

# Referat fra styremøte 23/8-18 kl 1930:

## Tilstede:

Rolf Hustad  
Sissel Lothe Høvik  
Eirik Vevatne  
Mattias Haugland  
Dagny Kvitingen  
Gitle Lunde  
Tore Grindevoll  
Thorbjørn Sperrevik Hansen

## Ikke tilstede:

Erik Vaktskjold

## Saksliste:

1. Referat fra forrige møte  
Godkjent
2. Status rosje  
Eirik orienterte om aktiviteten, se vedlegg til referat
3. Status leder  
Intet spesielt
4. Status materiell forvalter  
Brygge nesten ferdig, fortsetter til uken. Skal være ferdig før OsTri
5. Status kasserer  
Ca 60 på bok, men store utgifter med forsikring.
6. Søke om midler til 4x SR-Bank  
Ny pris fra Svein på en 4x/4-
7. Søke om midler til vektrommet gulv og multiapparat og årer
  - Pris fra concept2
  - Pris på multiapparat
  - Pris på vekt rom gulv
  - Vekter til vektstang
8. Planlegge Ulvenregattaen  
Gjennomgang av kjøreplan for regatta:  
  
Se vedlegg Kjøreplan Ulvenregattaen 2018
9. Plan for høsten, overordnet. Videreføres til styremøte etter regatta.
10. Evt

Neste møte: Ikke satt. Tas ad hoq.

Møtet hevet.

Rolf Hustad  
Leder Os Roklubb

## Rosjef innspill til styremøte 23.8-2018 Os Roklubb

- Baltic uttak 2018:
  - o 3. pl i 4x lørdag og søndag
  - o 4. pl i 2x lørdag og søndag.
  - o Er fornøyd med innsatsen til våre utøvere. Mannskapet i båten hadde bare to turer sammen før regattaen. Pga tid mellom løpene søndag ble det avgjort at de skulle satse på kraftsenterbåten 4x søndag. 2x løpet ble brukt som en gjennomkjøring og oppvarming.
- Satsing mot Baltic/Nordisk til neste år:
  - o Det blir muligens et annet mesterskap istedenfor Baltic cup 2019
  - o Det kommer mest sannsynlig til å bli satset på Nordisk og ikke U19VM/EM.
- JB satsning framover:
  - o Jeg må avgjøre hva vi skal satse på når det gjelder JB gutta våre. Vi kan ikke favne over alle disipliner.
    - 8+
    - 4x
    - 4-
    - 2x
    - 2-
    - 1x
  - o Treningsbelastning:
    - Kondisjon
    - Styrke
    - Ro teknikk
  - o Vi får tre JB jenter til neste år. Vi må her også avgjøre hva vi skal satse på:
    - 2x
    - 1x
    - Kraftsenter? (i første omgang Marie)
  - o Vi får muligens 6 JC utøvere til neste år. Vi må se på hvilke båttyper som er hensiktsmessig å fokusere på.
    - Store lagbåter
    - 2x
    - 1x
  - o JD/nybegynner
    - Vi vil ha 1 JD utøver neste sesong,
    - Det kommer en ny gutt høst 2018
- Treningssamlinger
  - o 9.-11. nov 2018 Ro-samling på Nordåsen (LE og Erik)
  - o 23.-25. nov Strandebarm
  - o Romjulsamling TIS
  - o KS felleksamlinger utover vintersesongen 2018/19, muligheter for fellestesting i testukene.
- Godtgjørelse for LE og Mikal sin innsats som hjelpetrener i ro sesongen 2018/19 og inne sesongen 2019 (Vi har 5000,- hos Adidas som vi kan bruke, det koster oss ingen ting)
- Trenerforum 2018 12.-13.oktober 2018 (siste helg i høstferien). Har meldt meg på.
- Trener 1 kurs 2018/19. Vi har ingen som er klar for dette.
- Trener 1 2019720

- LE
  - Mikael.
- Trener 2 2019/20
  - Eirik
  - Rolf?
- Treningsutstyr:
  - Spinning sykler, 3 nye (kjøpt for kr 500 pr stk. tot kr 1500,-. Verdi kr 18000,-)
  - Stepp kasser, 10 nye, (kjøpt for kr 100 pr stk. tot. Kr 1000,- Verdi kr 14990,-)
- Ombygging av treningsrom:
  - Os VGS bygg avd.
- Giveaways UM:
  - Solbriller fra Garo (34 stk til UM mesterne)
  - Luer fra Sport Norge (Alle deltakere?)
  - Drikkeflaske fra SPV (Alle?)
  - Div. fra Tufte
  - Div. fra Concept 2
- Logo NR til pokal UM mesterene OK Rolf har fått oversendt LOGO i mail
- KM 2018 deltakere
  - LE
  - Eivind
  - Erik
  - Marie
  - Linea
  - Andrea
  - Matilde
  - Marius
  - Linn Kristin
  - Lars Emil
  - Emil
  - Eirik
  - Lisbeth
- UM/Ulvenregatta
- NM, Årungen
  - Deltakere
    - LE
    - Erik
    - Bård
    - Sigurd
    - Erling
    - Arne
    - Matias
    - Amund?
    - ++
    - Stroke 8+?
  - Båter som stiller til start i NM:
    - 8+
    - 4x Erling, Arne, Sigurd, Bård, Matias
    - 2x Erling og Arne i HS, Erik og LE i HJA

