

Nr. 5 — december 2005

Klubblad for
Kajakklubben Esrum Sø



KANOJAK



Fra Polotræning i svømmehallen

TILLIDSPOSTER I KAJAKKLUBBEN ESRUM SØ

Bestyrelsen:

Formand:

Ej besat

Næstformand, stævneleder:

Pia Gulstad, Enghavevej 3, st. th., 3400 Hillerød, 48 24 45 46/25 22 91 54, pia.gulstad@gmail.com

Bestyrelsesmedlem, økonomiudvalg, referent, rostatistik og rokort, projektleder på bådehusbyggeri, eliteudvalg:

Jacob Gulstad, Enghavevej 3, st. Th., 3400 Hillerød, 48 24 45 46/40 11 11 59, jgulstad@mail.tele.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, bådudvalg:

Carsten Skovsbøgg, Nøddevej 8, 3060 Espergærde, 49 13 58 38, cs@hilhan.dk

Bestyrelsesmedlem, regalia, bådudvalg, ansvarlig for rengøring, fællesudvalg:

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

Bestyrelsesmedlem, indsamling af løbsresultater:

Bastian Møijer Carlsen, Kildeportvej 18, Nødebo, 3480 Fredensborg, 48 48 45 60, rmx@hotmail.com

Suppleant, festudvalg, køkkenindkøb, bådudvalg:

Birgitte Buch, Kratvej 4, Slagslunde, 3660 Stenløse, 48 18 00 42/20 27 72 19

Øvrige poster

Kasserer:

Lykke Børresen, Ved Skoven 1, Nødebo, 3480 Fredensborg, 38 38 38 05,

mail: kasserer@kkes.dk

Børneleder:

Jimmy Jensen, Solsortvej 6, 3400 Hillerød, 48 26 03 80 / 20 25 53 80, jimmy06@webspeed.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, Nøddehegnet 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, bjarne_vinsloev@hotmail.com

Medlemsadministration:

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

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

Indholdsfortegnelse

Bestyrelsens hjørne	4
Den manglende formand	5
Referat af generalforsamlingen	6
Hornsherred rundt (kortanmeldelse)	13
Kajakkalenderen	14
Øhavskortet (kortanmeldelse)	16
Referat af generalforsamlingen (fortsat)	17
Nye både	19
Bådepladser	21
Program for børneholdet	22
Børneholdets klubmesterskab	22
Stafetten	25
Aktivitetsplan	27

Bestyrelsens Hjørne

Kære medlemmer af Esrum sø kajakklub.

Som I sikkert alle ved er klubben pt. i en situation hvor vi ingen formand har, da Kasper har trukket sig tilbage fra posten.

Derfor har vi besluttet i bestyrelsen at lave "Kaspers hjørne" om til "Bestyrelsens hjørne", så længe formandsposten er ubesat.

Denne gang er det så mig, der skriver. Mit navn er Bastian Carlsen og jeg har været medlem af kajakklubben i godt 7-8 år.

For lige kort at beskrive mig selv og mine interesser i klubben kan jeg sige, at jeg har roet kapkajak men er nu meget interesseret i kajakpolo og spiller selv så meget som jeg nu kan.

Om kajakpolo.

Kajakpolo er en anden måde at opleve kajak på.

Min opfattelse af kajaksporten er, at man ror meget i sin egen verden og ihverfaldt til konkurrencer ikke har så meget andet

at tænke på end sig selv. Selvfølgelig kan man arrangere hyggeture og komme ud og se naturen, det er dog ikke så meget det, jeg har brugt kapkajak til.

Kajakpolo er for mig en holdsport hvor man er sammen om at nå et fælles mål. For mig har det været fantastisk at opleve denne vinkel af kajak sporten.

Vi er en håndfuld unge i alderen 17-20 som har mange gode trænings stunder og stævner sammen med kajakpolo.

Vi spiller hver fredag i Hillerød svømmehal.

Vi ønsker os dog altid flere spillere på holdet/holdene, alle er velkomne fredag i Hillerød svømmehal mellem 19:30 og 22:00.

Vi er i opstarts fasen med et nyt senior hold som kraftigt kunne bruge flere spillere. Alderen til sådanne hold er 18+ så mød endelig op eller kontakt mig. For de helt unge er der selvfølgelig også mulighed for at komme til at spille i samme tidsrum.

Vi ses i svømmehallen på fredag.

Bastian



Den manglende Formand

Du har sikkert opdaget det, Kaspers hjørne er blevet erstattet af Bestyrelsens Hjørne, og i dette nummer er det Bastian, der har fået lov til at udfylde pladsen.

Men det er jo fordi vi i bestyrelsen ikke har kunnet finde en person der vil tage formandsposten. At være Formand for kajakkklubben er at være klubbens ansigt udad til OG indad. Hvordan skal vores relationer i Københavns kajakkreds være fremover? Hvilke strategier har vi i klubben, for børneholdene, for konkurrence deltagelse, for selv at afholde stævner, for handicap, for tur-ture, for polo, for havkajakker, for motionsrummet, nyt badeskur, nyt låsesystem, orienteringsløb og vinter gymnastik - Ja lige nu dækker vi faktisk ret bredt i KKES.

Har du en mening?

Hvordan ser din yndlingsklub ud?

Hvad er godt eller skidt ved KKES lige nu?

Vi i bestyrelsen vil gerne have din mening!, som input på web-sidens diskussionsforum eller ved dit fremmøde på bestyrelsesmøderne, men sidder du med en formand i maven, så kom dog ud af busken!

Vi mangler dig!

Referat af generalforsamlingen d. 9. oktober 2005

22 personer

Pia, Jacob, Henrik, Gitte, Malene, Kristian Kaltoft, Jørn, Jytte, Poul, Carsten, Christian, Gitte, Katja, Uwe, Anders, William, Henrik, Bastian, Michala, Marianne, Malene., Bjarne

1. Valg af dirigent

Claus Hilborg blev valgt til dirigent.

