

ROVETT- REGLER

Før turen

Sjekk utstyret eksempelvis årer, fotbrett, sleider, bunnpropp og løse skruer.

Ta med vest, øsekar, båtshake, tau og litt verktøy.

Ha med vann, mat og penger.

Kle deg etter vann-temperaturen og værmeldingen.

Ha vesten tilgjengelig.

Sjekk svømmeferdighetene, 500 meter er langt i kald sjø og vind. coxen er båtens kaptein, og bør repetere kommandoene.

Turen skal skrives inn i roprotokoll med navn på båt og mannskap, og klokkeslett og forventet mål.

Vær og sjøforhold endrer seg raskt og av sikkerhetsmessige årsaker anbefales følgende retningslinjer ved bruk av turbåter:

Innriggere og trimmier kan alle nye og erfarne medlemmer benytte.

Utriggede båter merket med rødt, eksempelvis Celina, Mille og Harriet Hafsoe, bør minst 40% av mannskapet være erfarne roere og ha rodd minst 200 kilometer i parårede båter.

Under turen

Ha respekt for vær og vind. Ved tordenvær søk land.

Hold god avstand til andre båter, grunner og nes.

Det er ingen skam å snu. Lytt til erfarne roere eller kjentfolk.

Forlat ikke båten ved kantring.

Etter turen

Utstyret skal spyles etter turen og eventuelle skader repareres eller føres inn i skadeprotokollen.

Skriv og fortell gjerne om dine gode roopplevelser, og del erfaringer.

En duganes helg

17. og 18. april ble det avholdt dugnadshelg i klubben.

Begge dagene var vi ca 20. stykker som arbeidet høyt og lavt, inne og ute, på land og på vann for å klargjøre klubben til nok en sesong. Jeg vil takke alle som var med å gjøre det til en trivelig helg i klubben og håper at det blir stort oppmøte på høstens kommende dugnader.

Børge M. Larsen
Materialsjef

Børge Larsen og
Torodd Nymoen i
full sving med å
reparere årer.



Til venstre: Christine Pramm og Irene Berg steller pent med en trimmy. Bodil Egge overvåker det hele.

Under har vi ryddegjengen: Randi Jacobsen, Anne-Cathrine Horn, Bodil Egge og Ragnhild Wahlund.



OKR 75 år



Åpningen av OKRs 75-års jubileums-sesong var spesiell. Vår formann Elsebeth hadde på forhånd klart å komme i kontakt med Harriet Hafsøes barnebarn Trond Hafsøe og inviterte ham og hans familie til åpning og jubileumsfest. Han var dersverre bortreist på selve festdagen, men var mer enn villig til å komme på åpningen hvor han foresto dåp av vår nye dobbeltsculler. Båten fikk det flotte navnet Embla.

Åpningen s. 2

Jubileumsregattaen s. 8

Festen s. 4



Formannens tale var spekket med både historiske fakta og gode vyer for fremtiden.

LIVSGLEDE OG ROVETT

Harriet Hafsøe ville at kvinner skulle få ta del i sjølivets gleder. Hun arbeidet i 26 år for å få det til, og det var flott å kunne invitere hennes barnebarn og oldebarn til åpningen 25.april 2004.

Jubilumsregattaen på Årungen ble arrangert sammen med NSR, og takk for stor innsats og deltagelse både på land og vann. Geita rundt ble avlyst på grunn av mye vind, men stemningen ble flott med god mat og rovenner fra Christiania, NSR, Oslo roklubb og Veritas.

75 års dagen 12. juni ble feiret i klubbens lokaler først med mottagelse på bryggen med båtdåp og utdeling av 10 og 25 års nåler. OKRs pionerer og historie er vel verdt en fest og alle «OKR» generasjoner hygget seg i den varme og flotte sommerkvelden. Takk for alle jubileumsgaver, taler, sanger og andre bidrag til en flott markering av de første 75 år.

Sjøliv tilbyr mye livsglede og livsutfoldelse, og for at enda flere skal oppleve det flotte farvann og føle seg trygg på sjøen, er det viktig å være kjent og vise sjøvett.

