



AALBORG ROKLUBS



M E D L E M S B L A D

NOVEMBER/DECEMBER 2013



NR. 6 . 72. årgang

ÅRETS KANINDÅB 2013 SIDE 8



KRISTIAN SLOTH OPNÅEDE FLOT RESULTAT VED DM 2013	SIDE 5
COPENHAGEN HARBOUR RACE 2013	SIDE 6
ÅRETS KILOMETERSTATISTIK	SIDE 12



BESTYRELSEN:



Formand:

KARSTEN HOLT

Skelagervej 127, 2.mf.
9000 Aalborg
5083 6159

Formand

@AalborgRoklub.dk



Næstformand:

ULRIK SAXAGER

Digtervejen 16
9200 Aalborg SV
9818 9063

Næstformand

@AalborgRoklub.dk



Økonomichef:

AAGE VEST PETERSEN

Nordvestvej 14
9000 Aalborg
9816 7515

Økonomichef

@AalborgRoklub.dk



HR-chef:

LARS P. FUNDER LARSEN

Ananasvej 40
9000 Aalborg
2124 3514

HRchef

@AalborgRoklub.dk



Logistikchef:

ERLING STEFFENSEN

Digevangen 7
9260 Gistrup
9831 4468

Logistikchef

@AalborgRoklub.dk



Rochef:

FREDERIK R. HANSEN

Abildgårdsvej 53, III th.
9400 Nørresundby
2758 7501

Rochef@

AalborgRoklub.dk



Kommunikationschef:

JOHN KJÆR

Søndergade 20 D
9000 Aalborg
2090 4414

Kommunikationschef

@AalborgRoklub.dk

Projekt 25:

JOHN FJELDSTED LARSEN

jfl@hypnox.dk

SØREN BORGSTRØM-HANSEN

borgstroem@stofanet.dk

GAR:

Gamle Aalborg Roere:

AAGE NIELSEN

Skøjtevej 27
9230 Svenstrup J
9838 2417

jyogaa@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

STEEN VILLADSEN

Barken 30 B
9260 Gistrup .
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 "afsen-
derens" navn, så det er
tydeligt hvis mening, der
gengives.

Næste roblad udkommer i januar måned - Deadline 15. december



Formanden har ordet

Af Karsten Holt



Standerstrygningen var i år henlagt til søndag eftermiddag kl. 17. Det var dagen derpå efter Kanin-dåben og Flæsketegsturen – der blev afholdt med rekorddeltagelse.

”Vi har en splendid roklub...” gjaldede fra terrassen, samtidig med at Jonas Krage hev standen ned. Derefter fulgte et længe leve for Aalborg Roklub og en begivenhedsrig sæson var dermed afsluttet.

Roklubben var vært ved en kop kaffe med småkager alt imens undertegnede kunne genkalde nogle højdepunkter fra sæsonen. Der er roet langture i både ind- og udland, der er roet mange motionsture på Limfjorden – både med og uden sved på panden. Vi har fået rigtig mange nye og aktive medlemmer. Velkommen ombord alle sammen.

Mere spændende for de mange fremmødte var de forestående mange vinteraktiviteter. Programmet omfatter selvfølgelig den traditionelle svømning i Sofiendalskolens svømmehal hver søndag; men så er lighedspunkterne med tidligere sæsoner også overstået.

Allerede 15. november får vi besøg af Tolo Roklub med overskriften Roning i Grækenland. Vi afholder græsk aften (med græsk mad) i fællesskab med ADR og Ægir.

På utallige opfordringer træder Niels Østergaard den 26. november på scenen i klubben og afholder sit foredrag ”Cellefedt og Dellefedt” version 3. At kunne yde førstehjælp er vigtigt for alle. Derfor forventer vi at afholde et nyt kursus i hjertestarteren primo december.

Vinteraktiviteterne kulminerer med et brag af hele 3 foredrag, når guldfrirerens Eskild Ebbesen afægger Aalborg et besøg. Arrangementet, der også afholdes i samarbejde med Aalborg Universitet, University College

Nordjylland, ADR og Ægir, finder sted den 15. januar 2014 på Nordkraft, da vi forventer meget stor tilslutning. Også Aalborgs kajakklubber er inviteret. Sæt allerede nu kryds i kalenderen. Dét bliver en stor oplevelse.

Hold godt øje med vores hjemmeside og med mails fra roklubben, idet de tidligere nævnte aktiviteter gerne skulle have god tilslutning. Næste nummer af robladet vil tillige udgøre indkaldelsen til generalforsamlingen 2013.

Bestyrelsen sender en stor tak for indsatsen i sæson 2013 og ønsker alle medlemmer, samarbejdspartnere, sponsorer og annoncører en rigtig glædelig jul samt et godt nytår.

Ro motion ER go’ motion...

*Vi ses i klubben
- også i vinterhalvåret!*

Får du mails fra Aalborg Roklub?

Som det fremgår af aktuelle medlemsblad er der også i vinterhalvåret mange aktiviteter at deltage i og glæde sig til.

Vil du sikre dig, at du ikke går glip af disse herligheder, er det vigtigt, at du modtager mails med nyheder og informationer fra roklubben. Får du ikke det, kan du hjælpe dig selv (og roklubben) via vores hjemmeside. Klik i overskriften på punktet ”Om...” og vælg punktet ”Nyhedsmail”. Der kan du registrere dig med ønsket mailadresse og hvilke informationer, du gerne vil modtage.

Motionsturnering pr. 1. oktober 2013

Aalborg Roklub:

Roede kilometer:	36.188
Antal roere:	143
Gns. Km.:	253,063



AKTIVITETS- KALENDER:

NOVEMBER:

- 14. Team Torsdag generalforsamling kl. 19.00
- 15. Roning i Grækenland? Infomøde i Ægir kl. 18.00
- 26. Cellefædt og Dellefædt v/Niels Østergaard kl. 19.00

DECEMBER:

- 6. Kursus i hjertestarter
- 7. Julefrokost kl. 13.30
- se side 10

JANUAR:

- 15. Eskild Ebbesen holder foredrag på Nordkraft kl. 19.00



**hver søndag fra kl. 17 til 18 i
Sofiendalskolens Svømmehal.**

**Flere oplysninger på
opslagstavlen og
www.aalborgroklub.dk**

FORSIDE: Årets Kong Neptun alias Tage Kirkegaard, gennemførte dagens dåbshandlinger i flot stil.

Foto: John F. Larsen

Mental fitness med

tvbingo
www.tvbingo.dk



Mundskænk Peter Thomsen i auktion.

