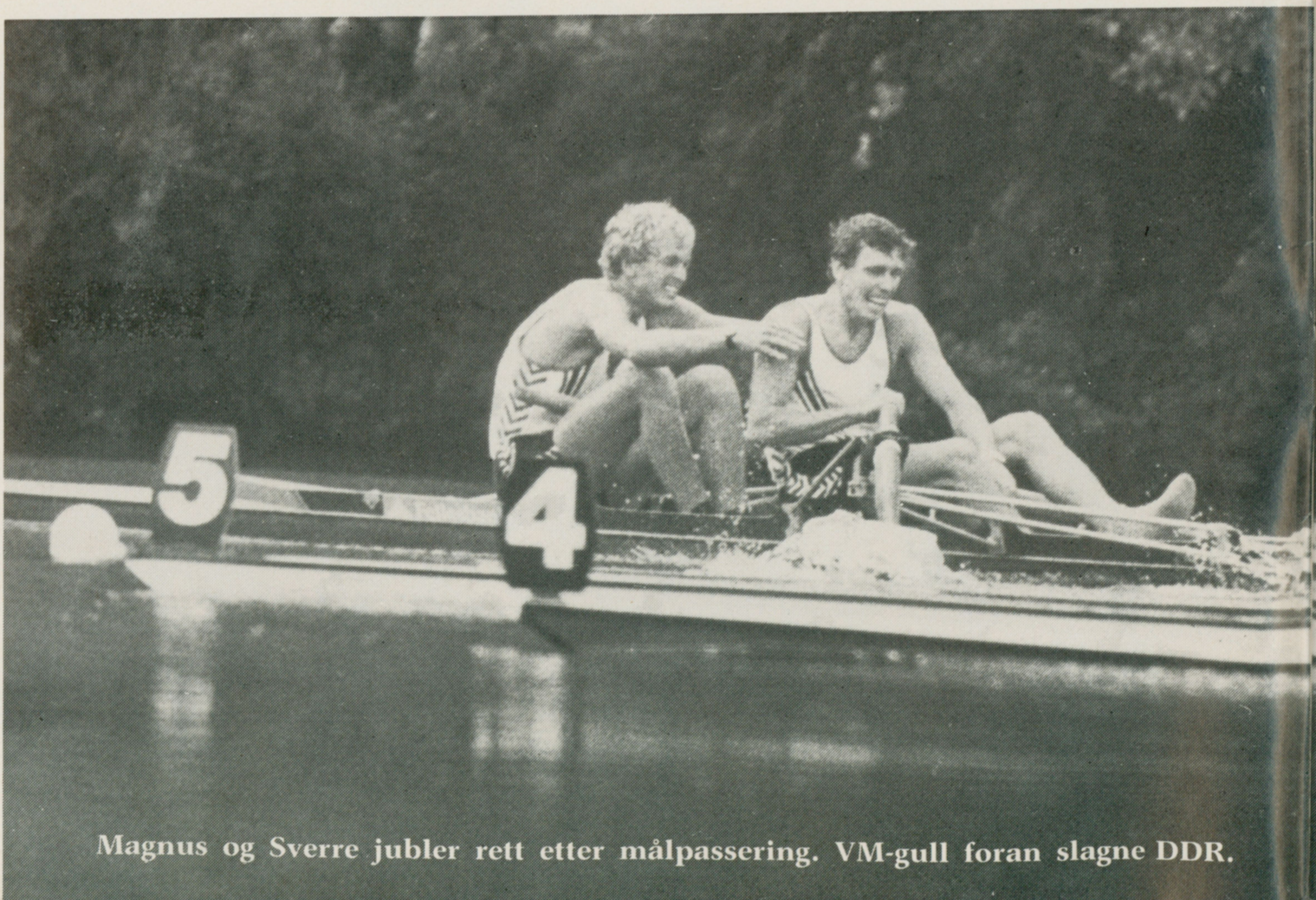
GULLEKSTRA
1982



Rolf og Alf jubler rett etter målpassering. VM-gull foran slagne DDR.



Dagen vi aldri har opplevd maken til! ➡



Magnus og Sverre jubler rett etter målpassering. VM-gull foran slagne DDR.



Da hele verden heiet på NORGE

LUZERN, SVEITS -
29. AUGUST 1982

20.000 VM-tilskuere reiser seg av begeistring. De hisses opp av trampeklapp som brer seg i økende styrke. Utover den ellers fredelige og idylliske Rotsee lyder taktfast og omhverandre: «NORWEGEN — NORWAY — NORGE».



— Det er som en drøm.....

Det går mot slutten i dobbeltsculderfinalen. Norge har avansert fra sisteplass og ligger på høyde med DDR og drar ifra. Det blir gull takket være et solid håndverk.

Alf Hansen og Rolf Thorsen takker hverandre mens øst-tyskerne Joachim Dreifke og Kröppelien ligger utslått i båten. Publikum hyller dem som verdensmestre og de hiver fortsatt etter pusten når gullmedaljene blir hengt om halsen på dem.

Ropresident Thorleif Thorgeren går fram på den røde løperen og gir sine roere en hjertelig skulderklapp. TAKK!

Hva VM-tilskuere og TV-verden ikke visste da, men som de fikk oppleve 20 minutter seinere var at denne hendelsen egentlig måtte betraktes som et varsel på at mer ville komme. Som om det var en reprise opplevde alle å måtte gjennomgå den samme ulidelige spenning og fantastiske begeistring i toerløpet. Igjen med DDR og Norge i hovedrollen.

Som skutt ut av en kanon går DDR ut fra start, bak i feltet arbeider Sverre Løken og Magnus Grepperud seg oppover. Mindre enn 500 m fra mål går de til angrep på øst-tyskerne. Glir forbi og vinner gull de også.

Det seremonielle gjentar seg. Aldri har norsk rosport opplevd maken. Selv hine julidag under Montreal-OL med gull og sølv kommer i skyggen.

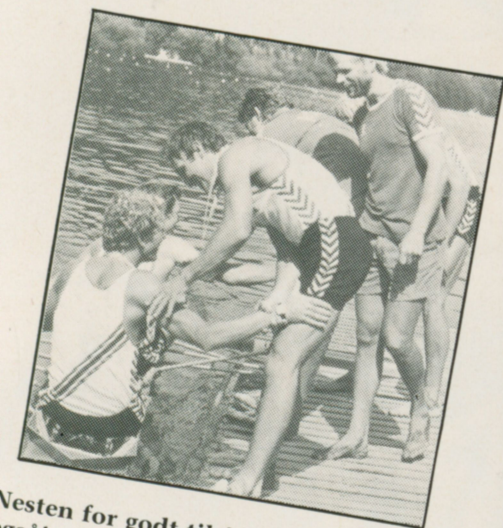
— Ikke rart at president Thorgeren er dypt rørt der han igjen kalles fram «på teppet».

— Vi trodde ikke det var mulig. Dette er nesten for godt til å være sant.

Sa Løken og Grepperud etterpå. Om dette klisjeaktige uttrykket noen gang har vært berettiget var det da. Skjønt, Åke Fiskerstrand hadde jo drømt om det på forhånd, akkurat som da de to slo de russiske tvilling-verdensmest-



Gratulerer, karer. Thorleif Torgersen utfører enhver presidents drøm.



Nesten for godt til å være sant, dere også!



Så mange gullgutter har vi aldri fått på en gang.



En virkelig herlig drøm...

