

Nr. 5 — november 2004

Klubblad for  
Kajakklubben Esrum Sø



# KANOJAK



Endnu engang flotte resultater ved DM. Se artiklen inde i  
bladet på side 5.

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

## TILLIDSPOSTER I KAJAKKLUBBEN ESRUM SØ

### Bestyrelsen:

#### **Formand, breddeleder og ture, vintergymnastik, gymnastiksale, instruktør, fællesudvalg:**

Kasper Østerbye, Grønholtvej 98, 3480 Fredensborg, 4848 5010, mail: formand@kkes.dk (kasper@it-c.dk)

#### **Kasserer, næstformand, medlemsadministration, bådpladser og numre, web-master, instruktør, fællesudvalg:**

William S. Jacobsen, Slangstrupgade 79, 3400 Hillerød, 4825 2452 / 4822 4922 / 4054 4225, kasserer@kkes.dk (wsj@wsj.dk)

#### **Chefinstruktør, bestyrelsesmedlem, månedsmails, køkkenindkøb, kludtøj og regalia, rokort, nøgler, referent:**

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

#### **Bestyrelsesmedlem, motorbåd og trailere, motionsrum, ungdomstræning, bådudvalg:**

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

#### **Bestyrelsesmedlem, pressekontakt, indsamling af løbsresultater, ungdomstræning, bådudvalg:**

Carsten Skovsbøg, Nøddebovej 8, 3060 Espergærde, 4913 5838, cs@hilhan.dk

#### **Bestyrelsesmedlem, bådudvalg, ansvarlig for rengøring:**

Henrik Børresen, Ved Skoven 1, Nødebo, 3480 Fredensborg, 4848 3805, hb@symbol.com

#### **Bestyrelsesmedlem, ansvarlig for faste anlæg, bro og udendørs vedligeholdelse, fællesudvalg:**

Jeppe Puck, Thyrasvej 13, Kregme, 3300 Frederiksværk, 4848 1517 / 2128 0642, jeppepuck@msn.com

#### **Bestyrelsessuppleant, løbstilmeldinger, rostatistik, TdG, referent:**

Pia Ringholm, Platanvej 24, 3200 Helsingø, 4876 3311 / 2522 9154

### Øvrige poster

#### **Ungdomstræner kajak:**

Flemming Secher, Peter Olsensvej 2B, 1. tv., 3100 Hornbæk, 4970 3500 / 2536 3493, newo@teknik.dk

#### **Børneinstruktør:**

Jan Hedberg, Hestehavevej 15, 3400 Hillerød, 4822 1889, damgaarden@dlgnet.dk

#### **Børneinstruktør:**

Uwe Lundberg, Skovgærdet 10, Nødebo, 3480 Fredensborg, 4848 5442, c.thorholm@mail.dk

#### **Børneleder:**

Jimmy Jensen, Solsortvej 6, 3400 Hillerød, 4826 0380 / 2876 2380, jimmy06@webspeed.dk

#### **Kontaktperson ungdom, pololeder:**

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

#### **Ungdomstræner kano:**

Martin Jensen, Nøddehegnet 2B, Nødebo, 3480 Fredensborg, mms.mathisen@mail.tele.dk

#### **O-løbs holdleder:**

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

#### **Handicap-afvikling, havkajakleder:**

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

#### **Handicap tidtager:**

Jytte Nymark, Paradisvænget 18, 3400 Hillerød, 4824 5023

### Redaktion:

Marianne Kristensen & Claus Munk, Bolværket 153, 3400 Hillerød, 2087 1435 / 2128 5360 kanojak@kkes.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
Ungdomsholdets DM Guld	5
Klubmesterskab for børn og unge	6
Havkajak tur Oslo/København	7
Vinterture i Nordsjælland	8
Rostatistik	9
Efter 16 års tjeneste	10
Julefrokost	11
Referat af generalforsamling	12
Havkajak tur til Möckeln	17
Mine oplevelser som ”Ny”	19
Aktivitetsplan	20
O-løbs kalender	21
Stafetten	22
Årets Snurretop	23



**Ullerød**  
**Super Brugs**  
Frederiksværtsvej 119  
3400 Hillerød · Tlf. 48 26 02 89

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

**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: 340 eksemplarer

## Kaspers hjørne

Vi har nu haft både generalforsamling, standerstrygning og løvet er blevet gult, eller blæst helt bort. Det er tyder altså på at 2004 sæsonen går på hæld. Det har været en fin sæson, vi har forsøgt med et springstarter løb i foråret, et løb der tiltrak både deltagere og en del vind. Vi har haft rekord mange begyndere igennem vores instruktionskurser, så vi igen har undgået at måtte skuffe folk der gerne ville lære at ro kajak.

Til standerstrygningen kunne vi døbe 2 børne kap kajaker, en børne toer kajak, en tur båd, en tur-toer, en kap kano, og en toer kap kano. 7 både i alt. Børne-toeren havde vi fået fra kommunen, tak for det.

Så jeg burde vel være en glad formand, men som I kan se andet steds i dette blad, så skete der på general forsamlingen noget der fik vores store arbejdshest William til at miste gnisten der skal til for at trække det store læs. Det er et stort tab for klubben at William trækker sig i baggrunden.

Jeg er ikke en formand med store visioner for at skabe en klub der skal udmærke sig på den ene eller den anden måde, og har ikke haft andet motto end at vi som klub skal forsøge at støtte de initiativer der kommer fra medlemmer der gerne vil noget, og så i øvrigt blot fortsætte som hidtil.

William er en der har haft mange initiativer, som vi så har støttet som bedst vi kunne. Denne gang havde William gennem sit arbejde omkring nationalpark initiativet set en mulighed for at kunne åbne Arresø op for kajakroning året rundt

ved at vi med udgangspunkt i vores klub kunne åbne en afdeling ved Arresø. Denne støtte kunne vi ikke give pga. beslutningen på generalforsamlingen. Det er ærgerligt. Specielt fordi jeg ikke tror at der var nogle på generalforsamlingen der reelt var interesseret i at ytre mistillid til bestyrelsen, og slet ikke til William. Havde det været en almindelig diskussion, så havde vi jo kunnet fortsætte diskussionen, men nu blev det en generalforsamlingsbeslutning, og den kan vi jo ikke så godt omstøde. Desuden er det udvalgt som William sad i nu er færdigt med sit arbejde, og forslaget er ikke relevant længere.

