

LOS

ROCK

AV

INGER G. MOTTEN

Innholdsliste.

Voss Roklubb	57
Materiell	56
Trening	57
Regatta	59
Intervju	511
Kjelder	513

Voss Roklubb?

07. Oktober 1987 vart Voss Roklubb stifta. Då var det omlag 26 medlemmer, og no er det omlag 40 medlemmer. På skipingsmøtet var det 26 personar som møtte opp. Etter at skipinga var samrøstes vedteken, vedtok ein samrøystes der det mellom anna stod:

§1

Føremål:

Lagets føremål er ved samarbeide og kameratskap å fremme ro idrett i sunne former.

§2

Laget er medlem av Norges Iddrettsforbund gjennom Hordaland Iddrettskrets og Norges Røforbund.

Laget har sete i Voss kommune og er medlem av idrettens kontakt utval i kommunen.

§3

Medlemar:

Ein kvar symje dyktig som innordnar seg lagets og overordna idrettsmyndigheitslover, kan takast opp som medlem. Ein søkjar kan ikkje takast opp utan at forpliktelssane til andre idrettslag er ordna. Medlemskap i laget er først gyldig og reknast frå den

dag kontigenten er betalt. For å ha stemmerett må eit medlem ha fylt 15 år, vore tillslutta laget i minst ein månad og ha sitt forhold til laget i orden.

§4

Kontigent:

Kontigenten betalast forskotsvis og størleiken fastsettest kvart år av årsmøtet.

Medlemar som skuldar kontigent for meir enn eitt år, mistar sine rettigheter og kan av styret strykast av laget. Strykast eit medlem, kan vedkommande ikkje takast opp att for skuldig kontigent og andre forpliktelsar er ordna. Styret har høve til å settje ned eller stryke kontigent ved sjukdom, arbeidsløyse, militærteneste eller av andre gyldige grunnar.

§5

Årsmøte:

Lagets høgste myndigheit er årsmøtet som vert halde kvart år i OKTOBER månad. Årsmøtet innkallast av styre med minst 3-tre vekers varsel, direkte til medlemmane eller ved kunn-gjering i pressa.

I alle saker skal vedtaka, for å vere gyldige, vere fatta med fleirtal av dei avgjevne stemmene når ikkje anna er bestemt i lova.

Årsmøtet skal:

1. Be handle årsmelding.

2. Behandle rekneskap i reviders stand.
3. Behandle innkomne frammlegg og saker.
4. Fortsette kontigent.
5. Vedta budsjett.
6. Velge fylgjande tillitsmenn med 2-toårs funksjonstid.
 - a) Styre med formann, rosjet (nestformann), sækretær, kasserar og 1-ein styremedlem samt to varamenn.
 - b) Utdanningskontakt
 - c) to revisorar
 - d) Representant til idrettens kontaktutval i kommunen.
 - e) Representantlar til ting dei organisasjonar laget er tilslutta.
 - f) Valg komite på 3-tre personar.

Valgbare er alle stemmeføre medlemmar.

§ 6

Ekstraordinære årsmøte:

Ekstraordinære årsmøte. vert haldne når styret bestemmer det eller ein tredel av dei stemmeføre medlemmane krever det. Ekstraordinært årsmøte kan berre handsame den eller dei saker kravet om årsmøte omfattar og som er kunngjort i innkalinga.

§ 7

Medlemsmøter:

Medlemsmøter vert haldne når styret finner det nødvendig.

§8

Styret:

Laget leiast av styre som er høgste myndighet mellom årsmøter.

Styret skal:

1. Iverksette årsmøter.
2. Foreta lagets daglege leiing og representere dette utad.
3. Oppnevne etter behov komitear/utvalg/personar for spesielle oppgaver og utarbeide instruks for desse organ.
4. Etter evne søke å løse lagets oppgaver, jfr §1, ved treningsvirksomheiten, skuleopplegg og på annan måte ivareta lagets og medlemmenes interesse.

§9

Styrets arbeid:

1. Formannen har den daglege leiinga av laget.
2. Roformannen fungerer som formann under vedkomande sitt fråver.
3. Sekretøren skal føre protokoll over alle styremøter, medlemsmøter og årsmøter. I tillegg skal han vere lagets arkivar.
4. Kasseraren pliktar å sette seg inn i dei for idretten til ein kvar tid gjeldane instruksar og bestemmelsar, og føre regnskap og medlemsliste i samsvar med desse.
5. Revisorane skal gjennomgå rekneskapen i samsvar med idrettsrevisjons bestemmelsar.

§ 10

Lovending:

Endring av denne lov kan kun berre gjevast på ordinært eller ekstraordinært årsmøte, det krev to tredelars fleirtal av gjevne stemmer.

Forskjellige Bilder!



Me kjem inn etter eit løp i Horten



Gro K, Ming L. og Heidi J. ventar på å ta ro i Horten



Kretsen sette ny verdens rekord på romaskin i Bergen på Torgall memingen. Her roer eg.



Ingeborg riggar opp båten eg og hoshul ro. Dette er i OS. Gunnar Grove i bakgrunnen.



Her er det premie utdeling i Horten med fellesølv. Præmie utdelar var Rolf Thorsen (OL-mester)

Materiell.

