



December 2021

Andrea Welzel
Jens Stætsvej 8
9900 Frederikshavn
Telefon: 40 21 48 10
Mail: aw@jydsksoftware.dk

Ricki Sørensen
Finnsvej 56, 2. mf
9900 Frederikshavn
Telefon: 50 21 21 89
Mail: pipno@live.dk

Flemming Hansen
Nordstjernevej 12
9900 Frederikshavn
Telefon: 98 42 15 14 / 23 65 17 64
Mail: fash9900@hotmail.com

Margit Pedersen S
Kragholmen 210, 2.th
9900 Frederikshavn
Telefon:50 98 98 63
Mail: margit.pedersen@hotmail.dk

Torben Hylle
Havevej 5
9900 Frederikshavn
Telefon: 21 85 39 66
Mail: hyllemt@mail.dk

Bestyrelsesmedlem, tilsyn sommerhus

John Kingo Kristensen
Atletikvek 23
9900 Frederikshavn
Telefon: 22 87 86 87
Mail: john@plakaten.dk

Rochef

Christian Hyldgaard Nielsen
Søndergade 54 a, st tv
9900 Frederikshavn
Telefon: 61 26 83 93
Mail: hyldgaard41@gmail.com

Bestyrelsesmedlem

Finn Larsen
Telefon: 29 76 76 18
Mail: finnlarsen91@gmail.com

Materielgruppe udenfor bestyrelsen

Peter Emil Pedersen
Telefon: 51 51 69 97
Mail: p.emil@me.com

Arne Petersen
Telefon: 24 49 68 92
Mail: aogbp@mail.dk

Formanden har ordet

Af Andrea Welzel

En god rosæson 2021 er forbi, i hvert fald den, der foregår på vandet. Der er roet rigtig mange kilometer, ja faktisk endnu flere end sidste år! Takket det fortsat milde vejr, kan der fortsat roes på vandet, men dagene er unægtelig blevet kortere. Dette skal dog ikke afholde nogen fra at deltage i klubbens nye tiltag, e-Roning.

Klubben har holdt åbent hus, hvor enkelte nysgerrige var mødt op for at se, hvad e-Roning er for noget. Vi andre blev lært op i at bruge udstyret, så, at vi altid kan ro, når vi lyster. Der er ikke færre end fire e-Roningsaftener på programmet, og derudover er der almindelig ergometerroning om formiddagen. DFfR udgiver hver anden uge en ny video. Flere lørdage byder også på live roning, sammen med forskellige kendte roere. Disse live programmer kan tilgås efterfølgende.

e-Roning har den fordel, at der altid er en træner i lokalet, uanset hvornår man møder ind. Træneren bliver ikke træt og irriteret, men giver løbende gode anvisninger til korrekt rostil. Det er ligesom din gps, der utrættelig fortæller dig, at du skal lave en U-vending, mens du selv styrer et helt andet sted hen.

Er du en af de få, der endnu ikke har prøvet en af videoerne, så gør det, du vil ikke fortryde.

De nye fine store lærreder og projektoren kan selvfølgelig også bruges til andet end e-Roning. Hvad med at se håndbold VM eller andet på det store lærred? Dette kan gøres både med og uden roning på samme tid.

Jeg vil også benytte lejligheden til at minde om, at vi både har svømning og yoga på vinterprogrammet.

I håb om, at vi alle kommer sunde og raske gennem vinteren og kan holde vores ubudne gæst på afstand, ønsker jeg dig og din familie en

Glædelig jul og et godt nytår!



Åbent Hus – en fiasko

Af Flemming Hansen

Fremmødet var ikke stort den 31. oktober.

Vi har prøvet det før, uden den store succes, men vi prøvede det alligevel igen dagen efter Standerstrygningen, hvor vi skulle introducere det nye begreb e-roning. Christian Helbo, der er tovholder på projektet, var dagens vært og han skal have en stor tak for arbejdet.

Der dukkede kun et par familier op i løbet af dagen. Af dem er 4 personer, herunder to unge, der er begyndt i motionsrummet på e-roning.

Vi byder dem velkommen i klubben og jeg skal opfordre medlemmerne til også en gang imellem at møde op om aftenen til e-roning, blandt andet for, at de nye også kan opleve det gode sociale sammenhold vi har i klubben.

