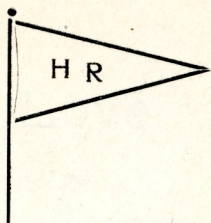


HALDENS ROKLUB





HALDENS ROKLUB

STIFTET 24 AUGUST 1908.



Trykt hos E. SEM, Fredrikshald
1909

STIFTERE

FLOR OTTO

GUDBRANDSEN JON

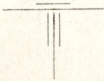
PETERSEN PETER W.

SEM BJARNE

SEM YNGVAR

SEM EDV. JUN.

SØRAAS INGVAR



Love

for

Haldens Roklub

vedtat paa generalforsamling
18 og 27 november 1908.



§ 1.

Klubbens navn er „Haldens Roklub”. Dens flag er en h  ir  d vimpel med bokstaverne „H. R.” i guld. Klubbens farve er h  ir  d.

Klubbens formaal er at skaffe medlemmerne sund og styrkende idræt i frisk luft samt at udvikle dygtighet i roning blandt Fredrikshalds ungdom.

§ 2.

Medlemmerne er dels aktive dels passive. Optagelse som medlem sker ved skriftlig ans  kning til styret, der har at avgjøre hvorvidt vedkommende blir at opta.

Intet medlem maa være under 16 aar. Enhver der vil have adgang til klubbens romateriel maa være sv  mmedygtig.

Utmeldelser sker skriftlig inden mars eller juni maanedes utgang til kassereren.

§ 3.

Kontingenten er for aktive medlemmer kr. 15 — femten — kroner eller kr. 100 — et hundrede — kroner — en gang for alle.

For passive kr. 2,50 — to og en halv krone — Aarskontingenten betales forskudsvis med en halvpart inden 1ste april og resten inden 1ste juli.

Kontingenten maa være erlagt, før medlemmet har adgang til at benytte klubbens materiel. Hvis kontingenten ikke er betalt 1 — en — maaned efter forfald, overlates det til styret at avgjøre, hvorhvidt medlemmet skal utelukkes av klubben.

Styret kan i særegne tilfælde betingelsesvis tillate andre end klubbens medlemmer — uten eller mot avgift — at benytte klubbens materiel. Beslutning av styret herom skal som ellers indføres i forhandlingsprotokollen.

§ 4.

Styret bestaar av 5 — fem — medlemmer, formand, næstformand, rochef, matrialchef og sekretær, der tillike er kasserer.

Styret vælges for 2 — to — aar av gangen, hvorav uttræder det ene 2 — to, — det andet aar 3 — tre — efter tur, første gang 2 — to — efter lodtrækning.

Formanden har i tilfælde av stemmelikhet den avgjørende stemme.

§ 5.

I november avholdes hvert aar ordinær generalforsamling, for hvilken fremlægges beretning og revide-

ret regnskap for aaret 1ste november — 31te oktober, og hvor styret, 3 varamænd og 2 revisorer vælges.

Styret kan sammenkalde ekstraordinær generalforsamling. Likeledes skal styret sammenkalde ekstraordinær generalforsamling, naar mindst $\frac{1}{3}$ — en tredjedel — av medlemmerne, dog mindst 15 — femten — er enige heri. Hvis styret ikke efterkommer henstillingen inden 14 dager, kan ovennævnte medlemsantal sammenkalde generalforsamlingen.

De saker, som skal behandles paa generalforsamlingen, skal betimelig bekjendtgjøres.

§ 6.

Styret fastsætter et reglement for øvelserne, der foregaar fra senest 1ste mai og saa langt utover høsten, som forholdene tillater, dog alt efter styrets bestemmelse.

§ 7.

Kaproning søkes avholdt, dog ikke om penge.

§ 8.

Skade, som forsætlig eller ved skjødesløshet tilføies klubbens eiendele, istandsættes uopholdelig paa vedkommendes bekostning. Om erstatningspligt er tilstede avgjør styret.

Anke til generalforsamlingen kan ikke finde sted for beløp der ikke overstiger kr. 25 — femogtyve — kroner.

§ 9.

For overtrædelse av loven eller reglement, kan styret ilægge en mulkt av indtil kr. 25 — femogtyve — kroner. Mulfter, som ikke overskrider kr. 10 — ti — kroner kan ikke paaankes.

For grovere forseelser har styret ret til at utelukke et medlem. Styret kan bestemme, at et mulkteret medlem ikke skal ha adgang til at benytte klubbens materiel, hvis det ikke inden en frist, som fastsættes av styret, betaler mulkten.

§ 10.

Gjenstande, som ligger igjen efter sæsonens slutning kan av styret sælges til indtægt for klubben.

§ 11.

Klager vedrørende klubbens forhold indgis skriftlig til styret, der avgjør samme, dog kan klageren paaanke til første generalforsamling.

§ 12.

Forandring av disse love kan kun vedtas paa den ordinære generalforsamling med $\frac{2}{3}$ majoritet.