2. Formanden aflægger beretning

Bestyrelsens beretning for sæson 2005

Fremlagt på generalforsamlingen d. 9. oktober 2005

Drivkræfter

Vi mangler nogle af de tidligere store drivkræfter, William, Jeppe og Flemming Secker. Dette er så vores beretning om livet's gang i KES i løbet af det sidste år.

Det er mig, som formand der oplæser denne beretning, men meget er skrevet af andre, særlig tak til Jørn, Uwe og Malene.

Beretningen vil blive lagt på nettet, eller I kan få en kopi, spørg mig.

Drivkræfter, Kasper

I år har der ikke været meget vind til handicap, men det har der til gengæld på andre punkter. Som alle er bekendt med mistede William gnisten efter sidste generalforsamling. Det skal være lysten der driver værket, og det efterfølgende år har der været flere episoder hvor William og jeg har gået fejl af hinanden. Det skal dog ikke forhindre at vi i klubben hellere skal huske på de mange gode år med William. For at understrege dette blev William udnævnt til det 5. æresmedlem af Kajakklubben Esrum Sø. Hædre de som hædres bør, som det vist hedder.

I efteråret 2004 mistede vi Flemming Secher. Flemming var syg i nogle år, men kæmpede sig op efter det ene anfald efter det andet. Flemming har været aktiv med instruktion og andet klub arbejde. Æret være hans minde.

Jeppe plejede at bo i Nødebo, og brugte klubben som hans sommerhus som han plejede at sige. Jeppe er nu flyttet til Kregme, og har ikke til som før at være hoveddrivkraft på vedligehold af hus og omgivelser.

Handicap, Kasper

Vi har i igen i år afviklet vores handicap turnering. Tidstagningen har Jytte Nymark trofast stået for hjulpet af forskellige andre de få gange hun har været forhindret. Bjarne Windsløv har stået for at beregne tider og lave startlister. I forbindelse med at den østlige bølge gik ned med flaget og ikke efter reparation kom til at ligge præcis det samme sted opstod der nye spændende taktiske momenter – man kom til at ro mod folk man ikke plejede at ro mod. Alt er gået godt

Senior konkurrencer, Kasper

Malene Hjort og Gitte og Tommy har gjort det rigtig godt. På den ene side er dette et område der trænger til at genoplives, men på den anden side går det jo meget fint. Malene Hjort vandt dame udgaven af årets Sea Challenge Fyn, 5 timer og 28 minutter foran nr. 2. Gitte og Thomas fik en 3. plads i K2 på Tour de Gudenå. Men der er stadig plads til flere der dyrker kajakroningen seriøst.

Klubture, Kasper

Der har været tre ture med havkajak. Der er efterhånden opstået en lille gruppe af havkajakroere i klubben, de har i år været på en tur til Issefjorden og til Karlskrona i foråret, og til søen Åsnen i slutningen af september. Jeg har været med på dem alle, og det har været dejlige ture på hver sin måde. Der er ikke nogle der har arrangeret sommertur i år, og der har heller ikke været arrangeret dagsture. Husk, det står enhver fri for at sætte en seddel op om at der er en tur til Gilleleje, Orø, eller Roskilde. Man må gerne bruge traileren.

Anlægget:

Der har været to arbejdsdage.

Der mangler stadig plads til flere kajaker. Vi kan bygge, hvis nogen vil gøre arbejdet.

Der har været afholdt et par arbejdsdage. Vinduerne er blevet malet, grillen muret, og diverse mindre andre ting er også blevet udbedret.

Der er stadig mangel på plads til flere kajaker. Vi har fået byggetilladelse til et nyt bådhus der hvor trailerne i dag står parkeret. Men vi mangler en lille flok der vil stå for at være drivende i at bygge det.

Administrationen:

Sidste år hed det: ”De administrative funktioner omkring medlemsregistrering, opkrævning o.s.v. fungerer fortsat godt og bliver løbende udbygget som nye behov og problemer opstår.”. Dette område bærer klart præg af at William ikke længere står for det. Vi har skiftet administrationssystem til noget der hedder foreningspakken, som er internetbaseret, og som muliggør at der er flere der

kan deles om opgaverne. Systemet har desværre vist sig ret tungt at komme i gang med. Det er ikke lykkedes at få kontingent opkrævningerne ud til deadline, men vi regner med at de kommer til november.

Eksterne relationer:

Her er vi ikke længere så godt repræsenteret som tidligere. William er ikke længere kajakklubsrepræsentant, og Jeppe er ikke så aktiv længere. Jørn Mathisen sidder i DIF's amtsudvalg, og har været meget aktiv i forbindelse med Nationalparksplanerne.

Ungdomstræning - Jørn

Det forløbne år har været ret 'tungt' at komme igennem.

Kanoerne startede med fine resultater til Bagsværd Regatta både i C1, C2 og C4.

Ved DM kortbane havde vi fine resultater til Marc og Mads i kano, men vores største satsning,

C-4'eren kom ikke til start. Der var ganske enkelt ingen andre juniorhold der stillede op, og kun 2 senior hold, så heller ikke i seniorklassen fik vi chancen. Det får selvfølgelig moralen til at falde en del, og da vi efterfølgende blev ramt af småskader, gik det hele lidt i stå.

Det positive er dog klart at Esrum Sø for første gang har en roer, Marc Skovsbøg, på KCK, og så oven i købet i kano.

Kajak-fronten har været meget stille. Og da vi yderligere mistede vores træner, Flemming Secher, er der en del at få samlet op på.

Polo startede med 15 spillere, men 2 trænerstab, først Troels og senere Niels og Bastian, var mere end drengenes humør kunne klare. Trods en meget flot indsat fra Mads og Christian, sivede det hele i løbet af vinteren. Vi valgte derfor ret tidligt på udendørsæsonen at ligge stille sommeren over.

Læg så oveni at jeg selv, pga. meget arbejde omkring nationalpark-projektet, ikke har kunnet ydet det nødvendige, så er det egentlig utroligt vi stadig har ungdomsroere i klubben.