Et magert resultat af et stort arbejde – orker vi det mere!

Svømning

Af Flemming Hansen

Er vores medlemmer blevet bange for vand?

Det går skidt med svømningen i år. Så godt som ingen møder op i svømmehallen om tirsdagene klokken 18.55.

Det er svært at få tider i svømmehallen, da der er rigtig mange klubber, der vil have tider og vi har de seneste år måttet kæmpe med næb og klør, for at beholde vores. Derfor er det meget skuffende, at klubbens medlemmer ikke benytter sig af tilbuddet.

Indtil nu er der, så vidt vides, kun et enkelt medlem eller to, der er mødt op og da vi betaler omkring 2 000 kr. for en sæson, er det mange penge at give ud på en aktivitet, der næsten ikke benyttes.

Mød derfor op til svømning. I modsat fald vil vi fremover ikke søge om baner i svømmehallen.

LAD OS BLIVE DIN økonomiske SPARRINGSPARTNER

Du kan forvente, at vi står bag dig og er din sikre økonomiske base, uanset om du er privat, driver en virksomhed eller om du er nystartet eller godt etableret.

Find din nærmeste afdeling på:
www.sparv.dk



GF Nord er dit lokale forsikringsselskab



Rimmensgade 27
9900 Frederikshavn
Tlf. 98 42 50 22



Brinck Seidelinsgade 7
9800 Hjørring
Tlf. 98 92 50 23

Som kunde hos GF Nord bliver du forsikret
i et selskab, som er en del af dit lokalmiljø.



Det gode selskab

Det var ikke den konge!

Af Flemming Hansen

Det var ikke kong Frederik d IX, der gav os lov til at flage med splitflag!

Det har været en udbredt opfattelse i klubben og jeg har selv været med til at sprede den, at grunden til, at roklubber må flage med splitflag, skyldes kong Frederik d IX's mangeårige medlemskab af Studenternes Roklub.

Dette er ikke sandt.

En dag sagen blev diskuteret, blev der rodet i gamle papirer og kassereren fandt et brev fra Justitsministeriet dateret 27. april 2004.

Baggrunden for brevet var en forespørgsel fra Danmarks-Samfundet, dem der uddeler faner og flag på Valdemars Dag. De havde rettet forespørgsel vedrørende roklubbers flagnings på land med splitflag med DFfR's logo på. Hvorfor de havde skrevet til Justitsministeriet, har jeg fundet ved at grave et spadestik dybere.

Ved at Google mig frem har jeg fundet ud af, at Danmarks-Samfundet kun ville have, at roklubberne brugte splitflagene på bådene og rettede derfor henvendelse til Justitsministeriet.

For at gøre en lang historie kort, så er tilladelsen givet ved brev fra Marineministeriet af 20. marts 1888, altså lang tid før omtalte kong Frederik d IX blev født. Brevet er skrevet på baggrund af kongelig resolution af 14. marts 1888, hvori gives tilladelse til at roklubber må flage med splitflag.

Det sjove er, at i ansøgningen fra DFfR søger man om tilladelse til for *de under foreningen sorterende kaproningsbåde at måtte føre splitflag*. I tilladelsen fremgår det ikke, at der kun må føres splitflag i kaproningsbåde. Om dette er en forglemmelse fra ministeriets side, ved jeg ikke, det kan man kun gisne om.

Denne "måske forglemmelse" er i dag skyld i, at klubber under DFfR må flage med splitflag, idet Justitsministeriet i afgørelsen fra 2004 ligger vægt på, at der i tilladelsen fra 20. marts 1888 ikke står, at tilladel-

sen er begrænset til bådene. Derfor giver man tilladelse til, at klubber under DFfR fortsat må flage med splitflag, som det hidtil har været tilfældet.

Det var altså kong Christian den IX, der udstedte denne resolution. Han blev konge i 1863 lige før det gik gruelig galt i Sønderjylland eller som det den gang hed Slesvig, Holsten og Lauenborg.

