



AALBORG ROKLUBS



M E D L E M S B L A D

JANUAR / FEBRUAR 2015



NR. 1 . 74. årgang



AR Generalforsamling tirsdag 24. februar kl. 19.00
GAR Generalforsamling tirsdag 10. februar kl. 19.30



BESTYRELSEN:



Formand:
KARSTEN HOLT
Skelagervej 127, 2.mf.
9000 Aalborg
2058 9603

Formand@
AalborgRoklub.dk



Næstformand:
ULRIK SAXAGER
Digtervejen 16
9200 Aalborg SV
9818 9063

Naestformand@
AalborgRoklub.dk



Kasserer:
AAGE VEST PETERSEN
Nordvestvej 14
9000 Aalborg
9816 7515

Kasserer@
AalborgRoklub.dk



Bestyrelsesmedlem:
LARS P. FUNDER LARSEN
Ananasvej 40
9000 Aalborg
2124 3514

LarsFunder@
AalborgRoklub.dk



Bestyrelsesmedlem:
HENRY KRUUSE
Vester Vænge Alle 20
9000 Aalborg
4093 3861

HenryKruuse@
AalborgRoklub.dk



Bestyrelsesmedlem:
SIMON LYGSHED
Mejsevej 3
9400 Nørresundby
2680 3004

SimonLyngshede@
AalborgRoklub.dk



Bestyrelsesmedlem:
JOHN KJÆR
Eshøjvej 6
9260 Gistrup
2090 4414

JohnKjaer@
AalborgRoklub.dk

MATERIEL:

ANDERS QVISTORFF
Tyge Brahes Vej 12
9000 Aalborg
3131 5920

Materieludvalg@
AalborgRoklub.dk

GAR:

Gamle Aalborg Roere:
AAGE NIELSEN
Skøjtevej 27
9230 Svenstrup J
9838 2417
jjogaa@mail.tele.dk

AALBORG ROKLUB:

**Søsportsvej 8
9000 Aalborg
Tlf.: 9812 6719**

e-mail:
mail@aalborgroklub.dk

www.aalborgroklub.dk

Giro: 9 46 11 59

MEDLEMSBLAD:

PETER LAUBEK
Ansvarhavende:
Skydebanevej 30,
bolig 15, 1. sal
9000 Aalborg
9846 0208
peterlaubek@joda.dk

KARSTEN HOLT
- se formand

FRANK R. SØRENSEN
2924 9077
vodskovavis
@vodskovavis.dk

STEEN VILLADSEN
2071 5088
kmsvilladsen
@hotmail.com

MEDLEMSBLADET

udkommer 6 gange årligt, ca. den 15. i de ulige måneder (januar, marts, osv.).
Det er et debatforum, så derfor er artikler og indlæg forsynet "afsensens" navn, så det er tydeligt hvis mening, der gengives.

TRYK:
NOVAGRAF A/S
Lyngvej 3 . 900 Aalborg
www.novagraf.dk

Næste roblad udkommer i marts måned - Deadline 15. februar



Formanden har ordet

Af Karsten Holt



Godt nytår til alle medlemmer, samarbejdspartnere, annoncører og sponsorer.

Mens man stadig sidder og funderer over julesamvær og alle nytårsfortsætter, så er der fuldt blus på aktiviteterne i roklubben.

Team Torsdag fortsætter med uformindsket styrke med indretning af loftrummet til et brugbart motionslokale til de indkøbte roergometre, og vi har netop afholdt en velbesøgt nytårsparole i Team888-lejren. Efter et tilbageblik på den forgangne sæson blev der skuet mod aktiviteterne i sæson 2015. Entusiasmen er stor og energien i behold.

Den forgangne sæson blev på mange områder ganske enestående for Aalborg Roklub. Rekordmange kilometre blev roet af rekordmange medlemmer. Dét skulle vi gerne kunne leve op til i den kommende sæson. Dét kræver god forberedelse både af medlemmerne og af bestyrelsen.

Bestyrelsens planer for den kommende sæson kan medlemmerne få indblik i ved at møde frem til årets generalforsamling tirsdag, den 24. februar kl. 19, som traditionen tro vil fin-

de stor interesse blandt medlemmerne. Se indkaldelsen og dagsorden andetsteds bladet. Generalforsamlingen er klubbens øverste myndighed – og eneste chance for medlemmerne til dels at evaluere bestyrelsens arbejde i den forgangne sæson dels at diskutere planerne for den kommende sæson. Og skulle der snige sig gode forslag ind – ja så bliver afte-
nen endnu mere interessant og givende end den i forvejen er. Det er en aften der giver fuld valuta for pengene – både hvad angår underholdning og meningsudvekslinger. SÅ... sæt X i kalenderen.

I umiddelbar forlængelse af generalforsamlingen deltager Aalborg Roklubs Team888 den 28. februar i arrangementet Aalborgs Bedste 2014, hvor de idrætsudøvere, der har hevet mesterskaber hjem til Aalborg inviteres til et gallashow på Nordkraft – som tak for indsatsen. (Mon de deltager i ro trikot – eller kjole og hvidt ???).

Det er altid rart at kunne glæde sig til arrangementerne i roklubben. Som nævnt i december nummeret af robladet står indtil flere klubafnere på trapperne – klar til affyring. Så hold nu godt øje med vores hjemmeside og med mails fra roklubben, så du ikke går glip af spændende aktiviteter og godt kammeratskab.

Ro motion ER go'motion - hele året..!

Vi ses i klubben
Karsten Holt



TANDLÆGE
**Anne Rikke Faarup
Sørensen**

VESTERBRO 63, 1.TH
9000 AALBORG

Tlf. 98 12 11 10

info@tandlaege-i-aalborg.dk - www.tandlaege-i-aalborg.dk





AKTIVITETS- KALENDER:



HUSK svømning
om søndagen kl. 17-18 i
Sofiendal Svømmehal.

Mød frem og hold svømmeformen
vedlige, så du er klar til den næste
rosæson.

JANUAR:

- 8. Team Torsdag Nytårstræf kl. 20.00
- 9. Fredagsbar kl. 17.00-20.00?

FEBRUAR:

- 5. Team Torsdag Træf kl. 20.00
- 6. Fredagsbar kl. 17.00-20.00?
- 10. GAR Generalforsamling
- 17. Hyggeaften med AR Swing & Jazz Band
- 24. Ordinær generalforsamling i AR

MARTS:

- 5. Team Torsdag Træf kl. 20.00

MAJ:

- 24. Kr. Himmelfartstur til Berlin

Flere oplysninger på
opslagstavlen og
www.aalborgroklub.dk

FORSIDE: Svend Langer, en af rosvendene fra Team Torsdag, har knap tid til at lade sig forstyrre af redaktionens udsendte. Studenterroernes træningslokale skal være færdig i begyndelsen af januar

Er dit nytårsforsæt at motionere skindet?