Af lyspunkter skal dog nævnes deltagelsen i nationalpark stafetten d. 30 juni. Et hold af kajakker, polokajakker og Marc i kano, roede stafetten fra torvet i Hillerød, henover Slotssøen, til Frederiksborg Slot. Her stod formanden for amtes teknik- og miljøudvalg Phillip Heimburger klar og hejsede stafetten, et lille træ, op med en kurv, og overbragte den til styregruppens formand Helsingørs bormester Per Tærsebøl.

En meget stor tak fra mig for at I ville være med den dag.

Mads Torsdahl meldte sig først på sommeren som hjælpetræner på børneholdet, for at støtte eventuelle roere der vil ro hurtigt. (check med Uwe)

Det har betydet at Mads sammen med Joen deltager på DKF's grundkursus i november i Odense.

Bastian deltager i poloinstruktørkurset i februar også i Odense.

Vi har også fået Troels hjem igen fra USA, og han er allerede startet som

polotræner.

Så hvis vi kan finde et par rutinerede kano- og kajakroere, der vil gå ind og støtte de unge mennesker, er jeg sikker på vi til næste år kan høre om en langt bedre sæson for vores ungdomshold.

Begynderinstruktion 2005, Malene Kamstrup

I begyndelsen af 2005 ringede jeg til de medlemmer, som har været på instruktørkursus, og som jeg forestillede mig havde lyst til at være med til instruktion af nye medlemmer i 2005. Det blev til, at Pia og Jacob tog ansvaret for et hold i maj og juni, Kasper og jeg tog et tilsvarende torsdagshold i maj og juni. Jeg måtte så stort set selv tage weekend-holdet i juli. Der ud over hjalp tre mennesker til fast. Programmet ændrede vi heller ikke på.

Tilmeldingen via klubbens hjemmeside og mail gik fint. Som sædvanlig betalte alle inden kurset begyndte.

Weekend-holdet går over to weekender. Fordelen ved holdet er, at deltagerne lærer hinanden godt at kende, og de bliver hurtigt frigivet. Ulempen er, at deltagerne ikke kommer ind i en fast rytme med at komme i klubben ugentligt. Holdet er specielt for folk, der er i god fysisk form. Men der kommer altid elever i dårlig form. Der er få, der vælger weekendholdet, men holdet bliver fyldt op af deltagere, der har meldt sig til for sent til at være med på de to første hold. Vi skal derfor overveje, om vi vil fortsætte med dette hold.

Der er mange, der gerne vil lære at ro kajak. Jeg vurderer, at det er ca. 60 om året, svarende til fire hold med 15 på hvert. Det tal gælder dog kun så længe vi ikke tager deltagere fra København.

Lige som sidste år begyndte de to første hold i svømmehallen den 1. maj. Der fik alle lov til at prøve at sidde i en kajak og ikke mindst prøve at falde i dejlig varmt vand. Mange begyndere er nemlig bange for at de vil sidde fast i båden, når den vælter. Det fungerede godt, og mange var meget mere trykke den første dag på søen.

I lighed med de seneste år består et instruktionskursus af 6 gange med instruktion samt en deltagelse i handicap og en afsluttende tur søen rundt. For at blive frigivet skal begynderen have gennemført følgende:

- Tømt borfyldt båd ved broen,
- Bjerget borfyldt båd,
- Tømt borfyldt båd på lavt vand,
- Makkerhjælp
- Svømmet 600 meter i søen
- Roet 50 km i alt.

Hver instruktionsgang består af opvarmining, valg og klargøring af båd, rotur, hvor der præsenteres at klappe, skodde, rostil, mm. Vi slutter indendørs, hvor vi snakker om klubben, påklædning, og ikke mindst spiser vi brød eller kage.

I 2005 har ca. 44 personer deltaget i begynderinstruktion. Det er ca. ti færre end de sidste år. Det skyldes, at vi i år ikke gennemførte et hold til august.

I år var der heller ikke noget kursus med videregående instruktion fordi kun ganske få spørger efter det.

Afslutning

Instruktionen er tilfredsstillende idet der er deltagere nok, de er tilfredse og klubben får mange nye medlemmer på denne måde. Det er dog ikke tilfredsstillende, at der er så få, der har lyst til at tage ansvar for at instruere. Instruktionen afhænger derfor af et for lille antal personer, hvilket gør det sårbart for klubben. Jeg håber, at nye folk vil overtage til næste år, da vi ellers må skære ned på aktiviteten også på dette område.

Børneholdet, Uwe & Kasper

Igen i år har vi haft svømmehallen hver 14. dag. Der har været 10 – 15 børn, og der er øvet kajakhåndtering og trænet. Det fungerer godt.

I år begyndte vi allerede i april. Vi holdt en træningsweekend inde i 361, hvor vi kunne ro på kanalen, og der er meget læ. Men bare det at der er et andet sted er interessant.

Vi havde et begynderhold på 10 børn. De starter tirsdag 1½ time før det almindelige hold. Efter en måned kom de med på det almindelige hold.

De gamle børneroere var på tur til Stævns i maj. Alle i klubben var inviteret, men der var ikke så mange andre der var taget med.

Vi er fortsat 4+4 instruktører. 4 der nærmest altid er der, og 4 der kommer lidt på skift. Det fungerer fint, men hvis der er andre der har tid, så er det stadig velkomment. Til tider er der nemlig over 30 både på vandet om tirsdagen.

Nogle af de større og mere erfarne børn er også begyndt at vise interesse for at tage del i ansvaret.

Også i år har vi været på Lagen i Sverige i september. Der var 12-14 børn af sted. Det er en fantastisk oplevelse.

Der er 6 Danske Bank Cup om året. Vi deltog i år i den inde ved Nybro-Furå i september. Vi var 6 børn af sted fra Esrum, der er over 100 børn til stævnet.

Vores børn var ret glade for det, og reklamerer over for de andre børn.

