

Nr. 4 — september 2003

Klubblad for  
Kajakklubben Esrum Sø



---

---

# KANOJAK



*Dygtige drenge ved DM i Brabrand.  
Se Mads Thorsdals artikel inde i bladet s. 13.*

Sponsor ved saunatilbygningen:  
WSJ Consult Aps (XAL & Axapta) - [www.wsj.dk](http://www.wsj.dk)

# TILLIDSPOSTER I KAJAKKLUBBEN ESRUM SØ

## Bestyrelsen:

**Formand, Instruktions- og indslusningsteam, bådudvalg (formand), ungdoms koordinator, fællesudvalg:**  
Kasper Østerbye, Grønholtvej 98, 3480 Fredensborg, 48 48 50 10, mail: formand@kkes.dk (kasper@it-c.dk)

**Næstformand, informationschef, webansvarlig, handicapafvikling, instruktør, løbstilmelding:**  
Otto Jacobsen, Lille Kongensgade 4, 1074 København K, 4848 3106 / 4015 8806, mail: otto@mail.dk

**Kasserer, bestyrelsesmedlem, medlemsadministration, eksterne relationer, overordnet ansvarlig for faste anlæg, bådpladser og numre, gymnastiksale og svømmehal, instruktør, fællesudvalg:**  
William S. Jacobsen, Slangstrupgade 79, 3400 Hillerød, 4825 2452 / 4822 4922 /4054 4225,  
mail: kasserer@kkes.dk (wsj@wsj.dk)

**Børneafdeling, bestyrelsesmedlem, ansvarlig for motorbåd og trailere, børneinstruktør:**  
Jan Hedberg, Tjørnevej 3 D, 3480 Fredensborg, 4848 1889, mail: Jan\_Hedberg@mail.tele.dk

### **Chefinstruktør, bestyrelsesmedlem, frigivning:**

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

**Bestyrelsesmedlem, køkkenindkøb, klubtøj og regalia, pressekontakt, instruktions- og indslusningsteam, nøgler:**

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

**Bestyrelsesmedlem, bådudvalg, breddeleder, turarrangementer, instruktions- og indslusningsteam:**

Anne Lin Enggaard, Dyrehavevej 14, 3400 Hillerød, 48 24 56 36, mail: ale@frea.dk

**Bestyrelsessuppleant, bladredaktør, instruktions- og indslusningsteam, præmier, referent:**  
Malene Hjorth, Helsingborggade 13, 3. th., 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, troels\_g\_hansen@hotmail.com

### **Kontaktperson børn, børneinstruktør:**

Jimmy Jensen, Solsortvej 6, 3400 Hillerød, 48 26 03 80 / 20 25 53 80, mail: jim-bas@mail.tele.dk

### **Ungdoms holdleder:**

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

### **O-løbs holdleder:**

Dot Preil, Tinevej 5, 3060 Espergærde, 49 13 55 17, mail: dot@tinevej.dk

### **Handicap tidtager:**

Jytte Nymark, Paradisvænget 18, 3400 Hillerød, 4824 5023

## **Redaktion:**

Malene Hjorth

Helsingborggade 13, 3. th., 2100 København Ø,

3538 1219

mahj@finanssystem.dk

m\_hjorth@post.tele.dk

Indlæg modtages helst i elektronisk form, men også håndskrevne indlæg er velkomne - ligesom billeder fra et hvert arrangement i klubregi.

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

# Indholdsfortegnelse

Formanden har ordet	4
Rostatistik	5
Weekendtur til Immeln	6
Indkaldelse til ordinær generalforsamling	7
Aktivitetsplan	8
Arbejdsdag	10
Kæder til hængelåse	10
Standerstrygning	12
DM i Brabrand	13
Stafetten	14

**Nødebo Blomster- & Havecenter**  
Nødebovej 45, Nødebo  
3480 Fredensborg ..... 46 47 57 50  
Åbent alle ugens dage  
undtagen mandag  
**Brudebuketter**  
**Borddekorationer**  
**Dekorationer/Buketter**  
**Kranse & Bårebuketter**  
**Kistedekorationer**  
**48 47 57 50**

**TRYK:** Hvidovre Kopi, Stamholmen 145, 2650 Hvidovre, Tlf. 3649 8584  
Email [produktion@hvidovre-kopi.dk](mailto:produktion@hvidovre-kopi.dk) [www.hvidovre-kopi.dk](http://www.hvidovre-kopi.dk)  
Oplag: 335 eksemplarer

## **Formanden har ordet.**

Vi har lige været til det årlige Thurø rundt stævne, hvor vi var begavet med et helt fantastisk vejr, sol, sol og atter sol. Som vi plejer (siger jeg der har været i klubben siden 2000) var vi taget derned fredag aften, og roede lørdag Turø rundt med et par pauser hvor vi nød vejret på stranden. Der var i år flere der var taget med uden at ro selve løbet, det synes jeg er en rigtig god ide og viser, at det kan fungere med både bredde og konkurrence i et.