Forslag herom indsendes skriftlig til styret 1 — en — maaned før generalforsamlingen og tilstilles av dette medlemmerne mindst 8 — otte — dage før samme.

§ 13.

I tilfælde av klubbens oppløsning skal klubbens eiendele opbevares eller sælges og det indkomne avsettes til et fond, der blir at indsætte i Fredrikshalds Sparebank. Fondet forvaltes av Fredrikshalds magistrat.

De opbevarede eiendele og avsatte fonds staar til disposition for en eventuel roklub med væsentlig samme formaal som nærværende klubs.

Den eventuelle klubs love maa godkjendes av magistraten, før de opbevarede fonds og eiendele kan blir den utlevert.

Reglement

— av 1909. —



§ 1.

Adgang til baathuset og benyttelse av materiellet tillates kun mot forevisning av medlemskort for rosæsonen, hvilket faaes hos kassereren.

Koksen behøver ikke at være medlem.

§ 2.

Nøkkel til baathuset faaes utlaant hver dag mellem 9 morgen og 10 aften, dog kan rochefen gi tillatelse til at nøkkeln utlaanes mellem 7 morgen og 12 aften.

Ønsker nogen at benytte baaten utenfor denne tid, maa styrets tillatelse indhentes.

§ 3.

Abonnement paa baatene tillates ikke.

§ 4.

Baatene maa kun benyttes med fuldt mandskap.

§ 5.

Ut-og indtagning av baat besørges av mandskapet og maa foregaa med største forsiktighet. Ved tilbakekomsten maa baaten tømmes for vand og altid vel avtørres, før den indbæres.

§ 6.

Komandoen har stroken, som i enhver henseende er ansvarlig for det hele mandskaps forhold i baaten samt for materiellet.

Stroken har ogsaa at foreta indskrivning i øvelsesprotokollen overensstemmende med rubrikkernes respektive overskrifter før utfarten og efter tilbakekomsten. Føres baaten av instruktør, overtar denne saavekomandoen som ansvaret.

§ 7.

Klædedragten bestaar av:

Hvit lue med en syvtakket høirød stjerne i luens top. En hvit stormasket utringet trøie uten ærmer samt hvit genser. Paa trøie og genser er anbragt klubbens stander i størrelse $7\frac{1}{2} \times 15$. Høirødt belte. Hvite benklær (ovenfor knæet). Koksen lange, hvite benklær, Korte, røde strømper, hvite støvler.

Rodragten maa før den tas i bruk forevises for vakthavende instruktør, som har at paase, at alt er efter reglementet.

Tøiet maa altid holdes i orden.

§ 8.

Roøvelser foregaar under ledelse av rochefen, assisteret av opnævnte instruktører.

§ 9.

Instruktøerne har:

- a. at fremmøte i baathuset hver sin dag efter rochefens bestemmelse;
- b. at paase ordenens overholdelse i baathuset;
- c. at alle roere er reglementmæssige klædt;

- d. at lede roøvelserne overensstemmende med klubbens roreglement.

§ 10.

Instruktion:

Enhver roer har at underkaste sig instruktion efter styrets bestemmelse, før det tillates ham paa egen haand at benytte klubbens baater.

§ 11.

Rochefen har ved hver sæsons begyndelse at utfærdige instruks for instruktørerne, materialchefen likeledes en instruks for materiellets benyttelse.

§ 12.

Landstigning kan kun ske, hvor baaterne ikke er utsatte for støt eller nogensomhelst skade.

Det er forbudt at lægge iland ved eller optræde i rodragt paa noget forlystelsessted eller offentlig anlæg.

§ 13.

Kaproninger:

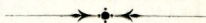
Naar kaproning er bekendtgjort, skal de som vil delta deri, tegne sig snarest paa den av styret utlagte liste med opgave av vegt og alder. Til at repræsentere klubben i kaproning med fremmede klubber utvælger og sammensætter rochefen efter konference med instruktørerne mandskapet blandt de medlemmer, som ved paategningen paa den av styret utlagte liste har erklæret sig villig til at delta i saadan repræsentation og gennemgaa den dertil bestemte træning. Efter træningens begyndelse kan man ikke trække sig tilbage uten av styret godkjendt lovlig grund.

Alle har i enhver henseende at rette sig efter
rochefens anordninger.

Fredrikshald 3 februar 1909.

Styret.

Reglement for roning.



Plasserne i baaten benævnes nr. 1 for den forreste og derefter nr. 2, 3 og 4 (stroke) i rækkefølge.

Nr. 4 har komandoen, hvis der ikke er instruktør i baaten.

Baatens uttagning.

Efterat roerne har bragt aarerne ut paa bryggen, tar de fat i baaten ved hver sin rigger, der kommanderes „løft” derpaa bæres baaten ut, idet styrmanden holder i agterstavnen og skyver baaten paa ret kjøi i vandet med baugen foran, idet roerne assisterer ham hermed.

