

ÖSTRA

RODDISTRIKTSFÖRBUNDET

Årsmöte

tisdag 26 januari 2021

klockan 18:00

Innehållsförteckning

Röstlängd.....	5
Kallelse	6
Årsberättelse 2020.....	7
Inledning.....	7
Förbundets syfte och arbetsordning	7
Övergripande rapporter	7
Inkludera samtliga IF i distriktets styrelse.....	7
Kommunikationsplan.....	7
Regional elitidrottsplan.....	7
Stöd till ledare och tränarrekrutering till medlemsföreningarna	8
Beslut om Djupåns framtid	8
Övriga övergripande rapporter	8
Kommittérapporter.....	8
Tävling	8
Student	11
Bredd och motion.....	11
Ungdom	11
Utbildning.....	12
Magelungen drift	12
Magelungen utveckling	12
Klubbrapporter.....	13
Akademiska Roddföreningen	13
Hammarby Roddförening	14
Lidingö Roddklubb	14

Norrköpings Roddklubb	15
Norrtälje Roddförening	15
Stockholmspolisens IF	16
Stockholms Roddförening	16
Uppsala Akademiska Roddsällskap	17
Vaxholms Roddförening	17
Kassörens rapport	18
Slutord	18
Bilagor till årsberättelsen	20
1: Ekonomisk berättelse	20
Revisionsberättelse	21
Verksamhetsplan med ekonomisk plan för det kommande verksamhets-, och räkenskapsåret	22
Verksamhetsplan	22
Budget 2021	24
Medlemsavgift för det kommande verksamhetsåret	25
Propositioner och motioner	26
10.a Proposition angående ändring av stadgan 5 kap (RDF-styrelsen) 1 § (sammansättning), första och andra stycket	26
10.b Proposition angående ändring av stadgan 5 kap (RDF-styrelsen) 1 § (sammansättning), fullmakt vid styrelsemöte	27
Valberedningens förslag till årsmötet 2021	28
Apendix	29
A: Förhållningsregler avseende Covid-19	29
B: Erfarenheter och tips på regattaplanering under Covoind-19	30
C: Kommunikationsplan	32
D: Landslagsverksamhet	33
E: Svenska Roddförbundets roddistriktsenkät	34
F: Rapport SR föreningsbesök i Norrköpings Roddklubb	36

G: Årsmötesfullmakt 37

Röstlängd

Förening	RF-nr	Bildad	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-	Antal röster		
Akademiska Roddförening	12947	1929	info@akademiskarodd.se	119	67	56%	52	44%	0%	0%	3%	34%	43%	15%	6%	3
Hammarby IF Roddförening	34800	1891	info@hammarbyrodd.se	195	120	62%	75	38%	1%	1%	9%	8%	35%	27%	19%	3
Lidingö Roddklubb	4150	1959	info@lidingoroddklubb.se	208	128	62%	80	38%	0%	7%	11%	2%	10%	48%	23%	3
Norrköpings Roddklubb	12957	1883	fredrick.hjelm@holmentimber.com	34	27	79%	7	21%	0%	0%	0%	15%	29%	21%	35%	1
Norrtälje Roddförening	12949	1925	ordforande@norrtaljerodd.se	72	42	58%	30	42%	0%	8%	32%	1%	18%	28%	13%	2
Sigtunaskolans Human Lärov. IF	24619		asa.larsson@sshl.se	232	111	48%	121	52%	0%	0%	98%	0%	0%	1%	0%	3
Stockholms Roddförening	12948	1880	ordforande@stockholmsroddforening.se	380	237	62%	143	38%	1%	9%	23%	5%	18%	28%	15%	3
Stockholmspolisens IF Roddförening	42039	1937	spifrodd@gmail.com	68	36	53%	32	47%	1%	3%	22%	6%	16%	32%	19%	2
Uppsala Akademiska RS	31847	1992	ordforande@uars.se	128	72	56%	56	44%	0%	1%	4%	27%	48%	19%	2%	3
Vaxholms Roddförening	4346	1883	ordforande@vaxholmsrodd.se	165	105	64%	60	36%	0%	8%	21%	1%	10%	28%	31%	3
Summa				1 601	945	59%	656	41%	0%	5%	27%	8%	20%	25%	15%	26

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 G

Kallelse

Östra Roddistriktsförbundets årsmöte den 26 januari 2021 klockan 18:00
Mötet kommer att ske helt digitalt med hjälp av Microsoft Teams.

Årsmöteshandlingar, anvisningar hur man anmäler sig till mötet samt anvisningar hur mötet kommer att avhållas kommer att publiceras på vår hemsida/sändas ut senast den 18 januari 2021. Förhandsanmälan kan göras till per.lundberg@lillsved.se

Dagordning årsmöte 2021

1. Upprop och fullmaktsgranskning samt fastställande av röstlängd för mötet på grundval av den röstlängd som Svenska Roddförbundets förbundsstyrelse har upprättat för Östra Roddistriktsförbundet.
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 om ändring av ÖRDFs stadgar 5 kap 1§ avseende ändring av antalet övriga ledamöter.
 - b. Proposition om ändring av ÖRDFs stadgar 5 kap 1§ avseende fullmakt för ersättare av övrig ledamot på styrelsemöte.
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
 - Farstarodden/JNM/StudentNM
 - Ny Logga ÖRDF
 - Vinterroddsseminarium

Välkomna

Årsberättelse 2020

Inledning

Styrelsen för Östra Roddistriktsförbundet lämnar följande berättelse över förbundets verksamhet för perioden från den 1 januari 2020 till den 31 december 2020.

Styrelsen, som under året genomfört 5 protokollförda sammanträden, har bestått av:

Eli Zlotnik	ordförande
Per Hallmén Lundberg	vice ordf.
Bo Berglund	kassör
Kim Andersson	sekreterare
Lilly Beijer	ledamot
Anders Joelson	ledamot
Ariane Robertson	ledamot
Anna Rosengren	ledamot
Anna-Luisa Volk	ledamot
Lida Knejp	suppleant
Emma Andersson	adjungerad
Petter Ljungström	adjungerad

Övriga av årsmötet valda funktionärer har varit:

Mari Abrahamson	revisor
Kerstin Hamrin	revisorssuppl.
John Börjesson	ordf i valberedningen
Lilly Beijer	ledamot i valberedningen

Förbundet representerades vid Svenska Roddförbundets årsmöte den 29 mars 2020 av Eli Zlotnik.

Förbundets 10 medlemsföreningar hade den 31 december 2020 totalt 1.601 medlemmar (656 kvinnor och 945 män). Motsvarande siffror föregående år var 1.363 medlemmar (505 kvinnor och 857 män).

Förbundets syfte och arbetsordning

Förbundets syfte är att:

- 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.

Styrelsen sammansätts av ledamöter från medlemsföreningarna i distriktet. Ledamöterna

har ansvar för att ärenden som deras 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. Föreningarna är 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

Inkludera samtliga IF i distriktets styrelse

Under året har en ny organisation av rodddistriktet implementerats. Vi har eftersträvat att samtliga roddföreningar i distriktet skall vara representerade i styrelsen. Styrelsen skall ha ett övergripande koordinationsansvar medan det egentliga arbetet skall ske i ett antal kommittéer och underkommittéer. Respektive roddförening deltar och driver arbetet i de kommittéer som är av intresse för föreningen ifråga.

Två av de föreningar som inte hade styrelserepresentanter har under året fått representanter som adjungerats till styrelsen medan de återstående två föreningarna har kontaktats och vi har goda förhoppningar om att även dessa två kommer att finnas representerade i förbundets styrelse framöver.

Under året har SR genomfört en enkät avseende hur roddistrikten fungerar. Resultat från denna återfinns i appendix G.

Kommunikationsplan

För att sprida information inom distriktet så har en revidering och utveckling av distriktets kommunikation gjort. Detta har resulterat i en ny kommunikationsplan som syftar till:

- Öka synbarheten av sporten inom distriktet
- Förbättra intern kommunikation
- Skapa kunskapsspridning till medlemsföreningarna

Se även appendix C

Regional elitidrottsplan

Under året har arbetet med att ta fram en regional elitidrottsplan startats. Syftet med

denna är att vi kan få en samordning av våra elitsatsade roddare i regionen. Att skapa utvecklande och trygga prestationsmiljöer skulle kunna bidra till deras utveckling. Idag har vi hamnat i ett läge där det finns kluster av elitsatsade roddare som har sin egen utvecklingsmiljö. En framtida samordning kring detta kan stötta dem utifrån:

- Träningsmiljö
- Tränarstöd
- Möjlighet till dubbla karriärer
- Support (idrottsmedicin, nutrition, mentalcoaching)
- Vi har en utmaning i att vi inte bara bedriver idrott i Storstockholmsregionen. Vårt område täcker nämligen gränserna för sex distrikt-idrottsförbund (DF), RF-SISU Stockholm, Sörmland, Uppland, Västmanland, Örebro Län och Östergötland..

Arbetet med att skapa denna plan ska ske genom att ta till vara på tidigare erfarenheter via enkäter, intervjuer och dialoger med idrottare och föreningar.

Planen har aktualiserats ytterligare då SR går från ett centraliserat tänk till en mer decentraliserad struktur där klubbtränare och hemmamiljö får ta ett större ansvar i utveckling av våra elitaktiva.

Stöd till ledare och tränarrekrutering till medlemsföreningarna

Flertal av medlemsföreningarna har påbörjat SR:s Nivå 2 utbildning. Detta kommer att bidra till föreningarnas och distriktets verksamhet.

Beslut om Djupåns framtid

Under 2020 har som tidigare Stockholmspolisen IF Roddförening och Ludmila Knejp agerat "stugfogde" på Djupån.

Samtliga byggnader på torpet har utsatts under våren för skadegörelse och inbrott modell större. Upprepade gånger. Det var mycket arbete med att åtgärda dessa. Polisanmälan, möten på platsen med både polisen och folk från Fastighetskontoret (FK), provisoriska lagningar av förstörda dörrar och fönster och inte minst städning och återställning av Lida Knejp och Jan Knejp.

Efter inbrotten på Djupån saknades och skadades en del teknisk utrustning som används vid roddtävlingarna. Utrustningen har återanskaffats respektive reparerats.

Utrustningen har flyttats till ett 24Storage uppvärmt förråd (3 kvm) i Tyresö. Detta

ombesörjdes av Peter Roop och Bo Berglund. FK har med hjälp av sin årsentreprenör lagat förstörda dörrar och fönster som vi skulle ha svårt att göra själva.

