Trondhjems Roklub

Årbok 2003

T
R

Innholdsfortegnelse

1. STYRETS SAMMENSETNING 2003 2

2. REDAKTØRENS SPALTE 3

3. ÅRSBERETNING 2003 4

4. REFARAT OG RESULTATER FRA PORSELENSREGATTAEN 6

5. JUNIORREGATTA I HAMBURG 8

6. REFERAT OG RESULTATER FRA NORGESMESTERSKAPENE 9

7. SLUTTSTILLING I NORGES CUP 2003 13

1 AALESUND ROKLUB 13
2 TRONDHJEMS ROKLUB 13
3 CHRISTIANIA ROKLUB 13

8. DISSE RODDE OVER 50 KILOMETER I 2003 14

1 FREDRIK HOLAGER 14
2 JANN KRISTIAN BUVARP 14
3 ANDREAS HOLAGER 14

9. ROSJEFENS RAPPORT 15

10. TRONDHJEMS ROKLUBS UTMERKELSER 16

10.1 RIDDERE AV MUNKHOLMORDENEN 16
10.2 RIDDERE AV GRIFFENFELDTORDENEN 16
10.3 TRIMMIANS VANDRESKJOLD 16

11. HALL OF FAME 17

12. HVA SKJER I 2004 ? 18

13. TRONDHJEMS ROKLUB FORMIDLER TELEFONABONNEMENT 19

14. NYTTIGE TELEFONNUMMER 21

15. TERMINLISTE 2004 22

1. Styrets sammensetning 2003

Formann/ Rosjef	Tom Espen Hansen Brattørgata 3B 7010 Trondheim	Mob.: 93 02 72 08 toehanse@broadpark.no
Nestformann	Nina Heilemann Borchgrevinksv. 7 7020 Trondheim	Priv.: 73 50 48 59 Arb.: 95 26 36 02 nina-birgitte.heilemann@trondheim.kommune.no
Kasserer/ Sekretær	Mona Øiseth Vorhaug Asalvn. 4 C 7058 Jakobsli	Priv.: 73 57 17 02 Arb.: 73 84 40 40 mona.oiseth-vorhaug@gjensidige.no
Rekrutterings-leder	Nils Bjørnerud Estenstadvn. 139F 7049 Trondheim	Priv.: 73 94 30 47 Mob.: 99 60 27 03 ngb@netcom.no
Materialforvalter/ Båthussjef	Astrid Skogvang Bromstadvn. 22 7045 Trondheim	 Mob.: 99 25 43 99 astrinaut@hotmail.com
Varamedlem	Frederik Norberg Sildråpevn. 31D 7048 Trondheim	Priv.: 73 90 22 48 Mob.: 92 28 46 83 fnorberg@online.no
Varamedlem	Tor-Henning Iversen Bjørkhaugvn. 22B 7049 Trondheim	Priv.: 73 93 20 69 Mob.: 94 65 35 11 tor-henning.iversen@chembio.ntnu.no

Hjemmeside : **www.trondhjems-roklub.org**

Felles mailadresse for styret : **styret@trondhjems-roklub.org**

Trondhjems Roklub
Postboks 794
7408 Trondheim

Org.nr. : 984 184 883

Bankgiro: 4336.06.05923

2. Redaktørens spalte

Vi fortsetter tradisjonen med å gi ut en Årbok for hvert år, og vi er nå kommet til en oppsummering av året 2003. Det har dessverre i år som tidligere år vært vanskelig å få roerne til å skrive refaretene i tide, noe som er hovedgrunnen til forsinkelsen. Det er bedre å levere et skikkelig produkt enn en innholdsløs liten sak. Vi prøver nå å ta med bærbar PC på turene for så å i felleskap lage referat allerede på hjemturen ☺

Minner om at Trondhjems Roklubs hjemmeside på Internett nå har fått nytt design og fått over 9500 besøkende. Den inneholder tidligere utgaver av Ro-Nytt i tillegg til informasjon om klubbens virke, samt gamle og nye resultatlister og en god del bilder. Nytt av året er at de aktive fører rodde kilometer inn i en database på nettet, i tillegg til å skrive i roprotokollen på Jonsvatnet. Adressen er: www.trondhjems-roklub.org

Jeg vil også benytte anledningen til å oppfordre alle klubbens medlemmer og andre som vil spare penger og samtidig støtte Trondhjems Roklub til å benytte seg av roklubbens formidling av telefonabonnement gjennom ACN. Dess større omsetning klubbens medlemmer genererer, jo flere prosent av denne omsetningen går tilbake til klubben.

Trondhjems Roklub fikk i 2003 helt nye rodrakter bestilt helt fra Australia. Disse finnes i alle størrelser og får kjøpt til 450kr per stykk ved hendvendelse til Nils Bjørnerud. Her er det lettvektsjentene Ida og Julie som viser dem frem ☺

Takk til Frederik Norberg for bilder, god hjelp med opptelling av kilometer fra roprotokollen og for utarbeidelse av nytt design på hjemmesiden!

Tom Espen Hansen
Redaktør

3. Årsberetning 2003

Styret har i 2003 bestått av 7 personer:

Formann	:	Tom Espen Hansen
Nestformann	:	Nina Heilemann
Kasserer	:	Mona Øiseth Vorhaug
Rosjef	:	Tom Espen Hansen
Rekrutteringsleder	:	Nils G. Bjørnerud
Båthussjef/Materialforvalter	:	Astrid Skogvang
Varamedlem	:	Fredrik Norberg
Varamedlem	:	Tor-Henning Iversen

Siden forrige årsmøte har vi gjennomført 1 møte.

Denne sesongen har vi jobbet med følgende saker:

På vårparten ble det sendt ut ny utgave av Trondhjems Roklub Årbok

Åpning av ro-sesongen ble gjennomført i våre lokaler på Skansen 1. mai.