Ungdomstræningen er jo i år forsøgt at blive sat mere i system, og specielt kommer der mange til kajak polo og kano, og nogle gange er det lige før vi ikke har polo udstyr nok. Der er jo en vældig succes med børneholdet, og det skal jo gerne være muligt for dem at fortsætte i en velfungerende ungdoms afdeling, og alt tyder på at det nu bliver muligt. Vi skal også have fundet en passende balance i bredde og konkurrence her. Vores ungdomsroere har været til DM i kortbane, og det blev til en del sølv og bronze i kano. Et stort tillykke til dem, det er flot klaret. Der er også gang i kajak polo blandt ungdomsroerne, og i den

lille klub turnering der afholdes mellem KKES, Holte og Lyngby fører vi nu på point. Kom ned i klubben mandag den 1/9 kl. 18:00 og hep på vores hold – det er for øvrigt ret underholdende at se på.

Mens dette blad er i trykken, afholder vi vores årlige kanojak trim løb, og vores 25 års jubilæums reception. Jeg ved ikke hvordan det er gået i skrivende stund, og det er for sent at opfordre til deltagelse. Vi håber alle at det bliver et vellykket arrangement.

Den 13 og 14 september afholdes årets Tour-de-Gudenå. Dette er for mange kajakroere kronen på årets træning. Løbet starter lørdag i Skanderborg og afsluttes Søndag i Randers, med overnatning i Silkeborg. Der er brug for hjælpere. Hjælpere skal primært flytte biler, og så hjælpe roerne ved pauserne i Ry, Tange og Langå. Her skal nogle have rent tøj, og nogle gange ligner man en vissen karklud, og så er det dejligt med en hjælper der kan samle en ud af kajakken og fodre en, så man også lige kan klare de sidste 50 km. Altså, gør noget for de roere i klubben der ønsker at prøve kræfter med dette løb.

Næste blad er til november, så jeg

vil lige nævne at der er kajaktur den 26-28 september, til Immeln i Sverige, med bagage og vildmarksovernatning. Dette sker i samarbejde med Rungsted kajakklub. I oktober er der generalforsamling søndag den 5, og standerstrykning lørdag den 25.

Kasper

**Salon Chik (Anny Bogaerdt)**  
 Frederiksværksgade 111  
 3400 Hillerød ..... 48 26 46 14

**SALON CHIK**  
 v/ Anny Bogaerdt  
 Frederiksværksgade 111  
**48 26 46 14**  
 lukket hver mandag

Rostatistik pr.12/8:

1	Bjarne	1017
2	Christian Madsen	775
3	Kasper	702
4	Jette	672
5	Malene H	655
6	Gitte	651
7	Heine	608
8	Poul	586
9	Jacob	585
10	Finn	584
11	Malene K	574
12	Ole T	559
13	Katja	550
14	Martin P	497
15	Bent Banke	487
16	Mette Høg	484
17	Uwe	397
18	Heino	387
19	Lars Bromose	350
20	Mads	321

**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

Skovshoved Havn 10A,  
 2920 Charlottenlund  
 Tlf.: 3990 8989  
 www.kajak.dk

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

## Weekendtur til Immeln d. 26. – 28. september 2003

Klubturen går til Immeln som er en stor sø på grænsen mellem Skåne og Blekinge, ca. 1.5 times bilkørsel fra Helsingborg.

Fredag aften kører vi til Immeln by som er startstedet for kajakturen. Første overnatning er ved bilerne i den sydlige ende af Immeln. Lørdag morgen ror vi nordpå gennem den smukke natur; hvis vi er heldige ser vi ørne og andre store rovfugle. Natten mellem lørdag og søndag overnatter vi på en teltplads med en superudsigt over søen. Madlavning foregår på trangiaen omkring bålet. Hvis du har lyst til en dukkert – ja så er det bare at hoppe i søen.

Al mad og drikkevand medbringes i kajakkerne. Sovepose og tørt tøj pakkes i vandtætte poser.

