



# ÅRSMELDING 2017

## RØYKEN TAEKWON-DO KLUBB

### **STYRET**

Styret i Røyken NTN Taekwon-Do klubb 2017:

Leder: Gro Smenes

Nestleder: Andreas Jenstad

Kasserer: Tore Solberg

Styremedlem: Erik Wallentin

Styremedlem: Tom Løvschall Nielsen

Varamedlem: Mubin Mughal

Varamedlem: Andrea Rafn Hansen

Materialforvalter: Kirsti Nesse

Utdanningskontakt: Therese Barth-Carlsen

Representant for ting og org.: Gro Smenes og Andreas Jenstad

Valgkomité leder: Thor Arne Opsahl

Valgkomité medlem: Randi Kristiansen

Revisor: Kenneth Litleskaret

Vararevisor: Stian Wighus

Sekretær: Kirsti Nesse

Presseansvarlig 1. halvår: Thea Wallentin Marthinsen

Presseansvarlig 2. halvår: Therese Barth-Carlsen

### **MEDLEMMER**

**Totalt var det registrert 234 medlemmer i klubben i 2017.**

Idrettsregistreringen

	0-5 år	6-12 år	13-19 år	20-25 år	26- år	Sum
Kvinner	0	48	13	1	13	75
Menn	0	100	28	3	28	159
Totalt	0	148	41	4	41	234

Noe færre medlemmer i år enn i 2016, da vi var registrert med 268 medlemmer.

# PARTIER OG TRENINGER 2017

## JANUAR TIL JUNI 2017

TRENING PÅ SYDSKOGEN SKOLE, NÆRSNES SKOLE, TORVBRÅTEN SKOLE, FRYDENLUND SKOLE OG SPIKKESTAD SKOLE.

### **BARNEPARTIER 8-12 ÅR**

#### **NYE BARN OG BARN MED GULT BELTE:**

Sydskogen skole; mandager 18.00-19.00

Partiansvarlig: Gro Smenes

Hjelpeinstruktører: Elias Jenstad, Balder Holsæter Kjær, Trude Golberg Hyttebakk.

#### **BARN MED GULT OG GRØNT BELTE:**

Sydskogen skole: onsdager 18.00-19.00

Partiansvarlig: Gro Smenes

Hjelpeinstruktører: Nora Lillelien, Elias Jenstad, Tim Nicholas Lindeijer.