Ombordstigningen.

Styrmanden holder i agterste rigger. Nr. 1 stiger ned i baaten, idet han træder paa kjølsvinet og holder i baatkanterne med begge hænder, sætter sig paa sætet, fører føtterne ind i spændbrettets rem.

Aarerne lægges med aarebladet flatt paa vandet over riggeren, haandtaget føres saa ind i riggeren og fattes ytterst med omtrent 1 $\frac{1}{2}$ haandsbreds afstand

mellem hænderne. Nr. 2, 3 og 4 indtar dernæst sine plasser paa samme maate, idet nr. 2 assisterer styrmanden med at holde baaten for nr. 1, og nr. 3 for nr. 2 o. s. v., tilsidst indtar styrmanden sin plass, idet han tar en rorline i hver haand og støtter sig med hænderne paa rælingen.

Stillingen i baaten.

Føtterne mot spændbrettet med taaspisserne vendt utad, sætet trækkes litt frem, saa knærne bøies, overkroppen, halsen og hodet holdes ret op, brystet skytes frem, skuldrene sænkes, armerne strækkes ret frem med hænderne doralbøiet, næsten i ret vinkel. Aarebladet flatt paa vandet. Styrmanden holder benene korslagte og overkroppen ret op.

Roningen.

Komando: „Klar”. Overkroppen føres forover, korsryggen bøies godt ind, bøiningen i haandleddet rettet ut, saa aarebladet kommer næsten lodret ned i vandet, dog heldende noget mot agterstavnen. Saa komanderes: „Ro”. Overkroppen svinges raskt op og sætet holdes rolig, indtil overkroppen er kommet litt forbi den lodrette stilling, despaa spændes jevnt fra med benene, saa sætet med kroppen føres bakover. Først naar sætet saaledes ved benene er spændt helt tilbake, begynder armene, som hittil er holdt ganske rette som forbindelsesled mellem krop og aare, at virke. Naar aaretaket slutter, føres skuldrene vel tilbake og sænkes, overarmene føres tilbake langs siden av kroppen og hænderne, som under hele aaretaket

skal føres i samme horisontale plan og til et bestemt punkt paa kroppen, sænkes, dorsalbøies, og føres raskt frem, medens kroppen først kommer langsomt efter, naar armerne er helt rettet ut. Kun aarebladet maa under vandet. Idet man gaar frem til nyt aaretak, maa aarebladet ikke berøre vandflaten.

Samroning opnaaes ved, at alle fire roere har nøiagtig samtidig omsving, spænd, avslutning av aaretaket og armestræk. Forat opnaa samtidighet i bevægelserne, maa roerne nøiagtig iagtta formandens bevægelser og ikke se til nogen av siderne.

Av særlig vigtighet for balansen av baaten er aaretakets samtidige og korrekte avslutning. Det gjælder da her specielt, at hænderne føres nøiagtig i samme plan og til samme punkt paa kroppen, og at hænderne sænkes, dorsalbøies og føres frem hurtigst mulig. Den agterste aare angir takten under almindelig roning ca. 28 tak i minuttet.

Styrmanden holder kroppen rolig under roningen og rører om mulig ikke roret under aaretaket.

Roningens ophør.

Komando: „Stop”. Grundstillingen indtas.

Baatens stansning.

Komando: „Stryk” Armene strækkes ret frem, og aaren føres med et fast tak paa skraa ned i vandet, med den hule side vendt mot forstavnen, slik at aarebladet kommer til at ligge horisontalt under vandflaten.

Skaatning.

Komando: „Skaat”. Aaretakene begynner akterfra med den hule side av aarebladet vendt mot forstavnene. Sætet er ført helt tilbake. Skaatning utføres væsenligst med armerne.

Utstigning.

Paa komando: „Nr. 1”, tar denne sin aare ut av tollegangen og gaar iland trædende paa kjølsvinet, derefter kommanderes nr. 2, 3 og 4, som gaar ut paa samme maate, styrmanden sidst. Under utstigningen holder nr. 1, naar han er gaat ut, baaten for de andre. Naar roerne er steget ut, sætter de først aarerne med bladet ned til tørring ved baathuset og gaar saa straks tilbake for at delta i baatens ilandbringelse.

Baatens optagning.

Styrmanden løfter stavnene ut av vandet og trækker baaten op, idet roerne tar fat hver ved sin rigger. Baaten vaskes omhyggelig utvendig og indvendig og bæres derpaa ind med agterstavnene foran og sættes paa ret kjøl med riggeren støttet mot væggen. Ved tømning av baaten maa hver roer beholde sin plass og vendingen foregaar paa komando av stroke eller instruktør.

Naar aarerne er tørre, bringes de paa sin bestemte plass i baathuset.

Almindelige bestemmelser.

Under roøvelserne maa ingen uttale sig mot git komando.

Fredrikshald 3 februar 1909.

Styret.