Voss Roklub har for tida dårleg^{for} så materiell er heller ikkje så bra. Av båtar har me ein dobbeltfirar av tre, bølufast, som eigentleg er ro-kretsen sin. Me har tre dobbelt scullarar i plast, D1, D2 og Tina og til slutt har me tre singel scullarar av plast, S1, S2 og S3. Elles har nokre roarar kjøpt private singel scullarar, som Nina S. Ingebrigtsen, Kristina Fareth, Franka Vakken og Olav Mæland. Klubben sine båtar er ikkje noko bra i høve til ein skikkeleg båt, og om du ror med same styrke, kan du regna med å koma 15-20 sekund etter med våre båtar på ein 2000 meter. Så ein dobbelt sculler for konkurransebruk står høgt på ønske lista.

I 1989 laga Voss Yrresskule ein ny båt-hil hengar, som me kan frakta ein god del båtar på.

På ønske lista står òg eit nytt naust og klubbhus ved Voss Vandrehjem.



Hier pakkar
me båtar
til me
skal på
regatta i
Husnes
Juni 92.

Trening.

Akkurat som med alle andre sportar, må me trenar, me har ein del ulike former for trening.

Om sommaren er me på vatnet og ror. Då trenar me teknikk og kondisjon. Me ror som oftast fire kilometer, men av og til ror me åtte eller berre to kilometer.

Trenarane om sommaren er Arild Nakken, Truls Ingebrigtsen og Olav Møland.

Om vinteren har me styrke og kondisjonstrening. Då er me ute å joggar, er på Gjernes skule og har sirkel trening eller på Bioform og ror på romaskin. Seinare på året skal me byrja på Bioform treningsstudio, der får me eit program som me skal trenar etter.

Trenarane om vinteren ~~vinteren~~ er Truls Ingebrigtsen, Nina S. Ingebrigtsen og Martha Skjeldal.



Hier er eit (darleg) bilde frå trening fre. 13.11.92. Hier er det vanleg sirkel-trening.

I 1989/90 var Sissel Lothe frå Os Roklubb trenar for Voss Roklubb, og ho har vore til svært stor hjelp, både for damene og herrane. I dette året var det berre 30 medlemmer i Voss Roklubb.

1988/89 hadde Voss Roklubb 30 betalande medlemmer. Av desse var 14 under 16 år og 16 over 16 år. Vinter treninga føregjekk mest i gym-salen på Våtle Handelskule under leiging av Åsmund Næss. Då var det styrke- og kondisjons-trening ved trappe- og sirkel-trening.



Hier er eit bilete etter trening. Me tåger ut. Alle var ikkje til stades når bilete vart teke.



Hier har Olav Møller og Gro Kvitne vore utpå ein trenings tur på Vangsvatnet.

Regatta.

Ein god del av sommaren går med til regattaer (konkuransar). Der har Voss Roklubb som oftast med singel scullarar, dobbel scullarar og dobbelfirar.

I år, sommaren 1992, har me vore på åtte regattaer. Me har reist litt langt og kort, det vil sei at me har vore i Horten, Husnes og ellers rundt i Hordaland. Men dei senior jentene frå Voss har vore lenger på NM og andre regattaer. Dei har og vore i utlandet.

No i haust fekk me pokalen for beste klubb i kretsen, gjennom heile sommaren.

I tilfelle me reiser langt, kan me leiga buss i lag med andre roklubar, slik me gjorde då me reiste til Horten i August. Men elle~~s~~klar me å ha privatbilar. Då er det som oftast foreldrene foreldra som stiller opp.

Samarbeidet og kameratskapet i Roklubben er veldig godt. Me har det kjekt og koseleg på alle regattaer og treningar.



Ingeborg
H. Rekke
og Eg i
Bergens
Rokklubb
etter at
me vart
Krets-
mestrar.



Hier riggar
me opp
"Sølofest"
til me
skal ut
i ro.
i bakgrun-
nen
Trenar
Arild Nakken.
Bildet er
tatt i Fana
Rokklubb

Interju.

Anny Mina Lyngstad
15 år, roar, Voss Roklubb



I : Når begynte du å ro?

AML: Eg begynte i fjor vår, det vil seia varen-91.

I : Kvifor begynte du?

AML: Eg hadde tenkt på det lenge, og så begynte Ingeborg, ei venninne av meg. Då byrja eg og.

I : Var det mange medlemmer då?

AML: Nei, me var berre nokre få, men det var berre eg og Ingeborg som haldt fram. Så begynte Siri Midtun. Hausten 1991 sette me opp plakater, og då begynte det mange.

I : Har de same trening heile året?

AML: Nei, om sommaren er me ute og ror, men om vinteren er det mest styrke- og kondisjons- trening, men også teknikk.

I : Har du vore på mange regattaer?

AML: Ja, men det blir fleir neste år.

I : Kva elles vil du sei om roing?

AML: Det er kjempe kjekk sport og godt miljø, alle er saman med alle. Men me treng nokre fleir gutar, for me er 15 jenter og berre ein gut.

Truls Ingebrigtsen
Trenar, Voss Roklubb

I: Korleis likar du å vera trenar?

T I: Veldig kjekt, elles hadde eg ikkje gjort det.
Men det er litt kjeisamt når folk ikkje kjem.

I: Har du vore trenar lenge?

T I: Nei, i to-tre år.

I: Tar det mykje av fritida di?

T I: Ja, om sommaren gjer det det.

I: Korleis kom du i kontakt med roklubben.

T I: Nina, dottera mi begynte, og eg begynte å
interessera meg for roing og vart trenar.

Kjelder.

Munnlege kjelder:

Truls Ingebrigtsen

Olav Møland