Våre aktive utøvere har deltatt på følgende regattaer:

Dato	Regatta	Sted
25.-26.01.	NM i Innendørsroing	Horten
15.03.	Bymesterskap Concept	Trondheim
26.04	Langdistanseregatta	Porsgrunn
10.-11.05.	Årungenregatta	Årungen
24.-25.05.	Vangsvatnet-regatta	Voss
14.-15.06.	Østlandsregattaen	Årungen
16.-17.08.	Tunevannet Grand Prix	Sarpsborg
13.-14.09.	Norgesmesterskapene	Årungen

Vi har deltatt på Spesialtrenerforum i midten av januar og samling i Bergen medio april, representert ved Tom Espen Hansen.

Vår deltagelse i Norgescupen resulterte i en flott 2. plass sammenlagt og kr. 10.000 i pengepremie fra Norges Roforbund.

På sensommeren ble dobbeltfireren vår ”Knut” skadet slik at den ble redusert fra en god konkurransebåt til en brukbar treningsbåt. Nå ønsker trenerteamet en ny dobbeltfirer, og man følger med i miljøet om andre klubber skal selge denne type båt eller om det kommer tilbud på båttypen fra leverandører i utlandet.

Også denne sesongen ble vi tildelt bingoarrangement hos Idrettsbingo AS i Innherredsvn. 59. Rutinene er gjort om; - vi søker om tildeling av arrangement, vi blir oppringt dersom vi får tildelt arrangement men vi slipper å stille opp med en dugnadsgjeng – da de selv utfører vasking og rydding av bord. Dette er lettjente penger da hver tildeling tilfører roklubben minimum kr. 19.500 og dersom overskudd kan det bli snakk om en del mer !!

I tillegg til bingoinntektene får vi månedlige inntekter fra en spilleautomat som står i lokalene til Indrettsbingo AS. For året 2003 er disse inntektene kr. 56.745. Denne inntektskilden har vi også i 2004, men i 2005 vil den falle bort pga. at Norsk Tipping tar over denne spillegeskjeften.

I år har vi ikke hatt noen store innkjøp mht. romateriell; - en romaskin til 12.400 (Concept 2 Indoor Rower), Stampfli Carbon Wingrigger til 3.600 og diverse annet utstyr/materiell til konkurransebåtene våre kr. 3.300.

Økonomisk sett har denne sesongen ikke budd på noen problemer. Vi har hatt penger på ”bok” og regningene betales iht. forfall.

Også denne sesongen har Nils G. Bjørnerud fungert som Rosjef mens Tom Espen Hansen har arbeidsengasjement sørpå. Nils har ansvaret for treningene og forberedelser til regattaene, og under regattaene er både Nils og Tom Espen til stede.

tapir uttrykk

Denne Årboken er trykt med hjelp og støtte fra TAPIR Uttrykk

Tapir Uttrykk
Nardoveien 14
7005 Trondheim

Telefon sentralbord 73 59 32 00
Telefax 73 59 32 04

www.uttrykk.no

4. Refarat og resultater fra Porselensregattaen

Fredag den 25/4-03 dro Tom Espen, Jann Kristian, Fredrik og jeg til Porsgrunn for å ro langdistanseregatta. I utgangspunktet hadde ikke jeg noe der å gjøre, bortsett fra å være sjåfør. Men så har jo Tom Espen ganske stor overtalelsesevne, og dermed var jeg påmeldt i løpet.(Æ vart lurt!).

Løpet var hele 9 km langt, det vil si 18 km til sammen med turen opp til start. Det var lagt opp slik at alle båtklassene møtte opp til start samtidig, og ble startet i par med 30 sekunders mellomrom. På vei opp til start virket det utrolig langt. Båten fløt ikke skikkelig og jeg var glad om jeg bare kom til mål. Rett før start begynte det å regne. Jeg ble ikke så kald, men Tom Espen hadde neglesprett første delen av løpet. Tom Espen var først ut, så kom jeg, så Fredrik og til slutt Jann Kristian i 2x med en fra Horten. Jeg var paret opp med en veteran i plastbåt. Han skulle jeg slå lett, men han fikk meg til å ta i en del i starten. (Eller var det attention…go!, som gjorde det?)

I starten gikk det veldig bra, og jeg ble inspirert av det. Jeg hadde mulighet til å ta igjen et par båter, og ikke lenge etter start begynte jeg å se etter muligheter. Båten i paret før var en jeg kunne ta igjen, og det la jeg mye krefter i for å klare i starten. Etter det var det en til og han tok jeg igjen ca. halvveis. Jeg tok igjen to, men har ikke tellingen på hvor mange som tok igjen meg. Etter 36 min og 5 sek var løpet for min del over, og jeg var godt fornøyd med prestasjonen. Det ble en 12. plass i senior.

Tom Espen kom på 11. plass ca. 50 sek bedre enn meg. Jann Kristian og makkeren kom på førsteplass HJB 2x. Fredrik kom på en fjerdeplass i HJA 1x. Ikke alle var like fornøyde, men det er jo sånt som skjer. Fredrik hadde nemlig planer om å vinne etter seieren på en langdistanseregatta på påskesamlingen i Bergen.

Nils G. Bjørnerud

Nr.	Navn	Klubb	Tid
	Herrer Senior singelsculler		
1	Olaf Tufte	Horten Roklubb	30.18
2	Morten Adamsen	Drammen Roklubb	30.22
3	Espen Wingsternæs	Christiania Roklub	30.31
4	Nils-Torolv Simonsen	Norske Studenters Roklub	30.35
5	Bård Monsen	Os Roklubb	30.53
6	Helge Tønnesen	Kristiansand Roklubb	31.16
7	Ansten Due	Horten Roklubb	31.23
8	Tor Wigum	Bergens Roklub	31.35
9	Frode Hynne	Sandefjord Roklubb	34.24
10	Christopher Horgen	Norske Studenters Roklub	34.58
11	**Tom Espen Hansen**	**Trondhjems Roklub**	**35.17**
12	**Nils Bjørnerud**	**Trondhjems Roklub**	**36.05**
13	Christoffer Løfgren	Porsgrunn Roklubb	37.05
14	Ingar Engen	Sandefjord Roklubb	37.09
15	Christoffer Gallaher	Sandefjord Roklubb	37.43
	Herrer Junior singelsculler		
1	Svein Urban Ringstad	Bergens Roklub	33.31
2	Henrik Tellefsen	Bergens Roklub	33.47
3	Morten Holt	Horten Roklub	33.50
4	**Fredrik Holager**	**Trondhjems Roklub**	**34.01**
5	Anders Aarvik	Horten Roklubb	34.19
6	Marius Waagen	Sarpsborg Roklubb	34.30
7	Steinar Holøs	Sarpsborg Roklubb	35.28
8	Mads Z. Olsen	Sandefjord Roklubb	36.09
9	Knut Bjørdal	Fredrikstad Roklub	38.07
	Herrer Junior dobbeltsculler		
1	**Bjørn Fredriksen / Jann K. Buvarp**	**Horten Roklubb/Trondhjems Roklub**	**32.03**
2	Håkon Knutsen / Magnus Berg	Christiania Roklub	33.10
3	Henrik Lindstad / Tor Herman Smedsrud	Christiania Roklub	33.41
4	Wilhelm Frich / Magnus Malterud	Norske Studenters Roklub	33.42

