

Nr. 2 — april 2002

Klubblad for
Kajakklubben Esrum Sø



KANOJAK



Så er broerne ved at være klar til søsætning

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: formand@kkes.dk

Næstformand, informationschef, blad & web, bådudvalg, frigivning, løbstilmelding, handicap:

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

Børneafdeling, fællesudvalg, bådudvalg:

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

Kasserer, motions- og breddeleder:

Linda Pileborg, Dannevang 138, 3480 Fredensborg, 4847 6798, lep@dannet.dk

Motionsrum:

Heine Weihe, Birkely 9, 3200 Helsingør, 4879 2330, weihe@privat.dk

Chefinstruktør, frigivning:

Flemming Secher, Kildegårdsparken 29, 3100 Hornbæk, 4970 3500, newo@teknik.dk

Begynderinstruktion, nøgler:

Malene Kamstrup, Grønholtvej 98, 3480 Fredensborg, 4848 5010, mk@fa.dk

Bestyrelsessuppleant, bådudvalg, begynderinstruktion, blad:

Malene Hjorth, Dag Hammerskjølds Allé 23, 4., 2100 København Ø, 3538 1219, mahj@finanssystem.dk

Øvrige poster:

Poloholdleder:

Jacob Gulstad, Enghavevej 3, st.th., 3400 Hillerød, 4824 4546, jgulstad@mail.tele.dk

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

Børneinstruktør:

Jan Hedberg, Tjørnevej 3D, 3480 Fredensborg, 4848 8390, mail jan_hedberg@mail.tele.dk

Ungdomsholdleder:

Jørn Mathisen, Måndevej 24, Stenstrup, 3100 Hornbæk, 4970 1298, mathisen@post5.tele.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

Malene Hjorth, Dag Hammerskjølds Allé 23, 4., 2100 København Ø, 3538 1219, mahj@finanssystem.dk

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

Klubhuset: Krøstien 11, Nødebo, 3480 Fredensborg, 48 48 52 45
mail: kanojak@kkes.dk web: www.kkes.dk

Indholdsfortegnelse

Formanden har ordet	4
Pinsetur til Karlskrona	5
Medlemsundersøgelsen	6
Arbejdsdag	7
Kajakpolo	8
Sauna	8
Kom i gang	9
Handicap	10
Tour de Gudenå	10
Begynderinstruktion	11
Rostatistik	11
Sommerturen 2002	12
Aktivitetsplan	13
Stafetten	14

Formanden har ordet

Sæsonen står for døren og når dette læses er broerne kommet i vandet og vi er meget tæt på standerhejsningen. Det betyder en masse aktiviteter i klubben af både den ene og den anden slags.

Først og fremmest skal vi jo ud og ro ALLESAMMEN!!!!

Men i år er det jo, efter at jeg snart har talt så meget om det at alle er blevet døde, også året hvor vi endelig har fået gang i vores saunabyggeri. Et projekt som jeg glæder mig meget til at se færdigt. Samtidigt med dette får vi forhåbentligt også bygget et skur til polokajakkerne, så de også kan få sig et værdigt hjem. Lige nu er jeg mest optaget af de disse praktiske gøremål sammen med den styregruppe (Poul Nymark og Jeppe) der er sat til at få det opført ordentligt og så er det jo rigtig rart at der er andre der tager sig af de andre ting der også skal tages hånd om.

Jeg tror faktisk at vi er på vej op igen efter et par år, hvor nogle af aktiviteterne ikke helt har fungeret som vi gerne ville. Det ser ud som om der er blevet dannet et rigtig godt team omkring ungdomstræningen, som jeg tror på kan få det til at virke, måske er der stadig lidt problemer med hvad vi gør med de unge der ikke vil ro ræs, men det håber jeg der også snart kan komme helt styr på.

Et andet område som vi længe har ønsket os at gøre bedre er integrationen og videreuddannelse af vores nye medlemmer. Også her er der dannet et ”Instruktions og indslusningsteam” som jeg har store forhåbninger om kan løfte den opgave op på et helt andet plan end vi har set før.