**Etter påske ble partiet slått sammen med ungdom/voksne Grønt og Blått med treningstid 18.30-20.00**

#### **NYE BARN OG BARN MED GULT BELTE:**

Nærnes skole: mandager 18.30-19.30

Partiansvarlig: Thea Wallentin Marthinsen

Hjelpeinstruktører: Mubin Mughal, Madeleine Barth-Carlsen

#### **NYE BARN OG BARN MED GULT BELTE:**

Frydenlund skole: onsdager 18.30-19.30

Partiansvarlig: Jon Rafn Hansen

Hjelpeinstruktører: Andrea Rafn Hansen

#### **NYE BARN OG BARN MED GULT BELTE:**

Spikkestad barneskole: mandager 18.30-19.30

Partiansvarlig: Michael Myhre

Hjelpeinstruktører: Tor Arne Opsahl, Simen Finnerud

#### **NYE BARN OG BARN MED GULT BELTE:**

Torvbråten barneskole: onsdager 18.30-19.30

Partiansvarlig: Andreas Jenstad

Hjelpeinstruktør: Adele Nygård Torske, Kai Saxrud

#### **SPARRINGSTRENING FOR BARN**

Sydskogen skole: torsdager 18.30-19.30

Partiansvarlige: Andreas Jenstad og Lasse Bergsvik

## **UNGDOM OG VOKSNE**

### **HVITT, GULT OG GRØNT BELTE**

Frydenlund: mandager 18.30-19.30

Partiansvarlig: Erik Wallentin og Malin Oppedal

Hjelpeinstruktører: Stian Wighus, Marcus Barth-Carlsen

### **HVITT OG GULT BELTE**

Nærsnes skole: onsdager 18.30-19.30

Partiansvarlige: Tor Arne Opsahl og Stian Wighus

### **GRØNT OG BLÅTT BELTE**

Sydskogen skole: onsdager 19.00-20.00

Partiansvarlig: Gro Smenes

Hjelpeinstruktører: Nora Lillelien, Elias Jenstad, Tim Lindeijer

### **RØDT OG SORT BELTE**

Sydskogen skole: mandager 20.00-21.15

Partiansvarlig: Gro Smenes

### **RØDT OG SORT BELTE**

Sydskogen skole: onsdager 20.00-21.00

Partiansvarlig: Andreas Jenstad

### **SORT BELTE**

Sydskogen skole: 21.00-21.30

Partiansvarlig: Andreas Jenstad og Gro Smenes

### **SPARRINGSTRENING**

Sydskogen skole: torsdager 19.30-21.00

Partiansvarlig: Lasse Bergsvik

### **FRI TRENING**

Sydskogen skole: 17.30-19.00

Partiansvarlig: sirkulerende

## **AUGUST - DESEMBER 2017**

TRENING PÅ NÆRSNES SKOLE, TORVBRÅTEN SKOLE, FRYDENLUND SKOLE OG SPIKKESTAD SKOLE. Sydsbogen skole rives, og vi måtte endre en del på vår vante kabal.

Nytt fra høsten er at de fleste barnepartiene med barn med Gult og Grønt belte trener 1,5 timer, der første halvtime er forbeholdt mønstertrening. Barn med Hvitt belte kommer etter første halvtime, og treningen "starter på nytt" igjen.

### **BARNEPARTIER 8-12 ÅR:**

#### **NYE BARN TORVBRÅTEN**

Torvbråten skole; onsdager 18.00 – 19.00

Partiansvarlig: Andrea Rafn Hansen

Hjelpeinstruktør: Elias Jenstad

#### **VIDEREKOMMENDE BARN TORVBRÅTEN**

Torvbråten skole; onsdager 19.00 – 20.00

Partiansvarlig: Andreas Jenstad

Hjelpeinstruktør: Trude Golberg Hyttebakk og Kai Saxrud

#### **NYE OG VIDEREKOMMENDE BARN NÆRSNES**

Nærnes skole: Mandager: 18.30-20.00 Gult og Grønt belte. 19.00-20.00 Hvitt belte

Partiansvarlig: Malin Oppedal

Hjelpeinstruktør: Mubin Mughal og Dag Jostein Arnesen

#### **NYE OG VIDEREKOMMENDE BARN FRYDENLUND**

Frydenlund skole: Onsdager: 18.00-19.30 Gult og Grønt belte. 18.30-19.30 Hvitt belte

Partiansvarlig: Jon Rafn Hansen

Hjelpeinstruktører: Marcus Barth-Carlsen og Christoffer Tollefsen Gjevre

#### **NYE OG VIDEREKOMMENDE BARN SPIKKESTAD**

Spikestad skole: Onsdager: 18.00-19.30 Gult og Grønt belte. 18.30-19.30 Hvitt belte.

Partiansvarlig: Michael Myhre

Hjelpeinstruktører: Balder Holsæter Kjær og Simen Finnerud.

#### **SPARRINGSTRENING FOR BARN**

Frydenlund skole: Torsdager: 19.00-20.00 Fra Gult belte, men må søke om plass

Partiansvarlig: Andreas Jenstad

Hjelpeinstruktører: Balder Holsæter Kjær og Elias Jenstad

### **JUNIOR-/VOKSENPARTIER:**

#### **HVITT, GULT OG GRØNT**

Frydenlund skole: mandager 19.00 – 20.00

Partiansvarlig: Tor Arne Opsahl og Stian Wighus

Hjelpeinstruktør: Nora Lillelien og Christoffer Tollefsen Gjevre

Nærnes skole: onsdager 18.00-19.00  
Partiansvarlig: Tor Arne Opsahl og Stian Wighus  
Hjelpeinstruktør: Nora Lillelien

### **BLÅTT, RØDT OG SORT BELTE**

Frydenlund skole: Mandager 20.00 – 21.30  
Partiansvarlig: Andreas Jenstad

Frydenlund skole: Onsdager 20.00-21.30  
Partiansvarlig: Gro Smenes

### **SPARRINGSTRENING:**

Nærnes skole; Onsdager 19.00-20.00  
Partiansvarlig: Gro Smenes

### **FRITRENING**

Torvbråten skole; fredager 1730-1930  
Svært godt oppmøte på fredagstreningene gjennom høsten.

