

Sandefjords Roklub

(Stiftet 9. Juli 1917)

Love Roreglement etc.



Sandefjord.
Richard Olsens Trykkeri.
1917.

PIANOER

KJØPER DE FORDELAGTIGST

HOS

RICHARD OLSEN

Cigarماغاسinet

(Indeh. Alf Knudsen)

Naar De ikke ror -

men tar det med ro -

= RØK =

da

Cigarer, Cigaretter etc.

fra

Cigarماغاسinet

Telefon 602.



Åktie-Kreditbanken i Sandefjord

Kapital Kr. 3,000,000.00 fuldt indbetalt

Reservefonds Kr. 2,800,000.00



Fondsavdeling

Omsætning av alle Sorter

Aktier og Værdipapirer.

Telefoner: 386, 609.

Telegramadresse: Fondsbank.

Olav Ringdal

Aktiemægler.

Telefoner:

530, 531, 532, 651

Ringdal privat 557

Silverisen — 542

Telegramadresse: "Olav".

Thrane - Nielsens Filiaalkontor

*Omsætning av Dampskibsaktier
Hvalaktier - Industriaktier
..... & Bankaktier*

Telegramadr. „Thraniet“. Telefoner 314 - 630 - 654

E. Fredriksens Cigarforretning

Indeh. E. Nilsson

- Torvgaten 18, Sandeffjord -

- Telefon 669 -

Anbefaler et altid godt udvalg i finere cigarer,
cigaretter, tobakker og pipesaker.

Bestyrelse i 1917:

Formand: Olaf Wegger.

Rocheff: Iver L. Elieson.

Kassierer og sekretær: Aksel Graff.

Materialchef: W. Klerck Bryde.

Suppleant: Sverre Koppang.

Revisor: Bjarne Gundersen.

Roformænd: Johannes Dahl
K. Bigum.

Medlemsfortegnelse.

Passive:

Chr. Christensen jr.
Gustav Gjertsen.
Sverre Koppang.
Haakon Rachlew.
Alfr. Waardal.
Arnt Wegger.

Aktive:

Kr. Bigum.
Sigurd Brun.
W. Klerck Bryde.
Johannes Dahl.
Iver L. Elieson.
Leif Feilgaard.
Odd Gleditsch.
Aksel Graff.
Bjarne Gundersen.
A. Iversen.
Alf Knudsen.
Einar Nielson.
Anton Sivertsen.
Olaf Wegger.
Henry Øhre.

Love

(vedtatt 5te august 1917)

1. Klubbens navn er Sandefjords Roklub, og dens farve er grøn. Klubbens formaal er vække interesse for og utvikle dygtighet i roning som en sund og hærdende sport.
2. Andragende om optagelse som aktiv eller passiv medlem indgis skriftlig ledsaget av 2 medlemmers anbefaling, til bestyrelsen som avgjør, hvorvidt optagelse skal finde sted og forelægge det paa første medlemsmøte til endelig approbation.
3. Kontingenten, som erlægges inden 15de april hvert aar, er kr. 25.00 + kr. 10.00 som indmeldelsespenge.

Hvis et medlem ikke har erlagt kontingent inden $15/7$, kan han elter enstemmig styrebeslutning og approbation av medlemsmøte excluderes.

4. Enhver, der yder et bidrag av mindst kr. 250.00, kan bli livsvarig medlem.
5. Den ordinære generalforsamling avholdes inden november maanedes utgang. Regnskapet avsluttes pr. 31. oktober.

Forlanger $\frac{1}{3}$ av de aktive medlemmer at ekstra ordinær generalforsamling skal avholdes, pligter bestyrelsen at sammenkalde en saadan.

6. Paa den ordinære generalforsamling vælges bestyrelse med en suppleant, revisor og roformand.

Regnskap fremlægges og reretning avgis for det forløpne aar.

For at gyldig beslutning kan kunne fattes maa mindst $\frac{1}{3}$ av de aktive medlemmer fremmøte. En ekstra ordinær generalforsamling er altid beslutningsdygtig.

7. Bestyrelsen bestaar av 4 medlemmer: formand, rochef, materiatformalter og (kasserer og sekretær) forretningsfører.

Ingen av klubbens medlemmer kan undslaa sig tillidshverv medmindre han har fungeret 2 aar i træk.

8. Bestyrelsen fastsætter instruks for rochef, materialformalter, roformænd og kaproere.
9. Medlemsmøte avholdes 1 gang maanedlig i saisonen, og bestyrelsen forelægger alle ting av interesse paa dette.
10. Roøvelserne foregaar efter fastsat instruks under ledelse av rochefen med assistance av roformændene.
11. Skade, som enten forsætlig eller ved skjodesløshet tilføies baater eller andre eiendeler istandsættes uopholdelig paa vedkommendes bekostning. Hvorvidt erstatningspligt foreligger avgjøres av bestyrelsen.
12. Klager indgis skriftlig til bestyrelsen
13. Utmeldelse maa ske skriftlig til bestyrelsen. Et medlem som ikke har indsendt utmeldelse inden 1. mai maa betale kontingent for aaret.

14. For overtrædelse af nærværende love og fastsat instruks kan bestyrelsen lægge en multitra 5 til 50 kr.
15. Til forandring af disse love, der kun kan ske paa ordinær generalforsamling, udkræves $\frac{2}{3}$ stemmefortal.
16. I tilfælde af klubbens opløsning, der kun kan besluttes af generalforsamlingen, skal bestyrelsen realisere dens eiendele bedst mulig, og det indkomne benyttes til dækning af mulig gjæld. Eventuelt overskud overdrages Norges Røforbund.

