

Nr. 4 — August 2000

Klubblad for  
Kajakklubben Esrum Sø



---

---

# KANOJAK



*Nogle af medaljevinderne ved kortbane-kredsmesterskaberne*

Fik du ikke en e-mail om dette blad og har du en e-mail adresse, så send den til  
wsj@wsj.dk

## TILLIDSPOSTER I KAJAKKLUBBEN ESRUM SØ

### Bestyrelsen:

#### Formand, medlemsadministration, klubbøj, bådpladser, frigivning, fællesudvalg:

William S. Jacobsen, Slangstrupgade 79, 3400 Hillerød, 4825 2452 / 4822 4922 / 4054 4225, mail: wsj@wsj.dk

#### Næstformand, børne- og ungdomsleder, frigivning, fællesudvalg:

Jan Lassen, Nødebovej 42, Nødebo, 3480 Fredensborg, 4848 0283, mail: jan\_lassen@hotmail.com

#### Chefinstruktør, ansvarlig for bro, bådudvalg, frigivning:

Jeppe Puck, Nødebohave 89, Nødebo, 3480 Fredensborg, 4848 1517 / 2146 1289, mail: jeppe.puck@writeme.com

#### Motionistleder, breddeleder, turkoordinator, handicapafvikling:

Otto Jacobsen, Mosedraget 16, Nødebo, 3480 Fredensborg, 4848 3106 / 4015 8806, mail: otto@mail.dk

#### Ansvarlig for romateriel, bådudvalg, motorbåd og trailer, køkkenindkøb, børneinstruktør:

Jan Hedberg, Tjørnevej 3 D, 3480 Fredensborg, 4848 1889, mail: Jan\_Hedberg@mail.tele.dk

#### Bådudvalg, idrætsudvalg, motionsrum:

Jens Lyk-Jensen, Tibberup Allé 59, 3060 Espergærde, 4917 0233 / 2026 3460, mail: rotten.musen@mail.tele.dk

#### Pololeder, idrætsudvalg:

Troels Gotsæd Hansen, Kildeportvej 10, Nødebo, 3480 Fredensborg, 4848 4196, mail: gotsaed@post5.tele.dk

#### Bestyrelses suppleant, ungdomstræner, idrætsudvalg, motionsrum:

Susanne Findsen, Multebærvænget 30, 2650 Hvidovre, 3677 5844 / 2082 3644, mail: susanne.findsen@private.dk

### Øvrige poster:

#### Kasserer, ansvarlig for faste anlæg og nøgler, fællesudvalg:

Inge-Margrethe Davidsen, Stærevej 6, 3200 Helsingør, 4879 6167, mail: primd@mail.tele.dk

#### Idrætsleder:

Kim Meldgaard, Nelliikevej 7, 3300 Frederiksværk, 4777 1791

#### Ungdomstræner:

Susanne Findsen, Multebærvænget 30, 2650 Hvidovre, 3677 5844 / 2082 3644  
Henrik Børresen, Ved Skoven 1, Nødebo, 3480 Fredensborg, 4848 3805

#### Festarrangør:

Kirsten Gamst-Nielsen, Stenhøjvej 36, 3200 Helsingør, 4879 7650, mail: kgn@fa.dk

#### Handicap tidtager:

Jytte Nymark, Paradisvænget 18, 3400 Hillerød, 4824 5023

#### Bladredaktion:

Otto Jacobsen, Mosedraget 16, Nødebo, 3480 Fredensborg, 4848 3106 / 4015 8806, mail: otto@mail.dk  
Kim Meldgaard, Nelliikevej 7, 3300 Frederiksværk, 4777 1791  
Mathias Milfeldt, Skovvej 31, 3400 Hillerød, 4825 2014, mail: mathiasmilfeldt@yahoo.dk

#### Børneinstruktør:

Jimmy Jensen, Solsortvej 6, 3400 Hillerød, 4824 0942

#### Rengøring:

Maj-Britt Willman, Lindevej 3, Sørup, 3480 Fredensborg, 4847 6110

**Klubhuset: Krostien 11, Nødebo, 3480 Fredensborg, 48 48 52 45**  
mail: [kajak-esrum@writeme.com](mailto:kajak-esrum@writeme.com), web: [www.wsj.dk/kajak-esrum](http://www.wsj.dk/kajak-esrum)

## Indholdsfortegnelse

Arbejdsdag	1
Adresseliste for KES	2
Formanden har ordet	4
O-løb	5
Handicappen	6
Tour de Gudenå & Mølleåens Blå Bånd	6
Sorø maraton	8
Ny sponsor	9
Kajakture til Møn	9
Stafetten	10
Weekendtur på Issefjorden	11
DM i maraton	11
Strategi & Visioner	12
Generalforsamling	13
Hvordan opstod KES	14
Vinteraktiviteter	18
Marstal maraton	18
Aktivitetsplan	20
Løbsresultater	21
Rostatistik	22
Redaktørens hjørne	23

## Formanden har ordet

Sæsonen er jo endnu ikke ovre, men det bedste af den er jo brugt. Det blev en blandet sæson med et virkelig godt forår og en halvkold sommer. Men sommer var det da, med en masse aktiviteter i vores klub og vores sport. Vi har igen i år været værter ved en af kredsens mesterskaber. I år var det igen kortbanemesterskaberne som vi afholdt på Frederiksborg Slotssø. Der har været en sommertur, desværre var vi ikke så mange i år kun 14 var taget afsted og det var kun halvdelen der var ude at ro, men det var en virkelig hyggelig tur, som jeg tror vi alle nød meget.

Den her tid er jo også tiden hvor vi skal til at forberede vinterens aktiviteter. Vi har i år besluttet at prøve noget nyt, nemlig at lægge begge de gymnastik-prægede aktiviteter samtidigt på den samme skole. Dels i håbet om at bevare noget mere kontakt mellem deltagerne i vinterens løb og dels for at de kan supplere hinanden. Mere om det andet sted i bladet.

Vi skal også have afholdt vores ”nyopfundne” fremtidsdag. Det bliver søndag d. 8. oktober, hvor vi lægger ud med en gang strategi og visioner om eftermiddagen, for så at afholde generalforsamling om aftenen. Invitationer til begge disse aktiviteter kan du også se andre steder i bladet. Som man kan se af indkaldelsen til generalforsamlingen vil der i år ske en forholdsvis stor udskiftning i bestyrelsen. Så vi skal have fundet nogle kandidater til de ledige poster. Så hvis du har lyst til yde en indsats for klubben, så kontakt mig eller en af de andre bestyrelsesmedlemmer. Det skal ikke være nogen hemmelighed, at der er en del arbejde i

# tofte's

**KONTORCENTER · AS**

**Carlsbergvej 32 · 3400 Hillerød  
tlf 4824 2024 · fax 4824 2824**

det, men der er også en stor tilfredsstillelse i at få en sådan klub til at fungere og der er virkelig mange forskellige funktioner der skal udfyldes, så der er et job der passer for de fleste. Men for at være helt ærlige, så har vi kun brug for nogle, som har lyst og tid til at give den ”en skalle”, for selv om vi konstant forsøger at uddelegere arbejdet i videst muligt omfang, så kræver også dette en indsats.