STORSTOCKHOLMSREGIONEN

ÖRDF

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Regionstyrelsen

Styrelsen bestämde att ÖRDF ska avsluta att arrendera Djupån vid arrendetidens utgång i oktober 2021 och uppsägningen har skett i tid enl.

arrendeavtalet med FK. Efter detta beslut började LK och JK "tömma" vart efter torpet på inredningen.

Vi och svensk rodd har haft mycket nytta

av torpet under den tiden som vi har arrenderat det från början av åttiotalet. Det blev många träningsläger som Djupån var en bas för och en del VM och OS deltagare vid sidan av alla distrikts ungdomar har haft en stor nytta av denna anläggning

Övriga övergripande rapporter

Under året hade vi en ambition att arbeta fram planer avseende:

- Samverkansformer för SR och SAIF-föreningar.
- Utformning av ett gemensamt tränarstöd
- Alkoholpolicy

Men dessa frågor får vi arbeta vidare med under nästa verksamhetsår.

Kommittérapporter

Tävling

Tävlingsorganisation

- Upprätthålla kompetens och utrustning för att möjliggöra tävlingsverksamheten i distriktet.
 - Särskilt uppdrag är att arbeta med förnygring av tävlingsorganisationen.
 - Tillsätta tävlingsledare, AU utreder o hittar ledare till tävlingar.
 - Organisera och genomföra internationella, nationella och regionala tävlingar.
 - Ansvarar för ansökningar för framtida tävlingar och arrangemang.
 - Utveckla tävlingsverksamheten i distriktet.
- Distriktet har trots rådande pandemi kunnat upprätthålla en bra tävlingsverksamhet under året. En fortsättning för detta var att vi tidigt tog fram en plan för hur vi skulle kunna tävla

riskfritt utifrån Covid-19. Detta resulterade i ett dokument som innehöll ett protokoll för riskanalys för arrangemangen. Detta protokoll har utvecklats under året och har



kommunicerats ut till de föreningar som har arrangerat tävlingar. Protokoll har även spridits ut i roddsverige som ett stöd till övriga distrikt och föreningar. Ett stort tack till ÖRDF:s tävlingsorganisation som på ett kvalitativt sätt planerar, genomför och efterarbetar tävlingar som resulterar

i bra arrangemang. Stort tack till alla medlemsföreningar som bidrar till att distriktet har tävlingar året runt. Ert engagemang bidrar till ett livskraftigt distrikt. Se även appendix A+B

Svearodden



Den 7:e mars var det dags att tävla i Svearodden på roddmaskin i Sigtuna. Coronapandemin hade precis tag i sitt grepp över värden och diskussionen om möjligheten att genomföra tävlingen överhuvudtaget. Sigtunaskolan Humanistiska Läroverk gav klartecken att tävlingen kunde hållas hos dem, men med några restriktioner. Det var god uppslutning med ca 100 deltagare till tävlingen och hela evenemanget löpte fint. Stort tack till alla roddare och funktionärer och ett extra tack till tävlingssekreterare Bo Berglund som skötte det hela galant.

Head of Magelungen

SPIFs Jim Fröblom initierade denna träningslångdistansregatta i distriktet den 3 maj 2020.

Det har deltagit ett 10tal aktiva från 4st klubbar från distriktet. Starten förlades i slutet av sjön Fagersjö och målet var i Magelungen vid starten på roddbanan utanför Djupån.

Längden var ca 5km. Det tävlades i H1x och D2x. Det startades i 1min intervaller, man passerade under en gångbro vid Farstanäset och under Ågestabron innan man rodde in i banan. Båda broarnas passage var övervakade av tränare. Starter var JK och måldomare A Fritsch.

Snabbaste var Anders Backeus VRF med Eskil Borgh SRF på andra plats.

Denna långdistansregatta kan genomföras endast på våren innan sjöväxter letar sig upp till vattenytan som dessa brukar göra vid gångbro vid Farstanäset. En vecka senare skulle vi inte kunna genomföra denna långdistans på grund av dessa växter.

Tränings och tävlingsweekend på Magelungen 13-14 juni

Jan Knejp hade genomfört en intresseundersökning någon vecka innan rubricerade aktivitet. Samtliga roddklubbar i distriktet svarade på undersökningen och tillräcklig många var intresserade. Aktivitet genomfördes med hjälp av delar av Farstaroddens vana funktionärer och distriktets material. Som startdomare, skiljedomare och övriga funktionärer agerade klubbarnas tränare och ledare. SRs förbundskapten har utnyttjat denna regatta som obs-regatta för några landslagsaktuella aktiva. ÖRDFs medaljer delades ut under prisceremoni på båtplatsen Ågesta efter regattans slut i samtliga juniorklasser. FHMs restriktioner angående avståndstagnig, hälsning, hand och århandtags desinfektion har iakttagits och genomförts.

ÖRDF-regatta 15 augusti

I strålände solsken genomförde ÖRDF "Covidregatta 2" Lördag den 15 augusti. Inför tävlingen sattes det upp flera förhållningsregler för att göra det möjligt att genomföra regattan. Båtplatsen avgränsades och deltagande klubbar uppmanades att minimera antalet ledare och anhöriga. Ca 60 tävlingssugna roddare ställde upp i klasser från nybörjare till elit. 16 lopp avklarades under dagen med en paus efter hälften av loppet. Många roddare ställde upp i flera lopp och det roddes i alla båttyper. Efter en lyckad dag genomfördes

prisutdelning för juniorerna i slänten ner mot båtplatsen.

Distanskapprodden



Att tävla eller inte tävla, under pandemi, det är frågan. Men efter avstämning med myndigheter och Svenska Roddförbundet så bestämde vi att genomföra den 110:e Distanskapprodden den 29:e augusti. Dock med en del restriktioner för att hålla avstånd vid vårt båthus och vid prisutdelningen.

Det märktes att det fanns ett uppdämt behov bland roddare att få tävla. Sammanlagt var det 15 båtar på startlinjen vid Stora Sjötullen utanför Djurgården för att ta sig det dryga 14 km till Vaxholm, 7 stycken inriggare samt 8 stycken kustroddbåtar för att vara mer exakt. Förutom deltagare från Stockholmsområdet var det roddare från Varberg, Helsingborg, Höganäs och Öresjö. Vädret bjöd på regn och blåst med 6 m/s, mestadels i motvind, detta till trots så var humöret på topp och alla kom i mål. Som arrangör vill vi tacka alla funktionärer och speciellt till Uffe Carlsson (som körde roddare och publik med M/S Ramsö) samt alla roddare som gjorde denna dag till en toppendag för Svensk rodd.



Head of Fyris 2020

Lördagen den 17 oktober 2020 anordnade Uppsala Akademiska Roddarsällskap (UARS) traditionsenligt Head of Fyris (HoF), ett 3 km långt headrace på Fyrisån i Uppsala. Med ypperliga roddförhållanden krossade Akademiska RFs mixade åtta, coxad av Kathleen Burke, banrekordet från 2019 och

vann därmed Johanna Anderssons Trofé som snabbaste coxade båt. Segertiden skrevs till 10:11.0 och totalt var det 60 roddare och coxar i 13 båtar från fyra olika ÖRDF klubbar som deltog i tävlingen. Arrangörer, ledare och deltagare fick god hjälp av det fina vädret i efterföljandet av distriktets riktlinjer för Coronaanpassning och lyckades på så sätt genomföra en av få roddtävlingar i Sverige under året.

Brunnsviken Buoy

Den 24:e oktober avgjordes Brunnsviken Buoy, andra tävlingen i ÖRDF: höstserie, på ARF:s hemnavatten Brunnsviken. På en ungefär 3.5

Head of Fyris 2020 - Results			
Crew	Class	Time	% of GST*
ARF (Kathleen)	Mix8+	10:11.0	121%
Hammarby	M2x	11:39.3	129%
Hammarby	Mix2-	12:58.5	131%
UARS (Martyna)	W8+	11:48.4	134%
ARF	W4x	12:17.1	135%
Hammarby (Connla)	W8+	12:21.3	140%
UARS	M4x	11:42.4	141%
ARF	Mix2x	13:40.8	144%
Lidingö	Mix4x	12:43.1	146%
Lidingö	M2x	13:36.4	151%
UARS (Viking)	Mix8+	13:14.5	158%
ARF	W2x	16:17.0	164%
UARS	Mix2x	16:23.6	173%

*Time adjusted based on Gold Standard Time for the boat class

km lång bana tävlade 25 olika lag från 4 klubbar i distriktet. Tävlingen delades upp i två lopp, ett innan och ett efter lunch, så att deltagarna kunde tävla i mer än båtklass. För att kunna jämföra tiderna mellan de olika båtklasserna räknades tiden om till procent av världsrekordet i respektive klass. ARF:s herrskullerfyra hamnade högst upp på podiet före UARS:s herrfyra på andra plats och ARF:s damåtta på tredje plats.

Den traditionsenliga pastabuffén under lunchen fick ersättas med förberedda och förpackade wraps som klubbarna fick inta i varsitt rum för att minimera interaktionen mellan deltagarna. Ett stort tack till alla som hjälpte till och möjliggjorde att tävlingen kunde genomföras under de rådande restriktioner.

Gymnasierodden

Det ursprungliga datumet för att genomföra Gymnasierodden på Djurgårdsbrunnsviken inplanerades med skolorna till torsdagen den 28 maj. På grund av Corona-restriktioner kunde

tävlingen inte genomförs den dagen. Vi blev därför tvungna att flytta tävlingen till hösten. Efter att åter ha lyssnat med skolorna och Per Gylfe på Djurgårdsförvaltningen fastställdes det nya datumet till tisdagen den 29 september. Inför tävlingen skrevs och distribuerades ett PM som anpassats till gällande regler för COVID-19. Totalt fyra skolor anmälde sig. Det var Franska Skolan, Internationella Skolan i Stockholms Region (ISSR), Tyska Skolan och Värmdö Gymnasium. Roddarna gynnades av bra väder med lätta vindar över den 600 meter långa tävlingssträckan. Tyska skolan vann samtliga lopp (pojkar, flickor, personal och mixed flickor/ pojkar) och tog en överlägsen inteckning i vandringspriset för inriggare.

Vi vill passa på och tacka

- Djurgårdsförvaltningen för tillståndet att arrangera tävlingen.
- Sjöhistoriska Museet för lån av deras segelbåtsbrygga, där ett smidigare och snabbare byte av besättning kunde göras än vid SRFs brygga.
- Lidingö Roddklubb för lån av en superfin inriggare utöver de tre som Stockholms Roddförening har.

