

Årsberättelse

2024

Mölnåls Roddklubb



Mölndals Roddklubb Årsberättelse 2024

Ett år med bredd och spets!

Mölndals Roddklubb har som ambition att vara en klubb för alla – oavsett ålder, kön, bakgrund, förutsättningar eller träningsambition. Ungdoms- och elitverksamhet har alltid varit en grundbult i klubben, men vi ser nu ett växande intresse för rodd som motionsidrott, där vi kan erbjuda något unikt. Vår breddverksamhet växer med vuxenrodd, skolsamarbeten och pararodd, samtidigt som vi har roddare i den yttersta världseliten. Sida vid sida, tränar vi och umgås under samma tak – något som vi ska vara väldigt stolta över och som gör Mölndals Roddklubb till Sveriges ledande roddklubb!

Som vanligt, när man summerar det gångna året, blir man imponerad över allt vi lyckas genomföra. I smått som stort. Året börjande med en uppfräschning av gymmet med nytt golv, målning samt installation av värme.

Förra årets succéartade roddmaskintävlingar följdes upp i år igen med tre deltävlingar – alla med innovativa tävlingsmoment. Inomhussäsongen avslutades med SM i roddmaskin som arrangerades på Råda Rum vilket gav en spektakulär atmosfär för både roddare och publik.

Sportsligt har det varit ett framgångsrikt år, med många fina prestationer både nationellt och internationellt. Vi blev återigen bästa klubb på SM där vi bland annat vann herrrättan för nionde gången i rad! Hugos OS-kval var det nog ingen som missade, tyvärr blev det ingen biljett denna gång. Annars var årets prestation Erik Källströms silvermedalj på U23-VM i Kanada – enormt imponerande och inspirerande för hela roddsverige!

Under året har vi fortsatt utveckla vår breddverksamhet med nya vuxenkurser, 65+ träningar, skolsamarbeten, Pararodd samt Friskvårds- och aktivitetssatsning i samarbete med RF-SISU.

Våra hemmaregattor, Rådasiö och Lilla Råda, var som vanligt lyckade och uppskattade av såväl deltagare som publik. Här gör arrangörsteamet, tillsammans med funktionärerna, ett fantastiskt jobb som driver på och utvecklar arrangemangen!

Utomhussäsongen avslutades med efterlängtd comeback - den klassiska Göta Älv rodden! Med offensiv marknadsföring och nya innovativa grepp blev tävlingen en succé som lovar gott inför framtiden!

Efter många års fokus på byggnation har klubben i år kunnat lägga lite mer pengar på nya båtar och träningsutrustning. Vi har bland annat köpt in 2x och 4x samt roddmaskiner, träningscyklar och åror. Vi har även köpt in en ny katamaran som levereras under 2025.

Ekonomi i klubben är fortsatt god. Intäktssidan drivs framför allt av lokaluthyrningen och företagsevent, men vi måste hela tiden jobba aktivt för att stärka våra intäkter och hålla god kostnadskontroll. Gör vi detta rätt har vi alla möjligheter att fortsätta investera och utveckla vår klubb.

Avslutningsvis vill vi rikta ett stort tack till alla som ställt upp för klubben. Ert engagemang är ovärderligt och en förutsättning för klubbens utveckling och fortsatta framgång! Styrelsen önskar alla medlemmar ett roligt och framgångsrikt 2025!

**Styrelsen
Mölndals Roddklubb
November 2024**

TÄVLING- OCH TRÄNINGSVVERKSAMHET

Senior

År 2024 har varit ett händelserikt och framgångsrikt år för Mölnbals Roddklubb, med en rad imponerande prestationer på både nationell och internationell nivå. Från intensiva träningsläger i Grekland till internationella tävlingar som Fari Cup och VM i Kanada, har klubbens roddare visat en enastående vilja, styrka och skicklighet. Från framgångar på den svenska tävlingsarenan till när Erik Källström tog ett historiskt VM-silver, har varje prestation varit ett bevis på klubbens kontinuerliga utveckling och engagemang för elitrodden. Vi ser tillbaka på ett år fyllt av hårt arbete, glädje och stolta ögonblick som har satt Mölnbals Roddklubb på kartan som en av Sveriges mest framstående roddklubbar.