Man kan få mange sjove tal ud af at sidde og lave forskellige statistikker på medlemmerne, hvor bor de, hvor gamle er de, hvordan fordeler de sig mellem kønnene, hvordan har medlemsskaren udviklet sig gennem tiden o.s.v. o.s.v. Men en af de mere nyttige sad jeg og lavede den anden aften: Hvor mange af medlemmerne kommer vi i kontakt med, når vi sender en e-mail. Hvis vi går ud fra, at når en i husstanden har modtaget en mail, så har vi kontakt med alle i husstanden, så ligger vi lige p.t. på 53,6 %. Det vil sige at vi har umiddelbar og gratis kontakt til over halvdelen af medlemmerne. Men det bliver rigtigt skægt, når vi ser på dem der har meldt sig ind i år! Så er vi oppe på 88,5 %! Det kan der være flere grunde til: 1. Vi tiltrækker mange nye medlemmer via vores web-side, det ved vi at vi gør,

for det får vi at vide, men det er nok ikke den eneste grund. En stor del af grunden er nok, at vi på indmeldelsesblanketten beder om e-mail adressen. Og så får vi den! Det må betyde at der sidder en masse medlemmer, måske omkring 100! Som har e-mail, men som ikke har givet mig den! Hvis det er rigtigt, så åbner det helt nye muligheder for kommunikation mellem os i bestyrelsen og medlemmerne. Selvfølgelig skal vi stadig have et blad, for som Susanne sagde den anden dag på bestyrelsesmødet, så er der steder, hvor de fleste af os ikke kan tage en e-mail med. Men til en masse "hot-info" ville det være suverænt, hvis vi kunne supplere bladet med nogle opfriskere og sidste nyt. Så hvis du har en e-mail adresse og ikke har fået en mail om at dette blad var tilgængeligt på web'en, så tag lige og send den til mig på [wsj@wsj.dk](mailto:wsj@wsj.dk).

I øvrigt skifter klubbens web snart adresse. Vi får vores eget domaine, og samtidig mulighed for nogle nye e-mail adresser til bestyrelsen m.v.

Med håbet om en god sensommer og efterårs sæson.

*William*



## Orienteringsløb 2000/2001

Der er blevet søgt om løbstilladelse på flg. datoer, men da det ikke er sikkert at ansøgningerne er blevet imødekommet, kan der ske ændringer i såvel skov som dato:

Tisvilde	8.okt.	2000
Danstrup hegn	12.nov.	2000
Geel skov	3.dec.	2000
Rude skov	7.jan	2001
Præstevang	4.feb.	2001
Tokkekøb hegn	4.marts	2001

Pris pr. løb: 30,00 kr.... en lille stigning, men så får du også o-kortet med dig efter løbet.

Tilmelding: senest 14 dage før løbet i den grå o-løbs mappe, eller til Dot tlf. 4913 5517/ 2382 8317, e-mail [svendot@writeme.com](mailto:svendot@writeme.com)

Jeg håber, at rigtig mange har/får lyst til at løbe med, og hvis der er nogle som godt vil have et introduktionsløb skal I lige kontakte mig. Jeg vil så i samarbejde med Bjarne Vinsløv finde en dato

*Pagaj- og O-løbshilsen  
Dot*

**TØMRERFIRMA  
Finn Gliver Olsen  
Hammersvej 2 A  
3480 Fredensborg  
Telefon 48 48 37 19  
Bil tlf. 40 51 47 07**

## Handicappen –2000

Så er onsdagsturneringen ved at gå ind i sin afgørende fase. I skrivende stund fører Michael Krebs men det kan sagtens nå at ændre sig inden dette blad er på gaden. Vejret har i år været meget nådigt, kun få onsdags-aftener har der været bølger på banen og absolut ikke i en størrelse, som kan afskrække nogen fra at deltage. Det har da også kun været ganske få vandgange men måske når efterårsvejret starter, vi så kan få lidt underholdning. Underholdningen har vores formand dog bidraget til, når han med blikket rettet mod sin nyindkøbte satellitnavigator nærmer sig målstregen i sneglefart, mens gud ved hvilke beregninger finder sted under hjernekallen? I år har der været mange deltagere fra kajakklubben Krogen i Helsingør, dette er med til at gøre konkurrencen endnu mere intens og spændende. Også enkelte af de nye roere i klubben har været på banen, men der er sagtens plads til mange flere. Selv om man ikke deltager i turneringen, er man også velkommen til at deltage i grill-seancerne hver 3. onsdag, hold øje med opslagstavlen.

*Kim*

**Nødebo Blomster- & Havecenter**  
Nødebøvej 45, Nødebo  
3480 Fredensborg ..... **48 47 57 50**  
Åbent alle ugens dage  
undtagen mandag  
**Brudebuketter**  
**Borddekorationer**  
**Dekorationer/Buketter**  
**Kranse & Bårebuketter**  
**Kistedekorationer**  
**48 47 57 50**

## Tour de Gudenaå

I weekenden 8.-10. september afholdes TdG.

Når dette blad udkommer er det for sent at melde sig til selve løbet, men hvis du skulle gå rundt med en hjælper i maven, er du mere end velkommen til at melde dig til idrætsudvalget.

De hjælpere der tager med får ingen udgifter af turen og lønnen er en hyggelig weekend under åben himmel i høj sol med kaffe på thermokanden.

Meld dig.

*Malene*

## Mølleåens Blå Bånd – Rekorddeltagelse?

Løbssæsonen nærmer sig sin afslutning, i år har Esrum absolut ikke været en af de klubber, som har markeret sig med flest deltagere til stævnerne, og de som har været i konkurrence, har mest været ”Tordenskjolds soldater”. Men dette kan vi stadig nå at rette op på, for Mølleåens Blå Bånd ligger lige foran nu og med distancer fra 14 km og nedefter, er der i hvert fald ingen roere, som burde have problemer med at gennemføre, og løbets nære beliggenhed ved Furesøen/Lyngby Sø er også dejligt overkommeligt. Vi håber derfor, at kunne stille med rigtig mange deltagere i år, vi har før været klubben med flest gennemførende roere, måske vi kan gentage succesen? Endelig er der jo festen bagefter, som også er værd at opleve. Hold derfor øje med opslagstavlen og tilmeld dig, så snart invitationen kommer op. Vi ses!

*Kim*



**JYSKE BANK**

## **Tjen 200-400 kroner pr. måned – eller få en flaske god rødvin**

Har du en lønkonto, budgetkonto og et banklån, så garanterer jeg dig, at du får noget ud af et gratis økonomitjek i Jyske Bank.