5. Juniorregatta i Hamburg

Etter å ha rodd med Bjørn Fredriksen fra Horten på Langdistanseregattaen i Porsgrunn med hard konkurranse fra Lars og Andreas fra Sarpsborg ble vi tatt ut sammen til å ro junior B løp i Hamburg. Fredrik Holager fikk mulighet til å være med gjennom et seat race, men kom på siste plass der og kom ikke med.

Vi var på Årungen på samling i ca. en uke før vi dro til Hamburg. Da var planen mange ganger å dra til Tusenfryd, men det ble heller erstattet med sandvolleyball med U-23 gjengen. Vi hadde to økter daglig. Første økt startet ca kl 7-8 og neste økt startet ca kl 14.00. Hver økt varte i 2-3 timer. De andre gutta syntes jeg var litt lat for at jeg lå og sov hele tiden mellom øktene. Viser bare hvem som tar seg ut ;) (haha).

Da vi dro til Hamburg ble jeg hentet på Oslo S av Sigurd Gullerud fra Christiania med 17seteren. Etter å ha kjørt litt på sightseeing hadde vi fått plukket opp alle som skulle være med. Så var det endelig Kielferga. Da hadde vi yngste som var med på turen det veldig artig på øverste dekk med å gli bortover. Det var som en skøytebane på dekk, og det resulterte selvfølgelig til at jeg ble kliss blaut. Det var forbundsbila som trakk på hengeren.

Da vi var framme fikk vi ikke slappe mye av før vi skulle på vannet og trene. Jeg og Bjørni gjorde det veldig bra. Vi kom inn på 1. plass i B-finalen. Det ble også rodd en 4x med Lars, Børni, Andy og meg, Jani som kom bare 10 sekunder etter laget som skulle ro i junior VM fra Norge. Men de rodde dårlig så vi var langt ifra en førsteplass. Det viktigste er jo tross alt at vi har det artig og at vi blir motivert for og trene videre for å nå høyere mål.

Så var det returen tilbake. Da vi skulle hjem kjørte vi hele veien. Det var vel en ferge på den veien. Etter at vi hadde vært på taxfree hele gjengen så er jeg sikker på at de eldste hadde blitt buret inn for smugling. Vi hadde en overnatting på den turen hjem. Det beste med slike turer er at det er så veldig sosialt.

Jann Kristian Buvarp

6. Referat og resultater fra Norgesmesterskapene

NM har etterhvert blitt årets regatta for de av Trondhjems Roklubs roere som ikke har satset maksimalt. NM har prestisje og det og vinne eller gjøre det bra der gir mersmak. De siste årene har TR stilt større og større mannskap, og spesielt på seniorsiden har det blitt bra. Det er veldig morsomt å se at roere som egentlig ikke trener så mye lenger synes det er gøy å toppe formen de siste ukene før NM.

Først ut var juniorguttene, og de klarte en fin andreplass etter en hard spurt. Ikke helt fornøyde da målet nok var gull.

Herrer Junior A 2x			**2 000 m**
1	Horten Roklubb	Morten Holt Anders Aarvik	07:10:80
2	**Trondhjems Roklub**	**Fredrik Holager** **Jann Kristian Buvarp**	**07:13:36**
3	Fredrikstad Roklub		07:14:19
4	Christiania Roklub		07:15:18
5	Sarpsborg Roklubb		07:30:59
6	Sandefjord Roklubb		07:55:14

Vi stilte igjen et sterkt mannskap i senior dobbeltfirer. Med lånt Stämpfli lettvektsbåt fra Sarpsborg Roklubb slo Trondhjems Roklub for første gang på flere tiår et annet lag i NM! Vi var også 13 sekunder nærmere vinnerlaget enn året før.

Herrer Elite 4x			**2 000 m**
1	Norske Studenters Roklub	Truls Aabol Eirik Lilledahl Håvard Lium Nils Torolv Simonsen	06:15:15
2	Horten Roklubb		06:23:53
3	Christiania Roklub		06:33:65
4	**Trondhjems Roklub**	**Tom Espen Hansen** **Nils Bjørnerud** **Frederik Norberg** **Paul Bjørnerud**	**06:38:92**
5	Christiania Roklub		06:52:18

Etter å ha vunnet to år på rad i lettvekts dobbeltsculler stilte Nils og jeg nok en gang til start med gull i blikket. Men det skulle gå anderledes. Et nykomponert lag fra Christiania dro skikkelig fra i starten, og det er godt gjort fordi Trondhjems er kjent for å ha gode starter. Vi ble da såpass rystet at vi kom ut av rytme, og klarte aldri å ta de igjen. Dessverre klarte Aalesundsgutta å knipe andreplassen i spurten også.

