



Rosjefens rapport 2023

I løpet av sesongen deltok klubben på 9 nasjonale og 5 internasjonale regattaer

Nasjonal/Internasjonal	Dato	Regatta	Sted
Nasjonal	14.jan	NM Ergometerroing	Trondhjem
Nasjonal	6-7. mai	Christianiaregattaen	Årungen
Nasjonal	13-14. mai	Stokkavannsregattaen	Stokkavannet
Nasjonal	27-28. mai	Årungenregattaen	Årungen
Internasjonal	3-4. juni	Ratzeburgregattaen	Ratzeburg
Nasjonal	10-11. juni	Østlandsregattaen	Årungen
Internasjonal	9-11.juni	Para regatta	Gavirate Italia
Internasjonal	24-25	Holland Beker	Amsterdam
Internasjonal	28-30. juli	Coup de la Jeunesse	Amsterdam
Nasjonal	12-13. aug	Tunevannsregattaen	Sarpsborg
Nasjonal	26-27. aug	Kjørbosprinten	Bærum
Internasjonal	26-27. aug	U23 EM	Krefelt/GER
Nasjonal	15-17.sept	NM	Årungen
Nasjonal	23-24.sept	UM	OS
Internasjonal	30/9-1/10	Baltic cup	Hamburg/GER

Norgesmesterskapene:

NM Ergometerroing;

- Ragnhild Myklatun **Norgesmester** i Para.
- Marie Grøsfjeld, Julia Grønnestad, Teresa Shevchuk og Elsa Størseth Andreassen **Norgesmestre** i 4x500 stafett.
- Elsa Størseth Andreassen fikk også en sterk **NM Bronse** i U19 individuelt.
- Oline Borthen, Frida Vengnes, Imme Hoekstra og Ingrid Floen fikk en **NM Bronse** i u19-klassen i 4x500 stafett.

NM 2023;

- Jørgen Helliesen Frøystein **Norgesmester** i H U19 Sculler
- Marie Grøsfjeld, Julia Grønnestad, Teresa Shevchuk og Ingrid Floen **Norgesmestre** i D U19 dobbelfirer.
- William Middelthon og Hedda Haldorsdottir **Norgesmestre** i Para MIX 2X
- William Middelthon **Norgesmester** i Para H1X
- Ragnhild Myklatun **Norgesmester** i Para D1X
- Elsa Andreassen, Frida Vengnes, Imme Hoekstra, Ingrid floen, Julia Grønnestad, Marie Grøsfjeld
- Oline Solberg, Teresa Schevchuk og Liva Grønnestad cox **NM Bronse** i 8?

- Caroline Østbø **NM Bronse** i DS 1X
- Hedda Haldorsdottir **NM Sølv** i Para D 1X

UM 2023

- Oliver Dahl **UM Bronse** i H U17 1 x
- Lucas Lauvsnes **UM Bronse** i H U16 1 x
- Imme/Oline/oliver/Noa **UM Bronse** i Mix 4X U17

Totalt var vi i 7 finaler UM

Internasjonale regattaer;

Ratzeburgregattaen – Caroline Østbø

Coup de la Jeunesse

Dame 4-: Eir Solli, Årungen Roklubb, **Marie Grøsfjeld, Stavanger Roklub**, Linea Jacobsen, Sarpsborg Roklubb og Malin Haram-Hundven, Bergens Roklubb.

Herre 2x: **Jørgen Frøystein, Stavanger Roklub** og August Holth-Siegel, Norske Studenters Roklub.

Dame 4x: Maria Stendal, Drammen Roklubb, **Teresa Shevchuk, Stavanger Roklub, Ingrid Floen, Stavanger Roklub** og Erle Madsen, Christiania Roklub.

Baltic Cup – Ingrid Floen – 3.plass i Heat 2 2000 mtr lørdag med tiden 8.32.73 og 2.plass i Heat 1 500 mtr søndag med tiden 1.57.51

U23 EM – Caroline Østbø

Holland Beker – Caroline Østbø

PARA regatta Gavirate – Her deltok vi med Hedda Haldorsdottir og Ragnhild Myklatun med Edd Hillstad som trener. Dette var god læring for alle.

Trenere for de ulike gruppene i 2023 sesongen

Gruppe	Hovedtrener	Trener
Senior	Håkon	Svein O/Edd/Truls/Caroline
Junior A jenter	Håkon	Svein O/Edd/Truls/Caroline
Junior A gutter	Håkon	Svein O/Edd/Truls/Caroline
Junior B jenter	Håkon	Trygve/Jone/Torger
Junior B gutter	Rune	Trygve/Jone/Torger
Junior C jenter	Jonas	Trygve/Jone/Torger
PARA	Sven Erik	Øyvind

ROSKOLE ble arr. i mai og i august og trenere var : Edd / Aage

Gruppe	Antall utøvere	Kontaktperson
Oldboys	Ca. 10 stk	Olav Nessa

Denne gruppen har som mål å klare turmerket. I år ha følgene roere klart merket;
 Gull: Øyvind Skogen, Olav Nessa og Egil Grønnestad.
 Sølv: Hans Petter Brekke og Svein Erik Jonassen.

Kort oppsummering av året:

Aage og Edd kjørte roskoler 16.07.22 – 07.09.22 der var det 12 som var med. Etter roskolen var ferdig, var det 8 nye roere som ble med videre. De nye er nå en del av eksisterande gruppe og Jone Jonassen, Jonas , Trygve og Torger samarbeider og har ansvaret for disse.

Stor takk til både trenere, ledere og alle aktive som holder den sportslige aktiviteten i gang. Stor takk også til støtteapparatet som hjelper til med å få roere til og fra regattaer.