



ÅRSMELDING 2024

RØYKEN TAEKWON-DO KLUBB

STYRET

Styret i Røyken NTN Taekwon-Do klubb 2024:

Leder: Gro Smenes

Nestleder: Lars Martin Viig Østensen

Kasserer: Erik Birkeland

Sekretær: Therese Barth-Carlsen

Styremedlem: Hedda Birkeland (ungdomsrepresentant)

Styremedlem: Stian Rostad

Varamedlem: Ingvild Landmark

Varamedlem: Tom Løvschall Nielsen

Ansvar og Oppgaver:

Materialforvalter: Therese Barth-Carlsen

Barne- og Ungdomsansvarlig: Lars Viig Østensen

Utdanningskontakt: Therese Barth-Carlsen

Representant for ting og org.: Gro Smenes, Andreas Jenstad og Erik Birkeland

Informasjon- og presseansvarlige: Thea Ojala Wallentin og Lars Viig Østensen

Søke midler: Tom Løvschall Nielsen og Lars Viig Østensen

Valgkomite:

Valgkomitéleder: Andreas Jenstad

Valgkomitémedlem: Kai Saxrud

Vara valgkomitémedlem: Dag Jostein Arnesen

Kontrollkomite:

Medlem kontrollkomite: Anette Viig Østensen

Medlem kontrollkomite: Sabina Przybylska Wolanin

Varamedlem kontrollkomite: Erik Wallentin

MEDLEMMER

**Totalt var det registrert 254 medlemmer i klubben i 2024.
Økning med 3 medlemmer fra 2023 til 2024.**

Idrettsregistreringen

	0-5 år	6-12 år	13-19 år	20-25 år	26- år	Sum
Kvinner	1	49	32	2	15	99
Menn	8	90	26	4	27	155
Totalt	9	139	58	6	42	254

I 2024 er Røyken Taekwon-Do klubb i NTN 8 største klubb og størst i region Øst.

PARTIER OG TRENINGER 2024

Januar–juni 2024

**TRENING PÅ SYDSKOGEN SKOLE, TORVBRÅTEN FLERBRUKSHALL, NÆRSNES SKOLE,
FRYDENLUND SKOLE OG SPIKKESTAD BARNEKOLE.**

BARNEPARTIER 8-12 ÅR:

TORVBRÅTEN BARN

Torvbråten flerbrukshall: Mandager 17.30–18.30

Partiansvarlig: Lone Jenstad

Hjelpeinstruktør: Randi Kristiansen, Christoffer Grande og Marius Lindstad Hansen

BARN SPIKKESTAD HVITT

Spikkestad skole: Mandager: 18.30–19.30

Partiansvarlig: Hedda Birkeland

Hjelpeinstruktører: Erik Birkeland

BARN SPIKKESTAD GULT

Spikkestad skole: Mandager: 18.30–19.30

Partiansvarlig: Kevin Alexander Andreassen

Hjelpeinstruktører: Sander Fadnes og Mille Birkeland

BARN NÆRNSNES

Nærnes skole: Onsdager 18.00–19.00

Partiansvarlig: Emilie Viig Østensen

Hjelpeinstruktør: Anette Viig Østensen, Marius Lindstad Hansen og Beo Steinhardt-Solvik

BARN FRYDENLUND HVITT

Frydenlund skole: Mandager: 18.30–19.30

Partiansvarlig: Zuzanna Wolanin

Hjelpeinstruktører: Daniela Berg Trujillo og Sarah Soza Johansson

BARN FRYDENLUND GULT

Frydenlund skole: Mandager 18.30–19.30

Partiansvarlig: Torbjørn Rambøl Knutsen

Hjelpeinstruktører: Sabina Przybylska-Wolanin og Sindre Amundsen

VIDEREKOMMENDE BARN OG UNGDOM OPP TIL 16 ÅR

HVITT/GULT/GRØNT

Sydskogen skole: Mandager 18.00–19.00

Partiansvarlig: Kai Saxrud

Hjelpeinstruktører: Zuzanna Wolanin, Karl Henrik Wevang og Simen Gunby Andresen

HVITT/GULT/GRØNT

Torvbråten flerbrukshall: Onsdager 18.30–19.45

Partiansvarlig: Kevin Alexander Andreassen

Hjelpeinstruktør: Simen Gunby Andresen, Mille Birkeland og Dag Jostein Arnesen

BLÅTT OG RØDT

Sydskogen skole: Mandager 19.00–20.00

Partiansvarlig: Stian Wighus

Hjelpeinstruktører: Fredrik Øxseth Ski, Daniela Berg Trujillo og Oliver Jenstad

BLÅTT OG RØDT

Sydskogen skole: Onsdager 19.00–20.00

Partiansvarlig: Gro Smenes

Hjelpeinstruktør: Lone Jenstad og Ingvild Landmark

SPARRINGSKOMPANIET

Sydskogen skole: Torsdager 19.00–20.00

Partiansvarlig: Hedda Birkeland

Hjelpeinstruktør: Karl Henrik Wevang og Erik Birkeland

VOKSENPARTIER:

HVITT/GULT/GRØNT

Torvbråten flerbrukshall: Mandager 17.30–18.30

Partiansvarlig: Thea Ojala Wallentin

Hjelpeinstruktør: Michael Ojala Wallentin, Torbjørn Rambøl Knutsen og Simen Kristiansen

HVITT/GULT/GRØNT/BLÅTT

Torvbråten flerbrukshall: Onsdager 18.30–19.45

Partiansvarlig: Tore Solberg

Hjelpeinstruktør: Kai Saxrud og Fredrik Øxseth Ski

BLÅTT/RØDT/SORT BELTE

Torvbråten flerbrukshall: Mandager 20.00–21.30

Partiansvarlig: Andreas Jenstad og Gro Smenes

BLÅTT/RØDT/SORT

Torvbråten flerbrukshall: Onsdager: 20.00–21.15

Partiansvarlig: Gro Smenes

SPARRINGSTRENING

Sydsbogen skole: Torsdager 20.00–21.00

Partiansvarlig: Gro Smenes og Andreas Jenstad

FRITRENING (ungdom og voksne)

Sydsbogen skole: Fredager 17.30–19.30

Partiansvarlig: Gro Smenes

KONKURRANSETRENING

Torvbråten flerbrukshall: Fredager 17.30–19.00

Partiansvarlig: Andreas Jenstad

August–desember 2024

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

BARNEPARTIER 8-12 ÅR:

TORVBRÅTEN BARN

Torvbråten flerbrukshall: Mandager 18.30–19.30

Partiansvarlig: Gro Smenes

Hjelpeinstruktør: Randi Kristiansen, Mille Christin Birkeland og Andreas Perera Bersås

BARN SPIKKESTAD HVITT

Spikkestad skole: Mandager: 18.30–19.30
Partiansvarlig: Ingvild Landmark
Hjelpeinstruktører: Jonathan Selmer

BARN SPIKKESTAD GULT

Spikkestad skole: Mandager 18.30–19.30
Partiansvarlig: Natalia Kudlacz Løvschall
Hjelpeinstruktører: Kevin Alexander Andreassen

BARN NÆRNSNES

Nærnes skole: Onsdager 18.00–19.00
Partiansvarlig: Emilie Viig Østensen
Hjelpeinstruktør: Anette Viig Østensen, Christoffer Grande og Beo Steinhardt-Solvik

BARN FRYDENLUND HVITT

Frydenlund skole: Mandager 18.30–19.30
Partiansvarlig: Daniela Berg Trujillo
Hjelpeinstruktører: Sarah Soza Johansson etter hvert Zuzanna Wolanin

BARN FRYDENLUND GULT

Frydenlund skole: Mandager 18.30–19.30
Partiansvarlig: Sindre Amundsen
Hjelpeinstruktører: Sabina Przybylska-Wolanin og Mads Jensen

VIDEREKOMMENDE BARN OG UNGDOM OPP TIL 16 ÅR**HVITT/GULT/GRØNT**

Torvbråten Flerbrukshall: Mandager 19.30–20.30
Partiansvarlig: Kai Saxrud
Hjelpeinstruktører: Daniela Berg Trujillo og Sander Fadnes

HVITT/GULT/GRØNT

Torvbråten flerbrukshall: Onsdager 18.30–19.00
Partiansvarlig: Torbjørn Rambøll-Knutsen
Hjelpeinstruktør: Simen Gunby Andresen og Marius Lindstad Hansen

6. GUP-1–5. GUP-1

Torvbråten Flerbrukshall: Mandager 19.30–20.30
Partiansvarlig: Fredrik Øxseth Ski
Hjelpeinstruktører: Simen Gunby Andresen, Sarah Soza Johansson og etter hvert Mille Christin Birkeland

6. GUP-1–5. GUP-1

Torvbråten flerbrukshall: Onsdager 19.00–20.00
Partiansvarlig: Fredrik Øxseth Ski

Hjelpeinstruktører: Kai Saxrud og Mille Christin Birkeland

BLÅTT OG RØDT

Sydskogen skole: Mandager 19.00–20.00

Partiansvarlig: Stian Wighus

Hjelpeinstruktører: Torbjørn Rambøll Knutsen

BLÅTT OG RØDT

Sydskogen skole: Onsdager 18.30–19.45

Partiansvarlig: Malin Bæckensten Oppedal

Hjelpeinstruktør: Lone Jenstad

SPARRINGSREKRUTTER

Torvbråten flerbrukshall: Torsdager 17.45–19.45

Partiansvarlig: Lone Jenstad

Hjelpeinstruktør: Kevin Alexander Andressen

SPARRINGSKOMPANIET

Sydskogen skole: Torsdager 18.30–19.30

Partiansvarlig: Hedda Birkeland

Hjelpeinstruktør: Karl Henrik Wevang

VOKSENPARTIER:

HVITT/GULT/GRØNT

Torvbråten flerbrukshall: Mandager 18.30–19.30

Partiansvarlig: Erik Wallentin

Hjelpeinstruktør: Dag Jostein Arnesen

HVITT/GULT/GRØNT/BLÅTT

Torvbråten flerbrukshall: Torsdager 17.45–19.45

Partiansvarlig: Torbjørn Rambøll Knutsen

Hjelpeinstruktør: Randi Margrethe Nordli

BLÅTT/RØDT/SORT BELTE

Torvbråten flerbrukshall: Mandager 20.30–21.30

Partiansvarlig: Andreas Jenstad og Gro Smenes

BLÅTT/RØDT/SORT

Torvbråten flerbrukshall: Onsdager 20.00–21.30

Partiansvarlig: Andreas Jenstad og Gro Smenes

SPARRINGSTRENING

Sydskogen skole: Torsdager 20.00–21.00

Partiansvarlig: Gro Smenes og Andreas Jenstad

FRITRENING OG KONKURRANSETRENING

Torvbråten flerbrukshall: Fredager 17.30–19.00

Partiansvarlig: Andreas Jenstad og Gro Smenes

MESTERSKAP



• ØC 1 TØNSBERG 27. JANUAR

Medaljer i dag:

- 🥇 Emil Niskala Nadi Sparring Junior 1 herrer
8-5 gup -165 cm
- 🥇 Emil Niskala Nadi Mønster Junior 1 herrer
8-5 gup
- 🥇 Karl Henrik Wevang Sparring Junior 2
Herrer 1-3 dan 70-75 kg
- 🥇 Kevin Alexander Andreassen Sparring
Herrer senior/veteran 4-1 gup + 75 kg
- 🥇 Trygve Steffan Lere Sparring veteran
Herrer 4-1 gup +84 kg
- 🥇 Oliver Andre Andreassen Mønster
Herrer Senior/veteran 8-5 gup
- 🥇 Kevin Alexander Andreassen Mønster
Herrer senior/veteran 4-1 gup

🏆 Kevin Alexander Andreassen Powercube
Herrer Senior/veteran 2-1 gup og 1-3 dan

🏆 Kevin Alexander Andreassen Spes.tek
Herrer senior/veteran alle grader

🏆 Oda Marie Løken-Lyngstad Sparring
Junior 1 dame 8-5 gup åpen klasse

🏆 Frida Isabella Birkeland Sparring
Junior 1 dame 4-1 gup -160 cm

🏆 Mille Christin Birkeland Mønster
Junior dame 1 4-1 gup

🏆 Michelle Andreassen Sparring
Junior 2 dame 8-5 gup +65 kg

🏆 Sarah Andrea Soza Johansson Mønster
Junior 2 dame 4-1 gup

🏆 Natalia Løvschall Kudlacz Sparring senior
dame 4-1 gup åpen klasse

🏆 Hedda Birkeland Sparring senior dame
1-4 dan åpen klasse

🏆 Ingvild Landmark Sparring veteran dame
4-1 gup 67-74 kg

🏆 Natalia Løvschall Kudlacz Mønster senior/
veteran dame 4-1 gup

🏆 Natalia Løvschall Kudlacz Powercube
senior/veteran dame 2-1 gup og 1-3 dan

🏆 Natalia Løvschall Kudlacz Spes.tek senior/
veteran dame alle grader

🏆 Jonathan Selmer Sparring Junior 1 herre
4-1 gup -165 cm

🏆 Simen Gunby Andresen Sparring Junior 2
herre 4-1 gup -70 kg

🏆 Stian Wighus Mønster senior herre 1-4 dan

🏆 Jennifer-Viktoria Toranger Sparring senior
dame 4-1 gup åpen klasse

🏆 Malin Oppedal senior dame 1-4 dan

🏆 Jennifer-Viktoria Toranger Mønster
senior/veteran dame 1-4 gup

🏆 Magnus Landmark Nossen Mønster junior 1
herrer 8-5 gup

🏆 Sindre Skille Amundsen Mønster junior 2
herre 4-1 gup

🏆 Nora Heggum Kjølstad Sparring junior 1
dame 4-1 gup +160 cm

🏆 Mille Christin Birkeland Sparring junior 1
dame 4-1 gup +160 cm

🏆 Oda Marie Løken-Lyngstad Mønster junior 1
dame 8-5 gup

🏆 Daniela Berg Trujillo Mønster junior 2 dame
1-3 dan

🏆 Hedda Birkeland Mønster senior dame 1-4 dan

🏆 Ingvild Landmark Mønster senior/veteran dame 4-1 gup

🏆 Sabina Przybylska-Wolanin Mønster senior/veteran dame 4-1 gup

I tillegg deltok Nojus Alsuskis, Andreas Perera Bersås, Sander Fadnes, Christoffer Grande, Marius Lindstad Hansen, Mads Jensen, Simen Kristiansen, Tilde Vinge Lere, Airin Celin Nordli, Randi Margrethe Nordli, Emma Pettersen, Torbjørn Rambøl-Knutsen, Fredrik Selmer, Fredrik Øxseth Ski, Johanne Sødning, Madeleine Veбенstad Tafjord, Kasper Tidemann-Rudshaug, Emma Wolanin og Zuzanna Wolanin.