Turen kan gennemføres i kajakker med plads til bagage eller i havkajakker. Du behøver ikke af være en erfaren friluftsrøtte; det er tilstrækkeligt at lysten til friluftsliv er der.

Turen er en fællestur for Kajakklubben Esrum Sø og den nystartede Rungsted Kajakklub.

Afgang: fredag aften kl. 17:30 fra klubben

Hjemkomst: søndag tidlig aften

Pris: iht. til klubbernes gældende regler.

Tilmelding: senest onsdag d. 10. september til turkoordinatoren

**Turkoordinator: Jørgen, tlf. 40961906, e-mail fjelsing@mail.dk**

Du kan godt deltage på turen selv om du ikke har erfaring i overnatning under primitive forhold.

**Torsdag d. 11. september kl. 19:00 i Kajakklubben Esrum Sø** fortæller Bjarne og Jørgen om hvordan man tager på weekend- og langtur i kajak. Du får nogle gode pakkelister og ideer til komme igang med turroning på en god måde.

Begge arrangementer er fælles for Kajakklubben Esrum Sø og den nystartede Rungsted Kajakklub.

Jørgen Fjelsing

# Indkaldelse til ordinær generalforsamling i Kajakklubben Esrum Sø

Søndag d. 5. oktober 2003 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:

Formand:	Kasper Østerbye	(genopstiller)
Næstformand (for 1 år):	Otto Jacobsen	(ønsker ikke genvalg)
Bestyrelsesmedlemmer:	Jan Hedberg	(ønsker ikke genvalg)
	Malene Kamstrup	(genopstiller)
Bestyrelsessuppleant:	Malene Hjorth	(ønsker ikke genvalg)
Revisor:	Inge-Margrete Davidsen	(genopstiller)
Revisorsuppleant:	Jørn Mathisen	
Fællesudvalget:	William S. Jacobsen	
	Jeppé Puck	
	Kasper Østerbye	
6. Eventuelt.

Forslag som ønskes behandlet på generalforsamlingen, fremsendes 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.

# Aktivitetsplan

<b>Hver uge sommeren igennem</b>		
<b>Mandag</b>	<b>kl. 18:00</b>	Kajakpolo, ungdom
<b>Mandag</b>	<b>kl. 19:00</b>	Fællesroning for frigivne roere (så længe der er interesserede)
<b>Tirsdage</b>	<b>kl. 17:00</b>	Kanotræning, ungdom
<b>Tirsdage</b>	<b>kl. 17:30</b>	Børneroning
<b>Onsdage</b>	<b>kl. 19:00</b>	Handicap
<b>Torsdage</b>	<b>kl. 17:00</b>	Kajaktræning, ungdom
<b>Søndage</b>	<b>kl. 10:00</b>	Fællesroning/træning
<b>Se i øvrigt opslag i klubben og på <a href="http://www.kkes.dk">www.kkes.dk</a></b>		
<b>Hver uge vinteren igennem</b>		
<b>Mandag</b>	<b>kl. 19:00</b>	Gymnastik Første gang d. 20/10
<b>Søndage</b>	<b>kl. 10:00</b>	Fællesroning/træning





## ***September***

Man. 1.	Esrum Sø Cup kl. 18:00 — kajakpolo turnering
Ons. 3.	Grill efter handicap
Fre. 5.—Søn. 7.	Børneholdets tur til Sverige
Søn. 7.	Arbejdsdag i klubben
Lør. 13.—Søn. 14.	Tour de Gudenaå
Man. 15.	Bestyrelsesmøde
Ons. 24.	Grill efter handicap
Fre. 26.—Søn. 28.	Weekendtur til Immeln
Lør. 27.	Børneholdets natur

## ***Oktober***

Søn. 5.	Generalforsamling
Lør. 25. Kl. 10:00	Brooptagning
Lør. 25. Kl. 17:30	Standerstrygning

## ***November***

Fre. 28. Kl. 18:00	Fredagsmiddag—tema følger, Kok mangler—meld dig
--------------------	---

## ***December***

Lør. 6.	Julefrokost
---------	-------------

← *Den vindende dame 4'er ved K4'er marathon i Hvidovre.  
Fra højre: Vibe (Palo), Malene H., Gitte og Jette.*

## Arbejdsdag

Nu er det igen tid til at få ordnet nogle ting på anlægget og vores materiel.