Åleskrald i Roklubben

Eftermiddagsroernes årlige "Åleskrald" blev afholdt i roklubbens indbydende lokale torsdag den 3. oktober.

Der var mødt 13 mand op til gildet. Vi startede med kaffe ved ni-tiden. Herefter var der roning og motion til de privilegerede. Tilbage var der så Henry og Leif der var hovedarkitekterne for madlavningen. Stor ros til kokkene.

Ved middagstid blev ål aspargeskartofler og persillesovs fulgt godt på vej med øl og snaps. Herefter var der hjemmebragt citron-fromage. Festen sluttede ved 16 tiden.

Endnu en dejlig dag i klubben blandt gode kammerater.

*Med rohilsen
Carl Emil Heidemann*



De stegte ål blev skyllet ned med Dr. Nielsen

DM i roning på Bagsværd Sø

5. oktober 2013



I forbindelse med DM 2013, havde vi tilmeldt i 1x og 2x. Det var Anders og Kristian, som skulle ro. Jens Jakob og Jonas tog med for at benytte Bagsværd sø som træning/træningslejr.

Planen for dette års DM, var, at vi tog afsted 9 dg. før. Dette for at træne samt at få løbserfaring. Løbserfaringen var der weekenden før DM, hvor Danmarks rocenter afholdt løb for kommende landsholdsroere.

Her gjorde Kristian det rigtig godt. Man kunne se flere trænere få øjnene op for Kristian. Desværre måtte vi melde Anders fra pga. sygdom. Sygdom som også kostede hans deltagelse i DM. Han er sej og kommer sikkert igen næste år.

Kristian udførte stor træningsindsats, stor forbedring, var lærenem og modtagelig for gode råd fra undertegnede. Kronen på værket var en yderst velfortjent, ærefuld, respektfuld og flot placering som nr. 5 til DM. Et resultat som bestemt har og vil vække genlyd i kaperoningskredse rundt om i landet. Og som Kristian kan profilere af. Samt uden tvivl vil give ekstra rygstød til de kommende sæsoner. Hans modstandere var bl.a. verdens to

stærkeste letvægtsroere i roergometer (Henrik Stephansen og Anders Lavaertz). Henrik Stephansen fra Furesø er mangeldobbelt verdensmester i LM1X og fik en flot placering i den åbne klasse til OL i London 2012. Henrik og Anders vil muligvis satse på den olympiske bådtype LM2X frem mod OL i Rio i 2016. En anden modstander i finalen til DM var Morten Jørgensen, OL guld- og bronzevinder i LM4- (Guldfireren) og mangeldobbelt verdensmester.

Der var 12 tilmeldte i 1x. Kristian vandt sit indledende bl. over Morten Jørgensen. Morten er stroke på guldfireren og kendt for aldrig at lade nogen ro fra sig, selv ikke i et indledende løb. Så det har været yderst kompetente konkurrenter. Og DM i M1X må betegnes som det stærkest felt til DM i roning i 2013.

Fle af modstandernes trænere, bl.a. Jørgen Andersen, Reiner Modest og Niels Holmquist kom til mig og gav anerkendende ord om Kristian. TAK til gutterne for deltagelsen til DM. En fornøjelse at være sammen med dem. Vi brugte 9 feriedage sammen på ovennævnte, men det var sku det værd.



Af Flemming
Due Nielsen

*Kristian efter sejren
i indledende heat.*

**Foto:
Jens Jakob
Hansen**





COPENHAGEN HARBOUR RACE

12. oktober 2013

Tekst: Jonas Krage
Foto: Jens Jakob Hansen

Igen i år stillede Aalborg Roklub med et mandskab til det årlige Copenhagen Harbour race. I modsætning til tidligere år stillede vi i år kun med et enkelt hold, hvilket ikke gik ubemærket hen for DFfR.dk, som på deres hjemmeside konkluderede at "I 2013 har vi ikke set meget til Aalborg Roklubs godt roende mandskab i veteranklassen".

Aalborg Roklubs senior afdeling havde dog alligevel et ønske, om at vise flaget til årets 8'er regatta i København havn. For som DFfR.dk også konstaterer "når Københavns Roklub inviterer til Harbour Race, så kan man være stensikker på, at Aalborg Roklub stiller...". Med dette for øje, fik

Flemming Due og Jens Brandt hurtigt sammensat et hold af kaproere, som primært havde fokuseret på træning i 1x og 2x henover rosæsonen. Således blev holdet sammensat af et blandet mandskab fra hhv. Aalborg Roklub og Ægir. Fra 1'er pladsen ses Jens Jakob Hansen (AR), Jonas Krage (AR), Ida Dsane Andersen (Ægir), Kristian Sloth (AR), Anders Holmberg (AR), Mathias Kristensen (Ægir), Peter Christoffersen (AR) og Jens Brandt (AR).

Til holdets held sagde Henrik Christoffersen (AR) i år ja til være styrmand. For på trods af at LübeckerRC-I fik noteret den bedste tid på første lap, formåede Aalborg Roklubs hold alligevel at hive sejren hjem i regattaens eliteløb. Hvad der ligger bag denne ændring i placering, skyldes formodentligt en hurtig vending, selvmålt til ca. 30 sekunder, og et vedholdende tempo gennem hele løbet. Den endelige tid blev målt til 23:39:78 min., med en margin ned til LübeckerRC-I på anden pladsen på 15-16 sek. (23:55:68) og Københavns Roklub på tredje pladsen (24:07:66).





Øverst til venstre: Jens Brandt (AR), Ida Dsane Andersen (Ægir), Peter Christoffersen (AR), Jonas Krage (AR), Anders Holmberg (AR) - Nederst fra venstre: Jens Jakob Hansen (AR), Henrik Christoffersen (AR), Kristian Sloth (AR), Mathias Kristensen (Ægir),



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



Kanindåb

2013



Af Niels Østergård

Der skal lyde et stort tillykke til de kaniner som blev døbt lørdag den 26. Oktober 2013. Følgende kan nu kalde sig ægte medlemmer af Aalborg Roklub: Keld Kollerup Kvist, Szymon Gres, Søren Gam, Anders Bostrup Pedersen, Dan Dodensig Christensen, Sebastian Mosegaard, Martin Jørgensen, Jens Harbo, Claus Rasmussen, Jacob Christensen,



Flemming Kolding Johansen, Theis Wolter Petersen og Morten Mathiesen. Alle har vist sig værdige til dåb.