Tidigt under året har Hugo, Alex och Elliot deltagit i ett intensivt träningsläger i Schiniás, Grekland, med det ambitiösa målet mot att kvala till OS. Tillsammans med Svenska Roddförbundets huvudtränare Marco Galeone tränade de ett intensivt träningsprogram, med fokus på att nå toppform inför kommande världscupssäsong, Europamästerskapen och slutligen OS-kvalet. Redan tidigt under året deltog de i grekiska tävlingar för att öka sin tävlingsfart och förbereda sig optimalt inför de stora utmaningar som väntade.

Årungen Regattan blev årets första tävling för MRKs seniorer, där vår trupp möttes av fantastiskt väder. Trots en mindre grupp bestående av Elliot, Alex, Johan, William, Simon och Mattias gjorde de starka insatser i singlar, dubblar, fyra och åtta. Tävlingsens höjdpunkt var vinsten av Elliot och Mattias i dubbelklassen, där de imponerade i ett tufft startfält med starkt motstånd från både svenska och norska lag. Och självklart kommer åttaloppet, med sin slalomkaraktär och längsta sätt att ta sig över 2000 meter, att gå till klubbhistorien som en rolig anekdot.

Två veckor efter Årungen var det dags för Rådasiöregattan på vår egen roddarena, där vi hade stark representation i många klasser. Erik Källström rodde hem segern i singeln, och vi tog flera vinster i dubbelklasser på både herr- och damsidan under båda tävlingsdagarna. Klubben ställde även upp med lag i scullerfyra och åtta, där vi fick ytterligare fina resultat. Ellen Hedenberg blev Sveriges Snabbaste Roddare för andra året i rad.

Efter ett intensivt träningsläger i Grekland var det dags för Hugo att växla över till tävlingsmode. Den internationella säsongen inleddes i april med världscupens första tävling i Varese, Italien, där Hugo tävlade i dubbelklassen tillsammans med Jonas Richter från Akademiska Roddföreningen. Trots en stark insats där besättningen kvalade in till B-final, tvingades de tyvärr dra sig ur på grund av sjukdom.

Två veckor senare stod Europamästerskapen på programmet, en viktig tävling där OS-kvalificering stod på spel. Hugo deltog återigen i dubbelklassen, den här gången med Eskil Borgh från Stockholms Roddförening. Besättningen kämpade hårt och avslutade på en femteplats i B-finalen, ett starkt resultat i ett tufft fält.

Säsongens höjdpunkt blev OS-kvalregattan, där de sista platserna för dubbelklassen skulle delas ut. Hugo och Jonas Richter återförenades för detta avgörande lopp, och i konkurrens med tolv andra besättningar gjorde de en imponerande prestation. Besättningen var i toppform och de vann sitt inledande heat och kom på en tredjeplats i semifinalen. I A-finalen kämpade laget in i det sista och avslutade på en hedersam fjärdeplats, endast fyra sekunder från den efterlängtrade OS-platsen.

Mölnbals Roddklubb Årsberättelse 2024

Denna sista tävling satte punkt för Hugo Neruds internationella tävlingssäsong 2024. Genom hårt arbete och ihärdighet uppnådde han fantastiska resultat och var otroligt nära att säkra en OS-plats.

Vid årets Sprint SM i slutet av juli deltog Mölnbals Roddklubb med en stark laguppställning bestående av Alexander, Matilda, Ellen, William och Erik. Tävlingen bjöd på soligt väder och lysande resultat för våra roddare. I singelklassen knep Erik och William första respektive andra plats och fortsatte sedan med en seger i dubbelklassen. Ellen och Matilda tog hem guld i dubbeln, och när Alexander, Matilda, Ellen och William ställde upp i fyrklassen blev det ytterligare en vinst.

Årets absoluta höjdpunkt för Mölnbals Roddklubb kom utan tvekan genom Erik Källströms fantastiska prestation under U23-VM i Kanada. Trots en säsong kantad av motgångar med brutna armar, körtelfeber och ryggproblem, och med begränsade möjligheter till kontinuerlig träning, reste Erik till Kanada med försiktiga förväntningar. Men på plats överträffade han alla förhoppningar och radade upp prestation efter prestation. Erik vann sitt heat, tog en imponerande andraplats i semifinalen och levererade till sist en strålande insats i den nervkittlande finalen där han rodde hem en silvermedalj – en bedrift som gör oss otroligt stolta.