AR Swing & Jazz Band vil gerne i kontakt med en trommeslager

Tekst og foto: Frank R. Sørensen

MUSIK – Så var det en go' ide' at kontakte AR Swing & Jazz Band. Roklubbens tirsdags morgenmusik vil nemlig gerne i kontakt med et af klubbens medlemmer der har et trommesæt stående derhjemme og gerne vil ha' trommeskindet motioneret noget mere og være med i tirsdags morgenmusikkens showtime i klubhuset.

Det er ren hygge med rytme, takt og tone når Bent, Svend Jørgen, Erik, Peter, Ib, Oluf og Frank puster morgenstemning i klubhuset med guitar, basguitar, trombone, klaver, trompet, flygelhorn, euphonium, saxofon og klarinet, men en tromme vil gøre underværker.

Ku' du tænke dig at være med eller høre noget mere, så kontakt Bent Christensen, mellem venner kendt som Bent Bog, på christensen-benus@gmail.com





Hermed indkaldes til

Ordinær generalforsamling *i Aalborg Roklub*

TIRSDAG DEN 24. FEBRUAR 2015, KL. 19.00

Lokalitet: Aalborg Roklub

DAGSORDENEN IFØLGE VEDTÆGTERNE:

1. Valg af dirigent
2. Bestyrelsens beretning for den forløbne sæson.
3. Økonomichefen fremlægger det reviderede regnskab til godkendelse.
4. Behandling af evt. indkomne forslag.
5. Gennemgang af bestyrelsens planer for den kommende sæson, herunder godkendelse af budget og fastlæggelse af kontingent for samme.
6. Valg af bestyrelsesmedlemmer, iflg. §5.:
 - På valg er følgende:
 - Kasserer
 - Næstformand
 - Bestyrelsesmedlem med ansvar for kontingent
7. Valg af 2 revisorer.
8. Beretning for dispositionsfonden og valg af formand for samme.
9. Eventuelt.

Regnskab for 2014 og budget 2015 vil være fremlagt i klubben til gennemsyn senest en uge før generalforsamlingen.

Forslag, der ønskes behandlet under pkt. 4, skal være bestyrelsen i hænde senest 1. februar 2015.

Indkomne forslag vil blive fremlagt til medlemmernes gennemsyn, sammen med regnskab og budget.

*Aalborg Roklub er som sædvanlig vært ved et stykke brød
og en kop kaffe under generalforsamlingen.*

Med venlig hilsen

På vegne af bestyrelsen for Aalborg Roklub

KARSTEN HOLT

Formand



Formiddagsroernes julefrokost



- inden maden er klar hygges der og svedes i romaskinerne

Tekst og foto: Carl Emil Heidemann

“Den første torsdag i december bød på vores traditionelle julefrokost. Kl. 09.00 startede vi med kaffe m.v.

Herefter gik turen til motionsrummet og det faste vinterbadehold var en tur i fjorden.

Det var nemt, at registrere såvel fysisk som mentalt, at nu går temperaturer i den rigtige retning.

Efter en grundig afvaskning og personlig rengøring blev der dækket bord og lavet frokost.

Herefter fortsatte festlighederne langt ud på eftermiddagen.

Hvis nogen gik sultne og tørstige fra bordet, så var det ens egen skyld.

Der var sponsorstøtte på arrangementet, så med “all inclusive” sneg prisen sig op på kr. 60.-.

Hermed blev endnu en dejlig dag afsluttet i vores gode klublokale.



- Endelig kan bordets glæder nydes med en skål for dejligt resultat ...



indkalder hermed til
**ORDINÆR
GENERALFORSAMLING**

**i AR's lokaler på 1. sal
TORSDAG 10. FEBRUAR 2015 KL. 18.30**

Dagsorden iflg. vedtægterne:

1. Valg af dirigent -
bestyrelsen foreslår Børge Christoffersen!
2. Formandens beretning
3. Kassereren fremlægger det reviderede
regnskab
4. Indkomne forslag
5. Valg til bestyrelsen
6. Valg af 2 revisorer
7. Eventuelt

Forslag der ønskes behandlet på generalforsamlingen, skal være formanden skriftligt i
hænde senest torsdag den 3. februar 2015.

Inden generalforsamlingen serveres der den sædvanlige

MENU:

***Kogt torsk med tilbehør
Citronfromage
Kaffe med småkager***

PRIS INKL. 1 ØL OG 1 SNAPS 180,- KRONER

Tilmelding senest tirsdag 3. februar til: Ole Slot Andersen, tlf. 21 75 71 66 eller
mail ole-anette@stofanet.dk

Jørnn Bertelsen, tlf. 24 45 84 95 eler mail jbe@sparnord.dk

Alternativt på opslaget i roklubben, denne liste nedtages også torsdag den 3. februar.

Inden generalforsamlingen er der, hvis aktuelt, optagelse af nye medlemmer.

Bestyrelsen håber på det sædvanlige store fremmøde, således den ved, at medlemmerne
står bag, når der igen skal træffes store beslutninger om GAR's og AR's fremtid.

Med roer hilsen

GAR's BESTYRELSE

Lørdagsmorgenbadernes Julestue



Tekst og foto: Peter Laubek

I klubbens historie har der været en lang række af morgenrohold: C.W.Obels Mestre, O Portoholdet, Morgenrøden, Reimersminde, Discontobanken, Landmandsbanken, Jysk Andel, Radillerholdet, Slagterholdet, Æbleholdet, Apotekerholdet, Arkitektholdet, Admiralholdet, Moosdorfs Hold og Sodavands-holdet. Alle hold havde deres karakteristika. Eksempelvis holdt Sodavandsholdet hver morgen velroet ved Egholmskosten, indtog en danskvand med efterfølgende højlydt ræb. En rituel handling, der kunne høres helt ud til Skydebanen eller over til Lindholm Kirke alt efter vindretningen.