Les og anvend rovetreglene og benytt deg f.eks av en tur til NSRs sommersted Solodden. Vi har hatt flere flotte turer dit i år, og bli med selv neste gang.

I år har vi kjøpt inn to nye båter, to utriggede båter med vanntette skott for henholdsvis to og fire roere. Den ene ble døpt Harriet Hafsøe på fødselsdagen og den andre inviteres du til å komme med forslag til navn. Skriv, ring eller mail.

Fortsatt god
rosesong!

Elsabeth Ruud
Formann





OPPLEVELSER, MINNER OG SYNSPUNKTER

i OKRs 75 års jubileumsår

Allerede på general-forsamlingen i februar følte jeg at alle ønsket klubben levende og at mange var villig til å gjøre en innsats for at det skulle skje. En god start på OKRs jubileumsår!



Tekst: Ragnhild Wahlund

Jeg som egentlig skulle ha et koseår med bare roing, ble bitt av velvillighetsbasillen og lot meg velge inn som formann i representantskapet og festkomitéen. Hva hadde jeg gjort?

Dugnaden startet i april og mange glade og forventningsfulle medlemmer stilte opp og gjorde en kjempeinnsats for å bli ferdig til åpningen. Dugnad er så moro og sosialt at alle rådes til å oppleve det! Særlig når jobbingen krones med middager en sent glemmer.

Celebert besøk

Sesongåpningen, 25. april, ble en opplevelsrik dag. Formann Elsebeth holdt en historierik og tankevekkende tale. Barnebarnet til klubbens stifter, Harriet Hafsøe som Elsebeth hadde klart å komme i kontakt med, kom sammen med sin kone og døpte vår nyinnkjøpte båt. Det satt liksom historie i veggene og man følte stoltheten over at man var en del av den. Her satt jeg sammen med venner gjennom mer enn 30 år, alle med sin egen klubbhistorie og nye medlemmer som forhåpentligvis vil få like mye glede av klubben som oss. I tillegg fikk vi OKRs 75 års jubileumsbok, en bok vi virkelig kan kose oss med.

Våren kom med mye vind og vær. Det er sjelden det går en hel vår uten at jeg klarer å komme meg til Huk, eller over Lysaker'n. Men da er Bestumkilen god å ha!



Jubileumsregatta

I pinsen, siste helgen i mai, arrangerte NSR og OKR Årungenregattaen som også var OKRs jubileumsregatta. Det krydde av OKR-jenter som stilte opp, bare i kiosken tror jeg vi var 10 stykker. – Og du verden så gøy vi hadde det, Tone Grøtnes og jeg som bare sto og solgte goarmémat som ble tryllet frem på kjøkkenet av OKRs eminente kokker. Vi sugde til oss alle godordene om pastaretter, smørbrød og for ikke å glemme sikkert 30 sorter med kaker, hjemmelaget av OKR-jenter. Dessuten ble det solgt nystekte kaker og vafler laget på stedet.

Salget gikk fantastisk og jeg var storlig imponert over raceroerne våre som løp mellom matlagning på kjøkkenet, kjøring av dommerbåter og egen regattaroing. En innsats det virkelig står respekt av. OKR-jenter stilte også ved startblokkene, i måltårnet, ved seiersbryggen og i regattakomiteén. Til alle OKR-medlemmer: Kompåregattabanen og heipå raceroerne våre!

Geita Rundt

9. juni skulle vi ha vår egen «lille» jubileumsregatta, Geita Rundt, med start fra klubben. Selve regattaen blåste egentlig bort. Vind og høy sjø gjorde det umulig å ro til Geita. Men med imponerende stor påmelding fra andre klubber og fra oss selv fant regattakomiteén ut at vi skulle prøve oss ut mot Huk. Med en rad båter liggende på startstreken mellom Bygdøy og båtforeningen i skvalpesjø og vind manglet det ikke på bemerkninger om hvordan det kom til gå når alle skulle inn mot kabelfergen hvor kun én båt kan passere om gangen. Det gikk etter frekkehetsprinsippet.

Men litt lenger ute gikk det nesten ikke i det hele tatt! Bølgene var så høye at en av båtene fant det fornuftig å snu av sikkerhetsgrunner, og de andre fulgte etter.