Dagen var slået sammen med flæskestegsturen, for at prøve at genskabe noget af fordoms tradition med efterfølgende fest for kaninerne. Det viste sig at være en rigtig god idé at slå de to begivenheder sammen. Vi gamle roere fik nu lejlighed til at ro sammen med de nye roere og fik nu fornøjelsen af at ro sammen med de unge som har været under kommandant Bjarne Pedersens vinger. Det var en dejlig oplevelse for alle parter. Mange havde ikke prøvet at ro i en inrigger før, men fandt vist ud af, at der også kan være udfordringer i det når Kong Neptuns Limfjord viste tænder. Der blev i hvert fald roet efter bedste evne i både krabbe søer, strøm og modvind.

Kaninen Keld Kollerup Kvist klarede strabadserne og er nu ægte Aalborgroer.



Efter 1-2 timers roning gik dåben i gang og der var ikke et øje tørt. Alle blev en for en gennet frem til Kong Neptun - der i dagens anledning blev flot gennemført af Tage Kirkegaard. Herefter gik turen ud på slingersken og alle blev dyppet i en dejlig suppe af vand, tang, savsmuld, blå fårvelade og meget meget mere. Endelig blev kaninen ført frem til rampen og kom i Limfjorden med hovedet først. Dejligt at se at alle kunne svømme. Kong Neptun var yderst tilfreds med dåben, idet alle viste at de kunne klare det kolde vand. Efterfølgende overrakte formand Karsten Holt de flotte dåbsattester til de nye medlemmer. Der blev skålet i diverse traktere til ganen, efterfulgt af et varmt bad. Efterfølgende blev der hygget igennem på førstesalen, mens ikke mindre end 15 kg flæsketeg blev tilberedt både i ovne og på grill. De 30 der havde meldt sig til arrangementet gik virkelig til den og der var ikke et

gram kød tilbage efter middagen. Der blev hygget, drukket, sunget, lagt arm - og tror også at næstformand Ulrik fik lært at drikke øl - i hvert fald fik han stor opbakning af de nye yngre medlemmer som ihærdigt forsøgte at vise ham hvordan det skulle gøres. Aftenen sluttede ved 3'tiden og alle havde haft en super aften. Et arrangement som tåler en gentagelse næste år. Tak til alle dem der har hjulpet til på dagen, til dem der så på og til dem der gjorde dagen til en fest. Velkommen i Aalborg Roklub.

Nedenstående kan nu kalde sig ægte medlemmer af Aalborg Roklub: Keld Kollerup Kvist, Szymon Gres, Søren Gam, Anders Bostrup Pedersen, Dan Dodensig Christensen, Sebastian Mosegaard, Martin Jørgensen, Jens Harbo, Claus Rasmussen, Jacob Christensen, Flemming Kolding Johansen, Theis Wolter Petersen og Morten Mathiesen.





Vi holder
JULEFROKOST
i Aalborg Roklub
lørdag 7. december 2013

- vi mødes alle kl. 13.30 til en omgang fællestræning, hvorefter 2 mænd køber ind til frokosten, resten dækker bord, koger æg, sætter steg over, steger bacon osv. Bagefter er der fælles bad, sauna og øl, mens vi venter på at maden bliver færdig.

Der betales kr. 100,- på selve dagen, pengene dækker frokosten, drikkevarer medbringes selv.

Håber på en bred opbakning, så få kigget i kalenderen og skriv dit navn på listen på opslagstavlen i bådhallen.

Grafisk produktion med fokus på miljø

Brochurer, magasiner, foldere og løsblade
Rapporter, bøger, kataloger og forretningspapirer
Print, kopi og variabelt tryk
Plakater, skilte, roll-ups og banner
Design og web-løsninger



prinfoaalborg®

LYNGVEJ 5 · 9000 AALBORG · TLF. 98 18 98 99 · WWW.PRINFOAALBORG.DK

Info om "Projekt 888"



Omgivet af alle de glade vindere af otterlobet ved Aalborg Regattaen ses Bjarne Pedersen med det imponerende trofæ, der blev det første synlige bevis på hvad Projekt 888 kan føre til. Rosvenden yderst til venstre er Gorm fra Holstebro, der fungerer som hjælpetræner. Projektet er virkelig blevet en saltvandsindsprøjtning for klublivet. Stor tak til Bjarne, gutterne fra Aalborg Universitet, Francis og de folk fra bestyrelsen, der har igangsat projektet. Til alle I andre roere - støt projektet - hvis I bliver spurgt!

I perioden 01 SEP til standerstrygning 27 OKT har AAU - drengene været på Limfjorden 38 gange

Følgende bådtyper har været benyttet : 8+ // 4- // 4 x // 2 x // 1 x // gig-både

Der er frigivet 8, der også er blevet døbt 26 OKT (yderlige 2 var døbt fra Sorø & Holstebro)

Der er 10 – 12 AAU - drenge fra Hold 1 (fra MAJ mdr) der fortsat er med i kampen om plads på ”8”

En af AAU - drengene (Gorm fra Holstebro) fortsætter som hjælpetræner !

Der er 10 - 12 AAU - drenge fra Hold 2 (fra SEP mdr) der forsøger at nå samme niveau som Hold 1

Vintertræning står for døren. AAU – drenge skal deltage i Vinter 8 Grand Prix !

Vi fortsætter på Fjorden med roning så længe det er forsvarligt. Speedbåden er altid med !

Hilsen Bjarne Petersen



ROSTATIS

Medlems-nr.	NAVN:	Daglig roning:		Langturs roning:		Roning i alt:	
		Antal ture:	Kilometer:	Antal ture:	Kilometer:	Antal ture:	Kilometer:

Gæster eller mangl. nr.	286	2.749	8	944	294	3.693	
124 Allan Pedersen	97	1.502	12	927	109	2.429	
68 Steen Christiansen	77	1.433	2	316	79	1.749	
131 Niels Østergård	85	1.404	2	168	87	1.572	
152 Kristian Sloth	92	1.186	2	260	94	1.446	
133 Henry Kruuse	44	421	8	714	52	1.135	
97 Tage Kirkegaard	83	961	2	104	85	1.065	
50 Ole Engen	75	1.030	1	25	76	1.055	
120 Søren Borgstrøm-Hansen	53	711	4	250	57	961	
34 Peter Gadegård	55	815	2	98	57	913	
47 John Fjeldsted Larsen	59	665	2	176	61	841	
145 Mogens Allan Nielsen	46	804	0	0	46	804	
79 Jens Thorsted	51	472	4	278	55	750	
7 Niels Erik Hofman	55	552	2	191	57	743	
129 John Nielsen	38	680	0	0	38	680	
170 Erik Margon	48	646	0	0	48	646	
71 Anders Holmberg	48	561	1	50	49	611	
177 Kjeld Lund	46	608	0	0	46	608	
187 Claus Rasmussen	39	473	1	95	40	568	
70 Mikael Hermansen	37	368	2	191	39	559	
111 Michael Norre	31	520	0	0	31	520	
20 Aage Nielsen	34	343	1	166	35	509	
190 Jens Harbo	39	508	0	0	39	508	
14 Bernhard Andersen	43	476	1	25	44	501	
92 Jens Jakob Hansen	29	356	2	126	31	482	
72 Roar Clausen	44	447	1	25	45	472	
77 Jørnn Winther Bertelsen	73	471	0	0	73	471	
109 Frederik Robert Hansen	36	464	0	0	36	464	
52 Erik Busse	37	358	2	84	39	442	
141 Ole Sloth Andersen	58	417	0	0	58	417	
81 Bernd Möller	23	413	0	0	23	413	
27 Jens Brandt	34	395	0	0	34	395	
130 Hans Worm	53	372	1	22	54	394	
58 Steen Villadsen	47	363	1	22	48	385	
57 Svend Langer	51	359	1	22	52	381	
185 Keld Kollerup Kvist	33	332	1	42	34	374	
35 William Doelle	11	120	1	248	12	368	
153 Jonas Krage	30	366	0	0	30	366	
154 Erik Hermann	41	357	0	0	41	357	
123 Fritz Ploug Nielsen	52	355	0	0	52	355	
59 Hans Futtrup	54	354	0	0	54	354	

Medlems-nr.	NAVN:	Daglig roning:		Langturs roning:		Roning i alt:	
		Antal ture:	Kilometer:	Antal ture:	Kilometer:	Antal ture:	Kilometer:

26 Poul Erik Trolle	28	183	1	166	29	349	
160 Lars Funder	25	340	0	0	25	340	
105 Jens Chr. Binder Jensen	30	313	1	25	31	338	
11 Per Nygaard	17	170	1	166	18	336	
169 Jens Bøgh Vinther	23	334	0	0	23	334	
60 Peter Laubek	45	325	0	0	45	325	
119 Claus Aasøe Rasmussen	22	280	1	42	23	322	
95 Erling Steffensen	38	284	1	33	39	317	
83 Henning Erhardsen	23	213	2	104	25	317	
126 Jens Christoffersen	24	229	2	84	26	313	
107 Esben H. Thorning	28	269	1	42	29	311	
135 Ib Vestergaard	37	311	0	0	37	311	
43 Peter Christoffersen	26	307	0	0	26	307	
9 Hans Jensen	12	126	1	166	13	292	
138 Jens Würtz	32	280	0	0	32	280	
18 Poul Dahl Fogh	24	246	1	25	25	271	
5 John T. Terp	29	250	0	0	29	250	
121 Anders Qvistoff	20	250	0	0	20	250	
132 Jakob Kirkegaard	22	248	0	0	22	248	
19 Borge Christoffersen	43	244	0	0	43	244	
199 Dan Dodensig Christensen	36	236	0	0	36	236	
200 Anders Boutrup Pedersen	36	235	0	0	36	235	
143 Svend Jørgen Carstensen	40	234	0	0	40	234	
102 Jesper Holst	20	232	0	0	20	232	
90 Axel Luther Jørgensen	20	189	1	42	21	231	
22 Bent Christensen	35	229	0	0	35	229	
136 Morten Tofte Koch	18	220	0	0	18	220	
104 Morten Holst	18	217	0	0	18	217	
80 Erik Jensen	30	213	0	0	30	213	
108 Oluf Jørgensen	22	212	0	0	22	212	
98 Aage Vest Petersen	31	164	1	48	32	212	
127 Finn Jensen	32	210	0	0	32	210	
113 Peder Lund	16	191	0	0	16	191	
114 Vagn Thidemann	26	167	1	22	27	189	
51 Jørgen Hyhne	28	189	0	0	28	189	
184 Jacob Christensen	15	185	0	0	15	185	
46 Henrik A. Sørensen	20	181	0	0	20	181	
78 Carl Emil Heidemann	26	177	0	0	26	177	



STIK 2013

Medlems-nr.	NAVN:	Daglig roning:		Langturs roning:		Roning i alt:	
		Antal ture:	Kilometer:	Antal ture:	Kilometer:	Antal ture:	Kilometer:

76	Jørgen Erik Sørensen	20	176	0	0	20	176
142	Erik Myrhøj	28	175	0	0	28	175
156	Leif Sørensen	26	168	0	0	26	168
12	Peter G. Thomsen	25	167	0	0	25	167
193	Christoffer Ilse Vinther	12	161	0	0	12	161
48	Erik Skov Nielsen	30	159	0	0	30	159
84	Jens Saxtorff	14	159	0	0	14	159
209	Theis Petersen	20	149	0	0	20	149
38	Michael Richter	21	144	0	0	21	144
115	Karsten Holt	12	144	0	0	12	144
179	Peter Jessen	10	138	0	0	10	138
64	Henning Andersen	20	137	0	0	20	137
207	Torkild Carlsen	20	136	0	0	20	136
148	Torben Espelund	21	134	0	0	21	134
140	Peter Simonsen	22	134	0	0	22	134
29	Lars Henrik Topp	26	133	0	0	26	133
201	Søren Gam	19	122	0	0	19	122
195	Martin Jørgensen	13	106	0	0	13	106
205	Frank Emanuelson	3	102	0	0	3	102
100	Jens Jacob Eschen	11	101	0	0	11	101
49	Anders Ørum	20	100	0	0	20	100
173	Martin Skræm	7	100	0	0	7	100
147	Jesper Balle	0	0	1	95	1	95
55	Leif Grønn Emerek	18	90	0	0	18	90
94	Kenth Barsøe Persson	15	90	0	0	15	90
32	Helge Foss-Pedersen	13	74	0	0	13	74
150	Kaj Erik Bondrup Jensen	10	69	0	0	10	69
149	Peter Jensen	10	69	0	0	10	69
10	Jens Fauherholdt Jensen	10	68	0	0	10	68
151	Ulrik Saxager	8	68	0	0	8	68
44	Bent Mølgård Andersen	7	43	1	22	8	65
208	Szymon Gres'	9	63	0	0	9	63
144	Leif Christensen	4	62	0	0	4	62
103	Simon Lyngshede	8	61	0	0	8	61
13	Oluf Andersen	9	60	0	0	9	60
41	Jacob Munch Nielsen	5	58	0	0	5	58
191	Kevin Jensen	6	58	0	0	6	58
40	Henrik Bach Pedersen	5	58	0	0	5	58

