

Nr. 2 — april 2005

Klubblad for
Kajakklubben Esrum Sø



KANOJAK



*Klubhuset set lidt fra oven
(Foto: Claus)*

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

TILLIDSPOSTER I KAJAKKLUBBEN ESRUM SØ

Bestyrelsen:

Formand, Breddeleder og ture, vinterymnastik, gymnastiksale, instruktør og fællesudvalg:

Kasper Østerbye, Rytterskolevej 11, 3230 Græsted, 48 48 50 10, mail: formand@kkes.dk (kasper@it-c.dk)

Chefinstruktør, bestyrelsesmedlem, månedsmails, køkkenindkøb, klubtøj, regalia, rokort, nøgler, referent:

Malene Kamstrup, Rytterskolevej 11, 3230 Græsted, 48 48 50 10, mk@fa.dk

Bestyrelsesmedlem, motorbåd og trailere, motionsrum, bådudvalg:

Anders Baarts, Kirkevej 9, Nødebo, 3480 Fredensborg, 48 48 49 48 / 21 42 03 64, anders.baarts@mail.dk

Bestyrelsesmedlem, pressekontakt, løbsresultater, ungdomstræning, bådudvalg:

Carsten Skovsbø, Nøddebovej 8, 3060 Espergærde, 49 13 58 38, cs@hilhan.dk

Bestyrelsesmedlem, bådudvalg, ansvarlig for rengøring:

Henrik Børresen, Ved Skoven 1, Nødebo, 3480 Fredensborg, 48 48 38 05, hb@symbol.com

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

Jeppe Puck, Thyrasvej 13, Kregme, 3300 Frederiksværk, 48 48 15 17/21 28 06 42, jeppe.puck@wsj.dk

Bestyrelsesmedlem, løbstilmeldinger, rostatistik, TdG, stævneleder, referent:

Pia Ringholm, Enghavevej 3, st. th., 3400 Hillerød, 48 76 33 11/25 22 91 54, piaringholm@mail.dk

Øvrige poster

Kasserer, medlemsadministration, fællesudvalg:

William S. Jacobsen, Slangerrupgade 79, 3400 Hillerød, 48 25 24 52 / 48 22 49 22 / 40 54 42 25, mail: kasserer@kkes.dk (wsj@wsj.dk)

Børneleder:

Jimmy Jensen, Solsortvej 6, 3400 Hillerød, 48 26 03 80 / 20 25 53 80, jimmy06@webspeed.dk

Børneinstruktør

Jan Hedberg, Hestehavevej 15, 3400 Hillerød, 48 22 18 89, damgaarden@dlgnet.dk

Børneinstruktør

Uwe Lundberg, Skovgærdet 10, Nødebo, 3480 Fredensborg, 48 48 54 42, c.thorholm@mail.dk

Kontaktperson ungdom, pololeder:

Jørn Mathisen, Månevej 24, Stenstrup, 3100 Hornbæk, 49 70 12 98, mathisen@post5.tele.dk

Ungdomstræner Kano:

Martin Jensen, Nøddehegn 2B, Nødebo, 3480 Fredensborg, mms.mathiesen@mail.tele.dk

O-løbs holdleder:

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

Handicap-afvikling, Havkajakleder:

Bjarne Winsløw, Nødebovej 67, Nødebo, 3480 Fredensborg, 48 48 42 01, bjarnе_vinsloev@hotmail.com

Handicap tidtager:

Jytte Nymark, Paradisvænget 18, 3400 Hillerød, 48 24 50 23

Webmaster:

Marianne Kristensen & Claus Munk, Bolværket 153, 3400 Hillerød, 20 87 14 35, webmaster@kkes.dk

Redaktion:

Marianne Kristensen & Claus Munk, Bolværket 153, 3400 Hillerød, 20 87 14 35, 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
Standerhejsning	5
Pokaler uddelt ved Standerhejsning	6
Nyt æresmedlem	7
Rullestue	9
Stafetten—Jytte og Poul	10
Aktivitetsplan	11

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

TRYK: Hvidovre Kopi, Stamholmen 145, 2650 Hvidovre, Tlf. 3649 8584
Email produktion@hvidovre-kopi.dk www.hvidovre-kopi.dk
Oplag: 325 eksemplarer

Kaspers hjørne

Efter nogle år med faldende roning trods stigende medlemstal, så tror jeg 2005 bliver året for bedrifter.