De som hadde rodd lengst kom sist i mål, hvilket ikke var så lett å forstå for dem som sto på land i klubben og tok imot. For oss som var med var det gøy at vi kom ut på vannet i det hele tatt.

Om selve regattaen ble så som så, sto det respekt av avslutningen. Igjen laget styremedlemmer et fantastisk måltid med stekte kyllingklubber, salat med tilbehør, kaker og vafler. Langbord var satt frem til jubileumsfesten og disse ble brukt til regattaavslutningen hvor det måtte være bortimot 60 deltagere.

Alle koste seg og gikk meget fornøyd hjem med Geita Rundt-kruset til minne om vær og vind og OKRs 75 års-jubileumsregatta.

Klubbens fødselsdag

V i var fire stykker i festkomiteén (Elsebeth Ruud, Marianne Lundh, Anne-Cathrine Horn og meg selv) som jobbet godt sammen. Alle med fri på formiddagene, så møtene var mellom kl. 10.00 og 12.00. Effektivt og greit. Oppgavene ble fordelt og utført.

Fredagen før festen dukket det opp medhjelpere. Bord ble dekket, borddekorasjoner laget, bløtkaker fylt og siste forberedelser gjort. Nå var det i grunnen opp til deltagerne selv hvordan dagen ville bli.

12. juni, selve fødselsdagen – 75-årsdagen – jubileumsfesten! Åh for en dag. Strålende sol og varmt, – en fantastisk sommerdag.

Gjestene ankom til storbandmusikk og stemningen på båt-plassen var meget god. Gamle og nye medlemmer ble kjent og klemte.

Elsebeth holdt tale og delte ut klubbens 25- og 10-årsnåler.

Blanch Hodneland døyte vår siste nye båt Harriet Hafsøe. (En fantastisk båt å ro!)

Deretter gikk vi opp i stuen (med nyslipt gulv) hvor det var dekket til 68 personer. Etter velkomst-talen sang vi Ellen Hansens sang, laget i anledning jubiléet. Flott tekst og eget kor!

Vi spiste spekemat, tok imot mange godord fra andre klubber, sang Tones Grøtnes' selvkomponerte sang og ble ledet gjennom måltidet av toastmaster Kjersti Storm.

Festen!

12. juni 2004



«Damen fyller 75 år»

12. juni 2004 blir en dato som ikke går i glemmeboken med det første for oss i OKR. Vår alles gode «venn» og inspirasjon, nemlig OKR fylte 75 år og var klar for å feires. Med en flott arrangementskomiteé, Elsebeth, Marianne, Ragnhild og Anne Cathrine, lå alt til rette for feiring. En gjesteliste med gamle og nye medlemmer, representanter fra Oslo Idrettskrets og ikke minst formenn fra andre klubber var tilstede. OKR lå som bestilt, badet i sol og pyntet til fest. En av klubbens eldste medlemmer, Blanche Hodneland, fikk æren av å døyte vår nye lekre trekvarter. Med navnet på båten, Harriet Hafsøe, ville vi hedre kvinnen bak OKR og kvinnelig rosport i Norge. Så gikk vi til bords og spiste deilig norsk sommermat med alt som hører til. Jubilanten ble hedret med taler, gaver og sanger. På verandaen fikk gjestene servert blå drinker langt inn i de små timer, fra Kristines nymalte bardisk. Det ble en flott feiring og en svært hyggelig kveld for både gamle og nye medlemmer. Hipp-hipp-hurra for jubilanten!!





Kong Neptun kom og delte ut hederstegnet til Kari Bjørvatten, Ellen Marie Hansen og Ragnhild Wahlund og den gyldne åre til Marianne Lund, Vivi Christensen, Kjersti Storm, Turid Rustad, Line Olstad, Aud Pettersen og Anne Mari Pedersen.

Kaffe og våre tradisjonelle bløtkaker ble fortært ute og inne etter lyst.

På kvelden ble det foretatt trekning i vårt jubileumslotteri. Hege Liven foresto dette under stor munterhet (kanskje det bor en revyskuespiller i henne?) og strengt overvåket av stedlig politi (Line Olstad).

