

Nr. 3 — juni 2004

Klubblad for
Kajakklubben Esrum Sø



KANOJAK



*De 5 på nye eventyr.
Havkajakholdet på skærgårdstur omkring Karlskrona.
(Fra venstre: Kasper, Malene K., Carsten, Bjarne og Malene H.)*

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

TILLIDSPOSTER I KAJAKKLUBBEN ESRUM SØ

Bestyrelsen:

Formand, bådudvalg (formand), børne/ungdoms koordinator, instruktør, fællesudvalg:

Kasper Østerbye, Grønholtvej 98, 3480 Fredensborg, 48 48 50 10, mail: formand@kkes.dk (kasper@it-c.dk)

Næstformand, bådudvalg, instruktions- og indslusningsteam, webmaster, ansvarlig for rengøring:

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

Kasserer, bestyrelsesmedlem, medlemsadministration, eksterne relationer, overordnet ansvarlig for faste anlæg, bådepladser og numre, gymnastiksale og svømmehal, instruktør, stævneleder, fællesudvalg:

William S. Jacobsen, Slangerrupgade 79, 3400 Hillerød, 4825 2452 / 4822 4922 / 4054 4225,

mail: kasserer@kkes.dk (wsj@wsj.dk)

Chefinstruktør, bestyrelsesmedlem, månedsmails, køkkenindkøb, klubtøj og regalia, instruktions- og indslusningsteam, rokort, nøgler, referent:

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

Bestyrelsesmedlem, ungdomstræner kajak:

Flemming Secher, Kildegårdsparke 11, 3100 Hornbæk, 4970 3500, newo@teknik.dk

Bestyrelsesmedlem, børneleder:

Søren Christiansen, Valdemarsvej 5, Niverød, 2990 Nivå, 4918 1620 / 2361 5593, sch@danekilde.net

Bestyrelsesmedlem, motorbåd og trailere, motionsrum, ungdomstræning:

Anders Baarts, Kirkevej 9, Nødebo, 3480 Fredensborg, 4848 4948 / 2142 0364, anders.baarts@mail.dk

Bestyrelsessuppleant, pressekontakt, ungdomstræning:

Carsten Skovsbø, Nøddebovej 8, 3060 Espergærde, 4913 5838, cs@hilhan

Øvrige poster:

Ungdomstræner Polo:

Troels Gotsæd Hansen, Kildeportvej 10, Nødebo, 3480 Fredensborg, 4848 4196 / 2944 1449,

troels_g_hansen@hotmail.com

Kontaktperson børn, børneinstruktør:

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

Kontaktperson ungdom, pololeder:

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

O-løbs holdleder:

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

Handicapafvikling:

Bjarne Vinsløv, Nødebovej 67, Nødebo, 3480 Fredensborg, 4848 4201, bvi@terma.com

Handicap tidtager:

Jytte Nymark, Paradisvænget 18, 3400 Hillerød, 4824 5023

Redaktion:

Malene Hjorth

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

3538 1219

m_hjorth@post.tele.dk



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

Klubhuset: Krostien 11, Nødebo, 3480 Fredensborg, 48 48 52 45

mail: kanojak@kkes.dk web: www.kkes.dk

Indholdsfortegnelse

Kaspers Hjørne	4
Klubbens bådpark	5
Sommertur	5
Motionsrummet	5
Kanojak Trim	6
Thurø tur	7
Ud i det blå	7
Aktivitetsplan + Kalender	8
Ungdomsholdet	9
Rostatistik	10
Stafetten	11

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

TRYK: Hvidovre Kopi, Stamholmen 145, 2650 Hvidovre, Tlf. 3649 8584
Email produktion@hvidovre-kopi.dk www.hvidovre-kopi.dk
Oplag: 335 eksemplarer

Kaspers Hjørne

Sæsonen er på sit bedste. Der er gang i alle vores aktiviteter. Hele opslagstavlen er plastret til med tilmeldingslister over ting man kan deltage i. Det er en fornøjelse at være formand under de betingelser. Man kan vælge mellem sommertur, søndagsroning, handicap og alt muligt andet. Så find dit rotøj frem hvis du ikke allerede har gjort det. Ænderne har ællinger, solen er fremme, kajakroning er igen i år sagen.