Trænger du ikke til at udføre en kajakbedrift i 2005? Det gør jeg. Det gør Jimmy, det gør Katja og Jacob, det gør Pia. Sidste år roede Jimmy Sjælland rundt, i år er hans bedriftsplan at ro fra Oslo til København. For at gøre det skal man være i god form, og være i stand til at vurdere vejr og vind på sikker vis.

Katja og Jacob har planer om at ro Weser løbet i år. Det er en solid start på løbssæsonen, 135 km på en dag. Jeg traf dem i flot stil nede i ergometrene mens der var is på søen.

Pia har planer om at være chauffør til Weser løbet, Pia og jeg har planer om at der skal være et Springstarter løb også i år.

Børneinstruktørerne har allerede lavet en bedrift, nemlig at nå op på at være 8 instruktører og hjælpere til at bære børneroning igennem i år.

Jeg har planer om at jeg i år skal nå over 1000 km igen, efter i 2004 at have roet 900 og noget. Det er jo ikke op til min personlige standard.

Så kom ud af busken, sæt dig et mål om en kajakbedrift. Skal du som begynder med på Tour de Gudenå classic (57 km), skal du i år ud at ro mindst en gang i måneden, skal du i år vinde handicap, skal det være dig der får malet flest vinduer til en arbejdsdag.

Eller vil du hellere bidrage til årets store fællesbedrift – nemlig at bygge et nyt bådhus, hvor der også bliver plads til din kajak.

Klubben har brug for alle former for kajakbedrifter. Både til vands og på land (men næppe i luften?). Netop nu er det helt rigtige tidspunkt for store planer om fantastiske bedrifter, ingen planer for denne sæson er endnu faldet til jorden☺.





**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 •

Standerhejsning

Den 2/4 kom sommerbroen i vandet og KKEs' stander vajer igen ved klubhuset – med andre ord det er sommer !

Jepp med flere havde på ny rekordtid fået broerne i vandet om formiddagen.

Vejret viste sig fra sin bedste side med højt solskin og forholdsvis roligt vand. Perfekt til årets første tur på søen – eller bare en tur på søen, hvis man er vinterroer. Efter roning blev der hygget udendørs i solskinet mens vi ventede på formandens tale.

Efter at Kasper havde holdt tale og standeren var hejst blev der uddelt pokaler for flest roede kilometer (se side 6) og William blev udnævnt til æresmedlem.

Katja og Pia havde fremtryllet en forrygende middag, og aftenen gik derefter med hyggesnak, dans og kajak-røver-historier.

