

Östra Roddistriketsförbundet



Årsmöte

23 februari 2023

klockan 18:00

Innehållsförteckning

Röstlängd.....	5
Kallelse.....	6
Årsberättelse 2022	8
Inledning.....	8
Förbundets syfte och arbetsordning	8
Övergripande rapporter	8
ÖRDF:s engagemang inom SR.....	8
Regional elitidrottsplan	9
Media och kommunikation.....	9
Att organisera distriktets administration på ett rationellt och hållbart sätt och se över alternativa lösningar för detta	9
Ta fram ett regionalt kalendarium för distriktets verksamhet.	9
Alkoholpolicy som gäller för distriktets verksamhet (tävlingar och övriga arrangemang)	9
Att kommittéerna arbetar fram mätbara målsättningar aktiviteter för sina områden	10
Att ta fram ÖRDF:S utvecklingsresa mot 2025 som stöd i detta används strategidokumentet svensk rodd 2025 .	10
Att få i gång en ungdomskommitté för att stötta regionens ungdomsverksamhet	10
RF SISU distriktets arbete.....	10
Kommittérapporter	11
Tävling	11
Farstarodden med SM och JSM.....	11
Distanskapprodden, Waxholm AR och Kortdistansen	11
Head of Fyris.....	12

Bajen Rowing Race	12
Brunnsviken Bouys	12
Mellan Broarna	12
Ro-slagsloppet	13
Student	13
Bredd och motion	13
Ungdom	14
Utbildning	14
Magelungen drift	14
Magelungen utveckling	14
Klubbrapporter	15
Akademiska Roddföreningen.....	15
Hammarby Roddförening	15
Lidingö Roddklubb	16
Norrköpings Roddklubb	17
Sigtunaskolan Humanistiska Läroverk	17
Norrtälje Roddförening.....	17
Stockholmspolisens IF	18
Stockholms Roddförening	18
Uppsala Akademiska Roddsällskap	20
Vaxholms Roddförening	20
Kassörens rapport.....	21
Slutord	21
Bilagor till årsberättelsen.....	22
1: Ekonomisk berättelse	22

Revisionsberättelse.....	23
Verksamhetsplan med ekonomisk plan för det kommande verksamhets-, och räkenskapsåret	25
Verksamhetsplan 2023	25
Budget 2023	29
Medlemsavgift för det kommande verksamhetsåret	30
Propositioner och motioner	31
10.a Proposition angående ändring av stadgan 2kap §5 pkt 14 (Val av valberedning) samt 3kap §1 (Valberedningens sammansättning).....	31
10.b Inga motioner finns inlämnade.....	31
Valberedningens förslag till årsmötet 2023.....	32
Appendix.....	33
A: Landslagsverksamhet	33
B: Årsmötesfullmakt	34



Röstlängd

Organisationsnamn	Organisationsnummer	RF-nr	E-post	Antal personer	Antal män	Antal kvinnor	År 0-6	År 7-12	År 13-20	År 21-25	År 26-40	År 41-60	År 61-	Röstlängd
Akademiska Roddförening	802008-9556	12947	info@akademiskarodd.se	163	91	72	0	0	1	25	96	25	16	3
Hammarby IF Roddförening	802407-3408	34800	info@hammarbyrodd.se	216	120	96	2	3	12	10	81	65	43	3
Lidingö Roddklubb	802416-2268	4150	info@lidingoroddklubb.se	89	34	55	0	2	25	3	6	40	13	2
Norrköpings Roddklubb	825000-3376	12957	fredrick.hjelm@holmentimber.com	35	28	7	0	0	0	5	9	9	12	1
Norrtälje Roddförening	814400-7294	12949	ordforande@norrtaljerodd.se	73	43	30	0	2	22	8	8	20	13	2
Sigtunaskolans Human Lärov. IF	802451-7909	24619	thomas.persson@sshl.se	12	8	4	0	0	9	0	1	2	0	1
Stockholms Roddförening	802010-2417	12948	ordforande@stockholmsroddforening.se	294	185	109	0	6	54	20	63	104	47	3
Stockholmspolisens IF Roddförening	802443-4147	42039	spifrodd@gmail.com	61	33	28	0	1	9	5	11	27	8	2
Uppsala Akademiska RS	817606-2894	31847	ordforande@uars.se	120	63	57	0	0	2	25	63	29	1	3
Vaxholms Roddförening	812000-0883	4346	ordforande@vaxholmsrodd.se	116	78	38	2	4	13	6	15	32	44	3
				1179	683	496	4	18	147	107	353	353	197	23

4 § Rösträtt

Rösträtten vid RDF-möte bestäms genom röstlängd som har upprättats av SRs förbundsstyrelse att gälla från och med den 1 juli – 30 juni.

Röstlängden upptar de föreningar som senast den 30 april har fullgjort sina stadgeenliga förpliktelser mot SR samt de förpliktelser mot RDF som kan ha bestämts av RDF-mötet. Röstlängden gäller oförändrad till dess ny röstlängd har tillställts RDF.

Varje röstberättigad förening har röstetal enligt följande:

Förening	3 – 50 medlemmar	1 röst
	51 – 100	2 röster
	101 –	3 röster

Fullmakt se appendix B

Kallelse

Östra Roddistriketsförbundets årsmöte den 23 februari 2023 klockan 18:00

Plats: Stockholms Roddförening, Lidovägen 22.

Årsmöteshandlingar, publiceras på vår hemsida senast den 15 februari 2023. Förhandsanmälan kan göras till per.lundberg@lillsved.se

Efter årsmötet serveras Persisk buffe. För ÖRDFs styrelse och valda ombud är mat och dryck gratis. För övriga deltagare är priset 50:- per person.

Dagordning årsmöte 2023

1. Upprop och fullmaktsgranskning samt fastställande av röstlängd för mötet på grundval av den röstlängd som Svenska Roddförbundets förbundsstyrelse har upprättat för Östra Roddistriketsförbundet.
2. Fastställande av föredragningslista för mötet.
3. Fråga om mötets behöriga utlysande.
4. Val av ordförande för mötet.
5. Val av sekreterare för mötet.
6. Val av två protokolljusterare samt erforderligt antal rösträknare.
7. Behandling av verksamhets- och förvaltningsberättelser:
 - a. ÖRDF-styrelsens verksamhetsberättelse för det senaste verksamhetsåret
 - b. ÖRDF-styrelsens förvaltningsberättelse för det senaste verksamhetsåret.
 - c. Revisorers berättelse för samma tid.
8. Fråga om ansvarsfrihet för ÖRDF-styrelsens förvaltning.
9. Behandling av förslag till ÖRDF:s verksamhetsplan med ekonomisk plan samt fastställande av eventuell årsavgift till ÖRDF.
10. Behandling av motioner och propositioner.
 - a. Proposition angående antal ledamöter i valberedningen
 - b. Inga motioner är inlämnade
11. Val av ordförande i ÖRDF, tillika ordförande i ÖRDF-styrelsen för en tid av 1 år.
12. Val av ledamöter och suppleanter
 - a. Beslut och fastställande av antal ledamöter och suppleanter i styrelsen.
 - b. Val av resterande styrelseledamöter för en tid av 2 respektive 1 år enligt 5 kap 1§.
 - c. Val av en till fyra suppleanter till styrelsen för en tid av 1 år.
13. Val av en revisor och en revisorssuppleant med uppgift att granska verksamhet, räkenskaper och förvaltning inom ÖRDF för en tid av 1 år.
14. Val av ordförande och en ledamot i valberedningen för en tid av 1 år.
15. Beslut om val av ombud och erforderligt antal ersättare till SR:s förbundsmöte.
16. Beslut om val av ombud och erforderligt antal ersättare till DF-mötet.
17. Övriga frågor
 - Avtackning
 - Intervju med våra världsmästare

Välkomna

Årsberättelse 2022

Inledning

Styrelsen för Östra Roddistriketsförbundet lämnar följande berättelse över förbundets verksamhet för perioden från den 1 januari 2022 till den 31 december 2022.

Styrelsen, som under året genomfört 6 protokollförda sammanträden, har bestått av:

Eli Zlotnik	ordförande
Anna Rosengren	vice ordf
Patric Hörner	kassör
Kim Andersson	sekreterare
Oliver Degerstedt	ledamot
Per Hallmén Lundberg	ledamot
Anders Joelsson/Hanna Pingry	ledamot
Petter Ljungström	ledamot
Jan Knejp	ledamot
Charlotte van der Vlist	ledamot
Anna-Luisa Volk	ledamot
Malin Asplund	suppleant
Hammarstrand	
Andrea Benfenati	suppleant
Emma Söderman	suppleant

Övriga av årsmötet valda funktionärer har varit:

Rolf Bergström	revisor
Kerstin Hamrin	revisorssuppl.
Kristin Persdotter	ordf i valberedningen
Bjarke Rosenberg	ledamot i valberedningen

Förbundet representerades vid Svenska Roddförbundets årsmöte den 27 mars 2022 av Eli Zlotnik.

Förbundets 10 medlemsföreningar hade den 31 december 2022 totalt 1179 medlemmar (496 kvinnor och 683 män). Motsvarande siffror föregående år var 1452 medlemmar (596 kvinnor och 856 män).

Förbundets syfte och arbetsordning

Förbundets syfte är att:

- Skapa bästa möjliga miljö för roddsportens verksamhet och utveckling i distriktet.
- Stötta medlemsföreningarna i deras verksamhet.
- Arrangera nationella och regionala tävlingar i samarbete med medlemsföreningarna.

- Representera roddsporten inom regionernas idrottsförbund.
- Synliggöra roddsporten inom distriktet.
- Driva och utveckla distriktets gemensamma roddanläggning Magelungen.