Idet den foregående konge Frederik d VII ingen arvinger havde, i hvert fald officielt, valgte man i 1852, at Christian, der stammede fra en fjern sidelinje til det danske kongehus, skulle være tronfølger og dermed konge efter Frederik d VII.

Christian d IX blev konge i 1863 og var i begyndelsen ikke særlig populær, hvilket formentlig skyldtes, at han var født i et af de hertugdømmer, der ønskede at løsrive sig fra Danmark. En anden ting, der medvirkede hertil var, at han stod fast på kongens ret til, at han alene kunne udnævne og afskedige ministre. Det var først ved systemskiftet i 1901, han anerkendte det, vi kalder folketingsparlamentarismen som statsform, hvor regeringen ikke måtte have et flertal imod sig.

I løbet af sin regeringstid vendte billedet sig dog og han blev meget populær.

Christian d IX blev også kendt som Europas svigerfar, idet det lykkedes ham, hvem snakker om arrangerede ægteskaber, at få sine børn "godt gift." En af døtrene blev dronning af England, en Zarina af Rusland og en søn blev konge af Grækenland. Jo - man kunne skam godt den lille kunst i Danmark også.

Han regerede indtil 1906, hvor han blev efterfulgt af sin søn kong Frederik d VIII, som ikke regerede særligt længe, idet han i 1912 blev fundet død, i et mere eller mindre berygtet havne kvarter i Hamburg.

Så fik vi også lige lidt Danmarkshistorie.



E-roning godt fra start.

Af Flemming Hansen

Efter indkøb af alskens gode sager, er e-roningen kommet godt fra start.

Vi fik i det tidlige efterår en pose penge fra en af DIF puljens næsten utallige ”kom godt fra start Coronapuljer”. Vi fik 35 000 kr til at etablere et nyt begreb E-roning og Christian Helbo, der er tovholder på projektet, gik straks i gang med at indkøbe materiel.

Projektet blev søsat i oktober måned og er kommet godt fra start. Vi har flere forskellige træningsprogrammer, hvor instruktion foregår på et stort lærred.

Vi var fra starten enige om, at det ikke skulle være tvunget at være med. Hvis der er for mange, der brokker sig en dag, så motionerer vi som i gamle dage eller sætter en naturfilm på projektoren og så ergometerer vi, samtidig med vi ser en rundrejse i Nordnorge eller sågar en gammel Chaplinfilm.



Det fungerer fint (billede: Jørgen Anker Simonsen)



Der bliver gået ihærdigt til den (billede: Jørgen Anker Simonsen)

De forskellige træningsprogrammer laves og udgives af DFfR og der sættes på, der kommer nye programmer med jævne mellemrum.

Lidt malurt skal der dog dryppes i bægeret!

Efter en prøveperiode på tre måneder skal vi klubber betale 150 kr. pr måned for fortsat at være tilknyttet ordningen. Det synes jeg er forkert.

Vi betaler årligt over 100 kr. pr medlem til DFfR og så synes jeg, det er forkert, at vi også skal betale for at være med til E-roning. Det bør være en service DFfR stiller til rådighed for klubberne.

Det svarer til, sagen sat på spidsen, at foruden kontingentet til roklubben, så skal de enkelte medlemmer betale for at deltage i roning, ergometerroning, svømning og hvad de enkelte klubber nu har af aktiviteter.

Jeg ved godt, at de 150 kr. om måneden ikke er en "Herregård" for klubben, men det beløb DFfR opkræver på årsplan, under 100 000 kr, er vel næppe heller en "Herregård" for DFfR.

De må kunne gøres bedre.

Tak til vore annoncører

Af Flemming Hansen

Bladets faste annoncører siger aldrig nej – det skal de have tak for!

Når vi nærmer os oktober og november måned bliver annoncørerne kontaktet med henblik på fornyelse af deres annoncer. Jeg er hvert år beklemmt ved at skulle kontakte dem, da det nærmest er en form for tiggeri, idet reklameværdien af annoncen er meget begrænset.

Jeg bliver dog altid glædelig overrasket – alle siger ja. Det er flere år siden, at en annoncør har sagt: ”Jeg springer lige over denne gang”. Det skal I have tak for.

