

FREDERIKSHAVN ROKLUB

NORDRE STRANDVEJ 58, 9900 FREDERIKSHAVN



April 2022

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: 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

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

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 53
Mail: aogbp@mail.dk

Formanden har ordet

Af Andrea Welzel

Standeren er hejst og dermed er vinterperioden forbi.

Det er slut med yoga, mens svømning først slutter med udgangen af april. Gåture skulle gerne kunne konverteres til roture og indendørsro-ning udskiftes med udendørs. Det er dog fortsat en rigtig god idé at gå ”i maskinerne”, når vejret ikke arter sig.

Morgenroerne har gjort det gennem de sidste år og aftenroerne kan kun opfordres til at følge trop. Så er vi da flere om at se på Brian, Charlotte eller hvad instruktørerne på lærred måtte hedde.

Der er en del ”nye” ting vi skal tage i brug.

Således er den nye bådebro og sliske kommet på plads. Dejligt og spændende at se, om alt fungerer som forventet.

Derudover har bådene fået ny lak, gearing, eftersyn og diverse justeringer. Corona-sæben skulle dermed være fjernet.

Vestene er også eftersat og klar til brug. Dermed står intet i vejen for, at vi ikke skulle komme på vandet, bortset fra vejret, som vi ikke har indflydelse på.

Indendørs er der også sket en fornyelse og forskønnelse, hvilket gerne skulle kunne danne rammen om nogle hyggelige timer.

Husk, at der også er kommet nye veste til SUP, så alle størrelser kan komme på boardet.

Jeg ønsker alle en rigtig god rosæson og for nogle af os også en god tur til Tolo.

Andrea

Standerhejsning

Af Flemming Hansen

En ny sæson står for døren, bådene er klargjorte og vejret bliver selvfølgelig godt.

For første gang i mands minde, havde vi ikke standerhejsning i forbindelse med overgangen til sommertid. Dette skyldes Rigmors mand Vagn, der om søndagen fyldte 90 år, hvorfor klubhuset var udlejet til stor fest både lørdag og søndag.

Standerhejsningen var i stedet flyttet til den efterfølgende mandag kl. 17.00. Tidspunktet havde tilsyneladende ikke afskrækket nogen, idet der var mødt rigtig mange op.

Efter formandens traditionelle tale og afsyngning Rosportens Pris flokkedes man omkring den nye bådebro og køresliske, der den dag fik sin ilddåb.

Desværre var det ikke rovejr, da der var en strid vind fra nordvest, hvorfor man i stedet samledes indendørs til en gang røde pølser.

Vel mødt til en ny rosæson.



Så er vi i gang igen (foto Lars Høyer)



Støt lokalt - det gør vi

Gør brug af vores lokale kompetencer indenfor privat- og erhvervsrådgivning. Kig ind i afdelingen på Parallelvej eller ring og hør mere om, hvad vi kan gøre for dig som kunde i Sparekassen Danmark.

Vi har tid, når du har tid.

Frederikshavn
T. 8222 9900

Sparekassen
DANMARK

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

Pas på din unævnelige

Af Professor Roglad

Klubbens tidligere formand Erling Hansen, der også var redaktør af Robladet, havde mange gode kontakter, herunder også til professor Roglad, der gennem flere artikler gav vejledning i den svære kunst at ro. Her er en artikel om den ende af legemet, der stikker længst bagud, når man er oprejst.

Når man sådan drøner rundt og bruger en masse energi på at skubbe rundt på vandet, er det vigtigt, at man skubber på den rigtige måde. Dels af hensyn til ens selv, men også af hensyn til de andre i båden.

Roning er sundt, for nu at starte i den ende. Vi har i vor sport inden vred og vrid, ingen hårde tacklinger, ingen slå på snuden eller andre hårde opbremsninger, så det er sjældent, vi har skader. Vores skader begrænser sig til vabler i hænderne eller det sted, som er værre.



Erik Skjoldborgs flotte dobbeltsculler, tegnet til vores 50 års jubilæum i 1993

Og det er netop her, vi skal starte. Altså det sted, som er værre. Når rotaget starter, sker det naturligvis med strakte arme og samlede ben. Den allerførste bevægelse består nu i med strakte arme at få sig lænet frem, så overkroppen passerer den unævnelige, som jo sidder nedeunder. Først når åren har passeret knæene, begynder det virkelige benarbejde. Nu trykkes benene af uden at sparke, men på en sådan måde, at den unævnelige på sædet forsvinder ind under én. Man skal altså have samme legemsdel ”forrest” og ikke bagudest”.