Som William også skriver, så smækker han ikke med døren. Så der er tid til at finde nye mennesker der har lyst og kræfter til at overtage de mange poster William har haft. Så hvis der er noget du har lyst til at gøre for klubben, så er der nu masser af opgaver at tage fat på.

Til slut vil jeg takke William for hans store arbejdsindsats og lykønske de organisationer der fremover vil nyde godt af hans gnist.

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

## Ungdomsholdet vinder GULD til DM

Endnu engang var ungdomsholdet til stævne på Bagsværd Sø, denne gang til Danmarksmesterskabet for kano og kajak. Stævnet foregik d.3.-5. september.

Vi startede lørdag middag med vores første løb hvilket var enerkano-C1 1000m hvor Marc Skovsbøg og Mads Troels Thorsdal igen tog sølv og bronze med hjem. Ligeså var det i enerkano- C1 200m løbet en time efter.

Vi nåede endeligt til toerkano løbene hvor Marc og Mads fik en guld, og blev dermed Danmarksmestre i C2 200m og 1000m.

Så blev det Søndag hvor vi manglede 2 løb.

Om morgenen lagde vi ud med enerkano-C1 500m. Der vandt Marc og Mads henholdsvis sølv og bronze. Eftermiddag havde vi vores sidste løb i toerkano-C2 500m hvor Marc og Mads igen blev Danmarksmestre med en flot guldmedalje.

I senior enerkano vandt Bob Dokkedal i C1 200m, Mathias Bodholdt i C1 500m samt 1000m, og blev dermed Danmarksmestre i disse distancer.

I senior toerkano blev Arne Nielson og Carsten Anker Scales Danmarksmestre i C2 200m, 500m og 1000m.

Som supportere havde vi Jørn Mathisen (bestyrelsesmedlem og holdleder), Anders Baarts ( bestyrelsesmedlem og Mads's far), Carsten Skovsbøg (bestyrelsesmedlem og Marc's far), Mikkel (bror til Mads), og mødre til Marc

og Mads.

Tak til dem alle, da de har været en stor hjælp hele sæsonen.

På ungdomsholdets vegne.  
Marc Skovsbøg.

### Kano & Kajak Butikken

Leverer alt til kano- og kajaksp. ort.  
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](http://www.kajak.dk)

# Klubmesterskab for børn og unge.

Årets sidste officielle dag på vandet med børneholdet var sat til lørdag d. 18 september.

Der var mødetid kl. 14:00 og programmet var:

14:00 – 16:30	Klubmesterskab med udvalgte discipliner.
16:30 – 17:30	Omklædning hygge og debat om næste års aktiviteter.
17:30 – 18:00	Præmieuddeling til de nye klubmestre.
18:00 – 18:30	Klargøring af kajaker til natroning.
18.30 – 20:00	Grill.
20.00 – 21:00	Nat / mørke roning.
21:00 – 22:00	Oprydning, varm kakao og masser af kage, slut.

Med dette program gik vi i gang med årets klubmesterskab og natroning, og dagen skulle vise sig at blive helt fantastisk og var præget af: masser af glade børneroere, motiverede trænere, godt vejr, hjælpsomme forældre og masser af god mad og hjemmebagt kage.

Klubmestrene blev for piger:	1. Anna Liv	68 point
	2. Emma N.	64 point
	3. Estrid	54 point
	3. Emma H.	54 point

Klubmestrene for drenge blev:	1. Julius	68 point
	2. Mads	64 point

Der var kamp om placeringerne, og som det fremgår af stillingen så blev det til en delt tredjeplads hos pigerne.

Jimmy

## Stort tillykke til klubmestrene.

# Havkajak tur forår 2005

**Oslo → København**

**Km. mange**

**Bølger: mange**

**Udfordring: stor**

Vækker dette din appetit for en mulig oplevelse uden sidestykke.

hvis ja: kontakt Jimmy på tlf. 48 26 03 80 e-mail [jimmy06@webspeed.dk](mailto:jimmy06@webspeed.dk)

hvis nej: ring eller skriv bare alligevel.

Jeg vil i december / januar afholde et møde med interesserede deltagere, men kan på forhånd oplyse, at du for at gennemføre turen bør have roet 3 – 400 km som træning op til, at turen i korte træk bliver:

- Transport til København
- Færge til Oslo
- Kajakroning tilbage til København

Er du med fra starten får du indflydelse på planlægningen af turen, så ring eller skriv.

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

# Vinterture i Nordsjælland og omegn

I vintersæsonen sker det ofte jeg spænder havkajakken på taget af bilen og tager ud for at ro alene fra en eller anden strand. Typisk sker det en gang om måneden fra en strand i nordsjælland og omegn. Det kunne være rigtigt hyggeligt med lidt selskab.

## Program:

- 1: Sølager ved Hundested søndag d. 31 oktober 2004
- 2: Veddelev havn ved Roskilde søndag d. 28 november 2004
- 3: Hammer bakke ved Orø søndag d. 2. januar 2005
- 4: Hellerup havn søndag d. 30 januar 2005
- 5: Frederiksværk ro og kajakklub søndag d. 27 februar 2005
- 6: Evt. Påsketur med overnatning

Afgang fra den valgte lokalitet er kl. 10:00 og turen varer typisk 3 timer eventuelt længere alt efter hvad man aftaler på stedet. Fælles transport aftales fra gang til gang.

Man deltager selvfølgelig på eget ansvar

Tilmelding sker til undertegnede på **48269017** senest dagen før.

Med venlig hilsen

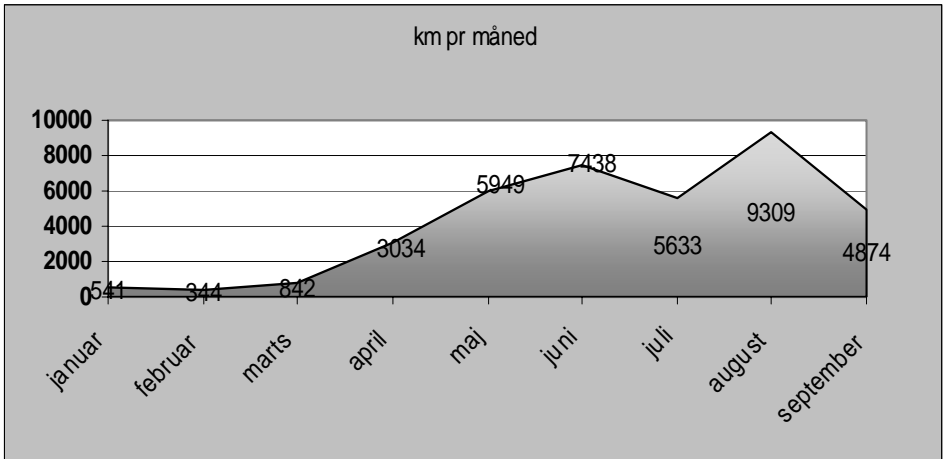
**Ole Tronier**





# Ro-statistik KKES 2004

Ultimo september 2004 er der i alt roet **37964 km**



Første pladsen må deles mellem Jimmy og Heine, der begge har roet **1416 km**  
Vi har i alt 241 roere der har skrevet rokort i år  
Gennemsnitlig har hver person roet 157 km