Medlems-nr.	NAVN:	Daglig roning:		Langturs roning:		Roning i alt:	
		Antal ture:	Kilometer:	Antal ture:	Kilometer:	Antal ture:	Kilometer:

54	Carsten Larsen	11	58	0	0	11	58
178	Jesper Futtrup	5	58	0	0	5	58
158	Frank R. Sørensen	7	57	0	0	7	57
168	Ole Bjerre	3	53	0	0	3	53
110	Carl Lyngge	8	49	0	0	8	49
45	Jørgen Gunnar Havemann	8	48	0	0	8	48
122	John Kjær	4	46	0	0	4	46
117	Henrik Steen Pedersen	4	46	0	0	4	46
88	Henrik Christoffersen	3	44	0	0	3	44
188	Jens Harpøth	5	44	0	0	5	44
197	Sebastian Mosegaard	6	42	0	0	6	42
206	Svend Johansen	6	38	0	0	6	38
23	Ib Nygaard	3	37	0	0	3	37
134	Bo Essensbæk	3	30	0	0	3	30
36	Holger Tromholt Christensen	5	28	0	0	5	28
112	Heine Svarrer	3	26	0	0	3	26
192	Jacob Christensen	3	26	0	0	3	26
202	Gorm Rasmussen	3	23	0	0	3	23
196	Thomas Odgaard Dalgaard	2	19	0	0	2	19
61	Arent Plesner	2	18	0	0	2	18
24	Flemming Due Nielsen	2	15	0	0	2	15
157	Kiril Dimitrov	1	15	0	0	1	15
198	Troels Schøning Johansen	1	14	0	0	1	14
101	Ole Kjeld Kristensen	2	13	0	0	2	13
67	Jesper Grundvig Trolle	1	12	0	0	1	12
89	Tomas Kristensen	1	10	0	0	1	10
39	Morten Wendt Jensen	1	9	0	0	1	9
166	Rasmus Borup Frstrup	1	9	0	0	1	9
69	Erik Brøndum	1	6	0	0	1	6
8	Niels E. Pedersen	1	6	0	0	1	6
125	Bjørn Haman Jensen	1	5	0	0	1	5
162	Jeppe Møllenbach Mortensen	1	5	0	0	1	5
28	Bjarne Pedersen	1	5	0	0	1	5
203	Jens Hedegaard Malm	1	5	0	0	1	5

151 medlemmer har roet:	3.931	40.025	84	6.651	4.015	46.676
--------------------------------	--------------	---------------	-----------	--------------	--------------	---------------



KM-statistik BADE:

Båd	Daglig roning		Langturs roning		Daglig i alt	
	Antal ture	Antal km	Antal ture	Antal km	Antal ture	Antal km
Ehlers	251	2.611	4	312	255	2.923
LÅNT BÅD	25	396	23	2.001	48	2.397
Ib Stetter	171	1.673	1	25	172	1.698
Kanolle	86	757	7	775	93	1.532
Karpen	64	882	5	436	69	1.318
Roar	82	898	1	25	83	923
Ajs	90	767	1	73	91	840
G.S.	65	707	0	0	65	707
Støckel	46	553	0	0	46	553
BernHof	49	485	0	0	49	485
Hæk	10	102	1	248	11	350
Terp	22	279	0	0	22	279
RB 68	25	276	0	0	25	276
Støren	24	256	0	0	24	256
Frem	21	210	0	0	21	210
Hans Jensen	19	207	0	0	19	207
Due	19	205	0	0	19	205
Laubek	18	167	0	0	18	167
Kap 67	13	140	0	0	13	140
Langer	18	130	0	0	18	130
Kaj Munk	17	122	0	0	17	122
Skrald	6	69	0	0	6	69
Bøgh	3	63	0	0	3	63
Kap 100	4	50	0	0	4	50
Kap 68	4	41	0	0	4	41
Forellen	2	34	0	0	2	34
Erik Hansen	4	30	0	0	4	30
Berg Back	4	27	0	0	4	27
Kap 81	3	20	0	0	3	20
Jaguar	1	12	0	0	1	12
GAR	1	3	0	0	1	3
Passiv	1	1	0	0	1	1
32 både har roet:	1.168	12.173	43	3.895	1.211	16.068

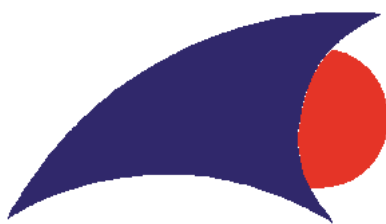
Vinterreglement

Efter standerstrykning er der mulighed for vinterroning. Dette forudsætter, at Aalborg Roklub's regler for vinterroning nøje overholdes.

1. Der må ikke være is på fjorden. Der skal være en rutineret styrmand i båden.
2. Mandskabet skal være rutineret og naturligvis frigivet.
3. Alle skal være iført redningsvest/svømmevest.
4. Der skal gives besked til et bestyrelsesmedlem inden man tager ud.
5. Fjorden må ikke krydses, hvilket betyder, at der roes langs Aalborgsiden og under land.
6. Der må ikke roes længere ud end til Hasseris Å.
7. Det er kun de både, der er stillet til rådighed for vinterroning, der må anvendes. (Se herom på opslagstavlen.)

Der er ingen slingers i vinterperioden, hvilket medfører, at båden med stor forsigtighed skal sættes i fra slæbestedet. Alle ovenstående punkter skal overholdes.

Frederik Hansen - Rochef



Strand PAVILLONEN
-vi sætter alle sejl til

**VESTRE BÅDEHAVN
AALBORG**

Guldfirerens Eskild Ebbesen besøger Aalborg!

Onsdag,
15. januar
2014

- bliver en
spændende
dag for rigtig
mange mennesker i
Aalborg.

Roeren Eskild Ebbesen, en af Danmarks mest vindende sportsfolk nogensinde, og den mest vin-dende dansker i olympisk historie med fem OL-medaljer i fem OL-deltagelser (tre guld og to bron-ze) er senest blevet tildelt international rosports allerstørste pris Thomas Keller Medal, der er den ultimative hæder for en lang og glørværdig karriere og sportmanship.