Styrelsen sammansätts av ledamöter från medlemsföreningarna i distriktet. Ledamöterna har ansvar för att ärenden som sina föreningar vill lyfta inom ÖRDF kommuniceras till styrelsen eller berörd kommitté. I likhet med detta ska beslutsunderlag delges och synpunkter på dessa inhämtas av representanterna.

Distriktets verksamhet drivs av kommittéerna där medlemsföreningarna är representerade och delaktiga i de kommittéer som respektive föreningen har nytta av. Kommittéerna arbetar med respektive kommittés uppdrag utifrån distriktets syften. Kommittéernas verksamhet ska ha koppling till vilka frågeställningar och inriktningar medlemsföreningarna ställer.

Övergripande rapporter

ÖRDF:s engagemang inom SR

Distriktet har under året haft ett antal förtroendevalda och ideellt arbetande medlemmar i Svenska Roddförbundets organisation. Dessa personer bidrar med ideell kraft till sportens verksamhet och utveckling.

Detta är distriktet tacksamma för då det även skapar kontaktytor mellan SR och ÖRDF som gagnar distriktets medlemmar.

- Anders Joelsson, Ordförande i SR styrelse
- Henrik Nilsson, ledamot SR styrelse
- Karl Johan Lindholm, ledamot SR styrelse
- Eli Zlotnik, försäkringsansvarig SR
- Mikael Borgh, SR landslagsverksamhet
- Thomas Lindberg, SR landslagsverksamhet
- Henrik Persson, SR landslagsverksamhet
- Conla Edwards, SR landslagsverksamhet
- Per Hallmén Lundberg, SR Utbildningsansvarig och Ordförande SR valberedning
- Kenth Nordh, domare i SR
- Jim Ramsey, domare i SR
- Daniel Svenér, domarkandidat i SR
- Jörgen Winnberg, domare i SR



- Emma Söderman, domarkandidat i SR

Regional elitidrottsplan

Uppstarten av tränarrådet har försenats på grund av corona och brist på ideell kraft. Arbetet kommer att fortsätta under 2023 men då med lite förändrat innehåll.

Uppdraget för tränarrådet är att de ska arbeta med:

- Utveckling av regional elitidrottsplan som stöd till distriktets elitroddare. Innehållande regionalt roddcentrum avseende; tränarstöd, utvecklande prestationsmiljö, stöd till dubbla karriärer.
- Utformning av ett gemensamt tränarstöd till distriktet (distriktstränarfunktion).
- Stöd till ledare och tränarrekrutering till medlemsföreningarna
- Att inrätta tränarråd i syfte att arbeta med utveckling av regional elitidrottsplan som stöd till distriktets elitroddare.

Media och kommunikation

Östra RDFs instagram tuffade på starkt även under 2022 och får fortsatt uppskattning både inom och utanför Sveriges gränser. Även vårt Facebook-konto rullade på i lagom takt. Under mars lade vi ut en informationsserie om alla våra tio föreningar och klubbar för att visa på vilka vi är. Denna togs emot väldigt bra.

Under Q2 2022 utlyste vi en tävling för att ta fram en ny regattaposter. Denna vanns av Rosanna Russell (Hammarby IF Rodd) och har använts flitigt under bland annat Farstarodden.

I december lade vi ut en mindre intervjuiserie på vår hemsida där några av våra föreningars nybörjare fick berätta lite om hur var när och varför de hamnade i roddvärlden. Små stora intervjuer med våra roddare är ett fortsatt bra och kul komplement mot övrig roddinformation.

Farstarodden och SM/JSM 2022

Resultat och bilder på medaljörerna från målbryggan gick upp på sociala medier direkt efter avslutat lopp. Detta år testade vi även på live-sändning via YouTube som gick bra. Den snabba rapporteringen vid målbryggan samt livesändningen var mycket uppskattad av de som inte var på plats.

Vi vill ge ett stort tack till Lem Severein och Malin Asplund-Hammarstrand som var motorn i livesändningsmaskineriet. Vi passar även på att tacka alla som hjälpte till med sina egna mobiler från båtar och bryggor för att få till sändningen på bästa möjliga sätt.

Att organisera distriktets administration på ett rationellt och hållbart sätt och se över alternativa lösningar för detta

Styrelsen har under ledning av Anna-Luisa Volk och Emma Söderman organiserat styrelsens administration till en plattform. Under 2023 är målet att styrelsen samt andra arbetande i organisationen ska använda plattformen.

Ta fram ett regionalt kalendarium för distriktets verksamhet.

Arbetet har fortskridit men vi är inte i mål med aktiviteten. Under året har vi hänvisat till SR:s regattakalender. Under 2023 så kommer en ny hemsida med bättre funktionalitet byggas upp och där kommer kalenderfunktionen vara på plats.

Alkoholpolicy som gäller för distriktets verksamhet (tävlingar och övriga arrangemang)

Denna aktivitet har inte genomförts och förs över till 2023. I det fortsatta arbetet så är det tänkt att vi tar stöd av SR om vilket stöd som finns inom RF/SISU samt att samla ihop exempel på alkoholpolicys från andra verksamheter.

Att kommittéerna arbetar fram mätbara målsättningar aktiviteter för sina områden
I framtagandet av verksamhetsplanen 2022 har styrelsen arbetat med att även göra de övergripande aktiviteterna mätbara. Syftet med detta är att vi kan arbeta på ett mer strukturerat sätt med aktiviteten samt att vi på ett bättre sätt kan utvärdera respektive aktivitet.

Att ta fram ÖRDF:S utvecklingsresa mot 2025 som stöd i detta används strategidokumentet svensk rodd 2025

Styrelsen bjöd in medlemsföreningarna till ett samkväm med utbildning inom jämställdhet. Till detta hade vi tagit fram ett program i samverkan med RF/SISU Stockholm. Intresset från föreningarna var lågt och vi fick ställa in aktiviteten. Arbetet kommer att fortsätta under 2023, detta kommer att utveckla distriktets verksamhet internt men även att vi samverkar med SR och den utveckling som sker av sporten nationellt.

Att få i gång en ungdomskommitté för att stötta regionens ungdomsverksamhet

Vi har inte lyckats starta upp någon ungdomskommitté under året. Vi har relativt få yngre ungdomar som rör i distriktet (junior C-D). Däremot är det fler i junior (A-B) samt U23-25. Ungdomskommittén behöver utformas så att vi kan styra verksamheten utifrån de olika gruppernas behov och villkor i åldersspannet 10–25 år.

Bygger vi upp verksamheten utifrån detta upplägg kan vi utveckla ungdomsrodden och få den att växa inom distriktet. Vi kommer att fortsätta med denna aktivitet 2023 och här behöver föreningarna samlas kring detta.

Vi har genomfört en rad ungdomsaktiviteter i distriktet. Distriktet bjöd in föreningarna till ett roddläger på Magelungen i augusti, vi bjöd även in NRDF:s föreningar till detta. Avesta roddklubb deltog med aktiva och ledare. Lägre samlade ca 15 ungdomar. Ledare för lägre var Emma Andersson UARS/SHLR/SR samt Noel Engelhart och Johanna Rossman från SRF.

RF SISU distriktens arbete

ÖRDF har en tät dialog med de idrottsdistrikt som våra medlemsföreningar tillhör. Detta är viktigt för finansiering samt att bidra till deras arbete. Nedan kan du läsa om respektive distrikt och vad de har för fokus i verksamheten.

RF SISU Sörmland

Vårt uppdrag är att stödja, företräda, leda och samordna idrottsrörelsen i gemensamma frågor på regional och lokal nivå. Verka för och bidra till idrottens utveckling genom folkbildning och utbildning i idrottsföreningar och specialidrottsdistriktetsförbund.

Till RF-SISU Sörmlands uppgifter hör att:

- vara idrottsrörelsens studieförbund och utbildningsorganisation.
- stimulera lärande.
- främja, utveckla och samordna idrottsverksamheten.
- ta tillvara idrottens intressen och se till att idrottens roll i samhället utvecklas.
- arbeta med idrottsservice, intressepolitik och idrottsutveckling.
- fördela vissa anslag till idrottsrörelsen.
- verka för att bevara det idrottshistoriska arvet.
- stärka engagemanget och utveckla idrottsverksamheten.

RF SISU Stockholm

Coronapandemin har lett till att många barn och unga, ledare och andra eldsjälar har lämnat idrotten och att engagemanget i föreningarna har minskat. Målet framåt är att kraftsamla och accelerera utvecklingsarbetet för en inkluderande idrott, hållbara föreningar och ett starkt ledarskap i enlighet med Strategi 2025. Återstartsstöden ska bidra till återstart och användas till särskilda insatser som ger långsiktig utveckling av verksamheten i föreningarna.

RF SISU Uppland

Den förändring idrottsrörelsen vill uppnå med strategi 2025 kan sammanfattas med "från triangel till rektangel". Med ambitionen att vara en rörelse för livslångt idrottande behöver det traditionella synsättet förändras där

idrottsrörelsen kan illustreras som en pyramid med en bred bas som utgörs av barn- och ungdomsidrott och en spetsig topp i form av elitidrott.

Förändringen innebär att alla oavsett ålder och ambitionsnivå har möjlighet att idrotta i förening under hela livet. I den förändrade idrottsrörelsen finns en koppling mellan bredd- och elitidrott men verksamheten kompletteras med en utvecklad verksamhet för människor under hela livet. Den nya idrottsrörelsen kan illustreras som en rektangel. Utveckling kännetecknas av: så många som möjligt, så länge som möjligt i en så bra verksamhet som möjligt.