Trykker man benene af, før ryggen har passeret røven (hov, nu kom jeg til at nævne den unævnelige med sit rette navn – undskyld) arbejder man kun med overkroppen og armene og det duer ikke. Det ser uskønt ud, giver et ryk i båden og folk syd for fjorden råber af en.

Hvad de råber af unævnelige ting kan pr. definition ikke nævnes. Måske er det unævnelig-roer!!

Det handler altså om at bruge kroppens største muskler, som ryg og ben og ikke nogle stilkede arme eller indsinkne brystkasser.

Husk det så og mind hinanden om det! Læne – røven ind under – benene.

Og lige til allersidst. Hvis benene er spredte afleverer de ikke lige stort tryk, men spreder til gengæld via kroppen ubalance.

Vi ses på vandet.



Se det er sådan professor Roglad siger, vi skal gøre.

Politiker på besøg i roklubben

Af Professor Roglad

Den 14. februar gæstede et folketingsmedlem roklubben og fortalte lidt om livet som politiker.

Det er altid farligt at invitere en levende politiker af kød og blod på besøg i roklubben, for at fortælle om livet som politiker. Vil det af medlemmerne blive betragtet som et politisk møde med profilering af person og parti eller vil de betragte det, som et almindeligt foredrag. Derfor vil jeg heller ikke her skrive noget om, hvem det var eller hvilket parti, han repræsenterer på "Borgen".

Jeg vil i stedet bare kalde ham Bjarne og da socialdemokratiet er det største parti, så kom han nok derfra og da vi er i Nordjylland, så er han nok også valgt heroppe mod nord.



Der var godt besøg til foredraget (foto Flemming Hansen)



Stor tak til Bjarne Lausten for en interessant aften (foto Flemming Hansen)

Han – Bjarne – fortalte levende om hans start i livet på en lille gård i Himmerland og hans hundredevis af fætre og kusiner og om hvordan hans store drøm, var at blive autolakerer og male sorte biler. Dette blev dog ikke til noget – i stedet endte han som smed, som det hed den gang og avancerede indenfor systemet, for til sidst at ende som medlem af Folketinget. Godt gået af ”en lille dreng fra heden”.

Vi fik en interessant fortælling om livet som politiker, krydret med små fortællinger om, hvordan ens venner dagen efter hurtigt kan blive ens fjender. Vil man have en ven på Christiansborg – så køb en hund, som han sagde.

Under spørgerunden fik vi blandt andet historier om malermestre og gynækologer, om en tidligere statsministers sko.

Medlemmerne opfattede det heldigvis ikke som et politisk møde og alle var enige om, at det var en dejlig aften.

Fortsættes side 10

fortsat fra side 9

Det bringer mig frem til selv at fortælle en lille morsom historie, om et politisk møde i halvfjerdserne.

Jeg var den gang sammen med et par kammerater til valgmøde på gymnasiet. Der var flere talere og som toppen af kransekagen skulle daværende statsminister Anker Jørgensen komme med det sidste indlæg.

Lige pludselig, da det hele var ved at være slut, rejste folk i salen sig op og begyndte at klappe taktfast og råbe: Anker - Anker. Vi rejste os også op, men kunne ikke se noget, selv om vi drejede os rundt.

Pludselig, mens vi stod der forvirrede, dukkede Anker Jørgensen op på talerstolen. Det var ham, der var kommet gående op i den ene side af salen, men han var så lille, at vi ikke kunne se ham, da vi sad midt i salen.



Bjarne Lausten var også en tur i bådehallen (foto John Kristensen)

TOLO – håber vi!

Af Flemming Hansen

Til maj går turen til Grækenland – for tredje gang

Den 1. til 8. maj drager en flok forventningsfulde roere, heraf en del med ægtefæller, til Grækenland, for igen at ro på Middelhavets blå bølger. For de flestes vedkommende er det et gensyn, men for andre er det første gang, de skal stifte bekendtskab med Antonis Gikas og hans lille ”familieforetagende” Hotel Taverna Romvi.

John Kristensen har vinteren igennem sendt diverse mail ud til deltagerne om Coronapas, ændrede flyafgange mv. Jo han har haft nok at se til.

John har også været til møde i Aalborg Dameroklub om Tolo, hvor han fik sig en snak med den gode Antonis.

Lad os håbe turen kan gennemføres i år. God tur til alle.

OBS: HUSK KONTANTER



Tolo 2017 (foto John Kristensen)

Nye redningsveste

Af Flemming Hansen

Vi har igen i år fået nye redningsveste og svømmeveste af TRYG-fonden.