Vi är djupt imponerade av Eriks vilja och styrka som han visade genom hela mästerskapet, och vi vill även rikta en stor eloge till Eriks mamma och tränare, Malin Källström. Hennes engagemang och skicklighet är ett lysande exempel på hur man kan utveckla elitroddare i Sverige. Det är en ära för Mölnbals Roddklubb att ha Erik som klubbkamrat, och vi ser med spänning fram emot hans fortsatta framgångar.

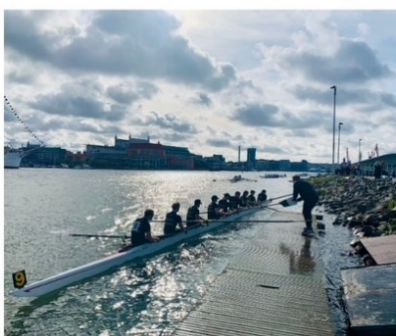
Mölnbals Roddklubb gjorde ett starkt SM på seniorsidan, där flera av loppen präglades av en spännande rivalitet med Akademiska Roddföreningen. På damsidan tävlade Mölnbals i både fyrsculler och åtta. Trots hård konkurrens kämpade sig lagen fram till hedrande placeringar och visade klubbens styrka. Herrsidan visade prestationer på topp, med Erik Källström och Hugo Nerud som tog guld i dubbelsculler, och fyrscullern som slutade med en fin silverplats för Mölnbals. Den stora höjdpunkten kom i herrarnas åtta, där Mölnbals efter en intensiv kamp lyckades slå ARF och säkra segern – en extra glädjande triumf för klubben, då detta markerade Mölnbals Roddklubbs nionde raka SM-guld i herrarnas åtta.



Mölndals Roddklubb Årsberättelse 2024

Göta Älv Rodden gjorde en imponerande återstart efter ett uppehåll på hela 10 år och arrangerades i år med stor entusiasm. MRK ställde upp med både en damåtta och en herråtta, som presterade bra i sina respektive klasser. Damlaget kom på en välförtjänt andra plats, medan herrarna knep en tredje plats. Trots älvens stora vågor och det kalla vattnet som satte roddarna på prov, så präglades evenemanget av glada miner och en positiv stämning.

Sedvanligt reste ett Mölndalslag till Hamburg för att delta i det 7,6 km långa loppet Fari Cup, en stor tysk tävling som bjuder på både stark konkurrens och en festlig stämning. I år ställde en ovanligt stark besättning upp och rodde loppet på 25.04, vilket var den snabbaste tiden klubben någonsin uppnått under de nio år man har deltagit i Fari Cup - hela 1 minut och 40 sekunder snabbare än den näst snabbaste tiden. Laget knep en andraplats i tävlingen, bara nio sekunder från ett snabbare tyskt lag. Lagets prestation visar Mölndals styrka som klubbtag på den internationella scenen.



Mölndals Roddklubb Årsberättelse 2024

Junior

Under året har vi haft 34 juniorer som tränat och tävlat tillsammans för MRK. Fördelningen pojkar: flickor är ca 60:40%.

Under vintern deltog vi på inomhus-SM vid flera etapper. I december 2023 deltog några av de äldsta juniorerna den första etappen som genomfördes i Stockholm i samband med Fitness festivalen.

Därefter ställde MRK upp med 19 juniorer (A-D) vid etappen som genomfördes i Trollhättan i februari. I anslutning till roddtävlingen bjöd Västra Distriktet återigen in till ungdomsläger, där 15 av våra ungdomar deltog, tillsammans med roddare från bland annat Trollhättan, Kungälv och Strömstad. Den tredje etappen av inomhus-SM gick på hemmaplan i Rådarum i Mölnlycke. 19 av våra egna juniorer deltog vid tävlingarna.

Inför påskledigheten lastade junior B och A roddarna båtarna på trailern och sig själva i minibussar och drog till Tjeckien på träningsläger. Man tränade på roddbanan i Racice men fick även möjlighet att ro på Moldau i Prag. Det blev ett lyckat läger och många välbehövliga kilometer i båten inför säsongen.