Derfor afholdes der fælles arbejdsdag

**søndag d. 7. september kl. 10 – 17**

Der vil være fælles frokost

Vi skal have ryddet op, ordnet motorbåden, vasket vinduer, lavet nedløb fra polohuset, udluftning i saunaen, fjernet græs i fliserne, malet hvidt på tilbygningen og meget andet.

Så der er nok at se til og brug for mange hænder.

Mød op giv dit bidrag til klubben.

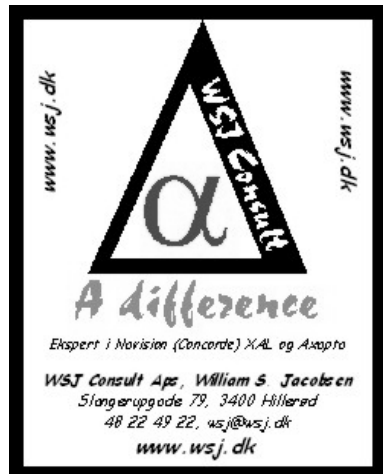
## Kæder til hængelåsene i omklædningerne – Nu er det sidste chance!

Da vi har en stærk mistanke om at en stor del af de hængelåse der hænger på de gamle kæder er ”ejerløse” er der hængt nye kæder op.

Alle skal hurtigst muligt og inden d. 30. september 2003 flytte deres hængelås over på de nye kæder. Derefter vi de gamle kæder blive ”renset” og gjort klar til næste gang vi laver en ombygning.

**Altså: Hvis du har en hængelås på de gamle kæder så flyt den ASAP!**

William



**Jubilæumstrim 2003**  
**Øverst: både går i mål ved broen**  
**Nederst: Kim Adalbert Meldgaard holder jubilæumstalen**





# **STANDERSTRYGNING**



**1** LØRDAG D. 25/10 KL. 17:30

## **Program:**

Fællesroning ☺	14:30
Sauna 🚿	efter roning
Formandens tale 🗣️	17:30
Middag 🍽️	18:00
Årets hædersbevisninger 🏆	under middagen
Dans 🎵	nårsomhelst

Jubilæumskværtpris kr. 125,-

Tilmelding på opslag i klubben eller på telefon 35 38 12 19



## DM Brabrand 2003

Den 31. juli gik turen igen til danmarksmesterskaberne i kano og kajak, der i år blev afholdt på Brabrand sø nær Århus. Repræsenteret var i år fra ungdomsholdet: Niels P. Christensen, Marc Skovsbøg, Mikkel Thorsdal og Mads Thorsdal.

Efter ankomsten torsdag aften var vi alle trætte, og gik i seng direkte efter at have slået lejr. Løbene startede også tidligt morgenen efter. Fredagen bød på to løb med vores deltagelse. Det første løb var 200m i enerkajak hvor Mikkel, trods modstand fra 49 deltagere i en klasse han lige var oprykket i, kæmpede sig til en plads i semifinalen lørdag. Det andet og sidste løb fredag blev roet af Mads Thorsdal, der efter 2500m i enerkano roede i mål til en bronzemedalje. Resten af dagen blev der hygget, og ikke mindst trænet C4 i en båd venligst udlånt af Silkeborg Kajakklub.

Lørdagen startede igen tidligt. Igen var det Mikkel der skulle tidligt op. Han fik igen roet sig til semifinale på 500m-distancen. Efter at vi havde udnyttet os af den tilbudte gratis massage, Roede Mads sig til endnu en bronzemedalje, denne gang på 200m-distancen i enerkano. Kort efter konkurrerede vi alle i C2 (toerkano). Det endte med en 3.plads til Mads og Mikkel, skarpt forfulgt af Marc og Niels på en 4.plads kun ¼ sekund efter. Igen i dag blev der trænet til C4-løbet, der skulle foregå søndag. Sidst på dagen roede Mads og Mikkel sig til en sølvmedalje, igen i toerkano. Lørdag aften spiste vi alle ude, og hyggede os godt med det.

Det første løb om søndagen var det længe ventede C4'er løb. Det endte efter et flot løb med 2. plads til vores

båd, kun 16 sekunder efter nr. 1 (året inden var vi 29 sekunder efter), og det så flot ud, da vi som det eneste rene klubhold gik stod på skamlen i ens trøjer med logo, som vi alle havde købt af klubben. Søndag var det slut med kajakløbene, men der blev roet endnu et par medaljer hjem i kano. De andre kanoroere var meget interesserede i vores roning, og vi blev af både Nybro-Furå og Lyngby Kano klub tilbudt træning hos dem.