Vi har også i år holdt klubmesterskaber. Nogle har måske bemærket det store skema ovre ved fjernsynet. Man får point for deltagelse i løbet af sæsonen, og for disciplinerne 2000, 200, toer, stafet og håndpadling. Toer foregår ved at hurtigste roer sammen med langsomste, næst hurtigste med næst langsomste osv.

Endelig har vi uddelt 15-20 bronze teknikmærker i år.

Dette var så beretningerne for 2005 sæsonen.

Dir. Spørg om der er nogen der ikke vil godkende beretningen, ellers godkendes beretningen af forsamlingen. (evt. afstemning)

Debat

Drivkrafter

Mangler der personer - kan det hænge sammen i bestyrelsen? William gjorde et stort stykke arbejde med andet end kasserer.

Der mangler drivkrafter på alle områder: Ungdom, polo, begyndere, vedligehold.

Jørn synes, at de unge, der er ved at blive seniorer, gerne vil tage en opgave. Vi skal spørge flere mennesker om mere begrænsede opgaver.

Christian: Bestyrelsen skal sikre at foreningen lever, men arrangementer skal andre stå for. Vi kan også betale for en træner i en weekend eller lign.

Jørn: Vi er nød til at betale alle frivillige ledere. 3600 kr pr. år plus kørepenge.

Gitte: Nej alle bør arbejde frivilligt. Det skal bare være små faste opgaver.

Christian: Ja alle faste trænere skal have penge, men ikke for fx at male vinduer.

Claus: Opgaverne skal være sjove, der skal være en lille gruppe af personer om at løse en opgave.

Katja: Jeg har altid fødselsdage på arbejdsdage – måske skal der være fire arbejdsdage om året.

Uwe: Udvalg til at stå for fx ture, løb, mm. Udvalget skal ikke være en del af bestyrelsen. Betalingen alene gør det ikke sjovt – så skal beløbene være meget større.

Handicap: Tak til Jytte og Bjarne

Ture Hvad er reglerne?

Bygge nyt bådhus: Vi har byggetilladelsen og projektlederen men hvem vil bygge?

Bestyrelsen turde ikke begynde byggeriet. Uwe, Poul og Michala vil gerne være med til at bygge.

Uwe: Vi har brug for et nyt hus.

Anders: Skal vi betale for en byggeleder.

Vi kan hænge tegningerne op.

Ungdom: Vi mangler en træner til kajak. Joen og ? tager trænerkursus, men de skal have nogen at støtte sig til. De er kun 18 og kan ikke have ansvar alene.

Der er både junior og senior polo meldt til turnering.

Bastian har stået for polterabend og har tjent 5 – 6.000 kr i år.

Instruktion

Vi mangler instruktører selvom det er en lille og begrænset opgave – man kan skrive sig på opslagstavlen.

Måske skal vi præcisere, at hjælpere ikke behøver at tage ansvar, men mere skal fiske

folk op af vandet.

Børn:

Vi kan godt bruge flere hjælpere, for så kan vi dele holdet i to. Vi kan højst tage ti nye hvert år.

Mads har trænet med de hurtige børn, men det har ikke været en succes. Børnene går til noget andet på alle andre dage. Det er derfor vanskeligt at have roning både torsdag og tirsdag.

3. Kassereren fremlægger det reviderede regnskab til godkendelse

WSJ Ordet gives til William, der fremlægger det af revisionen godkendte regnskab, som er uddelt til de tilstedeværende.

Dir. Regnskabet tages op til diskussion.

Dir. Spørg om der er nogen der ikke vil godkende regnskabet, ellers godkendes regnskabet af forsamlingen. (evt. afstemning)

20% forøgelse i kontingent pga flere medlemmer
flere penge pga. bådpladser.

Udgifter til sponsoren til saunaen.

Vi mister stadig regalia 2700 kr i år. Det bliver stjålet svedetrøjer, mm.

Mere i renter pga flere penge på kontoen

Bladet er blevet billigere

Ungdom og polo har brugt færre penge, men vi støtter dog Marc i kraftcenteret

Udgifter til børn er uændret

Voksne kostede meget lidt pga få aktiviteter

Anlæg: De hensatte penge til nyt låsesystem og ny vinterbro er ført tilbage

Vi har rep. mange både, men ikke købt mange nye

Overskud på 164.000,- egenkapitaler er nu 278.000,-

Christian: Vi skal bruge pengene til at gøre alt lettere for os selv.

Vi godkender regnskabet

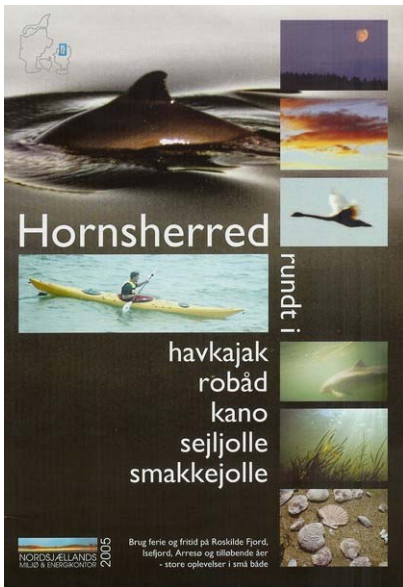
4. Indkomne forslag, herunder fastsættelse af kontingent

Budget skal ikke vedtages, men det er bestyrelsens forventninger for det indeværende år.

Budget læner sig op ad de to foregående års regnskab.

Vi afsætter flere penge til børne-aktiviteter.

Fortsættes side 17



Nyt kort "Hornsherred rundt i kajak, robåd, kano, sejljolle, smakkejolle"

Det Nordsjællandske Miljø- & Energikontor har udgivet et kort, med det formål at motivere folk til at bruge vandet rundt om Hornsherred - Roskilde Fjord, Isefjorden, Arresø og tilhørende åer - i "små både".

Roskilde Fjord og Isefjorden er ideelle til kajakture. Flere hundrede kilometer kajakruter ligger bare og venter på den nysgerrige kajakroer, f.eks. ruten fra Roskilde til Helsingø(!) gennem fjord, Frederiksværk kanal, sø og å.