RF SUISU Östra Götaland

Distriktet verkar som en gemensam stödorganisation med uppgift att i första hand stödja SDF och föreningar. Och ska inspirera idrottsförbund och idrottsföreningar till utveckling och ge stöd och service som är efterfrågad och av hög klass.

Vi företräder idrotten i för idrotten viktiga frågor, leda det regionala intressepolitiska arbetet och kommunicera idrottens samhällsnytta. Vi verkar nära idrotten stöder föreningarna i strävan att nå idrottsrörelsens (Riksidrottsförbundet och SISU Idrottsutbildarna) visioner - Svensk idrott - världens bästa och Idrottsrörelsens folkbildning - världens bästa.

Kommittérapporter

Tävling

Uppdrag inom distriktet:

- Upprätthålla kompetens och utrustning för att möjliggöra tävlingsverksamheten i distriktet.
- Särskilt uppdrag är att arbeta med förnygring av tävlingsorganisationen.
- Organisera och genomföra internationella, nationella och regionala tävlingar.
- Ansvarar för ansökningar för framtida tävlingar och arrangemang.
- Utveckla tävlingsverksamheten i distriktet.
- Utveckla onlinetävlingar inom ÖRDF och i detta samverka med övriga regattaarrangörer.

Ett stort tack till ÖRDF:s tävlingsorganisation som på ett kvalitativt sätt organiserar och

genomför tävlingar som resulterar i uppskattade arrangemang. Stort tack till alla medlemsföreningar som bidrar till att distriktet kan genomföra tävlingar året runt. Ett engagemang skapar ett livskraftigt distrikt.

Vi har under året tagit ytterligare steg i att förnygra tävlingsorganisationen. I detta arbete har vi säkrat upp överlämnandet av kompetens från tidigare ansvariga. Men vi får inte vara nöjda med detta ett fortsatt arbete i att söka upp och utbilda nya krafter till organisationskommittén.

Farstarodden med SM och JSM

Under tre hektiska dagar den 26-28:e augusti genomfördes SM, JSM samt Farstarodden på Magelungen. Det hela fortlöpte mycket bra utan större utmaningar. Tyvärr var Ågestagårdens kök och boende upptaget, så mat ordnades via café Bajen och logi ordnas på annat håll.

På söndagsmorgonen kom en enad domarkår in till tävlingssekretariatet och påpekte att ett oväder var att vänta efter lunch och önskade flytta fram starttiderna. Genom att snabbt kalla till lagledarmöte lyckades vi flytta och komprimera tävlingsprogrammet med nästan tre timmar. Tävlingen avslutades innan ovädet bröt ut och alla kom hem tre timmar tidigare, vilket var uppskattat efter tre dagar med tävlande.

Det krävs mycket kraft från föreningarna och dess medlemmar i distriktet för att anordna tävlingar av denna storlek. Allt från prisutdelare till båthållare samt all logistik som ska fungera på land och vatten. Ett supertack till alla som var med och var funktionärer under dessa dagar.

Distanskapprodden, Waxholm AR och Kortdistansen

Den 10:e september genomfördes den 112:e Distanskapprodden. Samtidigt genomfördes kustroddstävlingen Waxholm AR som växer år efter år.

Dagen började med kortdistansen med start på förmiddagen vilken samlade tre båtar. Kortdistansen är tävlingen för alla från nybörjare till erfaren roddare eller kanotist, och genomförs på Tallaröfjärden utanför Eriksö



Sjösportcentrum. Banan mäter 5,5 km och är utmanade då den innehåller kraftiga svängar med rundningar av ett antal "holmar" på fjärden.

På eftermiddagen låg åtta båtar på startlinjen vid Stora Sjötullen utanför Djurgården för att ta sig de 15 kilometrarna till Vaxholm. Startfältet bestod av fyra inriggare samt fyra kustroddbåtar.

Förutom deltagare från Stockholmsområdet var en roddare från Höganäs. Svaga vindar gjorde förhållandena fina men det var mycket vågor från båttrafiken som gjorde förhållandena tuffa, precis som det ska vara. Som arrangör vill vi tacka alla funktionärer samt alla roddare som gjorde denna dag till en toppendag.

Head of Fyris

Lördagen den 15 oktober 2022 anordnade Uppsala Akademiska Roddarsällskap (UARS) traditionsenligt Head of Fyris (HoF), ett 3 km långt headrace på Fyrisån i Uppsala. UARS Mix 8+ coxad av Emma Andersson noterades för den snabbaste tiden på banan (11:44.6) och försvarade titeln som snabbaste coxade båt (Johanna Anderssons Trofé).

Snabbaste nybörjarbåt och därmed vinnare av SJK Initio CUP blev Sigtunaskolan Humanistiska Läroverket (SSHL) IF Mix 4+ med cox Olivia Ellefors. Akademiska RFs damscullerfyra hade bästa procentuella resultat och fick tillsammans med resten av sina ARF kollegor under prisceremonin även motta Vikingaskeppet som slutsegrare av distriktsserien säsongen 2021/2022.

Totalt var det 58 roddare och coxar i 18 båtar från fyra olika ÖRDF klubbar, samt våra vänner från SAIF, som deltog i tävlingen.

Bajen Rowing Race

Vi var glada att efter två års pandemiuppehåll så var äntligen Bajen Rowing Race tillbaka. Fyra föreningar från distriktet deltog, och förutom Hammarby deltog roddare från Stockholms RF, Akademiska RF och Uppsala Akademiska RS.

I femkilometersloppet var det SRF på både första och andra plats, före Akademiska, Hammarby och Akademiska igen. I seniorloppet

över 11 km fick UARS på herrsidan lyfta Harry Franzéns vandringspokal för första gången sedan 2008. Och på damsidan fick ett Hammarby utan motstånd sin inteckning i Årstafruns vandringspokal för första gången på 15 tävlingar.

Brunnsviken Bouys

Den 22a oktober gick ARF's Brunnsviken Buoy Race (BBR) av stapeln, där deltagarna tävlade om att navigera runt flera bojar på den ca 4 km långa banan på så kort tid som möjligt. Dagen bjöd på utmärkta roddförhållandena med så gott som ingen vind och ARF bjöd traditionsenligt på pasta-buffet. Snabbast runt bojarna var ARFs herrar i 4x. Men helt enligt motton "It's the taking part that counts" belönades alla tävlande med en presentpåse som sponsrats av Axfood. Ett stort tack till alla deltagare och alla som hjälpte till med evenemanget.

Mellan Broarna

Banan sträcker sig från Djurgårdsbrunnskanalens mynning i Värtan genom Djurgårdsbrunnskanalen över Djurgårdsbrunnsviken till Djurgårdsbron, ca 3 km. Ett spännande lopp att genomföra för roddare inom Östra Roddistriktet. Regattan genomfördes i vackert men blåsig höstväder den 29 oktober 2022. Blåsten ökade under förmiddagen till 12–14 m/s. I det närmaste kuling. Detta gjorde att regattaledningen under pågående lopp beslutade att stoppa samtliga lag vid den nya Bernadottebron.

Klasserna 2x till 8+ samt inriggare representerades av 17 lag från ÖRDF:s distrikt på 56 anmälda slejdar.

Lagen startade en och en med ca 2 minuts mellanrum. Start och måltid noteras hos målet där lopptid ställs i procent av 2019 års standardtid i världen för respektive båtklass.

Regattans vinnare blir det lag med bästa procentsats i förhållande till ovanstående standardtid. En resultatprincip där olika båtklasser ställs rättvist mot varandra i samma lopp. Vinnare blev 2x HJA från SRF/ÖSS andra platsen togs av 4x DSA från ARF/SPIF med 2x DJA från VRF/HMD på tredje plats.

Tävlingsledaren vill än en gång tacka för deltagandet av många klubbar och deras roddare samt de funktionärer som bidrog till en sportslig och säker genomförd regatta. Inför 2023 är arbetet med att skapa en ny regatta redan igångt. SRF avser inbjuda till Mellan Broarna den 28 oktober 2023 med Bjarke Rosenberg som tävlingsledare.

Ro-slagsloppet

Loppet lockade 23 besättningar och genomfördes i härligt väder den 21 maj 2022.

Student

Gruppen har varit lite mer aktiv än föregående år och samverkade tillsammans med både SAIF och SR för att få till en efterlängtd Student-SM klass (D1x, H1x och Mix 2x) vid inomhusroddtävlingarna i Jönköping under våren.

Under sommaren gjordes misslyckade försök att organisera Student-SM klasser vid både Rysjöregattan samt Vätterregattan/Sprint SM men intresset från potentiella deltagare var svalt. Gruppen hoppas på en nytändning under 2023 då ny energi spreds inom ämnet Studentrodd vid Roddforum hösten 2022.

Bredd och motion

Uppdrag inom distriktet:

- Utveckla motionsrodden, breddidrotten rodd och masterrodd inom distriktet.
- Samordna tävlings, tränings och lägerverksamhet för distriktets motions, bredd och masterroddare.
- Bevaka och informera om motions, breddidrott och masterrodd inom distriktet.

Första året efter Pandemin och klubbarna har haft störst fokus på att komma i gång med egna aktiviteter.

Klubbarna i distriktet har fått besök från utländska klubbar. Christiania roklub kom redan i maj och gjorde dagsturer från Lidingö. I juni kom Århus roklub för att fortsätta sin resa till Helsingfors i Finland som de hade påbörjat 2020 men fick stoppa i och med Pandemin, de hade då rott från Århus till Stockholm via Göta kanal. Bland de besökande klubbarna fanns också ARA som gjorde en rundtur ända bort till Sandhamn.

Kontakter och turförslag har samlats in. Flera av de utländska klubbarna gjorde besök på flera klubbar i Stockholm. Bland annat Århus studenters roklub hälsade på hos Lidingö RK,



Hammarby RF, Akademiska RF och Vaxholms RF.