GULLGUTTA:

ALF HANSEN

34 år gammel. Har siden han la opp som guttebryter tilhørt Ormsund Roklubb. Den største gullgutt norsk roing har fostret. Hadde sin første egentlige ferie på 13 år i høst. Elektriker.

ROLF THORSEN

21 år gammel. Ble Horten Roklubbs første verdensmester før han noen uker seinere for første gang ble NM-vinner da han slo makker Alf Hansen i en spennende NM-duell på Årungen. Ingeniørstudent.

SVERRE LØKEN

21 år gammel. Tilhører Norske Studenter Roklubb. Satt på forbundsfiren i 1979 og 1981. Oppnådde gode resultater også som junior. Han er presterist i flere fag ved Examen Artium. Medisinstudent.

MAGNUS GREPPERUD

23 år gammel. Ror for Ormsund Roklubb. Satt sammen med makker Løken også i forbundsfiren. Var nær ved å kappe av seg armen i 1981. BI-student.

rene Pimenov i Amsterdam to måneder tidligere.

Etter de to VM-løpene kunne nordmenn med nesa høyt i sky gå rundt og beklage, — det var bare disse to båtene med.

Da toeren klappet til brygga med gullmedaljene om halsen, sto dobbeltscullerens mannskap og Åke Fiskerstrand klar til å gratulere. Og uten å være forberedt på det kastet de fire gullroerne «Gullfisken» i vannet.

Deretter bar Sverre og Magnus båten opp på land, demonterte riggene og pakket sammen før de trakk seg tilbake for å fordøye det som var skjedd.



Hard og målbevisst satsning førte Sverre Løken og Magnus Grepperud til topps.

TANKER OMKRING
CHAMPIONNATS
DU MONDE
FISA
LVCERNE 1982
VM-GULLMEDALJEN



Er det slik den ser ut. Første gullmedaljer beundre nysgjerrig av toermannskapet.



Tanken omkring en gullmedalje begynte selvfølgelig lenge før VM, i Luzern. Målene har riktignok hele tiden vært forholdsvis realistiske, og er blitt flyttet oppover etterhvert som fremgangen har vist seg på trening og konkurranser. Likevel har en gullmedalje vært betraktet som et langsiktig og kanskje utopisk mål — som en slags drøm i det fjerne.

Hva skjer så når drømmer plutselig og uventet går i oppfyllelse? De umiddelbare reaksjonene var som man kunne vente — en intens opplevelse av glede, lykke og en utløsning av spenning som hadde bygd seg opp den siste perioden før VM-finalen. For oss som vant for første gang, var dette det største vi noengang hadde opplevd. For Magnus og meg var dessuten resultatet langt i overkant av hva vi hadde drømt om. Selv etter de innledende løpene var tanken om gull fjern. Derfor ble også opplevelsen ekstra sterk. At også Alf og Rolf vant, gjorde sitt til at det hele nesten var for utrolig til å være sant.



Takk for hjelpen!

Hvordan er så tankene når man har fått det hele på avstand? Vi kom fort ned på jorda igjen. Medaljene forandret neppe livet til noen av oss, og dagene går nå som før med trening og skolegang. Vi vant alle fire gullmedaljer som jeg tidligere så på som en fantastisk drøm. Likevel ser jeg ikke på meg selv som fantastisk av den grunn. Det er vel snarere synet på gullmedaljen enn synet på meg selv som har forandret seg.

Medaljen er blitt en del av et forholdsvis nøkternt selvbilde, og dermed en del av hverdagen. På en måte kan man si at målet eksisterte bare mens det ennå ikke var nådd. Den følelsen kan betraktes som en slags tomhet, hvor man stiller seg spørsmålet om det bare var mens vi arbeidet for å oppnå gullmedaljen, at den hadde noen verdi.

Dette tror jeg er et viktig poeng. Å se på medaljen der den henger på veggen, gir ikke i seg selv tilfredsstillelse, men den kan vekke minner om kameratskap, godt miljø, hyggelige opplevelser, gleder ved å nå et mål, og gjennom det å skape grunnlag for nye mål.

Sverre Løken

Asbjørn Enstad

AUT. INSTALLATØR



Apotekergt. 18 - Tlf. 45 440

HORTEN

«Lys i Sentrum»

Elektrisk installasjonsforretning.
Alt i belysning — Varmekabler —
Aircondition — Matbodkjølere etc.

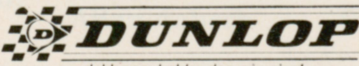


SP55 STEEL SNOW ROYAL

STÅLRADIAL
Moderne design — 8 rader med pigger!

STÅLRADIAL PIGGDEKK
Aggressivt åpent mønster med rette skuldre holder bilen trygt gjennom svingen. Maksimalt grep på sneføre.

Lavt støynivå, god styring, skikkelig grep på vanskelig føre. Kan repigges.



— dekk som holder deg på veien!

Vinderen Elektriske Forretning

Lakkegt. 19, Oslo 1. Tlf. 68 92 90.

ELEKTRISKE ANLEGG

A/s Erling Storm

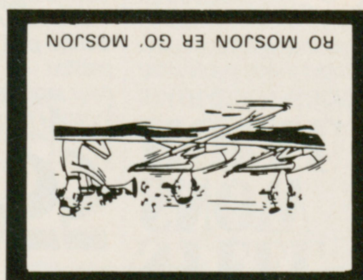


ROERE
INDUSTRIANLEGG
TRYKKERIANLEGG
FORRETNINGSBYGG
BOLIGBYGG
VILLA-
INSTALLASJONER

3dje generasjon Storm er

aktiv i CR i dag

Bruk «roer-bedrifter»!



Vi har levert båter til
norske roere i 16 år

Tlf. arbeid 88 23 66 - priv. 88 12 54

1800 ASKIM

ARNE HASLE

SINGELSCULLER — SINGELTRIMMER
DOBBELTSCULLER — DOBBELTRIMMER

STORGATEN 2, OSLO 1
TELEGRAMADRESSE: AWILSHIP
TELEFON: 33 14 70

SKIPSREDERI

ANDERS WILHELMSEN

Super Socco er en ny, forfriskende torsk-
slusker for alle som driver sport. Det er
et naturprodukt laget av saft fra sitroner,
appelsiner og grapefrukter. Dessuten er
Super Socco rik på druesukker som gir
eksstra energi.

**NY
SUPERDRIKK
FRA USA!**

SUPER SOCGO



A. SMITHS, OSLO

SPORT
OG FRITID

BL.A. FINNER DU:



**VINNER STADIG
STØRRE TERRENG**

SWIX

Vi kan bil



IDRETT OG ØKONOMI -MÅ MYE HA MER?

IDRETT OG ØKONOMI er etter hvert blitt begreper som både på godt og vondt er uløselig knyttet til hverandre.

Økonomi, eller mangel på sådan, er et «problem» som idretten sliter med i sin daglige virksomhet, enten man driver på klubb-, krets- eller forbundsplan.

En rekke omfattende utredninger om idrett og økonomi er foretatt både innenfor anleggsområdet og for idrettens drift og virksomhet forøvrig. Samtlige har hatt munnet ut i konklusjon om et sterkt behov for økte midler.

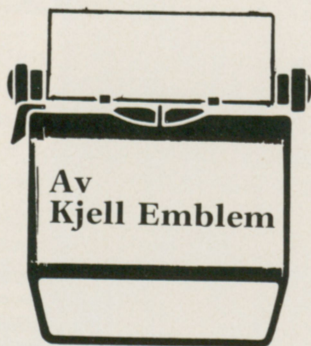
Det hersker imidlertid ingen tvil om at det har vært en meget kraftig økning av midler til norsk idrett gjennom 1970-årene, i første rekke grunnet en enorm tippeinteresse i vårt land.