Fælles for alle de aktiviteter der nu er ved at komme styr på igen er at det bl.a. er personer uden for bestyrelsen, der er med til at drive det. Det ser jeg som et meget positivt tegn, men også som en udfordring både for dem i bestyrelsen og dem udenfor, for det er nu vi skal vise at vi kan holde forbindelsen og at alle trækker i samme retning og sørger for at holde hinanden orienteret om hvad der foregår og hvilke problemer og behov der er i de forskellige grupper. Jeg kan kun her opfordre til at man bruger der medier vi har til rådighed (tlf., mail, web, blad etc.) i meget høj grad, så alle føler de er med og der ikke opstår ”dumme” misforståelser, der ødelægger det hele! Der er ingen tvivl om at det bliver den store udfordring.

Med ønsket om et rigtig godt forår til alle.

William

Nødebo Blomster- & Havecenter
Nødebovej 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

Kano & Kajak Butikken

Leverer alt til kano- og kajaksport.
Ring og bestil eller besøg
forretningen.



Åbent: Tirsdag - fredag kl. 13-18
Lørdag kl. 10-14

Strandvejen 349 D, 2930 Klampenborg
(Den gamle Strandvej i Skovshoved)
Tlf.: 3990 8989
www.kajak.dk

Havkajaktur til Karlskrona i pinsen

Du inviteres hermed til at deltage i en havkajaktur til Karlskrona i pinsen år 2002.

Der er afgang fra klubben i Nødebo fredag den 17. maj kl. 18.00.

Vi er retur mandag den 20. maj om eftermiddagen/aften.

Jeg forsøger at koordinere samkørsel og lån af kajaker når jeg senest onsdag den 1. maj har modtaget tilmeldingerne. Husk, ved tilmelding, at oplyse om du skal låne en kajak og om du kan lægge bil til.

Udgangspunktet for turen bliver vores venskabsklub i Karlskrona, hvor vi kan parkere og hvor vi kan overnatte fredag. Lørdag og søndag er der overnatning i telt i skærgården.

Du skal selv medbringe alt hvad du skal bruge på turen, herunder telt, sovepose, mad og vand.

Du skal ikke regne med at kunne købe mad og vand under vejs, men husk alligevel penge til en is.

Der stilles ikke specielle krav for deltagelse i turen, men du skal naturligvis være frigivet.

Jeg regner med at vi kommer til at ro ca. 30 km om dagen.

Hvis du har spørgsmål er du velkommen til at kontakte mig.

Tilmelding senest den 1. maj til undertegnede eller i den gule mappe.

Bjarne Winsløw
e-mail: bjarne_vinsloev@hotmail.com
Telefon: 4848 4201

Medlemsundersøgelsen

I sidste nummer af bladet bragte vi et indlæg om de statistiske tal vi kunne udlede af den meget gode medlemsundersøgelser der blev gennemført først på vinteren.

Nu har vi også i bestyrelsen haft lejlighed til at læse alle de gode kommentarer igennem som var skrevet på besvarelserne.

Jeg vil ikke her komme ind på dem alle sammen, men blot forsøge at uddrage nogle generelle tendenser i dem. Og det er ikke let, for de fleste emner er der slet ikke enighed om blandt medlemmerne.

Det spænder f.eks. lige fra at det er bestyrelsens ansvar at et eller andet område fungerer, selv om der ikke i bestyrelsen sidder nogle der har interesse for eller evner til at få det at fungere, til den modsatte opfattelse, at hvis man ikke kan få det til at fungere på en måde som er tilfredsstillende både for dem der skal lave


det og dem der skal bruge det, så skal man lade det ligge indtil der kommer nogle der vil gøre noget ved det. Jeg hælder nok mest til det sidste. Når vi gør noget skal vi gøre det ordentligt!

