

# Årsberetning

# Sorø Roklub

# 2019



## **Formandens beretning**

Efter sidste års jubilæums aktiviteter, skulle 2019 være et stille og roligt år uden de store begivenheder.

Sådan har det sikkert også set ud fra sidelinjen, men der har alligevel foregået en masse aktiviteter året igennem, noget som man ikke rigtig husker er foregået.

Hen over vinterhalvåret har vi haft besøg af flere skoleklasser, der lige skal have prøvet hvad det vil sige at ro i et ergometer,

Vi har indgået et samarbejde med Sorø Sundhedscenter, hvor de oplyser til deres patienter at der er mulighed for at komme i roklubben og træne i ergometrene efter særlig aftale, dette har nogle benyttet sig af, og vi er glade for at vi også kan gøre en forskel for dem der har været ramt af en eller anden sygdom.

## **Vandforbrug**

Vi blev tidlig på året gjort opmærksom på at vi havde brugt usædvanligt meget vand, i roklubben, dette var vi meget uforstående over for, og har siden fulgt vores vandforbrug nøje, og det viser sig heldigvis at vi ligger meget stabilt, meget lavere end det vi blev præsenteret for, så vi er sikre på at der må være tale om en fejl.

Vi har fået skiftet til termostat ventiler i baderummene, og fået sat en stopventil til udendørshanen på bådpladsen som skal være lukket, når den ikke bruges.

## **Dommer samling**

Hvert år afholder banedommere deres årsmøde i Sorø hvor de får gennemgået diverse regler, så de er klar til den nye sæson.

## **Klubtræner kursus B og D**

Efter at der blev afholdt Klubtrænerkursus D sidst i 1918, var man imponeret over vores lokaliteter så som noget nyt bliver der i 2020 afholdt både B og D kursus, kursus starter fredag aften og slutter søndag eftermiddag.

## **Ny og bedre lyd i klublokalet**



I klublokalet er der nu blevet opsat lydplader fra Noiseaway, det skulle så meget gerne have forbedret lyd kvaliteten i lokalet, som aldrig har været rigtig godt, og de er heldigvis også dekorative.

## **Kyndelmisse 2019.**

Igen i år var der stort fremmøde til årets Kyndelmisse, mange lægger vejen forbi vores klub både for at spise, men også for at opleve den gode stemning der er på bådpladsen, hvor der bliver spillet musik, og grillet til den store guldmedalje.



## Standerhejsning 2019

Lørdag den 30. marts i højt solskin

Mange var mødt op for at overvære standerhejsningen og nyde det gode vejr, efter en tale af Formanden, stod Borgmester Gert Jørgensen for at døbe en ny sculler, en 70 kg. Fillipi. Båden blev døbt Kvik.



Borgmester Gert Jørgensen døber 1X Kvik.



Standeren hejses af Anne Mette Christensen modtager af Standerpokalen for 2018.



Paraderoning i det gode vejr.

## Rospinning 2019

Også rospinning har hele året kørt på fuld blus, hvor der i vinterhalvåret er 6 hold. I sommerhalvåret er der kun 3 hold og de har været godt besøgt, nogle gange er alle maskiner i brug og det er ca. 22.

De bliver instrueret og guidet af Lissi Rasmussen, Bodil Bækgård og Laila Hjorth tirsdag eftermiddag er det Ruth Köster og Ulla Hvid der står for instruktionen.



Fyldt træningslokale til rospinning.

## Påsketræningslejr i Sorø

Hele 25 unge kaproere var samlet i påsketræningslejr over hele påskeugen. Roerne trænede 2 gange om dagen, fik roet en masse km. udviklet deres teknik og fået mere fart i bådene. De fik også godt med vabler i hænderne.

De har besøg af Team DK diætist og lærte at skrue ned for kostfibre og op for de lette kulhydrater, når de træner så meget.

Dernæst besøg af mentaltræner som lærte dem at håndtere tanker og forberedelse til konkurrence.