Mellan Broarna

Regattan är en del av ÖRDF:s regattaserie. Då rekommendationer från FHM om Covid om allvaret i fråga om smittans risker för spridning varför SRF:s styrelse beslutade om regattans inställelse.

Banan sträcks från Djurgårdsbrunnskanalens mynning i Värtan genom Djurgårdsbrunnskanalerna över Djurgårdsbrunnsviken till Djurgårdsbron, ca 3 km.

Ett spännande lopp att genomföra för roddare inom Östra Roddistriktet.

Lagen (2x, 4x, 8+ och inriggare) startar en och en med ca 1 minuts mellanrum. Start och måltid noteras hos målet där lopptid ställs i procent av årets idealtid i världen för resp båtklass. Regattan vinnare blir det lag med bästa procentsats. En resultatprincip där olika båtklasser ställs rättvist mot varandra i samma lopp.

Inför 2021 är arbetet med att skapa en ny regatta redan förarbetet. SRF avser inbjuda till Mellan Broarna i oktober/november 2021 med undertecknad som tävlingsledare om denne fortfarande har hälsan.

Student

Uppdrag inom distriktet:

- Utveckla studentrodden inom distriktet.
- Samordna tränings och lägerverksamhet för distriktets studenter.
- Bevaka och informera om möjligheten att kombinera studier och elitidrott "dubbla karriärer".
- Samverkansformer mellan SAIF o SR Föreningarna ses över.

Det bildades en grupp som skulle arbeta med studentrodden i distriktet, men gruppen har inte aktiverats på grund av pandemin. UARS erbjöd sig att arrangera Student-SM, men det fanns inte tillräckligt intresse bland studentklubbarna för att tävlingen skulle bli av.

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.

Pga Covid-19 har breddverksamheten ännu inte kommit igång som önskat som en plattform för breddverksamhet mellan klubbarna i distriktet. En gemensam träff kunde dock anordnas då SRF rodde sin årliga utflykt till Fjäderholmarna med fyra båtar där de först ror "Stockholm runt" och sedan äter lunch på Stora Fjäderholmen, en båt från Lidingö RK mötte upp SRF på Fjäderholmarna för gemensam lunch. Enskilda klubbar har anordnat långfärdsrodd; Lidingö RK har gjort flera långturer tex genom Skurusundet och Baggensstaket med sin nya kustfyra till Artipelag, till Vaxholm, till Brunnsviken och gjort "Lidingö runt", ARF har rott till Vaxholms roddklubb, UARS har gjort "fikaturer" där fokus har varit att hitta ett fint fikaställe. Breddkommittén hoppas på fler gemensamma aktiviteter samt mindre tävlingar för masters nästa år.

Ungdom

- Uppdrag inom distriktet:
- Utveckla ungdomsidrotten rodd inom distriktet.
- Samordna tävlings, tränings och lägerverksamhet för distriktets ungdomsroddare.

- Bevaka och informera om ungdomsrodden inom distriktet.

Underåret 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 2021.



I augusti arrangerade distriktet ett ungdomsläger på Magelungen. Deltagarna kom från Hammarby roddförening, Stockholmspolisens Roddförening och Stockholms Roddförening. Ungdomarna har inom distriktet deltagit flitigt vid Svearodden och vår och höst regattorna på Magelungen. Vecka 44 så genomförde SR ett läger för landets ungdomar, lägret var förlagt till Bosön. Distriktets klubbar bidrog med båtmaterial och ledare. Lidingö Roddklubb upplät sina lokaler och anläggning för vattenträning. Detta uppskattades mycket av SR då det bidrog till att lägret kunde ha en hög kvalitet. Deltagarna kom från Hammarby roddförening, Stockholmspolisens Roddförening, Vaxholms Roddförening och Stockholms Roddförening. Ett stort tack riktas till Lidingö Roddklubb och Henrik Persson, Josefine Berglund samt Thomas Lindberg som bidrog till detta..

Utbildning

Uppdrag inom distriktet:

- Samordna utbildningsaktiviteter inom distriktet.

Årets utbildningsverksamhet har liksom övrig verksamhet påverkats av pandemin. I planeringen för året så låg ett antal workshops inom teknik, båtinställning och coaching som tyvärr ställdes in. Glädjande nog har ett antal ledare i distriktet genomfört SR:s nya introduktionskurs "jag ledare inom svensk rodd". Kursen ger deltagaren en grund att stå på avseende ledarskap, värdegrund, roddsportens grenar, teknik samt hur sporten är organiserad i Sverige och världen.

Deltagare från Hammarby Roddförening, Uppsala Akademiska Roddsällskap och Lidingö Roddklubb har påbörjat SR:s nivå 2 utbildning. Deltagarna väljer med vilken inriktning de läser kursen bredd och motion eller klubbelit, där de kan specialisera sig på de aktiva de kommer att möta i sitt tränarskap. Kursen genomförs i tre moment där den första genomfördes online i november. Utbildningen ger en djupare kunskap och kompetens inom träningslära, roddteknik, ledarskap, nutrition och övriga delar en tränare behöver i sin roll.

Magelungen drift

Uppdrag inom distriktet:

- Samordna drift, underhåll och träningsverksamheten på Magelungen.

Aktiviteter:

- Ta fram en driftsplan för anläggningen som kommuniceras till brukarna (tex schema för hålla efter ingångsbryggan).
- Anordna städdag på anläggningen.
- Ta fram schema för platstilldelning i tältet.

Driftrapport

Under året har mindre reparationer (lagat trasiga tvärgående vajrar) gjorts på banan under ledning av Tomas Eriksson. 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. Tyvärr har det under året varit en del stölder och förstörelse omkring anläggningen, bla stöld av katamaran och båtmotor.

Båtplatserna i tältet har fördelats mellan de tre klubbarna (SPIF, HIF och SRF) som använder anläggningen för daglig träning. Jan Knejp har lämnat över information om drift av anläggningen till Tomas Eriksson och Janne Berglund.

Magelungen utveckling

Uppdrag inom distriktet:

- Utveckla och säkerställa tränings-, 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 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 fasciliteterna på land är oerhört påvra för att vi skall kunna bedriva en modern och utvecklande miljö för de aktiva. Dessutom är förvaringen av vårt 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. Utöver detta skulle vi behöva utöka vår bryggkapacitet samt byta ut de bryggor vi har då de för länge sedan fallit för åldersstrecket.

Under året har vi tagit 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 2021 har tagit fram en målbild av hur vi gemensamt vill använda och utveckla Magelungen.

Klubbrapporter

Akademiska Roddföreningen

Trots de mycket speciella omständigheterna har föreningen under hela året försökt att upprätthålla kontinuerlig roddträning för tävlingsroddare och motionärer. Efter att vi på grund av de då gällande restriktioner var tvungna att flytta fram vårens nybörjarkurs, kom nybörjarverksamheten igång under sommaren. Intresset för kurserna verkade ovanligt stort i år och under hösten kunde vi till och med anordna tre introduktionskurser för nybörjare. De striktare kontaktrestriktioner under senhösten satte tyvärr slut för all organiserad träning och vi uppmuntrade våra medlemmar att träna i mindre grupper och mindre båtar istället.

Coronapandemin bidrog som bekant till en



starkt reducerad tävlingsverksamhet. Några framgångar förtjänar ändå att framhävas här. I andra deltävlingen av SM i inomhusrodd i Sigtuna i början av mars, strax innan Coronarestriktioner infördes, deltog ARF med 14 stycken roddare och även tränaren, Connla Edwards, och några trogna fans var på plats. Det blev många nya personliga rekord och en handfull medaljer också. På damfronten lyckades Clara Hamell slå sin tid från deltävling 1 i Trollhättan och placerade sig därmed på en fjärde plats i damseniorernas singelopp, vilket också innebar en fjärde placering i SM av inomhusserien. Senare samma dag besegrade Clara tillsammans med Anna-Luisa Volk de andra deltagande lagen i



damernas dubbelopp, vilket inte bara gav de en guldmedalj för loppet utan också en SM guldmedalj. I herrseniorernas

singel lyckades Jonas Richter förbättra sin tid från Trollhättan och placera sig på en andra plats. Den här silvermedaljen tillsammans med tredje platsen i Trollhättan räckte för andra platsen totalt i inomhusserien och därmed en SM silvermedalj. Jonas tävlade även i dubbelklassen tillsammans med Erik Bröte och placerade sig där på en städig tredjeplats.

Under ÖRDF's höstregattaserie gjorde ARF-lagen en stark insats med en första plats och ett nytt banrekord på "Head of the fyris" samt en första och en tredje plats på "Brunnsviken Buoys".



Under hösten renoverade Stockholm stad den befintliga bryggan. Dessutom beviljades ARF's ansökan om stöd till renovering av båthuset. Under vintern och framåt sommaren 2021 kommer vi äntligen kunna påbörja ett sedan länge efterlängtat arbete med att stabi-lisera husets fasad och en allmän upprustning av lokalen.

Vi ser mycket fram emot en förhoppningsvis mer aktiv och social roddsäsong 2021 i ett renoverat båthus.

Hammarby Roddförening

2020 går till den grönvita historieberivningen som ett extremt år. Efter att verksamheten under vintern flöt på med gemensamma träningar och sociala aktiviteter förändrades spelplanen totalt i samband med den globala pandemins spridning. Med de nya förutsättningarna försvann många möjligheter till gemensamma träningar och andra former av gemensamma aktiviteter. Detta till trots har det rots mycket i föreningen under året med en total roddsträcka som ligger i linje med de senaste åren, trots att lagbåtarna har fått mycket mindre uppmärksamhet än ett normalt år. Träningen har helt enkelt tagit sig nya former.

Bland tävlingsframgångar kan nämnas att Malin Sundström kämpade till sig ett guld på två distanser vid VM på roddmaskin. Ruben Rapi lyckades tillsammans med en fransk kamrat att som första svensk ro hem en seger i herrarnas juniordubbel på franska mästerskapen. Tack till Robert Vigert som ordnade allt runt om med den tävlingen! Större tävlingar har uteblivit i Sverige under året men föreningen har deltagit på de lokala distriktstävlingar som har arrangerats.