Under sommaren ställde vi sen upp på regattor på Rysjön, Sorö och Hjelmsjön (juli och september) samt såklart våra två hemmaregattor Rådasiö och Lilla Råda. I samband med Lilla Råda bjöd vi även in de andra klubbarnas D- och C-roddare till läger. De fick bla spela disk golf, köra stafetter och spela vattenbrännboll.

Flera av våra juniorer har fått representera Sverige under sommaren. På Junior-NM vid Sorö deltog Moa Berglund, Agnes Fredriksson, Alice Mosslund, Alicia Sjöström, Levi Lundberg, Simon Grahn, Mark Eskilsson, Arvid Ludvig, Petter Wik-Gyllensten och Arvid Karlsson. Simon Grahn tog en mycket fin 6:e plats i singeln på Coupe de la Jeunesse som gick i Tjeckien.

Vid Baltic cup på Årungen deltog Viktor Örn, Erik Tichy, Petter Wik-Gyllensten, Moa Karlsson, Moa Berglund, Alice Mosslund, Alicia Sjöström, Levi Lundberg och Erik Bailey. Alice och Alicia lyckades bästa av alla svenskar genom ett jättefint lopp i tvåan på söndagens sprintlopp som ledde till en 3:e plats.

27 juniorer deltog på SM som i år gick på Hjelmsjön. Bland många fina resultat kan nämnas vinst i 2xHJA för Erik Bailey och Levi Lundberg.

Innan säsongen tog slut fick också 9 killar och 4 tjejer chansen att testa på utmaningen Göta Älv från Kungälv till Göteborg i åttor.



Klubben riktar ett stort tack till tränarnas outtröttliga arbete och engagemang för våra ungdomar, ni gör ett fantastiskt jobb!



Mölndals Roddklubb Årsberättelse 2024

Pararodd

Mölndals roddklubb är en klubb för alla, och under dryga 10 år har det funnits möjligheter till viss paraverksamhet, satsningen på en inkluderande miljö nåddes efter färdigställande av den nya träningsanläggningen men under det gångna året har vi investerat i ytterligare material, bland annat AdRow som är en rullstolsadapter till Concept2 roddmaskiner.

Under vintern deltog MRK på Paragame, Inomhus SM, nätverksträff för vattensporter, Paraidrottsskolans avslutning skedde i klubbens regi, under sommaren inbjöds till pararoddskol och under sommaren har vi haft regelbundna träningar med en liten men lovande grupp.



REGATTOR OCH TÄVLINGSARRANGEMANG

Under det gångna året har Lars Örn och Oscar Gyllensten varit klubbens officiella representanter i Regattaföreningen Rådasjö, där glädjande nog Göteborgs roddklubb har återupptagit en aktiv roll i organisationen. Regattaföreningen har som mål och syfte att bedriva en roddstadion på Rådasjön där överskottet i första hand ska gå till underhåll och investeringar i anläggningen, medan resterande medel fördelas proportionellt till medlemsföreningarna. MRK betalar i allmänhet ingen anmälningsavgift och när arrangemangen går på Rådasjön går serveringsintäkterna till MRK, som ersättning för nyttjande av faciliteterna.

Det är alltså allttjämt MRK's medlemmar som står för merparten av allt arbete, nästan alla funktionärer och klubbens betydelse kan inte nog understrykas, men under det gångna året har GRK återupptagit en aktiv roll och bidragit på ett aktivt sätt inte minst vid SM i inomhusrodd samt vid Göta Älv Rodden.

Med en funktionärsstab på nästan 50 personer, är det vanskligt att bara nämna några men inom ett par områden har vi tagit rejäla kliv framåt nämligen streaming och trycksaker, och det är tack vara Richard Lundberg och Lars Ståhl.

MRK har för andra året i rad haft en egen roddmaskincup under vinterhalvåret, men vårt största arrangemang var givetvis SM i roddmaskin som arrangerades med "buller och brak" på Råda rum i Mölnlycke. Den unika lokalen och en färgstark inramning var ett banbrytande koncept för Svensk rodd, och inte blev det sämre av att ett par lokala skollag deltog samt att vi avhöll ett inofficiellt mästerskap i Stand-Up-Paddling. Liksom vid utomhus SM i fjol bjöd vi in till paraklasser och glädjande nog hade vi ett deltagande här.