Frederikshavnerordningen, der giver tilskud til kommunens foreninger, er nemlig sådan indrettet, at tilskuddene beregnes, groft sagt, efter hvor mange medlemmer under 25 år, vi har i klubben. Da vi ingen har i den aldersgruppe, er det derfor meget begrænset, hvad støtte klubben får og vi er derfor ekstra glade, for den støtte annoncørerne giver os.

Coronastøtte

Af Flemming Hansen

Roklubben har modtaget 8 445 kr i støtte.

Som læsere af bladet måske husker, så stod der i juli nummeret, at vi kunne søge om støtte for manglende indtægter mv i tidsrummet april til og med august måned.

Idet vi har mistet kontingentkroner og mange udlejningspenge, søgte vi om godtgørelse af 18 725 kr. Nu er der kommet svar på ansøgningen. Der har været så mange ansøgninger, i forhold til puljens størrelse, at man kun kunne imødekomme en refusion på 45,10 procent af de ansøgte beløb. Klubben har således fået 8 445 kr, hvilket vi er glade for.

Coronapuljerne har bevirket, at vi igen i år ikke har de store Coronatab. Tak til staten for disse puljer

Flot gave

Af Flemming Hansen

Søsterlogen "GRY" gav flot gave til færdiggørelse af opholdslokalet.

Søsterlogen havde den 20. november inviteret til fødselsdag og uddeling af donationer i logens lokaler på F. Übersaxvej. Klubben viste vi var tildelt et beløb, men ikke hvor meget.

Idet det nu var en Søsterloge, mødte Andrea Welzel og Margit Pedersen spændte op i deres "stiveste puds" og afventede uddelingen. Vi havde håbet på et beløb på mellem 3- og 5 000 kr og deres overraskelse og glæde var derfor stor, da klubben fik tildelt ikke mindre en 7 500 kr.

Beløbet var søgt til færdiggørelse af vores opholdslokale, hvortil vi jo har købt en ny sofagruppe, ny Bluetooth højttaler mv, men mangler midler til billeder på væggene, skabe mv.

Klubben takker mange gange for donationer og nu kan det ikke gå hurtigt nok med at få lokalet færdiggjort.



Klubben får overrakt gaven fra Søsterlogen
(Foto: Birgit Søndergaard)

Ny bådebro og sliske

Af Flemming Hansen

Den nye bådebro og køresliske er hjemme!

I begyndelsen var jeg lidt skeptisk. Næsten 300 000 kr skulle vi bruge til en ny bådebro og køresliske og vi havde kun omkring 60 000 kr. Der skulle altså hentes 240 000 kr ved hjælp af fonde mv. Kunne vi det?

Ja – det kunne vi næsten. Vi mangler i skrivende stund omkring 50 000 kr, men jeg vil godt garantere, at når vi kommer til Standerhejsningen næste år, så kan vi indvi en ny bro og køresliske.

Bådebroen bliver en ca 3,5 m bred og ca 12 m lang bro med et fribord på omkring 25 cm, så alle bådene fremover lettere kan lægge fra og til. Køreslisken bliver af aluminium og dermed næsten rustfri, hvilket er af stor betydning.

Broen leveres af Marine Design fra Hirtshals, der har leveret broer til mange roklubber og køreslisken leveres af den lokale OPS A/S, Oscar Petersen og Søn.

En stor tak til følgende fonde, der på nuværende tidspunkt har givet penge. Velux Fonden med hele 75 000 kr, Spar Nord Fonden, Sparekassen Vendsyssel og Nordea Fonden, der hver har givet 25 000 kr, DIF Fonden 30 000 kr og Jubilæumsfonden 5 000 kr. Vi har altså indtil nu fået tilsagn om 185 000 kr. Et flot resultat.

Vi mangler fortsat besked fra to fonde og forventer svar inden jul.