Det skinner også igennem i de svar vi har fået fra sidste års nybegyndere. Sidste år gjorde vi nogle tiltag for at prøve en bedre integration i klubben, f.eks. skulle alle deltage i handicappen mindst én gang. Problemet var bare, at alle vi andre havde travlt med selv at komme på vandet, så vi havde ikke tid nok til at vise dem hvilken båd de kunne tage, hvor banen var, og alle de andre praktiske ting, og så blev det for nogle en dårlig oplevelse i stedet for en oplevelse af klubbens fællesskab. Det må vi sikre ikke sker igen! Men alle er stort set også enige i at vi godt må skubbe lidt meget til de nye for at få dem med i fællesskabet, så vi vil nok se nogle nye tiltag på det område i det kommende år. Herunder også at fortælle dem mere om hvad pligterne egentlig er i sådan en klub.

Der er også rigtigt mange der ønsker sig noget mere uddannelse og fællesroning, ture m.v. Det er meget positivt, men også lidt overraskende, for det har ikke været det der de sidste år har været mest søgning til, men også her tror jeg vi er ved at finde et bedre koncept.

En god kommentar er en der skriver, at hun er træt af at blive spurgt hvor mange km hun har roet, for hende er det ikke et spørgsmål om at ro meget, men om at have det rigtigt hyggeligt med det.

Helt konkrete forslag er der også, f.eks. et ønske om at broen kunne ligge ude hele året. Dem der har set hvordan isen kan skrue op og ned af kysten og hvordan den for snart 10 år siden totalt splintrede fær-



www.wsj.dk

www.wsj.dk

A difference

Ekspert i Navision (Concorde) XAL og Axapta

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

gemandens bro, ved at det ikke kan lade sig gøre, men vi må jo se på om ikke den eksisterende bro, som jo var et meget stort fremskridt da den kom for 3 år siden, kan gøres endnu bedre. Sådan er det jo, mere vil have mere 😊 😊.

En anden ”and” jeg godt lige vil benytte lejligheden til at mane i jorden er at vi ikke skulle være indstillet på at bruge penge på kurser til dem der vil gøre en indsats. Intet kan være mere forkert! Vi vil meget meget gerne sende medlemmerne på kurser, hvis der bare er en rimelig chance for at vi får noget igen. Men vi gør det ikke, for vi kan sgu ikke finde nogle der vil afsted! Så det er bare med at komme ud af hullerne!

Alt sammen er det noget vi nu har samlet sammen og vil benytte i vores videre arbejde. Også den med at der skal være mere lagkage til handicappen 😊 😊. Og nogle spil til børn og barnlige sjæle.

Og alle de positive tilbagemeldinger om hvor godt vi gør det har vi naturligvis benyttet som varme i den snart overståede kolde tid. Tak for dem.

William

Salon Chik (Anny Bogaerdt) Frideriksværksgade 111 3400 Hillerød 48 26 46 14
SALON CHIK
v/ Anny Bogaerdt Frideriksværksgade 111
48 26 46 14
lukket hver mandag

Arbejdsdag

Så står sæsonen for døren, og selv om nogle af os stort set holder arbejdsdag i klubben hver weekend med saunabyggeriet, så skal vi altså også lige have ryddet op og have ordnet nogle forskellige ting på anlægget og på vores grej.

Vi skal have gået bådene igennem m.h.t. diverse småting som f.eks. rorliner etc., der skal ryddes op på pladsen, i motionsrummet o.s.v. og der kan sikkert også stadig bruges et par ekstra hænder ved byggeriet af saunaen eller polohuset Der bliver opgaver nok til alle der møder op og giver en praktisk hånd i din klub.

Det er søndag d. 28. april kl. 10. Der er frokost til de deltagende.

William



Nyt fra kajakpoloafdelingen

I slutningen af januar lykkedes det endelig at få nogle træningstider i svømmehallen. Vi fik 6 tider á 2 timer fordelt over 3 måneder, så nu var det endelig tid til noget seriøs vintertræning.