Et morgenrohold, der i særlig grad har gjort sig bemærket og har vist sig at være særdeles livskraftigt er Admiralholdet. Ved Lørdagsmorgenbadernes Julestue var Admiralholdet repræsenteret ved Freddy Schnoor, årgang 1928, Ove Thomsen, årgang 1920, Holger Tromholt, årgang 1923 og årsungen Fritz Ploug, årgang 1948. Jungmand Jørgen Havemann, årgang 1944 havde meldt afbud. Det var den 67. gang der afholdes denne specielle julestue. Lørdag den 20. december kl. 7.00 startede festlighederne med julebad og efterfølgende sauna, hvor rosvendene kunne lune sig i solnedgangen fra Niels Peter Ris-

*Fire glade gutter
lader sig bestråle af
"Die Sonne" fra ven-
stre Jens Fauerholt,
Børge Christoffers-
en, Fritz Ploug og
Ole Kristensen*

gaards "Die Sonne", hvor 6 af de 8 rør stadig fungerer. En antikvit af en højfjeldssol, som Freddy Schnoor, tidligere el-installatør, betegner som direkte livsfarlig. Som et medlem bemærkede, det er vel ikke farligere end Ole K's og Børge C's julevikingefærd gennem højvandet i bådhallen og bådpladsen for at fornemme Limfjordens 5-6 grader efter opholdet i den 90-100 grader varme sauna og strålerne fra Die Sonne. Ole K. indrømmede da også, at han fik kolde fødder. Da selskabet gjorde entre i opholdsstuen blev de mødt af det festligste julefrokostbord og i luften svævede julenisser og andet julepynt. Jens Fauerholt, Ole Kristensen, Povl Wendt og Børge Christoffersen havde virkelig lagt sig i juleselen og skabt de rette rammer for en ægte Lørdagsmorgenbaderjulestueseance. Forberedelserne til dette sagnomspundne arrangement er enorme. Flere dage før mødes de betroede på Kontiki Bar, hvor der er bes- tilt bord 1 år i forvejen, for at lægge slagplan



planlægge indkøbene og fordele opgaverne. Dog sker udvælgelse og indkøb af Gammel Ost i fællesskab. Import af udenlandsk spiritus som eksempelvis Friesengeist sker lang tid i forvejen. Når de lokale indkøb er klaret mødes man på Smedekroen og laver status. Det er vel nødvendigt at nævne, at medlemskab af Lørdagsmorgenroernes indkøbsudvalg ikke er for konfirmander.

Ole K. tilberedte ægte "Smedeæg" enkelte havde helt op til 3 blomster. Jens Fauherholt klarede tilbehøret til sildene. Listefører Povl Wendt havde fundet "Rullen" frem og foretog navneopråb og afkrydsning. Museumsinspektør Børge Christoffersen, der er ansvarlig for skab nr. 17 Morgenroernes Museumsskab havde fundet regalierne frem: "Lydhammernen", "Tågehornet" og "Bådsmanspiiben". Rohistorisk interesserede kan gå på nettet og læse Børge C's redegørelse om baggrunden for Regalierne. Læs roblad nr. 1 fra 2014 side 14 og 15.

Povl Wendt kaldte forsamlingen til ro – lyset blev dæmpet – og Povl antændte de opstillede Skibsdrengesnapseglass med Friesengeist. Rosvendene hilste på hinanden og der ønskedes glædelig jul og godt nytår. Herefter satte man sig til det festlige julebord. Ole K. indledte med at servere de smukt anret-

tede Smedeæg, og så stod den ellers på sild, rullepølse, krydderfedt, juleleverpostej og et udvalg af julens kødpålæg. Glemmes skal jo ikke "Gammel Osten" hvortil Holger Tromholt havde sponseret Rom.

Herefter gik snakken – masser af gamle morgenroerhistorier blev repeteret. Navne som Heilesen, Risgaard, Berg Bach, Gammel Poul m.fl. fløj gennem luften. Tromholt tog ordet og fortalte sin baggrund for at blive roer, fortalte om Admiralholdet og om hvorledes de i mange år startede sæsonen ved sidst i marts måned at mødes hjemme hos Tromholts, hvor fru Else stod for brunchbordet.

I mangel af samfundshjælper var der en deltager, der greb til at åbne en øl med kniven – så kan nok være The Iceman alias skipper Fritz Ploug fik ham kaldt til orden. Det var ikke gode manerer. Så blev vi belært om, hvad der var sket hvis en af mandskabet ombord på ishavsskibene havde foretaget den manøvre i messen. Næppe kølhaling – men udnævnelse til Svabergast lød som en mu-

Ole Kristensen serverer smedeæg for malermesteren Jens Fauherholt og bankmanden Holger Tromholt, mens tidligere formand Søren Hæk talte med sin sidemand.





lighed. Heldigt vores ven befandt sig i klubhuset og ikke ombord på Arina Arctica.

Endelig blev begrebet Kitdage diskuteret – hvad var det? Jens F. kunne fortælle at det var et slangord fra malerfaget. Der blev således drøftet meget andet end end roning. Ikke mindst de 2 tidligere formænd Søren Hæk og John Terp kom med indspark, der gav næring til diskussionerne. Sidst på formiddagen blev der beordret velroet og en oplevelsesrig julestue var slut.

I rokлубben er der mange forskellige fraktioner. Set fra redaktionens side – må det siges, at Lørdagsmorgenbaderne og Admirallholdet hører til de mere originale og interessante og så har de rohistorien i orden.

Stor tak til de ærværdige medlemmer, som holder denne tradition i hævd. De er i allerhøjeste grad klubbens kulturbærere.

*Traditionen byder, at Holger Tromholt holder en opbyggelig juletale, der dels har baggrund i lørdagsmorgenbadernes fortid, men også i fremtidsudsigterne.
Bemærk de signaler, der udsendes fra de herrer med korslagte arme.*



MÅLGRUPPE OG BUDSKABER



DESIGN OG UDFORMNING



ELEKTRONISKE MEDIER



TRYKSAGER



ØVRIGE MEDIER



SALG

NOVAGRAF

Bliv inspireret på
www.novagraf.dk

NYTÅRSPAROLE 2015

Tekst og foto: Peter Laubek



Den 3. januar blev der afholdt nytårsparole i klubben for medlemmer, der er involveret i Projekt 888.

Allerede kl. 7.00 var universitetsroerne i gang med træningen i roergometerne. Herefter var der nytårsbad med koldt vandstræning. Natens kuling fra vest havde medført at fjorden havde bredt sig helt op til Berlinmuren i bådhallen, så vikingerne fik langsom tilvænnelse inden de nåede ud til det kolde dybe vand.



Klokken 9 samledes cirka 40 deltagere på 1. sal, hvor der var morgenkaffe med tilbehør. Til parolen, der var tilrettelagt af chefræneren og hans stab, var bl.a. inviteret Ægirs formand Carsten Pedersen, fhv. direktør for AAU Peter Plenge, Team Torsdag, bestyrelsesmedlemmer m.fl.