Ser man på de medlemmer der er startet i år, har 18 nu roet mere end 100 km  
og Allan har lagt sig klart i spidsen med 424 km

22 personer har ultimo september roet mere end 500 km

Den detaljerede oversigt kan ses på vor Web-side.



## Efter 16 års tjeneste

Af: William S. Jacobsen

De sidste snart 16 år har jeg haft en større eller mindre rolle i ledelsen af Kajakklubben Esrum Sø. Jeg har samlet siddet i bestyrelsen i 11 af årene, resten af tiden har jeg enten været kasserer, medlemsadministrator eller siddet i fællesudvalget. Med mindre det lykkes igen at give mig gejsten for arbejdet i klubben er det nu ved at være slut.

Baggrunden for dette er årets generalforsamling d. 3 oktober. På denne fremsatte jeg et forslag, hvis hovedformål var at få åbnet Arresø for kano og kajak hele året, ved at bruge Kajakklubben Esrum Sø som den organisation der kunne anmode om at få den åbnet. Til dette skulle jeg bruge en beslutning om, at klubben kunne oprette en afdeling på Arresø. Ikke et forslag, der er eller var vitalt for klubben eller for mig og var det blevet stemt ned havde det været OK. Det havde været et signal om at det var ikke noget man mente klubben skulle blande sig i. I stedet skete der det at Kim Meldgaard fremsatte et ændringsforslag som kun gav mulighed for at klubben kunne støtte oprettelsen af en selvstændig klub på Arresø. Begrundelsen var at man var bange for, at en flok fra Arresø ville "overtage" klubben og anvende midlerne der i stedet for på Esrum Sø. Man havde altså ikke tillid til at jeg og bestyrelsen kunne få stablet et regelsæt på benene, der kunne sikre, at det ikke skete. Problemet med forslaget er, at oprettelse af en selvstændig klub kræver at man finder en række mennesker der vil være med, laver en stiftende generalforsamling og derefter går i gang med at få lov til at

ro. Og det er jo netop problemet på Arresø. Der kommer ingen klub fordi der ikke må roes fra 1. marts til 1.juli og der bliver ikke lukket op fordi der ikke er en klub der beder om det. Vi kunne have løst den gordiske knude og så ville det ganske sandsynligt have udviklet sig til en selvstændig klub. Kim's forslag fik 10 stemmer, heriblandt fra to der var på vej ind i bestyrelsen, mit fik 8, bl.a. den daværende bestyrelses.

Det opfatter jeg helt klart som et signal om at forsamlingen ikke havde tillid til at jeg, sammen med bestyrelsen, kunne styre den proces, der sikkert i sidste ende var endt med en selvstændig klub.

Egentlig drejer det sig kun om en enkelt stemme der skulle have været anderledes, så havde det været 9-9 og formandens stemme havde været udslagsgivende. Så hver og en af da 10 kan tage æren for at Arresø måske aldrig bliver åbnet for kano og kajak og at man nu endelig, efter 16 år, slipper af med mig.

Der er naturligvis mange "hvis'er" i en sådan sag: Jeg kunne have gjort det endnu mere klart, at jeg ikke kunne bruge Kim's forslag. Så var der måske en enkelt der havde ændret sin stemme. Forslagene kunne også være kommet til afstemning i omvendt og mere korrekt orden. Idet mit både gav mulighed for en selvstændig klub og en afdeling var det det mest vidtrækkende og burde have været sat til afstemning først. Når forsamlingen havde set ,at den siddende bestyrelse stemte for mit forslag, var der måske også en enkelt der havde stemt anderledes. Men det er for sent nu, det kan ikke gøres om, bl.a. fordi en afstemning ikke vil komme til at dreje sig om det fremsatte forslag.

Jeg har brugt meget tid de sidste 4 uger på at vende og dreje det, men mest på at bande og svovle over den ”skide” klub. Og jeg er kommet frem til, at når der ikke er tillid og opbakning er det nok på tide at jeg trækker mig og lader andre tage ansvaret for alle de mange små og store ting jeg har taget mig af og havde tænkt mig at drive også fremover. Det har været 16 spændende år, nu bliver der bedre plads til andre. Afviklingen forventes at ske løbende over det næste lille års tid.

## Årets udmærkelser

På standerstrygningen blev der uddelt følgende hæder:

Fortjenstpokalen til børneinstruktørerne.

Idrætspokalen til Marc Skovsbøg.

Årets nybegynder: Marianne Kristensen.

## Julefrokost

### **Lørdag d. 4. december 2004 klokken 14:00**

Vi mødes i klubben, og alle tager en lille ret med, som vi deler med hinanden. Tag selv øl, vin eller vand med.  
Klubben giver brød, smør og snaps.

De friske begynder festen med en rotur klokken 12:00 Det giver god appetit. Måske bliver der også tid til en tur i saunaen.

Meld dig til på opslagstavlen, hvis du har tid og lyst til at være med.  
For at vi ikke skal spise syv forskellige slags hjemmelavet sylte, bør du også skrive, hvad du tager med.

**Vel mødt!**

# Referat af Generalforsamling i Kajakklubben Esrum Sø

Afholdt søndag d. 3. oktober 2004 kl. 19.30 i klubhuset.

## Dagsorden i flg. Vedtægterne:

### 1. Valg af dirigent

Bestyrelsen foreslår **Kirsten Gamst-Nielsen – Kirsten bliver valgt**

Det konstateres, at generalforsamlingen er rettidigt og lovligt indkaldt.

Der er ikke krav om specielt antal fremmødte for beslutningsdygtighed

Der er ikke skriftlige fuldmagter udleveret blandt de fremmødte

Der er ikke personer tilstede der ikke er stemmeberettigede

Det påpeges at beslutninger skal tages ved seriøs behandling og medlemmer vælges først hvis de ønsker det.