- **WARRIOR OPEN ENGLAND 10. MARS**



Regionslagtutur til England. Fra klubben reiste Torbjørn Rambøll Knutsen, Daniela Berg Trujillo, Mille Christin Birkeland, Emilie Viig Østensen, Natalia Kudlacz Løvschall, Hedda Birkeland, Viktoria Toranger, Oliver Andre Andreassen, Kevin Alexander Andreassen, Karl Henrik Wevang, Fredrik Øxseth Ski og Lone Jenstad. Erik Birkeland var med som coach og Siri Berg Trujillo som supporter.

Resultater:

🏆 Kevin Andreassen mønster senior Rødt belte herrer

🏆 Kevin Andreassen sparring Rødt belte senior herrer

🏆 Viktoria Toranger mønster Rødt belte senior damer

🏆 Oliver Andreassen mønster Gult belte senior herrer

🏆 Natalia Kudlacz sparring Rødt belte senior damer

🏆 Karl Henrik Wevang sparring sort belte junior -75 kg herrer

🏆 Natalia Kudlacz mønster Rødt belte senior damer

🏆 Oliver Andreassen sparring Gult belte senior herre

- ØC 2 DRAMMEN 13. APRIL



Medaljer fra i dag:

- 🏆 Nojus Alsauskis Sparring jr 1 8-5 gup +167 cm
- 🏆 Jonathan Selmer Sparring jr 1 4-1 gup -165 cm
- 🏆 Jonathan Selmer Mønster 4-3 gup jr 1
- 🏆 Karl Henrik Wevang Sparring 1-3 dan jr 2 +75 kg
- 🏆 Oliver Andre Andreassen Sparring 8-5 gup senior 69-75 kg
- 🏆 Kevin Alexander Andreassen Sparring 4-1 gup senior +75 kg
- 🏆 Oliver Andre Andreassen Mønster senior 8-5 gup
- 🏆 Kevin Alexander Andreassen Mønster 4-1 gup senior
- 🏆 Mille Christin Birkeland Sparring 4-1 gup jr 1 -165 cm
- 🏆 Michelle Andreassen Sparring 8-5 gup jr 2 +65 kg
- 🏆 Natalia Kudlacz Sparring 4-1 gup senior 60-65 kg
- 🏆 Hedda Birkeland Sparring 1-4 dan senior 60-65 kg
- 🏆 Sabina Przybylska Wolanin Sparring 4-1 gup veteran 68-74 kg
- 🏆 Ingvild Landmark Sparring 4-1 gup veteran +74 kg
- 🏆 Natalia Kudlacz Mønster senior/veteran 4-1 gup
- 🏆 Natalia Kudlacz spesialteknikk senior/veteran 2-1 gup og 1-3 dan
- 🏆 Emil Niskala Nadi Mønster 3-4 gup jr 1
- 🏆 Christoffer Grande Mønster 4-1 gup jr 2
- 🏆 Lone Jenstad Mønster 1-3 dan jr 2
- 🏆 Viktoria Toranger Sparring 4-1 gup senior 60-65 kg
- 🏆 Ingvild Landmark Mønster 4-1 gup senior/veteran
- 🏆 Emil Niskala Nadi Sparring 4-1 gup jr 1 -165 cm
- 🏆 Sander Fadnes Sparring 4-1 gup jr 1 -165 cm 🏆 Magnus Landmark Nossen Mønster 8-5 gup jr 1
- 🏆 Adrian Swann Mønster 4-3 gup jr 1
- 🏆 Simen Gunby Andresen Sparring 4-1 gup jr 2 -70 kg
- 🏆 Sindre Skille Amundsen Sparring 4-1 gup jr 2 -70 kg

- 🏆 Sindre Skille Amundsen Mønster 4-1 gup jr 2
- 🏆 Stian Wighus Mønster 1-4 dan senior
- 🏆 Steffan Lere Sparring 4-1 gup veteran +84 kg
- 🏆 Kai Saxrud Mønster 1-4 dan veteran
- 🏆 Nora Heggum Kjølstad 4-3 gup jr 1
- 🏆 Sabina Przybylska Wolanin Mønster 4-1 gup senior/veteran
- 🏆 Viktoria Toranger Mønster 4-1 gup senior/veteran

I tillegg deltok: Frida Isabella Birkeland, Jonathan Sebastian Bjørnstad, Ludvig Brevik Førland, Marius Lindstad Hansen, Mads Jensen, Sarah Juliussen, Tilde Vinge Lere, Oda Marie Løken-Lyngstad, Airin Celin Nordli, Randi Margrethe Nordli, Torbjørn Rambøl-Knutsen, Fredrik Selmer, Fredrik Øxseth Ski, Sarah Andrea Soza Johansson, Johanne Sødtring, Madeleine Vebenstad Tafjord, Kasper Tidemann-Rudshaug, Daniela Berg Trujillo, Emma Wolanin, Zuzanna Wolanin, Anette Viig Østensen og Emilie Viig Østensen.