Internationella RådaSiöregattan avlöpte 11-12 maj, med ett gott deltagande och för första gången med tyskt deltagande. Vanligtvis brukar vi inte arrangera så här tidigt på vårkanten, men önskemålet från Svenska roddförbundet var en tidig tävling och då inga andra av de nationella arrangörerna ville tillmötesgå önskemålet föll det sig naturligt att vi åtog oss detta.

Nästa tävling var Lilla Råda, som allttjämt är Sveriges enda renodlade ungdomstävling. Det är kanske vårt trevligaste och mest uppskattade arrangemang och av stor betydelse. Liksom tidigare år genomförde Västra Roddistriktsförbundet ett ungdomsläger i anslutning till regattan, återigen organiserat och genomfört av klubbens ledare med Kjerstin Ludvig och Kristofer Karlsson i spetsen.

I ett par års tid har vi talat om en återstart av Göta Älv Rodden, men det är ett stort arrangemang och med "enbart" Mölndal som aktiv förening har det känts som en för stor uppgift. Men samtidigt har klubben växt och allt fler har engagerat sig som funktionärer varför vi bestämde oss för att låta drömmen bli sann. Vi fick ett oerhört positivt gensvar, inte minst i Norge och Danmark, där Johan Grahn var tidigt ute med att marknadsföra. Under de 12 år som den mer än 60 åriga tävlingen, inte har arrangerats, har mycket vatten runnit under broarna och vi märkte ganska snart att målplatsen vid Göteborgsoperan inte gick att använda. I stället föll valet på Bananpiren och Frihamnen, vilket med facit i hand blev väldigt lyckat och möjliggjorde att vi kunde ha samma mållinje dvs Göta Älv Rodden kunde genomföras med samma sträckning och längd som tidigare.

Mölndals Roddklubb Årsberättelse 2024

Sammanlagt blev det 24st startande lag, varav medlemsklubbarna mönstrade inte mindre än 7st båtar (MRK 4st, GRK 1st, GRF 2st). I damklassen segrade Akademiska roddklubben, i herrklassen Bærums roklub och i juniorklassen vann MRK!



ÖVRIG VERKSAMHET

Roddskola

Vi har haft roddskola i två perioder, den första mellan 17 juni – 4 juli och den andra mellan 5–15 augusti. Roddscoleveckorna är valda för att vara de första tre- och de sista två sommarlovsveckorna i Mölndals kommun. Vi genomförde även ett prova-på-tillfälle inför roddskolan den 14 maj samt besökte Lackarebäcksskolan med en roddmaskin för att eleverna skulle få testa. Som ledare på roddskolan jobbade 12 av våra äldre juniorer under ledning av huvudledarna Johan Källström. Nytt för i år var att vi även genomförde en paragrupp under ledning av Moa Berglund och Arvid Ludvig. Inför roddskolan gick de flesta ledarna en SISU-utbildning i ledarskap. Vi hade totalt 40 barn som gick någon eller båda perioderna av roddskolan. Under roddscoleveckorna har det såklart rots mycket men barnen har även simmat, spelat vattenbrännboll, gjort 5-kamp och lekar m.m. Den feedback som vi fått från barn och föräldrar är att barnen haft roliga sommarlovsveckor och trivts väldigt bra hos oss.



Vuxenrodd

Under 2024 har fyra vuxenkurser genomförts. Vi har som tidigare år börjat med en roddmaskinkurs i väntan om att få tillbaka ljuset och vädret för att sedan leta oss ut. Under sommaren hölls två lyckade roddkurser med totalt 22 tillfällen för två grupper av roddare. Vi fortsatte med en nybörjare grupp där deltagarna fick lära sig grunden i rodd och båthantering. Samtidigt kämpade den andra gruppen hårt med intervallträning och självklart en hel del teknikträning. Efter sommaren kom tyvärr mörkret tillbaka och tvingade återigen oss in för en avslutande roddmaskinkurs där fokuset har varit på att utveckla tekniken och köra intervallpass. Grupperna av duktiga roddare har även i år vuxit och är ivriga att fortsätta ro nästa säsong!