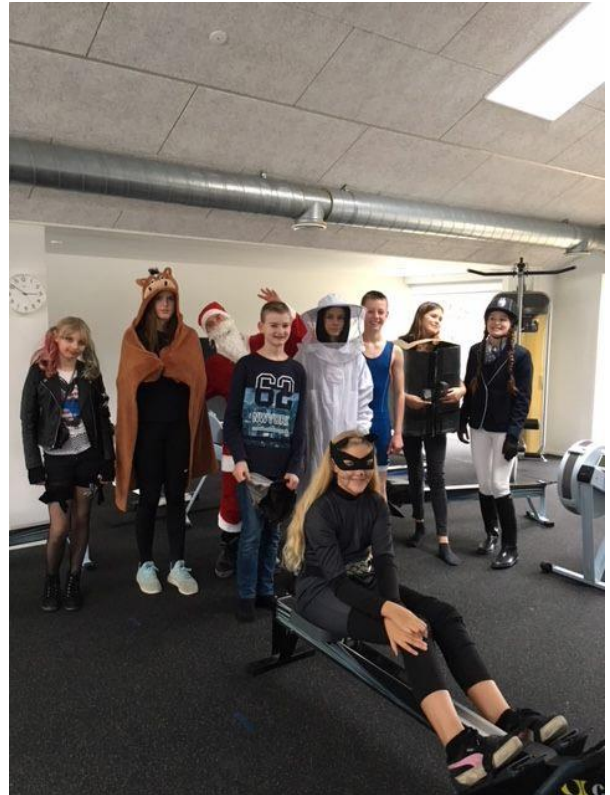
Omkledningsrum under træningslejr.

## Fastelavn

Fastelavn er blevet genindført en Konge og Dronning er blevet fundet.



Kong August og Dronning Mads



## Folkemøde i Sorø

For første gang blev der afholdt Folkemøde i Sorø, og selvfølgelig var Sorø Roklub repræsenteret med billeder og et par roergometer, et arrangement der ser ud til at vende tilbage årligt.

## Ungdommen i Roklubben



Unge i roklubben 2019

Der er et fantastisk liv i klubben af mange ungdomsroere, under ledelse af Sara, Katrine og Karsten.

## SM i Næstved.

Det er altid en oplevelse at være til SM i Næstved, for det er her der er unge med, som aldrig har prøvet at være i konkurrence før, så pludselig at sidde på ergometeret med tilskuer lige foran, er en stor oplevelse så det er med at have styr på nerverne hvad de fleste heldigvis da også har. Det blev til en hel del 2 og 3 pladser for de unge, og guld til de gamle Master roer.

14 forholdsvis nye inden for roning skulle for første gang i kamp med sig selv ved Sjællands Mesterskaberne i Ergometer roning i Næstved

## DM i Gladsaxe i tørroning 2019.

Europamesterskaberne i indendørsroning blev i 2019 placeret i Danmark og afholdt i Gladsaxehallen, sammen med de Danske Mesterskaber.

Sorø roerne vandt en kæmpe pokal for årets bedste klubresultat ved mesterskaberne, hvor alle løb gjaldt om både DM men også EM.



Sorø's unge kaproere markerede sig flot med personlige forbedringer eller tangering af egen rekord over hele linjen og det kastede samtidig medaljer af sig.

Smilla Post-Kallenbach, nyoprykket i junior B klassen, forbedrede sin personlige rekord med hele 10 sekunder og hun sluttede i tiden 8.04 min på de 2.000meter. Det kastede en flot bronzemedalje af sig og et resultat som anden bedste dansker.

Peter Skou, nyoprykket i junior A letvægt, tangerede sin egen rekord og sluttede i tiden 7.06 min. Flot sølvmedalje til Peter.

Mejse Østergaard Nielsen, som roede i junior D klassen, nåede på de 2 minutter 471 meter hvilket var hele 36 meter foran hurtigste konkurrent og Mejse vandt dermed Guld.



Johannes Ebert. Guld i junior D klassen.

Sidst men ikke mindst roede de voksne Masters roere fra Sorø nogle flotte løb, som spædede godt til i den samlede sejr som Mesterskabernes bedste klub.



Jørgen Bay Simonsen (80 år) vinder guld og Bent vinder Bronze

Jeanette Emde Jensen vandt Guld i Masters 40-49 år letvægt 2.000m samt Sølv på 1.000m

Ulla Hvid vandt Guld i Masters 40-49 år 1.000m

Birgit Juel-Hansen vandt Guld i Masters 65-69 år letvægt 2.000m

Ingrid Petersen vandt Guld i Masters 70-79 år letvægt 2.000m og 1.000m

Christian Mølvig vandt Guld i Masters 40-49 år letvægt 2.000m og 1.000m

Klubstafet: Mastersroerne Ingrid Petersen / Ulla Hvid / Birgit Juel-Hansen / Jeanette Emde førte fra start til mål og vandt løbet med hele 45 sekunder foran en række af nuværende og tidligere landsholdsroere.

## Copenhagen Open

Guld og glade dage på Bagsværd sø i weekenden den 11-12. maj.