- **EM I LUBLIN POLEN 17.–21. APRIL**



Røyken TKD klubb hadde tre utøvere med i troppen: Lone Jenstad sparring og lag, Kai Saxrud knusing og Karl Henrik Wevang sparring og lag. Andreas Jenstad var med som landslagstrener og coach.

Medaljer:

- 🏆 Lone Jenstad lagmønster junior damer
- 🏆 Karl Henrik Wevang lagmønster junior herrer
- 🏆 Karl Henrik Wevang lagspes.tek junior herrer
- 🏆 Karl Henrik Wevang lagsparring junior herrer
- 🏆 Kai Saxrud knusing senior herrer
- 🏆 Kai Saxrud lagknusing senior herrer

- **KNØTTE-CUP I LIER 9. JUNI**



31 barn og 13 hjelpere fra Røyken deltok på Knøttcup i Lier

- **ØC 3 OSLO 21. SEPTEMBER**



Medaljeoversikt:

- 🥇 Jonathan Selmer JR1 Sparring 4-1 gup minus 165 cm.
- 🥈 Simen Gunby Andresen JR2 Sparring 4-1 gup minus 60 kg
- 🥉 Karl Henrik Wevang JR2 Sparring 1-3 dan Sparring pluss 70 kg

- 🏆 Oliver Andre Andreassen SR Sparring 8-5 gup pluss 75 kg
- 🏆 Kevin Alexander Andreassen SR Sparring 1-4 dan pluss 75 kg
- 🏆 Oliver Andre Andreassen SR Mønster 8-5 gup
- 🏆 Stian Wighus SR Knusing (powercube) 2-1 gup og 1-3 dan
- 🏆 Kevin Alexander Andreassen SR/veteran Spes.tek alle grader
- 🏆 Jonathan Selmer JR Spes.tek minus 165 cm
- 🏆 Ingvild Landmark veteran Sparring 4-1 gup 67-64 kg
- 🏆 Jennifer-Viktoria Toranger SR/veteran Mønster 4-1 gup
- 🏆 Natalia Kudlacz Løvschall SR/veteran Spes.tek
- 🏆 Fredrik Selmer JR1 Sparring 4-1 gup minus 165 cm
- 🏆 Magnus Landmark Nossen JR1 4-3 gup Mønster
- 🏆 Sindre Skille Amundsen JR2 Mønster 2-1 gup
- 🏆 Torbjørn Rambøl-Knutsen JR2 Mønster 1-3 dan
- 🏆 Ingvild Landmark SR/veteran Mønster 8-1 gup
- 🏆 Natalia Kudlacz Løvschall SR Mønster 1-4 dan
- 🏆 Michelle Andreassen JR2 Mønster 8-5 gup
- 🏆 Emil Niskala Nadi JR1 Sparring 4-1 gul minus 165 cm
- 🏆 Nojus Alsuskis JR1 4-3 gup Sparring pluss 165 cm
- 🏆 Sander Fadnes JR1 2-1 gup og 1-2 dan Sparring pluss 165 cm
- 🏆 Jonathan Selmer JR1 2-1 gup Mønster
- 🏆 Marius Lindstad Hansen JR2 4-1 gup Sparring 65-70 kg
- 🏆 Mille Christin Birkeland JR1 og JR2 Mønster 1-3 dan
- 🏆 Natalia Løvschall Kudlacz SR Sparring 1-4 dan åpen klasse
- 🏆 Sabina Przybylska Wolanin SR/veteran Mønster 8-1 gup

I tillegg deltok: Emilie Viig Østensen, Fredrik Øxseth Ski, Daniela Berg Trujillo, Lone Jenstad, Frida Birkeland, Mads Jensen, Andreas Perera Bersås, Karina Lome Bratt, Ludvig Brevik Førland, Adrian Braathen Swann, Christoffer Grande, Milad Hussein Hassani, Tilde Vinge Lere, Madeleine Veбенstad Tafjord, Trygve Steffan Lere, Oda Marie Løken Lyngstad, Kasper Tidemann Rudshaug, Airin Nordli, Zuzanna Wolanin, Randi Margrethe Nordli og Johanne Sødning.

Tusen takk til klubbens coacher: Thea Ojala Wallentin, Malin Oppedal, Hedda Birkeland, Lars Viig Østensen, Anette Viig Østensen, Stian Wighus, Natalia Kudlacz Løvschall, Lone Jenstad, Fredrik Øxseth Ski, Ingvild Landmark, Torbjørn Rambøl-Knutsen, Karl Henrik Wevang og Kevin Alexander Andreassen.