Breddveckan planerades som en långturs- och utbytesvecka klubbarna emellan. Breddveckans första aktivitet var en gemensam utflykt till Fjäderholmarna och veckan avslutades med Distanskapprodden, däremellan olika aktiviteter på ÖRDFs klubbar. Roddtur till Artipelag, gymträning, gemensam träning på vattnet och en äventyrsrodd bland Vaxholms historia fanns på schemat. Årets breddvecka blev ett försök i att organisera klubbarna och bjuda in andra klubbar till långturer och träning på annan klubb.



Intresset blev dock inte så stort som väntat även om planeringen var klar redan i maj. Vi tror att Breddveckan kan bli ännu bättre nästa år och även bjuda in utländska klubbar via NOR.

Norrköpings roddklubb kom genom återstartsstöd och provade Lidingös kustbåtar. Vi passade på att fika ute vid Elfviks strand och äta middag tillsammans i klubbhuset efteråt.

Ungdom

Uppdrag inom distriktet:

- Utveckla ungdomsidrotten rodd inom distriktet.
- Samordna tävlings, tränings och lägerverksamhet för distriktets ungdomsroddare.
- Bevaka och informera om ungdomsrodden Inom distriktet.

Under året har det inte varit så många gemensamma ungdomsaktiviteter inom distriktet. Vi saknar deltagare till kommittén och det får vi försöka att fylla på med under 2023.

I augusti arrangerade distriktet ett ungdomsläger på Magelungen.

Utbildning

Uppdrag inom distriktet:

- Samordna utbildningsaktiviteter inom distriktet.

Under året har viss utbildningsverksamhet genomförts. Ungdomsläget på Magelungen i augusti innehöll utbildningar inom roddteknik, utrustning, träningslära och HLR samt vattensäkerhet. Vi gjorde ett försök med att processleda föreningarna i distriktet inom värdegrundsarbete, jämställdhet och inkludering. Tyvärr fick vi ställa in detta då intresset var lågt.

Glädjande är att många föreningar har bedrivit roddskolor och läger med stort inslag av utbildning, detta är ovärderligt för att vår idrott ska kunna utvecklas och växa.

Magelungen drift

Uppdrag inom distriktet:

- Samordna drift, underhåll och träningsverksamheten på Magelungen.

Under året har Jan Berglund SRF och Tomas Eriksson HIF varit samordningsansvariga.

Under året har mindre reparationer (lagat trasiga tvärgående vajrar och den 250-metersmarkering som skadades i samband med saneringen av Magelungen hösten 2021) gjorts på banan under ledning av Tomas Eriksson. Mikael och Eskil Borgh har monterat den nya

bryggan och byggt en ramp för att fästa den i. Den nya bryggan har tagits upp för vinterförvaring i inhägnaden.

Idrottsförvaltningen/Läktarservice har under året reparerat bojekan (rosthål) och fästet för en av grindarna till inhägnaden.

De klubbar som använder Magelungen har även gjort löpande underhåll av anläggningen i övrigt. Då det i år inte fanns några allmänna toaletter på området så hyrde distriktet en bajamaja som stått i inhägnaden. Båtplatserna i tältet har fördelats mellan de tre klubbarna (SPIF, HIF och SRF) som använder anläggningen för daglig träning.

Magelungen utveckling

Uppdrag inom distriktet:

- Utveckla och säkerställa

Tävlingsanläggningen för framtiden.

Det är med hjälp av bidrag från Stockholms Idrottsförvaltning (SIF) som vi har kunnat bygga upp vår roddanläggning vid Magelungen. Själva banan tillkom i slutet av 1960-talet och alltifrån dess har SIF bidraget med både mindre och större årliga bidragsbelopp. Den senaste större investeringen till bansystemet vi fick medel för var i samband med Europridetävlingen i mitten av 2010-talet då delar av banans vajersystem bytes ut för en kostnad på över 1 Mkr.

Själva bansystemet är idag i relativt gott skick medan faciliteterna på land är oerhört påvra för att vi skall kunna bedriva en modern och utvecklande miljö för de aktiva. Dessutom är förvaringen av vår dyra materiel mycket bristfälligt och det finns mycket stor risk att båtarna och övrig utrustning förstörs eller stjäls av utomstående som tagit sig in på vårt område vilket tyvärr skett flera gånger under de senaste åren.

Under året har Stockholms Idrottsförvaltning (SIF) lämnat generösa bidrag så att vi kunnat utjämna marken innanför vårt stängsel genom att ta bort markvegetation och stubbar samt spränga sten innanför vår inhägnad.

Under 2023 hoppas vi kunna få bidrag för ytterligare ett tält, framdragning av el och vatten, 2 eltoaletter samt uppvärmd

förrådscontainer. Vi planerar att ta fram en enkät som vi kommer gå ut med bland förbundets roddföreningar där föreningarna kommer att få beskriva hur dom önskar att Magelungen utvecklas samt vad dom själva kan bidra med.

Vår ambition är att vi under 2023 har tagit fram en målbild av hur vi gemensamt vill använda och utveckla Magelungen.

Klubbrapporter

Akademiska Roddföreningen

Efter två pandemiår liknade säsongen 2022 mer en vanlig roddsäsong som innan pandemin. Tack vare återstartsstödet och de lyfta restriktioner kunde vi kicka igång säsongen med ett socialt evenemang för våra medlemmar då vi



tävlade, rodde, påmindes om hur vi bäst ta hand om våra båtar och hade allmänt trevligt.

Överlag bidrog de lyfta restriktioner till betydligt fler sociala evenemang under säsongen: stora, så som midsommarfirandet, ARFs traditionella kräftskiva, halloween party och en julmingel, och små så som fika eller knytkalas efter rodden.

Vi kunde återigen genomföra två nybörjarkurser, en på våren och en på hösten, som bidrog till nya motiverade medlemmar till föreningen.

Trots att många tävlingar i landet återigen ägde rum var ARFs tävlingsverksamhet starkt reducerad främst pga ett reducerat antal tävlingsroddare. Men till SM på hemmaplan valde ARF att skicka många av sina roddare, även de som inte hade tävlat så mycket innan valde att ställa upp. SM var ytterst framgångsrik för

ARF med guld i damernas 1x, och 2- och både guld och silver i damernas 2x, utöver det silvermedaljer i herrarnas 4x och 2x. Även våra nybörjare kammade hem många fina placeringar.

Något som verkligen förtjänar att lyftas fram är att ARF numera har 4 medlemmar som tränar med SRs team SRT24, detta tack vare ARFs långvariga satsning på tävlingsrodd och vår tränare Connla Edwards otröttliga engagemang för klubben och tävlingsroddarna.

Vi ser fram emot en minst lika aktiv och framgångsrik säsong 2023 med många tillfällen att umgås och tävlingsframgångar för våra roddare.

Hammarby Roddförening

Hammarbys säsong 2022 var en blandning av gammalt och nytt. Vi hade välbekanta ansikten tillbaka på öppna träningar samt framgångar med en Prova-På roddaktivitet under hösten som ledde till nya, engagerande medlemmar redo att gå på vattnet till våren. Vi kunde tillbringa mer tid i lagbåtar både på träningar och på tävlingar samt fortsätta med några av fördelarna med virtuella roddmaskinstävlingar, såsom enkel åtkomst och deltagande.

En sådan tävling ledde till en VM-brons på roddmaskin till Ahmet Rapi i herrarnas lättviktsklass över 2000m på den fantastiska tiden 06:13,9. Rapi (2000m) försvarade sin titel som Nordisk mästare i lättviktsklassen och Malin Sundström (500m) gjorde en comeback efter två års tävlingsfrånvaro och presterade långt över sina egna förväntningar.

Inomhus-SM blev en fysisk tävling i Jönköping och där tog Hammarby två SM-guld och ett svenskt rekord: SM-guld till Ahmet Rapi och Malin Sundström, och nytt svenskt rekord för Ahmet, 6:11.6. Vi är också stolta över prestationerna av två av våra junior-B-roddare, Clementina Orsi och Linus Gerhardson som också deltagit i flera roddmaskinstävlingar för första gången i år.

Efter en framgångsrik vintersäsong med ganska fulla måndagsroddmaskinsträningar och styrketräningar ledda av Malin Sundström var vi

redo för längre dagar och tid på vattnet igen, samt sociala aktiviteter som lördagsmorgonfrukostar efter träning och grillträffar. Och alltid öppet för bastu och bad, oavsett temperatur!

På försommaren var vi på Hammarby stolta över att se en av våra Hammarbyroddare på storbildsskärmen på Världscupen i Belgrad. Ahmet Rapi var uttagen att representera Sverige i singelsculler herrar lättvikt. Han kvalificerade sig till A-final och vann brons. Detta är Ahmets första internationella medalj och blott tredje världscupstävling. Vi är obeskrivligt stolta över Ahmets insatser! Han rodde också i Europamästerskapen i Münchenkom och kom på sjundeplats i lättviktssingeln.

Även om årets SM hölls på vår hemmabana Magelungen i Farsta så hade vi inte så många medlemmar som kunde tävla. Men vi hade mycket stöd för de som gjorde det och lade också energi på att driva ett kafé för att föda både roddare, volontärer, tjänstemän och tittare. Det blev SM-guld i herrsingeln för Ahmet Rapi. Vi hade en herrscullerfyra, tre herrsinglar och en damjuniorssingel med i SM-tävlingarna

Som avrundning på året 2022 hade vi det roliga firandet av LuciaRodd med ungefär 40 roddare från Hammarby och andra klubbar från ÖRDF på plats, samt glögg och lussekatter.