Deretter var det prat og hygge ut i de små timer. Jubileumskomiteén kunne nå slappe av, og gjestene hadde laget en flott fest!

Norgesbesøk

Søndag møtte dugnadsgjengen opp og ønsket å avslutte det hele med en rotur. Vi manglet én til en firer m/styrmann. Hva er vel mer naturlig enn at det kommer syklende en tysk roer på tre-dagers Norgesbesøk akkurat inn til oss, uten å ane at han var kommet til en roklubb. Han ble invitert med, svarte ja og hadde sitt livs opplevelse. Først hørte vi: Oh, salt water? Han hadde bare rodd på kanaler og stille vann. Det blåste friskt og vi fikk noen dusjer. Litt utpå: Oh, Holmenkollen!

Været tilsa at vi burde snu og da vi kom inn til OKR var det dekket bord ute med rester av spekemat, salater og alt tilbehør fra festen dagen før. Vår gjest var nærmest i ekstase. Dette var OKR- og Norgesreklame på sitt beste.

Formannen i OKR syntes det var rett og rimelig å innvitte formannen i OKRs representantskap på rotur. Vi rodde ut i lett yr og lett tåke, men flatt vann, retning Solodden. Lysaker'n lå som et spill. Drømmeføre. Ankom Solodden etter 1½ time. Nå ble det strålende sol. Matpakker og drikke ble fortært på terrassen med utsikt utover fjorden. Dette var livet!

Vi rodde ut Store Oustøysund og til Rolfs-tangen. Elsebeth badet før vi gikk løs på Lysaker'n, like flat denne gangen. En fantastisk tur, fjorden nesten for oss selv. Takk for turen Elsebeth – jeg klarte det!

Dette er bare noen få uker av vårt jubileumsår, men en opplevelsersrik tid. Vi har mange uker igjen. Møt opp på onsdager og vi ror sammen!





ÅRUNGREGATTAEN

29-30 mai 2004

To solskinsdager i slutten av mai var vi medarrangører til årets Årungregatta sammen med NSR.

Vi var en stor gjeng med arbeidsfolk både på land og på vann. Ikke bare skulle vi få arrangementet til å gå prikkfritt, men vi ville vise hva vi duger til på regattabanen også.

Det var OKR-gjengen med Reidun fra NSR som tok seg av kiosken. Det ble servert helseikkelig, fargerike og fantasifulle pastasalater samt nydelige kaker fra OKR-medlemmer som hadde stått på og bakt. Dette ble det kroner i kassa av.

Ellers var det OKR-folk i alle krokar: Vi kokte kaffe, var på start, kjørte følgebåter, var i måltårnet og ikke minst vasket vi doer...

På regattabanen gikk det også veldig bra. Vi stilte med to åtter-lag:

Dame Elite 8+:
Line Andresen Olstad, Elisabeth Knutsen, Hege Liven, Christine Pramm, Randi Jacobsen, Randi Roggenbihl, Anne Line Aaslund, Elsebeth Ruud, Halina Noach (cox)

2X Mix Veteran:
Hege Liven, Randi Jacobsen, Christine Pramm, Rune Pedersen, Torodd Nymoen, Eivind Flaa, Halina Noach, Randi Roggenbihl, Line Andresen Olstad (cox)

Vi slo oss også sammen med Mossegutta og stilte i 2X mix veteran. Her ble det spenning i sluttspurten da lag 2 og 3 sluttet å ro 3 meter fra mål og drev nesten samtidig over målstreken