## **MESTERSKAP 2017**

- **ØSTLANDSCUP 1-2017, 28. JANUAR, RØYKEN**



Medaljeoversikt:

Madeleine Barth-Carlsen, gull sparring  
Lasse Bergsvik, gull sparring  
Elias Jenstad, gull mønster og sølv sparring  
Oliver Jenstad, gull mønster og bronse sparring  
Andrea Rafn Hansen, sølv mønster  
Joachim Arnesen, sølv sparring og bronse mønster

Carl-Eirik Dahl, sølv sparring  
Didrik Gundersen Korsmo, sølv sparring  
Cornelius Kvamme, sølv sparring  
Nora Lillelien, sølv mønster og sølv sparring  
Øyvind Selnes, bronse sparring  
Stian Wighus, sølv mønster og bronse sparring  
Malin B. Oppedal, bronse mønster  
Marcus Fadnes, bronse sparring  
Balder H. Kjær, bronse sparring  
Kai Saxrud, bronse sparring  
Hanne Sommermo, bronse sparring  
Adele N. Torske, bronse mønster  
Olai N. Torske, bronse mønster

Elias Jenstad fikk også bestemannspris for beste junior farget belte 2016!

I tillegg deltok også Sune Frøhoel Andresen, Jan Barth-Carlsen, Geir Erichsrud, Jon Rafn Hansen, Michael Christopher Haukenes, Tim Nicolaas Lindeijer, Maaz Mughal, Fredrik Øxseth Ski, Eirik Sommer Pedersen og Torgrim Tøndel.

I alt 29 utøvere fra klubben deltok, sammen med mange ivrige supportere.  
Andreas Jenstad, Gro Smenes og Thea Wallentin Marthinsen deltok som dommere.

- **ROMA OPEN, ITALIA 24. FEBRUAR 2017**



Team East reiste til Roma Open med 2 utøvere fra Røyken Taekwon-Do klubb; Stian Wighus 1. dan og Elias Jenstad 1 gup-2. Bra innsats fra begge to. Stian som ny utøver i 1 dans klassen fikk en 4 plass, mens Elias tok Bronse i Mønster junior herrer rødt belte og Sparring Junior herrer – 56 kg.

- ØSTLANDS-CUP 2, TØNSBERG 1. APRIL

15 deltakere fra Røyken tok turen til Tønsberg denne helgen. I tillegg stilte klubben med 2 dommere; Andreas Jenstad 5. dan, Gro Smenes 4. dan og Thea Wallentin Marthinsen 2. dan.



Medaljeoversikt 🏆🥈🥉 :

Madeleine Barth-Carlsen, sølv sparring D 16-18 år

Elias Jenstad, gull mønster H jr. rødt

Oliver Jenstad, gull mønster H jr. blått + gull sparring H 12-13 år

Nora Lillelien, gull mønster D jr. rødt + bronse sparring D 16-18 år

Tim Lindeijer, sølv sparring H 16-18 år

Kirsti Nesse, sølv mønster veteran D +36 år

Hanne Sommermo, bronse sparring D 12-13 år

Olai Torske, bronse sparring H 14-15 år

Stian Wighus, bronse mønster H Dan jr. og sr. + bronse sparring H 16-18 år Dan

I tillegg deltok: Marcus Barth-Carlsen, Marcus Fadnes, Balder Holsæter Kjær, Andreas Kjeldahl, Didrik Gundersen Korsmo og Malin Oppedal.

- EM, SOFIA, BULGARIA 20. – 23. APRIL



Fra Røyken TKD klubb deltok Andreas Jenstad som landslagtrener i mønster og Gro Smenes som helseansvarlig. Her feirer de tidligere elev Knut Bråthen Solheim med Gull i Mønster senior 2. dan.

- VM, 9.-15. OKTOBER, DUBLIN, IRLAND



Deltakelse fra klubben: Andreas Jenstad landslagtrener og coach og Gro Smenes medisinsk ansvarlig og coach.