Formand Karsten Holt holdt nytårstalen og den var ikke kedelig. Formanden var tildelt 3 minutters taletid – utroligt hvad han nåede. Lige fra ros til Peter Plenge, nyt medlem i klubben, der som den eneste havde vist rettidig omhu, og gjorde sin entre i klubben i gummistøvler. Højvande gjorde, at de der først mødte frem kl. 9 måtte af med sko og strømper. Spørgsmål fra formanden: Kan det passe at AR har byens bedste sauna, at AR har en russisk bjørn som træner, at man i AR kan møde skønne piger i evakostume? At AR og Projekt 888 havde hentet 13 sejre hjem i 2014 heraf 2 DM og 1 jysk mesterskab. At der var ros fra DFfR's top til AR for arbejdet med studenterroning. At der blev roet ca. 74.000 km i sæson 2014 af 180 roere. Svaret var JA! Talsmand for studenterroerne Anders Boutrup rettede stor tak til Team Torsdag for indsatsen med indretning af det nye træningslokale på loftet i østfløjen, der tidligere rummede ungdomsroernes klublokale, Hel-Bar, langturstroernes depot samt rengøringsrum. Vore studenter har vænnet sig til, at tirsdag formiddag

Formandens spændende nytårstale varede ca. 20 minutter, men føltes som de 3 minutter han havde fået tildelt.



hørmer Lektiecafeen (Opholdsstuen) af Fætter Kras og Potkäse.

Herefter overtog chefræner Pedersen scenen. Han lagde som vanligt ud i hård stil. Forsam-

Man blev hurtigt klar over, at det ikke var overlærer Skelager, der ville inføre klassen i matematikkens vidunderlige verden, men kaptajn Pedersen, der ville afprøve smertegrænsen.

lingen skulle lige have et skud i vandlinjen med en påmindelse om, at vi vist nok stammer fra aberne. Det skete ved at Bjarne holdt skilte frem med matematikopgaver. Løsningen af opgaverne skulle skille fårene fra bukkene. Eller som det lød fra salen – svagtpisserne fra dem, der kan lave spøgelse. Det viste sig at være en joke - formålet var at stresse deltagerne. Redaktionens udsendte bemærkede, at ingen forlod lokalet. Hver enkelt skulle herefter afklare med sig selv om de var klar til flugt (luske af) eller indstillet på at tage udfordringen op (klar til kamp).

Senere gav Bjarne ved hjælp af modeller eksempler på menneskelig adfærd i f. m. stress – situationer. Hvorledes pres kan fremkalde energi, der kan kanaliseres ud i flugt eller kamp. Hvorledes man kan blive bedre til at håndtere stressituationer, flytte smertegrænsen m.v. Blive bedre rustet til at håndtere katastrofesituationer. Han trak eksempler frem fra sin tid som jægersoldat. Eksempelvis faldskærmsudspring, hvor hovedskærmen



broe

Sadolin Farveland

Boulevarden 40
9000 Aalborg
Tlf. 98 12 78 11



ikke udfoldede sig korrekt. Katastrofesituation - hvad gør man?

Bjarne sluttede med at omtale fremtidsplaner for de nye roere, forventninger til ottermandskaber i 2015, sponsorer til Projekt 888, kaproningsudvalg, ønske om Tænke Tank, Rokraftcenter i Aalborg. Han gik faktisk så vidt, at han havde nye forventninger til Team Torsdag. Han er tilsyneladende ikke klar over, at netop Team Torsdag selv tumler med tanker om et nyt Projekt 708090.

Nytårsparole – en nyskabelse i klubben – fremtiden må vise i hvor stor grad Projekt 888 smitter af på det traditionelle klubliv. Sker der en styrkelse af kaproningen, uden for universitetsregi? I hvilket omfang ser vi studenterroerne indgå ved løsningen af de daglige op-

gaver ved klubbens drift. Eksempelvis var det 888 roerne, der sammen med Henry stillede Berlinmuren op i år, ligesom de under ledelse af Jens Faurholdt gav det nye træningslokale 2 gange maling.

Undertegnede oplevede Projekt 888's Nytårsparole som et spændende nyt indslag i klublivet fyldt med en masse nye tanker, ideer og forventninger, der stiller krav – store krav - til alle implicerede, men også i allerhøjeste grad sætter rosporten og Aalborg på idrættens danmarkskort.

Stor ros til Bjarne Pedersen, der er hovedmotoren i det store "Studenterroningsprojekt", hvis resultater allerede nu er enestående. Bjarne's militære uddannelse fornægter sig ikke. Man kommer til at tænke på et par linjer i en gammel soldatersang: "Med draget sværd han står, han taler ej men slår". Heldigvis er der folk i klubben, der er klar til at krydse klinger når det er nødvendigt. Bestyrelsen skal varetage mange forskellige interesser, derfor kræver det både impati, klogskab og erfaring at holde Ro – Ekspressen AR på skinnerne uden der er passagerer, der falder af i farten.

Medlemmer, der er specielt interesserede i Projekt 888 kan læse mere på klubbens hjemmeside.

Vi er mange, der har store forventninger til den tid, som kommer, velvidende det kræver en bred opbakning og positiv indsats fra medlemskredsen.





Hvilken gave giver man Danmarks mest vindende universitetsdirektør?

Tekst og foto: Frank R. Sørensen

Aalborg Roklub var flot repræsenteret da Aalborg Universitetscenter sagde farvel til deres universitetsdirektør og bindeled mellem universitetsroningen og roklubben, Peter Plenge. Folk og fæ fra nær og fjern var mødt talrigt op da Aalborg Universitetscenter (AAU) torsdag den 13. november sidste år, ved en reception, sagde farvel til deres direktør gennem mange år, Peter Plenge og go'dag til den nye direktør, Antonino Castrone, der overtog Pe-

ter Plenges stol den 1. november 2014. Også Aalborg Roklub var mødt talstærkt op ved formanden Karsten Holt og 11 universitetsroere i trikot.

Lang talerække

Ved sådan en lejlighed giver det sig selv at der er masser af guf til ganen og en bette en til halsen og så en lang talerække fyldt med gode minder, tak for godt samarbejde og alt godt i fremtiden. Aalborg Roklub (AR) var på talerstolen hele to gange, først ved Anders Boutrup og derefter ved formanden Karsten Holt. Anders Boutrup holdt sin tale på universitetsroernes vegne.

Drivkraft og bindeled

- Universitetsroning er i dag en realitet og det har du, Peter, en stor ære i og det skylder vi som studerende dig en tak for. Sådan indledte Anders Boutrup sin tale og fortalte videre om, hvorfor han og mange andre studerende vælger at tage ud på Limfjorden hver morgen klokken 06.00 for at kombinere studie og roning. Peter Plenge har været en god drivkraft og et godt bindeled mellem universitetet og roklubben, der har været med til at skabe projektet, et universitetsrohold på AAU, til det, det er i dag.

- Jeg synes det er imponerende, at en mand i din stilling, kan finde tid til at tage med ud



10 universitetsroere i trikot entrerer receptionen for Peter Plenge, medbringende fire store pokaler til Aalborg Universitet.



på fjorden i trænerbåden en tidlig morgen for at se, hvad der rør sig i projektet. Det skal du have tak for, sagde Anders Boutrup.