Herrer Elite Lettvekt 2x			**2 000 m**
1	Christiania Roklub	Jørgen Walle Jensen Henrik Lindstad	07:18:86
2	Aalesund Roklub		07:22:66
3	**Trondhjems Roklub**	**Nils Bjørnerud** **Tom Espen Hansen**	**07:23:07**
4	Bergens Roklub		07:31:82
5	**Trondhjems Roklub**	**Martin Haugen** **Paul Bjørnerud**	**07:46:16**

Damer Elite Lettvekt 1x			**2 000 m**
1	Christiania Roklub	Maren Sandbu	08:17:92
2	Bærum Roklubb	Hilde Gudem	08:20:41
3	Bærum Roklubb	Lizzie Schjøtt	08:39:96
4	Stavanger Roklub	Janne Pedersen	09:03:14
5	Norske Studenters Roklub	Kristin Spradbrow	09:14:03
6	**Trondhjems Roklub**	**Julie Heilemann Myhre**	**09:53:08**

Herrer Junior A 4-			**2 000 m**
1	Fana Roklubb	Nils Jacob Skulstad Hoff Jens Christian Rathke Daniel Søvik Truls Foss	07:02:86
2	Horten Roklubb		07:10:10
3	Christiania Roklub		07:21:33
4	Aalesund Roklub		07:23:95
5	**Trondhjems Roklub**	**Andreas Holager** **Rolf Heilemann Myhre** **Jann Kristian Buvarp** **Fredrik Holager**	**07:24:91**
6	Aalesunds Roklub		08:28:07

Siden det ble ’bare’ bronse i dobbelstsculleren var vi veldig innstilt på søndagen å ta gull for første gang i lettvektsfirer uten styrmann. Vi har blitt slått av Aalesund sitt lag før, men følte at i år var vi blitt en god del bedre. Derfor var jeg veldig usikker på om jeg skulle satse alt i lettvekt singel, der finalen kun går en time før firerløpet. Det ble likevel slik at jeg kvalifiserte meg for finalen, men jeg var fortsatt usikker på om jeg skulle gi bånn gass. 3 minutter før start fikk jeg derimot høre fra Johan Myklebust fra Aalesund at deres firer ikke hadde klart vekta, og dermed ble vi da alene over banen. Da bestemte jeg meg for å kline til i singel, og slo litt overraskende to stykker, blant annet den beste roeren fra lettvektsdobbeltsculleren som hadde vunnet dagen før.

Herrer Elite lettvekt 1x			**2 000 m**
1	Bergens Roklub	Svein U Ringstad	07:31:81
2	Aalesunds Roklub	Johan Myklebust	07:35:78
3	Stavanger Roklub	Askild Tau	07:41:34
4	**Trondhjems Roklub**	**Tom Espen Hansen**	**07:56:12**
5	Sandefjord Roklubb	Frode Hynne	07:57:84
6	Christiania Roklub	Jørgen Jensen	08:02:98

Herrer Elite lettvekt 4-			**2 000 m**
1	**Trondhjems Roklub**	**Martin Haugen**	
		Paul Bjørnerud	
		Nils Bjørnerud	
		Tom Espen Hansen	**06:54:89**
Trukket	Aalesunds Roklub		

Herrer Junior A 4x			**2 000 m**
1	Sarpsborg Roklubb	Steinar Holøs	
		Lars Midtvåge	
		Marius Waagen	
		Patrick Brest	06:37:12
2	Horten Roklubb		06:44:80
3	Fana Roklubb		06:46:20
4	Moss Roklubb		06:46:54
5	Christiania Roklub		06:47:94
6	**Trondhjems Roklub**	**Andreas Holager**	
		Fredrik Holager	
		Jann Kristian Buvarp	
		Rolf Heilemann Myhre	**07:46:35**

Damer Elite Lettvekt 2x			**2 000 m**
1	Bærum Roklubb	Lizzie Schjøtt	
		Hilde Gudem	07.34.20
2	**Trondhjems Roklub**	**Julie Heilemann Myhre**	
		Astrid Skogvang	**08.17.14**

Herrer Junior A 1x			**2 000 m**
1	Fana Roklubb	Nils Jacob Skulstad Hoff	07.37.40
2	Christiania Roklub	Kristian N.Simensen	07.49.88
3	Fredrikstad Roklub	Knut Bjørdal	07.55.55
4	**Trondhjems Roklub**	**Fredrik Holager**	**07.56.45**
5	Sandefjord Roklubb	Mads Z. Olsen	08.21.33
6	Bergens Roklub	Svein U. Ringstad	08.55.71

Det siste og morsomste løpet var åtterløpet. De fleste har nå rodd en del løp, og i dette løpet blir de siste kreftene tatt ut. Trondhjems stilte med et litt svakere lag enn året før, og da det bare var storlag fra de største klubbene å konkurrere mot, ble det her en klar sisteplas, men uansett en stor opplevelse.

Herrer Elite A 8+			**2 000 m**
1	Norske Studenters Roklub	Nils Torolv Simonsen	
		Eirik Lilledahl	
		Halvor Sannes Lande	
		Truls Aabol	
		Kai Morgan Kjølerbakken	
		Håvard Lium	
		Peder Myhre	
		Sverre Løken	
		Cox: Alex Ivanov	05:57:61
2	Horten Roklubb		06:03:68
3	Christiania Roklub		06:04:81
4	Aalesunds Roklub		06:12:21
5	**Trondhjems Roklub**	**Martin Haugen**	
		Paul Bjørnerud	
		Nils Bjørnerud	
		Tom Espen Hansen	
		Fredrik Holager	
		Frederik Norberg	
		Jann Kristian Buvarp	
		Ståle Hansen	
		Cox: Espen Fredriksen	**06:35:94**

Tom Espen Hansen

7. Sluttstilling i Norges Cup 2003

Nr.	Klubb	Voss	Årung	Stokka	Tune	Horten	Sum
1	***Aalesund Roklub***	50,00	61,50	57,00		62,00	**230,50**
2	***Trondhjems Roklub***	40,50	63,00	~~2,00~~	55,00	9,00	**167,50**
3	***Christiania Roklub***	45,63	64,00	23,50	28,50	~~18,00~~	**161,63**
4	**Fana Roklub**	42,75	36,00	36,00	15,00		**129,75**
5	**Moss Roklubb**	24,25	19,00		23,00	21,00	**87,00**
6	**Sarpsborg Roklubb**	15,00	18,00	15,25	18,50	~~5,50~~	**67,00**
7	**Horten Roklubb**	12,00	4,00	~~2,75~~	16,50	10,00	**42,50**
8	**Bergens Roklub**	18,00		6,50			**24,50**
9	**Norske Studenters Roklub**	1,25		1,50	14,00	5,00	**21,75**
10	**Fredrikstad Roklub**	~~1,25~~	4,50	3,00	4,00	6,00	**17,50**
11	**Stavanger Roklub**			17,00			**17,00**
12	**Voss Roklubb**	13,00					**13,00**
13	**Os Roklubb**	1,88			9,00		**10,88**
14	**Sandefjord Roklubb**	2,50	5,00		2,50		**10,00**
14	**Drammen Roklubb**		2,00			5,00	**7,00**
16	**Bærum Roklubb**				3,00		**3,00**
17	**Kristiansand Roklubb**					2,50	**2,50**