Sorø Roklub havde et stort hold kaproere afsted i alle aldersklasser. En jævn modvind begge dage gav roerne noget at se til.

Mejse Østergaard og Kirsten Taulbjerg vandt guld i U13 pige dobbeltsculler.

De lidt ældre juniorer:

Smilla Post-Kallenbach roede med Iben Bech fra Roskilde i Junior B dobbeltsculler. Også her var det første gang på 1.500 m distancen. Det klarede pigerne flot og fik sølv medaljer.

Rasmus Lind vandt sin junior A singlesculler suverænt med længder ned til nærmeste modstander.

Rasmus der er udtaget til EM, roede også med sit EM-hold i dobbeltfirer. Rasmus Lind, Aske Storm (Viking), Jeroen Grimmelihuijken (Bagsværd) og Emil Nielsen (Roskilde) vandt stort begge dage.

Jannick Wly Andersen med Victor Lauritzen (Roskilde) i dobbeltsculler vandt sikkert guld.

De voksne masters roere satte sig samlet på seks 1. pladser.

## Sorø Regatta

Sorø Regatta 2019 blev en stor succes for Sorø roerne, til trods for en stiv vestenvind, Af og til handlede det mest om ikke at kæntré, det skete så for enkelte alligevel.

En ny flok kaproere er i sæsonen startet og går til roning med stor iver. Store som små

gjorde det rigtig flot lige fra de yngste junior D og C, til de mere erfarne Junior B og A roere, som kæmpede om TU-Cup point og Landsholdspladser.

Sidst men ikke mindst scorede masters roerne også medaljer til samlingen.



Glade vindere Sofie Steffensen, Mejse Nielsen, Signe Thorup og Dina Poulsen.

## JNM

Rasmus Lind Sorø Roklub vinder, sammen med Aske Storm (Viking), Jeroen Grimmelikhuijzen (Bagsværd) og Casper Girke (DSR), guld i junior dobbelt firer. Drengene har kun haft kort tid forinden til at forberede sig sammen og alligevel vinder de stort med flere længder til Sverige og dernæst Norge på trediepladsen. Sidstnævnte roede fra danskerne til EM tidligere på året, men med en enkelt udskiftning og flere detaljer på plads har danskerne fået virkelig god fart i båden.

Mesterskaberne blev afholdt i Norske Sarpsborg og vejræssigt blev roerne udfordret med jævn vind på banerne. Dette kræver samroning og styr på teknikken, men det klarede drengene fint.

For Rasmus som dagen forinden afsluttede sit efterskoleophold i det Jydske, har det allerede været en begivenhedsrig sæson.



Rasmus Lind vinder guld til JNM (stroke)

## WM for Master i Velence Ungarn

Årets store kaproning for Masters fandt sted på Lake Velence i Ungarn, hele 5070 roere fra 723 klubber havde sat hinanden stævne til denne kæmpe konkurrence der løber over 5 dage.

11 roer fra Sorø havde lagt vejen forbi og tog deres del af guldet.

12 Guld blev det til og 11 lige ved og næsten.



## Lørdag i hallen

Sorøs unge kaproere skabte kø ved romaskinerne til 'Lørdag i hallen'. August-Anton-Sebastian-Smilla instruerede og inspirerede til at forsøge sig med dagens rekord på 100m eller 250m. Det blev til en masse flot ergometer roning og

forhåbentlig nye rovenner på søen til sommer, i hvert fald var mange interreserede i at starte til roning.

Godt gået af de unge



Lørdag i hallen

## Sommer-roskole

Årets Sommerroskole var som sædvanlig en oplevelse for dem som ikke havde prøvet at ro før, under kyndig ledelse af Sara Hundstrup og hjælpere.

## Kanindåb

16 forventningsfulde roere mødte op på en solskinsdag med høje temperature spændte på hvad der ventede dem.

Og de blev ikke skuffet, da Kong Neptun med følge ankom.

De blev alle døbt med maner og alle endte i søen, en herlig søndag eftermiddag. Som traditionen også byder var der kakao og kage efter de hårde strabadser.



Dåben ender med en tur i søen.

## Årets langtur for motionister

Årets langtur gik i år til Nyborg Roklub som startede med regn og blæst afløst af hæderligt rovejr langs med den fynske strand.

## Årgangsmesterskab i Holstebro

Sorø's yngste junior B, C og D var til årgangsmesterskaber i Holstebro på Vandkraftsøen

En stiv modvind med op til 15 sekundmeter gjorde det til en affære for de hårdhudede, men det er jo netop det folkefærd man finder i rosporten. Flere både væltede og en pavillion fik revet sig løs og smadrede en bilrude under regattaen, så der var blæs på. Alle Sorø roerne tog dog udfordringen med godt humør og klarede det super fint.