Finder vi ikke en løsning ud fra din samlede økonomi, som bevirker at du sparer 200-400 kr. om måneden, så får du en flaske rødvin som tak for ulejligheden. Så kan du nyde den i forvisning om, at din økonomi er skruet godt sammen.



Kontakt mig og få en aftale om et møde.

Med venlig hilsen  
Dorte Carstensen

☎ direkte nr

**48 22 00 11 (omstilling 48 22 00 22)**

✉ E-mail

[dc@jyskebank.dk](mailto:dc@jyskebank.dk)

**Jyske Bank, Hillerød afd.  
Slotsgade 26, 3400 Hillerød**



*Heine i fuld fart...*

## SORØ MARATON

HVOR BLIVER DE AF....  
 FØRER ANDET FELT....  
 HAN LØBER SGU´ STÆRKT....  
 HVORDAN KAN DE VÆLTE DER....  
 ENDEN I MUNDEN....  
 DER MANGLER BARE LIDT  
 HAGL....  
 OG SÅ UNDER 1½ TIME....  
 KUNNE IKKE STYRE....  
 SJOVERE AT RO....

Dette er nogle få citater fra en meget regnfuld søndag ved Sorø sø.

Der var samlet start - en meget god ide fra arrangørernes side, da klasserne var lidt tyndt besat.. Her viste Mark sin styrke fra kortbaneløbene, han kom godt med i starten og **førte andet felt** de første 500 m. Bastian kom knap så godt af sted, dette resulterede i 500 m zig-zag kurs for, som han selv udtrykte det "Jeg **kunne ikke styre** en skid". Da søen kun er 7 km, hele vejen rundt, varede det ikke længe

før Otto, i Tirana med Per (Hvidovre), var klar til første overbæring. Flot kommer de ind til broen som første båd, men - **hvor bliver de af** ? Tja Otto ligger i vandet, Per står på broen - så noget er vist galt. Og så kan man jo bare spørge **hvordan kan man vælte der** ? - på vej op på en bro. De forklarede bagefter - lidt vævende - noget med at Otto havde vægten på "yderballen", og så et lille fraspark fra Per, dette skulle så ende med 2½ minuts spildtid, hvor der skulle tømmes båd mm. Nå men der var endnu to overbæring at øve sig på, og det skal allerede nu røbes at der ikke var mere underholdning fra deres side.

Steen Ulrik, Heine, Mark og Bastian klarede alle overbæringerne i flot stil - om end i forskelligt tempo, og som en tilskuer udbrød om Heine "**han løber sgu´ stærkt**". Mark og Heine havde vist deres eget lille kapløb, Heine hentede ind på Mark i overbæringerne men Mark øgede afstanden på vandet (lidt unfair konkurrence Mark skulle kun ro 14 km, mens Heines tur var på 21 km). Ved Steen Ulriks 2. overbæring skulle han ha´ sin drikkedunk, Susanne lægger (smider) dunken i båden, rækker slangen op, men dette er ikke hjælp nok til Steen, for han udbryder "Jeg vil ha´ **enden i munden....**, han mente vist : Jeg vil (gerne) have enden af slangen i munden. Linda roede et flot løb i trimklassen (her slipper man for overbæring) og som hun glad pointerede "**og så under 1½ time**".

Alt i alt en god dag, men som Susanne sagde "så er det **sjoovere at ro** i sådan et vejr, end at være tilskuere". **Der mangler bare lidt hagl**, mente Jan Lassen, så var vejret lige så godt (dårligt) som ved Maribo regatta.



Men flotte placeringer blev det da til: Otto vandt, Heine vandt, Mark blev nr 2, Steen Ulrik blev nr 2, Bastian blev nr 3 og Linda gennemførte.

*Slut fra Kanojaks udsendte medarbejder.*

## **SPONSOR TIL** **UNGDOMSAFDELINGEN**

Stort TAK til Christian Hage, som med sit firma EUMAN, har vist sig som den gode fe.

I første omgang er det blevet til flotte grå Craft-trøjer, og hvis/når resultaterne viser sig, er der mere i udsigt.  
Endnu engang tak.

Få mere af vide om EUMAN på : [www.euman.com](http://www.euman.com)

All under eet  
tag .....

Vi har det du  
søger!

Ring:  
75 85 36 36



**KAJAK**  
**Centrum**

v/ Ernst W. Christiansen  
Norre Bygade 8. Grejs  
7100 Vejle  
75 85 36 36

## **Vil du med på kajaktur til** **Møn ?**

Jeg er i færd med nogle aktiviteter på Møn, som bl.a. skal omfatte havkajakroning i farvandet omkring Møn. Jeg har derfor brug for selv at lære farvandet at kende. Det ville være dejligt at kunne gøre det i fællesskab med andre.

Hvis du er interesseret i at opleve noget andet farvand og/eller en anden bådtype - vil jeg finde det fornøjeligt at arrangere en fællestur en af følgende week-ends m/ mulighed for overnatning i spejderhytte.

Lørdag den 19. august,

Lørdag den 2. september eller

Lørdag den 16. september

Erfarne såvel som nyligt frigrivne er velkomne.

Alt efter vejr og vind - vurderes om roningen skal foregå i Stege Nor og Stege bugt - eller om forholdene er til at alle kan ro fra Stege til Møn's klint og opleve klinten fra vandsiden.

Stege - Møn's Klint er en tur på ca. 30 km - der skulle være mulighed for at gå i land i nærheden af klinten og så transportere kajak og pagajfører tilbage.

Møn rundt - godt 80 km.

Med hjælp fra vejrguderne kan vi måske få et par forsteninger med hjem fra klinten.

Så min opfordring er: grib telefonen - kridt skoene - og ta' med til Møn.

*Ulla Berg*

*Gilleleje Ro- og Kajakklub*

*Tlf. 4825 3103*

# STAFETTEN

Navn: Martin Jensen

Alder: 25

År i klubben: 6



Medlemskab: PUST 85-91, SBBU siden 92 og Esrum siden 94

Min rokarriere startede med turkano, hynder og oversejl (og øl). I 92 begyndte jeg at ro kap-kano i SBBU (trænede først blandt å-kander i Teglgårdssøen). SBBU-rødderne fik hurtigt inddraget mig i deres vilde foss-ture og deres u-udtømmelige lagre af øl. I 94 startede jeg så i Esrum, hvor jeg nedlagde den daværende Næstformands datter.

Bedste rooplevelse: Da jeg i aug. 99 var 1 måned oppe i Nordvest-territoriet i Canada med nogle kammerater fra SBBU. Her padlede vi foss, kæmpede mod bjørne, fangede maden og drev over enorme søer.

Bedste Kapkano-oplevelse: De stille aftener på Esrum sø hvor båden bare glider.