Lidingö Roddklubb

Under 2022 fortsatte klubben arbetet med att



rekrytera medlemmar, bredda båtflottan och jobba med ungdomsverksamhet. Klubbens kustbåtar, C4x, C2x och två C1x har använts flitigt av både de som tycker vågor är kul och av nybörjare, för att förlänga säsongen och för långturer.

Vuxenkurser, ungdomsläger, idrottslektioner, sommarverksamhet med Summer on Lidingö och prova-på verksamhet har haft fokus i år.

En Stämpfli 2x köptes in för att matcha de roddare som kommit längre, samt en juniordubbel och flera beg. singlar som kom mitt i sommaren och användes av våra juniorer och nybörjare. Klubben köpte under våren in två inriggare från Falkenberg för att kunna ta emot fler prova-på och företag. Klubbens nu tre inriggare har också använts av utländska klubbar som har kommit på besök; Christiania, Nyborg, Århus, Århus studenters och ARA roklub.

För våra motionärer och nya medlemmar anordnades medlemsrodd två gånger på veckodagarna och två gånger på helgen. 65+ gruppen träffades regelbundet under vår, höst



och vinter på torsdagar kl 10.00, både på vattnet och inomhus på roddmaskin.

Året i siffror:

- 3 roddläger med 26 ungdomar
- 4 tillfällen för Summer on Lidingö och 34 ungdomar
- 8 idrottslektioner med fyra klasser 9: or, ca 180 roddtillfällen
- ca 30 barn och vuxna på prova-på Öppet hus
- 2 nybörjarkurser med 15 deltagare
- 1 fortsättningskurs med 10 deltagare
- 35 nya medlemmar
- 64 roddturer utanför vårt skyddade vatten i Kyrkviken
- 5 damer i en inriggare med i damklassen på Distanskapprodden

- 105 besökande roddare från 9 klubbar under 18 dagar
 - 297 unika personer har varit med på vår medlemsrodd, våra kurser och prova-på
- Klubben har under året förhandlat fram ett 10-årigt arrendeavtal med Lidingö stad och har börjat dialogen om nytt klubbhus och kommunalt VA. Nu kan arbetet med långsiktiga mål påbörjas samtidigt som man fokuserar på att bibehålla, engagera och utveckla klubbens nyttillkomna medlemmar samt uppgradera roddbåtar.

Norrköpings Roddklubb

Ingen rapport

Sigtunaskolan Humanistiska Läroverk

Rodden på Sigtunaskolan Humanistiska Läroverket (SSHL) fick en nystart under 2022 då en ny tränare (Emma Andersson) anlätades. Verksamheten inleddes med start på vattnet i april med två pass per vecka. Båthuset genomgick en storstädning.

Under hösten gjordes en strukturell förbättring för att roddarna skulle få mer ut av roddpassen och säkerheten skulle öka. Roddarna fick gå i båten och ro ut en bit på sjön, men inte ro i väg förrän alla var på vattnet, och alla skulle dessutom ro åt samma håll (!). Inför höstens första tävling ordnades fyra tidiga morgonpass som extra träning, och det var en härlig upplevelse att roddarna och tränaren fick vara ute på vattnet i soluppgången och vara en del av roddens klassiska morgonträning före jobb och skola.

Materialmässigt så hade flera av båtarna skador som lagades med gelcoat för att hålla längre. En del material som exempelvis megafon till cox och tränare, nya bogbollar, höjbrickor och bockar köptes in för att på olika sätt förbättra verksamheten. Återstartsstöd söktes och beviljades från Roddförbundet för att kunna köpa in två nya roddmaskiner och på så vis underlätta en fortsättning av verksamheten inomhus vintertid.

Roddlaget tävlade vid fyra tillfällen under 2022. Den klassiska motståndaren Lundsbergs skola möttes vid två tillfällen, där Lundsberg sin vana trogen vann alla klasser stort under vårens tävling. Desto mer tillfredsställande var det att

Sigtuna vann damdubbeln under höstens tävling, och inte minst att se Lundsbergarnas chockade ansiktsuttryck över att bli besegrade. Även den coxade herrfyran var nära seger, men nådde inte riktigt ända fram. En besättning (4+) åkte till Uppsalas tävling Head of Fyris, där de vann nybörjarklassen med god marginal. Säsongens sista tävling var inomhus på Fitnessmässan i Stockholm, där ett lag med fyra deltagare från Sigtuna deltog i stafetten.

Norrälje Roddförening

Petter Ljungström har på grund av tidsbrist varit högst sparsamt delaktig i distriktets verksamhet. Han fungerar under 2022 som en kanal mellan distriktet och klubben. Petter har vid enstaka tillfällen deltagit i distriktets styrelsemöten. Här är det önskvärt med en annan lösning för att NRF ska fortsätta att vara representerade i distriktet.

Roddföreningen höll materialdag i april månad och tog hand om området kring båthuset. Gräsklippning har skötts av juniorer och föräldrar. Vassklippning har Tony Bringemo ansvarat för. Tony B har även ansvarat för drift av annan karaktär som exempelvis byte av batterier på dörrlåsen med mera. NRF höll möte med Roslagens kanotsällskap för att samordna gemensamma insatser för lokalerna under 2022. Vi kom överens om inköp av förbrukningsmateriel och städdagar plus flera andra aktiviteter.

Juniörträning har bedrivits minst 2 ggr per vecka under hela året med fokus på måndagar och onsdagar och har gett stabilt deltagande på mellan 4 och 8 personer per gång. NRF har även anordnat ett helgläger för våra juniorer och seniorer fredag till söndag för att ge möjligheten att ro extra mycket. Flera juniorer har även deltagit i seniörträningarna och ibland rott med våra nya seniorer. Lars Herlin och Petter Ljungström har drivit juniorverksamheten. Seniörträning har hållits två gånger i veckan. Tony B har ansvarat för detta under hela året. Det har varit en väl fungerande verksamhet vi har haft mellan 2 och 6 båtar på vattnet. Inomhusträningarna har hållits på roddmaskin

under hela inomhussäsongen under ledning av Tony.

På SM gjorde våra juniorer mycket fina prestationer och NRF hade representation i fyra olika klasser. KM gick av stapeln på Lommaren som vanligt och vi hade tävlingar i scullerfyra juniorer mot seniorer. Det var mycket fina tävlingar. Klubben har upprätthållit aktiviteterna med träning på hemmaplan under stora delar av året.

Anna Malvina Svennung fick sitt andra barn i september och har sedan dess successivt ökat träningsdosen för att åter elitsatsa i rodd.

Stockholmspolisens IF

Träningarna i vårt båthus i Kristineberg har under 2022 genomförts mestadels familjevis som under covidpandemin. Vi mäktade inte med att bryta denna förfarande till det som vi hade före pandemin. Juniorerna tränade dock i små grupper några ggr i veckan i synnerhet när några unga roddare från Ukraina hittade till oss och anslöt sig dessa träningar. Under detta år kom utbudet av tävlingar sakteligen att öka efter pandemin.

Emma Tumova deltog i de flesta regattorna som RIG åkte på och föreningen hjälpte henne med deltagaravgifter i samband med deltagande.

Svenska Roddförbundet skickar dock tom fakturor på aktivas deltagande i internationella mästerskap där Emma har representerat Sverige. En grupp av våra aktiva inkl tjejen från UA debuterade i tävlande i Sverige den 16-17/7 i Hjelmsjöregattan och deltog även i SM/JSM på Magelungen den 26-28/8 där SPIFs 1xDJC blev förbundsmästare.

Ekonomi i SPIF är i balans tack vare medlemmarnas betalningsdisciplin vad medlemsavgifter stödavgifter och andra avgifter för olika aktiviteter gäller.

Det blir dock mindre resurser för varje år till den sportsliga verksamheten efter det att de fasta kostnaderna för båthuset etc. är täckta.

Styrelsen har lagt många timmar på att reda ut Stockholms Trafikkontors beslut att höja arrende för marken för båthuset från 12 000kr/år till 120 000kr/år. Med hjälp av ordf. i ÖRDF Eli Zlotnik

tjänstemän på SIF samt Jahja Zeqiraj från Gbg tror vi i skrivande stund att vi har lyckats att återgå till den ursprungliga nivån.

Tack alla som har engagerat sig och hjälpt föreningen i detta besvärliga ärende.

Stockholms Roddförening

Starten på verksamhetsåret präglades av Pandemins mörka skugga med en rad restriktioner på vår verksamhet. Det känns därför extra bra att vi då dessa restriktioner släppte i slutet av vintern kunna komma tillbaka och återigen genomföra en rad aktiviteter på föreningen.

Årets starkaste individuella prestation stod Eskil Borgh för, då han tillsammans med Dennis Gustavsson (Höganäs) återigen blev världsmästare i kustroddsdubelln. Ett stort Grattis! till Eskil från föreningen.



Jämfört med andra svenska roddklubbar är SRF en av de största föreningarna både vad gäller antal licensierade tävlingsroddare och totalt antal medlemmar.

En aktivitet som vi under en rad år genomfört är roddskola för ungdomar i samband med att sommarlovet börjar. Årets roddskola pågick sex timmar per dag (måndag-torsdag) i totalt tre veckor under juni. I år deltog ett 30-tal i denna verksamhet.

Under året har vår ungdomsgrupp haft kontinuerlig träning som genomförts upp till två kvällar i veckan samt på söndagsförmiddagar med ett 20-tal ungdomar.

Eskil Borgh har under året representerat Sverige på en rad internationella tävlingar och mästerskap men även vår sistaårsjunior Mattias Berglund har representerat Sverige i såväl JNM som Coupe de la Jeunesse.