Vi har haft nogle rigtige gode træningsgange med mange folk. For at hverve flere medlemmer skrev vi nogle små annoncer, som vi fik sat i Frederiksborg Amts Avis og Hillerødposten. Desværre fik vi kun 2 henvendelser og de var begge fra idrætslærere, som ville have deres klasser ud og prøve kajakpolo. Det er jo i sig selv godt nok, men det var ikke lige målgruppen vi sigtede efter, så det er ikke en mulighed vi vil benytte os af igen. Der er nu alligevel kommet en hel del nye på holdet og alle har hurtigt lært at lave rulninger og vi har spillet en masse. Én gang havde vi besøg af en fotograf, så vi kunne få nogle billeder til hjemmesiden. Det lykkedes desværre ikke at stille hold til danmarksturneringen, da vi i starten var lidt få, men nu er vi så mange, at vi får spillet nogle gode kampe til træningen. Da vi har hele svømmehallen, har der også været plads til en enkelt, der ville lære at lave rulninger i havkajak og nogle af ungdomsroerne har også været der og haft det sjovt.

Alt i alt en rigtig god vintersæson for poloafdelingen.



Sauna-projektet

Ja, nu går det pludselig stærkt, så stærkt at vi dårligt har nået at følge med i planlægningen. I skrivende stund er selve fundamentet færdigt, det meste af beklædningen på huset er pillet ned, der hvor der skal bygges til, der er gravet afløb ned og lagt nogle fliser igen og så er den del af fundamentet der er over jorden muret op.

Vi har ikke helt overblik over hvornår vi skal bruge nogle flere hænder, det kommer (eller er i læsende stund kommet) pr mail. Men man er også meget velkommen til at kontakte Jeppe (48 48 15 17 / 21 46 12 89) eller bare komme forbi en weekend dag, hvis man gerne vil give en hånd med. Specielt når der skal males og opsættes beklædning, skal der bruges en del hænder, men også når vi skal til at lave den indvendige del er der brug for flere.

Og så skal vi jo også samtidigt have bygget et polo-hus, men som sagt er det pludselig gået lidt stærkt så jeg har først lige lavet byggeanmeldelsen til kommunen, så den er vi nødt til lige at vente på at de ikke reagerer på!

Håber rigtig mange vil være med til dette dejlige projekt.

William

MUSKEL-SPÆNDINGER?

SUSANNE FINDSEN
lægeeksamineret massør
Kongeveys-Centret 6-8
(hos Fysioterapeuterne)
2970 Hørsholm
Tlf. 45 86 15 01
9⁰⁰-12⁰⁰
susanne.findsen@private.dk

• IDRÆTSMASSAGE •
• AFSPÆNDINGSMASSAGE •
• KLASSISK MASSAGE •



Så kom der gang i saunabyggeriet.

Kom i gang igen.

Var du nybegynder sidste år, eller trænger du bare til at komme i gang med at ro kajak igen oven på vinteren. Vi vil i år arrangere et 6 ugers trænings- og instruktionskursus om søndagen kl. 10-13. Ideen er at vi skal lære nogle af de ting man ikke kommer omkring på et nybegynderkursus. Hvordan er reglerne for at vende om en bøje? hvad er en effektiv og god rostil? hvad er en hænger, og hvordan bruger man den? Hvad er et fornuftigt trænings program for kajakroning?

Ideen med kurset er at lære nogle af disse ting og en del mere; det er ikke tanken at det skal være kanon hårdt på selve kurset, men at vi lærer om og prøver de forskellige aspekter af fysisk træning med kajakroning. På begynderkurser afslutter med

en tur søen rundt – på dette kursus vil vi som afslutning pakke traileren og deltage i åbne Københavns mesterskaber søndag den 16. juni.

Hvis du ikke har ambitioner om at deltage i stævner, så er dette måske alligevel noget for dig, idet du vil kunne lære at ro bedre kajak, og du får prøvet hvordan et stævne er. Hvis du ikke ved, om du vil deltage i stævner, så er dette chancen for at prøve, og hvis du tidligere har deltaget i stævner, så er dette chancen for også at gøre det i år.

Der vil være et kursusgebyr på 150 kr. som blandt andet dækker stævnetilmeldingsgebyr.

Første gang bliver søndag den 5 maj, kl. 10 i klubben. Den sidste gang er 9. juni.