Dårligste rooplevelse: Karlskrona i 95. Vi var alle ude og ro en lang tur, men da vi skulle tilbage blæste det kraftigt op, og de fleste havde mere end rigeligt i selv at klare sig, så der var ikke overskud til at hjælpe hinanden. Et godt råd fremover: Bliv sammen og hjælp hinanden istedet for at spredes for alle vinde.

Dårligste Kapkajak-oplevelse: Da jeg tabte en kasse øl til Steen Ulrik, fordi jeg kun kunne ro 9 sek. og ikke 10 sek i en tiger første gang jeg prøvede at sidde i en kajak. Jeg venter dog stadig på at Steen tager kassen med ned i klubben så vi alle kan nyde den til en onsdag-grill.

Målsætning: Kajakklubben Esrum Sø skal omdøbes til KANO og kajakklubben Esrum sø

HUSK: Kano er for MÆND og kajak for kvinder.

**Stafetten går videre til: Heine Weihe**

## Weekendtur på Issefjorden den 16. til 17. september 2000

Her har du chancen for at opleve hvad havkajak også er.

Den endelige planlægning af turen sker ved turens start når vi kender vejrudsigten og deltagernes forudsætninger, men jeg har tænkt mig noget i retning af følgende:

Vi mødes lørdag den 16. september kl. 8.00 i klubben og pakker biler. Herefter kører vi til Munkholmbroen hvor vi kan parkere og sætte kajaker i vandet. Vi ror til Kongsøre skov, hvor der er en primitiv lejrplads (et sted i skoven hvor man må slå telt op), hvor vi overnatter. Søndag ror vi tilbage til bilerne.

Den samlede ro distance bliver 50-60 km. Du skal selv medbringe alt hvad du skal bruge, herunder telt, sovepose, tøj, koge-grej, mad og vand.

Det er ikke muligt at køre til lejrpladsen.

Du kan tilmelde dig turen i den gule mappe i klubben, eller ved at kontakte undertegnede, der gerne besvarer evt. spørgsmål vedrørende turen. Sidste frist for tilmelding er den 1. september 2000.

*Venlig hilsen*

*Bjarne Vinsløv*

*Tlf. 48484201*

*E-mail: bvi@crimp.dk*



## DM i Odense

Årets DM/FM i marathon løb af stabelen d. 5-6/8 i Odense. Ruten som blev testet til Vikingeløbet tidligere i år var på forhånd frygtet, da den bød på en overbæring på 350m. Seniorerne/herreårgangsklasser skulle gennemløbe den 2 gange på de 38 km, mens årgangsklasser og ungdomsroere kun skulle over én gang på 19 km.

Fra Esrum deltog i år Mark og Bastian blandt ungdommerne - 19 km, Malene i oldlady klasse 36-42 år - 19 km, og Steen i oldboy klasse 36-42 år - 38km.

Personligt kunne jeg godt have brugt den overbæring 1-2 gange mere, da det var det eneste tidspunkt, hvor jeg havde kontakt med hende der vandt, men jeg blev nummer to og kom på skammelen, hvor præmien i år var et askebægre!!!!

Mark og Bastian var godt tilfredse med deres hhv. 7. og 10. plads, mens Steen også havde haft et godt løb om søndagen, da herrerne skulle i ilden (om han nu blev nummer 6,7 eller 8 kan jeg ikke huske).

I år var der ingen dame toere til start og i det hele taget ikke mange damer, så her er en lille opfordring til damerne blandt bladets læsere: Stil op til disse mesterskaber - og andre løb - så der kan blive lidt konkurrence og sjov ud af det.

*Malene*

# Strategi og visioner

## En spændende dag i klubben!

Efter sidste års kæmpe store succes med en hel dags seminar om klubbens fremtid kom der et virkelig godt forslag: Lad os slå det hele sammen, lave et strategi og visionsseminar om klubbens fremtid om dagen, få lidt mad og så holde den mere formelle generalforsamling om aftenen.

Som sagt, så gjort! Det synes vi var så god en ide, at det skulle afprøves. Så det gør vi i år.

### **Søndag d. 8. oktober mødes vi i klubben kl. 13.00**

Efter en meget kort opsummering af resultaterne fra sidste års seminar, vil vi om eftermiddagen, under ledelse af Christian Hage som har lovet at være vores ”coach” i år, drøfte klubbens nuværende status, hvor skal vi hen og hvordan kommer vi derhen. F. eks. hvad er det for en struktur vi skal have og hvordan rekrutterer vi de rigtige ledere til at gennemføre den. Er der nogle andre områder vi skal lægge mere vægt på? Hvordan? Er der nogle ting vi mangler? På anlægget, materiel- eller aktivitetsmæssigt? Hvordan kan vi bruge de nye elektroniske medier bedre? Ja, der er masser af emner at tage fat på, så Christian får nok at gøre med at styre processen.

Sidste år åbnede vi op for en masse ting, og fik sat ideer på nogle nye tiltag. Det skal vi videre med nu. Det var helt tydeligt, at vi i bestyrelsen efter sidste års seminar var meget mere indstillet på forandringer, men vi trænger nok til et nyt spark fra jer, medlemmerne, så vi kommer endnu mere op i omdrejninger for klubben.

Der vil være strække-ben pause efter behov i løbet af eftermiddagen.

Inden kl. 18.00 har vi forhåbentlig fået rundet af og er fyldt med ny energi og nye ideer. Men måske er vi også ved at blive lidt sultne, så vi vil få leveret noget spiseligt og der vil være tid til at strække lidt ben inden vi kl. 19.30 begynder generalforsamlingen. Se indkaldelsen til denne andet sted i bladet.

Det skal bemærkes at det ikke er noget krav for at deltage på generalforsamlingen at man også deltager i seminaret eller omvendt. Men der vil kun være middag til dem der deltager i begge dele.

Af hensyn til bestilling af middag bedes man melde sig til i klubben eller til undertegnede.

Tlf: 48 22 49 22 / wsj@wsj.dk

William

# Indkaldelse til ordinær generalforsamling i Kajakklubben Esrum Sø

Søndag d. 8. oktober 2000 kl. 19.30 i klubhuset.

Dagsorden i flg. vedtægterne:

1. Valg af dirigent.
2. Formanden aflægger beretning.
3. Kassereren fremlægger det reviderede regnskab til godkendelse.
4. Indkomne forslag, herunder fastsættelse af kontingent.