- **ØSTLANDS-CUP 3, 22. OKTOBER, OSLO**

25 deltakere fra klubben i tillegg til tre dommere og tre coacher og en stor mengde supportere var i aksjon.

**Medaljeoversikt:**

Marcus Fadnes, bronse mønster jr. blått belte  
Simen Finnerud, sølv sparring 16-18 år grønt-rødt +68 kg.  
Oliver Jenstad, gull sparring 12-13 år -159 cm.  
Nora Lillelien, sølv mønster jr. rødt belte  
Tim Lindeijer, bronse sparring 16-18 år grønt-rødt -68 kg.  
Kirsti Nesse, gull mønster veteran åpen klasse  
Mathias Segura, sølv sparring 12-13 år +159 cm.  
Christoffer Gjevre, bronse sparring 16-18 år grønt-rødt +68 kg.  
Stian Wighus, bronse mønster Dan jr. + sr.



- **LANDSSTEVNET OG NM I MOLDE 3.-5. NOVEMBER**



Fra Røyken TKD klubb deltok: Simen Finnerud, Balder Holsæter Kjær, Tim Lindeijer, Elias Jenstad, Marcus Barth-Carlsen, Stian Wighus og Malin Oppedal. Gro Smenes var med som coach og Andreas Jenstad deltok som talentspeider for Norges landslag.

**Medaljeoversikt:**

- Nora Lillelien gull i mønster eldre junior rødt belte og sølv i sparring eldre junior rødt belte - 55 kg.
- Elias Jenstad sølv sparring junior dan -56 kg,
- Simen Finnerud sølv junior rødt belte +75 kg,
- Balder Holsæter Kjær bronse junior rødt belte +75 kg,
- Tim Lindeijer sølv junior rødt belte -68 kg,
- Sølv lagmønster Junior Team East (Elias Jenstad, Marcus Barth-Carlsen, Syver Aas Bakke, Sigurd Angelsen, Balder Holsæter Kjær og Robert Sørensen),
- Bronse lagsparring junior Team East (Elias Jenstad, Syver Aas Bakke, Sigurd Angelsen, Tim Lindeijer, Balder Holsæter Kjær og Robert Sørensen).

## SAMLINGER/SEMINARER

- **SENIORSAMLING PÅ GARDEMOEN 21.-22. JANUAR 2017**  
Andreas Jenstad og Gro Smenes deltok.



- **UNGDOMSLEIR I SURNADAL 25.-30. JUNI**



Oliver Jenstad og Andreas Kjeldahl fra klubben deltok på leiren.

- **SOMMERLEIR I SURNADAL**

Fire deltakere fra klubben på årets leir.

Andreas Jenstad og Gro Smenes instruerte.



Gro Smenes, Andreas Jenstad, Elias Jenstad, Stian Wighus, Marcus Barth-Carlson og Oliver Jenstad (foran).

- **BARNE- OG UNGDOMSLEIR I LANGESUND 5.-10. AUGUST**

41 barn og ungdom fra klubben deltok på årets leir.

Andreas Jenstad, Gro Smenes og Thea Wallentin Marthinsen deltok som instruktører.



- **GOD NOK, OSLO 9.-10. SEPTEMBER**



Fra Røyken deltok Hanne Sommermo

## KURS

- **INSTRUKTØR 4, 3.-4. FEBRUAR I BÆRUM**

Fra klubben deltok Jon Rafn Hansen, Kirsti Nesse, Malin Oppedal, Michael Myhre og Stian Wighus.



- **INSTRUKTØR 2 OG 3, 18.-19. NOVEMBER I BÆRUM**

Kursholder Lise Grønnesby.

Fra klubben deltok Oliver Jenstad, Maaz Mughal, Didrik Korsmo, Olai Torske, Balder Holsæter Kjær, Carl Eirik Dahl, Bjarne Ringstad og Erik Ekhagen.



- **NTN INSTRUKTØR 3, 15. -16. SEPTEMBER I BÆRUM**

Kursdeltakere: Trude Golberg Hyttebakk, Dag Jostein Arnesen, Randi Kristiansen, Balder Holsæter Kjær, Tim Lindeijer og Kai Saxrud.