Tilmelding inden onsdag den 24. april til Kasper Østerbye, tlf. 4848 5010, eller kasper@it-c.dk.



Handicappen

Så er tiden ved at være inde for årets handicap-dyst.

Såvel bane som regler er uændrede—d.v. s. en bane på 6 km. Reglerne kan ses på opslag i klubben eller på vores web-side www.kkes.dk.

Den grundlæggende idé i handicappen er, at man startes forskudt i forhold til hvor hurtigt man ror—de hurtigste startes altså sidst. Derved opnås at alle kommer i mål nogenlunde samtidig, og vi får nogle sjove og spændende opløb.

Første løb finder sted onsdag d. 1. maj med samlet start kl. 19.00. Lodtrækning om klubbåde finder sted samme dag kl. 18.15.

Efter hvert handicapløb vil der være afterroning i klubhuset med kaffe/te og kage. Vi skiftes til at bage.

Hver 3. onsdag bliver grillen tændt, og der vil være mulighed for at grille den medbragte mad. Første grill-aften er onsdag d. 15. maj.

Alle—såvel nye som gamle medlemmer—kan deltage !!! Du skal blot kunne ro 6 km.

Vi ses til handicappen

Otto

Tour de Gudenå 2002

Har du prøvet at deltage i Tour de Gudenå - et af verdens største kajakløb ? - hvis ikke, så er chancen der i år. Hvis du har prøvet det, så er chancen der i år for at deltage uden at skulle tilbringe natten på et hårdt skolegulv.

Tour de Gudenå er et kajakløb som afvikles over to dage (7-8. september) og der kan vælges mellem samlede distancer fra 51 til 120 km.

Den længste distance går fra Skanderborg via Silkeborg til Randers. De kortere distancer går fra Ry til Silkeborg og videre fra Langå/Bjerringbro til Randers. Den korteste distance på 51 km, er et trimløb som alle i bare nogenlunde roform kan gennemføre.

Ella Grimm er trådt til som organisator af vores deltagelse i årets løb, og hun har allerede skaffet os mad og overnatning på Scandic Hotel i Silkeborg—vel at mærke til rimelige priser.

Ud over at nyde god mad og gode senge kan du slå tiden ihjel med hotellets faciliteter: restaurant, café, indendørs swimming pool, sauna, solarium, bordtennis, fitnessrum og billard.

Yderligere oplysninger vil følge her i bladet og på opslag i klubben.

Otto

Begynderinstruktion 2002

I løbet af vinterens lange aftentimer har vi været en lille gruppe, der har planlagt et godt program for instruktion af nye roere i den kommende sommer. Programmet bygger på erfaringer fra flere års instruktion og på nye og uafprøvede ideer.

Til gennemførelse af dette har vi dog brug for flere instruktører.

Vi har tænkt at fordele det på den måde, at der til hvert af de planlagte 4 hold er et team bestående af én ansvarlig instruktør samt mindst to og gerne tre hjælpere. Vi henvender os til dig med det håb, at du vil bidrage som ansvarlig instruktør eller som hjælper.

Du inviteres derfor til et møde **søndag den 21. april 2002 klokken 12:00**; efter fællesroning. Ved mødet vil du få mere information om den planlagte instruktion og vi vil som minimum fordele de ansvarlige instruktører på div. hold. Såfremt du er interesseret i at bidrage til instruktionen, men ikke kan komme til mødet den 21. april, så venligst ring og giv besked til en af os.

Men nu lidt om det planlagte forløb:

Alle hold vil gennemføres over mindst 6 gange.

De to første hold vil gennemføres på hhv. mandage og torsdage og indledes med en fælles introduktionsdag søndag den 5. maj og afsluttes med en fælles tur søn rundt lørdag den 15. juni. Malene K. er ansvarlig for torsdagsholdet.

Hold 3 vil vi som noget nyt afvikle over to week-ender: 28 – 30 juni og 5 –7 juli. Søen rundt den 7. juli. Dette hold henvender sig især til begyndere, der er i

relativ god form i forvejen. Kasper er ansvarlig instruktør for dette hold.