Og ikke minste klubbens dommere: Andreas Jenstad, Gro Smenes, Zuzanna Wolanin og Erik Birkeland. I tillegg hadde flere dommerpraksis: Sabina Przybylska Wolanin, Randi Margrethe Nordli og Kai Saxrud 🍊

- **VESTNORSK 28 SEPTEMBER SOTRA**



Medaljer:

- 🥇 Jonathan Selmer JR1 Sparring 4-1 gup minus 160 cm.
- 🥇 Natalia Kudlacz Løvschall SR spes.tek.
- 🥇 Natalia Kudlacz Løvschall SR Mønster 1-3 dan
- 🥇 Lone Jenstad JR2 Mønster 1-3 dan
- 🥇 Oliver Andreassen SR Mønster 8-6 gup
- 🥇 Viktoria Toranger SR Mønster 4-1 gup
- 🥇 Karl Henrik Wevang JR2 Sparring 1-3 dan pluss 75 kg
- 🥈 Jonathan Selmer JR1 Mønster 4-1 gup
- 🥈 Oliver Andreassen SR Sparring gup åpen klasse 65-75 kg.
- 🥉 Daniela Berg Trujillo JR2 Mønster 1-3 dan

- **KNØTTE-CUP I DRAMMEN 27. OKTOBER**

Knøtte-cup 2 i Drammen. 24 barn og 11 instruktører har kost seg i Skogerhallen. Kjempegøy å se barna i aksjon



- **LANDSTEVNE OG NM TRONDHEIM 1.–3. NOVEMBER**

Fra Røyken reiser 26 utøvere, 10 coacher og en flokk med supportere. Røyken TKD klubb blir 2. beste klubb i år også.



Karl-Henrik Wevang, gull sparring og sølv spes.tek.

Lone Jenstad, gull mønster og bronse sparring

Ingvild Landmark, gull mønster

Fredrik Øxseth Ski, gull sparring

Kevin Alexander Andreassen, gull mønster

Mille Christin Birkeland, sølv mønster

Daniela Berg Trujillo, sølv sparring

Randi Margrethe Nordli, sølv mønster

Sabina Przybylska-Wolanin, bronse mønster

Jonathan Selmer, bronse mønster

Simen Gunby Andresen, bronse mønster

Stian Wighus, bronse mønster

Emilie Viig Østensen, bronse mønster

Natalia Kudlacz Løvschall, bronse sparring

Jennifer-Viktoria Toranger, bronse mønster

Ludvig Brevik Førland, gull sparring

Stian Wighus, gull knusing og sølv lagmønster

Mille Christin Birkeland, gull sparring, gull lagsparring og bronse lagmønster

Ingvild Landmark, gull sparring

Natalia Kudlacz Løvschall, gull knusing og bronse lagsparring

Lone Jenstad, gull tradisjonell sparring, gull lagmønster og bronse lagsparring

Emilie Viig Østensen, gull tradisjonell sparring og bronse lagmønster

Adrian Swann, sølv sparring

Jennifer-Viktoria Toranger, sølv sparring

Simen Gunby Andresen, sølv sparring

Sabina Przybylska-Wolanin, sølv sparring

Fredrik Øxseth Ski, sølv lagmønster

Karl-Henrik Wevang, sølv lagsparring
Christoffer Grande, bronse sparring
Frida Isabella Birkeland, bronse sparring
Daniela Berg Trujillo, bronse lagsparring og bronse lagmønster

I tillegg deltok: Sindre Skille Amundsen, Sander Fadnes, Marius Lindstad Hansen, Mads Jensen, Torbjørn Rambøl-Knutsen, Kai Saxrud og Zuzanna Wolanin. Fantastisk innsats av alle sammen!

👨‍🏫 Coacher som var med: Gro Smenes, Anette Viig Østensen, Malin Bæckensten Oppedal, Hedda Birkeland, Erik Birkeland og Lars Viig Østensen

SAMLINGER/SEMINARER

- **SPARRINGSSEMINAR I OSLO ØST MED MASTER MIKKO og SABUM HELI 6. JANUAR**



Fra Røyken deltok Fredrik Øxseth Ski, Gro Smenes, Lone Jenstad, Steffan Vinge Lere og Emil Niskala Nadi.

- **ELITE STAGE COMPETITION AND SEMINAR OG SENIORSAMLING 11.–14. JANUAR**



Fra klubben deltok Gro Smenes, Emilie Viig Østensen og Andreas Jenstad

- **LANDSLAGSAMLING 19.–21. JANUAR TRONDHEIM**



Fra klubben deltok: Karl Henrik Wevang, Kai Saxrud, Lone Jenstad, Stian Wighus og Andreas Jenstad

- **KNUSE- OG SPES.TEK SEMINAR MED ROBERT SKAGSET 12. FEBRUAR**



- **BOOST CAMP I LUNDE MED JULIA CROSS 18.–19. MAI**



Fra klubben deltok Jonathan Selmer.

- **SOMMERLEIR I SURNADAL 28. JUNI–2.AUGUST**



I år hadde Røyken med 30 deltakere på Sommerleir i Surnadal. Fredrik Øxseth Ski, Anette Viig Østensen, Randi Nordli, Sabina P- Wolanin, Ingvild Landmark, Thea Ojala Wallentin,

Michael Ojala Wallentin, Natalia Kudlacz Løvschall, Hedda Birkeland, Mille Birkeland, Erik Birkeland, Simen Kristiansen, Simen Gunby Andreassen, Andreas Jenstad, Gro Smenes, Zuzanna Wolanin, Daniela Berg Trujillo, Lone Jenstad, Emilie Viig Østensen, Sindre Skille Amundsen, Mads Jensen, Andreas Perea Bersås, Christoffer Grande, Marius Lindstad, Karl-Henrik Wevang, Sander Fadnes, Kevin Alexander Andreassen, Torbjørn Rambøl Knutsen, Andreas Jenstad, Michael Myhre og Lars Viig Østensen.