2 årgangsmestre, flere medaljer til de yngste og TU-Cup point i hus til den løbende talentudviklings konkurrence..



2 stolte Årgangsmestre Mejse Nielsen og Smilla Post-Kallenbach

## Skolekaptioning på Bagsværd Sø

Sorø's nyeste kaproere deltog lørdag den 24. august på Bagsværd Sø til årets Skolekaptioning og høstede mange medaljer, erfaringer og ikke mindst gode venskaber, og det hele blev afviklet i høj sol, og næsten blank sø.

U13 1X Edon piger: Celina Juhl vinder guld.

U13 2X piger: Mejse Østergaard Nielsen og Sofie Steffensen vinder guld.

U15 1X Edon mix: Jonas Lind vinder guld.

U15 1X drenge: Valdemar Vilhelmsen vinder guld.

U15 2X drenge: Johannes Ebert og Valdemar Vilhelmsen vinder guld.

U15 2X mix: Mejse Østergaard Nielsen og Frederik Juel Hansen (Dragør) vinder guld.

U17 1X drenge: Sebastian Steffensen vinder guld.

U17 2X drenge: Sebastian Steffensen og August Coutant vinder guld.



Dagen sluttet af med at man mixer alle de unge i ottere og får nogle spændende løb, som nogen endnu ikke havde prøvet.

Åben 8+ mix: Sebastian Steffensen og August Coutant med seks roere fra andre klubber vinder bronze.



Sebastian Steffensen og August Coutant i otter.

## Begynderkapping

2019 var så året hvor vi blev nød til at aflyse begynderkapping, på grund af for lidt tilmeldte roer, vi håber at der til næste år vil være større interesse for at de helt nye roer kan få prøvet kapping i en god og rolig atmosfære.

## Baltic Cup, Kruszwica, Polen.

Peter Skou blev udtaget i dobbeltsculler sammen med David Wandrup fra Saxkøbing Roklub, ved udtagelsesløbene til Holstebro regattaerne.

Det kvitterede de ved at vinde sølv, en flot indsats, når man tænker på hvor lidt de har roet sammen.

Turen til Estland er en længere rejse på et døgn tid begge veje. Torsdag bustur til Stockholm, færge til Tallinn og videre i bus til Rostadion i Estland, søndag retur, men det betyder mindre når man har opnået et godt resultat.



Peter Schou og David Wandrup fra Saxkøbing Roklub

## TU-CUP 2019

Til DM i Brabrand fandt den afsluttende udfordring i årets Talentudviklings Cup i roning sted.

Smilla Post-Kallenbach har i årets løb deltaget i de fire regattaer som giver point til den samlede sejr.

Smilla vinder med 124 point og det er 12 point foran de nærmeste to konkurrenter fra Bagsværd og København, som ligger på linie.



Smilla Post-Kallenbach vinder TU-Cup 2019

## DM 2019 Brabrand rostadion

Danske Mesterskaber i roning 2019 blev afviklet på Brabrand Rostadion tæt ved Århus.

DM er årets sidste vigtige regatta og her deltager alle landets bedste kaproere, dog er kun klubhold tilladt, så nye hold ser dagens lys, kun for denne ene dag på året.

Sorø roerne stillede til start i juniorklasserne samt et enkelt masters hold, det blev til medaljer i 4 ud af 9 starter.

Rasmus Lind har haft en flot sæson med roefterskole i det jyske og landsholdsdeltagelse ved Junior EM, Junior NM hvor det blev til guld og Coupe de la Jeunesse. Til DM rundede Rasmus sæsonen flot af med en sølvmedalje i singlesculler, samt bronzemedalje i dobbeltsculler med klubkammeraten Jannick Wly Andersen. Jannick har også haft en flot sæson med A-finale til Coupe de la Jeunesse. Drengene roede senere dobbeltfirer med August Coutant og Peter Skou.

DM-resultater for Sorø roerne:

U19 1X Rasmus Lind Sølv

U19 2X Jannick W. Andersen , Rasmus Lind bronze.

U19 4X Peter Skou, August Coutant, Jannick W. Andersen, Rasmus Lind, nr. 5.

U17 2X Smilla Post-Kallenbach, Iben Bech (Roskilde) Guld.

U15 1X Mejse Ø. Nielsen B-finale nr. 1  
Master 2X Peter Carstens og Christian Mølvgig Guld.