Årets DM var ikke kun medaljeindbringende (vi fik samlet 15 medaljer), men også en hyggelig tur og en god oplevelse. DM næste år bliver helt sikkert igen målet for vores træning.

Mads Thorsdal



**MUSKEL-  
SPÆNDINGER?**

**SUSANNE FINDSEN**  
lægeeksamineret massør

Kongevejs-Centret 6-8  
(hos Fysioterapeuterne)  
2970 Hørsholm  
Tlf. 45 86 15 01  
9<sup>00</sup>-12<sup>00</sup>

susanne.findsen@private.dk

- IDRÆTSMASSAGE •
- AFSPÆNDINGSMASSAGE •
- KLASSISK MASSAGE •

# STAFETTEN

Navn: Jette Bælum

Alder: 30

År i klubben: 3

Jeg er, som Mette der skrev i sidste udgave, også rimelig ny roer, da vi startede på samme hold i 2001. Det eneste jeg havde prøvet til kajak roning inden, var på Skovskolen i Nødebo. Der har de et par havkajakker som jeg var ude at prøve et par gange, imens jeg gik på skole der (boede ellers på Fyn). Men det blev kun til de par gange.

Da jeg så flyttede til Nordsjælland i 2000 for at starte ny uddannelse, tænkte jeg at nu skulle det være og meldte mig på et begynderkursus i KES, men først med start i 2001. Jeg blev bidt af det fra 1. dag og vidste med mig selv, at det ville jeg gøre noget mere ved. Jeg nåede da også at være med til Thurø rundt den 1. sæson og hvilken udfordring, vejret viste sig ikke fra sin bedste side, da det blæste godt. Alle nye roere vil sikkert give mig ret i at sidebølger er noget lort. Jeg havde det mål at jeg ikke ville ryge i vandet og dette holdt, jeg nåede endda at blive nr. 2, hvilket gav noget mere blod på tanden.

I min anden sæson var jeg så heldig at Malene Hjorth spurgte mig om jeg ikke ville ro 2'er med hende, jeg sagde ja og har siden haft mange gode timer med Malene i kajakken. Da vi begge er konkurrence mennesker har vi nået at deltage i en del løb, og dette med succes. Dog blev Malene udsat for lidt forskelligt

som hun ikke lige er vant til, bl.a. vælte de vi ved en overbæring på Susåen, jeg troede jeg kunne bunde med et ene ben og ville stige ud, men fik aldrig mit ben til bunden og tog i stedet kajakken med i faldet. En anden gang var til FM i Skælskør, der havde vi valgt forkert overtræk, noget jeg ikke troede betød så meget, men det skulle vise sig at vores lynlås overtræk ikke kunne holde mængderne af vand fra de store bølger ude af kajakken. Dette bevirkede simpelthen at vi gik under som en ubåd og ikke kunne ro videre. Dette er også noget der gør kajak roning sjovt, så har man jo en god historie at fortælle og grine af samt bliver nogle erfaringer rigere.

Igen i år ror vi 2'er sammen, men som noget mere udfordrende er vi hoppet over i en kap 2'er, og jeg må erkende at sidebølgerne stadig giver god udfordring.

For mig er kajak roning både konkurrence, motion, hygge/samvær og naturoplevelser. Jeg synes selv jeg får det kombineret ret godt.

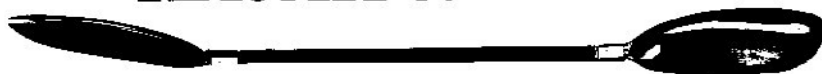
Da jeg ved at det desværre er min sidste sæson i klubben, (skal ud at rejse og bosætter mig måske på Fyn bagefter) vil jeg lige benytte lejligheden her til at sige tak til alle dem jeg har mødt i klubben, for de mange gode timer jeg har nået at tilbringe i klubsammenhæng, især en stor tak til dig Malene Hjorth, du har også været en god læremester og romakker.

Stafetten går videre til Kim Lunding.



*Poul Nymark ved mål i Helsingør, Kronborgløbet 2003. Eneste gennemførende deltager fra Kajakklubben Esrum sø.*

## 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. 1. november 2003.  
Deadline for indlæg er 15. oktober 2003.**



**Ullerød**  
**Super Brugs**

*Frederiksværmsgade 119  
3400 Hillerød · Tlf. 48 26 02 89*

**Åbningstider:**  
**Mandag - fredag .....kl. 9.00 -19.00**  
**Lørdag .....kl. 8.00 -16.00**