Marianne



*Jimmy med alle sine pokaler
(se næste side)*



Katja modtager sin pokal

Pokaler uddelt ved Standerhejsning

- **Flest km herrer.** Uddeles til det mandlige medlem over 18 år, der i løbet af kalenderåret har roet flest km, (min. 1000 km). I 2004 går pokalen til **Jimmy Jensen** for 1849 km.
- **Flest km damer.** Uddeles til det kvindlige medlem over 18 år, der i løbet af kalenderåret har roet flest km, (min. 1000 km). I 2004 går pokalen til **Katja Lundh** for 1404 km.
- **Flest km ungdom drenge.** Uddeles til det mandlige medlem mellem 13 og 18 år, der i løbet af kalenderåret har roet flest km, (min. 250 km). I 2004 går pokalen til **Marc Skovsbøg** for 736 km.
- **Flest km ungdom piger.** Uddeles til det kvindlige medlem mellem 13 og 18 år, der i løbet af kalenderåret har roet flest km. (Min. 250 km) – Uddeles ikke i år.
- **Flest km børn drenge.** Uddeles til det mandlige medlem under 13 år, der i løbet af kalenderåret har roet flest km, (min. 100 km). I 2004 går pokalen til **Julius Lyk-Jensen** for 377 km.
- **Flest km børn piger.** Uddeles til det kvindlige medlem under 13 år, der i løbet af kalenderåret har roet flest km, (min. 100 km). I 2004 går pokalen til **Anna-Liv Lundberg** for 204 km.
- **Flest løbs-km.** Uddeles til det medlem der i løbet af kalenderåret har roet flest km til løb, (min. 250 km). I 2004 går pokalen til **Kim Meldgaard** for 233 km
- **Tur km pokalen.** Uddeles til det medlem der i løbet af kalenderåret har roet flest km, hvoraf mindst 90 % er roet i en turbåd (herunder havkajak m.v.) (Min. 1000 km). I 2004 går pokalen til **Jimmy Jensen** for 1849 km.

Desuden uddeles en lille præmie til de medlemmer der i løbet af kalenderåret har roet (km):

Mere end 1500 km: Jimmy J (1849) Heino W (1586) Heine W (1558) Bjarne W (1504)

Mere end 1000 km: Katja L (1404) Malene H (1223) Poul N (1079) Jacob G (1072)

Mere end 500 km: Uwe L (918) Kasper Ø (905) Finn B (760) Bent B (753) Jens Lyk (738) Marc S (736) Pia R (734) Malene K (722) Mette Høg (711) Ella G (700) Ole T (642)

Michael H (635) Claus H (608) Gitte D (568) William S.J. (564) Lars B (558) Niels K.O. (541) Carsten S (521) Jacques L (500)



William Skjerna Jacobsen

Æresmedlem

Udnævnt til æresmedlem ved standerhejsning 2005

William har været medlem af Kajakklubben Esrum Sø i 19 år, og har fungeret på de fleste tillidsposter i klubben og lagt et usædvanligt stort engagement i klubben, og gjort en enestående indsats for kajak sporten generelt. William har fungeret som formand, kasserer, stævneleder, instruktør, tur leder og generelt passet godt på os alle sammen.

Udover at have givet klubben store mængder af sin tid, har William også fungeret som sponsor for klubben, blandt andet ved sauna tilbygningen, som ikke ville kunne være blevet gennemført uden hans bidrag.

Bestyrelsen ønsker på klubbens vegne at takke William for hans helt unikke indsats for klubben ved at udnævne ham til æresmedlem af klubben.



Bjarne har fuldt styr på damerne til sin rullestue.

Rullestue

Den 4/3, 18/3 og 9/4 holdt Bjarne rullestue i svømmehallen. Jeg var taget med den 18/3 for at tage nogle billeder – og havde ingen planer om selv at hænge med hovedet nedad i en kajak. Der var til gengæld en del andre, der mente at det var en god måde at bruge sin fredag aften på.

Bjarne startede med på land at instruere dem, der ikke havde prøvet det før. I teorien virkede det meget simpelt.

Derefter fik begynderne en efter en mulighed for at omsætte teorien til praksis i en polokajak – det var måske ikke helt så nemt, som det så ud på land.

Samtidig trænede nogle noget mere rutinerede fyre i havkajakker i det andet bassin, derovre så det faktisk ret let ud, og så kunne vi jo se, hvad vi trænede hen imod ;o).

Efter at have knipset rundt i noget tid begyndte jeg at overveje om jeg også skulle prøve – det så faktisk ret sjovt ud, og folk var tilsyneladende i live, når de ved egen eller andres hjælp kom op til overfladen igen.

Jeg kastede mig ud i det – og Bjarne forklarede mig igen og igen at det ikke nyttede, at flytte pagajen til den modsatte side af hvad han lige havde forklaret, det gjorde bare, at han skulle arbejde ekstra hårdt for at få fat i pagajbladet, når han skulle hjælpe mig rundt.