Under sin tale var Anders flankeret af 11 roere, der havde medbragt de fire største pokaler, der skulle overrækkes til Peter Plenge og AAU. Men Anders kunne videre fortælle at siden Peter Plenge døbte roklubens nye otter ”888” har universitetsroerne deltaget i flere regattaer og vundet ikke mindre end 13 sejre, heraf de to med DM titler, blandt andet Danmarksmesterskabet for Universiteter, hvor Aalborg holdet vandt fortjent over Københavns Universitet.

- Vi håber udviklingen indenfor universitetsroning i Aalborg fortsætter. Du skal i hvert fald have tak for din indsats og ønsker dig velkommen i præsidiat for Universitetsroning Aalborg.

Sådan sluttede Anders Boutrup sin tale til Peter Plenge, med ønske om held og lykke i fremtiden og overlod derefter talerstolen til Aalborg Roklubs formand, Karsten Holt.

Konstruktivt samarbejde

- Jeg står her i egenskab af en stolt formand for Aalborg Roklub. Og man kan jo kun være stolt, når et sådant sublimt og konstruktivt samarbejde resulterer i, dels en stor gruppe studerende, der dyrker rosport, dels at vi allerede i samarbejdsår 2 indhenter hele 13 sejre ved danske regattaer, heraf to Danmarksmesterskaber. Sådan indledte ARs formand, Karsten Holt, sin tale til den afgående universitetsdirektør Peter Plenge og fortsatte:
- Jeg har fået til opgave at overrække dig Peter, en gave, der står mål med din uvurderlige indsats for rosporten i Aalborg og AR i særdeleshed, samt universitetsroningen i Aalborg, på landsplan og snart også i Europa. Og her henviste Karsten Holt til 2015, hvor AR skal repræsentere Danmark ved en form for europæisk olympiade blandt mange af landets universiteter.

Medlemskab af AR som gave

Men hvilken gave kan nu stå mål med den

indsats, som du har gjort? Jeg kan kun komme i tanke om en gave, der indfried alle disse krav – et medlemskab af AR.

Og her var der stor applaus fra hele forsamlingen – flot og vel roet til AR.

- Tak for indsatsen indtil nu Peter, din indsats stopper jo ikke her, og velkommen i Aalborg Roklub, sluttede Karsten Holt sin tale til Peter Plenge.

Velkommen til den nye direktør

Inden formanden og de 11 universitetsroere forlod lokalet, havde han også et par ord til den nye universitetsdirektør, Antonino Castrone.

- Velkommen til Aalborg. Du får ikke et medlemskab af AR – endnu. Det skal man nemlig gøre sig fortjent til. På dit gavebord ligger vort jubilæumsskrift, så du har en god mulighed for at sætte dig ind i vores historie, stolte traditioner og være godt klædt på til sammen med os at løfte de forestående store opgaver – Held og lykke med jobbet.

De 11 roere der på flotteste vis repræsenterede universitetsroning og AR ved receptionen var: Andrea Tram, Simona Læsø, Christina Donstrup, Nedim Cokljat, Anders Boutrup, Jacob Molbech, Mathias Köser, Jonas Svane, Nicolaj Winther, Søren Gam og Christian Hauge Andersen.



ARs formand, Karsten Holt, takker Peter Plenge og overrækker ham et medlemskab af AR som gave.



Euro Slide 2014 med invasion fra Aalborg

Af Jakob A. Molbech

Der var afgang klokken 06.00 fra Aalborg Roklub til C2 Euro Slide Open 2014, som blev afholdt i Gladsaxe Sportshal lørdag d. 16-12-2014. Konkurrencen i Gladsaxe var for nogle universitetsroere deres første regatta, mens den for andre mere erfarne var en ud af mange, men fælles for universitetsroerne var at de var spændte og oplagte til at repræsentere Aalborg Roklub på den bedst mulige måde. Der var talstærkt fremmøde fra det nordjyske og Aalborg Roklub stod for en stor del af deltagerne i kategorien "åben herre" og stod blandt andet for 8 ud af 16 i toer slides og for 5 ud af 12 hold i firer slides (med hjælp fra en enkelt roer fra naboroklubben Ægir).

Det var ikke blot i "åben herre" kategorien at Ægir var med til at repræsentere det nordjyske men også i "åben damer", hvor fire piger fra Ægir som træner ihærdigt sammen med universitetsroerne også stillede op.

Ved ankomst til Gladsaxe Sportshal blev Aalborgroerne vejlet ind og et estimeret handicap på tid udregnet i forhold til vægt, hvilket senere hen skulle være udslagsgivende i forhold til hvornår de forskellige hold måtte starte i forhold til hinanden. Efterfølgende blev roerne vist rundt i Gladsaxe Hallernes faciliteter og forevist hvor der måtte varmes op, og der blev givet instruktioner i hvordan starterne under løbene foregik samt de sidste forberedelser og aftaler til løbene blev diskuteret.

Universitetsroerne skulle deltage i tre forskellige løb som dækkede over tre forskellige "bådtype", som betyder at der skulle roes toer slides, firer slides og otter slides.

Der blev roet 1000 meter all-out i toer slides og firer slides, mens der i otter slides skulle kæmpes på en kortere distance af 500 meter. Kondition, rytme og evne til at udholde smerte er nogle af parametrene som trænerteamet bestående af Bjarne Pedersen og Gorm Rasmussen har forsøgt at indøve og forbedre under forberedelserne til konkurrencen, og det lykkedes også at få medaljer med hjem til Aalborg Roklub både i firer slides og otter slides. Der blev vundet bronze-medaljer i firer slides, hvor Mathias Köser (4), Nicolaj Winther (3), Anders Boutrup Pedersen (2) og Christian Hauge (1) sikrede sig en flot 3. plads kun slået af landsholdsroere fra Danmarks Rocerent og et stærkt sammensat hold fra KR, Lyngby og Odder. I otter slides blev det ligeledes til en 3. plads kun splitsekunder efter nummer et, således gjorde Aalborg Roklub igen god figur til en regatta og dermed måtte de traditionelle kaproningsklubber konstatere, at de i år måtte give plads til en ny klub på skamlen.

Det var en tilfreds Bjarne Pedersen der efter det sidste "heat" i otter slides, måtte konstatere at deltagelse til C2 Euro Slide Open var en succes, hvor alle universitetsroere nye som gamle fik en god oplevelse og mulighed for at presse sig selv til det yderste og opleve konkurrenceroning på nært hold.

Den næste udfordring for Aalborg Universitetsroning bliver ergometer roning til Jyske Mesterskaber (10-1-2015) i Århus og Danske Mesterskaber (31-1-2015) som igen afholdes i Gladsaxe Hallerne.