### 2. Formanden/Bestyrelsen aflægger beretning

Kasper holder indlægget på bestyrelsens vegne, se denne i sin helhed i på webben:

A. Handikap – lidt færre deltagere end sidste år

B. Senior konkurrencer – ikke mange deltagere i løbene

C. Klubture – få deltagere, dagsture aflyst. Havkajak-roer-gruppe er opstået

D. Anlæg - en arbejdsdag, indbrud, mangler bådpladser, motionsrum ikke udvidet

William forklarer yderligere om Bebygningsgrad. Her har der været møde med en person fra teknisk forvaltning. Det er, efter mangen gennemgange af grunden, afklaret at vi kan søge om tilladelse til at bygge op mod de buske (mod skel) lige i venstre side på hjørnet ved indgangsstien, yderligere end poloskuret. Marianne gør opmærksom på at det vil være rart om mindst én af hylterne er høje nok til havkajakker – tages ad notum. William fortæller videre at dette skur også skulle give plads til en 4'er. De næste planer er udbygning af motionsrummet ud over græsset (mod indgangsstien)

Spørgsmål om rummet inde i klubhuset kan anvendes til motionsrum om vinteren. Kim siger videre at især ro-ergometrene kunne flyttes til fliserne herinde i klubhuset, og at udbygning af motionsrum kunne øge sammenholdet om vinteren

William svare, at udbygningsgraden begrænser vores udfoldelser

Der er i øjeblikket 8 både på venteliste. Det skitserede ekstra bådhus vil rumme 56 pladser og forventes at være fyldt om 5 år

Kim spørger om der er regler for brug af egne både her eller andre steder mht bådpladser. William svarer at egne både skal bruges 50 km her på søen for at kandidere til en bådplads

Pia spørger om en løbeklub eller andet kunne løse problem med at der skal være 2 klubber for at opretholde status som kommunen vil betale strøm o.a. til – William svarer, at det har været forsøgt at finde andre klubber men ikke effektueret

Jørn siger videre til dette at det er meget sjældent at klubber går helt ned. Uwe spørger om en klub i klubben kunne løse problemet (skikklub). William svarer at det ikke har været problem for andre klubber. Yderligere mener han ikke at sejlklubben er så langt nede, at det reelt er et problem

E. Container ved svømmehallen er opstillet

F. Nationalpark projekt – vi er stærkt repræsenteret

G. Administrative forhold - kørselsforhold og dækning er reguleret

H. Eksternt – KKES er fortsat repræsenteret i vores paraplyorganisationer

I. Statistik – medlemstal oa. Ros til de omfattende statistikker

J. Ungdomstræning - polo i svømmehal opstartet

K. Ungdom kano – C4 også lejet til næste år

L. Kajak ungdom – træning sammen med børn, fortsætter til næste år

M. Begynderinstruktion - instruktører og forklaring på hjemmesiden om kajak-roning. Ingen venteliste pt. Svømmehal som begyndelse på instruktion – godt

N. Børnehold - teknik-mærke indført, ingen sommerferie, ny K2 – godt år

Kim spørger hvor mange der er startet som børnerøere og nu er seniorrøere. Umiddelbart beholder vi kun en lillehåndfuld (Toke, Troels, Mads, Mikkel, Mathias, Bastian ) Stort set har vi ingen

medlemmer mellem 20-30. Grunden til spørgsmålet er (siger Kim) at vi mangler medlemmer under 30 som vil være instruktører, gå til konkurrencer osv.

Kim efterspørger fremtidige planer. Der mangler en idræts chef, der kunne bruges af nye medlemmer (især unge) som skulle have interesse i konkurrence. Kasper svarer, at det ikke har været muligt at finde en relevant og villig person. Kim mener at det er en post der er så vigtig at den skal besættes, selv om der ikke findes en konkurrence roer – at bestyrelsen skulle overveje spørgsmålet nærmere. Uwe siger at det bør være en person der brænder for sagen og personen skal have nogle ideer til arbejdet. Kim uddyber at specielt tilmeldingen til løb og hjælp til nye medlemmer i forbindelse med konkurrencer er vigtige. Jørn mener at det kunne afhjælpe valget af person, hvis der forelå en stillingsbetegnelse. William vil dele det op i ophængning af invitationer – denne del mener han at klubben har styr på, og selve løbstilmeldingerne. Da der ikke er nogle af bestyrelsesmedlemmerne som altid er med til løb, har bestyrelsen valgt at lægge dette ud til de personer der vil deltage i løb – her kan nye medlemmers tilmelding og indfangning bredes ud til andre deltagere.

Kirsten konkluderer på generalforsamlingens vegne at Bestyrelsen skal lave jobbeskrivelse og søge efter en person.

Kasper: et nyt godt initiativ i år, er Kammerat instruktions princippet. Det har været holdt et par gange, men det er stadig den gamle garde og ikke de unge. William har aktivt søgt efter medlemmer under 30 (e-mail) men det har kun givet en enkelt ekstra.

Kim bemærker at kammeratskabsinstruktion bør fortsætte og han gerne vil gøre en indsats. Man kunne også gøre en aktiv indsats rettet mod eg ungdomsuddannelserne  
Flemming fortæller at Mads har haft en gymnasieklasse med på besøg i efteråret, og indtrykket er at der er flere der vil vende tilbage næste år.

En anden ting er (ifølge Kasper) er at vi i højere grad end andre nordsjællandske klubber har godt vand til konkurrence, så måske kunne en plan være at tiltrække konkurrence interesserede fra omkringliggende klubber

Jørn beretter at der er foretaget en investering på nye kanoer (20.000)

## **Beretningen godkendes.**

### **3. Kassereren fremlægger det reviderede regnskab til godkendelse**

Regnskabet er godkendt af revisionen.

Gennemgang:

Regnskabet viser et lille overskud, årsag er dels at der er lidt flere indtægter (især kontingent), samt at der er tildelt næsten dobbelt så højt tilskud til børn og unge. Springstarter gav overskud i år. Regalia gav underskud i forhold til forventet (pga. svind)

Udgifter: Administration som budgetteret, idet der er brugt flere penge på bladet (nu i farver) samt at udsendelse til almindelig porto. Dette opvejres af de yderligere sparet penge på almindelig administration.