Marine Design har lavet broer til mange roklubber (foto: Marine Designs hjemmeside)

Kontingent

Senior – medlem	1 400 kr
U – medlem	600 kr
Passive	300 kr

Indbetales til Spar Nord konto 9006 130 56 94564
Mobilpay 55391

Betales senest 1. Maj

HUSK AT OPLYSE NAVN

Husk at meddele ændring af mailadresse og flytning til
Kasserer Flemming Hansen på 23 65 17 64 eller
fash9900@hotmail.com



Klinik For Fysioterapi

Tonni Carlsen	Fyslugisk beh
Søndergade 32	Børnebehandling
9900 Frederikshavn	Sportsskader
www.tonnicarlsen.dk	linik@tonnicarlsen.dk
Indgang i gadeplan	P ved døren



Fællesspisning

Af Flemming Hansen

Efter en pause på næsten to år, blev der igen afholdt Fællesspisning

Så lykkedes det endelig. Efter næsten to års pause kunne vi igen mødes til en hyggelig aften i klubben.

Mørbradholdet, der bestod af Rigmor Skoven, Margit Pedersen og John Kristensen havde leveret en fantastisk menu bestående af, som I sikkert har gættet, mørbradbøffer med ris og citronfromage som dessert.

Der var stor tilslutning, idet 40 medlemmer incl påhæng var mødt op. Snakken gik lige fra begyndelse og Bo Kier havde, som han for vane, medbragt sang.

Kassereren medbragte amerikansk lotteri, idet han hårdnakket påstod, han havde fået masser af opfordringer hertil.

Alt i alt en dejlig aften, hvor klubben fik en temmelig stor sjat penge i klubkassen.



Vores madmødre havde haft travlt (foto: John Kristensen)



Fremmødet var stort (foto: John Kristensen)



Nogen drak vin og andre drak vand (foto: John Kristensen)

Hvem ta'r skraldet – det gør vi i roklubben

Af Margit Pedersen

Klubben har indsamlet affald i Østervrå

I foråret tilmeldte vi klubben affaldsindsamlingen i REN natur, som er en organisation, som i samarbejde med kommuner, firmaer mm arrangerer affaldsindsamling.

I første omgang fik vi afslag, men i september måned fik vi tildelt en indsamlingsrute i Østervrå. I løbet af ingen tid meldte 15 medlemmer sig til indsamlingen, som skulle løbe af stablen den 22. oktober.

Mit kendskab til Østervrå er ikke stort – det begrænser sig stort set kun til rundkørslen, hvor Frederikshavn-Brønderslev/Sæby-Hjørring vejene mødes. Jeg tog derfor turen til Østervrå dagen før for at finde ud af, hvor vi skulle starte, og om der var et passende sted, hvor vi kunne få formiddagskaffe. Jeg fandt startstedet – Bredgade 10 – og meget heldigt lige ved siden af lå Østervrå Petanqueklub, hvor der var overdækkede borde og bænke, som gerne måtte benyttes.



Klar til at gå i gang (foto: Lars Høyer)



Så blev vi færdige (foto: Lars Høyer)

Næste dag kom vi fra Hjørring, Sæby og Frederikshavn, hvor vi mødtes kl. 10.

Efter at have styrket os med kaffe/rundstykker og en lille en til halsen var vi klar til at kaste os over skraldet iført gule veste og havehandsker samt udrustet med affaldssække og gribetænger. Vi delte os i 4 hold og gik i gang med hver sin del af ruten.

De er gode til at rydde op i Østervrå – der var ikke meget at komme efter – men vi fik da fundet lidt forskelligt i form af slikpapir, tomme tuber, flamingostumper, fastfood emballage, dåser, snusposer, cigaretskod, plaststumper, en bold uden luft og en enkelt teglsten. Det meste affald blev fundet i nærheden af Torslev skole og langs Sæbyvej. Det blev til i alt 8 sække (langtfra fyldte), som blev afleveret ved startstedet.

Vi sluttede indsamlingen med fotografering af holdet og alle sækkene til brug for Ren Natur som dokumentation af vore anstrengelser. Vi kunne derefter vende næsen hjemover med god samvittighed, da vi vel i gennemsnit holdt en timeløn på ca. 200 kr., som nu kommer roklubben til gode.

Håber vi får lejlighed til at deltage igen næste år.

Opskrift på Glögg

Af Jørgen Hansen

Jørgen Hansen laver en uforglemmelig Glögg og han har venligst overladt opskriften til Robladet.