Året 1983 kan i så måte bli en real blåmandag for norsk idrett i og med at tippeomsetningen i inneværende år har vist en dramatisk nedgang. I øyeblikket ser det derfor ut til å bli en betydelig reduksjon av disponible midler både for anleggssektoren og den aktive idrett.

På kort sikt vil dette naturlig nok få store konsekvenser, men jeg vil hevde at norsk idrett totalt sett, og på noe sikt, vil være tjent med at vi tvinges til å stoppe opp og spørre oss selv hvordan vi disponerer våre, tross alt, relativt store midler.

Behovet kan virke umettelig, for så snart ett er dekket skapes flere nye.

Ser vi på anleggssektoren er tendensen at så snart en ny hall er ferdig bygget er det praktisk talt ikke ledig en time, da stadig nye grupper «dukker opp» og har behov for treningstid. Bl.a. ved at de naturlige utendørsidretter også ønsker å drive sin idrett innendørs, samt at alle idretter helst ser **sin** idrett drevet på hvert eneste sted i vårt vidstrakte land. Dette uansett om forholdene, geografisk, klimatisk eller på andre måter, gjør dette naturlig.



Videre går det i retning av at svært mange idretter ønsker sine egne spesialhaller. — Fra idrettens egen side er jeg overbevist om at en bedre koordinering og samarbeid på dette område vil være hensiktsmessig. I disse trange økonomiske tider vil det kanskje også vise seg å være en nødvendighet.

Etter at det de siste 10-15 år har vært bygget et meget stort antall idretts- og svømmehaller, samt andre idrettsanlegg, merkes i dag til fulle de store omkostningene ved drift og vedlikehold.

Jeg ser derfor ingen fornuft i en fortsatt akselererende utbygging av nye haller og anlegg dersom man parallelt med nybygging må innskrenke driften av allerede eksisterende haller/anlegg grunnet store driftsomkostninger.

Tar vi så for oss selve den aktive idrett er nok også her en sterk tendens til et økende «pengejag». Med den menneskelige «egenskap» at «**mye vil ha mer**» er jeg redd for at man likevel aldri føler at man får nok, uansett hvor mye midler som tilføres.

Det hersker selvfølgelig ingen tvil om at det trengs penger for å drive idrett, og jo høyere nivå man driver på, dess mer penger trengs.

Det er imidlertid viktig å ha helt klart for seg at penger tross alt, i denne sammenheng, kun er et middel og ikke et mål i seg selv.

I enkelte idretter kan man få inntrykk av at dette forholdet er snudd på hodet i kampen og diskusjonen omkring tapt arbeidsfortjeneste, stipender, overgangssummer, honorarer, bilordninger og andre materielle goder.

Vårt eget forbund, Norges Roforbund, skulle være det beste bevis på at topp internasjonale resultater er fullt mulig å oppnå med svært begrensede økonomiske ressurser når man har en gruppe aktive med et høyt ambisjonsnivå og en fandenivoldsk innstilling om å ville bli best. Jeg tror at holdningen og innstillingen til det man driver med er atskillig mer avgjørende enn penger når det gjelder spørsmålet om å bli (best) — **verdensmester**.

Norsk rosport

Utgiver:

Norges Roforbund
Hauger Skolevei 1
1351 Rud

«GULLEKSTRA 1982»

Ansvarlig redaktør:
Kjell Emblem

Redaktør / Lay Out:
Allan Aabech

Fotos:
Rolf Arne Odiin
Odd Wentzel
Allan Aabech

Sats:
I-Forlaget a/s
Trykk:
Team-trykk a/s

Hvorfor vinner norske roere?



De siste åretak mot gull. DDR i båt nummer 5 blir lenger og lenger bak.

OWATROL
PRODUKTER

OLSEN & WANG
JERNBANEVEIEN 2, OSLO 6.
TLF.: 26 65 10.

„FORDI NORGE ER BEST EGNET FOR ROING!“

Det er imidlertid ikke bare om vinteren at vi har bedre treningsforhold enn våre konkurrenter. Vi har det også i sommerhalvåret. Roere på kontinentet har jevnt over større problemer med båttrafikk og vind i sine treningsfarvann enn det vi har. Vi må framover arbeide for at myndighetene innser nødvendigheten av å beskytte roklubbenes tross alt begrensede treningsområder mot den stadig økende motorbåt-trafikken, slik at vi også i framtida kan beholde denne fordelene. **Det** koster ikke engang penger, bare litt omtanke og forståelse for at prinsippet om fri ferdsel på sjøen i praksis betyr den sterkeste rett. I konkurranse med motoriserte fartøyer er vi ikke de sterkeste.

Nå litt om roerne sjøl. Det viktigste kjennetegnet ved norske topproere er at de tror på muligheten for at de kan bli de beste i verden. Det er det ikke alle norske toppidrettsutøvere som gjør. Har de aktive først tro på at det er mulig å bli best, er det også store muligheter for at de viser den motivasjon og innsats som er nødvendig for faktisk å bli best. Dersom en ikke tror det er mulig, blir naturlig nok treningsinnsatsen deretter.

Ved siden av å ha tro på egne muligheter, har de aktive også en meget sterk prestasjonsmotivasjon. De er kort og godt opptatt av å gjøre gode prestasjoner i sin idrett og tenker ikke på å få mate-

rielle eller andre belønninger for sin roing. Norske roere spør ikke etter dagpenger eller tapt arbeidsfortjeneste. De spør etter et godt treningsprogram og skikkelig oppfølging på trening og i konkurranser. Belønning for daglig trening året rundt får de gjennom gode prestasjoner og anerkjennelse for det og ikke gjennom bonusordninger eller andre pengepremier.

Av rikstrener ÅKE FISKERSTRAND

Den grunnleggende prestasjonsmotivasjon forsterkes i et miljø der det er «in» å trene mye og kvalitetsfylt, og der de aktive holder sammen i godt kameratskap og oppmuntrer hverandre til innsats og framgang.

Det finnes sjølsagt ikke noen enkeltfaktor som kan gi oss svar på hvorfor norske roere i enkelte båttyper viser seg som de beste i verden. Det er mange forhold som spiller inn, og jeg vil i det følgende komme inn på de faktorer som etter mitt syn er av vesentlig betydning. Jeg vil legge vekt på to hovedforhold. For det første praktiske treningsmuligheter og for det andre roernes grunnleggende motivasjon.

Når det gjelder de praktiske treningsforhold vil jeg uten reservasjon komme med en såpass sterk påstand som at Norge er det land i verden som året igjennom har de be-

ste treningsmuligheter for roing. Dette er det viktig å være klar over, og det er ikke minst viktig å benytte seg av de muligheter vi har. Jeg vil kort begrunne min påstand:

Roing er en idrett som stiller store krav til hjerte/kretsløpssystemet. (sentral aerob kapasitet). Denne kapasiteten trenes best ved omfattende og kvalitetsfylt utholdenhetstrening hvor store muskelgrupper er i aktivitet. Dette forhold har norske roere forstått og innretter treninga deretter hele året.

Roing er en aktivitet som i stor grad belaster den sentrale aerobe kapasitet. Men også andre aktivitetsformer er velegnede til trening av hjerte/kretsløpssystemet. Etter som en ikke kan ro hele året i dette landet, må en bruke slike aktiviteter i treninga om vinteren.