Ungdom og polo har brugt lidt mindre end budget

Børn har brugt lidt mere end budget, især pga. udgifter til børneinstruktør jakker (dog ingenting på løn)

Kørsel og andre voksen udgifter er blevet noget højere end budget

Nøgler og låse er blevet en betydelig post der overskrider budget meget

Anlæg og både udgifter er noget mindre end budget

Generelt har vi et sundt budget og regnskab selv nu ved udgangen af september

Jacob har spørgsmål til hvad "Nøgler budget" dækker over. William svare at det er uklart hvor alle nøgler er henne. Samtidig har der været indbrud

Projektet er et elektronisk låse projekt (130.000)

Der kan elektronisk låses for nøgler der ikke mere må bruges.

Bådehuset kan også indgå i dette projekt – og der er mulighed for en overvågningssystem

Kim siger at vi skal spørge andre klubber der har erfaringer med systemet

Jeppes siger at tags er systemet der almindeligst anvendes

Jørn spørger om der kan søges tilskud. Ja, og der er søgt

Uwe spørger til Sejlklubbens inddragelse. William svare at hvis vi siger at sejlklubben skal inddrages er der for stor risiko for at projektet går i stå

Uwe siger derudover at børneholdet ind i mellem brug for en A-nøgle indimellem

## Regnskabet godkendes

### 4. Indkomne forslag, herunder fastsættelse af kontingent

Kontingent: William/bestyrelsen foreslår uændret kontingent

På baggrund af kontingent fastsættelsen forventes det at der kommer 210000 ind. Nyt i budgettet er bådpladskontingent samt instruktion osv.

Udgifter i budgettet er vurderet som status quo, dog er der ekstra sat af til uddannelse samt til Bladet. Der afsættes 50.000 til nyt bådhus, selv om der søges tilskud som bør give besparelser

Budgettet skal ikke godkendes, men det foreløbige budget danner baggrund for beslutningen om godkendelse af kontingent.

Kim: 20.000 er meget lidt til nyanskaffelser af både. Der er måske behov for udskiftning og evt salg af kapkajak der er gamle model.

Bjærne: foreslår at der etableres en værktøjskasse så det er muligt at roerne selv reparere skader.

Jeppes mener, at der skal sættes flere penge af til aktiviteter for unge og voksne, samt at der er brug mere udskiftning af både.

Jimmi: børnebådene står for udskiftning samt reparation.

Christian mener godt at nøglekontingent kan sættes op, og dermed kan få bedre nøgle returnering.

William svarer, at han administrativt gerne vil vente med at øge nøglekontingent til det nye system. Kim:

Det vil sige at det forventes at også gamle medlemmer skal betale mere. William: det er nemmest at afvente til nyt nøgle system

## Kontingent fastsættelsen godkendes

William: nyt forslag ang. oprettelse af en ny afdeling ved Arresø (har ligget på nettet fra d. 20 september)

Baggrund er at især at man ikke må ro på Arresø hele året. Det vurderes at det vil være muligt at få ændret beslutningen så man må ro på Arresø hele året, hvis der findes en klub der har ordnede forhold, og som kan spørge om at få lov. William har derudover overvejelser om hvilken del af Arresøen der har størst befolkningsgrundlag og hvor en sådan klub bør ligge

Jørn vil støtte forslaget, og mener at der er lukket op for nye regler idet der er kommet en ny skovridder – og Jørn mener yderligere at det skal ske inden Nationalparken oprettes.

Kim: Er det ikke mere kredsens der skal skyde penge i projektet og ikke så meget klubben. Det vil også tynde ud i klubbens ressourcer mht. instruktører. William mener, at det er for langtrukket at få kredsens til at gå ind i det.

Jeppes pointerer at DKF har en anlægspulje og der er én endnu ikke søgt. Det er ikke sikkert at puljen bliver oprettet igen til næste år

Jørn siger at man kan ud over startpakken fra DKF, også søge i friluftsrådet efter havkajakker

Kasper: Det principielle er om bestyrelsen får muligheden for at gå videre med forslaget og ikke om bestyrelsen Skal gå videre. Det næste er det praktiske i hvor arbejdet skal ligges og hvem der skal gøre det (samme mening som Kim)

Henrik vil have afklaret om det er for at åbne en sø eller for at finde et nyt sted for en ny klub med nyt medlemsgrundlag. William svare at det primært er for at åbne Arresøen. Ekstragevinsten er at vi måske kan få stabiliseret vores eget medlemstal her og samtidig give ny mulighed for.....

Kim vil gerne stille **ændringsforslag** om at vi skal give bestyrelsen tilladelse til at arbejde for at vi

opretter en ny klub

Ann Lin: som voksenroer vil det være et sjovt tiltag at vi kunne få lov til at ro på Arresø, og hun foreslår at vi kunne vi supplere forslaget så det præciseres at det på sigt skal blive en selvstændig klub  
William mener, at det sikkert vil blive som Ann Lin siger, men det vil lette arbejdet lige nu at vi stiller med vores ekspertise omkring det administrative samt den organisation vi har

Kim mener til gengæld at en ny klub har den fordel at det vil være lettere at søge fonde/penge hvis det er en ny og dermed en penge-tom klub.

Uwe spørger om det overhovedet er muligt at få tilskud til oprettelse af en ny afdeling i modsætning til oprettelse af en ny klub. (Jeppe og William mener ikke det er problem)

William har **ændringsforslag til sit eget forslag**, så det præciseres at det engang skal blive til en ny klub  
Kim vil gerne fastholde at det oprettes som en selvstændig klub, bl.a. fordi det relativt lille antal aktive i den oprindelige klub, når man ser på fremmødet i dag (21 pers), så vil en ny aktiv afdeling kunne få uforholdsmæssig stor magt

Vi går til afstemning om de to ændringsforslag:

1:

Bestyrelsen bemyndiges til at undersøge mulighederne for opstart af **ny klub** ved Arresø. Såfremt bestyrelsen finder, at der er mulighed for og fornuft i at oprette en sådan afdeling, bemyndiges bestyrelsen til uden yderligere generalforsamlingsbeslutning, at opstarte en sådan, samt at anvende indtil kr.15.000,- på projektet og evt. at henlægge et mindre antal af klubbens både til brug på Arresø. Afdelingen kan evt. oprettes i samarbejde med andre foreninger.