Hold 4 skal afvikles efter sommerferien over tre uger på både mandage og torsdage, første gang mandag den 5. august. Det er ikke afgjort hvem der er ansvarlig instruktør.

Venlig hilsen

Malene Hjorth, 35 38 12 19

Anne Lin Enggard, 48 24 56 36

Kasper Østerbye, 48 48 50 10

Malene Kamstrup, 48 48 50 10

Ro statistik, top 20

1. januar til 1. april 2002

Placering	km	navn
1	278	Otto
2	249	Bjarne Winsløw
3	224	Malene Hjorth
4	203	Christian Madsen
5	158	Heine
6	140	Heino
7	131	Finn Bjeld
8	107	Poul Nymark
9	106	Ole Tronier
10	102	Peter Huntley
11	75	Ella
12	72	Lars Bromose
13	72	Claus Hilborg
14	59	Henrik Strøberg
15	52	Martin Prip Kruse
16	50	Flemming
17	48	Bent Banke
18	40	Per Nielsen
19	40	Malene Kamstrup
20	40	Kasper Ø

Sommertur 2002 - d. 6-13. juli

I år går sommerturen atter til de pragtfulde svenske søer. Vi har fundet frem til en dejlig campingplads ved naturreservatet Fegen ca. 150 km nord for Helsingborg. Pladsen ligger direkte til søen med perfekt kajakvand.

Der vil være afgang fra klubhuset lørdag d. 6. juli kl. 9.00 og hjemkomst den følgende lørdag i løbet af eftermiddagen.

Der er tale om et arrangement til de sædvanlige nettopriser—klubben betaler kørsel frem og tilbage, og vi betaler hver især for mad og ophold på campingpladsen.

For et par år siden var vi ca. 40 medlemmer afsted på sommerturen—skal vi slå rekorden i år ???

Tilmeld dig på opslag i klubben eller til Otto på email otto@mail.dk eller tlf. 4848 3106.

Sidste frist for tilmelding er søndag d. 2. juni.



Aktivitetsplan

Hver uge		
Onsdage	kl. 19.00	Handicap (Første gang 1. maj)
Søndage	kl. 10.00	Fællesroning/træning
Se i øvrigt opslag i klubben og på www.kkes.dk		

April

Søn. 21. kl. 12.00	Møde vedr. begynderinstruktion
Søn. 28. kl. 10.00	Arbejdsdag

Maj

Ons. 1. kl. 18.15	Lodtrækning om klubbåde til handicappen
Lør. 4.	Rønneå-løbet
Ons. 15.	Grillen tændes efter handicappen
Fre. 17. til man. 20.	Pinsetur til Karlskrona

Juni

Ons. 5.	Grillen tændes efter handicappen
Lør. 15.	Fællestur søen rundt
Ons. 26.	Grillen tændes efter handicappen
Lør. 29.	”Se mit rovand”-arrangement fra klubben

Juli

Lør. 6. til lør. 13.	Sommertur til Fegen
Ons. 17.	Grillen tændes efter handicappen

August

2. til 4.	Klubtur til Tåssinge (Thurø rundt)
Ons. 7.	Grillen tændes efter handicappen
Søn. 18.	Kanojaktrim
Ons. 28.	Grillen tændes efter handicappen

STAFETTEN

Navn: Ole Tronier

Alder: 42

År i klubben: 4



Ideen om at ro kajak fødtes måske allerede dengang jeg arbejdede på Grønland. Jeg har altid været fascineret af dette lille fartøj eskimoerne kunne rulle i og begive sig ud på åbent hav.

På en ferie i Frankrig så vi fosskajakker på Verdun floden og jeg var hooked. Det var i sommeren 1997.

Det følgende sommer blev jeg frigivet på Esrum sø. Oplevelserne har været mange og jeg har, når jeg nu tænker nærmere over det, haft utrolig mange gode oplevelser med kajakken. Der er nu gået 4 år siden jeg første gang blev sendt af sted fra broen i en stiv østenvind og to meter ude lavede den første halve grønlandsvending.