"Hornsherred rundt i kajak" er velegnet til planlægning og til at have med i kajakken. På et (land)kort, i målestok 1:60.000, er der bl.a. indtegnet ruteforslag, overnatningsmuligheder, seværdigheder, skydefelter, vanddybder og markeret steder hvor der kan være stærk strøm. På bagsiden gives der råd om valg af sejljolle, kajak og kano, sikkerhed, vejret og tips til fiskeri og proviant ombord. Desværre har Miljøkontoret kun brugt energi til at skrive fire sider om fjord- og sølandskabernes varierende flora, fauna og kultur.

Kortet er udgivet af Nordsjællands Miljø- og Energikontor, Hågendrupvejen 6A, 3390 Hundested.

"Hornsherred rundt i kajak, robåd, kano, sejljolle, smakkejolle" kan rekvireres gratis (så længe lager haves) hos Helsingør Turistbureau, e-mail info@visithelsingor.dk eller hentes på nærmeste turistkontor.

Henrik Numelin

KAJAKKALENDEREN

2006

JANUAR

22. januar - søndag
Vinterræs, 8 eller 12 km
Amager Strandpark
www.kajakklubbenneptun.dk

FEBRUAR

19. februar - søndag
Vinterræs, 8 eller 12 km
Amager Strandpark
www.kajakklubbenneptun.dk

MARTS

19. marts - søndag
Vinterræs, 8 eller 12 km
Amager Strandpark
www.kajakklubbenneptun.dk

APRIL

30. - søndag
Springstarter
Årets første maraton løb
Furesøen
www.kkkkn.dk

MAJ

20. maj
Maribo Marathon
Maribo Sø
www.maribokajakklub.dk

JUNI

4. juni - søndag

JULI

Ultimo juli
Telemarkspadlern, 11, 20 og 37 km
Foregår på Telemarkskanalen -
verdens ottende underværk!
www.telemarkspadlern.no

15. juli - lørdag

Kajak-orientering for havkajakker i
den smukke østsvenske skørgård
udfor Sankt Anna
www.stannakajak.com

27. juli

Amager Strandpark rundt
www.kajakklubbenneptun.dk

30. juli - 5. august

Sea Challenge Fyn, 280 km
7 dage, 7 etaper, 7 udfordringer!
www.seachallengefyn.dk

AUGUST

6. august - søndag
Vordingborg Kajakttrim
www.vo-roklub.dk

12. august - lørdag

Kronborgløbet, 36 km
Starten udlagt ved roklubben syd for
Helsingør og mållinie i Hellerup
www.kajakklubben-krogen.dk

27. august - søndag

Kanojak Trim, 20 km
Ideen med Kanojak Trim er at få
så mange "ikke kaproere" ud og
opleve stemningen ved et løb.
Esrum Sø
www.kkes.dk

26. - 28. august - fredag til søndag

Stockenträffen, Orust
Skandinavien mest uhøjtidelige
kajakarrangement, - her er det
nemlig deltagerne der bestemmer
dagens program!
www.orust-kajak.se

SEPTEMBER

9. - 10. sep., lørdag og søndag
Tour de Gudenå, 57, 58, 87 og 120
km. Danmarks største
kajakstævne, målt efter antal
deltagere!
www.tourdegudenaa.dk

Medio september

Göta Kanal-loppet
Fem forskellige distancer
www.gotakanalloppt.se

23. september - søndag

Mølleåens Blå Bånd - 40 år
Tre forsk. startsteder i Furesøen,
målt i Lyngby.
www.lumbuck-arraklub.dk

12. august - lørdag
Dalsland Kanot Maraton, 65 km
Kajaksportens Vasaløb!
www.kanotmaraton.se

13. - søndag
Thure Rundt
www.svendborg-kajakklub.dk

Ultimo august - søndag
Stockholm Kanotmaraton, 40 km
www.kanotmaraton.com

26. august - lørdag
Susåløbet, 12, 35 og 41 km
Bliver roet på Sjællands længste å.
Mål i Næstved.
www.nkc.dk

11. juni - søndag
World Canoeing Day
www.canoing4all.org

24. juni - lørdag
Sore Marathon
Sore Sø
www.soks.dk

OKTOBER

NOVEMBER

DECEMBER



KAJAKKALENDEREN 2006 indeholder udvalgte løb og stævner
Yderligere information, se arrangementenes hjemmeside
Forbehold for fejl. Redaktionen sluttet 02.12.2005/hm



Friluftskortet "Øhavet, friluftsoplevelser i det Sydfynske Øhav".

Naturturisme, der er et interessentskab ejet af kommunerne rundt om det Sydfynske øhav og støttet af EU, står bag udgivelsen af "Øhavet, friluftsoplevelser i det Sydfynske Øhav". Der er investeret et tocifret million beløb i projektet som bl.a. har til formål at understøtte turisme i Øhavet under hensyntagen til områdets natur-, kultur og befolkning. Og "Øhavskortet" er et af projektets resultater.

Øhavskortet er i målestok 1:125.000 og indeholder forslag om udflugter til flotte naturområder og spændende kulturelle besøgssteder. Der er pictogrammer for overnatningspladser, Øhavsstien, natur-legepladser, toiletter og færgeruter. Desuden 5 spændende kajakruter - i alt 250 km - samt kajakhavne i det sydfynske øhav.

På kortets bagside kan man læse beskrivelser af kajakruterne, kajakhavne, litteratur- og linkshenvisninger til flere oplevelser i det sydfynske øhav.

"Øhavskortet" er gratis og udgivet af Naturturisme I/S, Centrumpladsen 4, 5700 Svendborg. Udover "Øhavskortet" har Naturturisme en hjemmeside - www.naturturisme.dk - hvor man kan læse mere om det ambitiøse projekt, downloade kort m.m.