2:

Bestyrelsen bemyndiges til at undersøge mulighederne for opstart af **en afdeling af Kajakklubben Esrum Sø** ved Arresø. Såfremt bestyrelsen finder, at der er mulighed for og fornuft i at oprette en sådan afdeling, bemyndiges bestyrelsen til uden yderligere generalforsamlingsbeslutning, at opstarte en sådan, samt at anvende indtil kr.15.000,- på projektet og evt. At henlægge et mindre antal af klubbens både til brug på Arresø. Afdelingen kan evt oprettes i samarbejde med andre foreninger **eller som selvstændig klub**

Første forslag: 10 stemmer

Andet forslag : 8 stemmer

Det præciseres at det er en bemyndigelse som bestyrelsen ikke er tvunget til at arbejde efter.

#### **Bestyrelsens tillæg til referatet:**

*Der er efterfølgende optalt 21 deltagere i Generalforsamlingen.*

*Ifølge vedtægterne "skal forslag vedtages med simpelt flertal".*

*Af de angivne stemmer, er der 3 deltagere som ikke har stemt, og det vides ikke om de ville have stemt imod et eller begge forslag. Hypotetisk kunne der have været 11 stemmer mod første forslag, men kun 5 mod andet. Bestyrelsen mener efterfølgende ikke at vide om der blev truffet en afgørelse.*

#### **5. Valg til klubbens tillidsposter**

Kaspers kommentar til forslag: Jeppe er opstillet men trækker sig meget gerne hvis der findes andre der gerne vil opstille. Det skal noteres at stillingen kun er for ét år. Der spørges til børnehødet, men der skal ikke trækkes for store veksler på allerede aktive personer.

Fællesudvalg består af kajak og sejlkubberne. De er ansvarlig for rengøring, anlæg, brooptagning osv. I vedtægterne står at det tilstræbes at formændene for de to klubber er repræsenteret.

Bestyrelsen holder møde ca én gang per måned.

*På valg i år:*

*Næstformand:*

*Ann Lin Enggaard genopstiller ikke, bestyrelsen foreslår William S. Jacobsen*  
William S. Jacobsen vælges til Næstformand med overvældende flertal

*Bestyrelsesmedlemmer:*

*William S. Jacobsen opstiller som næstformand, bestyrelsen foreslår Carsten Skovsbøg*

Carsten Skovsbøg (tidligere suppleant) Valgt som ordinært bestyrelsesmedlem

*Flemming Secher genopstiller ikke, bestyrelsen foreslår Henrik Børresen*

Henrik Børresen (nyt medlem i bestyrelsen) Valgt som ordinært bestyrelsesmedlem

*Anders Barth (genopstiller) Genvalgt som ordinært bestyrelsesmedlem*

*Søren Christiansen afgår uden for tur, bestyrelsen foreslår Jeppe Puck*

Jeppe Puck Valgt som ordinært bestyrelsesmedlem (1 år)

*Bestyrelsessuppleant:*

*Carsten Skovsbøg genopstiller ikke som suppleant, bestyrelsen foreslår Pia Ringholm*

Pia Ringholm (ny) Valgt som suppleant

*Revisor:*

*Kirsten Gamst-Nielsen genopstiller som revisor. Genvalgt med overvældende flertal*

*Revisorsuppleant*

*Jørn Mathisen genopstiller. Genvalgt med overvældende flertal*

*Fællesudvalget:*

*William S. Jacobsen genopstiller. Genvalgt*

*Jeppe Puck genopstiller. Genvalgt*

*Kasper Østerbye genopstiller. Genvalgt*

## **6. Eventuelt**

Kim: Bestyrelsen bør melde ud hvad fremtidsplanerne/visioner/strategi er for den valgte bestyrelse, så medlemmerne kan se hvad der er fokusområder. Henrik: God idé

Kim: Klubhuset kunne trænge til en kærlig hånd. Det bør overvejes om man kan indskrive medlemmer til at arbejde på forbedringer på klubhuset. Tages til efterretning

**Generalforsamlingen afsluttes** med Tak for god ro og orden fra Kirsten og Kasper takker Kirsten for styring af slagets gang.

Ann Lin takkes for sit arbejde som næstformand i bestyrelsen (med en pose af blandede drikkevarer)

Flemming takkes også for sit arbejde i bestyrelsen (med en pose blandet)

Den siddende bestyrelsen modtager ligeledes lidt drikkeligt (en flaske vin)





## Havkajakturen til Möckeln en begynders oplevelse af havkajakturen

Fredag den 17. september samledes en lille flok ved klubhuset for at pakke kajaker og bagage til en weekend i Sverige. 5 rutinerede (Bjarne, Ole, Kasper, Malene og Ninna) og undertegnede som den eneste begynder. Vi ankom til campingpladsen efter mørkets frembrud – og straks kunne man se hvem der var rutinerede: pludselig var alle iført pandelamper, så de kunne se at sætte telt op. Jeg rejste mit telt med en lille lommelygte mellem tænderne – godt der hverken var mange stænger eller pløkke.

Næste morgen pakkede vi sammen og flyttede al oppakningen ned i kajakkerne. Jeg havde på forhånd været lidt spændt på om der var plads nok. På den ene side havde jeg fået at vide, at der var oceaner af bagageplads, på den anden side kunne jeg se de bjerge af ting, jeg gerne ville have med. Men det gik, der var ikke oceaner af plads, men jeg fik mine ting med.

Dagen gik med kajakroning. Vejret var dejligt – sådan husker jeg det ihvertfald. Når man kigger på billederne fra turen ser det noget overskyet ud, men det har jeg fortrængt. Vandet var også næsten fladt – vi havde godt nok et kvarters tid med sidebølger (kæmpestore, ca 15 cm) hvor jeg pligtskyldigt brokkede mig over bølgerne, men det var vist mest af vane for jeg sad jo egentlig trygt og godt i min havkajak.

Det var et dejligt område at ro i. Der var åben sø, rolige bugter, åer, øer, 'lyngroning' hvor vandet var så lavt, at man kunne trække sig frem ved

lyngplanterne og områder med sten, hvor man skulle have øjnene med sig for ikke at gå på grund – lidt for enhver smag. Der var også mange lave broer, hvor man lige kunne komme under.

En af mine bekymringer inden vi tog afsted var, om jeg ville blive sejlet agterud – de andre var jo så garvede, så de roede nok hurtigt. Men det viste sig ikke at være noget problem, de andre roede med samme fart som mig og så tilmed ud til at nyde hygge tempoet. Heller ikke de 30 km, der blev roet den første dag virkede uoverskuelige (måske fordi jeg troede, at jeg kun havde roet et par og tyve) – men jeg sov godt om natten.