Mange af disse tilbud er arrangeret af en lille men meget ihærdig kreds. Vi kan sikkert virke indspiste ind i mellem, men der er klart plads til flere. Hvis du har en ide til noget du synes vi skulle tage op, så sig endelig til en i bestyrelsen. Det kan sikkert lade sig gøre, og vi kan måske hjælpe dig med at planlægge og finde folk der kan hjælpe til med det praktiske. Der er f.eks. altid nogle begyndere der spørger om vi ikke skulle ro en tur over til Sørup og købe en is. Slå dog en seddel op om, at nu på fredag rør du og din kammerat over at købe is, og at alle der her lyst til en is-tur skal være velkomne til at tage med.

Som nogle måske ved, så er kajakhuset i Frederikssund ro- og kajakklub nedbrændt, og de har mistet alle deres kajaker. Det ser ud til at være påsat. Vi har lånt dem nøgler til vores klub så de kan komme ud at ro mens de genopbygger. Tag vel i mod vores gæster. I den forbindelse skal det lige slås fast at vores egen forsikring kun dækker klubbens kajaker, så du må sikre dig med dit eget forsikringselskab, hvordan du er stillet.

Vi har i år anskaffet følgende nye både: Vi har købt en Coastline, det er en bred båd som er meget stabil. Vi har nu to, og det mener jeg er passende. De er gode til begyndere og mindre øvede, og så kan man som alm. roer komme ud i alle slags bølger. Vi har købt en Legato, som er en ny Struer toer turkajak. Den skulle være hurtigere end Tiranaen, der efterhånden har en del år på bagen, jeg håber den vil blive brugt til løb, og at nogle vil forsøge sig med den i handicap. Vi har købt to børne kapkajakker. Kommunen har købt en børne toer kajak, den skulle komme her midt i juni. Endelig har vi skaffet os en toer kap-kano. Der indkaldes sikkert til et møde i efteråret om hvilke nyan-skaffelser vi bør foretage til næste sæson, så du kan godt begynde at overveje.

Vi har i år afholdt to begynder instruktionskurser som vi plejer. De har været fuldt bookede, med 15 på hver. Der afholdes et intensivt kursus i de to sidste weekender i juni, de er også ved at være bookede. Så håber vi at køre et til i august, men det kommer an på om der er instruktører til at tage opgaven. Men mon ikke det lykkes. Hvis du har lyst til at give en hånd med, så sig til, det er dejligt at være flere om opgaven.

Vi ses på søen,

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

Klubbens bådpark

Jeg er den nye bådansvarlige - hvad det så vil sige. Jeg har sagt ja til jobbet fordi jeg synes, vi bør holde vores gode båd-park ved lige. Jeg har ikke selv tid til at stå for alle ting og vil derfor gerne, hvis nogen synes, de vil være med til at give en hånd.

Hvis du også synes, vi skal gøre lidt ved bådene en gang imellem så kontakt mig på trap@dahl.mail.dk eller 48 24 02 25.



**MUSKEL-
SPÆNDINGER?**

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

- IDRÆTSMASSAGE •
- AFSPÆNDINGSMASSAGE •
- KLASSISK MASSAGE •

Redaktørens lille hjørne

Bare en opfordring til børnerøerne om at sende en kajakhistorie eller en tegning?

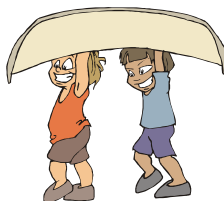


Sommertur til Bolmen

Der er afgang til Bolmen i Sverige den 3. juli, og vi er hjemme igen den 10 juli. Der er bestilt godt vejr, men vi må se, hvad vi får leveret. Hvis du ikke har kørselslejlighed, ikke har telt, sovepose, og alt det andet grej, så ring til Kasper 4848 5010, så prøver vi at arrangere noget. Bolmen er en fin sø, der er mulighed for at ro kajak, fiske, bade, vandre mv. Det meste af planerne lægger vi fra dag til dag. Børn, voksne og bedste mødre er velkomne. Vi pakker kajaker lørdag kl. 10:00 og kører når vi er færdige. Hvis du vil med skal du skrive dig på listen i klubben, eller ringe til Kasper.