Øhavskortet kan rekvireres (så længe lager haves) fra Helsingør Turistbureau, e-mail info@visithelsingor.dk, hentes på nærmeste turistkontor eller downloades på www.naturturisme.dk.

Henrik Numelin

Flere penge til rengøring

70.000 kr. til nyt bådhus

Vi tænker stadig på at skifte til nyt system til nøgler

Uwe: Der er ikke sat penge nok af til kurser hos dkf – Jo, udgiften er fordelt både på børn, unge og voksne

Bestyrelsen vil meget gerne sende folk på kursus – klubben forventer dog at få en indsats tilbage.

Katja: Hvorfor bruger de unge flere penge end børnene? Pga. kørsel

Jørn: Et juniorhold til polo koster 20 – 25.000 til kørsel

Kasper: De unge er gode til at bruge penge

Malene : Børnebåde er ikke under børn men materiel.

Generalforsamlingen vedtog uændret kontingent

Der er ikke kommet nogen forslag.

5. Valg til klubbens tillidsposter

Bestyrelsen har ingen kandidat til ny formand. Vi har vurderet, at det bedste er at posten er ledig. Så håber vi, at behovet for en formand vil blive så stort, at en eller anden vil tage posten. Det er bedre end at have en formand, som ikke har lyst. Bestyrelsen må indtil da løse opgaverne i fællesskab. Formandens opgave er i høj grad op til han selv: Han kan gøre alt arbejdet selv eller dele det ud til andre. Ellers skal han holde to taler, have en vision og en strategi og et formål med klubben.

Jørn: Det er ikke noget problem – brug hellere tiden til at vælge den rigtige person

Katja: Skal vi ikke hellere have en person i bestyrelsen, som så må forsvinde når

formanden kommer: Det kan vi ikke i forhold til vedtægterne.

Følgende blev valgt:

Jacob Guldstad

Bastian Karlsen

Følgende træder ud af bestyrelsen:

Jeppe Puck og Malene Kamstrup

Pia Guldstad blev valgt som Næstformand

Gitte Buch blev valgt som suppleant

Christian Madsen blev valgt som revisor

Jørn Mathisen blev valgt som revisorsuppleant

Kristian Kaltoft Sørensen blev valgt som medlem i fællesudvalget

Henrik Børresen blev valgt som medlem i fællesudvalget

6. Eventuelt

Poul: Kan vi ikke finde en anden dag end søndag til generalforsamling?

Christian: Hvad med søndag efter fælles roning.

Hvad med et nyt låsesystem: Der er ca. 1000 nøgler i omløb, så det kunne være praktisk med elektroniske nøgler. Systemet til de fem døre og nye nøgler koster ca. 100.000,-.

Katja: Lokalerne bliver hærget ret meget af ubudne gæster, som holder fester her.

Jørn: for tre år siden blev jernrummet brugt af uheldige personer. Vi bør derfor skifte nøglerne.

Pia: Vi har prøvet at smide folk ud fra jernrummet. De unge mennesker bør derfor melde sig ind.

Bjarne: Låsesystemer løser ikke alle problemer, for det er også medlemmer, der holder fest her.

Uwe: ofte er teressedørene ikke lukkede.

Kristian: Hvad bliver reprisalierne hvis du unge mennesker bliver sure – hvad med overvågning med kamera.

Bastian: Kan man bruge jernrummet bare men er medlem?

Gitte: 100.000 er mange penge, men vi vil gerne betale. Nej, hvis de unge ikke opfører sig ordenligt, skal de slet ikke være medlemmer.

Uwe: mange penge: Hvad med at komme her mere regelmæssigt hver aften klokken 21?

Anders: Billigere systemer har ikke samme muligheder.

Kristian: Hvad siger kommunen. De unge mangler et værested

Pia: Kommunen (SSP Svend) (skole socialvæsen og politi) vil gerne hjælpe, men han skal vide hvem der er her og hvornår de er her. Vi skal derfor selv overvåge problemet mere.

Claus: Vi bør forhindre dem i at komme ind. Logbogen over hvem, der kommer er nyttig. Andre steder i Nødebo har samme problem. Måske kan vi tage det op i lokalrådet, for de har ikke noget sted at være.

Bastian: eks-team og Mikkel Olsen er uden for SSP Svends rækkevidde.

Katja: Hvis hvert medlem selv betaler sin nye nøgle koster det ikke så meget.

Pia: Ved sidste generalforsamling ville folk ikke betale for at købe nye nøgler.

Katja: Nej, men problemet er blevet større og tydeligere.

Bastian: Problemet følger ikke med jernrummet. dem der misbruger jernrummet tænder ikke bål på gulvet i klubhuset.

Claus: Regnskabet viser, at vi godt har råd til nye nøgler.

Alle rakte hånden op

Jytte: Klubben trænger til et nyt køkkenbord og nyt gulvtæppe. og nye borde og stole. Vi kan sikkert få noget brugt af kommunen.

Kasper: Vi mangler folk til at tage sig af det.

Kasper: Flasker til bestyrelsen i perioden: Pia, Kasper, Henrik, Carsten, Anders, Lykke, Malene

Nye både

Til standartstrygning blev klubbens fem nye kajaker navngivet. Alle de nye kajaker er kapkajakker, men af forskellig sværhedsgrad, to af kajakerne er børnekajakker.

De to børnekajakker er af mærket Hawk, de er lidt svære at holde balancen i og derfor kun egnet til erfarne børne-/ungdomsroere. De er blevet rødt markeret (dvs. at man skal have tilladelse af en instruktør for at ro i dem). De har fået navnene Heimdal og Skuld.

De tre andre er af forskellig sværhedsgrad. Den letteste er en Swift fra Plastex, det er en udmærket kajak og den er især egnet for roere, der føler sig trygge i deres turkajak og har lyst til at prøve en kapkajak. Kajakken kan sammenlignes med en Tracer i sværhedsgrad. Swiften har fået navnet Njord og er markeret gul.