I løbet af aftenen var der nogle stykker, der fik styr på det og gang på gang kunne lave hele grønlændervendinger.

Tak til Bjarne, Malene, Jimmy og hvem der ellers var med til at instruere og hjælpe – det var en herlig oplevelse.

Ved redaktionens slutning har vi stadig den sidste (?) gang til gode. Den ser jeg frem til – for da vil kombinationen af Bjarnes tålmodighed og min stædighed bringe mig hele vejen rundt – helt selv !

Marianne




Sådan skal det gøres!

Stafetten

Så er det vores tur til at få overdraget Stafetten. Jytte og Poul hedder vi. Vi har været i klubben i mange år, Poul startede i 1983 og jeg i 1984. Vi havde et lille skur på Fredensborg-siden med stearinlys og uden bad til at starte med, så blev der bygget på Nødebo-siden. Det var skønt at få bedre forhold, og et sted at holde alle vores dejlige fester, og det blev der gjort. Poul har været med på Gudenåen siden '84 og jeg var med en enkelt gang som roer i '85, ellers har jeg været med som hjælper massere af gange. Vi har været med på mange af turene til Sverige, det kan vi kun anbefale. Vi er meget glade for at komme i klubben, Poul som roer, og jeg som tidtager til Handicappen og en smule roning. Vores bedste rotur var på kanalerne i Spreewald sammen med Inge M., Poul R., Erika og Åge, hvor vi også camperede. Vi roede rundt på kanalerne og skulle selv betjene sluserne. Vores værste rotur, var da vi en skønne dag skulle ro 2'er sammen med Erika, Åge, Emil og Jacob i Kobækvig. Der var ikke en bølge på vandet, men pludselig kæntrede vi. Vi var begge sikre på at den anden havde gjort noget fjollet, men det viste sig at der var et reb under vandet, der havde viklet sig om roret på kajakken. Aldrig har jeg været så tæt på at drukne. Troede jeg.

Vi glæder os til sæsonen starter igen. På gensyn. Poul og Jytte

Vi giver Stafetten videre til familien Hilborg.



A difference

Ekspert i MBS (Concorde) XAL og Axapta

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

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

Aktivitetsplan

Hver uge		
Fredage	kl. 20.00	Polotræning i svømmehallen
Fredage	kl. 20.00	Børneroning i svømmehallen. 25. FEB, 11. MAR, 01. APR, 15. APR, De øvrige fredage (fra 1. okt. til 8. apr.) kan børnebassinet anvendes af andre medlemmer til at svømme i eller der kan holdes rullestue eller lign.
Søndage	kl. 10.00	Fællesroning/træning
Se i øvrigt opslag i klubben og på www.kkes.dk		

April	
Fre. 15.	Nyt børnehold starter i svømmehallen
Fre. 22.	Havkajktur på Isefjorden 10.00, se sidste nummer
Søn. 24.	SpringStarter

Maj	
Søn. 1.	Genopstart for sidste års begyndere 15.00
Søn. 1.	Begynderopstart og sikkerhedsøvelser i Hillerød Svømmehal kl. 19.00
Ons. 4.	Handicapstart, bådfordeling 18.30, samlet start 19.00
Søn. 8.	Genopstart for sidste års begyndere 19.00
Ons. 18.	Onsdagsgrill 20.00

Juni	
Ons. 8.	Onsdagsgrill 20.00
Ons. 29.	Onsdagsgrill 20.00

Kajakklubben Esrum Sø
Krostien 11, Nødebo
3480 Fredensborg

Returneres ved varig adresseændring



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



Ullerød

Super Brugs

Frederiksværksgade 119

3400 Hillerød - Tlf. 48 26 02 89

Åbningstider:

Mandag - fredag kl. 9.00 - 19.00
Lørdag kl. 8.00 - 16.00