Skiløping er en velegna treningsform for nevnte kapasitet og for roere sannsynligvis den beste foruten selve båt-treninga. Og hvor i verden finner en bedre og framfor alt lett tilgjengelige skiløyper enn i Norge? I alle fall ikke i nærheten av de større byer i mellom- og sør-Europa (øst og vest), Amerika eller Australia/New Zealand hvor våre viktigste konkurrenter trener. Det er viktig å vite å benytte seg av de klimatiske og terrengmessige fordeler vi har. Det mener jeg at norske roere og rotrenerer gjør.

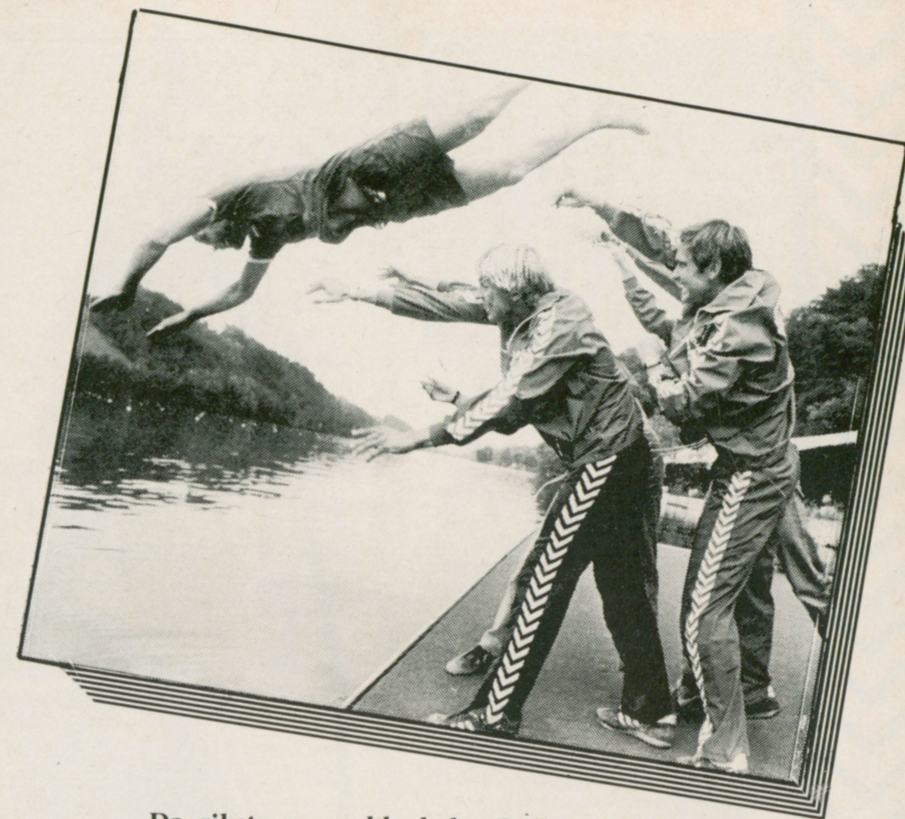


NEBB gratulerer med fremgangen
og GULL og ønsker lykke til videre!

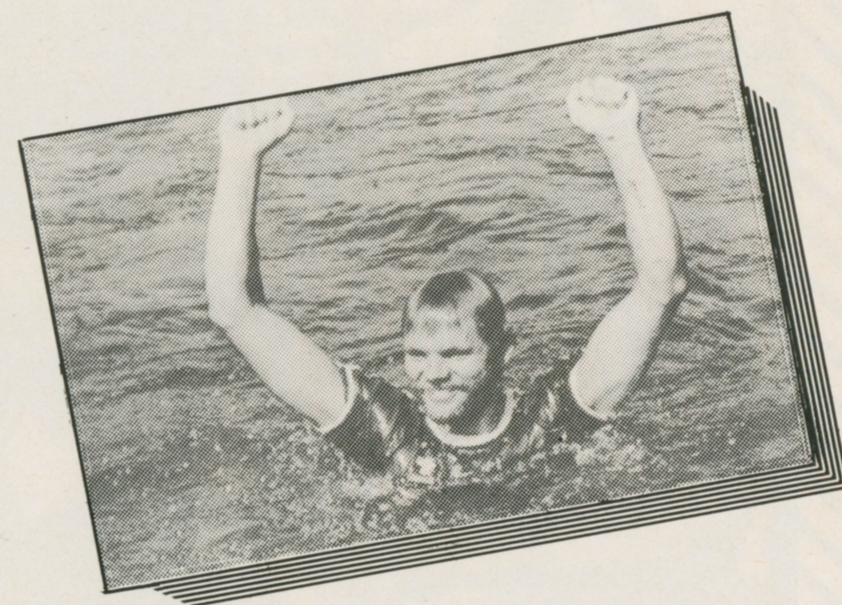
Mer gull i blikket



Med gull i blikket. De norske gullroerne Alf Hansen (t. v.), Sverre Løken, Rolf Thorsen og Magnus Grepperud har allerede peilet seg inn mot nye mål.



Da rikstreneren ble kalt «Gullfisk» i Rotsee.



Kvartett med gull i blikket. Den har nettopp opplevd hva så mange misunner den, — å bli verdensmestre.

Det skjedde en minneverdig augustsøndag i Lu-

zern, ro-eldoradoet i alpelandet Sveits. Opppladningen fant sted i samme land. Gullgjengen oppholdt seg tre uker i St. Moritz der de beveget seg i flere tu-

sen meters høyde. Etter roingen i lavlandet steg de atter opp i skyene.

— Nå skal det sattes skikkelig mot OL i Los Angeles. Dette er rett og

slett fantastisk, utbrøt studentene Sverre Løken og Magnus Grepperud etter å ha rodd inn til Norges første medalje overhodet i toer. — Vi kan bare bli

bedre. Vi har tross alt bare rodd sammen i knappe to år, summerte Alf Hansen og Rolf Thorsen. Alle fire gullvinnere slo fast: — Dette var verdt slitet.

Åke Fiskerstrand i gullrusen som resultatløst ble forsøkt kjølet ned med et ufrivillig kast i Rotsee: —Nå skal det bli moro å jobbe mot OL.

Lutter glede i en norsk rotropp. Verdens minste ble nesten den største i Luzern-VM. Neste år skal medaljene forsvares i VM som finner sted på en an-

nen norsk lykkebane, Wedau regattabane i Duisburg.

For en ting er sikkert:

Våre fire verdensmestre har mer gull i blikket.



hummel®



hva ellers?



— FRANK HANSEN skal stå utenfor elitegruppa og bekoste alt selv når han nå går inn for come back, 37 år gammel.

— PÅL BØRNICK har meldt sin interesse for come back — som tungvekt-er. Kanskje den tidligere verdensmester i lettvekt-dobbeltskuller har ambisjoner om å mønstre på en dobbeltfirer? Det skjer ikke før han har avsluttet fysioterapistudiene i Amsterdam

— LIS SCHJØTT skal lede den nye damegruppa. Det endelige laget ble tatt ut etter samlingen 11.-12. november. Lis er gift med den tidligere eliteroer-ne Svein Nielsen



— ÅKE FISKESTRAND ble tatt for en tidligere soningsfange da han kom snau- og skamklipt samt skjegglos hjem fra VM. Under et bybesøk ble han invitert med på et «brekk» av to suspekter karer. Rikstreneren ble med på leken, inntil han måtte forlate lokallet i frykt for å få latterkrampe.