- Grunnlaget for andreplassen ble lagt med kjempeinnsats på Tunevannsregattaen i Sarpsborg, og Christiania sanket ikke nok poeng i Horten til å ta oss igjen.

- Følgende 20 roere har vært med å ta poeng for Trondhjems Roklub i 2003 :

Fredrik Holager
Andreas Holager
Jann Kristian Buvarp
Nils Bjørnerud
Paul Bjørnerud
Tom Espen Hansen
Martin Haugen
Espen Fredriksen
Erlend Karlsen
Rolf Heilemann Myhre
Julie Heilemann Myhre
Ida Husjord
Ole Olstad
Thorbjørn Danielsen
Eva Kristin Andersen
Hilde Fjermestad
Jaagup Lepland
Mona S. Johnsen
Magnus J. Mobeck
Asbjørn Johnsen

8. Disse rodde over 50 kilometer i 2003

Nr.	Navn	Km	Turer	Snitt
1	***Fredrik Holager***	1107	84	13,2
2	***Jann Kristian Buvarp***	731	59	12,4
3	***Andreas Holager***	627	59	10,6
4	**Tom Espen Hansen**	527	46	11,5
5	**Nils G Bjørnerud**	463	44	10,5
6	**Ida Husjord**	404	40	10,1
7	**Espen Fredriksen**	351	37	9,5
8	**Paul G Bjørnerud**	333	33	10,1
9	**Rolf Heilemann Myhre**	318	31	10,3
10	**Frederik Norberg**	288	26	11,1
11	**Julie Heilemann Myhre**	284	29	9,8
12	**Astrid Skogvang**	212	20	10,6
13	**Erlend Karlsen**	126	14	9,0
15	**Martin Haugen**	122	11	11,1
16	**Ståle Hansen**	117	11	10,6
17	**Tor Henning Iversen**	110	16	6,9
18	**Gry Hege Svarliaunet**	110	16	6,9
19	**Ola Fossum**	108	15	7,2
20	**Mette Leth-Olsen**	91	13	7,0
21	**Kristian S Rørvik**	88	9	9,8
22	**Eva Kristin Fjermstad**	86	11	7,8
23	**Magnus S Lorentzen**	75	9	8,3
23	**Jaagup Lepland**	74	12	6,2
24	**Mona Johnsen**	70	10	7,0
25	**Ole Olstad**	70	6	11,7
26	**Tea**	66	10	6,6
27	**Vebjørn Knotten**	51	4	12,8
28	**Magnus J Mobeck**	51	6	8,5

- Det er **50** roere som er registrert i roprotokollen på Jonsvatnet i sesongen 2003, mot **43** i 2002.
- Disse har tilsammen rodd **740** turer mot **602** turer i 2002.
- Disse personene har rodd **7527** kilometer mot **6221** i fjor.
- Det er utøverne selv som må summere sine kilometer etter hver tur, så hvis du glemmer å skrive deg opp en gang, så faller du ned på denne listen....

9. Rosjefens Rapport

Sesongen begynte som vanlig med Romskin NM, denne gangen i Horten. Beste prestasjon resultatmessig stod Junior B roer Jann Kristian Buvarp for, med sin suverene seier i HJB 2000m. Fredrik Holager fulgte opp med en fin 3. plass i HJA 2000m.

Fredrik Holager ble denne vinteren tatt opp i Roforbundets Juniorgruppe, og deltok gjennom vinteren og våren på en del samlinger i NR's regi. På bakgrunn av dette bestemte klubben seg for å delta med 4 utøvere i Langdistanseregattaen i Porsgrunn, for første gang på veldig mange år (noensinne ?). Sportslig ble dette ingen stor suksess, da det var stilt forventninger til Holager etter hans seier i et 1x-løp på Påskesamlingen. Det ble 4. plass til slutt. Tom Espen Hansen og Nils Bjørnerud debuterte på distansen med henholdsvis 11. og 12. plass av 15 i Seniorklassen.

Klubben bestemte seg også i år for å satse på Norges Cupen, og stilte derfor i mange lagbåter i alle klasser, ikke alle like gode og samtrente til enhver tid. Dette medførte ofte mange løp på de beste juniorene, men dette syntes de bare var gøy. Det hindret heller ikke gode prestasjoner på regattaene, der for eksempel seier i HJA 2x både i Voss og på Årungen kan nevnes. Et morsomt øyeblikk var da juniorgutta vant og slo tre Aalesundsbåter i HJA 2-, i vår gamle tretoer fra midten av 60 tallet og uten ror! På siste regattaen på forsommeren deltok også 9 av roskoledeltakerne. Turen var meget vellykket, både sportslig og sosialt. Men dessverre klarte ikke klubben å beholde disse utøverne over sommerferien.

På bakgrunn av forsommerens prestasjoner på vannet ble Jann Kristian tatt ut som junior B roer til den internasjonale regattaen i Hamburg for andre året på rad. Fredrik fikk en sjanse til å kvalifisere seg i HJA gjennom seatrace på Årungen, men kom på 7. plass av 7 roere der 6 gikk videre. Guttene ble tatt ut i Juniornordisk i 2x, men siden Jann Kristian ble syk midt på sommeren, valgte Fredrik også å bli hjemme og la Hortens stille en klubb båt i stedet.