5. Valg til klubbens tillidsposter.

På valg i år:

Næstformand: Jan Lassen (ønsker ikke genvalg)

Bestyrelsesmedlemmer: Jeppe Puck (ønsker ikke genvalg)

Otto Jacobsen (genopstiller)

Jens Lyk-Jensen

Bestyrelsessuppleant: Susanne Findsen (ønsker ikke genvalg)

Revisor: Kirsten Gamst-Nielsen

Ruben Petersen (1 år)

Revisorsuppleant: Dot Preil

Fællesudvalget: William S. Jacobsen (genopstiller)

Jan Lassen (ønsker ikke genvalg)

Inge-Margrethe Davidsen

6. Eventuelt.

Forslag som ønskes behandlet på generalforsamlingen, fremsendes skriftligt til formanden, og skal være denne i hænde senest 10 dage før generalforsamlingens afholdelse. Rettidigt indkomne forslag fremlægges i klubben senest 7 dage før generalforsamlingen samt offentliggøres på klubbens Web.

## Hvordan opstod KES ?

Redaktionen har bedt Aage og Erika Nederby om at fortælle om baggrunden for opstarten af vores klub, og lidt om de trængsler vi måtte igennem, før vi kom i hus i Nødebo. For de nyere medlemmer kan jeg fortælle at Aage var formand i klubbens første 10 år og Erika styrede økonomien i nogenlunde samme tidsrum. Det kæmpe stykke arbejde, de har lagt i klubben, er baggrunden for, at alle vi andre i dag kan dyrke vores sport på en af Danmarks smukkeste søer og i ordentlige lokaler. Mange af de både, som stadig benyttes i klubben, er helt tilbage fra den tid, hvor Aage og Erika utrætteligt rendte sponsorer på dørene for at sikre den dengang lille klub en stor og tidssvarende bådpark.

*Hilsen Kim*

## Hvorfor, hvem, hvor !!!! En kajakklubs fødsel.

Hvorfor:

I januar 1970 blev vores søn Per sukker-syg. Det betød en omvæltning i vores daglige liv. Vi gik lange ture hver dag og cyklede endnu længere. En dag kom vi forbi ved Brede ved Mølleåen, og så der nogle kajaker, der skulle bæres over. Per sagde, det vil jeg også, altså ro kajak. Jeg foreslog ham, at han kunne ønske sig penge til sin konfirmation. Som sagt, så gjort. Til konfirmationen fik han så mange penge, at han kunne købe ½ kajak. Vi gav resten og hos Freddy på Nybrovej købte vi en K2-turbåd, en Duet, der skulle blive grundstammen i Kajakklubben Esrum Sø. Vi roede næsten søen rundt hver dag. Så begyndte Aage også at ville med, jeg købte derfor Pers andel i K2'eren og han købte en K1.

Vi måtte jo ikke uden videre ro på Esrum Sø, men skulle være medlem i en klub. Med hjælp fra Finn Jellingsø fik vi meldt os ind i Fredensborg Roklub. Flere baglænsroere blev også interesserede, men da vi foreslog at lave en underafdeling for kajaker, blev der et ramaskrig. Forslaget blev nedstemt. Vi meldte os derfor ud og prøvede at starte en klub for os selv. Det gik også nemt nok. Der var fra starten stor interesse for vores sport, og klubben holdt stiftende generalforsamling d. 15 juni 1978.

Klubben var knap nok tør bag ørerne, før vi afholdt vores første større stævne. Det var KANOJAK-TRIM som første gang fandt sted d. 5 august 1979 med 105 deltagere. Det blev straks en stor succes, klubben havde selv 17 deltagere med, som alle gennemførte. Og straks efter var vi værter for et nyt stort arrangement: Langdistance Forbundsmesterskaber i Kano og Kajak d. 1. og 2. September 1979. Vi lånte Fredensborg Roklubs lokaler til formålet og lånte motorbåde her og der. Der var 122 deltagere, hvoraf 13 udgik. Det blev også en stor succes for vores klub. Ruth Scales fra Nybro/Furå og jeg vandt dame K2-tur og Holger Falk og Kurt Boegaert blev nr. 3 i Herre C2-tur.

Også før klubben blev stiftet deltog Aage og jeg i flere løb. Første gang vi gennemførte de 120 km. på Tortur de Gudenå var i 1975, men da repræsenterede vi Krogen

<b>Salon Chik (Anny Bogaardt)</b> <b>Frederiksværksgade 111</b> <b>3400 Hillerød ..... 48 26 46 14</b>
<b>SALON CHIK</b>
<b>v/ Anny Bogaardt</b> <b>Frederiksværksgade 111</b>
<b>48 26 46 14</b>
<b>lukket hver mandag</b>

Kajakklub, da jeg var medlem der.

Hvor:

Det blev så det allerstørste spørgsmål. Havde vi vidst, hvor vanskeligt det ville blive, var vi nok aldrig begyndt på at starte for os selv.

Vi søgt om lov til at få et stykke jord alle mulige og umulige steder og fik afslag på afslag. Det første sted, vi måtte være, var hos en flink bondemand ved Sørup Havn, der "lånte" os et stykke jord, hvor vi opsatte nogle med presenning dækkede hylde til kajakerne. Men der var hverken omklædning, bade- eller toiletfaciliteter. Efter et stykke tid viste det sig, at det slet ikke var bondemandens grund, men en tilkørsel til en byggegrund. De mennesker der ejede byggegrunden, måtte ikke bygge deres ønskede hus for Fredensborg kommune, som mente der ikke var plads nok til en indkørsel!!! De klagede så til kommunen, da de mente, at når der kunne ligge en kajakklub, kunne indkørslen vel ikke være for lille. Og så fik vi besked fra

Fredensborg kommune om at forføje os. Vi fik så lov til at låne et lille stykke jord med et lille skur på Fredensborg Roklubs grund. Her var heller ikke bad eller toilet, jeg kunne dog som medlem af Roklubben Venner benytte klubfaciliteterne. Samtidigt søgte vi videre og fik afslag, afslag, afslag.....en sand ørkenvandring ved en sø.

Her er nogle avis overskrifter:

1979 – Hillerøds nye kajakklub søger tilholdssted ved Esrum Sø – Skovstyrelsen vil ikke afstå område til havn ved Esrum Sø – Miljø og fritidsinteresser kom på tværs af hinanden ved borgermødet – Byrådet sagde ja til forslaget om jollehavn – Hovedstadsrådet vil gøre indsigelser mod jollehavn

1980 – Hensynet til borgerne må veje tungere end til forbikørende

1981- Minister siger nej til jollehavn ved Nødebo, men Hillerød vil ikke opgive planerne – Løsning rykker nærmere i årelang strid om jollehavn – Afgørelse på vej

## KAJAK & FRITID



**Specialbutik for kajak og udstyr.**

**Vi er eneforhandler af BULL markedets hurtigste turkajak.**

**Den vandt DM 1997 og 1998 samt Tour de Gudenå.  
Ring for en prøvetur.**

Tranegårdsvej 29 DK-2900 Hellerup.