Den næste er en Shadow fra Elio, det er også en dejlig kajak, den er lidt svære end Swift og derfor kan det fint være det næste trin hvis man vil til at ro kapkajak eller måske bare vil udfordre sin balance. Kajakken kan sammenlignes med en Lancer i sværhedsgrad. Shadowen har fået navnet Trym og er markeret gul.

Den sidste båd er en sponsorgave fra Schaumann A/S. Det er en Oyster og er noget sværere at holde balancen i. Den kræver at man har roet en del km i kapkajak og føler sig tryk også når der er bølger. Oysteren har fået navnet Ægir og er markeret rød.

Som der er tradition for i klubben har alle kapkajakker fået navne fra den Nordiske mytologi, her er så lidt om de nye bådes navne.

Heimdal (Den klart lysende) er gudernes vagtmand og Odins søn i den nordiske mytologi. Han sidder ved foden af Bifrost og overvåger at ingen jætter sniger sig ind i Asgård. Han betragtes også som gud for sollyset. Heimdal har en fantastisk hørelse, han kan høre græsset gro og ulden vokse. Han er ejer af sværdet mandshoved, Gjallarhornet og hesten Guldtop.

Ved ragnarok blæser han i Gjallarhornet, når jætterne angriber, så resten af guderne og einherjerne kan forberede sig til kampen. Heimdal bliver til ragnarok dræbt af Loke.

Skuld er den ene af de tre skæbnegudinder, nornerne, der spinder de levendes livstråde og klipper dem til. Skuld er gudinde for fremtiden. Nornerne holder til ved Urds brønd under Yggdrasil i Asgård.

Njord er i nordisk mytologi en af vanerne og gud for havet og søfart, vinde, frugtbarhed og ild. Han beskytter søfolk, og sørger for god høst. Han er gift med Skade og har børnene Frej og Freja.

Efter den store krig mellem aser og vaner, bliver han og hans børn udleveret som gidsler til aserne, blandt hvilke han tager bolig. Først til Ragnarok skal han vende tilbage til vanerne.

Trym Trym stjal engang Tors hammer Mjølner og ville ikke levere den tilbage, med mindre Freja giftede sig med ham. Freja ville dog ikke giftes med Trym, ej heller til Jotunheim.

For at få Mjølner tilbage, fulgte Tor modvilligt Heimdals råd og klædte sig i kvindetøj,

så han lignede Freja.

Loke førte nu Tor til Trym, som under en middag, undrede sig gevaldigt over brudens store appetit og trætte øjne. Loke forklarede Trym, at Freja ikke havde spist eller sovet i otte døgn, af længsel og spænding, efter at komme til Jotunheim.

Trym blev lykkelig, af at høre dette og fik Hammeren Mjølner, bragt ind og lagt på brudens skød. Forklædt som brud, svingede Tor straks hammeren og gjorde en ende på hele Tryms slægt.

Ægir (konge over havet) er en af tre jætter, som bor hos aserne. De to andre er Loke (der repræsenterer ild) og Kari (der repræsenterer luft)

Ægir besidder også et stort kar kaldet Ægor, skænket til ham af Thor og Tyr. I dette kar brygger han livets mjød af Balders blod. Mjøden er synonym med det livgivende hav. Livet begyndte i det salte hav, og efter Ragnarok vil en ny verden opstå igen fra havet. Ifølge den danske overlevering bor han på Læsø med jættekvinden Ran.

Ægir er guderne venligt stemt og byder dem ofte til gilde. Det er ved et gilde hos Ægir at Loke i vrede fornærmer alle aserne (Lokes skænderi), så de til sidst mister tålmodigheden med ham og derefter griber ham og lænker ham i hulen, hvor han skal stå til Ragnarok.

Uwe



Bådepladser

Vi har mange klubbåde i KKES, men hvis du ønsker at bruge din egen kajak/kano på søen er det muligt at få plads i bådeskuret

Det er gratis at have én båd liggende, men har du flere liggende må du betale 500,- pr extra båd.

Der er enkelte ledige pladser, og vi planlægger at bygge et nyt bådeskur i 2006, så der kan blive plads til endnu flere private både.

Vi har haft problemer med at holde ventelisten for bådepladser up-to-date gennem det seneste år. Hvis du engang har stået på ventelisten, synes du er blevet sprunget over, eller gerne vil skrives på ventelisten, så send en mail til Carsten Skovsbørg. Carsten / bådudvalget vil genoplive ventelisten så også Din båd kan få en tør plads.



Salon Chik (Anny Bogaerd)
Frederiksværksgade 111
3400 Hillerød 48 26 46 14

SALON CHIK

v/ **Anny Bogaerd**
Frederiksværksgade 111

48 26 46 14

lukket hver mandag

Program for børneholdet

Her i vinter tiden hvor vandet er koldt og der er mørkt før de sidste kommer fra skole, har børneholdet søgt varmere vand i Hillerød Svømmehal.

Vi svømmer og har kajak øvelser hver anden fredag (ulige uger) fra 19:45 til 21:15. Den 20. januar og den 17. marts vil vi overnatte i klubben og have aktiviteter lørdag formiddag, vi planlægger at slutte kl. 12:00 om lørdagen.

Fredag	09. december	19:45-21:15	Svømning, balance og leg
Fredag	06. januar	19:45-21:15	Svømning, balance og leg
Fredag-lørdag	20-21. januar	19:45-12:00	Svømning, kajakbjærgning og leg
Fredag	03. februar	19:45-21:15	Svømning, skodde og leg
Fredag	17. februar	19:45-21:15	Svømning, entring og leg
Fredag	03. marts	19:45-21:15	Svømning, entring og leg
Fredag-lørdag	17. marts 18. marts	19:45-12:00	Svømmeprøve, 350 m U12, 600 m U14
Fredag	31. marts	19:45-21:15	Entringsprøve

Børneholdets klubmesterskab

Lørdag den 1. oktober blev der afholdt klubmesterskab for børneroere. Der var et fint fremmøde af både gamle og førsteårsroere, der blev dystet i fem discipliner:

- 2000 m K-1
- 200 m K-1
- 200 m K-2 mix
- stafet for hold med fire på hvert hold, der blev roet 3 gange 200 m, første tur i K-1, anden tur i polokajak og tredje tur i K-2
- sidste disciplin var 50 m håndpadling

Der blev dystet hårdt og med godt humør i alle discipliner, enkelte måtte en ufrivillig tur i vandet, men alle blev våde på denne regnfulde blæsende eftermiddag. Efter at have sammenlagt resultaterne fra de enkelte løb og givet tillægspoint for fremmøde gennem hele sæsonen, blev resultatet.