Tekst og foto: Peter Laubek

Tiderne skifter og det samme gælder anvendelsen af vort gamle klubhus. Da klubhuset blev bygget i 1926, var der omklædning i nuværende opholdsstue på 1. sal. I 1946 skete der en om- og tilbygning. De 2 sideskibe på hver side af tårnet blev forlænget. Tagetagen i vestfløjen blev indrettet til gæstekabine og længst mod vest tørrerum. Tagetagen på østfløjen, over bestyrelsen og bassinet blev benyttet til opbevaring af langtursgrej m.m.



Det nye træningslokale snart klar

- hvad skal det hedde?

Senere blev der indrettet tremmerum til langtursafdelingen, og rengøringsmateriel. I de glade 60'ere blev Hel – Bar oprettet med byens flotteste National Kasseapparat. Gamle medlemmer som Torben Broe, Martin Olsen, Thorkild Andre Kristensen, Preben Broe, Erik Brøndum og mange flere, alle langtursroere, der mente, at AR var en vigtig del af ”Det glade Aalborg”.

Længst mod øst fik Juniorrådet deres eget klublokale. Siden ungdomsafdelingen er forsvundet og Hel – Bar nedlagt har rummet fungeret som depot for langtursudstyr, rengøringsmateriel, gamle rigge fra kaproningsbådene og i Juniorrådets lokale har der været opbevaret effekter til fester som duge, lysestager, køleskab m.v.

Det er nu historie. Team Torsdag har, som omtalt i sidste blad, ryddet hele rummet, fjernet tremmerum, skillerum, gammel vægbeklædning og gulvplader og forældet el-installation. Alt er blevet isoleret, ny vægbeklædning. Jens Fauerholt har sørget for at vægge og vindueslysninger er blevet spartlet på professionel vis, ligesom han har vejledt Projekt 888 roerne, der har malet det nye træningslokale 2 gange.

I disse dage er Strøm Hansens folk i færd med at færdiggøre el – installationen og Hans



Futtrup, Peter Simonsen og Bent Mølgaard beskæftiget med at lægge nye gulvplader. De øvrige TT folk slæber plader op til vore tre træmænd, hvorefter Jens F. er klar til at male gulv.

Den dag er nær – hvor vi kan opleve lyden af romaskiner i rummet over bassinet og den gamle garde af morgenroere, kan igen komme til romaskinerne i motionsrummet og Bjarne P. og Børge C. atter kan rejse årer for hinanden, når de mødes på fjorden.

Ingen tvivl om, at de gamle kæmper som direktør Kristian Kristensen, der var manden bag 1926 byggeriet og Vilhelm Bøgh, der stod for om – og tilbygningen vil glæde sig over den nye anvendelse af østloftet. Dels forstyrer det ikke bygningens arkitektur og dels styrker det kaproningen i Aalborg Roklub.

Hvis den gamle garde af akademikere i klubben kunne opleve, at Aalborg Roklub her i 2014 – 15 er i fuld gang med at genopbygge Studentermatcherne som tidligere var udbredt i hele Norden, ville de nikke anerkendende og mon ikke Springborg, Sigfred, Hofman, Poul Jørgensen, Erik Hansen og ikke mindst Frank Pedersen vil udbryde et "Vel roet". Springborg vil helt sikkert sige "Vi har en splendid roklub" og afslutte med, at det er helt Kringeling



Hyggeaften med musik i klubhuset

I det nye år påtænker AR Swing & Jazz Band at arrangere nogle hyggeaftener i klubhuset, hvor bandet spiller go' musik og gæsterne kan hygge sig over en kop øl eller et glas vin og få en swing-om. Musikaftenerne er åbne for alle medlemmer med ledsager og der er naturligvis ingen entre.

Den første musikaften er planlagt til tirsdag den 17. februar 2015 – men kig efter på opslaget i klubhuset om aftenen bliver til noget eller ikke.

*Godt nytår og på gensyn i 2015.
AR Swing & Jazz Band*

Vil du også se bedre ud..?

- så kom ind til os
og få en snak med **Steen**

Som medlem af
Aalborg Roklub
får du

10%

PÅ KØB AF BRILLER, SOLBRILLER OG KONTAKTLINSE

PROFIL OPTIK
PLUS PÅ SERVICE - MINUS PÅ PRIS

BREDEGADE 8 . AALBORG . 70 13 00 33

FOREVISNING AF KLUBBLAD MED NAVN NØDVENDIG



Runde fødselsdage:

Klubben og redaktionen ønsker hermed tillykke med fødselsdagen til nedennævnte medlemmer:

70 år:

Kaj Erik Bondrup Jensen
15. januar

Niels Erik Hofman 4. februar

65 år:

Erik Myrhøj 18. februar

55 år:

Jens Brandt 16. februar

40 år:

Claus Frikke 14. februar

30 år:

Rune Hagel Skaarup Jensen
13. februar

- vi si'r TILLYKKE



Niels Erik Hofman 70 år



*En gammel kæmpe
runder 70 år.*

Da Niels Erik kom til verden i lejligheden ved siden af købmandsforretningen i Helgolandsgade den 4. februar 1945 lå det i kortene at lille Niels skulle blive roer. Begge forældre var særdeles aktive roere i henholdsvis Aalborg Dameroklub og Aalborg Roklub. Niels' far, Erik Hofman, var aktivt medlem af roklubben i mere end 60 år.

Niels Erik blev da også meldt ind i roklubben i 1959 som ungdomsroer. Efter oprykning som voksenroer startede han som kaproer i 1965 under Frank Pedersens vinger. Dyrkede kaproning fra 1965 til 1971, hvor det blev til adskillige sejre i firer og otter. Det sportslige højdepunkt var otterens udtagelse og deltagelse i otter til 3-landskamp i Amsterdam i 1968. Udtagelsen som landshold medførte at otteren blev inviteret til international regatta i Berlin i 1969. Det var en stor oplevelse. Desuden deltog han på otteren ved regattaer i Ratzeburg og ved tunnelindvielsesmatchen i Aalborg mellem Cambridge og Aalborg Roklub.

Niels var jo en fornuftig ung mand og belært af forældrene, havde han sparet lidt penge sammen. Netop nok til at købe en Opel Rekord. En virkelig fin bil. Den fik vi andre stor glæde af. Hver søndag kørte vi til en eller anden kro i Nordjylland og indtog vores sædvanlige kaffe med tilhørende boller, horn og lagkage.



ANTON LASSENS EFTF. A/S MALERFIRMA



Håndværkervej 9 · 9000 Aalborg · Tlf. 9812 0099 · antonlassen.dk



Som næsten alle andre roere på denne tid fandt Niels også lykken i ADR. Efter træning skete det af og til at Else inviterede hele otteren til kaffe og kage i sin lejlighed i Vesterå. Det var jo vældig hyggeligt, men pludselig var det kun Niels der skulle til kaffe og kage. Det endte med bryllup og små børn til Franks store fortrydelse, og som han sagde: "Hvad vil I med de kællinger".