Motionsrummet

Vi har i løbet af vinteren fået en flok flotte muskuløse 'ungdommer'. Nogle har ment, at de har trænet så meget, at det kan være svært at komme til selv. Derfor har vi indført et reservationssystem, så man kan reservere lokalet. Hvis man vil træne i motionsrummet er det derfor en god ide at skrive sig op på sedlen i motionsrummet, så er man sikker på, at der er plads, og man kan så bede dem der er der om at smutte når man kommer. Man kan reservere lokalet i tre tidsrum, nemlig 17:30-19:00, 19:00-20:30, og 20:30-22:00. Uden for disse tidsrum er det stadig først til mølle. Vi håber at dette vil virke tilfredsstillende.



Kanojak Trim

Danmarks ældste rene trimløb

Søndag d. 22. august 2004

Kajakklubben Esrum Sø har, for 27. gang, atter i år fornøjelsen af, at kunne byde velkommen til at trimme på vores dejlige Esrum Sø. Distancen er som altid søen rundt, ca. **20 km.**

Startgebyret er i år kr. 100,- pr. deltager med krus (gennemførelsespræmie) og kr. 50,- uden krus.

Tilmelding senest d. 15. august 2004. Eftertilmelding plus kr. 20,-

Der vil være **gennemførelsespræmie** til de første 90 tilmeldte roere som har ønsket det.

Præmien er, som tidligere år, et keramik krus, med inskriptionen "*Esrum Sø – 2004*"

Desuden vil der i lighed med tidligere år være en lang række gode lodtrækningspræmier til de roere, der har gennemført løbet.

Omklædning og bad kan foretages i klubben og vores sauna vil også være åben.

Der vil kunne købes kaffe, te, øl, vand, kage og "haps-dog" i klubben.

Ideen med disse løb er at få så mange "*ikke kaproere*" som muligt ud og motionere og opleve stemningen ved et løb.

Starten går fra Kajakklubben Esrum Sø. **Tidtagningen starter kl. 11:00.**

Det vil være muligt at starte indtil kl.12:00, men alle noteres for starttidspunktet kl.11:00.

Der er mundtlig instruktion kl.10:30 ved klubhuset, Krostien 11, Nødebo.

Tidtagningen stopper kl. 15:00. Der vil efterfølgende være præmieudlodning ca. kl.15:15.

Vi ønsker at alle skal have en rigtigt god dag og tur på søen, så afhængigt af vejret vil der blive lavet en alternativ rute som forsøges lagt så meget i læ som muligt.

Vi håber at mange møder op til et par timers fornøjeligt og hyggeligt samvær.

Deltager- og resultatliste vil blive offentliggjort på www.kkes.dk, hvor I også kan finde evt. yderligere oplysninger. Resultatlisten vil i begrænset omfang blive udleveret efter løbet.

Men husk, det er et Trimløb, så det vigtige er ikke tiden, men at have deltaget!

Thurø – tur d. 6. – 8. august 2004

Tur til det Sydfynske Ø-hav – en tur for hele familien.

I forbindelse med Svendborg Kajakklubs løb ”Thurø Rundt” arrangerer vi igen i år i weekenden d. 6. – 8. august en tur til området omkring Svendborg. Der er et utroligt flot farvand og meget velegnet til kajak. Om man vil deltage i løbet om søndagen er frivilligt, det er på ca. 20 km. Se invitation andet steds på tavlen.

Vi skal igen i år bo på en til formålet nærmest perfekt campingplads på Tåsinge, Vindebyøre Camping (www.vindebyoere.dk). Pladsen ligger helt ned til vandet under 1 km i kajak fra Svendborg Kajakklub. Prisen for ophold fra fredag til søndag bliver ca. kr. 135,- pr. voksen og kr. 75,- pr. barn (op til 12 år). Hvis der er nogen der har lyst til at blive der længere kan det også arrangeres. Dertil skal lægges fortæring og naturligvis startgebyr hvis man vil deltage i Thurø Rundt. Se mere på www.vindebyoere.dk

Der er ordinær afgang fra klubben fredag d. 6. august kl. 17.00 med afgang ca. 17.30. Så er vi dernede omkring kl. 20.00. Søndag vender vi næsen hjemad efter løbet, så vi forventer at være hjemme inden kl. 20.