— THORLEIF TORGENSEN kalles «Mikojan» av de aktive og kretsen rundt dem. Navnet kommer etter en russisk politiker som overlevde alle utskiftninger i politbyrået.

— PÅL SANDLI fra Drammen vil også gjøre come-back.

— LOS ANGELES inviterer til prøve-OL kommende sommer. Regattaen skal gå på den olympiske banen, og norske båter starter.

— ORMSUND ROKLUBB fyller 100 år i 1983. Jubileet markeres med jubileumsregatta på Årungen 25. og 26. juni.

— ROLF SETERDAL står bak landets første «rogymnas». Det holder til ved Fana videregående skole.

— ROSPORTENS VENNER er en stiftelse som er under planlegging. President Thorleif Torgersen er blant initiativtakerne.

— NORDISK MESTERSKAP finner sted i Stockholm neste år. Datoen er 6. august, og Norge har mye å hevne etter fiaskoen i 1980.

— NORGES ROFORBUND står som arrangør av nordisk trenerkonferanse 5.-6. februar i Oslo.

— PETER MICHAEL KOLBE kan starte for Ormsund Roklubb i neste NM. Da har han bodd i landet i over ett år. Så sant ikke et eventuelt come back tvinger ham til å gå inn i en vest-tysk klubb. Kolbe var verdensmester i singelskuller 1979 og 1981 og er gift med Aina Moberg, tidligere journalist i Arbeiderbladet.

— ALF HANSEN har vært på sin første ferie på 13 år — med hele familien. Turen gikk til Kanariøyene. Alf løp to-tre timer hver dag. Fortsatt benekter han avtalt spill i Ulvøya Rundt der storebror Frank vant.

— ROLF THORSEN får Norges Roforbunds bragdmerke. Han har tatt medalje i to internasjonale mesterskap.



I skyggen av VM-gull: Arild Baaheim og Lars Bjønnes fikk 5. plass i lettvekt-dobbeltskuller.

VM-resultater

Firer med styrmann: 1) Øst-Tyskland 6.19.04, 2) Tsjekkoslovakia 6.21.69, 3) USA 6.25.33.

Dobbeltskuller: 1) Norge (Alf Hansen - Rolf Thorsen) 6.23.66, 2) Øst-Tyskland (Kroppelin-Dreifke) 6.25.36, 3) Tsjekkoslovakia (Pecka - Vohoska) 6.28.08, 4) Canada 6.29.47, 5) Finland 6.34.19, 6) Polen 6.34.40.

Toer uten styrmann: 1) Norge (Magnus Grepperud - Sverre Løken) 6.41.98, 2) Øst-Tyskland (Ertel - Sauerbrey) 6.44.88, 3) Nederland (Hoekstra - Adema) 6.45.72, 4) Spania 6.46.94, 5) Vest-Tyskland 6.51.77, 6) Sovjet 6.55.68.

Singleskuller: 1) Øst-Tyskland (Ruediger Reiche) 7.00.67, 2) Sovjet (Vasilij Jakutsna) 7.01.15, 3) USA (John Biglow) 7.02.08, 5) Sverige (Hans Svensson) 7.10.57.

Firer uten styrmann: 1) Sveits 6.10.41, 2) Sovjet 6.11.82, 3) Romania 6.12.32.

Dobbeltfirer: 1) Øst-Tyskland 5.55.50, 2) Vest-Tyskland 5.59.10, 3) Sovjet 6.00.90.

Toer med styrmann: 1) Italia 6.59.63, 2) Øst-Tyskland 7.01.55, 3) Tsjekkoslovakia 7.02.07.

Åtter: 1) New Zealand 5.36.99, 2) Øst-Tyskland 5.39.17, 3) Sovjet 5.39.52.

Lettvekt

Singleskuller: 1) Østerrike 7.12.57, 2) USA 7.14.26, 3) Italia 7.14.58.

Firer med styrmann: 1) Italia 6.17.79, 2) Spania 6.19.68, 3) Danmark 7.22.31.

Dobbeltskuller: 1) Italia 6.34.85, 2) USA 6.37.28, 3) Sveits 6.38.87, 4) Nederland 6.40.79, 5) Norge (Baaheim - Bjønnes) 6.40.96, 6) Sverige 6.42.64.

Åtter: 1) Italia 5.49.45, 2) Danmark 5.50.47, 3) Spania 5.51.90.

Jan "Søder"-strøm C.R. gratulerer VM-Gutta !!

SKI OSLO 1982
HOLMENKOLLEN 18.-28. FEB.



SØDERSTRØM
Reklame & Design



SKOYTER-BISLETT OSLO 12.-13. FEB. '83

NORDMANNEN BAK



Åke Fiskerstrand kontrollerer at Alf testes riktig. Bak Einar Gjessing — mannen som har oppfunnet vidundermaskinen.

SKIFERIE I ØSTERRIKE



Vil du oppleve vinteren i nye fjell? Får vi da friste med Østerrikes fantastiske alper!

Fly direkte fra Fornebu med Scanair til utrolige lave priser, rett til noen av Europas beste skiområder.

Medregnet transferbussen fra München, blir den totale reisetiden bare 4½ til 6 timer.

Vent bare ikke for lenge med å bestille din reise. I fjor var det utsolgt lenge før snøen kom.

VingAlpin finner du bare hos Vingreiser.

Ring eller kom innom en av våre butikker.



KITZBÜHEL FRA 1205,-
ST. ANTON FRA 1305,-
SÖLDEN FRA 1555,-
ISCHGL FRA 1605,-

Prisene gjelder billigste avgang fra Oslo.

Fly også fra Stavanger og Bergen i visse perioder. Skriv eller ring etter vår vinterkatalog for flere opplysninger.

OSLO: Vingreiser A/S, Karl Johansgt. 18, Oslo 1. Tlf. (02) 41 56 96. BERGEN: Vingreiser A/S, Komodiebakken 11, 5000 Bergen. Tlf. (05) 23 37 00. STAVANGER: Vingreiser A/S, Østervåg 20, 4000 Stavanger. Tlf. (04) 53 31 40. DRAMMEN: (Til 1/12) Berg-Hansen Reisebureau A/S, Sparebankhuset, 3000 Drammen. Tlf. (03) 83 13 40 og 83 40 31. (Fra 1/12) Vingreiser A/S, Schwenckeg. 6, 3000 Drammen. (Inngang fra Engene.) Tlf. (03) 83 13 40. HAMAR: Vingreiser A/S, Torvg. 13, 2300 Hamar. Tlf. (065) 30 066.

VIDUNDERMASKINEN»

◀
Ved hjelp av denne vidundermaskinen kan det fastslås

at en norsk båt er fem sekunder raskere enn før, at den høyst sannsynlig vil

vinne medalje i VM. Ved hjelp av den samme kan mannskaper settes sammen,

treningsprogram justeres. Kort og godt, den forteller alt som er verdt å vite. Er

det vidundermaskinen som brakte Norge til topps i internasjonal rospport?

Lege Einar Gjessing vil ikke gå med på at roergometeret har revolusjonert rospporten, men han medgir gjerne at det har perfektjonert vår idrett.