Piger:

1. Anna Liv Lundberg
2. Emma Nielsen
3. Michala Gylling Rolver

Drenge:

1. Julius Lyk-Jensen
2. Anton Bay Andersen
3. Louis Strøiersø

Efter at have spist aftensmad, var det tid til Jimmy's speciale, natroning. Efter en grundig instruktion, fik alle monteret et knæklys og så var vi klar til at gå på vandet. Vejret havde i mellemtiden ændret sig og viste sig i mørket fra sin bedste side. Det er en helt speciel oplevelse at ro i mørke og børnene er vilde med det. Efter natroning var der varm kakao og kage. De fleste børn blev i klubben for at se video og overnatte.



**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 •

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

Vinterroning



*Selvom broen er blevet lidt kortere og det er tid til at finde handskerne frem...
(her er Christina på vej ud)*



*... er der stadig mulighed for dejlige ture på søen.
(Marianne Bjørn venter på, at fotografen (Marianne K) bliver færdig)*

Stafetten

Ja så var det os, der var heldige at modtage stafetten. Vi – Christian, Gitte, Rasmus, Stine og Magnus er alle medlem af klubben, i en mere eller mindre aktiv udgave.

Christian og jeg har roet kajak i mange år. Vi er begge startet i Krogen i Helsingør. Jeg startede i 1980, da jeg var 14 år og har haft mange sjove oplevelser med sporten. Roet et utal af kajakmaraton løb, roet Sjælland rundt 2 gange som stafet hvor vi faktisk havde nogle roere med fra Esrum kajakklub. Og været på flere kajakferier i min lancer. Man kan faktisk godt tage på 14 dags ture med telt og grej i en lancer, man skal bare være ret nøjsom, men..... man lugter ikke så godt på slutningen af turen, så det er jeg vokset fra!

For ca. 20 år siden havde Kajakklubben Krogen og KKES et tæt samarbejde, så jeg er kommet meget i klubben, og har flere gange sat kajakken i ved teltet ovre ved Fredensborg Roklub. Krogen tog også op og roede handicap løb sammen med ”Esrum”.

I 1989 flyttede Christian ind ved siden af mig. Han dyrkede atletik. Men....han lignede helt klart en som ville elske at ro kajak, så jeg tog ham med til Esrum Sø Trim, og han fik her sin første rigtige kajaktur. Og han blev bidt af det. Det kan godt være at han ikke selv vidste det i starten, men jeg kunne se det på ham!!!

Så gik der et par år og vi fik vores børn, 1-2 og 3 og så lå kajakroningen lidt stille i nogle år. De har selvfølgelig været med ude og ro men... ofte har de nydt turen eller ligefrem sovet mere end de har roet. Og den dag i dag, er de mere til kajakhygge end kajakroning. Men handicaproning plejer de godt at ville særligt i en toer sammen med deres far, men det er nok også hyggen med kage eller grill der trækker.

Vi har roet rigtig mange flere løb siden - også sammen i KII, og det har faktisk været nogle rigtig gode oplevelser. På et tidspunkt meldte Christian sig ind i Esrum kajakklub som gæstemedlem, da han havde brug for noget bedre vand at ro på, bedre både at ro i, og noget mere konkurrence. Tja og det var alt sammen så godt, at han blev hængende. Han fik også efter nogle år lokket mig til at blive medlem, og det har jeg i hvert fald ikke fortrudt.

Vi fik lært rigtig mange søde mennesker at kende, og fik nogle gode træningskammerater – specielt har vi haft rigtig mange sjove timer sammen med Otto og Malene, specielt det år vi roede K4 – det gjorde at det igen var sjovt at træne.

Vi har været med på en del af klubbens sommerlejre og Thurø ture, og det har været helt fantastisk. Rigtig gode og velarrangerede ture hvor vi har mødt nogle helt utrolig søde mennesker, som vi så efterfølgende har lavet mere familie baserede ture/oplevelser sammen med. Det er et rigtig dejligt og nødvendigt supplement til konkurrence roningen, som vi nu nok alligevel aldrig helt dropper.

I klubben føler vi os altid velkomne, også selvom vi har været væk i nogen tid. Der er en god stemning, mange som løfter et stort stykke arbejde for alle os andre, og en masse dejlige mennesker som vi kan dele vores interesse med – at ro kajak, uanset hvilken kajak man ror i, og hvilket mål man har for sin rotur.

Vi giver stafetten videre til Katja



Aktivitetsplan

<i>Hver uge</i>		
Mandage	kl. 19.00	Vinterymnastik
Fredage	kl. 20.00	Polotræning i svømmehallen
Se i øvrigt opslag i klubben og på www.kkes.dk		

<i>Januar</i>	
Søn. 15.	Sport, Sauna og Søndagsbrunch
Fre. 27.	Rullestue i svømmehallen

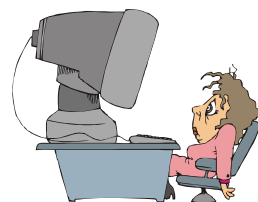
<i>Februar</i>	
Fre. 10.	Rullestue i svømmehallen
Fre. 24.	Rullestue i svømmehallen

Kajakklubben Esrum Sø
Krostien 11, Nødebo
3480 Fredensborg

Returneres ved varig adresseændring



Næste blad udkommer i februar 2006.
Deadline for indlæg er den 1. feb. 2006.



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