Efter två år av uppehåll, på grund av pandemin, så kunde äntligen en nybörjarkurs för vuxna arrangeras. Under tre veckor i maj genomfördes nybörjarkursen med två lektioner i veckan.

Tack vare ett dedikerat ledarteam har motionärsrodden varit stor vid båthuset från maj till oktober. Under sommarsäsongen har det tre gånger i veckan anordnats gemensam träning för motionärsroddare. Dessutom har ett stort antal andra aktiviteter med denna målgrupp genomförts.

Våra veteraner har tränat flitigt under vardagar vilket även märks i roddstatistiken.

Som ett led i att stärka föreningsandan och gemenskapen har föreningen genom åren genomfört ett stort antal evenemang. Detta år har detta accentuerats ytterligare då vi haft medlemsmöte, utflykter, seminarier, gemensamma säsongsinvigningar och arbetsdagar samt opretentiös tävling mellan Lilla Sjtullsbron och Djurgårdsbron där alla medlemmar bjudits på lunch oavsett man var tävlande, funktionär eller hejande åskådare.

Under året har föreningens båtar noterats för 13 855 km fördelat på 1 412 turer i roddjournalen. Årets träningsflitigaste medlem har varit Eskil Borgh som på 240 roddturer avverkat 3 711 km.

Pandemin, och de restriktioner som infördes för att stoppa smittspridningen har slagit hårdast mot de sektorer som vi genom åren byggt upp som en bas för vår ekonomi. Då allt fler restriktioner på grund av Pandemin släpptes i



februari/mars var vi snabbt tillbaka till den efterfrågan på våra kringaktiviteter som rådde före Pandemin. Med tanke på ett bakslag i smittbekämpningen har vi varit försiktiga med att göra några större investeringar under året. Istället har vi byggt upp en ekonomisk buffert för de kommande årens behov av fastighetsinvesteringar och idrottsmateriel anskaffningar.

Uppsala Akademiska Roddsällskap

Uppsala Akademiska Roddarsällskap (UARS) hade under 2022 lite drygt 110 aktiva medlemmar. Under vintersäsongen genomförde klubbens materialgrupp en viktig insats genom att renovera och måla nästan hälften av klubbens drygt 75 åror. Jämställd och jämlik förening projektet tillsammans med RF-SISU Uppland fortskred under året och avslutades under hösten i form av att klubben skapade en handlingsplan för att fortsätta jobba med ämnet kontinuerligt framöver. Projektet att riva, sanera och bygga ett nytt "litet båthus" rullade på och en vision för det nya Akademiska Roddens Hus börjar sakta men säkert ta form.

Båtmässigt så utökades båtparken med en begagnad Filippi lättviktsdamsingel, en satsning tillsammans med SAIF, som blir UARS blott andra båt i denna viktklass. Efter stora förseningar levererades också, under sensommaren, äntligen våran nya BBG fyra utan / scullerfyra. Detta kan mycket väl vara en av de sista båtarna som BBG tillverkade innan de sorgligt nog gick omkull.

På roddfronten blev det återigen medaljregn för UARS studenter när Student SM i inomhusrodd genomfördes i Jönköping. Efter två inställda Bajen Rowing Race i rad vann UARS herrar lite oväntat Harry Franzéns vandringpokal vid årets första utomhustävling. I början av sommaren anordnades en grillfest för alumner och en roddutflyktshelg till Avesta Roddklubb. I slutet av sommaren fick flera UARS medlemmar temporärt lägga åran på hyllan och ställa upp som funktionärer vid JSM och SM som anordnades på Magelungen.

Årets stora höjdpunkt var dock Universitetskapprodden mot Malmö/Lund som firade 30 år. Speciellt för jubileet var alumni-lopp för både herrar och damer, ett nytt vandringpris (Roståttan) samt en ny mer publikvänlig bansträckning. UARS gick vinnande ur samtliga klasser och kvällen avslutades med jubileumsgasque i Hantverkarföreningens Hus med drygt 90 gäster. Roddsäsongen avslutades

med en rekordstor UARS trupp på uppskattade Leksand Rowing Race och förstas den årliga roddtävlingen i Uppsala, Head of Fyris. Under slutet av året låg fokus på att få i ordning den nya hemsidan och ett nytt medlemshanteringssystem.

Vaxholms Roddförening

Ännu ett roddår har passerat och det känns som att det mesta är som vanligt efter pandemin. Träning har bedrivits både på land och vatten med tävlande både i och utanför Sveriges gränser. VRF har arrangerat roddskolor och prova på dagar för att fler ska ha möjlighet att få upp ögonen för roddsporten.

Vår skidsektion har startat upp igen och i december hölls det en vallkurs, vilket var uppskattat av de 25-talet närvarande längdskidsåkarna.

Under SM/JSM tog Alma Lindberg JSM guld i



singel och Johan Andersson tog silver i singel lättvikt. Det är väldigt roligt att VRF fortsätter att prestera år efter år.

Vi deltog i kampanjen Städa Sverige vilket är ett uppskattat och meningsfullt uppdrag som ger bra signaler till medlemmar och lokalsamhället. Samt lite extra klirr i föreningens kassa.

Föreningen har en aktiv seniorgrupp som regelbundet träffas och tränar tillsammans. Seniorgruppen är en viktig del i vår förening såsom kulturbärare och med handkraft i verksamheten.

VRF har medlemmar som bidragit till ÖRDF:s verksamhet. Patric Hörner är kassör i styrelsen samt tävlingsledare under SM/JSM och Farstarodden. Per Hallmén Lundberg är ledamot i styrelsen samt Kristin Persdotter sitter med i bredd- och motionskommittén samt är med i



valberedningen.

Nu väntar ett nytt spännande år med massa trevlig rodd och härliga träffar på tävlingsbanorna.

Kassörens rapport

Östra RDF har efter att Djupån avvecklades inga större löpande utgifter. Vi hyr ett förråd för att förvara utrustning till våra regattor samt under sommaren en toalett till inhägnaden på Ågesta. De mesta av kostnaderna 2022 hör till de aktiviteter vi genomfört samt till underhåll av anläggningen på Magelungen. I stort stämmer kostnaderna bra mot budgeten som gjordes inför året. Intäkterna blev lika eller bättre på samtliga poster och utöver det så sökte och beviljades även extra stöd från Svenska Roddförbundet. Det tillsammans gjorde att intäkterna och resultatet blev bättre än budgeterat.

Under året anordnades ett ungdomsläger på Magelungen samt en nationell regatta som även stod för större delen av omsättningen. Farstarodden/SM/JSM som genomfördes i slutet av augusti gick ihop tack vare bidraget från Stockholms Idrottsförvaltning men gav inget överskott.

Under 2023 kommer vi återigen att anordna en större regatta då vi står värd för JNM/Nordic Open. I domarrapporten från Farstarodden 2022 framkom en del synpunkter och förslag på förbättringar för att banan ska leva upp till reglementet. Några punkter är lätta att åtgärda med andra medför större kostnader om de ska genomföras.

När vi summerar räkenskaperna för 2022 kan vi konstatera att det blev ett bra resultat vilket ger oss goda förutsättningar inför kommande år.

Slutord

Aktivitetserna inom distriktets föreningar har efter år av pandemirestriktioner så smått kommit i gång. Några föreningar har återhämtat sig helt medan andra fortsatt lider av den nedgång i medlemsaktiviteter som pandemin orsakade.

Tyvärr har detta även drabbat distriktetsförbundets implementering av den nya organisationen men vi ser med tillförsikt fram mot en positiv utveckling av föreningarna under 2023 med hjälp av samarbetet inom distriktet.

Det som varit glädjande under året är att distriktets föreningar har skördat tävlingsframgångar såväl nationellt som internationellt med ett flertal SM-tecken, WM-brons samt försvarat VM-guld i kustroddbåt. Många av distriktetsföreningarna har även genomfört en populär nybörjarverksamhet samt sociala kringarrangemang som medfört ökad aktivitet ute hos föreningarna.

Vi tycker att vi inom distriktetsförbundet har mycket att vara stolta över och som genomförts under det gångna året. Detta hade inte varit möjligt utan ett stort stöd från medlemsföreningarna och dess medlemmars ideella insatser. Vi ser med tillförsikt fram mot kommande års verksamhet.

Styrelsen vill slutligen framföra ett varmt tack till alla som med insatser av olika slag har hjälpt till att driva Östra Roddistriktetsförbundets verksamhet under det gångna året.

Bilagor till årsberättelsen

1: Ekonomisk berättelse

Förenklad årsbokslut för räkenskapsåret 2022-01-01 - 2022-12-31
Östra Roddistriktetsförbundet Org.nr 816000-2153

Resultaträkning

Intäkter	2022	
Medlemsavgifter	0,00	
Gåvor och Bidrag		
Kommunala bidrag	89 048,00	3
Regionala bidrag	61 480,00	4
Statliga bidrag	0,00	3
SR-bidrag	58 400,00	
Övriga gåvor och bidrag	0,00	
Verksamhetsintäkter	52 225,00	
Försäljningsintäkter	0,00	
Övriga intäkter	0,00	
Summa intäkter	261 153,00	11
Kostnader		
Verksamhetskostnader	-173 512,62	-2
Försäljningskostnader	0,00	
Övriga externa kostnader	-46 738,65	-6
Personalkostnad	0,00	
Summa kostnader	-220 251,27	-8
Verksamhetens överskott	40 901,73	3
Finansiella intäkter	342,65	
Årets resultat	41 244,38	3
Balansräkning		
Tillgångar	2022-12-31	20
Byggnader	0,00	
Inventarier	0,00	
Förutbetalda kostnader	1 344,00	
Fordringar	0,00	
Kassa och Bank	350 164,19	32
Summa tillgångar	351 508,19	33
Eget kapital		
Balanserade överskott	-310 263,81	-27
Årets resultat	-41 244,38	-3
Summa eget kapital	-351 508,19	-31
Skulder		
Obeskattade reserver	0,00	
Övriga skulder	0,00	-2
Summa skulder	0,00	-2
Summa eget kapital och skulder	-351 508,19	-33

Revisionsberättelse.