Mycket av det normala arbetet i föreningen har legat i dvala under året. Årsmötet sköts upp och genomfördes digitalt vilket försvårade överlämning av några fina utmärkelser. Michael

Helmer och Henrik Persson tilldelades Svenska roddförbundets diplom för förtjänstfulla insatser för roddsporten. Henrik Persson utnämndes även av SR till årets ledare i Svensk Rodd. Grattis!.

Lidingö Roddklubb

Trots eller på grund av (?) pandemi så ökade Lidingö roddklubb sitt medlemstal på roddsidan under 2020 till dryga 100 roddare varav 1/3 ungdomar, vilket är en fyrdubbling jämfört med året innan! Det har varit en tillströmning av nyfikna härliga människor där många bara har provat-på och andra har gått helhjärtat in. Vad som har varit speciellt med året är att klubben har haft fasta aktiviteter samt kunnat anordna fler roddskolor både för barn och vuxna.

Roddaktiviteter under 2020 har bestått av:

- Öppen rodd - Klubben organiserade öppen rodd 2 ggr/vecka både för medlemmar och de som vill prova på. Utöver organiserad verksamhet för alla medlemmar har medlemmar bildat grupper och börjat ro på övrig tid, varav de flesta dock fortfarande med hjälp av ledare/instruktörer.
- Roddskola för barn vid 3 tillfällen för åldern 10-16 år. Totalt deltog 26 barn.
- Roddskola för åldern 16 år-19 år. Totalt 7 ungdomar.
- Klubben har fortsatt med ungdomsrodd 1-2 ggr/vecka och har ökat antalet aktiva till stadiga 5-7 ungdomar varje pass.
- Roddskola för vuxna genomfördes vid 2 tillfällen för nybörjare där 12 personer deltog.
- Fortsättningskurs genomfördes under hösten.
- Futuraskolan har besökt klubben vid ett flertal tillfällen: en friluftsdag och åtta gymnastiklektioner där fyra klasser i åk 9 rodde på sina gymnastikpass.
- Filminspelning - det spelades in scener både på land och i båt. Klubbens instruktörer instruerade skådespelarna under två pass för att få till en roddscen.
- Tävlingar i rodd som klubben har deltagit i är Distanskapprodden med nya kustfyran, Head of fyris i en scullerfyra och en dubbel



samt Brunnsviken Buoy i en fyra med och en inriggad 4a.



- Långfärdsrodd – totalt har sex långturer gjorts som varit mellan 30-46 km.
- Utbildning - Intern tränarutbildning av tre ungdomar (17-21 år) i samband med roddskolor och Futuraskolans aktiviteter. Höstläger SR - Svenska roddförbundets genomförde ungdomsläger på Bosön under allhelgonahelgen med ca 22 ungdomar som rodde scullerfyrar i Kyrkviken.

Norrköpings Roddklubb

Se appendix F

Norrtälje Roddförening

Axel Halve, Agnes Herlin och Lars Herlin deltog i Svenska roddförbundets träningshelg på Bosön i oktober 2020. Anna Malvina och Petter deltog i SRs testregatta och samling i Stockholm i september.

Petter Ljungström har varit högst sparsamt delaktig i distriktets verksamhet. Han fungerar under 2020 som en kanal mellan distriktet och klubben. Petter har sporadiskt deltagit i distriktets styrelsemöten. Här är det önskvärt med en annan lösning för att NRF ska fortsätta att vara representerade i distriktet.

Under 2020 ansökte Norrtälje roddförening om bidrag för uteblivna intäkter på grund av Covid-19. Ansvarig för att utforma ansökningarna har varit Elin Herlin. Bidrag på ca 9000 kr erhöles. Lokalbidrag och verksamhetsbidrag har erhållits från kommunen.

Roddföreningen höll materialdag i april månad och tog hand om området kring båthuset. Gräsklippning har skötts av Tony

Halve, Axel Halve, Diana Duiasz och Petter Ljungström. Vassklippning har Petter Ljungström och Tony Bringemo ansvarat för. Tony har även ansvarat för drift av annan karaktär som exempelvis byte av batterier på dörrlåsen med mera.

År 2020 gjorde NRF flera investeringar, värt att nämna är följande:

- Inköp av tre st singlar från Falkenbergs roddklubb.

NRF höll möte med Roslagens kanotsällskap för att samordna gemensamma insatser för lokalerna under 2020. Vi kom överens om inköp av förbrukningsmateriel och städdagar plus flera andra aktiviteter.

På grund av Covid-19 genomfördes ingen Roddskola.

Juniorträning har bedrivits minst 2 ggr per vecka under hela året med fokus på måndagar och onsdagar och har gett stabilt deltagande på mellan 4-10 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 seniorträningarna och ibland rott med våra nya seniorer. Victoria, Lars och Petter har drivit juniorverksamheten. Juniorträningen ställdes in från mitten av november på obestämd tid på grund av Covid-19.



På grund av Covid-19 genomfördes ingen Roddskola för seniorer.

Seniorträning 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- 6 båtar på vattnet. Inomhusträningarna har hållits på roddmaskin under hela inomhussäsongen under ledning av Tony.

Ro-slagsloppet 2020 blev inställt på grund av Covid-19.

På Farsta så hölls 2 st coronatävlingar under säsongen och där NRF lyckades kamma hem

flera medaljer under de två tävlingar som hölls. Fantastisk insats av distriktet att klara av uppgiften att anordna fina tävlingar med restriktioner!

KM gick av stapeln på Lommaren som vanligt och vi hade tävlingar i scullerfyra juniorer mot seniorer. Det var mycket fina tävlingar. På grund av Covid-19 åt vi medhavd lunch istället för den traditionella KM-middagen.

Året avslutas vanligtvis med traditionellt luciarodd inomhus men icke detta år på grund av Covid-19.

Sammanfattningsvis har vi haft ett märkligt 2020 där Covid-19 påverkade stora delar av tävlingsverksamheten. Vi har dock i hög grad upprätthållit aktiviteterna med träning på hemmaplan under stora delar av året.

Stockholmspolisens IF

Verksamheten under 2020 präglades av Corona epidemin och restriktioner som FHM har rekommenderat för samhället i allmänhet och sporten i synnerhet.



Innan Corona tog fart han vi i SPIF delta på C2 tävlingar både i Trollhättan och i Svearodden och Emma Tumova erövrade SM tecken i DJB. I övrigt har det tränats som det rekommenderats, både i klubben och på Magis men vi har inte tävlat

utanför Stockholm.

Tiden för det uteblivna vårträningläger har vi utnyttjat till att riva balkongen på kortsidan av båthuset som har utnyttjats av klotter och inbrottsgalna ungdomar. Vi har bytt förstörda och nersprejade fönster som gjorde att nu har vi fått dagsljus i C2 träningshallen.

Stockholms Roddförening

Vi visste redan från början att verksamhetsåret skulle bli lite speciellt eftersom vi såg fram mot vårt 140-årsjubileum med ett stort antal jubileumsaktiviteter. Det vi då inte visste var att året skulle komma att präglas av något som hette Pandemi och som skulle medföra stora utmaningar i vår idrottsverksamhet och ekonomi.

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

Tack vare en god planering kring smittreducerande restriktioner kunde vi genomföra årets roddskola som pågick sex timmar per dag (måndag-torsdag) i totalt tre veckor under juni. Aktiviteten var fullteknad och ett 40-tal ungdomar deltog.

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

Till följd av Covid-19 så har årets tävlingssäsong blivit väldigt annorlunda då de flesta planerade tävlingarna har ställts in både i Sverige och utomlands, men på de få som varit har föreningen varit väldigt framgångsrik med både förbundsmästerskapsguldet samt SM-guldet i inomhusrodd och för första gången i kustroddbåtsklassen. Vi fanns även representerad vid årets enda internationella mästerskap då Eskil Borgh rodde för Sverige i 1x på EM i Poznan.



Redan i januari hade ett 30-tal intresserade anmält sig till vår populära nybörjarkurs. Men med hänsyn tagen till då rådande restriktioner beslöts att ställa in årets kurs. Tack vare ett dedikerat ledarteam har vi istället under 3 tillfällen i veckan haft teknikövningar och motionsrodd för fjolårets nybörjare och andra återvändande motionärer som umgåtts så att smittskyddsaspekterna kunnat innehållas.

Som ett led i att stärka föreningsandan och gemenskapen har föreningen genom åren genomfört ett stort antal evenemang. Året inleddes på ett strålande sätt då Eskil Borgh och Arthur Åsberg slog världsrekord i roddmaskin i det enda jubileumsarrangemang som hann genomföras innan Pandemin slog till.

Därefter genomfördes endast KM i rodd där Bengt Norberg, Lovisa Stenberg, Sofia Lundberg, Arthur Åsberg och Emelie Mika (cox) vann samt den traditionsenliga roddutflykten till Fjäderholmarna, i år tillsammans med Lidingö RK.



Under året har föreningens båtar noterats för 14.807 km fördelat på 1.352 turer i roddjournalen. Årets träningsflitigaste medlem har varit Eskil Borgh som på 231 roddturer avverkat 3.240 km.

Utbildningsåret 2020 började med att föreningen förnyade sin vaccination mot doping. På de kurser som har kunnat genomföras har fokus framförallt varit att höja kunskapsnivån för föreningens samtliga ledare. Vår tidigare goda ekonomi har i år ställts på stora prov då smittan hårdast slagit mot de sektorer som vi genom åren byggt upp som en bas för vår ekonomi. Kostnadsmissigt inleddes året med att vi slipade golvet i gymmet, installerade ventilation i båthusets övervåning, installerade projektorer i båthallen, inköpte 3 nya roddmaskiner samt beställde en ny 4x+.

I mars då Covid-19 började härja försvann alla bokningar på våra extrainkomster. Efter de initiala mycket stora svårigheterna lyckades styrelsen få kontroll på utvecklingen genom stark kostnadsstyrning samt en stor fokus på att hitta nya intäktskällor.

Uppsala Akademiska Roddsällskap

Uppsala akademiska roddarsällskap (UARS) har under 2020, coronaviruset till trots, haft fler medlemmar än på många år. Det har myllrat av aktiviteter i föreningen, men på ett coronasäkert sätt. Redan i mars införde vi egna coronarestriktioner för våra medlemmar, och vi har uppdaterat dessa med jämna mellanrum hela året. Dock har vi ändå förlorat intäkter på grund av viruset, men sökt och fått kompensationsstöd vid två tillfällen.

