



## *Årsmelding for år 2004*

**Ringerike Tae Kwon Do klubb**

Styret har i denne perioden bestått av:

<b>Tillitsverv</b>	<b>Navn</b>
Formann:	Ragnhild Thorstensen
Kasserer:	Heidi Øverby Olsen
Hovedinstruktør:	Geir Karlsen
Styremedlem:	Roger A. Lippert
Styremedlem:	Viktorija Stalmakova
Styremedlem:	Åse Hegerland Træen
Styremedlem:	Bente Fagervold

Instruktørene i klubben har vært:

Geir Karlsen, Roger A Lippert, Artjom Stalmakov og Åse Hegerland Træen.

Klubben har pr. i dag 110 medlemmer.

### **Hendelser / forandringer i klubben**

Heidi Øverby Olsen tok over som kasserer i klubben da hun har økonomi utdannelse.

Klubben flyttet fra Ringerike videregående skole til Ringerikshallen. Klubben har nå sin Dojang i andre etasje i hallen. Geir la ned et formidabelt arbeid og klargjorde rommet for trening i sommer. Og klubbens første offisielle trening i ny Dojang var mandag 16. august. Bilder kan sees på klubbens hjemmeside.

Vi har fått 2 nye svart belter i klubben. Tor Øystein som graderte på sommerleiren til Master Cho, og Fridtjov som graderte på vinterleiren på Ski.

Og så har vår populære trener Roger gradert til 2 Dan. Også han på vinterleiren på Ski.



Gratulerer så mye til alle tre.

### **Møter som har vært holdt.**

Klubben har i året som har gått hatt 5 styremøter.

## Graderinger

Klubben har avholdt to graderinger.



**20 - 21 mars.**

68 stk graderte, og alle klarte det. Grand Master Cho var veldig fornøyd og delte ut ekstra premie til 2 personer som han mente hadde gjort ekstra inntrykk. De heldige denne gangen var Morten Hagen fra barnepartiet, og Gerd Nilsen fra voksenpartiet. .



**20 – 21 nov.**

Denne gang var det 72 stk som graderte og det var klubbens første gradering i Ringerikshallen. Det var 5 stk som fikk 1 cup. Gledelig for klubben. Grand Master Cho plukket denne gangen ut Martha Jevna og Ida Kjelland som begge fikk en ekstra påskjønnelse.

Klubben tildelte div klubb effekter til Tor Øystein, Artjom, Geir og Roger fordi de står på og jobber for klubben.

## Sosiale aktiviteter

### Sommeravslutning

Som avslutning på sesongen inviterte klubben til grillkveld på Røsshholmstranda tirsdag 15.06.04. Det var mange fremmøtte og vi grillet og koste oss. Noen tøffinger våget seg også ut i vannet, men det var helst de aller minste. Været var glimrende.

### Juleavslutning

Juleavslutningen 11.desember, for voksne og ungdom ble denne gang holdt med en koselig middag på Adams Restaurant. Det var ca 20 stk som deltok.

Onsdag 15. desember arrangerte klubben juleavslutning i gapahuken til Ullerål skole.

Det var stort oppmøte av både barn og voksne. Til sammen var det ca. 65 stk som deltok. Vi koste oss med varm gløgg, brus og grilling av pølser. Åse hadde laget rebusløype i skogen, med spørsmål relatert til treningen og klubben. Og til slutt kom nissene med godteposer. De flotte nissene denne gang var Artjom og Tor Øystein.

## **Treningssamlinger og reiser**

**Bergen:** 20 – 21 mars var Geir og Roger på Shootfighting seminar i Bergen. Treningen hadde fokus på diverse låsegrep, nedlegging og forsvar mot kniv/batong og bryting.

**Danmark:** 5 – 7 November var Geir på treningsleir i Danmark, hos Lyngby TKD. Master Cho sto for treningen og i følge Geir var det den beste treningen han hadde hatt på lenge med Master Cho.

**Charlottenberg:** 26 – 28 November reiste Geir, Roger, Artjom og Fridtjov til Charlottenberg på høstleir som ble arrangert av Magnor Vest TKD. Der trente de sammen med Master Asghar Nazari 6. Dan, og Master Jafar Naed Jahed 6. Dan. De var begge spennende å trene med.

**Forrige årets Legat :** Klubbens legat ble forrige gang tildelt Roger. Og han tilbrakte 3 fine uker i Korea med Master Cho. I Korea deltok Roger i konkurranse i mønster, og han vant i sin klasse. Vi GRATULERER.

**Styret i Ringerike TKD takker for året som har gått.  
Hønefoss, 20 januar 05**

Ragnhild Thorstensen  
Formann

Geir Karlsen  
Hovedinstruktør

Heidi Øverby Olsen  
Kasserer

Roger A. Lippert  
styremedlem

Viktorija Stalmakova  
Styremedlem

Bente Fagervold  
Styremedlem

Åse Hegerland Treæn  
Styremedlem.