Om aftenen slog vi lejr på en lille ø, og her viste det sig igen hvem der var de rutinerede – de vidste nemlig godt, at der var plads i en kajak til at medbringe rødvin, cognak, slik og andre livsnødvendigheder. Og der blev delt venligt ud til begynderen (mig), der havde taget mad og drikke med som om jeg havde skullet bære det hele i en rygsæk.

Dagen efter pakkede vi igen kajakerne (og nu var der allerede meget mere plads til bagagen, øvelse gør mester) og roede tilbage til campingpladsen og bilerne.

Det var i det hele taget en dejlig tur. Jeg kan kun anbefale andre begyndere med hang til havkajak og lejrliv at tage med på lignende ture. Turarrangørerne skal nok fortælle hvis turen kun er beregnet for virkelig øvede, så hvis man har fået at vide, at turen også er for begyndere, så er den det også.

Marianne Kristensen



*Selv de garvede kan miste kontrollen. Under en pause fik Kaspers kajak pludselig lyst til en tur på egen hånd og måtte indfanges med pind.*



*Duk!*

## Mine oplevelser som ”Ny” i kajakklubben 2004



Mine timer i kajakklubben startede i foråret, helt præcis torsdag den 6. maj kl. 19.00, da jeg havde meldt mig til et kajakkursus, hvor jeg skulle lære at ro kajak. Egentlig havde jeg ikke regnet med, at vi allerede efter kun 1 time i kajakklubben skulle i bølgen blå i hver vores kajak, men sådan blev det. Så det var her jeg for første gang gjorde min entre i en kajak på åben vand, det var Hejren nr. 39 jeg fik fornøjelsen af. Eller måske nærmere den som fik fornøjelsen af mig....der var nemlig en del bølger den dag (som jeg husker det!). Hvad jeg også husker er, at mit hjerte bankede noget hurtigere end normalt. Faktisk var jeg lidt nervøs, men jeg havde jo selv meldt mig til dette kursus, hmm ”var det nu det rigtige jeg havde gjort”. Først det ene ben og så det andet ned i Hejren og jeg fik plantet mig på sædet. Umiddelbart havde jeg ikke den store lyst til at slippe broens kant. Indså dog hurtigt, at jeg ikke kunne blive hængende der på kanten...Mine holdkammerater var nemlig hurtigt igang på vandet og snart var jeg det også. Pyhaa... grænseoverskridende. Min

første tur gik nu ganske godt, bedre end jeg havde forventet, men aldrig har 1 km været så langt (\*S\*). Det lykkedes mig nu at holde snuden oven vande på næsten hele turen, indtil jeg var ca. 5 meter fra broens kant, så var det blevet min tur.... Om det var mig, pagajen eller en bølge, det husker jeg ikke helt :o), men jeg kan fortælle at vandet i Esrum Sø er koldt i starten i maj, meget koldt. Gudskelov var jeg tæt på broen og hurtigt på sikker grund igen. I løbet af de først gange på søen fik jeg afprøvet flere forskellige kajaker, fandt min favorit pagaj og lært teknikkerne, ....og var ikke længere i tvivl om, at det var det helt rigtige kursus, jeg havde meldt mig til!!!

Instruktørerne på holdet var meget professionelle, og der blev gjort meget ud af at få sat vores teknikker på plads. Men det kom nu ikke helt af sig selv. Der skulle arbejdes på sagen med ”tungen lige i munden”, der skulle ”bades” i søen mere eller mindre frivilligt, og kajaker som skulle tømmes igen og igen. Kajak aftnerne blev afsluttet med hygge, te, kaffe og hjemmebag af den ene og den anden slags til vores sultne maver. For sulten, det bliver man :o) Der var altid en god stemning på holdet, en ”fællesskabsfølelse” der mindede mig mest om ”at de her kajaker, dem skulle vi nok få bugt med!!!”

Når jeg ser tilbage på min første sæson i klubben har det været en rigtig god oplevelse, og jeg ser frem til at deltage i nogle af de sociale arrangementer her i vinterens løb. Jeg har altid følt mig velkommen og selvom klubben består af mange ”faste” medlemmer, føler jeg afgjort, at der er plads til os nye. Men det kræver nu, at man selv kommer ”ud af busken” og deltager i nogle af de

arrangementer som der er i klubben. Derudover er det vigtigt at få nogle ”ro-kontakter” fra sit eget kajakhold eller måske fra de andre begynderhold. Der har været rig mulighed for at ro med andre, såvel øvede som begyndere, ligesom der har været masser af tilbud om ture til steder i både Danmark og Sverige, eller vores egen smukke Esrum Sø. Jeg har mødt nogle rare mennesker, og det sætter jeg stor pris på. Mennesker som jeg har noget ”til fælles med” og som kan være med til at give mig nogle uforglemmelige oplevelser på vandet. *For ikke at glemme ”de gode grin”. For hvem andre, end os selv, kan grine så meget af de ”stunt” vi praktiserer på vandet (i hvert fald som nybegynder)?!*

Lise Søndergaard



**NSJ Canoe Club**  
*A difference*  
 Ekspert i Norision (Concorde) XAL og Anapto  
**NSJ Canoe Club ApS, Mellem S. Jacobsen**  
 Sjangerupgade 79, 3400 Hillerød  
 48 22 49 22, [nsj@nsj.dk](mailto:nsj@nsj.dk)  
[www.nsj.dk](http://www.nsj.dk)

## Aktivitetsplan for vinteren

<i>Hver uge</i>		
<b>Mandage</b>	<b>kl. 19.00</b>	Gymnastik på Kulsvierskolen
<b>Fredage</b>	<b>kl. 20.00</b>	Polotræning i svømmehallen
<b>Fredage</b>	<b>kl. 20.00</b>	Børneroning i svømmehallen. 05. NOV, 19 NOV, 03. DEC, 07. JAN, 21. JAN, 11. FEB, 25. FEB, 11. MAR, 01. APR, 15. APR, De øvrige fredage (fra 1. okt. til 7. apr.) kan børnebassinet anvendes af andre medlemmer til at svømme i eller der kan holdes rullestue eller lign.
<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>November</b>	
Tir. 16	Bestyrelsesmøde kl. 19.00
Ons. 17.	Bowling med efterfølgende spisning kl. 18.45
Søn. 28.	Havkajak Vintertur kl. 10.00