Sommerens fokus på lagbåtroing og 2000 metre ga resultater da lettvektsgutta stilte i 4x i Sarpsborg og slo en merittert Hortensbåt over 500m, samtidig som de leverte gode prestasjoner mot Horten over 2000m både i 4x og i 4-. Målet var klart; gull i NM i HSLv 2000m.

I NM på Årungen klarte dessverre ikke gutta fra Aalesund vekta, så Trondhjems rodde inn til gull alene over banen. I senior 4x klarte Trondhjems for første gang å slå et lag i NM og kom på 4. plass av 5 båter. Etter en sterk spurt klarte juniorgutta sølv i HJA 2x, bak Horten men foran Fredrikstad.

Etter siste regatta viste det seg at Trondhjems nok en gang klarte en medalje og premiepenger i Norges Cupen, det ble 2. plass denne gangen. Klubben bruker ekstra penger på startkontingent, men får igjen dette på premiepengene. Lagmessig og sosialt er det derimot en stor gevinst ved å satse på NC!

Undertegnede flyttet i august til Sarpsborg pga jobb, og Nils Bjørnerud overtok etter hvert de viktigste sportslige oppgavene i klubben.

Tom Espen Hansen
Rosjef

10. Trondhjems Roklubs utmerkelser

10.1 Riddere av Munkholmordenen

1951	Odd Sørli	1951	Bernh. Matheson
1951	Hans Andreas Giæver		
1952	Hjalmar Husby		
1965	Roar Quale Udseth		
1975	Trygve B. Gjervan	1975	Gunnar Haugan
1975	Ivar Lian		
1985	Bjørg Lian	1985	Tor-Henning Iversen
2000	Jon-Martin Berre	2002	Mona Øiseth Vorhaug

10.2 Riddere av Griffenfeldtordenen

1950	Tordis Østgaard	1950	Bjørg Kvande
1950	Monrad Alræk		
1951	Aasta Floor	1951	Eva E. Pedersen
1951	Trygve B. Gjervan		
1952	Nora Hassel	1952	Gerd Giæver
1952	Randulf Johansen		
1953	Doris Bjerkan	1953	Ruth Sandstad
1953	Herberth Helgesen		
1954	Petra Davidsen	1954	Arthur Mathisen
1958	Kari Lund	1958	Aashild Uhre
1958	Øystein Kristiansen		
1959	Aud johansen	1959	Roar Quale Udseth
1960	Henning Johs. Gjermstad	1960	Åse Karlsen
1961	Thor Herje	1961	Bjørg Lian
1965	Asbjørn Haugan	1965	Bjørn Brun Hansen
1966	Sissel Rødland Korsvoll	1966	Ivar Brun Hansen
1975	Knut Roaldseth	1975	Asbjørg Kalvik
1975	Beverly Madsen	1975	Birger Giæver
1984	Ingunn Breckan	1984	Knut Breckan
1984	Per Arvid Steen	1984	Jon-Martin Berre
1984	Per Madsen		
1985	Solfrid Johansen	1985	Haldis Lenes
1989	John Børge Skaalvik	1989	Einar Henriksen
1996	Kathrine Eidseter	1996	Lena Utseth
1996	Mona Ø. Vorhaug	1996	Morten Solåt
2000	Ole Christian Østlund	2002	Tom Espen Hansen

10.3 Trimmians Vandreskjold

Til roer over 40 år med flest turer:

1977	Gunnar Haugan	31 turer	1978	Gunnar Haugan	26 turer
1979	Kåre Børseth	41 turer	1980	Kåre Børseth	16 turer
1981	Rolf Trøen	16 turer	1982	Tor-Henning Iversen	37 turer
1983	Tor-Henning Iversen	51 turer	1984	Tor-Henning Iversen	?? turer
1985	Tor-Henning Iversen	44 turer	1986	Inge Lise Wilmann	9 turer
1989	Ole Østlund	24 turer	1992	Ole Østlund	16 turer
1993	Ole Østlund	15 turer	1994	Ole Østlund	55 turer
1995	Ole Østlund	28 turer	1996	Ole Østlund	93 turer
1997	Ole Østlund	46 turer	1998	Ole Østlund	58 turer
1999	Ole Østlund	31 turer	2000	Ole Østlund	52 turer
2001	Tor-Henning Iversen	15 turer	2002	Tor-Henning Iversen	10 turer

11. Hall of fame

Tabellen nedenfor viser oppnådde bestetider for de ti beste roerne i 2003. Tiden er sammenlignet i prosent av verdensrekorden i klassen. Disse prosentene er så summert slik at vi får en rangering. Nederst er de ti beste roerne siden 1990.

	Cll		1x		2x		4x		2-		4-		8+		Sum	Snitt
Fredrik	6	24,0	7	21	6	41	6	21	7	37	7	24	6	19		
	384	91,8	441	93,4	401	93,3	381	92,1	457	84,9	444	81,3	379	85,0	**621,83**	**88,83**
Tom Espen	6	52,8	7	32	6	57	6	19	7	56	6	41	6	19		
	413	88,0	452	89,6	417	89,4	379	88,9	476	81,5	401	87,0	379	85,0	**609,46**	**87,07**
Nils	7	16,5	7	48	6	57	6	19	7	56	6	41	6	19		
	437	86,2	468	88,5	417	89,4	379	88,9	476	81,5	401	87,0	379	85,0	**606,50**	**86,64**
Jann Kristian	6	40,3	7	53	7	3	6	21	8	4	7	24	6	30		
	400	88,1	473	87,1	423	89,8	381	92,1	484	81,6	444	81,3	390	82,6	**602,65**	**86,09**
Paul			7	50	7	46	6	27	7	48	6	41	6	19		
	0		470	88,1	466	80,0	387	87,1	468	85,3	401	87,0	379	85,0	**512,46**	**85,41**
Martin			7	57	7	46	6	38	7	48	6	41	6	30		
	0		477	86,8	466	80,0	398	86,4	468	85,3	401	87,0	390	82,6	**508,12**	**84,69**
Andreas	8	9,8	8	52	8	12	7	27			7	24	6	19		
	490	72,0	532	77,4	492	77,2	447	78,5	0		444	81,3	379	85,0	**471,48**	**78,58**
Frederik			7	43	6	41	6	27	7	37			6	19		
	0		463	87,7	401	93,3	387	87,1	457	84,9	0		379	85,0	**437,90**	**87,58**
Julie	8	19,5	8	47	8	8	7	58	8	59						
	500	85,5	527	84,4	488	85,9	478	77,4	539	85,2	0		0		**418,35**	**83,67**
Rolf	8	6,5	10	10	8	12	7	25			7	24				
	487	72,5	610	67,5	492	77,2	445	78,9	0		444	81,3	0		**377,46**	**94,36**