Umiddelbart inden nytår blev vi begavet af Tryg-fonden. Jeg ved ikke for hvilken gang, men så godt som hver gang, vi søger, får vi nye veste.

Vestene slides jo løbende også uden at være i aktion og heldigvis for det, men det betyder jo samtidig, at der skal ske en løbende udskiftning.

I år var vi i den situation, at vi også skulle bruge svømmeveste til SUP aktiviteterne, idet det har vist sig, at vi mangler både små veste til børn og STORE veste til voksne.

De nye veste er lidt anderledes end de gamle, hvilket betyder, at vi ikke umiddelbart kan hænge dem på stativet sammen med de andre. De skal hænge på bøjler og dem har vi ingen af, idet de gamle blev smidt ud, da vi fik nye bøjler i garderoben.

En hurtig henvendelse til MR Klaus i gågaden og vips så havde vi nye flotte bøjler.

En stor tak til Klaus Johansen. Det er dejligt med forretninger, der støtter op omkring byens klubber.



De nye veste er "skriggule" (foto Flemming Hansen)

Kontingent

Senior – medlem	1 600 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



Ny bådebro og sliske er klar

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 selv. Der skulle altså hentes 240 000 kr ved hjælp af fonde mv. Kunne vi det?

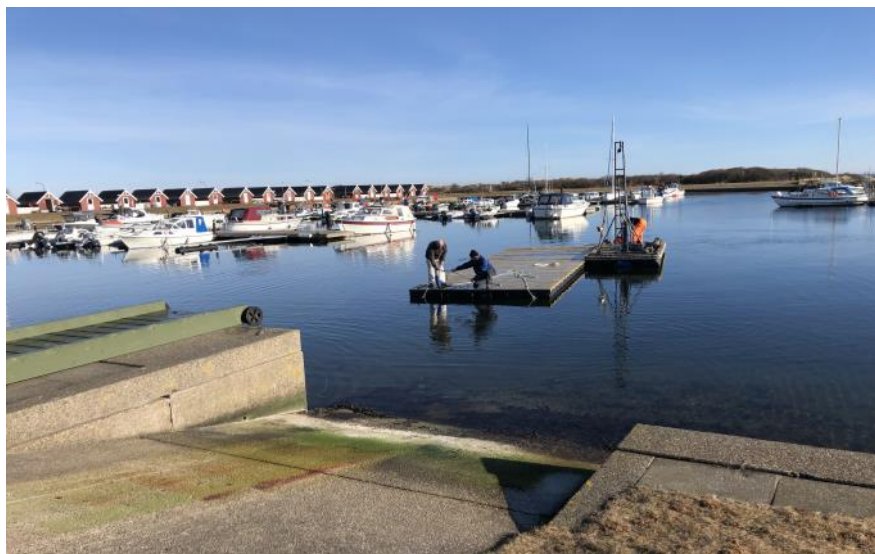
Ja – det kunne vi næsten. Vi fik i alt 220 000 kr fra forskellige fonde. Det er lidt færre end vi havde håbet, men da vi samtidig har sparet nogle udgifter til montering, hænger det hele fint sammen.

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.

Broen er leveret 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. De har begge to lavet et flot stykke arbejde.



På vej ned fra transporten (foto Flemming Hansen)



Nu er den næsten på plads (foto Flemming Hansen)

En stor tak til følgende fonde, der har givet penge. Velux Fonden, 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. Endelig har vi fra kommunens Anlægspulje har vi fået 35 000 kr og når så i alt op på 220 000 kr.

Monteringen gik meget nemmere end frygtet.

Da først lastvognen fra Hirtshals var losset, gik FGU fra Elling i gang med at montere dækket, hvorefter Rønnerhavnen søsatte broen "Heavy lift", som Johannes sagde og broen blev transporteret over til roklubben og nødtørftigt monteret. Få dage senere kom OPS og søsatte køreslisen med en lastbil med kran.

Herefter begyndte "finpudsningen" og i løbet af en uges tid var det hele på plads.

Når man løser et problem, dukker der tit en andet op. Det gjorde sig også gældende her.

Siderne på slisen er meget højere end på den gamle, for at undgå at vi

Fortsættes side 16

Fortsat fra side 15

køre op over siden. Dette bevirker at bådvojnene kan køre fast ude i siden, når bådene blev trukket op. Det er løst på den måde, at vi nu bruger to tove, når bådene trækkes op, lige som i de fleste andre roklubber. Nu er vognene meget lette at styre.

Køreslisen er derforuden forsynet med en skridsikker overflade, så der nu ikke er risiko for at falde, når vi går på slisen.