## Harbour Race 2019.



Vinder af Harbour Race Mix Master 8

Christian Mølvgig, Peter Carstens, Bonnie Noer, Ulla Hvid, Birgit Juel-Hansen, Peter Lindblom, Ruth Köster og Kirsten From.

## Morgenroning

Morgenroerne ser vi ikke så meget til da man så skal meget tidlig op, men hver tirsdag og torsdag kl. ca. 06.00 mødes der ind for at komme ud at ro en tur, på en normalt helt blank sø, og så er der morgenmad i klublokalet.

## Sponsorater i 2019

Sorø Laane og Sparekasse fond  
Rådighedspuljen  
DGI og DIF foreningspulje

## Lidt statistik:

### Junior top.

Jannick Wly Andersen	2214 km
Peter Schou	1538 km

### Voksne top.

Christian Mølvig	3139
Peter Carstens	2199
Bjarne Hjorth	2094
Peter Lindblom	1311
Linda Milling	1296
Laila Hjorth	1291
Ruth Köster	1034
Birgit Juel-Hansen	1032
Gitte Niven Christiansen	1022
Bonnie Noer	1020

I alt blev der i 2018 -19 roet 43.531 km.

## Medlems antal 2019

Medlemstallet for i år er lidt det samme som i 2018 nemlig ca. 210 når de udmeldte så trækkes fra ender vi på ca.175 ved årets udgang.

## Placeringer.

Sorø Roklub har opnået mange flotte placeringer ved forskellige regattaer i sæson 2019 alle pressemeddelelser kan ses på hjemmesiden.

## Årets pokaler 2019

Vinterpokal: Klaus Hjorth  
Standerpokal: Anne Mette Christiansen  
Fødselsdagpokal: Christian Mølvig

Christian Mølvig får Fødselsdags pokalen for flest 1. pladser i alt

## Klubmestre 2019.



Johannes Ebert, Malin Johansen, Mejse Nielsen, Jeanette Emde Jensen, Jannick Wly Andersen

## Bestyrelsen i Sorø Roklub 2019.

Formand: Bjarne Hjorth.  
Næstformand: Ulla K. Hvid.  
Kasserer: Lene Pålsson.  
Kaproningschef: Peter Lindblom.  
Rocheff: Birgit Juel-Hansen.

Materielforvalter: Ruth Köster

Husforvalter: Eva Poulsen.

Ungdomsrepræsentanter:

Sara Hundstrup

Katrine Wagner Lærkesen Holm

## **Fokusområder.**

At fastholde, udvikle og udbygge vores ungdomsafdeling.

At vores unge mennesker fortsat oplever gode perioder med god motion, der giver dem en motions-mæssig rytme, kaproere eller ikke kaproere, resten af livet.

Vi lærer de unge, at for at en klub kan fortsætte optimering, er det et "must" at man må yde noget, for at det sociale og sportslige fungerer optimalt.

At få udbygget de tekniske hjælpemidler.

Roklubben skal fortsat være et rart sted at komme, man skal føle tryghed, tillid, respekt og ærlighed.

## **Tak til vores samarbejdspartnere.**

Dansk Forening for Rosport

Sorø Sportsråd

Sorø Kommune

Sorø Akademi

TalentSport Sorø

Regattaforening Sjælland

Sorø Brugerråd ved Sorø Sø

Sorø Kultur og fritidscenter

Dit Sorø

Den lokale presse

Vores naboklubber

## **Tak til**

Ulla Hvid som træner for Junior A B C og masters.

Sara Hundstrup, Karsten Nielsen, Christian Ebert, Katrine Holm og Birgit Juel-Hansen for at være en del af trænerteamet for ungdomsroerne

Elsebeth Nielsen for at stå for vores hjemmeside

Klaus Hjorth for at hundse med os i gymnastiksalen

Laila Hjorth for sit arbejde med rospinning

Bodil Bækgaard og Lissi Rasmussen for deres indsats som rospinnings instruktører

Ruth Köster, Ulla hvid for Tirsdags rospinnings holdet

Morgenroerne for diverse opgaver bla. transport af affald.

Tak til alle forældre for hjælp ved de forskellige arrangementer

Tak til alle for året der er gået

Den store støtte vi får, de mange tilkendegivelser

Tak til bestyrelsen for det gode samarbejde.

Jeg vil se frem til en ny spændende sæson, med mange gode og spændende oplevelser.

En sæson hvor vi skal fejre at Sorø Roklub stadig lever og har det godt.

*Bjarne Hjorth*