I samarbejde med Aalborg Dameroklub, Roklubben Ægir, SIFA og DGI har vi inviteret

Eskild Ebbesen til at afholde hele 3 foredrag i Aalborg – onsdag, den 15. januar 2014.

To foredrag afholdes i løbet af dagen. Disse foredrag er dedikeret til studerende fra Aalborg Universitet og University College Nordjylland, som vi jo har haft en rigtigt godt samarbejde med i 2013. (De fleste har hørt om 8'er løbet ved Aalborg Regattaen). Alle 3 foredrag afholdes på Nordkraft, da vi jo skal bruge rigtig dejligt meget plads til alle tilhørerne. Der kan være ca. 400 mennesker i lokalet og vi forventer fuldt hus til alle tre foredrag.

Roere i Aalborg roklubber får mulighed for at opleve Eskild ved foredraget, der afholdes kl. 19.00. Dette foredrag er forbeholdt medlemmerne af Aalborgs 3 roklubber – samt kajakkklubberne.

Aktuelle aktivitet er en sublim mulighed for dels at opleve Eskilds fængslende fortællinger, dels i form af videoklip at

opleve eller gense flere af de mange store triumfer, som Eskild med Guldfireren har præsteret i årenes løb.

Vil du ikke gå glip af dette fantastiske foredrag, så sæt allerede nu kryds i kalenderen ved datoen – og hold øje med klubbens hjemmeside og mails, der snarligt vil åbne for tilmeldingerne.

Der er som bekendt altid oplevelser i kølvandet i Aalborg Roklub.



Insel Alsen

En lille beretning om store (be)drifter



Tekst: Vagn Thidemann

Foto: Steen Villadsen + hustru



Så skulle det da atter times nogle af os Team Torsdagere at bero et fremmed farvand. Bare det at kunne bevæge sig til vands rundt i en del af det sydlige øhav med udsigt til det store kontinentale udland giver én en svag kriblen i nakke regionen: Vi er langt væk hjemmefra! Ikke ulig den følelse, der greb os, da vi besøgte de østlige egne af riget forrige år og fornemmede historiens vingesus i farvandet omkring Skuldelev med de berømte vikingeskibsrester i Roskilde Fjord.

Allerede her kan vi åbenbare for dig, kære læser, at vi ved Nydam besøgte en rekonstruktion af Nydambåden*), ligesom vi i Roskilde betragtede "Havhingsten"**), en rekonstruktion af et meget stort krigsskib fra 1000-tallet. Der er næsten 1000 år mellem Nydambåden og "Havhingsten", ligesom der er 1000 år mellem "Havhingsten" og "Langer"***), og dog er disse fartøjer af samme slægt: Lange, slanke, smidige klinkbyggede konstruktioner, bygget til stor fart gennem vandet. Mens "Havhingsten" er sejlførende, er Nydambåden og "Langer" rene rofartøjer med den lille forskel, at "Langer"s robesætning er på 4 mand, mens Nydambådens er på 30. Til stor overraskelse for os var der meget mere vikingeskib over Nydambåden, end vi havde forestillet os.

I det fremmede møder der os store ekso-

tiske oplevelser. Mens vi i det sjællandske oplevede de meget venligtsindede indfødte (og de store kulturforskelle), mødte vi også i det sønderjyske stor velvilje fra de lokales side. Dog var den nærmere kontakt her knyttet til indvandrere fra Aalborg, idet vi var stillet i udsigt at skulle træffe gamle aalborgere, både Kjeld Buus, lillebror til Jette Buus, ADR, og Henning Plesner, lillebror til Arent Plesner, AR. Desværre for Henning Plesner var han forhindret i at møde os, men vi overbragte en hilsen.

Så skulle der roes! Vi var mandskab til en toer og en firer, den lokale Kjeld indklusive. Mens Team Torsdag af og til har svare problemer med planlægningen af bemanning af bådene, gik alt glat her i det fremmede. Lillebror Kjeld havde på forhånd bestemt, at toeren skulle bemandes/-dames af storesøster Jette, ham selv og undertegnede. Så måtte de andre sejle deres egen sø! Vi tre var nemlig fra Cort Adlersgade – samme opgang! Et stærkt hold, der også havde leget sammen for 60 år siden.

I magsvejr begav den lille flotille sig sydover gennem Als Sund, forbi havnepromenaden og Sønderborg slot, for herefter at runde pynten og bevæge sig østover mod Höruphaff. Uden problemer og med kvindekraft ved åren i begge både anduvede vi havnen



og indtog en behørig frokost sammen med landholdet, der var stødt til selskabet.

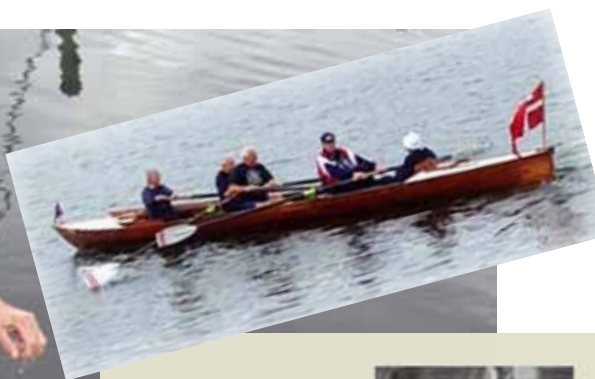
Driften mod det fremmede blev belønnet. Alt var vel, og vi kunne atter bevæge os mod Sønderborg. Farvandet var fyldt af sejlåde som ved en kapsejlad på Limfjorden, mestendels sydlandske gæstesejlere, der som os droges mod det fremmede, for dem det eksotiske nord. Det var weekend. Vejret havde skiftet til en del vind, imod, naturligvis. Vinden og ret heftige byger med meget lidt vand, men megen vind udfordrede råstyrken, og her kom styrmandens valkyriekræfter os til gode, mens fireren et par gange måtte søge til kysten med vanskeligheder med styreliner og andre, her unævnelige, problemer. Tilbage ved roklubbens slingers måtte vi erkende, at

vi havde udfordret vor egen råstyrke. Men det er uomtvisteligt, at store bedrifter blev udført undervejs, især af firerens mandskab, der havde måttet afbryde rejsen under farefulde manøvrer for overhovedet at nå frem, og indsatsen blev om aftenen belønnet i rigt mål under indtagelse af "Kong Frederiks Livret" på et lokalt spisested ved havnen. På vegne af en delmængde Team Torsdag, Vagn Thidemann

*) *Originalen befinder sig på Gottorp Slot i Slesvig, Tyskland.*

**) *Originalen befinder sig på Vikingeskibsmuseet i Roskilde, Sjælland.*

***) *Originalen befinder sig i Aalborg Roklub, Danmark.*



Kong Frederiks livret

originalspisefik fra København

Til 4 personer

600-700 g flanksteak
4 spsk hakket løg
ca 1,5 spsk karry
ca 3 spsk edelsølvs paprika
0,5 liter piksefløde
4 spsk ketchup
1 god sjat engelsk sovs



Flanksteak i strimler på langs brunes godt af på panden.
Det hakkede løg svitses med sammen med karry og paprika.
Sminer lidt.
Piksefløde, ketchup og engelsk sovs tilsættes.
Koger op og koger et par minutter.