1. Line Andresen Olstad og John Johannesen
2. Rune Pedersen og Elisabeth Knutsen
3. Hege Liven og Per-Ivar Berg

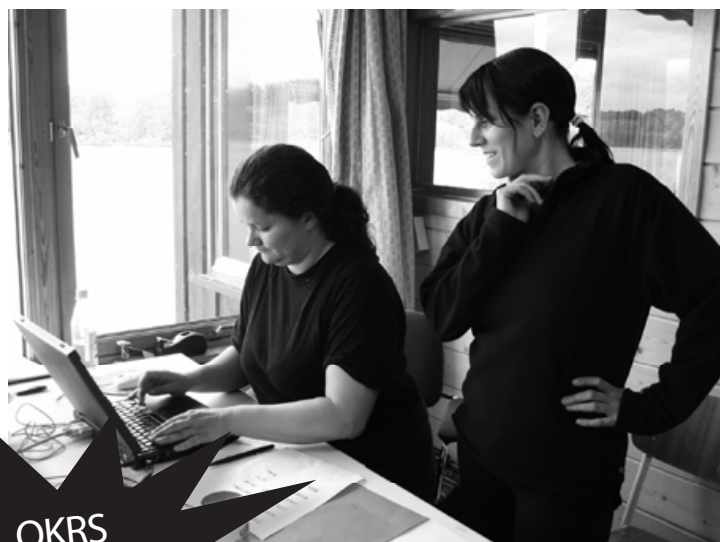
2X Dame veteran
1. Line Andresen Olstad og Elisabeth Knutsen, slo ikke uventet
2. Christine Pramm og Hege Liven

4X Dame elite
1. Line Andresen Olstad, Elisabeth Knutsen, Hege Liven og Christine Pramm
Her overasket OKR-jentene voldsomt og holdt Christiania-jentene på en liten avstand gjennom hele 2000 meter. Det ble en overaskende og velfortjent seier for jentene.

OKRS JUBILEUMS- REGATTA

Over: Randi Rogenbihl og Randi Jacobsen i full sving på regattakontoret. Til høyre: Marianne Lundh i måltårnet.

Under: Glade vinnere i firer uten: Elisabeth Knutsen, Hege Liven, Line Andresen Olstad og Christine Pramm.





Carl Bonnevie, Elsebeth Ruud og Jens Petter Jensen fungerte som premieutdelere begge dager under Årungen-regattaen.

Under: Her står de to lystige kioskselgerne Ragnhild Wahlund og Tone Grønnes med en tydelig fornøyd kunde foran disken.



ROSKOLE 2004

Roskolen i 2004 ble et vellykket arrangement, takket være meget bra dugnadsinnsats fra en del ivrige medlemmer. Uten deres innsats og antall, ville ikke kvaliteten på arrangementet vært på langt nær så bra som den var!

Roskolen, som ble arrangert over 4 dager, lørdag 1. og søndag 2. mai, samt 4. og 7. mai, ble som vanlig avsluttet med en liten grillfest ute i kveldssolen. Det var totalt 28 deltagere på ros-kolen, hvorav 14 har meldt seg inn som medlemmer. I tillegg var det henvendelser fra 16 personer til som gjerne vil være med neste gang vi arrangerer kurs, og i skrivende stund er det stadig folk som ringer, men nå har dugnadsjengen hendene fulle med å trene seg opp til veteran-VM, så nå må kurs utsettes til våren...

Vi registrerer altså gledelig stor interesse for sporten vår, ikke bare nå i OL-året, men for 4. år på rad siden vi startet opp med rekruttering fra Elixia Colosseum Park trenings-

senter. Elixia har rotimer 1-2 ganger om dagen 6 dager i uken og det er ingen tvil om at dette er en flott måte å få folk til å få øynene opp for hvilken bra, hyggelig og sosial treningsform roing er!

Til slutt må det rettes en STOR takk til den flittige dugnadsjengen som var med og instruerte og tok seg av ros-kolemedlemmene! De som deltok på ros-kole-dugnaden var:

Anne Cathrine Horn
Anne-Line Aaslund
Arnhild Støvik
Børge Myrlund Larsen
Christine Pramm (nestformann)
Elsebeth Ruud (formann)
Geir Aarvik
Halina Noach
Hege Liven (rosjef)
Line Andresen (vara-instruksjonssjef)
Liv Kjølseth
Randi Jacobsen (økonomiansvarlig)
Rune Pedersen

Elisabeth Knutsen
(instruksjonssjef)

Eskadreroing til Solodden

Eskadreroingen til Solodden ble avholdt 6. juni i mye vind. De som rodde fra OKR var en førsteårsroer, Mette Svendsen, Marianne Lundh, Elsebeth Ruud og Eva Wold. NSR «ga» OKR Solodden i bursdagsgave, dvs. OKRs medlemmer fikk muligheten til å «bruke» Solodden i tre sesoner: så OKR-medlemmer: benytt sjansen, Solodden er et praktfullt sted.