För UARS har klubbhusfrågan blivit extra aktuell de senaste åren. Vi har tidigare huserat i ett rivningshus ägt av Akademiska hus, men uppmanades att flytta ut under 2020. Istället har vi fått flytta in i en källare under Uppsala Folkhögskola som ligger närmare våra båthus. Även denna fastighet ägs av Akademiska hus. Våra medlemmar är väldigt nöjda med flytten och använder vårt nya klubbhus flitigt. Parallellt med detta sker ett arbete för att undersöka om vi kan bygga ett eget klubbhus längre fram.

Materialarbetet har flutit på mycket bra under året, många engagerade medlemmar har ställt upp och väldigt mycket materialarbete har blivit gjort, bland annat en renovering av vår brygga.

Vårt nya rekryteringsprojekt Student--satsningen drog igång under sommaren. Projektet är finansierat bland annat av Sveriges akademiska idrottsförbund. Målsättningen är att fler studenter ska bli medlemmar i UARS, att vi ska bli en mer inkluderande förening i linje med diskrimineringsgrunderna och medlemmarnas ambitionsnivåer, att vi får en starkare gemenskap i klubben samt fler tränarledda pass.

I linje med projektet har en tränargrupp skapats under hösten, för att internutbilda och uppmuntra fler personer att sätta sig i motorbåten och coacha. En utvecklingsgrupp för särskilt ambitiösa roddare har också startats på prov, med plats för sex personer. Rekordmånga deltagare deltog på årets tre roddskolor.

Tävlingarna Universitets-kapprodden och Head of Fyris har genomförts. Samtliga aktiviteter sedan i mars har haft coronaanpassningar så att de kunnat genomföras på ett säkert sätt.

Årets tävlingsdeltagande inleddes med att UARS damer tog både guld, silver och brons på Student-SM inomhus i Trollhättan. Nästa skräll skedde på Svearodden där UARS Lianne van der Leij tog hem segern, vilket även räckte till SM-bronset. På Distansen segrade ett av UARS mixade lag i sin kategori. Vid UK-rodde vann UARS herrar och en av våra besättningar tog en andraplats vid Brunnsviken Buoy.

Vaxholms Roddförening

Detta år har varit inte varit sig likt tidigare år på grund av Covid 19. Träningsmässig har verksamheten bedrivits nästan som vanlig,

förutom att båthusets träningslokal har varit stängd för alla medlemmar förutom för våra elitroddare. All juniortävling har varit utomhus med löpning och styrka på programmet. VRF arrangerade som vanligt roddskola men vi kortade ner antalet dagar.



På roddbanan har VRF deltagit storstilat i Svearodden, där vi även ordnade med caféverksamhet. VRF arrangerade även Distansen för 110:e gången i ordningen vilket hade ett rekordstartfält, med 15 båtar på startlinjen. Dock blev den traditionsenliga

fackelrodden och fyrverkeriet i fästningssundet inställd på grund av FHM rekommendationer. Var rädda om varandra.

Kassörens rapport

Östra RDF:s omsättning har för år 2020 varit lägre än under de senaste femton åren på grund av Coronan. Den orsakade att vi bara genomförde två mindre lokala tävlingar på Magelungen. Enligt plan skulle vi ha arrangerat Farstarodden med juniornordiska mästerskap och studentmästerskap i rodd, men den tävlingen måste ställas in med anledning av pandemin.

För att kunna göra större upprustningar på Magelungen och vid båtplatsen på Ågesta måste vi ansöka om medel från Idrottsförvaltningen i Stockholm.

Den negativa avvikelsen mot budgeten i ekonomin har främst orsakats av COVID-19. Resultatet för verksamhetsåret 2020 kommer vid årsmötet att föreslås bli balanserat i ny räkning. För mer information hänvisas till resultat- och balansräkningen. Se bilaga.

Slutord

Året började bra med att vi arrangerade den avslutande SM-deltävlingen i inomhusrodd i Sigtuna där en av våra medlemsföreningar har

sin hemvist. Inför tävlingen som avhölls i början av mars pratades det om något som kallades Pandemi. Då förstod vi inte mycket av vad det rörde sig om men Pandemin kom att prägla hela vår verksamhet under resten av året. Många planerade aktiviteter har fått ställas in eller begränsas kraftigt alltifrån vår medlemsförenings SRFs 140-årsjubileumsaktivitet när SRs årsmöte i slutet av mars, som skulle hållits i SRFs lokaler, fick ske digitalt till i slutet av året då Pandemirestriktionerna skärptes så att i stort sätt all organiserad träningsverksamhet omöjliggjordes.

Det som kom att påverka själva förbundet mest var att vi var tvungna att ställa in Farstarodden på Magelungen där vi förutom vår ordinarie årliga huvudregatta även skulle inkludera Nordiska Juniormästerskapen och Student-SM samt att vår nya kommitteorganisation fick problem att genomföra planerade aktiviteter.

Trots allt har distriktets föreningar genomfört en rad verksamheter under året och på de få tävlingar, framförallt nationellt men även internationellt, har distriktets roddare såväl på herr-, som damsidan som juniorer hållit sig väl framme och skördat stora framgångar. Under året har en enhällig styrelse initierat en uppsägning av vårt arrende på Djupån vilket kommer att ge oss möjlighet att koncentrera oss på att utveckla vår verksamhet invid Ågestagården.

Vi tycker att vi inom distriktsförbundet har mycket att vara stolta över och som genomförts under det gångna året men som inte hade varit möjligt utan ett stort stöd från medlemsföreningarna och dess medlemmars ideéla insatser och 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 Roddistriktsförbundets verksamhet under det gångna året.

Stockholm den 8 januari 2021

Kim Andersson
Lilly Beijer

Bo Berglund
Anders Joelson
Per Hallmén Lundberg
Ariane Robertson
Anna Rosengren
Anna-Luisa Volk
Eli Zlotnik
Lida Knejp

Bilagor:

1. Ekonomisk berättelse

Bilagor till årsberättelsen

1: Ekonomisk berättelse

Förenklat årsbokslut för räkenskapsåret 2020-01-01 till 2020-12-31

Resultaträkning

Intäkter	2020	2019
Medlemsavgifter	0,00	0,00
Gåvor och Bidrag		
Kommunala och regionala bidrag	44 310,00	71 218,00
Statliga bidrag	0,00	0,00
Övriga gåvor och bidrag	0,00	0,00
Verksamhetsintäkter	28 287,00	93 729,00
Försäljningsintäkter	0,00	0,00
Övriga intäkter	9 000,00	17 460,00
Summa intäkter	81 597,46	182 407,00
Kostnader		
Verksamhetskostnader	-65 977,55	-112 627,75
Försäljningskostnader	0,00	0,00
Övriga externa kostnader	-46 005,43	-62 102,75
Personalkostnad	-0,00	0,00
Summa kostnader	-111 982,98	-174 730,42
Verksamhetens överskott	-30 385,98	7 676,58
Finansiella intäkter	60,00	120,00
Årets resultat	-30 325,98	7 796,58

Balansräkning

Tillgångar	2020-12-31	2019-12-31
Byggnader	0,00	0,00
Inventarier	0,00	0,00
Fordringar	0,00	0,00
Kassa och Bank	289 516,43	319 842,41
Summa tillgångar	289 516,43	319 842,41
Eget kapital		
Balanserade överskott	309 842,41	302 045,83
Årets resultat	-30 325,98	7 796,58
Summa eget kapital	279 516,43	309 842,41
Skulder		
Obeskattade reserver	0,00	0,00
Övriga skulder	10 000,00	10 000,00
Summa skulder	10 000,00	360 000,00
Summa eget kapital och skulder	289 516,43	319 842,41

Revisionsberättelse

Revisionsberättelse För Östra Roddistrikförbundet

Undertecknad utsedd att granska Östra Roddistrikförbundets räkenskaper och styrelsens förvaltning för tiden 2020-01-01 – 2020-12-31 får härmed avge följande berättelse.

För fullgörande av mina uppdrag har jag tagit del av förbundets räkenskaper, Styrelseprotokoll, samt andra för revisionen erforderliga handlingar.

Jag tillstyrker att årsmötet

Godkänner resultaträkningen utvisande ett underskott på 30.325:98
Godkänner balansräkningen per den 31/12 2020 omslutande 289.516:43
Beviljar styrelsen ansvarsfrihet för den tid revisionen omfattar.

Stockholm 2021-01-07



Mari Abrahamsson

Utsedd revisor vid årsmötet 2020

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

Verksamhetsplan

Syfte

- Skapa bästa möjliga miljö för roddsportens verksamhet och utveckling i distriktet.
- Stötta medlemsföreningarna i deras verksamhet.
- Representera roddsporten inom gränserna för sex distriktidrottsförbund (DF), Stockholm, Sörmland, Uppland, Västmanland, Örebro Län och Östergötland.
- Synliggöra roddsporten inom distriktet.
- Driva och utveckla distriktets gemensamma roddanläggning Magelungen.
- Arrangera tävlingar

Arbetsordning

Styrelsen sammansätts av ledamöter från medlemsföreningarna i distriktet.

Ledamöterna har ansvar för att ärenden som deras 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. Föreningarna är delaktiga i de kommittéer som respektive föreningen har intresse av. Kommittéerna arbetar med respektive kommittés uppdrag utifrån distriktets syften. Kommittéernas verksamhet ska ha koppling till vilka frågeställningar och inriktningar medlemsföreningarna ställer.

Övergripande aktiviteter

- Söka bidrag från SR och regionala idrottsförbund samt andra möjliga intäktsmöjligheter.
- Att organisera distriktets administration på ett rationellt och hållbart sätt.
- Att verka för att den svenska rodddistriktsorganisationen utvecklas och stärks.
- Att inrätta tränarråd i syfte att 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
- Alkoholpolicy som gäller för distriktets verksamhet (tävlingar och övriga arrangemang).
- Att kommittéerna arbetar fram mätbara målsättningar aktiviteter för sina områden.
- Att ta fram ÖRDF:S utvecklingsresa mot 2025 som stöd i detta används strategidokumentet svensk rodd 2025.
- Att få i gång en ungdomskommitté för att stötta regionens ungdomsverksamhet.
- Ta fram ett regionalt kalendarium för distriktets verksamhet.

Uppdrag i kommittéerna

Tävling

Uppdrag inom distriktet:

- Upprätthålla kompetens och utrustning för att möjliggöra tävlingsverksamheten i distriktet.
 - Särskilt uppdrag är att arbeta med förnyring 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 samverkamed övriga regattaarrangörer.