åbningstider : man-fre kl 13-17.30

lørdag kl 10-13.00

tilf : mobil 40601701 - (45) 39401076

fax 39625252 e-mail : s-g-lundin@post4.tele.dk

i sagen om jollehavn ved Nødebo  
1982 – Skovstyrelsen siger også nej til jollehavn ved Nødebo Holt – Miljøminister siger ja til jollehavn ved Nødebo Holt – Vil have rejst fredningssag for at undgå jollehavn ved Holtet – Foreslår endnu en jollehavn i Sørup – Miljøministerens afgørelse om jollehavnen trækker ud

1983 – Alvorlig mening med jollehavn i Nødebo – Fredning i fokus på skovvanding – Hverken ungdomsfjendsk eller mod sejllads på søen – Hvor er svaret fra kommunen – Jellingsø: vi ønsker ikke naturen ødelagt, men brugt – Der er et reelt behov for den jollehavn – Jellingsø om respekt for hinandens arbejde – Ønsker en jollehavn placeret på Kromarken – Naturfredningsforeningen vil kun gå med til en jollehavn ved Kromarken – En løbetur skræmmer mere end en hel sæsons sejllads – Jellingsø beder minister om udspil i jollehavns sag – Hillerød får nu et diktat om jollehavnen – Sådan skal 42,2 mill. kr. bruges næste år til anlæg (1mill. i 84 til os, Erika) – Borgermøde blødte op for jollehavns debat – Jollehavn får træhus, flydebroer og P-pladser – Lokalplan for jollehavn ud til borgerne – Mener sommerhusfreden forstyrres af jollehavn – Jollehavns sagen har fået borgerne på tærne

1984 – Jollehavnsområdet bliver åbent for alle – SF spørger: Hvem skal bruge jollehavn og badmintonhal – Alle har ret til at bruge Esrum Sø – Sf'ere gør sig til talsmænd for særbehandling – Kommunen snigløber Nødeboborgere – Ændret plan baner vejen for jollehavn - Mener kommunen er ved at droppe tidligere tilsagn – Mener jollehavns sag er overgreb på lokalbefolkning – Beboere prøver i sidste øjeblik at standse lokalplan for ny jollehavn – 2. behandling af jollehavnplanen – Stadig ingen beslutning om jolle-

havn i Nødebo - Ingen jollehavn før de fysiske rammer er klare – Sejlklubberne har højest brug for 40-50 P-pladser – De to store partier vedtog jollehavnplan  
1985 – Vil føre søslag om jollehavn videre i idrætsudvalget – Sejlklubben langer ud efter politikere – 137 underskrifter synes glemt siger Ryle Sørensen – Den nye jollehavn skal nu nok få vind i sejlene – Frederiksborg Amts Avis d. 2 november 1985: NU ANLÆGGES JOLLEHAVNEN

Indvielsesfest lørdag d. 10 maj 1986

Men alt var endnu ikke i skønneste orden, kommunen havde ikke afsluttet en ekspropriationssag med nogle grundejere, så vi kunne ikke komme over grusvejen til søen! Men også det lykkedes, og så var der ellers rigtig meget at glæde sig over. Den største glæde for os var, da vi som det første ægtepar i Danmark, fik overrakt et æresdiplom hver fra Dansk Kano- og Kajakforbund for det store arbejde vi havde udført lokalt i og for klubben. Denne flotte udnævnelse fandt sted i forbindelse med indvielsen af det nye klubhus.

Nu er vi for længst gået på pension, både fra arbejdet og fra roning. Vi får se!!!

*Hilsen Aage og Erika Nederby*





Hurra!



# STANDERSTRYGNING 2000

Jubi!



LØBER AF STABELEN D. 28/10 - FORMODENTLIG EN LØRDAG.

KL. 14:00 HÅBER VI, AT KIM ARRANGERER ET STANDERSTRYGNINGS MANDSKABSLØB, HVOR ALLE!!!! KAN VÆRE MED.



MAN MÅ GÅ UD FRA AT FORMANDEN HOLDER TALE KL. 17:00.

MÅSKE BYDER KLUBBEN PÅ EN DRINK I DEN ANLEDNING.



EFTER EN KORT PAUSE VIL DER NOK VÆRE MID-DAG CA. KL. 18:00



UNDER MIDDAGEN - OG OGSÅ EFTER - ER DER FRIT SLAG FOR UNDERHOLDENDE INDSLAG

HEREFTER MULIGVIS DANS AD LIBI TUM

DER ER KUN EN MÅDE, HVORPÅ DU KAN FÅ VISHED OM DAGENS/AFTENENS UDFALD.

HVORDAN SPØRGER DU?

MØD OP! LYDER SVARET!



TILMELDING: SKRIV DIG PÅ OPSLAG I KLUBBEN ELLER RING TIL JEPPE (MADBESTILLING) OG KIM (DELTAGELSE I ROSJOV)

## Vinteraktiviteter

Så nærmer sæsonen sig endnu en af slutning, og roaktiviteten vil dale. Men fortvivl ikke, som sædvanligt er der masser af muligheder for at være i aktivitet vinteren igennem.

- Fællesroning – søndag kl. 10.00 vil der vinteren igennem være fællesroning på søen med efterfølgende hygge i klubhuset.
- Havneræs – kredsen afholder i oktober, november, januar, februar og marts havneræs i København, i december er der juleræs i Hvidovre, se opslagstavlen.
- Orienteringsløb – klubben plejer at markere sig stærkt i kredsens vinterorienteringsløb, er der nye løbere som har lyst til at deltage så kontakt Dot og hør nærmere.
- Aerobic og gymnastik – vi har i år fået to sale ved siden af hinanden på Kulsvierskolen. Det betyder, at man kan deltage i de dele af de to aktiviteter man mest har lyst til, og at klubbens medlemmer får set lidt mere til hinanden vinteren igennem. Det foregår mandag kl. 19:00 med start d. 23. oktober. Vi håber at mange af de nye medlemmer også vil deltage, niveauet er så alle kan følge med.
- Motionsrummet – klubbens motionsrum er åbent for alle medlemmer, er du i tvivl, om hvordan du kan benytte det og vil have hjælp til tilrettelæggelse af træningen, så kontakt Kim Meldgaard.
- Svømning - følg med på opslagstavlen.
- Hyggeaktiviteter – fester og klubafetner, se andet steds i bladet.

*Hilsen Kim*

## En beretning fra Marstal Marathon

Marstal Marathon arrangeres af Marstal kajakklub. Det er en ganske ny klub, som blev startet for tre år siden af Peter Lund, der flyttede til byen fra Helsingør. Peter må være en særdeles energisk mand. I løbet af de tre år klubben har eksisteret har han etableret en klub med ca. 60 medlemmer, skaffet et pænt udvalg af havkajakker sponsoreret af lokale virksomheder, afholdt DM for havkajak tre gange, og oprettet - efter eget udsagn - Danmarks første kajakcenter. Klubben holder til i det gamle hus bag Ebbes bådebyggeri. Huset indeholder klublokaler, bade og toiletfaciliteter og et antal sengepladser som tilrejsende kajakfolk kan benytte. Se i øvrigt artiklen om centret i juni udgaven af Kano og Kajak bladet.