Ingrediens	Mål	Til antal gæster	
		10	20
Rødvin, fx kraftig Cab. Sauvignon	¾ L flaske	2,5	5
Rom, fx Rød Hansen Rom	¾ L flaske	0,5	1,0
Rød vermouth efter smag	¾ L flaske	0,3	0,4
Appelsinsaft efter smag	liter	0,2	0,4
Angostura	cl	0,75	1,5
Appelsiner med usprøjtet skal	stk.	1-2	3
Hel kanel	stk.	2-3	5
Hele nelliker	stk.	10	20
Hel peber	korn	5	11
Hel ingefær	cm ³	¼	½
Evt. revet muskatnød	nød	¼	½
Evt. pomeransskal			
Melis/rørsukker/farin efter smag	g	50	100
Rosiner	g	125	250
Mandler	g	125	250
I alt	L	2,6	5,1

26 cl glögg svarer til 2 ½ glas rødvin à 14 %.

48-24 timer før brug gives krydderier et opkog i ¼ liter vand 10-15 minutter. Krydderierne henstår i vandet i tætsluttende glas.

24 timer før brug skrælles appelsinerne tyndt med en kartoffelskræller. Skallerne lægges i tætsluttende glas og overhældes med rom. I et andet glas lægges rosiner i rom, så de er helt dækkede.

Et par timer før servering varmes noget af rødvinen til ca. 50° for at begrænse tilberedningstiden.

Krydderiafkoget sies gennem kaffefilter og tilsættes ca. 1 time før servering. Nu tilsættes også den resterende rødvin sammen med noget siet appelsinsaft. Opvarmning fortsættes med forsigtighed.

Til sidst hældes rommen fra appelsinskaller og fra rosinerne i gryden. Appelsinskallerne kan også komme med. De er lette at fiske op igen.

Der tilsmages med sukker, vermouth, Angostura og rom. Desuden kan smagen justeres med appelsinsaft og evt. vand, hvis krydderismagen er for stærk.

De romdrukne rosiner og smuttede hele mandler doseres i glassene ved opskækning af glöggen.

Husk at holde glöggen på rette temperatur hele tiden!

Der skal regnes med et forbrug mellem 24 og 35 cl pr. person. Evt. rest kan fint opbevares til senere brug.

Glögg drikkes mest ved juletid, men det gør altid godt efter en dag ude i kulden. Og husk at julen varer lige til Påske!



Godt ser det ud

Navigation i gamle dage

Af Jørgen Hansen

Jørgen Hansen har fundet denne vejledning om at finde vej til Grønland.

Vikingerne kunne nok trække i åreterne, men hvordan fandt de vej til Grønland, når de ikke havde kompas eller andre instrumenter?

Vi ved ikke så meget om det, men her er en sejlanvisning fra engang i 800-årene:

” Fra Hernum i Norge (ved Bergen) sejle ret i Vester til Hvarf (nær Kap Farvel), og du har da sejlet Nord om Hjalmland (Shetlandsøerne), således at du lige aner dem i klart vejr, og Sonden om Færøerne, således at søen er midt i lerne (det halve af fjeldet kan ses), og således Sonden om Island, at du deraf har hval og fugl.”

Der er, som I kan se, rigtigt langt mellem disse ”landkendinger”, men når solen var fremme, sås den ved middagstid tværs om bagbord, og så kunne man ved at måle længden af dens skygge vurdere, om man stadig befandt sig på den rigtige bredde. Hvis skyggen blev længere, var man kommet for langt mod nord og omvendt, hvis den blev kortere. Ved mid-sommer ændrer solens middagshøjde sig kun lidt fra dag til dag, så på den årstid er metoden ret sikker. Indtil næste observation måtte man styre efter vind og sø.

I overskyet eller usigtbart vejr kunne man blive ”hafvild”, altså miste orienteringen og ramme ved siden af Grønland. Det var måske sådan det gik til, da vikingerne fandt Nordamerika?