- **BARNE- OG UNGDOMSLEIR LANGESUND 3.–8. AUGUST**
2 barn og ungdom fra Røyken Taekwon-Do klubb deltok.

- **SOMMERTRENING I RØYKEN TAEKWON-DO KLUBB 5.–9. AUGUST**
78 barn fra klubben deltok i tillegg til 20 instruktører.

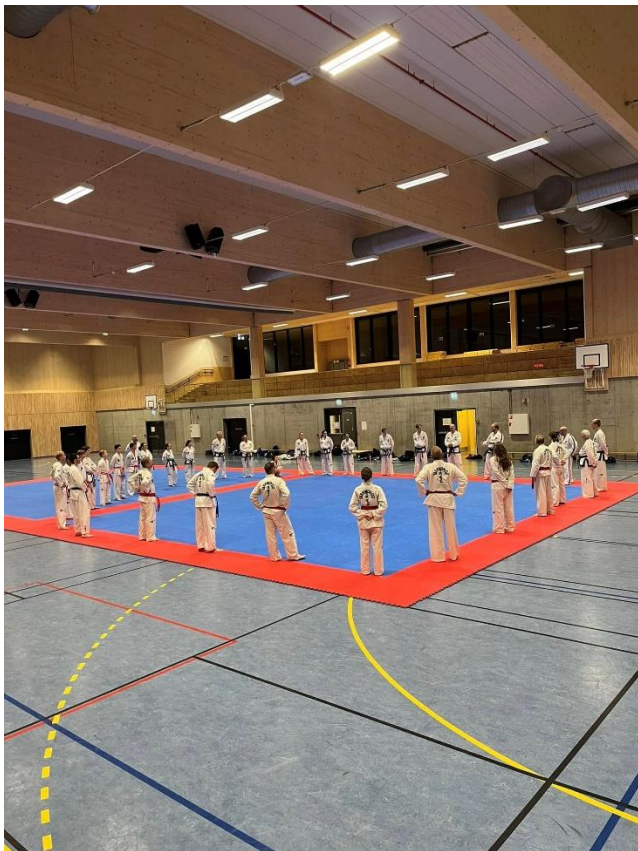


- **SEMINAR MED GRAND MASTER ANDRESEN I OSLO 8. SEPTEMBER**



Fra klubben deltok: Mille Birkeland, Hedda Birkeland, Emilie Viig Østensen, Lone Jenstad, Fredrik Øxseth Ski, Kai Saxrud, Erik Birkeland, Lars Viig Østensen, Anette Viig Østensen og Daniela Berg Trujillo.

- **SEMINAR SKADEFOREBYGGENDE TRENING MED ARNE MARTIN VIK 28. SEPTEMBER**



- **LANDSLAGSAMLING 4.–6. OKTOBER TRONDHEIM**



Fra kubben deltok Andreas Jenstad, Lone Jenstad, Daniela Berg Trujillo, Kevin Alexander Andreassen, Stian Wighus, Karl Henrik Wevang, Kai Saxrud og Natalia Kudlacz Løvschall.

- **GOD NOK OSLO 12.–13. OKTOBER**



Fra klubben deltok: Viktoria Wandsvik, Emma Crest-Ekhaugen, Tilde Vinge Lere, Oda Marie Løken-Lyngstad, Oda Sunnarvik-Ween, Mitra Hassani, Johanne Sødning og Sarah Juliussen

- **SEMINAR MASTER BYRNE OG MASTER RYAN TRONDHEIM 12.–13. OKTOBER**



Fra klubben deltok Andreas Jenstad

KURS

- **NTN INSTRUKTØR 4 2.-3 .FEBRUAR**



Kursholder: Master Betele
Fra klubben deltok Mille Birkeland

- **NTN INSTRKTØR 6 2.-3. MARS**



Fra klubben deltok Stian Wighus

- **NTN INSTRUKTØR 5 1.-2. MARS BÆRUM**



Kursholder Grand Master Garnæs

Fra klubben deltok: Fredrik Øxseth Ski, Randi Kristiansen, Anette Viig Østensen, Andreas Jenstad, Hedda Birkeland, Torbjørn Rambøll Knutsen, Daniela Berg Trujillo, Erik Birkeland, Lone Jenstad, Emiie Viig Østensen og Zuzanna Wolanin.

- **NTN INSTRUKTØR KURS 2 og 3 27.–28. APRIL**



Kursholdere: Arne Martin Viik

Deltakere fra klubben: Michael Ojala Wallentin, Thea Ojala Wallentin, Mille Birkeland og Erik Wallentin.