- **SPARRINGSSEMINAR MED HOONG K LOOI 22. OKTOBER 2017 OPPSAL ARENA**

Fra klubben deltok Andreas Jenstad, Gro Smenes, Elias Jenstad og Oliver Jenstad og Balder Holsæter Kjær.



- **INSTRUKTØR 1, 1. DESEMBER TORVBRÅTEN SKOLE**

Kursholdere Andreas Jenstad og Gro Smenes  
16 stk fra klubben deltok.



# GRADERINGER 2017

## PÅSKEGRADERING

- Gradering for Barn (VK barn) 13. og 15. Mars 101 stk
- Gradering VK barn, Junior og Voksne 15. Mars 15 stk



## SORTBELTEGRADERING ØSTLANDET, 9. MAI, OSLO ØST

Andreas deltok som eksaminator.

## SOMMERGRADERING

- Gradering for barn 6. Juni 91 stk
- Gradering for Junior og Voksne 7. Juni 24 stk



## GRADERING UNDER SOMMERLEIR I SURNADAL

- Gro Smenes graderer seg til 5. dan



- Elias Jenstad og Marcus Barth-Carlsen graderer seg til 1. dan



- Gradering Sommerleir i Surnadal og gradering på barne- og ungdomsleir i Langesund, der flere elever fra klubben var oppe til test.

## SORTBELTEGRADERING PÅ ØSTLANDET HEL-GRAD, LIER 14. NOVEMBER



Nora Lillelien 1. dan, Malin Oppedal 2. dan og Andrea Rafn Hansen 2. dan.

## JULEGRADERING I KLUBBEN

- 126 nye gup-grader
- 6 delgrader på sort belte





## ANDRE HENDELSER I 2017



- Therese Barth-Carlsen ble på årsmøtet i 2017 tildelt Hedersprisen for 2016



- **SYDSKOGEN SKOLE RIVES**

Farvel Sydsbogen. Siste gang med matter i den gamle gymsalen.

- **TUR TIL TUSENFRYD FOR ALLE SOM ØNSKET FRA JUNIOR- OG VOKSENPARTIENE**



11 stk fra klubben fikk en herlig dag med litt fart og spenning.

- **REGIONSLAG**

Fra våren 2017 Røyken hatt med utøverne: Malin Oppedal, Stian Wighus, Marcus Barth-Carlsen, Nora Lillelien og Elias Jenstad. Etter uttakssamling 31. August 2017 har Røyken hatt med utøverne: Stian Wighus, Nora Lillelien og Elias Jenstad.

- **DELTAKELSE LANDSLAG**

I 2017 har Andreas Jenstad har vært landslagstrener i mønster og Gro Smenes har vært medisinsk ansvarlig.



- **INSTRUKTØRAVSLUTNING I OSLO PÅ FANGENE PÅ FORTET OG FØDE PÅ WAY DOWN SOUTH.**

- **SOMMERAVSLUTNING FOR KLUBBEN PÅ SJØSTRAND 14. JUNI**



- **INSTRUKTØRSAMLING FØR SESONGOPPSTART AUGUST 2017**

- **OPPVISNING PÅ RØYKENMILA**

22 utøvere fra klubben og en gjeng med foreldre stilte opp til dugnad under årets Røykenmila. Oppvisning og stor aktivitet i teltet.

Elias Jenstad, Gro Smenes, Erik Wallentin, Thea Wallentin Marthinsen, Trude Golberg Hyttebakk, Malin Oppedal, Silje Lu Bjørnø (raskest i sin klasse) og Øyvind Selnes (raskest av oss i klubben) løp også mila.



- **KLUBBEN MOTTAR 7000,- FRA RØYKENMILA**



- **NY RUNDE MED INNKJØP AV KLUBBJAKKER FØR SOMMEREN**



Therese Barth-Carlsen som primus motor.

- **PRESSANSVARLIGE I KLUBBEN**

Thea Wallentin Marthinsen (første halvår) og Therese Barth-Carlsen (andre halvår) har begge sørget for å sende gode reportasjer til Røyken og Hurums avis. God reklame for klubben, og en fin måte å vise vår aktivitet for alle andre på.

- **INSTRUKTØRJULEBORD PÅ CLASSIC PIZZA 12 DESEMBER**

En vellykket kveld og fin avslutning for året 2017.