Undertecknad, som av Östra Roddistiktsförbundets årsmöte valts till revisor, avger följande berättelse för räkenskapsåret 1 januari 2022 – 31 december 2022.

Jag har tagit del av protokoll, kassaverifikat och andra handlingar som lämnar upplysning om förbundets ekonomi och verksamhet.

Då det under revisionen inte framkommit något som kan ge anledning till anmärkning föreslår jag att årsmötet:

- Fastställer den i verksamhetsberättelsen framlagda balansräkningen per 31 december 2022 och beviljar styrelsen ansvarsfrihet för den tid revisionen omfattar.

Stockholm den 8 februari 2023



Rolf Bergström

Revisionsberättelse 2023



Verksamhetsplan med ekonomisk plan för det kommande verksamhets-, och räkenskapsåret

Verksamhetsplan 2023

Syfte

- Skapa bästa möjliga miljön för roddsportens verksamhet och utveckling i distriktet.
 - Stötta medlemsföreningarna i deras verksamhet.
 - Arrangera nationella och regionala tävlingar i samarbete med medlemsföreningarna.
 - Representera roddsporten inom regionernas idrottsförbund.
 - Synliggöra roddsporten inom distriktet.
 - Driva och utveckla distriktets gemensamma roddanläggning Magelungen.
- Söka ny motorbåtsdispens från 2 veckor innan midsommar.
- Att arbeta för att Norrköping RK och Sigtuna Humanistiska läroverk tillsätter sina styrelseposter och blir engagerade i distriktet.
 - Samverka med SR för att skapa kontaktyta med stöd till dem.
 - Bjuda in med ev. återstartsstöd och stimulansbidrag
 - Bjuda in dem till breddveckan
 - Bjuda in Sigtuna till en återstartad Högstadie och Gymnasierodd
 - Samverka med Skolidrottsförbundet

Arbetsordning

Styrelsen sammansätts av ledamöter från medlemsföreningarna i distriktet. Ledamöterna har ansvar för att ärenden som sina föreningar vill lyfta inom ÖRDF kommuniceras till styrelsen eller berörd kommitté. I likhet med detta ska beslutsunderlag delges och synpunkter på dessa inhämtas av representanterna.

Distriktets verksamhet drivs av kommittéerna där medlemsföreningarna är representerade och delaktiga i de kommittéer som respektive föreningen har nytta av. Kommittéerna arbetar med respektive kommittés uppdrag utifrån distriktets syften. Kommittéernas verksamhet ska ha koppling till vilka frågeställningar och inriktningar medlemsföreningarna ställer.

Övergripande aktiviteter

- Att distriktets arbete ska bidra till att återstarta roddsporten regionalt och lokalt
 - Arrangemang
 - Upprätthålla kompetens och utrustning för att möjliggöra tävlingsverksamheten i distriktet.
 - Tillsätta tävlingsledare till distriktets gemensamma tävlingar.
 - Ansvarar för ansökningar för distriktets tävlingar och arrangemang
- Att söka bidrag från SR och regionala idrottsförbund samt andra bidragsgivare
 - Tävlings och evenemangsbidrag
 - SDF stöd från regionerna
 - Riktade stöd från SR till RDF
 - Skolidrott Förbundet
 - SAIF
 - Externa medel via andra bidragsgivare



- Att fortsätta inrättandet av ledarråd i syfta att:
 - Utveckling av regional elitidrottsplan som med fokus på "eliten under eliten"
 - Skapa ett forum el arbetssätt för samordning mellan tränare och IF
 - Stöd till rekrytering av organisationsledare och tränare till medlemsföreningarna
- Att ta fram en alkoholpolicy som gäller för distriktets verksamhet (tävlingar och övriga arrangemang)
- Att ta fram ÖRDF:S utvecklingsresa mot 2025 (Som stöd i detta används strategidokumentet svensk rodd 2025, SR förbundsutvecklingsplan, SR elitidrottsplan, SR strategi för internationellt arbete samt SR antidoping plan)
 - Genomföra möte i syfte att processa innehållet utifrån ÖRDF syfte och verksamhet
- Att återstarta ungdomskommittén för att stötta regionens ungdomsverksamhet
 - Inventering inom IF
 - Planera sociala aktiviteter
 - Planera lägerverksamhet
 - Vår och höstserien och ska utvecklas med ungdomsklasser

Uppdrag i kommittéerna

Tävling

Uppdrag inom distriktet:

- Organisera och genomföra internationella, nationella och regionala tävlingar
- Utveckla tävlingsverksamheten i distriktet genom att:
 - Samla distriktets IF som arrangerar tävlingar för dialog och utveckling av arrangemangen utifrån:
 - Ökat underhållningsvärde för deltagare och publik
 - Fler regionala tävlingar under säsongen april-aug

- Fler ungdomstävlingar under säsongen april-au.
 - Arrangemang och tävlingar:
 - Bajen Rowing Race
 - Farstarodden JNM och Nordic Cup
 - Vår och höstserien
 - Distanskapprodden, Waxholm Archipelago Race Kortdistansen

Student

Uppdrag inom distriktet:

- Rekrytera deltagare till kommittén
 - Utgå från sektionsföreningarna (SAIF)
- Utveckla studentrodden inom distriktet
 - Organisatoriskt
 - Hur ser en SR-förening med en SAIF-sektion ut?
 - Bevaka och informera om möjligheten att kombinera studier och elitidrott "dubbla karriärer"
- Aktiviteter
 - Sociala sammankomster
 - Gemensammaträningar
 - Tävlingar

Inomhusrodd

Uppdrag inom distriktet:

- Rekrytera deltagare till kommittén
- Utveckla inomhusrodden i distriktet
- Nå icke organiserade roddare
 - Stötta med utbildning
 - Rekrytera till IF
- Stötta i att starta nya föreningar

Bredd, motion och långfärdsrodd

Uppdrag inom distriktet:

- Driva och utveckla motionsrodden, breddidrotten (masterrodd) och långfärdsrodden inom distriktet
- Samordna tävlings, tränings och lägerverksamhet för distriktets motions, bredd och masterroddare



- Bevaka och informera om motions, breddidrott och masterrodd inom distriktet
- Samordna långfärdsrodd inom distriktet och roddresor i världen
- Aktiviteter
 - Fylla på med medlemmar som kan driva aktiviteter
 - Gemensamt kalendarium
 - Samordna långfärdsrodd och roddresor inom distriktet och i världen
 - Anordna "breddveckan" i samarbete med SR och NOR

Ungdom

Uppdrag inom distriktet:

- Rekrytera deltagare till kommittén
 - Utgå från föreningar med ungdomsaktivitet
- Utveckla ungdomsidrotten rodd inom distriktet.
- Samordna tävlings, tränings och lägerverksamhet för distriktets ungdomsroddare
- Aktiviteter:
 - Arbeta fram en modell där vi kan dela in gruppen ungdom som sträcker sig upp till 25 år för att skapa aktiviteter där de ha bra utbyte av varandra
 - Samla ungdomar och ungdomsledare för träning, utbildning och sociala aktiviteter
 - Roddläger i april i Vaxholm (Påsk) och Magelungen (sommar), arbeta för mer och bredare deltagande. Bjuda in föreningarna i Norra distriktet

Magelungen - drift

Uppdrag inom distriktet:

- Samordna drift, underhåll och roddanläggningen på Magelungen
- Aktiviteter:
 - Utse bokningsansvarig och framtagning av bokningsrutiner för anläggningen utifrån:
 - Bokningsbara ytor

- Båtplatser

Magelungen - utveckling

Uppdrag inom distriktet:

- Utveckla och säkerställa anläggningen för framtiden
- Föra dialog med Stockholms Stad, Huddinge kommun och Frälsningsarmén angående distriktets behov av utveckling av anläggningen
- Aktiviteter:
 - Ta fram en utvecklingsplan på kort och lång sikt (detta sker genom att samla föreningarna för dialog och samtal)
 - Ta fram en idéskiss avseende anläggningens framtid
 - Genomföra enkätundersökning angående anläggningen nyttjande, drift och utveckling
 - På kort sikt: ytterligare ett tält, uppvärmd förrådscontainer, vatten/dusch, el, toaletter
 - Säkerställa nyttjanderätt av bollplanen

Utbildning

Uppdrag inom distriktet:

- Samordna utbildningsaktiviteter inom distriktet genom ett gemensamt kalendarium
- Aktiviteter (utbildningar):
- Fyra workshops utifrån intresset bland medlemsföreningarna ex. träningsmetodik, Teknik, båtskötsel/reparation, HLR och akuta idrottsskador, cox-utbildning
- 100% av föreningarna som vaccinerade IF mot doping. 2000 kr till IF som genomför för vaccination (vid första tillfället)
- Stötta distriktets medlemsföreningar i att efterleva SR:s utvecklingsmodell:



Östra Roddistriktförbundet

- Utbildning inom föreningsdemokrati, jämställdhet och inkludering
- Utbildning och stöd till organisationsledare (styrelser och förtroendevalda)
- 70 % av föreningarna genomför Jag ledare Svensk Rodd för verksamma organisationsledare och ledare/ tränare