Sidste frist for tilmelding: mandag d. 2. august (løb i h.t. løbsindbydelse)

Tag med på tur ud i det blå

Søndag den 18. juli 2004

Vi pakker kajaker og madpakker og tager på tur. Vi tager til Roskilde Fjord, Isefjorden eller Nordkysten. Det bestemmer vi først dagen før, når vi ved, hvor det blæser fra.

Turen er for alle: Både dig, som er en garvet roer og dig, som er mindre øvet. Der er også plads til børn, og dig, som gerne vil have mange km på dit rokort. Vi ror sammen, men vi kan dele os i flere grupper, afhængig af hvor langt og hurtigt vi bliver enige om at ro. Der vil dog være en erfaren sammen med de mindre sikre roere. Vi spiser madpakker sammen, og vi kører hjem sammen.

- 9:30: Vi mødes i klubben og pakker kajakerne på traileren.
- Ca. 11:00: Vi sætter bådene i vandet og begynder at ro
- Ca. 13:00: Frokost
- Ca. 17:00: Vi mødes ved traileren og pakker bådene
- 18:30: Tak for i dag

Hvis det er noget for dig, skal du melde dig til ved at skrive i mappen. Du skal skrive navn, hvilken båd du vil ro i, og om vi kan køre i din bil. Til turen skal du have følgende med: 1. Madpakke og vand. Husk plasticpose. 2. Godt ro tøj. Det kan jo blive varmere eller koldere i løbet af dagen. Husk plasticpose. 3. Overtræk. Det kan jo blæse op. 4. Småpenge til en is.

Malene Kamstrup 48 48 50 10

Aktivitetsplan

Hver uge i sommer		
Mandage	kl. 17:00	Polotræning ved klubben
Tirsdage	kl. 17:00 kl. 17:30	Kajaktræning for ungdom Børneroning
Onsdage	kl. 19:00	Handicap
Søndage	kl. 10:00 kl. 14:00	Fællesroning/træning Fællesroning med instruktør
Se i øvrigt opslag i klubben og på www.kkes.dk		

Kalender

Juli

Lør. 3.	Kl. 10:00	Sommertur til Bolmen
Søn. 18.	Kl. 9:30	En dags tur ud i det blå—se opslag i blad og klub
Ons. 21.	Kl. 20:00	Grill efter handicap

August

Fre. 6.	Kl. 17:00	Thurø tur— pakning og afgang (hjem d. 8.)
Tir. 10.	Kl. 14:00	Opstart nye børneroere
Ons. 11.	Kl. 20:00	Grill efter handicap
Søn. 22.	Kl. 10:30	Kanojak Trim

September

Ons. 1.	Kl. 20:00	Grill efter handicap
Lør. 4.	Kl. 9:30	En dags tur ud i det blå
Ons. 22.	Kl. 18:30	Sidste handicap

For løbsinformation se terminsplan på opslag i klubben eller på nettet.

Ungdomsholdet på spil

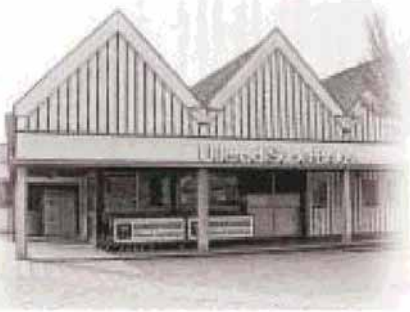
Så var ungdomsholdet igen til stævne. Denne gang skulle vi kun til Bagsværd, så vi slap heldigvis for de lange bilture. Vi tog til Bagsværd sø lørdag den 5. juni, for at ro Bagsværd regatta.

Først på lørdagens menu stod enerkajakløb, hvilke Mikkel deltog i og kvalificerede sig på begge distancer til semifinalen. Derefter stod den på ener- og toerkanofinaler for Mads og Marc på 1000-meter distancen. Begge løb indbragte medaljer til os begge. Søndagen var noget mere tæt pakket med løb. Der blev roet både enerkajak, enerkano, toerkano og sågar var vi ude at teste vores nye mandskab i firerkanoen. Da vi endelig hen ad aftenen kom ”hjem” til klubben, og havde pakket både sammen, var vi alle meget tilfredse. Vi havde formået at tage førstepladsen i alle toer og firerkanoløb, og det med en HELT ny makker, Mathias Milfeldt, som klarede sig imponerende godt i C4eren. Derudover tog vi både anden og tredjepladsen i enerkanoløbene.