Företagsrodd

Företagsrodden är en populär aktivitet som passar alla företag och organisationer. Många kombinerar aktiviteten med konferens, eller kör som en ren team-building. För MRK är detta en av flera viktiga inkomstkällor. I år har vi genomfört 8 roddevent.



Lokaluthyrning

Vår lokal är mycket populär att hyra för kalas och konferenser, och har i år gett betydande intäkter till klubben. Uthyrningen är vår största inkomstkälla och vi riktar stort tack till Camilla Karlsson för allt arbete hon lagt ner under året!

Mölnåls Roddklubb Årsberättelse 2024

Utmärkelse

Kultur- och fritidsnämnden i Mölnådal delade ut 2024 års ledarstipendium, på 10 000 kronor, till Mölnåls roddklubbs ordförande Niclas Andersson. Priset delades ut i samband med Idrottens dag.



Mölndals Roddklubb Årsberättelse 2024

ORGANISATION

Styrelse

Ordförande	Niclas Anderson
Vice Ordförande	Sami Aaraj
Sekreterare	Johan Grahn
Kassör	Katarina Maiqvist
Ledamot	Lars Örn
Suppleant (1)	Åke Jägervall
Suppleant (2)	Moa Berglund

Under året har styrelsen haft 9 protokollförda möten.

Revisorer

Richard Lundberg
Helen Skager
Maria Fredriksson (suppleant)

Valberedning

Eva Hedenberg (sammanställande)
Anna Bailey

Tränare

Anna Wik, Maria Fredriksson, Rebecka Källström, Kerstin Ludvig, Johan Källström, Hans "Aga" Augustsson, Kristoffer Karlsson, Douglas Bergqvist

Skidsektion

Mattias Johansson

Cykelsektion

Viktor Örn

Uthyrning lokal

Camilla Karlsson

Båtar/Bryggor/Banor/Byggnader

Paul Bailey, Göran Hedenberg, Kristoffer Karlsson, Sven Berglund, Lars Ståhl

Representation

Oscar Gyllensten har representerat klubben i Västra Roddistriktet.

Oscar Gyllensten har representerat klubben i Regattaföreningen Rådasiö

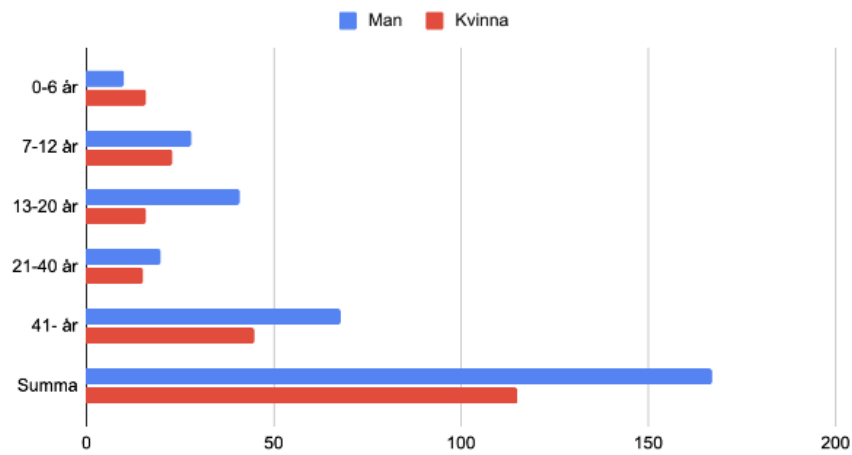
Lars örn har representerat klubben i Regattaföreningen Rådasiö

Mölndals Roddklubb Årsberättelse 2024

MEDLEMMAR

Under året har vi haft 282 (261) medlemmar varav 167 (160) män och 115 (101) kvinnor. Stapeldiagrammet nedan visar köns- och åldersfördelningen.

Åldersfördelning för medlemmar



	0-6 år	7-12 år	13-20 år	21-40 år	41- år	Summa
Man	10	28	41	20	68	167
Kvinna	16	23	16	15	45	115