Ergometeret kom i produksjon i 1977, men den første prototypen ble framstilt i fyrrommet i kjelleren på Sarpsborg Sykehus vinteren 72/73. Gjessing unnfanget ideen da han jobbet på Haukland sykehus i Bergen da han også satt som formann i Fana Roklubb. Som fysiolog testet han roere på vanlig ergometersykkel, det var da han spurte seg selv om hvorfor ikke testene kunne foretas på en romaskin. Ideen slo rot og ville ikke slippe.

I dag blir roergometeret brukt i 22 nasjoner. Det finnes plagiater, men dette er det eneste som har fått utbredelse. Det er ikke ment som en erstatning i treningen, derimot som et apparat som skal teste roerne. Den måler arbeidet riktig og så likt som mulig det lar seg gjøre å simulere roing. Rotrekket har en hastighetsmåler og virker akkurat som åretrekket. Det er laget et bremsesystem som måler arbeidet nøyaktig.

Einar Gjessing forteller selv litt om «hemmelighetene» og nytten av roergometeret:

• På roergometeret kan det leses av hvor mye roeren arbeider, og man kan dermed regne ut hvor fort roeren går på banen. Slike målinger har vi foretatt bl.a. av toer uten styrmann, og de viste at båten ville ta medalje i VM.

Roergometeret kan også brukes til andre ting:

• Når det skal settes sammen lag, kan de gode og dårlige roerne lukes ut. Roergometeret viste at Grepperud/Løken var de to beste i fireren de satt i.

Som om ikke dette er nok, maskinen har også andre gode egenskaper:

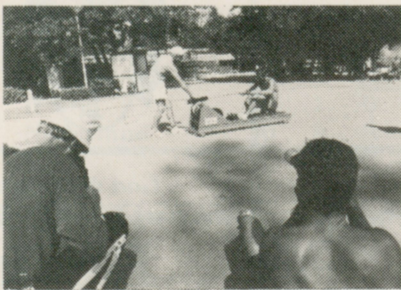
• Maskinen vil alltid være en «feedback», og kan fortelle

f.eks. at roeren er fem sekunder bedre enn på tilsvarende test året før. Hvis det kjøres to forskjellige treningsopplegg kan man også lese av resultatene hvilket som egner seg best. Og sannelig er ikke maskinen brukt til å finne gullresepten som ga to norske VM-gull i høst:

• Roerne er de siste årene kjørt bevisst på ergometeret i tester som tilsvarende taktikken. Her har man sett at raskeste tid på 2000 m er når det ros jevnest mulig. På denne måten kan mannskapene trenes opp til å tåle å ligge bak i store deler av et løp.

Tro nå ikke at roerne selv ser på maskinen som et vidunder. For dem er den en nødvendig «helvetesmaskin» der de etter testene er fullstendig utslåtte. Selv våre beste roere har ligget svimeslåtte med spyfornemmelser etterpå. Akkurat som på ordentlig...

— Roergometeret er forsøkt til trening, men det er så knallhardt å drive å ro i tillegg til å ha den samme veggen å glo på, at den ikke egner seg til det bruk. Å sitte ved roergometeret i en halv time, er verre enn å gå på ski i fire-fem timer, slår Gjessing fast.



Spionasje på fersk gjerning da Alf tok en «maskintur» med Thorleif Thorgersens støtte midt under VM i Bled.

XL-1
SPORTSDRIKK

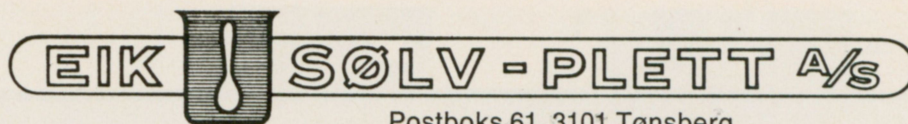
Vi gratulerer!
Takk for tilliten.



Collett-Marwell Hauge a/s

(Selges i sportsforretninger.)

Vi bruker XL-1 hver dag under trening og konkurranser, på vannet og i skisporet, sier gullroerne Alf Hansen, Rolf Thorsen, Sverre Løken og Magnus Grepperud.



Postboks 61, 3101 Tønsberg

FISCHER
- MER SKIGLEDE

SPECIALFORRETNING I GARN

RETT OG VRANG AS

HELGERUDGÅRDEN - TELEFON 54 18 68

Norges **Handels og Sjøfartstidende**

Kirkegt. 7, Postb. 1182, Sentrum, Oslo 1. Tel.: 02/41 36 90

KÅSTLE
SKI MYRDAHL & CO.

Forretnings- Forum a/s

Postboks 3020, Elisenberg, Oslo 2
Kontor: Bygdøy allé 23, Oslo 2

benger

HELGERUDHALLEN
MATSENTER
Gågaten i Sandvika Tlf: 54 85 44



BAKERS A/S

Hauger skolevei 12-14
1351 Rud.

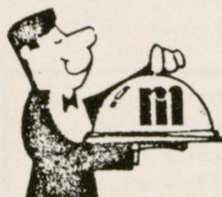
GULLIVER REISEBYRÅ A/S
Stasjonsgt. 7, 3050 Mjøndalen
Tlf. (03) 87 79 75.



God sport med godt utstyr. 1000 m² sport
og fritid på en flate.

Bærum Sport A/S

Helgerudgården, Sandvika
tlf. 54 47 66



RINGSTAD
CATERING A/S
Industriveien 16,
1300 Sandvika

Selskapsmat ring 54 21 56

Erik Erichsen

Adelskalender

Dette er rosportens Adelskalender. Den er basert på antall norgesmesterskap klubbene har vunnet fra første NM i 1900 og fram til i dag.

Herrer:

Christiania Roklub	128
N.S.R.	99
Ormsund Roklub	86
Bærum Roklubb	54
Fana Roklubb	47
Haldens Roklub	33
Drammens Roklub	32
Sandefjord Roklubb	22
Stavanger Roklubb	18
Bergens Roklubb	14
Moss Roklub	13
Fredrikstad Roklub	11
Tønsberg Roklub	10
Rokl. Terje Viken	4
Porsgrunn Roklubb	3
Kristiansand Roklubb	3
Horten Roklubb	3
Roklubben av 1915	2
Sarpsborg Roklubb	2
Arbeidernes Roklubb	2
Hamar Roklubb	1
Haugesund Roklubb	1
Lillehammer Roklubb	1
Trondhjems Roklub	1

Damer:

Oslo Kv. Roklubb	30
Damenes Roklubb	11
Trondhjems Roklub	9
Drammens Kv. Roklubb	8
Bærum Roklubb	7
Fredriksstad Roklub	6
Sandefjord Roklubb	6
Moss Roklub	2
Horten Roklubb	1
Tønsberg Roklub	1
Christiania Roklub	1
Alvøen Roklub	1

Herrer — Junior:

N.S.R.	41
Christiania Roklub	26
Ormsund Roklub	26
Drammens Roklub	21
Bergens Roklub	17
Bærum Roklubb	17
Horten Roklubb	15
Fana Roklubb	14
Haldens Roklub	12
Sarpsborg Roklubb	6
Tønsberg Roklub	6
Moss Roklub	6
Trondhjems Roklub	5
Stavanger Roklubb	5
Sandefjord Roklubb	4
Arendals Roklub	3
Kristiansand Roklubb	3
Aalesunds Roklub	2
Porsgrunn Roklubb	2
Alvøen Roklubb	1
Fredriksstad Roklub	1
Lillehammer Roklubb	1

Damer — Junior:

Oslo Kv. Roklubb	22
Sandefjord Roklubb	10
Drammens Kv. Roklubb	6
Bærum Roklubb	6
Damenes Roklubb	5
Horten Roklubb	5
Ormsund Roklub	4
Hengstrand Kv. Roklubb	3
Tønsberg Roklub	2
Trondhjems Roklub	2
Fredriksstad Roklub	2
Alvøen Roklub	1
Christiania Roklub	1
Porsgrunn Roklubb	1
Haldens Roklub	1
Trondhjems Kv. Roklubb	1
Aalesunds Roklub	1

NORGE ER VERDENS 4. BESTE

Medaljeoversikt for
internasjonale
mesterskap 1970-1982

VM 1970 St. Catherines, CAN
EM 1971 København, DAN
OL 1972 Munchen, BRD
EM 1973 Moskva, SOV
VM 1974 Luzern, SUI
VM 1975 Nottingham, ENG
OL 1976 Montreal, CAN
VM 1977 Amsterdam, NED
VM 1978 Lake Karapiro, NZ
VM 1979 Bled, JUG
OL 1980 Moskva, SOV
VM 1981 Munchen, BRD
VM 1982 Luzern, SUI

	gull	sølv	bronse	
DDR	58	22	12	92
Sovjet	12	28	15	55
Vest-Tyskland	7	8	15	30
NORGE	6	5	3	14
New Zealand	3	4	5	12
Finland	3	1	0	4
Romania	2	1	4	7
Argentina	2	1	0	3
Italia	2	0	1	3
England	1	9	8	18
USA	1	3	4	8
Bulgaria	1	1	4	6
Sveits	1	1	2	4
Danmark	1	0	1	2
Tsjekkoslovakia	0	10	12	22
Polen	0	2	4	6
Frankrike	0	2	3	5
Jugoslavia	0	1	3	4
Irland	0	1	0	1
Nederland	0	0	3	3

Frank NM-kongen

Mestvinnende roer i Norge er Frank Hansen. Han leder den inbyrdes kampen med lillebror Alf i kampen om flest NM-titler. Etter årets mesterskap på Årungen, da Ormsund vant lilleslem, nådde Frank opp i 38 mesterskap. Alf har ett mindre, og tilsammen har brødrene Hansen 75 NM-gull. Alf har en VM-gull og en VM-bronse som Frank ikke har, derimot har Frank en EM-sølv, en OL-sølv og en VM-sølv (den gang Svein Thøgersen var makker) som broren ikke har.

Da forstår man kanskje bedre Alf Hansen da han tok nederlaget i NM-singelsculler hardere enn ventet. Frank er fortsatt eldst, og gir seg ikke.

Nordiske mesterskap

1910	Firer
1912	Firer
1915	Firer innrigger Firer
1918	Åtter
1920	Åtter
1921	Firer innrigger Åtter
1922	Åtter
1923	Åtter
1924	Åtter Firer u/stm.
1925	Åtter Firer u/stm.
1930	Åtter Firer u/stm.
1934	Firer innrigger Singelsculler
1935	Åtter Singelsculler
1939	Firer innrigger Firer lettvekt
1961	Dobbelsculler
1965	Toer u/stm. Singelsculler
1967	Åtter
1969	Firer Firer lettvekt
1971	Firer Toer u/stm. Firer u/stm. Firer lettvekt
1973	Firer Toer u/stm. Singelsculler Firer u/stm. Toer m/stm. Toer m/stm. Dobbelsculler Firer lettvekt Åtter
1975	Firer m/stm. Singelsculler lettvekt. Dobbelsculler Åtter
1977	Dobbelsculler Firer u/stm. Toer u/stm. Dobbelsculler, damer Singelsculler, damer Åtter
1979	Firer m/stm. Dobbelsculler Toer m/stm. Firer u/stm. Dobbelsculler, damer Singelsculler, lettvekt Åtter
1981	Dobbelsculler, da- mer

Stedet er den østerrikske byen Klagenfurt. Året er 1969. Alf Hansen er blant Norges EM-deltakere. Alle ser de på sin tilstedeværelse som en stor opplevelse. De ser på de berømte roerne fra andre nasjoner og tenker «Vi vil aldri oppnå å bli så gode».



SKIPPER'N

Alf blir bedre og bedre med årene.....

Alf Hansen må vike plassen i åter. Han blir sjuk og reserven må ta hans plass. Det er sunnmøringen Åke Fiskerstrand. Båten får juling. «Jeg tror trener Thor Nilsen jublet da jeg ble sjuk, han hadde ikke tro på meg», sier Alf idag.

Året etter befinner norsk rosport seg i St. Catherines i Canada. Det handler om VM og det settes store forventninger til Norgesåtter. Alf Hansen er ikke ombord, derimot sitter han i styrmannsfireren. Åtteren skuffet, fireren tok VM-bronse. Uten at noen visste det, støtet til det som skulle bli **gullalderen** var gitt.

12 år seinere befinner Alf Hansen og Åke Fiskerstrand seg i Luzern. Åke som rikstrener og Alf som dette VM's eldste deltaker (34 år). Alf vinner gull, toeren tar en sensasjonell gullmedalje også. Åke omdøpes til **Gullfisk** og norsk rosport har aldri opplevd maken.

— Nå fortsetter jeg til OL i 1984 og ønsker norsk rosport vil gjøre det like godt. Og jeg gir meg vel ikke før Ormsund Roklubb vinner alt i NM, slo Alf Hansen fast.

Alf Hansen har gått den tålmodiges vei til verdenseliten. Han har ofret og forsaket og hatt bare tanke for roing. Det finnes ikke anger å spore. Han forteller selv:

— Det er moro å drive med det en kan. På mange måter har det vært en fæl tid med sår i rompa og vannblemmer i henda. Så lenge det går bra, er lysten der. Dessuten holder jeg meg ung.

— Ikke redd for at nye generasjoner skremmes av den disiplin og underkastelse som er nødvendig for å nå toppen?

— Man må ha en glød og lyst til trening. Unge må vite at om de skal nå toppen, krever det enormt. Den som ikke skjønner det når ikke langt.

— Slitsomt å måtte tenke roing, dag etter dag, år etter år?

— Det er hardt på våren. Etterhvert har det tatt tid å komme i gang. Man tror aldri at det er mulig å komme opp i 36-takt, det er det verste. Ved å ha rodd hele vinteren igjennom, kunne vi i regattaer ha hentet et sekund eller to, men vi har behov for avveksling i trening og derfor går jeg mest mulig på ski.

Skigåing startet Alf Hansen i 1970. Da slang han seg med i Vidarløpet og stavret seg inn til 200. plass. «Det var godt å ha staver, ellers ville jeg ikke funnet balansen». Sju år seinere vant han det samme turrennet og debuterte i NM- og Holmenkollensammenheng. Om det ikke var nok? Nei, året etter gikk han Vasaloppet. Sprakk der akkurat som i 1980.

Slik opplevde jeg OL-gull, fire VM-gull og to VM-bronse

VM 1970: Ved et trylleslag var norsk rosport kommet opp på et på lenge uant nivå. Åtteren vant i Ratzeburg og ingen skjønte noe. Båter ble satt sammen på tvers av klubbgrensene. Selv rodde jeg sculler, men fireren trengte en stroke. Jeg mønstret på. VM-bronse var aldri i våre drømmer.

EM 1971 og OL 1972: Vi sto ikke distansen og det ble mest bare stress. På disse årene oppnådde vi bare et par gode løp.