Roreglement.

Den, der fører den agterste aare, har kommandoen i baaten og ordner roernes pladser, hvilke benævnes nr. 1 for den forreste og derefter nr. 2, 3 og 4 (stroke) i rækkefølge.

Baatens udfagning.

Efterat roerne har bragt aarerne ut paa bryggen, tar de fat i baaten ved hver sin rigger. Styrmanden holder i agterstavnen og styrer baaten paa ret kjø i vandet med baugen foran.

Ombordstigning.

Styrmanden holder i den agterste rigger, nr. 1 stiger ned i baaten, idet han træder paa kjølsvinet, lægger sin aare flatt paa vandet over sin rigger, holder i haandtaget og sætter sig paa sætet.

Aaren føres ind i riggeren og fattes i haandtaget, nr. 2, 3 og 4 indtar derefter sine pladser paa samme maate og tilsidst styrmanden (cox).

Stillingen i baaten.

Føtterne sættes imot spændbrættet, taaspidserne vendes utad under læderremmen. Sætet trækkes litt frem, saa knærne bøies, overkroppen, halsen og hodet holdes ret op, brystet fremskytes, skuldrene

sænkes, overarmen ind til livet og aaren ut fra baaten med aarebladet flatt paa vandet. Styrmanden holder sine ben korslagte, og overkroppen ret op. Alle ser ret frem.

Roningen.

Kommando: "Alle mand klar." Grundstillingen

indtages. Dernæst: Sætet trækkes helt ind, overkroppen føres godt frem, brystet hæves, korsryggen bøies godt ind. Armene strækkes ut, knæene vrides utad, og alle aarene holdes i samme høide — med aarebladet flatt paa vandet — indtil der kommanderes "Ro". Sætet holdes i begyndelsen av aare-

taket, idet overkroppen svinges rask op i lige linje, indtil kroppen kommer litt forbi den lodrette stilling, hvorpaa benene med et jævnt tryk mot spændbrættet fører sætet med kroppen bakover; først naar sætet saaledes ved benene er skutt tilbake, begynder armene, der hittil er holdt strakte, som forbindelsesled mellem aare og krop, at virke. Den største kraft lægges straks i begyndelsen under kroppens opsvingen og i den første halvdel av aaretaket. Naar aaretaket sluttes, føres skuldrene vel tilbake, saa brystet kan komme frem, armene føres raskt frem, mens kroppen kommer langsomt etter. Kun aarebladet maa under vandet.

Den agterste aare angir takten. Under roningen forholder styrmanden sig rolig med kroppen.

Roningsens ophør.

Kommando: "Stop." Grundstillingen indtages med overkroppen ret over hofteene, overarmen fast ind til livet og aaren ret ut fra baaten med aarebladet flatt paa vandet.

Baatens slansning.

Kommando: „Stryk“. Armene strækkes frem, idet aaren med et fast haandtak føres ned i vandet med den hule side vendt noget mot forstavnen.

Baaten agterover.

Kommando: „Skaat“. Aaretakene begynder agterfra med den hule side av aarebladet vendt mot forstavnen.

Udstigning av baaten.

Aarebladet holdes flatt paa vandet, indtil hver især skal stige ut. Styrmanden holder agterste rigger, indtil alle er ute av baaten.

Paa kommando: „nr. 4“ tager denne sin aare ut av riggeren og stiger iland trædende paa kjølsvinet, idet aarebladet under ilandstigningen holdes flatt paa vandet, derefter kommanderes nr. 3, 2 og 1, som stiger ut paa samme maate; naar roeren er kommet ut av baaten, sætter han sin aare paa dens plass og gaar straks tilbake for at delta i baatens ilandbringelse.

Baatens oplagning.

Styrmanden løfter agterstavnen ut av vandet og trækker baaten op, idet roerne tar fat som ved uttagningen. Baaten bæres ind med agterstavnen foran og sættes paa ret kjøl med riggeren støttet mot væggen efterat den er vasket og tørret.

Antræk.

Hvit trøie med grøn lodret stolpe paa brystet og hvite benklær.

Reformændene har:

- a) at fremmøte i baathuset ifølge fastsat instruks,
- b) at paase ordenens overholdelse i baathuset og
- c) at alle roere er reglementsmaessig klædte,
- d) at danne baatlag,
- e) at anvise lagene baat,
- f) at skaffe nye medlemmer instruktion,
- g) at sørge for at baatene ved ut- og indtagning
blir forsigtig behandlet.

Nybegyndere

har at melde sig for rochefen eller vagthavende
roformand, som skaffer ham instruktion. Der tillates
ikke nybegyndere at benytte nogen av klubbens
baate paa egen haand.

Landstigning

kan kun ske, hvor baaten ikke er utsat for stot eller
nogensomhelst skade.

Almindelige bestemmelser.

Under roøvelserne maa ingen utale sig mot
given kommando, og heller ingen tale tillates
naar der er paabutt taushet.
Den som har indtegnet sig til kaproning, maa
ikke senere trække sig tilbage uten av be-
styrelsen godkjendt grund.



SANDEFJORDS MÆGLER- FORRETNING

Telefoner 311, 569.

Telegramadresse : Commission.



H. LARSEN
Kulturreising
— Sandefjord —
--- Telefon 23 ---

Ingw. Otterbech
— Sandefjord —
Herreekvipering

A|s Aktiv

**Fonds- & Aktie-
mæglerforretning**

- - Sandefjord - -

Telefoner :

Mægleren 645, 646

Ekspedition 647

Einar Nilsson privat 669

Telegramadresse : Aktiv