- 1x, Erik JA og LE i JB
- Lokalitet for trening inne om onsdager. Hallplass på Kuventræ fra kl 18 til kl20:30
- Foreldremøte før inne sesongen.
  - o Hvor lenge ror vi på vannet?
  - o Treningstider.
    - Mandag kl 18:00 til kl 21:30
    - Tirsdag fra kl 19:00 til kl 21
    - Onsdag fra kl 18:00 til kl 21:30 /18:00 til 20:00
    - Torsdag fra kl 15:15 til 16:30 / 20:00 til 21:30
    - Fredag fra kl 15:15 til kl 16:30?
  - o Trenersituasjonen.
  - o Spising etter trening for å starte restitueringen.
  - o Testing høst, vinter, vår 2018/19
  - o SPV ønsker å komme og informere om seg og sitt



**OS ROKLUBB**  
Postboks 381  
5208 OS  
Org nr.: 984.016.786

## Kjøreplan for gjennomføring av Ungdomsmesterkap 2018(Lørdag) og Ulvenregattaen 2018(Søndag) for Os roklubb

Ansvarsområde:	Kontaktperson:	Mobil nr.:	Epost:
Stevneleder	Rolf Hustad	995 48 552	<a href="mailto:rolf@mkdok.no">rolf@mkdok.no</a>
Sekretariat	Sissel Lothe Høvik	928 11 616	<a href="mailto:slo@os-ho.kommune.no">slo@os-ho.kommune.no</a>
Måltårn	Erling Holst Øyasæter Arne Hadler-Olsen	994 48 934 938 90 509	
Dommer- og følgebåter	Eirik Vevatne	412 32 087	
Båthall	Mattias S Haugland	413 75 347	
Kioskdrift	Dagny Kvittingen	915 22 359	
Parkering	Einar Vevatne	917 92 633	
Førstehjelp/legevakt	Anne Turid Bjørnevik?	?	

### Forarbeid:

Oppgave	Frist	Innhold	Ansvar
Stevnesøknad	Året før stevnet er planlagt.	Styret sender inn søknad for gjennomføring av rostevne til Roforbundet	Leder/sekretariat
Invitasjon	Lagt ut på Sportsadmin	legge inn invitasjon (med middag fredag) på Roforbundet sine sider	Sissel
Legge ut baner	April/mai	Dugnad med utlegging av 7 banestrek	Mattias
Informasjon til medlemmer	27/8-17	Info om stevnet til alle foreldre Sende ut vaktlister på kioskvakt og andre oppgaver	Leder/ Kiosk ansvarlig
Søke om støtte/sponsormidler	Minst 3 mnd før	Søke om støtte til innkjøp av: - pokaler og medaljer til kommunen - sponsormidler frå Lerøy - sponsormidler frå Bama - sponsormidler frå Tine - sponsormidler frå andre	Styret
Innkjøp av utstyr/materiell	Minst 3 mnd før	Telle opp varebeholdning på pokaler og medaljer, bestille inn det som mangler av materiell til stevnet	Sekretær Leder, pokaler bestilt RH

Leieforhold	Minst 3 mnd før	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Leie kantina på skolen til pizzakveld</li> <li>- Lån av lydanlegg</li> <li>- Leige Lunde barneskole og Røde kors huset til overnatting</li> <li>- Leige inn speaker</li> </ul>	<p>Styret</p> <p>Gitle Sissel ok</p> <p>Tore Kleppe</p>
Kjøreplan	1 mnd før	Sette opp kjøreplan til stevnet	Leder
Fordele ansvarsområde	1 mnd før	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ansvarlig for måltårn</li> <li>- ansvarlig for følgebåter og dommerbåter</li> <li>- ansvarlig for båthall</li> <li>- ansvarlig for båthall</li> <li>- ansvarlig for kioskdirift</li> <li>- førstehjelp/legevakt</li> </ul>	Leder/styret
Informasjon	1 mnd før	Informere krossklubben Ulven leir Media Nettsider/Facebook	Styret/Sissel Tore Eirik Rolf
Kioskdirift	1 mnd før	Planlegge innkjøp Sette opp vaktlister Vekslepenger	Leder Dagny Leder
Diverse	1 veke før	Slå graset før stevnet Sivet ved Ulven må fjernast Banane må rettast opp Rydde ute og inne	Materialforvalter Dugnad på Lørdag før OsTri

### Stevnedager:

Oppgave	Frist	Innhold	Ansvar
Lagledermøter		<p>Legge til rette for lagledermøte</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Deltakerlister</li> <li>- Funksjonærlister</li> <li>- Kiosken lager til mat/drikke/kaffe til møtet</li> </ul>	Leder Sekretariat Kioskansvarlig
Oppgaver ute		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Det må og settes opp vimpel ved avkjøringen i hovedvegen</li> <li>- Parkeringsvakt fredag</li> <li>- Skilt med inn og ut ved landgang må på plass</li> </ul>	Materialforvalter
Oppgaver inne		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Salg av middag fredag ettermiddag</li> <li>- Få påmelding til pizzakveld i kantina på skolen og bestille pizza fra flere leverandører lørdag formiddag</li> </ul>	Kioskansvarlig

Sekretariat		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ansvarlig for resultatlistene på vegg ute</li> <li>- Oppdatere speaker</li> </ul>	Sekretariat
Premieutdeling		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lørdag etter konkurranse</li> <li>- Søndag etter hvert heat</li> </ul>	Leder
Kioskdrift		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kiosk ansvarlig sjekker at det er nok varer</li> <li>- Toaletter og garderober skal ryddes/sjekkes ofte</li> </ul>	Kiosk ansvarlig

### Etterarbeid

Oppgave	Frist	Innhold	Ansvar
Rydding		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fellesdugnad for alle medlemmer å rydde på plass etter stevnet</li> </ul>	Leder
Etterarbeid/ stevnerapport			
Regnskap			