Kajaksporten er en sport, der kan dyrkes på mange plan. Man kan konstant sætte sig nye mål og opleve tilfredsstillelsen og overraskelsen ved at overkomme dem.

Som nybegynder opleves det som en sejr bare det at ro frem og tilbage til Kongens Bøge i bølger uden at falde i eller for den sags skyld at kæmte og det lykkedes at komme op og hjem til broen.

Senere sættes nye mål om distancer eller tider, der skal slås. Den første gang søen rundt er en personlig triumf. Når man starter virker selv 10 km langt. Senere opdager man, at det faktisk kan lade sig gøre at ro endda rigtigt langt og også i et tempo man ikke troede muligt.

En af de store oplevelser var Tour de Gudenå i 2000. Den første etape på 33 km til Ry tværs over Mossø med høje bølger, kæmtring og den efterfølgende ankomsten til Ry efter uret var pakket sammen. Frustrationen og den efterfølgende tilladelse til at fortsætte mod Silkeborg satte den indre moralske styrke på prøve. Den følgende dag, koldt og klart om morgenen, ømme skuldre og ryg og tvivlen om man overhovedet kunne komme igennem den først etape. Det lykkedes at komme i mål i Randers og sætte endnu en personlig rekord.

Interessen for havkajakken har været stigende siden jeg startede. Man kan komme lang omkring til havs og til steder som man umiddelbart ikke har adgang til fra landsiden. Det er nok den indre opdagelsesrejsende, der vækkes.

I sommeren 1999 tog jeg en turkajak med til Ærø da vi skulle besøge familien. Jeg deltog i Marstal Marathon. En strækning på 26 km med start 3 km tværs over åbent hav. Jeg kæmpede med bølger og kuling i fire en halv time og kom i mål sammen med den sidste følgebåd. Jeg svor at dette ikke var et løb for turkajakker og året efter medbragte jeg klubbens havkajak med et noget bedre resultat.

Området omkring Ærø er et fantastisk havkajakområde med mange muligheder for ture i både åbent hav og beskyttede vige. Jeg har selv taget mange ture i området f.eks. Marstal - Langeland eller Marstal - Ærøskøbing. Prøv det selv til sommer.

Jeg har vandret mange steder i verden og elsker vildmarken. Med kajakken var der en ny mulighed for at komme ud i naturen. I et par somre har ungerne og jeg nydt livet i skærgården oppe ved St.

Anna skærgården og Västervik lidt længere sydpå. Det lyder måske underligt, men der er tale om en total afstressende ferieform. Når man stævner ud mellem øerne med kajakken proppet med soveposer, stormkøkken, masser af vand, dåsemad, rødvin, pandekager og meget mere efterlades alt stress på kajen. Derefter skal man kun bekymre sig om den flotte natur, vejr og vind og den næste lejrplads på sin egen øde ø.

Jeg kan faktisk ikke nævne en dårlig oplevelse i kajak. Jo måske en. Det var en aften jeg træt vendte hjem efter et instruktørkursus i Vandelsbæk og flåede kajakbøjerne af taget da jeg kørte ind i carporten.

En af de rigtig sjove oplevelser var på Filippinerne i et vidunderligt "skærgårdsområde" ved øen Coron. Her i dette tropiske paradys kunne man leje havkajakker. Vi roede rundt mellem kæmpe forvitrede kalkstensklipper, der stod ret op af vandet i et krystalklart vand med koraller.

Nu har jeg så investeret i egen havkajak og sat mig det mål at lære at rulle. Det er faktisk lykkedes i svømmehallen. En fantastisk fornemmelse første gang man bryder overfladen og retter kajakken op og hov så er man oppe igen!

Stafetten giver jeg videre til Heino Wohlert.

Venlig hilsen
Ole Tronier

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

tlf : mobil 40601701 - (45) 39401076

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

Næste blad udkommer ca. 15. juni 2002.
Deadline for indlæg er 1. juni 2002.



En venlig hilsen fra



Ullerød

Super Brugs

Frederiksværksgade 119, Hillerød, Tlf. 48260289

FRISK MED DET HELE - OGSÅ MED PRISEN!