I Fyns amts avis stod der, at Løbet blandt roere har ry for at være en "hård nyser". Det kan jeg kun give dem ret i! Løbet var i hvert fald en hård nyser for undertegnede da jeg deltog sidste år i Albadronningen. Bølgerne var meter høje og lange omveje måtte tilbagelægges for ikke at komme på tværs af bølgerne. Lå man først ned, var der langt til den nærmeste følgebåd. Fire en halv stive timer tog det at tilbagelægge de 25 km og kun den lokale hjemmeværns-kutter, der medvirkede som følgebåd, var formentlig længere tid på vandet end jeg.

Løbet er en del af "Marstal Maritime Dage", hvor et væld af aktiviteter foregår i byen. Man kan f.eks. tage på havnerundfart med den lokale lods, besøge verdens største solfangeranlæg, synge Karaoki på torvet eller opleve den lokale sanggruppe "Marstal Småborgerlige Sangforening" hvor bl.a. borgmesteren himself deltager (min

svogers gamle skolekammerat). Kajakklubben selv tilbyder en prøvetur i kajak på tre betingelser "du er ikke bange for vand", "kan svømme" og "du må ikke være dumdrstig" som der stod i annoncen i ugeavisen Ærø.

Belært af sidste års erfaringer tilmeldte jeg mig i år DM i havkajakklassen med klubbens VKV Anita alias havfruen, en sødygtig dame med en bredde på 60 cm. Der var i alt 70 deltagere, hvoraf 55 gennemførte. Ud over DM i havkajak i respektive klasser blev der også afholdt fynsmesterskab i havkajak.

Løbet foregår på en bane fra Marstal til Dejrbø ved Ærøskøbing, ind i bugten til Kleven havn og retur via Ommelshoved. Efter løbet kan man reducere sin tid ved at gennemføre 5 øvelser: Sidelæns roning, slalom for og baglæns, høje støttetag, eskimorulning samt entring af kajakken. Hver øvelse giver et fradrag på nogle minutter. Det højeste fradrag var på 18 minutter.

Løbet foregik i år i pænt vejr og min tid fra sidste år blev forbedret med



**MUSKEL-  
SPÆNDINGER?**

---

**SUSANNE FINDSEN**  
legeeksamineret massør  
Kongevejs-Centret 6-8  
(hos Fysioterapeuterne)  
2970 Hørsholm  
Tlf. 45 86 15 01  
9<sup>te</sup> 12<sup>te</sup>  
susanne.findsen@private.dk

---

• IDRÆTSMASSAGE •  
• AFSPÆNDINGSMASSAGE •  
• KLASSISK MASSAGE •

## Kano & Kajak Butikken



**Leverer alt til kano- og kajaksport**

**Ring og bestil eller besøg forretningen.**

**Åbningstider: Tirsdag-Fredag kl. 13-18  
Lørdag kl. 10-14**

**Strandvejen 349 D, 2930 Klampenborg  
(Den gamle Strandvej i Skovshoved)**

**☎ 39 90 89 89**

halvanden time, hvilket rakte til en samlet placering i OB-klassen som nr. 3 og en bronzemedalje i intet mindre end Danmarksmesterskaberne i havkajak.

Om aften var der middag og fest ved Ebbes bådebyggeri, hvor Marstal's Småborgerlige Sangforening med borgmesteren gav endnu et set med sømandssange fra de syv have. Senere optrådte borgmesteren fra Ærøskøbing med eget familie band. De har virkelig mange talenter på disse breddegrader. Et rigtig godt løb, prøv det til næste sommer.

*Ole Tronier*

# Aktivitetsplan sommer 2000

Hver uge	Sommer
<b>Mandage</b> kl. 17.00—19.00 kl. 18.00 kl. 19.00	Børneinstruktion Ungdomstræning Begynderinstruktion / fællesroning for alle
<b>Onsdage</b> kl. 17.00—18.30 kl. 19.00	Børneinstruktion Handicap
<b>Torsdage</b> kl. 18.00	Ungdomstræning
<b>Søndage</b> kl. 10.00	Fællestræning
<b>Se i øvrigt opslag i klubben vedr. fællestræning</b>	

## *August*

Lørd. 19.	Mølleåtur
-----------	-----------

## *September*

9.-10.	Tour de Gudenå
16.—17.	Weekendtur på Issefjorden
Lørd. 23.	Mølleåens Blå Bånd

## *Oktober*

Sønd. 8.	Visionsdag & Generalforsamling
Sønd. 8.	O-løb i Tisvilde
Lørd. 28.	Broen tages op & Standerstrygning

## *November*

Fred. 24.	Fredagsmiddag i klubben
Sønd.12.	O-løb i Danstrup hegn

## *December*

Sønd. 3.	O-løb i Geels skov
Lørd. 9.	Julefrokost

# Løbsresultater

## Vallensbæk maraton, 17. juni

<i>Damer K1 Tur YOL</i>		
1	2:19:25	Malene Hjorth
<i>Herrer K1 Kap YOB</i>		
15	2:08:24	Steen Ulrik Pedersen
<i>Herrer K1 Tur Senior</i>		
7	2:07:53	Heine Weihe
<i>Herrer K1 Tur GOB</i>		
6	2:22:13	Poul Nymark
<i>Herrer K2 Tur Senior</i>		
1	1:57:52	Otto Jacobsen & Per Spejder (HVK)

## Sorø maraton, 25. juni

<i>Herrer K1 Tur Senior, 21 km</i>		
1		Heine Weihe
<i>Herrer K2 Tur Senior, 21 km</i>		
1		Otto Jacobsen & Per Spejder (HVK)
<i>Herrer ungdom K1 kap, 14 km</i>		
2		Mark Lassen
3		Bastian Carlsen
<i>Herrer K1 Kap YOB, 21 km</i>		
2		Steen Ulrik Pedersen
<i>Trim</i>		
		Linda Pileborg

## Cph. Olympic Open, 2.-4. juni

<i>Mænd Ungdom K1 2.500 m</i>		
13	11:20:10	Mark Lassen
16	11:49:16	Bastian Carlsen
<i>Damer Senior K4 1.000 m</i>		
3	4:47:26	Malene Hjorth & 3*HK
<i>Damer Senior K4 500 m</i>		
3	2:11:86	Malene Hjorth & 3*HK

## Kortbane DM/FM, 28.-30. juli

<i>Drenge Ungdom K1 2.500 m</i>		
13	11:46:06	Bastian Carlsen

## Marstal maraton, 22. juli

<i>Herrer K1 havkajak</i>		
3		Ole Tronier



*A difference*

*Ekspert i Damgaard XAL og Damgaard Axapta*

*WSJ Consult Aps, William S. Jacobsen  
Slangerupgade 79, 3400 Hillerød  
48 22 49 22, wsj@wsj.dk*

*www.wsj.dk*

## Rostatistikken pr. 4. juli 2000

(Kun de der har roet minimum 50 km er taget med.)