OPPSLAGSTAVLEN

AKTIVITETSKALENDER FOR HØST 2004

DATO	TID	AKTIVITET	STED	PÅMELDING
4-5.september	-	World masters	Hamburg	se oppslag
8.september	18.00	Klubbmesterskap	OKR	se oppslag
18-19.sep.	-	NM, Vangsvatnet	Voss	se oppslag
22.september	19.00	Sildefest m/dåp	OKR	se invitasjon
25-26.sep.	-	Gøtaelven	Gøteborg	se oppslag
26.september	-	Ulvøya rundt	OKR	se oppslag
13 og 20 okt.	17.00	Dugnad	OKR	se oppslag
16 og 17 okt.	12.00	Dugnad	OKR	se oppslag
23.oktober	19.00	Reke/krabbefest	OKR	se invitasjon
5.november	19.00	Lutefisk	OKR	se invitasjon
15.desember	19.00	Julegrøt	OKR	se invitasjon

DATO FOR
HØST-DUGNADENE:

13. oktober klokken 11:00
16. oktober klokken 17:00
17. oktober klokken 11:00
20. oktober klokken 12:00

Hilsen Hege Liven
Rosjef

OKR
har fått
hjemmeside:
www.roklubben-okr.no

Her finner dere etterhvert alt som er å vite om OKR, sosiale arrangementer, utleie, regattaer og mye mer. Logg dere inn på nettsiden og se hva som skjer i OKR!



SJEKK FESTDATOENE OVER!

Den første viktige festen er til ære for de nye, nemlig Sildefesten.

Deretter blir det både reke/krabbefest, lutefisk og julegrøt.



NAVNE-KONKURANSE:

Hva skal den nye båten hete?

Navnforslag til vår nye trekvart firer med cox (kan ros både som firer og dobbeltfirer) motas med takk.
Lever til styret.

OKR gratulerer

Edel Holthe og
Marianne Lund
som har vært medlem
i Klubben i 10 år



Da jeg kom flyttende til Oslo
Bestemte jeg meg for å begynne å ro
Så jeg ringte til rosjeff Hege for å høre
Om roing i Oslo kvinnelige roklubb lot seg gjøre
Jeg møtte på rokurs med gode instruktører
Som entusiastisk lærte meg hvordan man åren fører

I OKR fant jeg en sjelden fin gjeng
Av flotte jenter og noen få kjekke menn
Som tok imot nye roere med åpne armer
Og hørte på en nybegynners fortvilte jammer
Både når ryggen etter trening sviktet
Eller når krabber i Bestumkilen ble fisket

Nå ror vi nybegynnere så ofte vi kan
Men enda så holder vi oss ganske så nært land
I regattaer vi stiller i nybegynnerklasse
Med nerver i høyspenn og dårlig balanse
Men til neste år er det nye mål som teller
Da er det Master i Skottland det gjelder

Som ny av året vil jeg til slutt bare si
At jeg er veldig takknemlig
For at jeg her i OKR
Får ro med så mange flotte mennesker

Mvh
Marte Radmann Moksnes



Disse medlemmene ble hedret på jubileumsfesten:

OKRs heders-tegn ble tildelt
Kari Bjorvatn
Ellen Marie Hansen
Ragnhild Wahlund

Den gyldne åre ble tildelt
Vivi Christensen
Marianne Lundh
Line Andresen
Olstad
Anne Mari Pedersen
Aud Pettersen
Turid Rustad
Kjersti Storm

OKR gratulerer
Olaf Tufte
og Horten Roklubb
med OL-gullet!



Regatta på Nordåsvannet, Bergen, 4-6 juni 2004



Tekst:
Randi Jacobsen

Vi var åtte glade roere som satte oss i bilen fredag ettermiddag med årer på taket for å kjøre over fjellet til Bergen (Vestlandets vakreste by). Vi hadde to dugelige roersjåfører, nemlig Gaute og Børge, som skulle sørge for å få oss raskt og smertefritt til Bergen. Og i tillegg til jente-gjengen; Randi R, Anne-Line, Hege, Christine, og Randi J hadde også Torodd klart å sikre seg en plass i 8-eren.