	Cll		1x		2x		4x		2-		4-		8+		Sum	Snitt
Ståle	6	52,2	7	32	6	48	6	30	7	44	6	35	6	19		
	412	91,2	452	91,6	408	**93,6**	390	90,0	464	83,6	395	91,4	379	85,0	**626,44**	**89,49**
Audun	6	42,5	7	48	6	44	6	30	7	49	6	35	6	19		
	403	93,4	468	88,5	404	**94,1**	390	90,0	469	82,7	395	91,4	379	85,0	**625,04**	**89,29**
Fredrik	6	24,0	7	21	6	41	6	21	7	37	7	8	6	19		
	384	91,8	441	**93,4**	401	93,3	381	92,1	457	84,9	428	84,3	379	85,0	**624,87**	**89,27**
Nils	6	58,4	7	48	7	0	6	22	7	26	6	48	6	19		
	418	89,9	468	88,5	420	90,5	382	**91,9**	446	87,0	408	88,5	379	85,0	**621,15**	**88,74**
Tom Espen	6	47,5	7	41	6	52	6	17	7	26	6	41	6	19		
	408	**92,3**	461	89,8	412	90,5	377	89,4	446	87,0	401	87,0	379	85,0	**621,01**	**88,72**
Frederik	6	39,9	7	43	6	41	6	20	7	37	6	48	6	19		
	400	88,2	463	87,7	401	**93,3**	380	92,4	457	84,9	408	88,5	379	85,0	**619,86**	**88,55**
Paul	7	3,0	7	50	6	57	6	28	7	48	6	48	6	19		
	423	88,9	470	88,1	417	**91,1**	388	90,5	468	85,3	408	88,5	379	85,0	**617,29**	**88,18**
Martin	7	28,6	7	57	7	6	6	28	7	48	6	48	6	22		
	449	83,8	477	86,8	426	89,2	388	**90,5**	468	85,3	408	88,5	382	84,3	**608,33**	**86,90**
Jann Kristian	6	40,3	7	53	7	3	6	21	8	4	7	24	6	30		
	400	88,1	473	87,1	423	89,8	381	**92,1**	484	81,6	444	81,3	390	82,6	**602,65**	**86,09**
Håkon	6	25,1	8	39	7	15	6	30	7	52	7	1	6	49		
	385	**91,6**	519	79,4	435	87,4	390	90,0	472	83,7	421	85,7	409	82,2	**599,91**	**85,70**

12. Hva skjer i 2004?

Siden vi allerede er godt i gang med 2004 sesongen når dett komer i posten, så tenkte jeg det ville være lurt å si litt om hva som har skjedd og skal skje i 2004 også. Nils Bjørnerud har tatt over som Rosjef, da undertegnede har bodd et år i Sarpsborg, og nå fått fast jobb i Osloområdet og flytter dit. Han har blitt med i et trenerprosjekt fra Norges Roforbund der han får stipend for å bidra mer på klubbnivå. En oppgave han har utført med glans så langt. Nils har fått fart på de yngste juniorene i tillegg til å ha vært med på å få inn flere juniorjenter til klubben.

Fredrik Holager har det siste året trent bra sammen med de beste juniorene i landet, og sammen med Knut Bjørdal fra Fredrikstad Roklub tok han i sommer sølv i Nordisk Mesterskap i København i dobbeltsculler. Dette var såpass bra at det ga en billett til Junior VM på OL-banen Banjoles i Spania i månedsskiftet juli-august. De to blir de eneste representantene i VM fra Norge. Der håper vi alle på en flott prestasjon, og det går rykter om at flere fra klubben skal kombinere roing og ferie for å dra ned og heie på Fredrik og de norske fargene. Vi ønsker Fredrik lykke til!

Vi er mange som har trent bra i sommer, og 'Hall of fame' som er en prosentvis sammenligning av de beste oppnådde tidene i ulike båter sammenlignet med verdensrekordene, er en god motivasjoinsfaktor til å holde intensiteten og variasjonen oppe på trening når det er langt mellom konkurransene.

I starten av juli fikk vi oppover den splitter nye Filippi dobbeltfireren til 136 000 kroner. Den ble kjøpt ved hjelp av tippemideler og egenkapital. Å ha en så god båt i båtparken motiverer mange til å trene litt ekstra, og Trondhjems har jo alltid satset på å ro mye 4x. Det er selvføgelig kun godt trente roere på et høyt klubbnivå som får ro denne båten. At den er betraktelig bedre enn vår gamle 4x 'Knut' er det ingen tvil om det et ikke helt toppet mannskap satte klubbrekord på 2000m med tiden 6.12!

I midten av august håper vi at så mange som mulig blir med på tur til Sarpsborg for å sanke masse poeng til Norges Cupen, der vi etter å ha deltatt på en av to regattaer så langt faktisk allerede ligger på 3. plass. Høstens store høydepunkt blir selvfølgelig NM på Voss, der vi håper å stille sterkere mannskap i flere båter enn på lenge.

Tom Espen Hansen
Formann

13. Trondhjems Roklub formidler telefonabonnement

Kan du tenke deg å støtte roklubben – samtidig som du tjener på det selv ?

Som årsberetningen for 2002 viser så slet roklubben med likviditeten hele siste halvåret, og det vil vi også gjøre i år. Vi har sett på forskjellige måter å øke inntektene på, og har erfart at de tradisjonelle måtene så som kakelotteri og loddsalg har vært dårlig "butikk" for vår del.