Exempel på aktiviteter 2021:

- Genomföra JNM*, NM*, Farstarodden*, Höstserien*, Gymnasierodden*.
- Stötta medlemsföreningar i att arrangera breddtävlingar på kvällstid (typ St: Eriksrodden)
- Ordna ett hållbart förråd för distriktets teknikutrustning. *Redan beslutat och ligger i planeringen..

Student

Uppdrag inom distriktet:

- Utveckla studentrodden inom distriktet.
- Samordna tränings och lägerverksamhet för distriktets studenter.

- Bevaka och informera om möjligheten att kombinera studier och elitidrott " dubbla karriärer".
- Föra dialog med SAIF angående studentrodden inom distriktet.

Exempel på aktiviteter 2021:

- Genomföra Student SM?
- Genomföra student NM i samverkan med SR och SAIF.

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.
- Samordna utländska långfärdsroddare som besöker distriktet.

Exempel på aktiviteter 2021:

- Samordna klubbkombinationer inom distriktet för deltagande på Mastertävlingar.
- Samordna långfärdsrodd inom distriktet och roddresor i världen.

Ungdom

Uppdrag inom distriktet:

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

Aktiviteter för 2021:

- Bilda en arbetsgrupp för kommitteen.
- Genomföra ett vår och ett höst-läger för ungdomar och ungdomsledare i distriktet (träning, utbildning och socialaktiviteter).

Magelungen (drift)

Uppdrag inom distriktet:

- Samordna drift, underhåll och träningsverksamheten på Magelungen.

Exempel på aktiviteter 2021:

- Ta fram ett förslag till policy för fördelning av båtplatser i inhägnad och tält (beslut tas av ÖRDFs styrelse) samt ta fram schema för platstilldelning i tältet och inhägnad.
- Ta fram en driftsplan för anläggningen som kommuniceras till brukarna (tex schema för hålla efter ingångsbryggan).
- Anordna städdag på anläggningen.
- Utse bokningsansvarig och framtagning av bokningsrutiner för anläggningen (bana och Djupån).

Magelungen (utveckling)

Uppdrag inom distriktet:

- Utveckla och säkerställa tävlingsanläggningen för framtiden.

Exempel på aktiviteter 2021:

- Avveckla Djupån.
- Genomföra enkätundersökning angående anläggningen nyttjande, drift och utveckling.
- Ta fram en idéskiss avseende anläggningens framtid.
- Föra dialog med Stockholms Stad och Huddinge kommun angående distriktets behov av utveckling av anläggningen.

Utbildning

Uppdrag inom distriktet:

Samordna utbildningsaktiviteter inom distriktet.

Aktiviteter för 2021:

- Fyra workshops utifrån intresset bland medlemsföreningarna ex. träningsmetodik, Teknik, båtskötsel/lagning, HLR och akuta idrottsskador, cox-utbildning.
- Stötta deltagarna på nivå 2 (UARS, LRK, HIF).
- Genomföra vintersäkerhetsseminarie.
- 80% av föreningarna är Vaccinerade mot doping.
- Jag ledare Svensk Rodd för ÖRDFS-styrelse.
- 70 % av föreningarna genomför ledare Svensk Rodd.

Budget 2021

	Res 2020	Res 2019	Budg 2020	Budg 2021	Not
Förbundets intäkter					
3110 Startavgilt Svearodden	22 900,00	30 775,00	27 000,00	0,00	
3111 Startavgift Gymnasierodden	4 950,00	8 500,00	9 000,00	5 000,00	
3114 Startavgift JNM. Nordic Open/ Farstarodden, Student-NM	0,00	38 300,00	49 000,00	50 000,00	
3121 Logi Sigtuna SSSL	0,00	4 500,00	0,00	0,00	
3151 Anmälnings-/deltagaravgift kurser	0,00	11 080,00	1 000,00	5 000,00	
3153 Anmälnings/deltagaravgift läger	0,00	0,00	3 000,00	5 000,00	
3199 Övriga intäkter	437,00	574,00	1 000,00	0,00	
3700 Öresutjämning/påminnelseavgift	60,00	120,00	0,00	0,00	
3810 Kommunala bidrag	0,00	30 000,00	50 000,00	60 000,00	*
3812 Bidrag från Sv. Roddförbundet	0,00	0,00	10 000,00	10 000,00	
3814 Bidrag från distriktsförbund (DF)	44 310,00	41 218,00	35 000,00	40 000,00	
3911 Föreningsavgift Djupån	9 000,00	16 000,00	16 000,00	9 000,00	
3912 Uthyrning/Logi Djupån	0,00	1 460,00	4 000,00	0,00	
Summa förbundets intäkter	81 657,00	182 527,00	205 000,00	184 000,00	
Förbundets kostnader					
4017 Hyra roddmaskiner	-4 250,00	-4 000,00	0,00	0,00	
4018 Hallhyror/pontoner	0,00	-1 500,00	-5 500,00	1 500,00	
4019 Kost/logi	-7 842,75	-24 215,30	-29 500,00	-25 000,00	
4020 Materialkostnader	0,00	0,00	-2 500,00	-5 000,00	
4021 Funktionärskostnader/Domare	-1 500,00	-9 100,00	-13 000,00	-13 000,00	
4022 Priser, medaljer	-8 486,00	-6 974,00	-7 000,00	-10 000,00	
4024 Dusch och toalett	-10 667,00	-4 688,00	-21 000,00	-40 000,00	
4026 Polisens tillstånd att arrangera tävling	-870,00	0,00	0,00	-1 000,00	
4033 Bilersättning	-3 096,00	-1 944,60	-5 500,00	-2 000,00	
4035 Drivmedel/bensin	-4 203,15	-7 130,15	-10 500,00	-5 000,00	
4045 Lägerbidrag till föreningar	-3 500,00	-2 400,00	-4 000,00	0,00	**
4046 Tävlingsbidrag föreningar	-5 000,00	-10 000,00	-10 000,00	0,00	**
4048 Externa kostnader	-9 859,80	0,00	-16 000,00	0,00	
4049 Övriga kostnader	-5 354,85	-38 267,70	-7 500,00	-33 000,00	**
4895 Årsmöteskostnader	-1 348,00	-2 408,00	-1 000,00	-1 000,00	
5010 Lokalhyra (Djupån+24Storage)	-36 361,00	-38 460,00	-58 000,00	-40 000,00	
5020 El	-5 669,13	-6 405,87	-7 000,00	-4 000,00	
5090 Övriga lokalkostnader	0,00	-2 507,65	-3 500,00	0,00	
5190 Övriga fastighetskostnader	0,00	-11 458,85	0,00	-10 000,00	
6110 Kontorsmaterial	-1 375,10	-81,80	-1 000,00	-1 000,00	
6230 Datakom/Internet/E-post/IT	0,00	-349,00	-1 000,00	-1 000,00	
6250 Postbefordran	0,00	0,00	-500,00	-1 000,00	
6490 Övriga förvaltningskostnader	0,00	0,00	-14 000,00	0,00	
6540 IT-produkter och tjänster	-1 636,00	-2 070,00	-1 000,00	-2 500,00	***
6570 Bankkostnader	-964,20	-769,50	-1 000,00	-1 000,00	
Summa förbundets kostnader	-111 982,98	-174 730,42	-220 000,00	-194 000,00	
8999 Årets resultat	-30 325,98	7 796,58	-15 000,00	-10 000,00	

Budgetnot 2021

*: Evenemangsstöd (Farsta 50') + "Coronastöd(10)")

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

***: Beslutat inköp komradioapparater

Medlemsavgift för det kommande verksamhetsåret

Styrelsen föreslår att årsavgiften skall vara 0 kronor

Propositioner och motioner

10.a Proposition angående ändring av stadgan 5 kap (RDF-styrelsen) 1 § (sammansättning), första och andra stycket

För att möjliggöra att samtliga föreningar i roddistriktet kan få en övrig ledamot i styrelsen samt att man dessutom kan välja en övrig ledamot som kassör respektive sekreterare föreslås antalet möjliga övriga ledamöter att utökas från 10 till 12 stycken.

5 kap (RDF-styrelsen) 1 §
(sammansättning), första och andra stycket, föreslås mot bakgrund av ovan att ändras till:

"RDF styrelsen ska bestå av kvinnor och män samt att ett av endera könet bör vara representerat med minst 40 % av ledamöterna. RDF-styrelsen utgörs av ordförande och fyra till tolv övriga ledamöter samt en till fyra suppleanter valda av RDF-mötet. Antalet övriga ledamöter och suppleanter bestäms för varje år av RDF-mötet.

RDF-mötet väljer styrelsens ordförande och suppleanter på ett år samt övriga ledamöter på två år. Om fler än hälften av övriga ledamöter ska väljas, utses högst sex övriga ledamöter på två år samt övriga på ett år. Avgår styrelseledamot före mandattidens utgång fördelar styrelsen

ledamotens uppdrag inom sig (inkl. suppleanter och adjungerade ledamöter) för tiden fram till nästa ordinarie årsmöte. Styrelsen utser inom sig vice ordförande och tillsätter sekreterare och kassör. "

Nuvarande lydelse:

"RDF styrelsen ska bestå av kvinnor och män samt att ett av endera könet bör vara representerat med minst 40 % av ledamöterna. RDF-styrelsen utgörs av ordförande och fyra till tio övriga ledamöter samt en till fyra suppleanter valda av RDF-mötet. Antalet övriga ledamöter och suppleanter bestäms för varje år av RDF-mötet.

RDF-mötet väljer styrelsens ordförande och suppleanter på ett år samt övriga ledamöter på två år. Om fler än hälften av övriga ledamöter ska väljas, utses högst fem övriga ledamöter på två år samt övriga på ett år. Avgår styrelseledamot före mandattidens utgång fördelar styrelsen ledamotens uppdrag inom sig (inkl. suppleanter och adjungerade ledamöter) för tiden fram till nästa ordinarie årsmöte. Styrelsen utser inom sig vice ordförande och tillsätter sekreterare och kassör."

10.b Proposition angående ändring av stadgan 5 kap (RDF-styrelsen) 1 § (sammansättning), fullmakt vid styrelsemöte

5 kap (RDF-styrelsen) 1 §
(sammansättning) föreslås kompletteras
med nedanstående som 3.dje sats.