<i>Nr</i>	<i>Navn</i>	<i>Km</i>	<i>Nr</i>	<i>Navn</i>	<i>Km</i>
1	Otto Jacobsen	911	42	Jan Hedberg	82
2	Heine F. Weihe	737	43	Helle Grüner Hanson	82
3	Malene Hjorth	699	44	Bodil Stenvang	82
4	Kim Adalbert Meldgaard	655	45	Kurt Strandby Jensen	81
5	Martin Prip Kruse	603	46	Vivi Lassen	79
6	Steen Ulrik Pedersen	560	47	Pernille Hovgaard Backmann	78
7	Heino Wohler	549	48	Jørgen Fjelsing	77
8	Bjarne Vinsløv	500	49	Søren Berndt Hansen	77
9	Poul Nymark Jørgensen	468	50	Ea Dehn	74
10	Finn Bjeld	405	51	Henrik Strøberg	71
11	Ole Tronier	403	52	Preben G. Søndergaard	70
12	Claus Hilborg	367	53	Christian Hage	69
13	Bastian Meijer Carlsen	273	54	Annette Voetmann	69
14	Jacob Gulstad	272	55	Mette Bækgaard Johnsen	68
15	Jens Lyk-Jensen	256	56	Lis Gregersen	66
16	Ella Grimm	250	57	Bjørn Nielsen	66
17	Johan Friis	227	58	Rolf Larsen	64
18	Flemming Secher	210	59	Jeppe Puck	63
19	Peter Huntley	206	60	Troels Gotsæd Hansen	62
20	Mads Mikkelsen	199	61	Uwe Lundberg	59
21	Linda Pileborg	183	62	Anders Holm	58
22	Bent Banke	177	63	Annette Bakhøj	56
23	Bo Frederiksen	170	64	Carsten Hoeg	56
24	Mark Lassen	165	65	Magnus Boye	56
25	Malene Kamstrup	145	66	Daniel Bernhard	54
26	Per Nielsen	144	67	Nicoline Sølvstein Lassen	52
27	Jan Lassen	144	68	Knud Kjeldgaard	52
28	Heidi Mikkelsen	138	69	Christina Thorholm	50
29	Mathias Milfeldt	134			
30	Henrik Børresen	125			
31	Susanne Findsen	113			
32	William Skjernaa Jacobsen	111			
33	Susanne Bruun (2)	104			
34	Henrik Thorsdal	103			
35	Morten Vestergaard Knudsen	98			
36	Mark Kristensen	96			
37	Mads Troels Thorsdal	92			
38	Mette Kjær	90			
40	Carsten Pilemann Olsen	84			
41	Allan Nielsen	83			

### **OBS !**

For at få en korrekt rostatistik, er det nødvendigt at logbogen føres korrekt. Det vil bl.a. sige, at det skal være muligt at læse hvad der står ! - og det er det langtfra altid.

Skriv dit navn **TYDELIGT**.

Der kan være andre, der har samme fornavn som dig—så skriv også dit efternavn.

## Løbsresultater fortsat...

### *Kortbane Kredsmeesterskaber,*

#### *1. juli*

<i>Herrer Senior K1 200m</i>		
5	40:30	Kim Meldgaard
9	43:80	Steen Ulrik Pedersen
10	51:90	Heino Wohler
<i>Herrer Ungdom K1 200 m</i>		
2	40:20	Mark Lassen
4	43:60	Bastian Carlsen
<i>Damer Yngste K1 200 m</i>		
2	1:01:80	Nicoline Lassen
3	1:02:20	Catrine Glejborg
<i>Herrer Ungdom K1 500 m</i>		
3	2:04:00	Mark Lassen
4	2:07:10	Bastian Carlsen
<i>Damer Senior K1 500 m</i>		
3	2:45:40	Ella Grimm
<i>Damer Yngste K1 500 m</i>		
2	2:57:90	Nicoline Lassen
3	2:59:30	Catrine Glejborg
<i>Herrer Senior K1 500 m</i>		
6	1:59:00	Kim Meldgaard
9	2:09:30	Steen Ulrik Pedersen
<i>Damer Senior k1 2500 m</i>		
3	16:19:90	Ella Grimm
<i>Herrer Senior K1 2500 m</i>		
4	14:35:40	Heino Wohler
<i>Herrer Ungdom K1 2500 m</i>		
3	13:54:90	Bastian Carlsen
<i>Herrer Senior K1 5000 m</i>		
2	24:43:00	Jens Lyk
7	26:18:70	Kim Meldgaard

## Redaktørens Hjørne

Sæsonnen er nu ved at have toppet, og der har været en lang række aktiviteter hen over sommeren. Der er kommet indlæg om mange af dem her til bladet, og det er jo herligt.

Selv om det går mod vintersæsonnen, er der imidlertid stadig mange spændende aktiviteter inden standen bliver strøget. De fleste er beskrevet her i bladet, og derudover er det altid en god idé, at følge med på klubbens web-side og på opslagstavlen i klubhuset.

Bak op om aktiviteterne og deltag ! - specielt er der på visionsdagen d. 8. oktober, mulighed for at diskutere idéer og tanker om klubbens fremtid med mange andre klubmedlemmer—så reservér dagen allerede nu.

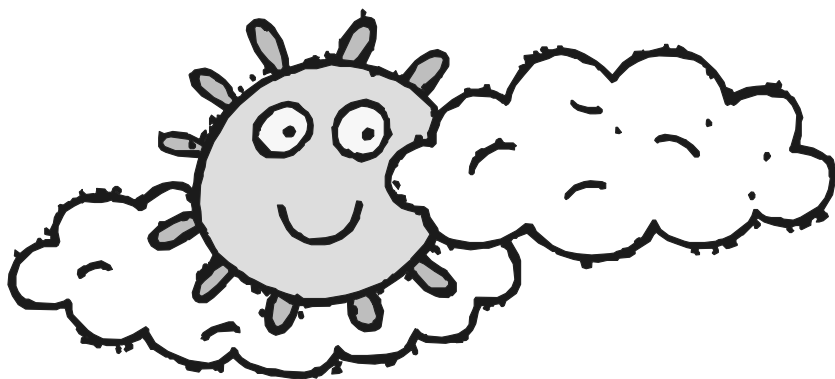
Ha' en forrygende sensommer !

*Redaktionen*

**Næste blad udkommer ca. 1. november.**

**Deadline for indlæg er 15. oktober.**





En venlig hilsen fra



Ullerød

**Super Brugs**

Frederiksværksgade 119, Hillerød, Tlf. 48260289

**FRISK MED DET HELE - OGSÅ MED PRISEN!**