Kilde: Navigationens historie af Søren Thirslund

**Kan du undvære
dit sommerhus i
blot 4 uger i
højsæsonen?**

De første 42.700 kr. af
din samlede lejeindtægt
er skattefri, det er 40%
af resten i øvrigt også

Vi tilbyder:

- Bred markedsføring
- Airbnb, Booking.com, Feline, Cofman m.fl.
- Tryghed & personlig service
- Lokalkendskab
- Forudbetalt lejeindtægt
- 20% rabat til dig på sommerhuse i 21 europæiske lande
- Gratis tryghedsforsikring



Kontakt ejerrådgiver
Annette Bertelsen
på **91339142**
for en uforpligtende snak

DanCenter

**Skagensvej 47
9982 Ålbæk**



Selvstændig Ejendomsmægler · Medlem af DSE
Søndergade 70 · 9900 Frederikshavn
frederikshavn@helgesmidt.dk · www.helgesmidt.dk
CVR-nr.: 87 42 42 51

Telefon 98 43 55 00

Martin Jespersen & Søn Automobiler A/S

Peugeot Frederikshavn

Hjørningvej 158 - 9900 Frederikshavn - Tlf. 98 42 44 44 - Fax 98 43 29 40



Ejler Schou & Søn

Auto-&Møbelpolstring-skibsmontage-Gulvbelægning-Vådrumsvinyl
Øksnebjergvej 77 9900 Frederikshavn Tlf 98422792

ADVOKATFIRMAET

OLE KILDEBY

Danmarksgade 81, 2. th.

9900 Frederikshavn

Telefon 98 42 91 11

Telefax 98 42 17 44

E-mail: advokat@olekildeby.dk

Møderet for landsret - aut. bobestyrer - auktionsleder

ADVOKAT  SAMFUNDET

AKTIVITETSKALENDER

Følgende aktiviteter er på nuværende tidspunkt fastlagt

2021

December

04. Julefrokost kl 13.00 nærmere senere

2022

Januar

11. Tolo møde

Februar

07. Foredrag Bjarne Laustsen

Marts

26. Standerhejsning

Maj

01-08 Tolo

Roning i rosæsonen

Hver dag kl 18.00 (marts, april og september. Oktober dog kl 17.00)

Hver dag kl 19.00 (maj, juni, juli og august) Tirsdag dog kl 17.00

Mandag kl 09.00

Onsdag kl 09.00

Fredag kl 09.00

Instruktion Mandag

Svømning i vinterhalvåret 01.09.2021 – 30.04.2022

Tirsdage kl 18.55 – 19.50 HUSK: ingen svømning i skolernes ferier

Motion i vinterhalvåret

Mandag kl 09.00 Rospinning

Mandag kl 19.00 e-roning

Tirsdag kl 19.00 e-roning

Onsdag kl 09.00 Motionsdag

Onsdag kl 19.00 e-roning

Torsdag kl 18.00 e-roning

Torsdag kl 19.00 Yoga

Fredag kl 09.00 Rospinning

Motionsrummet står i øvrigt til rådighed for alle, hver dag



HOLMEN ANLÆG ^{as}

Tlf. 98 48 41 61 . www.holmen-anlaeg.dk



Den Blå Café i Strandby
Friske råvarer og god service
Følg os på Facebook og Instagram
Åben fra kl. 11.30
Søndre Havnevej 27 Mobil 2830 2959

- gør campinglivet endnu sjovere!



LE Camping
v/Ulla og Søren Mortensen
Industrivej 13-15
9900 Frederikshavn
Tlf. 98 47 91 11
www.le-camping.dk
-også åbent søndag 12-16



VVS LYKKE

FRISØREN

V/Lea Agerkvist, Kalkværksvej 3 B,
9900 Frederikshavn Tlf. 98 42 33 15

PENSIONISTRABAT HVER DAG

Tirsdag - fredag 9.00 -12.00 & 13.00 - 17.30

Lørdag 7.30 - 12.00 Mandag lukket

Tidsbestilling

STØT VORE ANNONCØRER -

DE STØTTER OS



Når du ikke spiser hvad som helst!

MAD UD AF HUSET



Suensonsvvej 71C 9900 Frederikshavn tlf 3512 3475.



FREDERIKSHAVN ROKLUB

UNDER DANSK FORENING
FOR ROSPORT,
STIFTET 13. MAJ 1943

Ndr. Strandvej 58
9900 Frederikshavn



BESØG VORES WEB-STED!
[www.frederikshavn-
roklub.dk](http://www.frederikshavn-roklub.dk)