- **NTN DOMMERKURS 14. SEPTEMBER OSLO**



Kursholdere: Gunnar Eggesbø og Camilla Rolstad

Fra klubben deltok Gro Smenes, Randi Nordli, Kai Saxrud og Sabina P-Wolanin

GRADERINGER

- **PÅSKEGRADERING 16. MARS**

Felles gradering for alle barnepartier og ungdom og voksne opp til blått belte.
Til sammen graderte 96 stk.



- **SORTBELTEGRADERING 13. MAI RØYKEN**



Røyken TKD klubb fikk fire nye sortbelter: Mille Birkeland, Natalia Kudlacz Løvshall, Kevin Alexander Andreassen og Sarah Soza Johansson
Fire nye 2. Dan: Hedda Birkeland, Lone Jenstad, Emilie Viig Østensen og Torbjørn Rambøll Knutsen

Og tre nye 3. Dan: Erik Wallentin, Thea Ojala Wallentin og Michael Ojala Wallentin

- **SOMMERGRADERING 8. JUNI TORVBRÅTEN FLERBRUKSHALL**



Felles gradering for alle partier. I alt var det 122 som graderte seg (4 delgrad Dan og 118 på Gup).

- **GRADERING PÅ SOMMERTRENING I ROS ARENA 11. AUGUST**



Til sammen graderte 68 barn og ungdom seg til ny grad.

- **SORTBELTEGRADERING 13. NOVEMBER OSLO**



Klubben fikk nok et sortbelte: Sabina Przybylska Wolanin

- **JULEGRADERING 7. DESEMBER TROVBRÅTEN FLERBRUKSHALL**



Felles julegradering for hele klubben i Torvbråten Flerbrukshall. Til sammen gikk 126 stk opp til ny gup-grad, fem stk delgrad Dan og én stk 1. Dan (Lars Viig Østensen).

ANDRE HENDELSER

- **Årsmøtet ble avholdt 20. mars**
- **1 runde med bestilling av klubb hoodie/hettejakke**
- **Skøyte- og hockeytrening med instruktørene i Asker Taekwon-Do klubb**



- **Sommeravslutning på Sjøstrand 13. juni med over 100 stk. samlet til grilling og konkurranser i god tradisjon**



- **Regionslag Team (B)EAST.**
Våren 2024 hadde Røyken Taekwon-Do klubb 12 utøvere med: Hedda Birkeland, Torbjørn Rabøl-Knutsen, Emilie Viig Østensen, Lone Jenstad, Daniela Berg Trujillo, Viktoria Toranger, Kevin Alexander Andreassen, Natalia Løvshall Kudlacz, Karl Henrik Wevang, Mille Birkeland, Fredrik Øxseth Ski og Stian Wighus.



Høst 2024 fikk klubben med 12 utøvere: Karl Henrik Wevang, Jonathan Selmer, Simen Gunby Andreassen, Frida Birkeland, Natalia Kudlacz Løvshall, Hedda Birkeland, Mille Birkeland, Stian Wighus, Kevin Alexander Andreassen, Lone Jenstad, Daniela Berg Trujillo og Fredrik Øxseth Ski.

- **NTN kongress, NKF Forbundsting 1.–2. juni**



Erik Birkeland, Gro Smenes og Andreas Jenstad representerte klubben

- **Instruktøravslutning VR Games i Oslo og middag i Vollen 15. juni**



- **Mesterlunsj hos ordfører Lene Conradi i Asker kommunehus**



Stian Wighus, Karl Henrik Wevang, Emilie Viig Østensen og Lone Jenstad var gullvinnere fra NM 2023 og ble invitert sammen med Gro Smenes.

- **Oppvisning og stand under Bakgårdsfest Slemmestad 1. juni**



- **Gro Smenes har vært medlem i eksamenskomisjonen i NTN**
- **Stand og oppvisning på Røykenmila 1. september**
Erik Wallentin er primus motor sammen med en god gjeng fra klubben



- **Arrangert FUN FRIDAY 3. mai gjennom Aktive lokalsamfunn (kommunalt prosjekt).**
Gro Smenes, Simen Gunby Andresen, Kevin Alexander Andreassen, Karl Henrik Wevang, Mille Birkeland og Sander Fadnes bidro til en aktiv kveld for barn 5.–7. trinn
- **LANDSLAG**
Andreas Jenstad har vært landslagstrener i mønster ITF Taekwon-Do og landslagcoach i 2024. Aktivitet: Tre landslagsamlinger og EM i Lublin, Polen hvor Kai Saxrud, Lone Jenstad og Karl Henrik Wevang deltok.
Etter NM i november ble Lone Jenstad og Karl Henrik Wevang tatt ut til juniorlandslaget, og Kai Saxrud, Stian Wighus og Natalia Kudlacz Løvschall til seniorlaget.
- **SPOND-lotteri før jul med inntekter til barne- og ungdomsaktivitet**
- **SPONSET kr 92 000,- av Sparebanken Øst til 2 spill for mønstertrening**



- **Klubben har fått sin egen Taekwon-Do-baby: Linnea**



- **Instruktøravslutning Jul Sem Gjestegård og tur til Jul i Vinterland**