Som en naturlig følge af kaproningen indgik Niels i Aalborgregattaudvalget og har indtil beslutningen om regattaens ophør, lagt et uvurderligt arbejde i arrangementet af den årlige Aalborgregatta.

I 1964 blev Kaproernes rejse- og bådedefond oprettet til indkøb af kaproningsmateriel. Også her har han gjort et kæmpe arbejde, både som aktiv i indsamling af penge i form af div. jobs, så som montering af kontorroller, kartoffeloptagning, avisindsamling, tapetsering osv. Senere blev han mangeårigt medlem af fondsbestyrelsen.

Niels blev valgt ind i roklubbens bestyrelse i 1974 som kasserer og bestred posten i 8 år uden nogen anmærkninger i regnskabet. Ganske imponerende. Dette medførte at han siden har været "fast" dirigent ved roklubbens årlige generalforsamling.

Efter sin bestyrelsesperiode nyder han nu motionsroningens glæder i fulde drag. Niels er primus motor i gammelmandsotteren, hvor der roes (trænes hårdt) hver tirsdag sammen med de gamle kaproere fra de gyldne tressere. Sidst på sommeren intensiveres træningen til to gange om ugen for at otteren kan deltage i Copenhagen Harbour Race eller Masters Games.

I en årrække var Niels livredder ved roklubbens vintersvømning. I dag som aktiv svømmer går han ikke op af bassinet før han har tilbagelagt 1000 meter.

Morgenroning dyrker han også, hvor der roes i dobbeltskuller. En morgen roede han sammen med Bernhard ud i tæt tåge og mistede orienteringen ude mellem første og anden kost, men fandt dog hjem igen. Efterfølgende medbringer han altid kompas til morgenroning.

Dygtig håndværker er han også. De sidste par år har han i perioder næsten været heldags-

beskæftiget med at udbedre og reparere de skader som 888 universitetsroerne har forvoldt på bådene.

Niels er et rigtigt naturmenneske, og ferielangtursroning er blevet hans store passion i de senere år. Hver sommer tager han afsted til Sveriges skærgård sammen med nogle gutter fra gammelmandsotteren og nyder livet og naturen med bål og overnatning i telt på de bare klipper.

Alt i alt er Niels Erik et pragteksempel af en ægte roer. Særdeles aktiv, hjælpsom og altid parat til at påtage sig enkeltopgaver eller tage del i de fællesopgaver der måtte være. At Niels altid er en central person når en aktivitet eller arrangement skal sættes i gang er dog lidt selvforskyldt, for Niels har altid noteret i sin lille lommebog hvordan og hvor meget vi brugte sidste gang.

Bernhard Andersen, Aage Nielsen m.fl.

Kaj Erik Bondrup 70



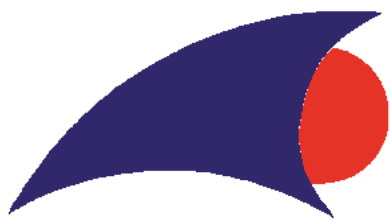
Kaj Erik Bondrup Jensen 70 år 15. januar. Kaj Erik har som rigtig mange af klubbens medlemmer fået en håndværksmæssig uddannelse på Aalborg Værft. Uddannede sig sidenhen til socialrådgiver og har i mange år været leder af forskellige institutioner. Senest leder af Svenstrupgaard, hvor Kaj Erik stoppede sidste år. Da Kaj Erik dukkede op i roklubben blev han straks genkendt af gamle skolekammerater. Det viste sig, at Kaj Erik havde gået i mellemskolen på Vejgaard Østre Skole med prominente folk som Frank R. Sørensen (Francis), Frede Elman Hansen, Erik Sørensen, Erik Kjær (Long Food), Leif Niemann og Bent Jørgensen. Kaj Erik burde jo have fulgt klassekammeraterne, men bedre sent end aldrig. At han så også har været chef for Hans Worm forringer ikke vilkårene for at falde til i Aalborg Roklub. Stort tillykke med fødselsdagen.

Rokammeraterne



Erik Myrhøj 65

den 18. februar, hvilket sikkert vil ske med fuld musik. Erik er kendt som en af messingblæserne i Bent Bogs Swing og Jazzband og måske husker I ham som medlem af vokalgruppen Voices In Modern, der med stor succes optrådte til 125 års jubilæet. Erik, er en mand med mange jern i ilden. Som flere af rokammeraterne er han stærkt engageret i barkentinaen Loa, spiller med de gamle drenge fra Agerstedgarden o.m.m. Erik hører til den faste stamme i Team Torsdag, hvor han blandt andet har gjort sig bemærket som habib søkok og berygtet for sin helt specielle pot kåse, der kræver et galvaniseret spiserør, der kun findes hos erfarne søfolk. Har vi tekniske problemer – finder Erik løsningen. Da klubben skulle have den nye vindmåler op – stod Erik for teknikken. Erik er manden der står for sikkerhedseftersynet af klubbens redningsveste – i samarbejde med Team Torsdag forstås. En mand med et så stort spekter af viden og talent – hvor har han dog gået i skole ? □ *Stort tillykke fra Team Torsdag*



Strand PAVILLONEN
-vi sætter alle sejl til

**VESTRE BÅDEHAVN
AALBORG**



Har I hørt... om

Peter Laubek



Peter Laubek har frabedt omtale i bladet i anledning af sin 75 års fødselsdag 1. januar, men Team Torsdag vil ønske Peter et STORT tillykke med nogle "Har I hørt" om Peter:

- - at Peter strækker sin altid store hjælpsomhed til at trække rundt med en 4-års inrigger på Nørholm Hage indeholdende 4 rokammerater, og han var ikke engang styrmand.
- - at engang Peter og jeg sad på terrassen, var der en løs pind i stolesædet. Da vi havde nydt vores øl, forlod jeg tankeløst terrassen, mens Peter helt naturligt bare hentede skrue og skruetrækker. Sådan er Peter – jeg følte mig dybt beskæmmet.
- - at Peters interesse i bundforholdene omkring Gøl "bunder" måske i et tidligere togt på fjorden med elever fra Stensnæs skolen, hvor Peter havde medbragt en gammel ost, som eleverne dumpede p.g.a. stanken.
- - at Peters holdning er, at rigtige mænd ikke bruger bundpropper.
- - at Peter ikke kan gå på vandet, men han kan så meget andet - heldigvis.
- - at Peter har været spejder? – det har vi i Team Torsdag!
- - at Peter kan fortælle samme historie to gange? – Hvis ikke kommer du for lidt i klubben!
- - at Peter ikke kan finde rundt i sit gamle hus i Voersaa? – sådan har sønnen Bjarke ombygget det; med Peters hjælp!
- - at Peter er meget talende om alle sine oplevelser og interesser. Dette udnytter Team Torsdag ved enhver lejlighed, idet han holder vores grundlovstale og ved vores øvrige sammenkomster gerne er den, der bl.a. som ingen anden kan holde talen for damerne.