Nå har vi imidlertid inngått en avtale med ACN – en teleaktør – som gjør at vi kan få provisjon av teletjenestene våre medlemmer (og andre kontakter) inngår med selskapet. ACN opererer med lavere satser enn hva Telenor og andre ledende teleselskap har pga at de ikke har de enorme utgiftene som går med til annonser, TV-reklame, telefonselgere osv. For å knytte til seg kunder bruker ACN heller organisasjoner som Trondhjems Roklub som har mange medlemmer og stor kontaktflate.

Jeg vil stå som kontaktperson i Trondhjems Roklub, men nå i startfasen vil Kenneth Johansen og Kåre Thingnes (ACN-representanter) foreta de praktiske tingene rundt innmelding av nye kunder og svare på spørsmål rundt dette med å skifte teleoperatør.

Det kan være at du allerede i dag har en gunstig teleavtale, men det har faktisk vist seg at i de fleste tilfellene har ACN klart å matche spesialavtaler. Men skulle det vise seg at du har en avtale fra før som ACN ikke klarer å slå vil vi selvfølgelig si at; vær der du er – den avtalen er best.

<u>Hvordan få sjekket ut om evt teleavtale med ACN er gunstig for deg:</u>

Ta kopi av siste telefonregningen du har mottatt fra din teleleverandør og send den til meg. Kenneth og Kåre vil se på avtalen du har og sammenligne den med satsene til ACN på lignende produkt. Vi setter opp sammenligningstall for deg, og ut i fra dette kan du se om du tjener på å flytte eller ikke.

Vi regner med at det vil bli en del spørsmål rundt dette, derfor kommer vi til å ta noen uformelle "møter" i våre lokaler på Skansen. Tidspunkt vil jeg komme tilbake på senere.

Første steg er å sjekke om det vil være lønnsomt for deg å skifte teleoperatør til ACN; send kopi av din siste telefonregning til meg (gjelder fasttelefon og mobil):

Trondhjems Roklub
V/ Mona Ø. Vorhaug
Asalvn. 4C
7059 Jakobsli

- vi setter opp sammenligningsgrunnlag
- vi innkaller til møte for å kunne svare på spørsmål
- evt. kontrakt skrives
- all praktisk administrasjon rundt flytting av dine teletjenester blir foretatt av Kenneth eller Kåre

Du vil få mulighet til å redusere telefonutgiftene dine, samtidig som Trondhjems Roklub får provisjon av omsetningen.

Eksempel på mulig inntekt for roklubben:

Dersom 100 medlemmer/kontakter inngår avtale med ACN og de i snitt ringer for ca. 500 kr. i mnd. vil dette gi Trondhjems Roklub en provisjon på ca. 2.500 kr. pr. mnd !!

Data om ACN:

Ble startet i USA i 1993. Pr. i dag verdens raskest voksene teleoperatør. I Sverige har de allerede klart å ta 10 % av telemarkedet ! Startet i Sverige for 4 år siden, i Norge for 2 år siden. Mer informasjon om selskapet finner du på www.acneuro.com

Til sist vil jeg bare si at det ikke er bindingstid; - hvis du ikke skulle bli fornøyd er det bare å skifte teleselskap !

Mona Øiseth Vorhaug
Kasserer

14. Nyttige telefonnummer

Fornavn	Etternavn	Telefon	Mobil
Arve	Gudmundset		97535095
Astrid	Skogvang	73511177	99254399
Audun	Klokkerhaug	73942495	93875534
Bjørn	Thorud		48181226
Budget	Leiebil	73941025	
Eirik	Skogvang	73511177	
Espen	Fredriksen		45246196
Frederik	Norberg	73902248	92284683
Fredrik	Holager	72554649	90975755
Hans-Erik	Kleive	72846033	92016675
Håkon	Bjørlykke		47606951
Ida	Husjord		91156654
Jan Egil	Gullsvåg	72888741	93443144
Jann Kristian	Buvarp		40070073
Julie	Heilemann Myhre	73504859	98643987
Martin	Haugen	73913224	91179393
Mona Ø.	Vorhaug	73571702	93218866
Nils	Bjørnerud	73943047	95865784
Norges	Roforbund	21029000	
Nøtteliten	Barnehage	73527760	
Ole	Østlund	73504888	
Ole	Olstad	72558107	97500585
Paul	Bjørnerud	73943047	99602650
Rolf	Heilemann Myhre	73504859	
Ståle	Hansen	73938370	97683989
Tom Espen	Hansen		93027208
Tor-Henning	Iversen	73932069	94653511
Vebjørn	Knotten	73943382	95842082

15. Terminliste 2004

Dato	NC	Regatta	Sted	Arrangør
14.feb		Innendørsmesterskapet	Ålesund	Aalesunds Roklub
24.apr		Porselænsregattaen	Porsgrunn	Porsgrunn Roklub
1. mai.		Ålesund Maraton	Ålesund	Aalesunds Roklub
8-9.mai				
15-16-.mai	NC	Sesongåpningsregattaen	Store Stokkavann	Stavanger Roklub
22-23.mai				
29-30.mai		Årungregattaen	Årungen	NSR
5-6.juni				
12-13.juni	NC	Østlandsregattaen	Årungen	Moss Roklubb
19-20.juni				
26-27.juni	***NC***	***Ønsket regatta / arr.***	***Østlandet***	***Komb.arr.Roere og***
3-4.juli				
10-11.juli				
17.18.juli				
24.25.juli				
31.jul -1.aug				
7-8. Aug.				
14-15 aug	NC	Tunevannsreg./Veteranmsk. sprint/supersprint/roathlon	Tunevannet	Sarpsborg Roklubb
21-22 aug		Kjørboregattaen/Sprintmsk. Kretsmesterskap	Kjørbobanen	Bærum Roklubb
28-29.aug		Christianiaregattaen	Årungen	Christiania Roklub
4-5.sept	NC	Ungdomsmesterskap	Horten Indre Havn	Horten Roklubb
11-12.sept				
18-19 sept		Norgesmesterskapene	Vangsvatnet	Hordaland Rokrets

Aktive roere bør sjekke denne terminlisten og planlegge når det er på tide å dra på regatta ☺

Trondhjems Roklub
Postboks 794
7408 Trondheim

Bankgiro:4336 06 05923

www.trondhjems-roklub.org