Jentene sørget for at det ble rikelig med stopp for oppfylling av snop og tømming av blærer og turen varte og rakk, og Anne-Line forkynnte «at det pleide å gå raskere å kjøre til Bergen dersom man ikke hadde så mange stopp».

Men frem kom vi til Fana Roklubb, som hadde stilt et rom til disposisjon for overnatting – og ikke minst hadde de sagt seg villig til å låne oss en åtter dersom vi ville komme over fjellet og delta i regattaen. Dette var første gang Fana Roklubb arrangerte en 8-er regatta, men det blir nok helt sikkert ikke den siste.

Lørdags morgen kom med litt grått vær, som seg hør og bør i Bergen, og vi gjorde oss klare til sprinten. Her hadde vi vært så heldig å få Børges kompis fra Bergen til å coxe oss. Det tok litt tid å få stilt opp fem åtter og flere firere til start, men til slutt stod vi klar. Sprinten kom igang,

men OKRs båt måtte stoppe opp to ganger for ikke å kræsje inn i de andre åtterne. Men vi kom i mål med stil og skulle i jaktstarten starte som båt nr 1.

Mellom løpene vartet den lokale heiagjengen (Randi J sin mamma) opp med pølser på termos. I langdistanseløpet/jaktstarten (6 km) hadde Marika fra Bergens roklubb sagt seg villig til å coxe oss. Dette gikk svært så bra og selv om humøret var på topp var det godt å ha en oppmuntrende pådriver de siste kilometrene når melkesyren kom sigende og båten bak begynte å hale innpå. Vi suste over mållinjen som båt nr 2, akkurat slått på målstreken

av en annen åtter (selv om slutt-plassering ble noe lavere når tiden fra sprint og jaktstart ble lagt sammen og poeng for kjønn og alder trukket fra). Men vi var vel fornøyde og syntes at så langt var det absolutt verdt turen over fjellet.

Etter løpet gikk noen av de lovende roerne fra storbyen for å sjekke ut Bergen by, som blant annet innkluderte en tur på Kafe Opera. Senere på kvelden var det stelt istand grillfest på Alvøen Roklubb, som ligger fantastisk til ved Øygarden utenfor Bergen. Nå var også været blitt kjempebra og det ble en strålende kveld

med mye ro-prat og planlegging av kommende regattaer. Og den blide gjengen som var kommet fra OKR, kommer nok helt sikkert til å bli husket av roerne i Bergen – både for god sportsånd og grillfest-underholdning.

Søndagen kom og vi satte oss igjen i bilene med årer på taket – denne gang for å kjøre mot vår kjære Bestumkil i øst. En stor takk til coxene og spesielt til Fana Roklubb v/Tore for overnatting og lån av åtter. Så får vi bare håpe at OKR snart kan få seg sin egen åtter å trene i, slik at vi kan bli enda bedre til neste regatta.

Tunevannet Grand Prix

4 OKR roere stilte på årets Tunevannet Grand Prix. Alle løpene de stilte i var på 1000m.

2X
Christine Pramm og Hege Liven kom i mål på tiden 3.55. De rodde mot to båter fra Christiana, og en fra Bærum. De var fornøyd med formen men ikke plasseringen. De hadde nest beste tid, men pga. alder i mastersklassen, havnet de på 4. plass.

I Mix dobbel stilte:
Torodd Nymoen og Hege Liven med tiden 3.50
De stilte utenfor konkurranse da Torodd ikke er master roer.
Børge M. Larsen og

Christine Pramm med tiden 3.51.
OKR lagene rodde mot tre Christiania-lag og ett Bærums-lag.
Torodd og Hege ble slått av en CR båt med et halvt sekund.

4X Mix
Torodd Nymoen, Børge Larsen, Christine Pramm og Hege Liven (bildet) tok utfordringen og stilte til regatta uten noen gang å ha rodd sammen. Det var også første gangen gutta satt i en dobbel firer. Spenningen var på topp da de fire satte seg i båten.
Etter en flott start og fint driv gjennom vannet havnet de inn på tiden 3.46. Fire sekunder bak Christianias båt.