Serves med kartofler og evt. pommes frites, og som tilbehør:
1 skål hakket agurk
1 skål hakket løg
1 skål hakkede rødbeder





Koraldybet fra Århus Rokklub på visit!



Træner Bjarne Pedersen kommanderede dele af Team Torsdag på fjorden i coastalbåden "Koraldybet" udlånt af Århus Rokklub. På billedet ses Vagn Thidemann, Bjarne Pedersen, Ole Sloth Pedersen samt Erik Myrhøj. Sidstnævntes evner med 2 årer blev stærkt fremhævet af træner Bjarne, der sad ved roret. Redaktionen var med som observator på stroke.

Foto Peter Laubek.



broe

Sadolin Farveland

Boulevarden 40
9000 Aalborg
Tlf. 98 12 78 11

Har du
også
fået en
brik
at flytte med?



Fordøren i klubhuset er udskiftet og udstyret med en anden lås. Det er således ikke længere muligt at anvende din gamle fordørsnøgle til adgangen til klubhuset. Den gamle nøgle kan stadig bruges til køkken og værksted, hvorfor man er velkommen til at beholde den.

For at få adgang til klubhuset er det imidlertid vigtigt, at man udstyres med en brik, der kan åbne den elektriske dør.

Kontakt derfor et bestyrelsesmedlem og få en brik udleveret. Brikken er omkostningsfrit for medlemmerne, såfremt man allerede er i besiddelse af den gamle fordørsnøgle. Har man ikke det, betales et depositum på kr. 100,- der opkræves via kontingentopkrævningen marts 2014.

BRYLLUPSBILLEDE



TILLYKKE MED BRYLLUPPET Flemming Geert. AR.s gl. forbundsmester og Bagsværds senere verdensmester i LM 8+, blev gift med dejlige Pia. AR. var selvfølgelig repræsenteret med rejste årer.

Vil du også se bedre ud..?

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

Som medlem af Aalborg Roklub
får du **20%** på køb af
komplet brille



Bruger du kontaktlinser? - Medlemmer af Aalborg Roklub får 10% på kontaktlinser

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:

65 år:

William Doelle 4. december
Svend "Bogtrykker" Johansen
13. december.

75 år:

Erik "Fagforeningsboss" Jensen.
5. oktober.

- vi si'r TILLYKKE

Erik Jensen 75 år



Det er ganske vist – fagforeningsbossen Erik Jensen rundede den 5. oktober de 75 år. Erik er opvokset i Aalborg, udlært som blikkenslager i Aalborg og virkede i mange år som fagforeningsboss i Aalborg. Det var også via fagforeningsarbejdet han kom i kontakt med Martin "Martæng" Olsen, der kunne se, at kunne der blive en rigtig Aalborgroer ud af Erik. Der var så at sige tale en en ægte "Rød Aalborg". En mand med bramfri tale, der absolut ikke fejler noget under gulvtæppet.

Erik har slået sine folder blandt "Eftermiddagsroerne" og er fast mand når klubben kalder tirsdag og torsdag formiddag.

Klubben har gennem mange år nydt godt af Eriks ekspertise som håndværker, ikke mindst er Erik manden, der sørger for saniteten fungerer i klubhuset. Er der medlem-

mer, som ikke behandler brusere og øvrige sanitet med omtanke – så falder blyhammeren!

Erik var også manden, bag medlemmernes gave til klubbens 125 års jubilæum, nemlig den smukke lanterne, der hænger på gavlen ved altanen.

Du ønskes stort tillykke fra rokammeraterne med håbet om, at der venter os mange skønne timer på fjorden i tiden, der kommer.

William Doelle 65 år



Den 4. december fylder William Doelle 65 år. William startede sin rokarriere allerede som 12 årig i Sønderborg Roklub, hvor han også fik sin kanindåb. I 1982 gjorde William så sin entre i Aalborg Roklub, vistnok inspireret af Mor Karen, der er aktiv i ADR. Siden er det blevet til utallige motions- og langture sammen med rokammerater fra ADR og AR. William har ladet bygge en single sculler med styrmand, en bådtype som begge ægtefæller har stor glæde af.

Svend Johansen 65 år



Efter nogle meget aktive år som ungdomsroer fandt Svend vej til kapafdelingen. Første større sejr var i 1967, hvor han fik en 1. plads i toer m. styrmand på Bagsværd Sø sammen med Mogens Pedersen og styrmanden "Schubert" (Jørgen Egholm).

I et af de bedste år for kaproning i AR, nemlig 1968, med hele 32 sejre i løbet af sæsonen, var Svend med på mange af de vindende hold. Både i firer m. styrmand (Urban-firen)



og i otter, hvor han roede både på senior A- og på senior B holdet. På senior A otteren var Svend i øvrigt yngste mand.

Han var med på AR's landholdsotter, som deltog i trelandskampen i Amsterdam. Og året efter var han med otteren til regatta i Berlin.

I 1969 var Svend med til at vinde over en universitets otter fra Cambridge (der var årets vinder af matchen Oxford mod Cambridge), da der var arrangeret et otterløb i Aalborg, fra Limfjordsbroen til tunnelen, i forbindelse med indvielsen af Limfjords tunnellen. Og igen blev der vundet et toer m. styrmand løb på Bagsværd Sø sammen med Mogens.

I årene fra 1965 og frem til først i 70'erne var der en stor kapafdeling med Frank som træner. Ud over at træne 7 gange om ugen i sæsonen, blev der også tid til fælles biografbesøg og søndagsudflugter til nordjyske kroer, hvor kapperne havde en glubende appetit på tagselv kaffebordene.

Der var også tradition for at invitere hele flokken til fødselsdagskaffe hos hinanden. Vi boede alle stadig hjemme, så vore mødre stod for bagning af rå mængder boller, horn og lagkager.