Status på vegne af ungdomsholdet.

Mads Troels Thorsdal.

Har vi ikke set sådan et billede før? Medaljer til C4-drengene igen. (4 Mageløse M'er: Mikkel, Mathias, Mads og Marc)



Ullerød

Super Brugs

Frederiksværksgade 119

3400 Hillerød · Tlf. 48 26 02 89

Åbningstider:

Mandag - fredagkl. 9.00 -19.00
Lørdagkl. 8.00 -16.00

RO STATISTIK

(Illustreret ro statistik kan ses på www.kkes.dk).

Vi er i alt 132 voksne roere i gang her med udgangen af maj 2004, og samlet set har vi i år roet 10.404,5 km. Derudover er der 22 børneroere som tilsammen har roet 270 km. Summa sumarum 10.674,5 km – og sommeren står kun lige for døren ! Top 10 står som ventet for en stor del af kagen, og der kæmpes hårdt om topplaceringen - her de 8 første:

1. Heine 534
2. Jacob G. 531
3. Bjarne 500
4. Heino 485
5. Katja 480
6. Uwe 463
7. Jimmy 353
8. Malene H. 344

- men sommerens ture kan stadig nå at ændre klassementet.

I ”børnerækken” er løbet så tæt at 3 pladsen må deles:

1. Julius Lyk 35
2. Kristine Wedø 28
3. Josephine 23
3. Martin Johansen 23

/Pia

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



Vi er ellers nogen, der har lært at næsen skal vende mod roret, når man entrer en kajak med bunden i vejret—kajakkens altså.



STAFETTEN

Jeg hedder Anne Lin er 37 år og har 3 børn. 2 drenge på 6 og 9 år og en pige på 1 måned. Jeg begyndte at ro for et par år siden. Jeg havde ellers redet og haft hest i ca. 30 år men, nu skulle der altså ske noget helt andet –og sikken befrielse det er at have en kajak i stedet for en hest! – ingen dyrlægeregninger og ingen dårlig samvittighed. Samtidig er kajakroere rare og omgængelige folk af begge køn, befriet for det tøsehysteri, der kan være i ridesport.

Som regel roer jeg alene. Det giver nemlig ingen koordinationsproblemer med min familie, - og så kan jeg selv bestemme, hvor langt og hvor hurtigt jeg vil ro, og hvor store bølger jeg synes om.

I august 2002 købte jeg en brugt Marathon Expediton, magen til klubkajakkerne, bortset fra at den er GUL, og det er jeg egentlig meget godt tilfreds med. Man kan selvfølgelig spørge sig selv, hvorfor nogen anskaffer en kajak magen til dem, som klubben har så mange af; men når man har sin egen båd, giver det mulighed for at medbringe den på familieudflugter, der ”ikke har roning som det primære formål”. Jeg har haft få; men rigtig gode ture med den gule kajak i både Guldborg Sund og Ringkøbing fjord.

Selv om jeg egentlig bedst kan lide at dyrke sport alene, er jeg jo et vældigt socialt væsen, det er nok derfor, jeg er med i bestyrelsen, og ofte er med til klubbens sociale arrangementer. For tiden er mit aktivitetsniveau i kajaksam-

menhæng MEGET begrænset, da jeg tilbringer det meste af min tid med at være fuldtids mor for min lille datter Majken. Årets ambitionsniveau fra min side ligger vel i omegnen af 100 km (højt sat..). Når jeg i løbet af juli/august genoptager roning bliver det vel nok med ture på 4 km mellem amningerne. Så mit store sportslige gennembrud lader nok vente.

Jeg giver stafetten videre til Ella.

Anne Lin

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

Kajakklubben Esrum Sø
Krostien 11, Nødebo
3480 Fredensborg

Returneres ved varig adresseændring



Næste blad udkommer aug/sep 2004. Deadline for indlæg er 15. august 2004.



Råhygge på Arpö.

*Trætte
eventyrere.*