"RDF-ledamot som vid invalet till RDF-styrelsen samtidigt var ordförande i någon av IF:en i RDF kan lämna fullmakt till annan person i samma IF att representera ledamoten vid RDF-styrelsemöte. Sådan befullmäktigad person har yttrande-, förslagsrätt- och rösträtt. "

Nuvarande lydelse:

RDF styrelsen ska bestå av kvinnor och män samt att ett av endera könet bör vara representerat med minst 40 % av ledamöterna. RDF-styrelsen utgörs av ordförande och fyra till tio övriga ledamöter samt en till fyra suppleanter valda av RDF-mötet. Antalet övriga ledamöter och suppleanter bestäms för varje år av RDF-mötet.

RDF-mötet väljer styrelsens ordförande och suppleanter på ett år samt övriga ledamöter på två år. Om fler än hälften av övriga ledamöter ska väljas, utses högst fem övriga ledamöter på två år samt övriga på ett år. Avgår styrelseledamot före mandattidens utgång fördelar styrelsen ledamotens uppdrag inom sig (inkl. suppleanter och adjungerade ledamöter) för tiden fram till nästa ordinarie årsmöte. Styrelsen utser inom sig vice ordförande och tillsätter sekreterare och kassör.

RDF-styrelsen får utse enskild person till adjungerad ledamot i styrelsen. Sådan ledamot har yttrande och förslagsrätt men inte rösträtt.

En av RDF-mötet, enligt 3 kap 5 § RF:s stadgar, utsedd hedersordförande eller hedersledamot har yttrande- och förslagsrätt men inte rösträtt.

Valberedningens förslag till årsmötet 2021

Fastställande av antal ledamöter ochsuppleanter i styrelsen för det kommande året

Valberedningen föreslår att antal ledamöter och suppleanter blir enligt nedan

Poster	2021	Omval/Nval/Sittande (Färgkod se nedan)	Sitter till Representerar
1 Ordförande	<i>Eli Zlotnik</i>		2022 SRF
2 Ledamot	<i>Kim Andersson</i>		2023 (Sekreterare)
3 Ledamot	<i>Vakant</i>		2023 (Kassör)
4 Ledamot	<i>Anders Joelsson</i>		2023 HIF
5 Ledamot	<i>Anna-Luisa Volk</i>		2022 ARF
6 Ledamot	<i>Petter Ljungström</i>		2023 NRF
7 Ledamot	<i>Jan knejp</i>		2023 SPIF
8 Ledamot	<i>Oliver Degerstedt</i>		2023 UARS
9 Ledamot	<i>Per Lundberg</i>		2022 VRF
10 Ledamot	<i>Lilly Beijar</i>		2022 LRK
11 Ledamot	<i>Anna Rosengren</i>		2022
12 Ledamot	<i>Ariane Robertson</i>		2022
1 Suppleant	<i>Lida Knejp</i>		2022
Revisor	<i>Rolf Bergström</i>		2022
Revisor/supp	<i>Kerstin Hamrin</i>		2022

Ordförande och 1 ledamot i valberedningen för en tid av ett år

Förslag lämnas vid årsmötet

Apendix

A: Förhållningsregler avseende Covid-19

- Den som är sjuk, även med milda symtom, ska inte delta i aktiviteter alls, utan stanna hemma till och med två dagar efter tillfrisknande. Insjuknar man under en idrottsaktivitet ska man gå hem direkt. Vid bekräftat Covid-19 ska det dessutom ha gått minst 7 dagar sedan insjuknandet.
- Vid resor till och från tävling ska Folkhälsomyndighetens rekommendationer för resande följas. Endast symptomfria personer ska resa. Förening bör i första hand välja resealternativ som innebär att trängsel och närkontakt med andra undviks. Handhälsning bör undvikas för att motverka smittspridning.
- Vi uppmanar deltagande klubbar att minimera antalet ledare och anhöriga.
- Vi kommer även att lägga loppordningen så att vi klarar kravet på 50 deltagande (funktionärer, ledare, tävlande) vid tävlingen. Detta kommer att regleras genom att deltagare som har tävlat lämnar tävlingsområdet efter deras deltagande.
- Vi avgränsar båtplatsen och uppmanar deltagarna att minimera antalet som vistas där (max 50 st). Det finns två tävlingsvärdar på plats, följ deras anvisningar.
- Vi uppmanar till att undvika trängsel vid båtbyggorna.
- Var fortsatt noggranna med att hålla avståndet på 1,5 meter i så god utsträckning som möjligt.
- Vi uppmanar till att byta om hemma före och efter aktiviteter. Omklädningshytterna på grusplan skall ej nyttjas.
- Vi toalettbesök ska ev. köande ske med avstånd mellan människorna och använd handsprit som finns tillgänglig.
- Dela inte vattenflaskor, munskydd och liknande som kan överföra saliv.
- Tillse att tvätta händerna med tvål, tvätta och torka av årans handtag både före och efter rodd.
- Vi tillhandahåller handsprit till funktionärer och deltagare och uppmanar till att använda detta.

Övriga erfarenheter

- Roddcheferna får en viktig roll i detta gentemot deras aktiva. Viktigt att vara ute i god tid och följa scheman.
- Tänk på att när tävlingen kommer i gång så ökar risken då aktiva och coacher hamnar går in i "tävlingsfokus". Det kan innebära ett annat beteende då stress och adrenalin får dem att bli omedvetet riskbenägna.

Sätt upp ett tidschema för hur länge en besättning får vara på vattnet från utgång-tävlande-ingång. Då kan ni få ett bättre flöde på bryggor och andra riskområden.

B: Erfarenheter och tips på regattaplanering under Covid-19

Tävlingsorganisation

Funktion	Ansvarig	Detalj
Tävlingsvärdar	NN	<p>Utsedda tävlingsvärdar som ansvarar för att deltagare, tränare och funktionärer följer uppsatta regler för Covid-19.</p> <p>Bär gula västar el liknande för att synas</p>
Kommunikation	NN	<p>Viktigt att kommunicera förhållningsätt och anpassningar till tävlande klubbar, åskådare och internt i tävlingsorganisationen.</p> <p>Skapa en separat plan för detta som tillägg till övrig kommunikation.</p>

Risکانالys Regatta (exempel)

Risk	Hög	Medel	Låg	Åtgärd	Kommentar
Transport till och från tävling		X		Följ RF:s och SR:s rekommendationer.	
Omklädning	X			<p>Inga duschar finns tillgängliga.</p> <p>Vi uppmanar klubbarna att byta om utomhus alt hemma.</p>	
Båtplats		X		Klubbarnas båtplatser skiljs åt. Klubbarna tillser att avstånd hålls mellan de aktiva.	
Båtbrygga		X		Tävlingsvärden kontrollerar att trängsel på bryggorna undviks.	
Prisutdelning		X		En och en beträder "prisfallen".	
Toalett		X		<p>Ev. köande sker med avstånd mellan människorna.</p> <p>Handsprit finns tillgängligt.</p>	
Båtmaterial		X		<p>Handsprit finns tillgängligt.</p> <p>Materialet tvättas av mellan loppen.</p>	

Följebåtar			X	Max två personer i varje båt.	
Sekretariat och målplats			X	Ordnas utomhus och avstånd mellan funktionärerna upprätthålls.	
Båthus			X	Klubbarna tillser att avstånd hålls mellan de aktiva.	
Tillbud	X				Sker tillbud så tillämpas L-ABC, extra noggrannhet med L (läget).
Ledare i riskgrupp		X		Får uppgifter som kan lösas med socialdistansering.	Vi har många kompetenta ledare som är i riskgrupp, för att de ska kunna vara delaktiga behöver de hanteras noggsamt utifrån risk.

C: Kommunikationsplan

ÖRDF Kommunikationsplan

För att sprida information inom distriktet används följande kanaler.

- a) **ÖRDFs webbsida** (www.ostrarodd.se). Denna sida uppdateras av ÖRDFs webbmaster.
- b) **ÖRDFs facebookssida** (www.facebook.se och gruppen heter Östra Roddistriktsförbundet). Sidan uppdateras främst av Per Lundberg. Även andra personer har redigeringsbehörighet och kan skapa inlägg (t.ex. Jan Knejp, Ian Miller och Anna-Luisa Volk.)
- c) **ÖRDFs Instagramkonto** Kontot har skapats men underhålls inte i dagsläge.
- d) **E-post från ÖRDF** sänds med "generella mailadresser" till ordförande (ordforande@foreningens-namn.se eller allaordforande@ostrarodd.se).
- e) **Pressmeddelande** På hemsidan finns en rubrik för pressmeddelande. När det blir aktuellt med ett pressmeddelande utser ordförande en person som tar kontakt med radio/tidningar.

För att komma i kontakt med ÖRDF kan e-post sändas till följande adresser:

Till styrelsemedlemmar i Östra Roddistriktsförbundet:

Adress	Funktion
ordforande@ostrarodd.se	Ordförande
kassor@ostrarodd.se	Kassör
sekreterare@ostrarodd.se	Sekreterare
ungdom@ostrarodd.se	Ungdomsansvarig
utbildning@ostrarodd.se	Utbildningsansvarig
styrelse@ostrarodd.se	Alla i styrelsen, ledamöter och suppleanter

Östra Roddistriktsförbundet har lagt in vidarebefordring till ansvariga personer enligt tabellen ovan.

Anmälningar till tävlingar som arrangeras av Östra Roddistriktsförbundet skickas till:
regatta@ostrarodd.se

D: Landslagsverksamhet

Ett antal av distriktets tävlingsroddare har ingått i SR:s landslagsverksamheter under året. Årets inomhussäsong kunde genomföras före pandemin slog till och begränsade tävlandet på internationell nivå. ÖRDF hade två representanter på EM och VM i inomhusrodd som gjorde fina resultat.

- Malin Sundström Hammarby IF
- Anders Backeus Vaxholms RF

Årets internationella tävlingssäsong på vattnet påverkades desto kraftigare med en rad inställda mästerskap som följde. FISA:s tävlingar World cup och VM ställdes in och NOR ställde in JNM/Nordic Open.

IOC fick fatta ett historiskt beslut att ställa in OS i Tokyo. Beslut är taget att OS genomförs 2021.

Detta har påverkat idrottsåret mycket. Dock lyckades FISA att genomföra EM (senior) där en trupp från Sverige deltog, med bla två roddare från distriktet.

- Eskil Borgh M1X Stockholms RF
- Ahmet Rapi MLv1X Hammarby IF

Samlingar och läger har kraftigt begränsats för landsgrupperna, under hösten fick de inplanerade "varmortslägren" hållas på hemmaplan. Turligt nog så var vädret med oss och det gick att ro på vattnet till årsskiftet.