Øjnene har det med at snyde os. Det kan se ud til, at broen ikke ligger helt vandret, men det er synsbedrag. Broen er flere gange tjekket med vaterpas og den ligger fuldstændig i vater i begge retninger.

Nu glæder vi os til at tage broen i brug.

En stor tak til fondene, der har gjort det muligt.



Test af bæreevne (foto Lars Høyer)



Kontingentindbetaling

Af Flemming Hansen

Betaling af kontingent skal ske inden 1. maj.

Nu nærmer tiden sig for indbetaling af årets kontingent. Flere har allerede betalt og klubbassen er ved at blive fyldt op igen, efter vinterens mange udgifter.

Beløbet indbetales på klubbens konto i Spar Nord Bank regnr 9006 kontonummer 130 56 94564 eller på Mobile Pay 55 391.

Satserne er i år: Seniorkontingent 1 600 kr. gælder roere over 18 år, ungdomskontingent 600 kr. roere under 18 år og passivt medlemskab 300 kr.

Der er en familierabatordning, der betyder at man betaler fuldt kontingent for den første og halvt kontingent for de efterfølgende.

Husk at angive tydeligt navn.

Det nye hyggeshjørne

Af Flemming Hansen

Så kom der nye "gamle" billeder op på væggene og baren blev malet.

I forbindelse med opfriskning af lokalet, kom det på tale at hænge billeder fra rokubbens daglige liv op på væggene.

At finde billeder for de seneste år var nemt nok, men billeder fra årene før, var det straks sværere at finde.

Heldigvis har vi nogle medlemmer, der også var medlem i tresserne og det viste sig hurtigt, at Hanne og Lars Høyer, Carl Emil Heidemann og Jørgen Anker Simonsen havde et skatkammer af billeder fra klublivet og daglige ture samt langture i Skærgården mv. Hvis I ikke ved det, så har Lars Høyer altså været på langtur i den norske og svenske skærgård.



Emblem lavet af Niels Rolin (foto Flemming Hansen)



Det ser da flot ud (foto Flemming Hansen)

Med John Kristensen som tovholder, blev der fundet mange billeder frem – der blev sorteret og kasseret – og til sidst havde man en stor mængde billeder fra det daglige liv i roklubben gennem årene.

Jørgen Anker Simonsen, der kan det med billeder på en computer, lavede nogle store billeder, der hver bestod af 4 billeder.

Lise Baks mand, Frank Hejslet – ham bedemanden - lovede at trykke dem gratis mod forventning om, at vi eller vores familier en gang i fremtiden kontakter firmaet.

Lars Falk gav os en god pris på indramning og så var det bare at gå i gang. Rammerne er lavet sådan, at vi selv kan udskifte billederne, så vi en gang imellem kan få andre billeder op at hænge. Der er nok at tage af.

I samme forbindelse fandt vi et flot emblem af klubbens logo, lavet af Niels Rolin, der var ungdomsleder i tresserne. Emblemet pryder nu vores nymalede bar.

En stor tak til de involverede.

Sommerhuset

Af Flemming Hansen

Sommerhuset har fået en omgang maling indvendig.

Som alle ved, så er sommerhuset i Bratten en "gammel dame" og løbende vedligeholdelse med maling med videre er et nødvendigt onde, for at vi stadig kan udleje det og få en skilling i klubkassen.

I år stod døre og gerigter for tur og døre-ne fik samtidig nye håndtag.

Torben Hylle, Poul Budde og skribenten fattede penslerne og gik i gang. Derfor-uden har Søren Fabricius sponseret en ny vandhane, til brug når vi lukker ned for vinteren.

Den ene dør er i en miserabel forfatning, men vi turde ikke begynde på at reparere den. Sæt vi splittede noget ad og så ikke kunne få en ny dør, inden sæsonen begyndte. Den må så vente til efteråret.

En stor tak til arbejdsholdet.



Lady gjorde et stort stykke arbejde.

**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



Telefon 98 43 55 00

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

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

Marts

28. Standerhejsning kl 17.00 OBS mandag

April

30. Løvspringstur Aalborg Dameroklub sammen med Aalborg Roklub
Se opslagstavlen

Maj

01 - 08 Tolo

21 - 22 Nisum Fjord Rundt Se opslagstavlen

Juni

11. Venø Rundt nærmere senere

Juli

30.07 Madpakketur Nisum Fjord Se opslagstavlen

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)

Onsdag 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

Mandag kl 09.00 Rospinning

Onsdag kl 09.00 Motionsdag

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

Esbjerggade 12 9900 Frederikshavn
Tlf. 98 42 01 29 40 42 92 29
www.vvs-lykke.dk

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



Suensonsvej 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)