Engang, da vi var på besøg hos Svend hjemme i villaen på Mølleparkvej, lykkedes det rokammeraterne at "time" rundsendingen af lagkagen således, at der netop ikke blev et stykke til Oluf, til stor fortrydelse for ham og for Svends mor, og selvfølgelig til stor morskab for os andre.

I begyndelsen af 70'erne spredtes holdene, og Svend koncentrerede sig om familieforetagendet "Handelstrykkeriet", og roningen blev lagt på hylden i en årrække.

I 2008 havde vi arrangeret et 40 års jubi-

læumstræf med alle fra landsholdsotteren fra 1968 i forbindelse med fødselsdagsfrokosten. Dette og en efterfølgende snak ved standerhejsningen med de gamle rosvende Oluf og Jens Fauerholt fik heldigvis lokket Svend til at ro igen. Og de ror stadig om tirsdagene, når de har tid.

Deltagelse i veteranotter-holdets årlige langtur på Mariager Fjord er det også blevet til flere gange.

Vel roet og stort til lykke.

Med rohilsen

Niels Erik Hofman

Fra redaktionen skal også lyde et stort tillykke til Svend Johansen med de 65 år.

Handelstrykkeriet - i dag Prinfoaalborg har helt tilbage fra tiden i Bleggårdsgangen, hvor Svends far Eigil Johansen, der selv var inkarneret AR - roer, sad ved roret og frem til i dag på Lyngvej, støttet Aalborg Roklub på forskellig vis. Der er stadig gamle kaproere, der kan huske tilbage til 60'erne, hvor kapfonden tjente penge ved at folde 70.000 tryksager ved håndkraft for Handelstrykkeriet. Fra nyere tid skal fremhæves de smukke 100 års - og 125 års jubilæumsskrifter, bogtryk - når det er bedst, der selvfølgelig er blevet til under Svends kyndige vejledning. Uden væsentlig økonomisk støtte fra Prinfoaalborg havde det ikke været muligt for Aalborg Roklub, at udsende medlemsbladet med det udstyr og farver som vi kender i dag.

Stort tillykke til Svend fra AR's redaktion



ANTON LASSENS EFTF. A/S MALERFIRMA



Garanti for kvalitet



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



■ at Kristian Sloth blev mødt med denne velkomst og lykønskning fra bestyrelsen, da han gjorde sin entre i forhallen efter den flotte indsats ved DM i letvægts single sculler.

■ at ved tidligere roklubejer John Terp's 70 års fødselsdag blev der til morgenseancen, serveret rå spegesild og øllebrød med flødeskum. Det bekom flere af de gamle rosvende rigtig godt. Robladet bringer derfor opskriften, der er fundet i den første danske trykte kokebog, nemlig "Kokebog for soldater i felten" fra 1864.

Opskriften lyder således: Et pund rugbrød skæres i stykker, og sættes i blød i 1 liter vand natten over. Den sættes derefter over ilden og spædes op med 2 liter godt øl. Det koger med låg på og uden at omrøres i ca. 1 time og herefter røres der af og til indtil rugbrødet er udkogt, hvorefter det gnides mod et dørslag. Øllebrøden sættes over ilden for at få et opkog med sukker og lidt salt evt. korender. Hertil spises spegesild og fløde, som enhver kan komme i sin tallerken efter behag.

For at undgå den sædvanlige kritik fra GAR, af de traditionelle blødkogte æg, der sjældent er nogen succes, havde John drop-pet dem. Her anviser soldatens kokebog også

en sikker metode på hvordan man tidsmæssigt koger et æg rigtigt - syng den populære vise: "Dengang jeg drog afsted", efter sidste vers er ægget blødkogt!

■ at verdens hårdeste ro - match foregår fra de Kanariske øer og tværs over Atlanten og til de Carabiske øer, en strækning på 2.900 engelske mil. En engelsk mile er 1609 meter. Robådene er typisk 7 meter lange og mindre end 2 meter brede. Der er 4 roere ombord og de tager efter skift en tårn på 2 timer. Romatchen, der kaldes "Talisker Whisky Atlantic Challenge" blev i 1966 roet på 92 dage. I 2011 roede vinderne turen på lidt over 40 dage og besejrede nr. 2 med mindre end en halv time.

■ at Erik Myrholm stærkt overvejer at lade sig immatrikulere på Aalborg Universitet. Baggrunden er, at med den ros han fik af universitetsotterens træner forleden - øjner han en chance for at komme på universitetsotteren ved Aalborg Regattaen 2014.

■ at Aalborg første sejr i rosportens flagskib "Otteren" skete i Løgstør i 1930. Mandskabet bestod af: Købmand Erik Hofman (Far til Hof), K. Dinesen (Kaldet Dinesen Langtag), Ras Rasmussen (Skipper Clement Magasin), H. Jensen, J. Bentsen, Poul Jørgensen (Kendt fra Admiralholdet), Arnold Larsen (Smækker), R. Bendt og K. Steensen. Klubbens seneste sejr var ved Copenhagen Harbour Race som omtalt andet steds i bladet.

■ at at projekt 888 er stærkt medvirkende til, at gennemsnitsalderen i Aalborg Roklub har taget et dyk. Allerede fra kl. 6.30 om morgenen og til sent på aftenen møder vi studenterroere i klubben. Herlige unge rosportsmænd, der bemander vore gigbåde og outriggere. I saunaen oplever man helt international stemning. Jonas fra Vrå, Logan fra New Zealand, Theis fra Hillerød, Szymon fra Polen og Gorm fra Holstebro m. m. fl.. Det bliver rigtig spændende at se, hvorledes disse unge gutter vil præge klublivet og kaproningen fremover. Stor cadeau til Bjarne, der adskillige gange om ugen hopper i bilen før fanden får sko på, kører mange kilometer og er klar til at gå på fjorden kl. 6.30 med alle de nye rosvende.



Undgå ventetid
- bestil tid

9812 8699

9812 8284

FRISØR

Lassen & Eriksen



Vingårdsgade 17 · 9000 Aalborg www.lassen-eriksen.dk



NØRRESUNDBY BANK

- en ordentlig bank

Gå i banken via mobilen

til iPhone og Android

Hent den gratis i App store eller Android Market



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

**POST****B****PP**

DANMARK

**strøm
HANSEN****strømHANSEN****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:

Kronaldvej 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.***Redaktionen ønsker alle en god jul...**

Returadresse: Aalborg Roklub . Søsportsvej 8 . 9000 . Aalborg