Fyra av distriktets seniorroddare har blivit erbjudna plats i SRT 24. SRT24 är en förkortning på svenska roddteamet 2024 och är SR:s seniorelitgrupp som har siktet inställt på OS 2024. Gruppen är selekterad utifrån testresultat under 2020.

- Anders Backeus Vaxholms RF
- Anna-Malvina Svennung Norrtälje RF
- Eskil Borgh M1X Stockholms RF
- Ahmet Rapi MLv1X Hammarby IF

En rad av distriktets juniorer har ingått i SR:s juniorverksamhet. I juniorlandslaget planeringen fanns JNM, Baltic Cup, JEM, JVM och Coupe de la Jeunesse. Tyvärr så blev dessa tävlingar inställda och några representanter från ÖRDF blev inte selekterade.

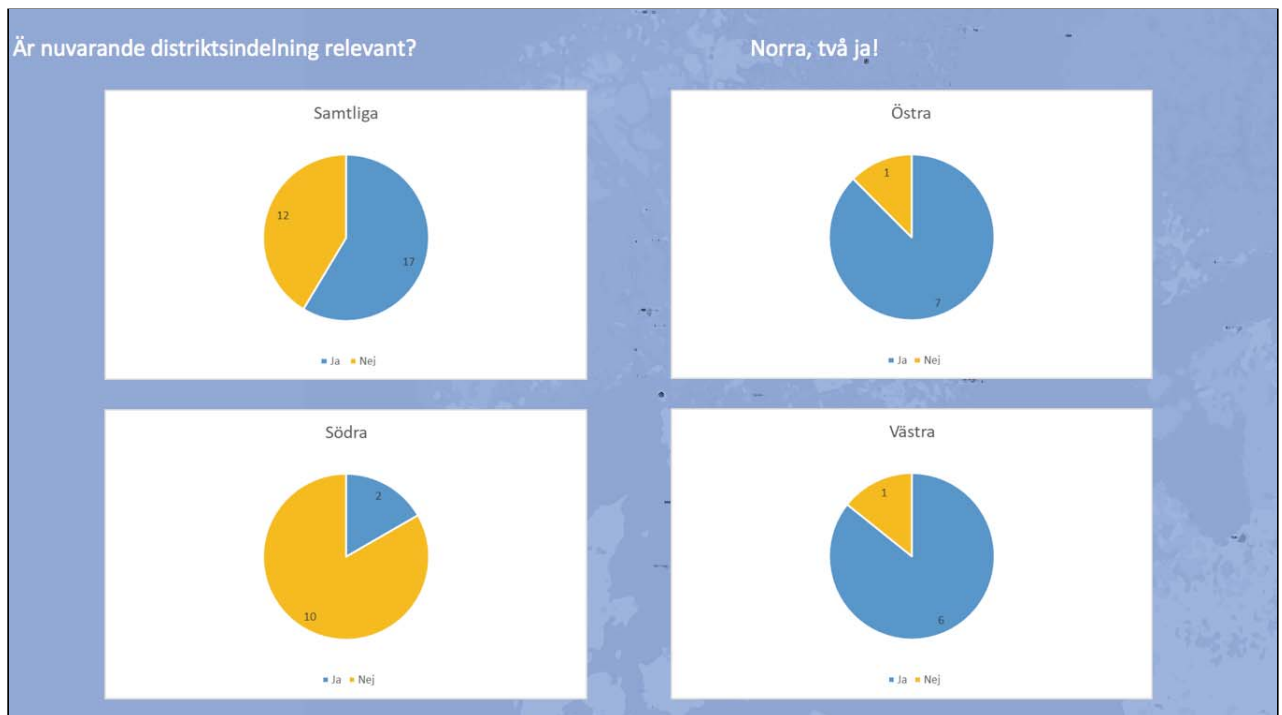
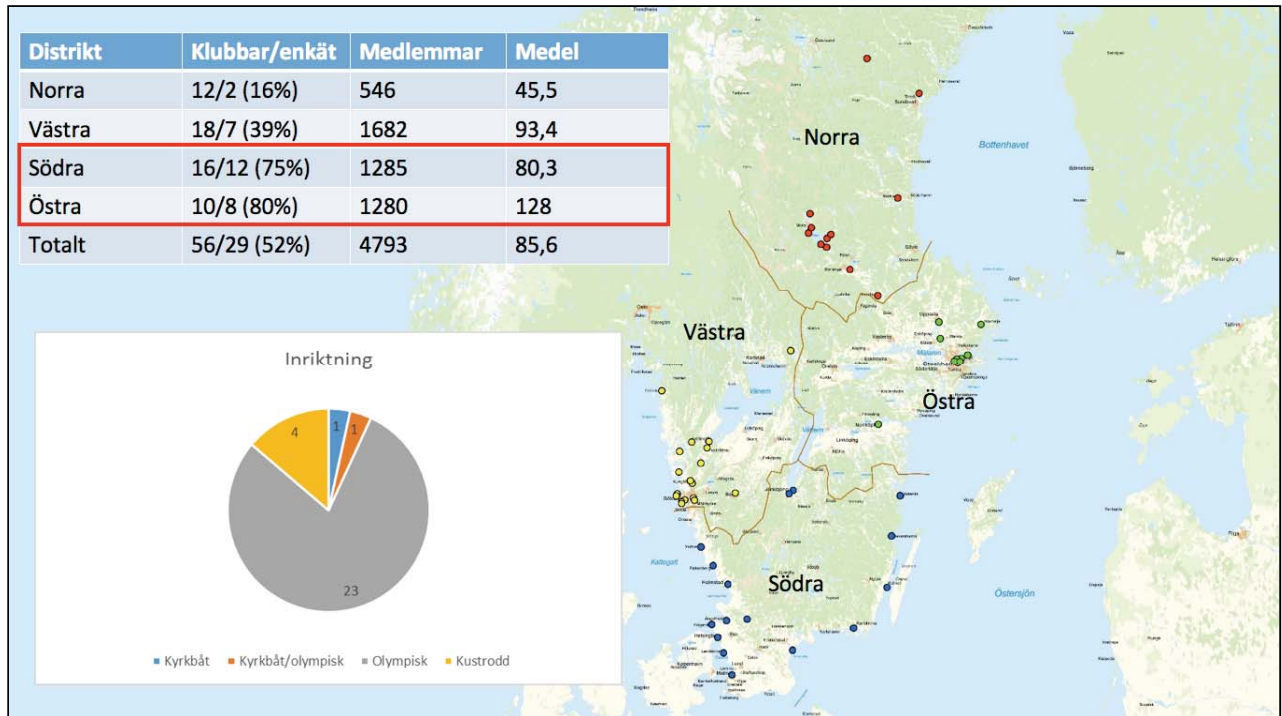
Däremot har de deltagit vid samlingar och läger under året vilket lovar gott för framtiden

- Jämttjärn, Agnes Hammarby IF Rodd

- Jämttjärn, Clara Hammarby IF Rodd
- Fritsch, Theodor Hammarby IF
- Rapi, Ruben Hammarby IF Rodd
- Spaak, Stellan Lidingö RK
- Halve, Axel Norrtälje RK
- Tumovà, Emma SPIF Rodd
- Berglund, Mattias Stockholms RF
- Åsberg, Arthur Stockholms RF
- Åsberg, Douglas Stockholms RF
- Lindberg, Alma Vaxholm RF

E: Svenska Roddförbundets roddistriktsenkät

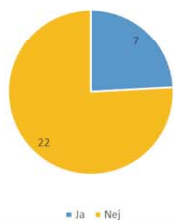
Nedan återfinns 3 sammanfattande bilder från den enkät avseende roddistrikten som SR genomfört under året.



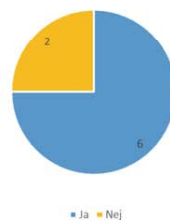
Har distriktsindelningen bidragit till utvecklingen av klubbens verksamhet?

Norra, två nej (distriktet inte bildat)

Utveckling totalt



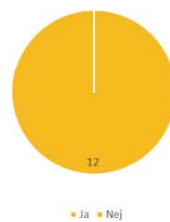
Utveckling östra



Utveckling västra



Utveckling södra



F: Rapport SR föreningsbesök i Norrköpings Roddklubb

Needan är ett utdrag i kontaktjournalen från besöket den 14 juli 2020 i Norrköpings Roddklubb.
Norrköpings Roddklubb

Kontaktuppgifter

Johnny Eriksson
Rörlig roll ej styrelse
0761-049548
johnny.eriksson@wnet.se
011-153658

Fredrik Hjelm
Styrelsen
0702801336
fredrick.hjelm@holmen.com

Hemsida: <<http://www.roddklubben.com/>> <http://www.roddklubben.com/>

Antal medlemmar: 30-40

Deltagare: Tobias Wallerius SR, Johnny Eriksson, Fredrik Hjelm, Claes Malm, Linda Klaesson, Ann-Sofie Tillman

Ett första möte efter att under våren haft en mejlkonversation under våren med Johnny och Fredrik. De behövde inspiration och stöd från SR i hur de ska driva klubben framöver.

Anteckningar:

- Vi körde en rundvandring. Fint klubbhus med viss renoveringsbehov.
- Hyr ut övervåningen till diverse fester vilket ger inkomster.
- Många äldre fina båtar från 60-70 tal. Duktig materialförvaltare som dog för ett par år sedan.
- Fungerade styrelse med äldre ordförande som inte verkar speciellt aktiv.
- 10-20 roddare som ror mer eller mindre aktivt. 2 träningar i veckan.
- Vi pratade båtar högt och lågt om hur de skulle kunna utveckla roddverksamheten. De verkade vara i ett vägskäl.
- Jag erbjuder de fortsatt bollplank och att kunna göra som med Kalmar att köra kurs i roddteknik för dem eller att hålla dem informerade av våra utbildningar och kurser. Detta för att fler ska bli trygga att ta ledarroller i klubben
- De nämnde att båtinköp kan vara aktuellt. Jag gick igenom olika alternativ. Bland annat Kustrodd, "modern trimmerbåt",
- De kan bli bättre på tex medlemsregister i Idrottonline.
- De skulle ha ett styrelsemöte i augusti, efter det skulle vi höras igen.

Tobias Wallerius

G: Årsmötesfullmakt

ÖSTRA RODDISTRIKTSFÖRBUNDET

Fullmakt

Till Östra Roddistriktsförbundets årsmöte 2021-01-26

(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 / 2021

Föreningens firmatecknare