Budget 2023

	Res 2022	Res 2021	Budg 2022	Budg 2023	23
Förbundets intäkter					
3113 Startavgifter SM/JSM/StudentSM	52 225	0	50 000	0	
3114 Startavgift JNM. Nordic Open/ Farslarodden, Student-NM, SM	0	0	0	50 000	
3151 Anmälings-/deltagaravgift kurser	0	0	0	0	*
3153 Anmälings-/deltagaravgift läger	0	0	0	0	*
3810 Kommunala bidrag anläggning	39 048	33 148	30 000	40 000	**
3811 Kommunala bidrag evenemang	50 000	0	50 000	50 000	
3812 Bidrag från Sv. Roddförbundet	58 400	5 000	20 000	10 000	
3814 Bidrag från distriktsförbund (DF)	20 000	0	15 000	10 000	
3820 Statliga bidrag	0	36 000	0	0	
3840 Regionbidrag	41 480	45 679	40 000	40 000	
3911 Föreningsavgift Magelungen	0	0	0	0	
Summa förbundets intäkter	261 153	119 827	205 000	200 000	
Förbundets kostnader					
4016 Regattasystem	-14 800	0	-5 000	-15 000	
4017 Hyra utrustning/material	-39 688	0	0	-40 000	
4018 Hyra plan/hall/utemiljö	-9 000	0	0	-9 000	
4019 Kost/logi	-17 314	0	-25 000	-10 000	
4020 Materialkostnader	-1 953	0	-5 000	-5 000	
4021 Funktionärskostnader/Domare	-12 750	-1 400	-12 000	-10 000	
4022 Priser, medaljer	-1 416	0	-10 000	-5 000	
4023 Lagerkransar SM/JSM	-20 400	0	0	0	
4024 Dusch,toalett	-22 126	-11 751	-15 000	-20 000	**
4026 Polisens tillstånd att arrangera tävling	0	0	-1 000	0	
4033 Bilersättningar	-1 923	-1 227	-2 000	-2 000	
4035 Drivmedel/bensin	-6 797	-2 332	-5 000	-7 000	
4045 Lägerbidrag till föreningar	-9 000	-5 009	0	0	*
4046 Tävlingsbidrag till föreningar	0	0	0	0	*
4047 Övriga bidrag till föreningar	-8 000	0	0	0	*
4049 Övriga kostnader (Stimulansbidrag)	-8 346	-4 774	-47 000	-42 000	*
4895 Årsmöteskostnader	0	-2 575	-3 000	-7 000	
5010 Lokalhyra (Förråd)	-9 758	-28 718	-15 000	-10 000	**
5020 El för belysning	0	-4 032	0	0	
5190 Övriga fastighetskostnader	0	0	-25 000	0	
5500 Reparation och underhåll bana&båtplat	-11 923	-17 326	-5 000	-10 000	**
6110 Kontorsmaterial	0	0	-3 000	0	
6250 Postbefordran	0	0	-1 000	0	
6490 Övriga förvaltningskostnader	0	0	0	-5 000	
6540 IT-produkter och tjänster	-24 051	-8 940	-45 000	-5 000	
6570 Bankkostnader	-1 007	-996	-1 000	-1 000	
Summa förbundets kostnader	-220 251	-89 080	-225 000	-203 000	
8330 Ränteintäkter	343	0	0	3 000	
8999 Årets resultat	41 244	30 747	-20 000	0	

Budgetnot 2023

*: Stimulansstöd som står till styrelsens förfogande för att stimulera kommitteernas olika aktiviteter



Medlemsavgift för det kommande verksamhetsåret

Styrelsen föreslår att årsavgiften skall vara 0 kronor

Propositioner och motioner

10.a Proposition angående ändring av stadgan 2kap §5 pkt 14 (Val av valberedning) samt 3kap §1 (Valberedningens sammansättning)

För att få en så bred kunskap som möjligt om medlemsföreningarnas medlemmar samt för att underlätta valberedningens arbete föreslås följande förändringar i distriktsförbundet stadgar:

2kap §5 pkt 14 med lydelsen:

" val av ordförande och en ledamot i valberedningen för en tid av 1 år "

ändras till

" val av ordförande och 1-4 ledamöter i valberedningen för en tid av 1 år "

samt

3kap §1 med lydelsen:

" Valberedningen, som bör bestå av en kvinna och en man, utgörs av ordföranden och en övrig ledamot valda av RDF-mötet, varav en kan vara ledamot av RDF-styrelsen. Ledamot av RDF-styrelsen som står på omval är inte valbar."

ändras till

" Valberedningen, som sammansätts enligt 1kap 7§ , utgörs av ordföranden och 1-4 övriga ledamöter valda av RDF-mötet, varav en kan vara ledamot av RDF-styrelsen. Ledamot av RDF-styrelsen som står på omval är inte valbar."

I 1kap 7§ står att:

" RDF skall verka för att styrelse, valberedning, kommittéer, och andra organ får sådan sammansättning att jämställdhet mellan kvinnor och män nås och att ungdomar ingår.

Jämställdhet skall också eftersträvas i delegationer för sådan organisation där fler än en person skall ingå. "

10.b Inga motioner finns inlämnade

Valberedningens förslag till årsmötet 2023

Post		Mandatperiod	Val	Representerad förening
Ordförande	Se text nedan			
Ledamot	Patrik Hörner	2023-23		
Ledamot	Anna-Luisa Volk	2022-23		ARF
Ledamot	Per Lundberg	2022-23		VRF
Ledamot	Anna Rosengren	2022-23		LRK
Ledamot	Eli Zlotnik	2023-24	Nyval	SRF
Ledamot	Hanna Pingry	2023-24	Omval	HIF
Ledamot	Kim Andersson	2023-24	Omval	
Ledamot	Malin Asplund-Hammarstrand	2023	Fyllnadsval	UARS
Suppleant	Emma Söderman	2023	Omval	
Suppleant	Malin Sundström (HIF)	2023	Nyval	
Suppleant	Fredrik Hjelm (NRK)	2023	Nyval	
Revisor	Rolf Bergström	2023	Omval	
Kontakt	Thomas Persson thomas.persson@sshl.se 073 0380041			Sigtuna Humanistiska Läroverk

Ordföranderollen

Valberedningen har under sitt arbete funnit det svårt att få kandidater som är villiga till att ta uppgiften som ordförande i ÖDRF. Det beskrivs som att uppgiften är tung då mycket arbete läggs på ordföranden.

Valberedningen föreslår som alternativ att Patrik Hörner, Per Lundberg och Elli Zlotnik under 2023 ingår i ett så kallad Ordförandegrupp som har till funktion att leda ÖDRF:s arbete under 2023. En primär fråga för denna Ordförandegrupp är att skapa en tydlig arbetsordning för ÖDRF:s styrelse i detta ledarskap på mesonivå. RDF:en är viktiga för samordning men valberedningen har förstått att det är i föreningen/klubben som man vill lägga mest kraft. Och då kan detta var en tänkbar lösning på att fördela driften av RDF:en

Detta förslag syftar till att fördela arbetet i styrelsen så att ledamöter och suppleanter får en rimlig arbetsbelastning.

Valberedningen ställer härmed sina platser till förfogande samt föreslår årsmötet att besluta om att valberedningen utökas till sammanlagt 3-4 ledamöter till 2023.

För Valberedningen

Kicki Persdotter Bjarke Rosenberg

Appendix

A: Landslagsverksamhet

Ett antal av distriktets tävlingsroddare har ingått i SR:s landslagsverksamheter under året.

Vi kan glädja oss i ett försvarat VM-guld av Eskil Borgh och Dennis Gustavsson i CM2X under World Rowing Coastal Championship. Eskil som tillhör Stockholms Roddförening och tränas av Mikael Borgh har under året tränat tillsammans med Dennis Gustavsson från Höganäs Roddförening. Dennis är bosatt i Täby och medlem i Vaxholms Roddförening där han tränas under ledning av Thomas Lindbergs ledning. De inledde säsongen i olympisk rodd och efter deltagande i världscuper satte de sikte mot VM i kustrodd. Stort Grattis från oss alla!

Årets internationella tävlingssäsong har kunnat genomföras utan större begränsningar av covid-19.

Ett antal av distriktets elitroddare har tagit plats i SR:s landslagsverksamhet.

- Eskil Borgh Stockholms RF
- Ahmet Rapi Hammarby IF
- Jonas Richter Akademiska RF
- Oscar Bröte Akademiska RF
- Clara Akademiska IF
- Gustav Arvidsson Akademiska RF

En rad av distriktets juniorer har ingått i SR:s juniorverksamhet. Juniorlandslaget genomförde JNM, Baltic Cup, JEM, JVM och Coupe de la Jeunesse. I upptakten inför dessa tävlingar har samlingar och läger genomfört året vilket lovar gott för framtiden.

- Emma Tumovà SPIF
- Mattias Berglund Stockholms RF
- Alma Lindberg Vaxholm RF

ÖRDF har haft ett antal tränare engagerade i SR:s landslagsgrupper. Detta är viktigt för deras utveckling samt att de tillför svensk rodd kompetens.

- Mikael Borg Stockholms RF
- Henrik Persson Hammarby IF Rodd
- Thomas Linberg Vaxholms RF
- Josefine Berglund Stockholms RF
- Conla Edwards Akademiska RF

B: Årsmötesfullmakt

Fullmakt

Till Östra Roddistriketsförbundets årsmöte 2023-02-23

(Förening får sända ett ombud för varje röst men kan låta ett ombud representera mer än en röst. Ombud skall vara röstberättigade medlemmar i föreningen.)

Styrelsen för

Har utsett följande person

Med telefonnummer: _____

Med mejladress: _____

Att föra vår talan och utöva vår rösträtt

Den / 2023

Föreningens firmatecknare