EM 1973: Jeg satset sammen med Frank fordi jeg rodde fra Svein Thøgersen. Jeg fikk sparken fordi teknikken ikke var god nok.

VM 1974: Frank og jeg rodde sculler og jeg slo ham et par ganger. Vi gjenopptok samarbeidet, men røk på det taktiske i Luzern-VM. Vi lå likt med DDR etter 1500 m i finalen.

VM 1975: Thor Nilsen overtok som trener og Frank måtte overtales hvert år til å fortsette. Vi hørte om Joachim Dreifke første gang. Fire forskjellige DDR-båter møtte vi før VM, men ikke den beste. Det skjedde først i Nottingham-VM. Vi kjørte samme opplegg der og vant.

OL 1976: Vi trodde ingen kunne slå oss. Riktignok ble vi skremt litt av de lette båtene som ble laget. Vi satset for å vinne, og gjorde det.

1977: Jeg trente meg selv i senk, og ble vel brukt som en forsøkskanin. Jeg kollapset flere ganger og hadde 180 i puls selv en time etter løp. Frank tok hvileår.

1978: Vi var spente, men hadde troen på oss sjøl. Riktignok hadde vi fått juling noen ganger. Vi feide tvilen til side på Lake Karapiro i New Zealand.

1979: Vi var best og rodde fortest. Alt var perfekt og vi stortrivdes i VM-finalen på Bled-sjøen i Jugoslavia.

1980: Slik vi begynte den sesongen minnet om året før. Noen har sagt at gullmedaljene i Moskva-OL lå og ventet på oss. Det var som om verden ramlet sammen da boikotten ble bestemt. Jeg prøvde ut på høsten å ro med Rolf Thorsen.

1981: Sammen med Rolf ble det mye arbeid. Alt gikk tungt, og vi visste at alt måtte bli bedre. VM-bronsen i Munchen var likevel en stimulans.

1982: Vi var jevnbyrdige i singlesculler, og jobbet sammen med teknikken for å kjøre inn den stilen vi hadde tro på. Rolf ble mye bedre teknisk. Vi ble lange i maska da vi oppdaget hvor dårlig vi lå an etter 500 m i VM-finalen.

Om 1983: Vi har mer å gå på, vi vet hvordan båten skal gå for å gå fort.

Et uisolert tilfelle



etterisoler med Glava isolasjon

GLAVA
ISOLASJON



Tenk norsk – tank Norol



Norsk Olje a.s
–vårt nasjonale oljeselskap

Historiske aar

1715 Første kapproing på Themsen — senere kalt «Dogget's Coat and Badge». Løpet blir fortsatt rodd hvert eneste år.

1829 Den første av den tradisjonsrike kapproing i åtter mellom Oxford og Cambridge universitet arrangeres.

1877 Norges første roklubb — Fredrikstad Roklub — stiftes. Den første kapproing på norsk bane roes i Hankøundet.

1892 Det internasjonale Roforbund (Fédération Internationale des Sociétés D'Aviron — FISA) stiftes.

1893 Det første Europamesterskapet arrangeres.

1900 Norsk Forening for Roidræt fra 1910 Norges Roforbund — stiftes. Det første Norgesmesterskapet arrangeres i Holtekilen.

1908 Norske roere deltar for første gang i Olympiske Leker.

1910 Nordisk Roforbund stiftes. Det første Nordiske Mesterskap arrangeres i København.

1929 Oslo Kvinnelige Roklubb (OKR) stiftes som første norske klubb for dameroere.

1947 Dameroere deltar for første gang i Norgesmesterskapet.

1949 For første gang deltar norske roere i et Europamesterskap.

1972 Norske dameroere deltar for første gang i et internasjonalt mesterskap — Europamesterskapet i Brandenburg.

1975 vinner Alf og Frank Hansen norsk rosports første VM-gullmedalje i Nottingham.

1976 vinner Alf og Frank Hansen norsk rosports første OL-gullmedalje i Montreal.

1978 innføres VM for letvektsroere med norsk gull i dobbeltsculler ved Pål Børnick/Arne Gilje.

1980 sier norsk idrett nei til deltakelse i Moskva-OL.

Norsk roings medaljehøst

OL 1912 Bronsemedalje firer m. stm. Christiania
OL 1912 Bronsemedalje firer innrigger, Ormsund
OL 1920 Bronsemedalje, firer m. styrmann, Christiania
OL 1920 Bronsemedalje, åtter, Stavanger
OL 1948 Bronsemedalje, åtter, Fana

EM 1949 Bronsemedalje, firer u. styrmann, Fana RK
EM 1953 Sølvmedalje, firer u. styrmann, Halden RK

VM 1970 Bronsemedalje, firer m. styrm., Ormsund/NSR
EM 1971 Sølvmedalje, dobbelsculler, Ormsund
EM 1971 Sølvmedalje, firer u. styrmann, Bærum/NSR
OL 1972 Sølvmedalje, dobbelsculler, Ormsund
EM 1973 Bronsemedalje, firer u. stm. Drammen/Bærum
VM 1974 Sølvmedalje, dobbelsculler Ormsund
VM 1975 Gullmedalje, dobbelsculler, Ormsund

OL 1976 Gullmedalje, dobbelsculler, Ormsund
OL 1976 Sølvmedalje, firer u. stm. Drammen/Bærum/NSR
VM 1978 Gullmedalje, dobbelsculler, Ormsund
VM 1979 Gullmedalje, dobbelsculler, Ormsund
VM 1981 Bronsemedalje, dobbelsculler, Ormsund
VM 1982 Gullmedalje, toer u. styrmann, Ormsund/NSR
VM 1982 Gullmedalje, dobbelsculler, Ormsund/Horten

Junior-VM — Lettvekt-VM

Lettvekt 1976 Sølvmedalje, firer u/stm. Ålesund/Trondheim/Sandefjord/Stavanger
Junior 1977 Bronsemedalje, toer u/stm. NSR Bronsemedalje, dobbelsculler, NSR/Bærum
Lettvekt 1978 Gullmedalje, dobbelsculler, Stavanger/Christiania
Lettvekt 1979 Gullmedalje, dobbelsculler/ Stavanger/Christiania

Aftenposten



ALF HANSEN, roer. Medlem av Ormsund. Dobbeltskuller ved internasjonale mesterskap. Fellesbanken er hovedsponsor for Norges Roforbund.

FRODE RØNNING, skøyteløper. Medlem av Oslo Idrettslag. Sprinter i nasjonale og internasjonale mesterskap. Både klubbens skøyteavdeling, Oslo-Alliansen og Norges Skøyteforbund har Fellesbanken som hovedsponsor.

Banken for gode plasseringer

Du kan selvsagt ha nytte av banken for gode plasseringer enten du er idrettsutøver eller ei. Som privatperson, næringsdrivende, fra forvaltning, forbund eller forening, ønsker vi deg velkommen til en full-service bank. Foruten konkurransedyktige innskuddsbetingelser for større og mindre beløp, er hovedvirksomheten likviditetsstyring, utlån og kreditter/finansiering, valutaomsetning og bankforretninger i utlandet, fondsomsetning, samt et nært samarbeide med landets sparebanker.

Fellesbanken er den forretningsbank som kommer nærmest de tre store. Om avstanden fram i størrelse kan være betydelig, arbeider vi desto mer målbevisst for at du som kunde skal føle at vi gjør en god jobb for deg.



Fellesbanken a.s

Union Bank of Norway Ltd.



CHAMPIONNATS
DU MONDE
FISA
LUCERNE 1982