- en hilsen til Peter Laubek 75 år

Så blev den gamle dreng 75! Med en ukuelig livslyst leger Peter, den gamle spejder (Johan Rantzau), sig stadig gennem livet med en vægtig kulturel ballast fra de første drengeår: En gang spejder, altid spejder, (En gang roer, altid roer), Vær beredt Med rettidig omhu For gud, konge og fædreland, Hold fanen højt, Altid frejdig når du går Med et fadervor i pagt Har vi så'n et dejlig kammeratskab. Bundet af venskabsbånd, men alligevel fri, liberal.

Til lykke. Vagn.



■ - at TiTo holdet om fredagen har henlagt træningen til Haraldslund. Ordførende fra TiTo holdet meddeler, at når AR kan tilbyde "Et lunt" alternativ til Limfjorden og mulighed for billard vil vinterens fredagstræning straks blive henlagt til AR. Her er måske en ny opgave for Team Torsdag – nu hvor indretningen af Universitetsroernes træningslokale nærmer sig sin afslutning.

■ - at der hos seniorroerne er ved at opstå et alternativ til Projekt 888. Der skal ikke være tvivl om, at der hersker stor respekt for den indsats og de resultater vore universitetsroere har opnået under Bjarne's ledelse. Seniorroerne arbejder på at etablere sig med Projekt 708090, hvis formål er at skaffe midler til inriggerfirer i træ eller alternativt en coastalbåd.

■ - at selv en tirsdag formiddag kan man komme i konflikt med sig selv. Det skete for Peter Simonsen, da han blev præsenteret for et stykke med røget ål. Han vidste med sig selv, at det ikke var politisk korrekt og tøvede med at indtage den truede fiskeart. Men duften og synet af det glinsende stykke ål sammen med den smørgule æggestand overvældede til sidst – fristelsen blev for stor – og Peter gik til biddet og dulmede samvittigheden en en süp af Svarta Dødan.



■ - at under Team Torsdags oprydning under taget på vestfløjen dukkede der en bevaringsværdig rostatuette i egetræ op. Team Torsdags modelsnedker Jørgen Hyhne har fremstillet en ny åre som erstatning den originale, der manglede. Ved lørdagsmorgenbadernes julestue besigtigede Freddy Schnoor den nyopdukkede rostatuette, der viser sig at være en Flidspræmie, der blev uddelt i årene efter krigen til roere, der havde udvist særlig stor flid m.h.t. kaproning m.v. Freddy kunne konstatere, at han havde roet otter med Børge Årøe, der fik statuetten i 1946 og med Ib Stetter, der modtog den i 1950. I 1947 blev den tildelt Carl Christensen, i 1949 Erik Hansen og i 1954 Søren Hansen. Den gamle flidspræmie har nu fået sin plads i opholdsstuen på 1. sal.

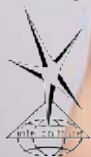
■ at endnu en gang kan Projekt 888 øse af den erfaring som Dan har erhvervet i f.m. fødselsforberedelse. Som led i Bjarnes kamp for at lære 888 talenterne, at hæve smertegrænsen, henviser han til Dan, der netop har kendskab til smertetræning hos gravide kvinder.

■ - at 14 dages juleferie ikke havde svækket evnen til fyre skarpe, kvikke og vittige bemærkninger af i omklædningsrummet eller i træningslokalet. Eksempelvis havde Svend Langer kl. 7.50 besat Aage Vest's romaskine før denne var færdig. Det medførte selvfølgelig en skarp hentydning til Svend om han ikke burde vise sig i træningslokalet før kl. 8.00, hertil svarede Svend – jeg vidste ikke du gik i så små sko – hertil replicerede Aage Vest – det er muligt, men jeg er stor i slawet!

■ at da Aage Vest forlod træningslokalet var det med hans finurlige glimt i øjet og med ordene – Hvad skal man med fjender - når man har sådanne venner.



Det kan være svært for dig at vurdere hvilken frisure der passer til netop din hårtype og dit ansigt - derfor stiller vi vores ekspertise **GRATIS** til rådighed for dig.



KIG IND og få gode råd og en snak om dit hår - så kan vi i fællesskab finde en frisure dit hår kan "bære" - og som samtidig passer til dit temperament og dit ansigt!

FÅ GODE RÅD GRATIS

Vingårdsgade 17 · 9000 Aalborg
Tlf. 9812 8699 · www.lassen-eriksen.dk

LASSEN & ERIKSEN
Din frisør · Din stil · Dit udtryk

 **NØRRESUNDBY BANK**
- en ordentlig bank

Gå i banken via mobilen

Hent app'en gratis i din appstore



NØRRESUNDBY BANK · Torvet 4 · Tel. 98 70 33 33 · www.noerresundbybank.dk

**POST**

B

PP

DANMARK


strøm
HANSEN**strøm**HANSEN**Nørresundby**

Sundsholmen 39

DK-9400 Nørresundby

Tlf. +45 9632 6000

Aarhus:

Oktobervej 41

DK-8210 Aarhus

Tlf. +45 8610 6655

Vejle:

Karetmagervej 10A

DK-7100 Vejle

Tlf. +45 7642 5100

Rødovre:

Krondalvej 8

DK-2610 Rødovre

Tlf. +45 4457 9300

3Xe

ekspertise | erfaring | entusiasme

El-ServiceHurtig udrykning * Topkvalificeret
mandskab * Grundigt kundekendskab**Solceller**Højeffektive solcelleanlæg * Projektering og
installation * Gratis rådgivning**Airport**Landingslys * Docking system * Fjernstyring
og overvågning**Automation, Industriel IT & Tavler**Højteknologisk avancerede løsninger*
Garanteret produktionsoptimering *
Eget tavleværksted**Trafikledelse**Innovativ trafikledelse * Smidig projektafvik-
ling * Kompromisløs funktionalitet**Alarmanlæg**Ansvarsbevidst opgaveløsning *
Flersidet tryghed * Diskret effektivitet**Entreprise**Operationel projektering * Hurtige og præci-
se arbejdsgange * Grundige eftertests**El-Tavler**Specialdesign af alle typer tavler * Serie-
produktion * Integreret med Automation*Strøm Hansen producerer højteknologisk avancerede el- og
systemløsninger indenfor: Automation, Solceller, El-Tavler, El-
Service, Airport, Trafikledelse, Entreprise og Alarmanlæg.***Husk generalforsamling i AR og GAR**

Returadresse: Aalborg Roklub . Søsportsvej 8 . 9000 . Aalborg