<b>December</b>	
Lør. 4.	Julefrokost kl. 14.00
Søn. 5.	O-løb kl. 10.00

<b>Januar</b>	
Søn. 2.	Havkajak Vintertur kl. 10.00
Søn. 9.	O-løb kl. 10.00
Søn. 16.	Sikkerhedsøvelser i Hillerød Svømmehal kl. 19.00
Fre. 28.	Go-cart og en tur i byen kl. 17.30
Søn. 30.	Havkajak Vintertur kl. 10.00

## O-løbs kalender

	Dato	Skov	Mødested	Tilmelding Jytte i hænde:
<a href="#">1. løb</a>	3. oktober 2004	Grib Skov Nødebo	Nødebo Idrætsforening	20. September 2004
<a href="#">2. løb</a>	7. november 2004	Egebæksvang Skov	Snekkersten Skole	25. Oktober 2004
<a href="#">3. løb</a>	5. december 2004	Teglstrup Hegn	HSOK/Helsingør Hallen	22. November 2004
<a href="#">4. løb</a>	9. januar 2005	Jonstrup Vang	Egeskolen Jonstrupvangvej 150 D	22. December 2005
<a href="#">5. løb</a>	6. februar 2005	Kongelunden	Kongelundshallen, Kalvebodvej.	24. Januar 2005
<a href="#">6. løb</a>	6. marts 2005	Danstrup-Krogenberg	Kvistgård Idrætsforening	21. Februar 2005

## Stafetten

Navn	<i>Claus Munk</i>
Alder	<i>46 år</i>
År i klubben	<i>1</i>
Navn	<i>Marianne Kristensen</i>
Alder	<i>42 år</i>
År i klubben	<i>1</i>

Skulle det ikke have været Mette Høg, der havde Stafetten denne gang ?

Jo - men da Mette allerede har haft Stafetten (for ca 1 år siden) blev vi enige om, at give den videre til os, de nye redaktører.

I sensommeren 2003 fik vi en pludselig indskydelse – vi ville ro kajak. Claus havde roet turkajak i sine unge dage og vidste nogenlunde, hvad han gik ind til. Marianne var solgt efter et 4 timers havkajak intro kursus på Charlottenlund strand. Dagen efter kurset købte vi en havkajak hver.

Vi meldte os ind i KKES i efteråret 2003, havde ikke lige tænkt over man jo ikke ror så meget om efteråret og ihvertfald afholder man ikke begynder instruktion på det tidspunkt – så Marianne, der havde behov for instruktionen, måtte væbne sig med tålmodighed.

Da det blev maj startede hun så på torsdagsholdet.

Efter et utal af vandgange (til sidst troede hun, at det at bade med sin kajak simpelthen bare var en del af fornøjelsen) blev hun frigivet – og på magisk vis begyndte hun nu pludselig at blive siddende i sin kajak, hele vejen.

Marianne har gennem sommeren deltaget

i en stor del af handicap-løbene. De fleste gange med et skidt resultat, der gjorde at hun kom hjem og lignede en tordensky – men stædig (eller dum) som hun er, bliver hun ved med at tro, at det ikke kan undgå at blive bedre.

Claus er mest til småture og endagsture (primært fordi han ellers er nødt til at ligge i telt) mens Marianne også gerne tager en weekendtur med (bl.a. fordi hun så kan ligge i telt). Hun har indtil nu været med på Thurø turen og havkajak turen i Sverige i september.

Sammen har vi roet en masse dejlige ture i vores havkajakker – både på Esrum sø og andre steder. Vi er nok nogle af dem som formanden/bestyrelsen har et lidt blandet forhold til (se sidste nummer af Kanojak). Hvad vil vi med havkajakker på Esrum sø ?

Tja, det er dejligt at have havkajakken trykthed, man kan ro en tur også på de dage hvor vejret ikke virker tillokkende på en nybegynder. Man sidder bedre. Man kan bedre nyde naturen, når man ikke skal kæmpe for balancen hele tiden. Der er lagt op til hyggetur – der er ingen grund til at forsøge at ro ræs, den flytter sig simpelthen ikke særlig hurtigt. Og vi har ikke plads/råd til både at have en turkajak og en havkajak.

Da der gennem længere tid var søgt efter nye redaktører til Kanojak, blev vi enige om at prøve kræfter med opgaven. Vi syntes ikke det var rimeligt, at alle opgaver røg tilbage til bestyrelsen, og da vi begge har set en computer før mente vi ikke at den del skulle blive et problem. Opgaven giver os også lejlighed til at lære flere mennesker i klubben at kende – vi skal jo have skrabet nogen indlæg sammen. Så tak til dem der enten har



bidraget direkte til dette nummer eller har peget os hen til dem der kunne bidrage. Vi håber at det også i fremtiden er lige så let få nogen til at skrive om, hvad der rører sig i klubben.

Vi giver stafetten videre til *Pia Ringholm*, der tålmodigt (sammen med William) brugte en søndag eftermiddag på at overbevise os om, at 10 cm høje bølger ikke er høje som huse, og at man sagtens kan få en dejlig tur, selvom vandet ikke er helt fladt.



**MUSKEL-  
SPÆNDINGER?**

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

- IDRÆTSMASSAGE •
- AFSPÆNDINGSMASSAGE •
- KLASSISK MASSAGE •

## Søen Rundt – Årets Snurretop

I år har den løbende konkurrence ”Søen Rundt” været et hårdt opløb mellem få standhaftige medlemmer af klubben. Reglerne er korte, som konkurrencen er lang: hver gang du roer søen rundt indenfor tidsrummet mellem standerhejsning og standerstrykning – skriver du på dit rokort at søen er rundet samt hvilken ”omgang” du er oppe på. Vi gør det alle ved frigivelsen (hvis man er ny i klubben), og måske et par gange iløbet af en særlig god sommer, men der er altså gode folk i klubben som trodser vind og vejr og gennemføre turen endog mange gange.

I år er det lange seje træk over mange mandage (læs Poul) kommet i hård konkurrence med ”en to-er der med tiden er blevet til en éner” (læs Katja nu uden Jacob), kun for at blive overrasket af den sent-startende-spurter (Jimmy Jensen) der i år snuppede førstepladsen med 27 gange rundt.



Kajakklubben Esrum Sø  
Krostien 11, Nødebo  
3480 Fredensborg

Returneres ved varig adresseændring



---

Næste blad udkommer i  
februar 2005.  
Deadline for indlæg er 1.  
februar 2005.



## 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