

Nr. 3 — juni 2006

Klubblad for
Kajakklubben Esrum Sø



KANOJAK



Der er god gang i byggeriet af det nye bådhus.

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 39, 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 Skovsbø, Nøddevej 8, 3060 Espergårde, 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, l_h_e@hotmail.com

Bestyrelsesmedlem, indsamling af løbsresultater:

Bastian Meijer 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, Skovgårdet 10, Nødebo, 3480 Fredensborg, 48 48 54 42, uwe.lundberg@gmail.com

Kontaktperson ungdom, pololeder:

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

O-løbs holdleder:

Dot Preil, Tinevej 5, 3060 Espergårde, 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
mail: kanojak@kkes.dk web: www.kkes.dk

Indholdsfortegnelse

Bestyrelsens Hjørne	4
Bådehus byggeriet	5
Skærgården—inden– og udenfor skærene	6
Kanojak Trim	10
Jobopslag—rokort/løbstilmelder	11
Jobopslag—motorbåd/trailer	12
Klub-dagen	12
Nyt låsesystem til klubhuset	13
Hej børnerøere	14
Børnetrænerne	15
Toer tur på Mølleåen	17
Stafetten	18
Aktivitetsplan	19

TRYK: Hvidovre Kopi, Stamholmen 145, 2650 Hvidovre, Tlf. 3649 8584
Email produktion@hvidovre-kopi.dk www.hvidovre-kopi.dk
Oplag: 370 eksemplarer

Bestyrelsens hjørne

SOMMEREN er over os! Endelig, kan man sige – efter en vinter med så meget is, at landfæstet blev smadret ligesom stort set alle søens andre broer. Heldigvis har vi nu fået lavet et nyt ”landanlæg” som både sommer- og vinter bro kan tilkobles. Tak til sejlklubben for at vi måtte låne deres fine bro indtil vores egen var på plads, og TAK til dem som har arbejdet hårdt på at få landfæstet lavet. Begynderne er snart færdige med introduktionskurset – det plejer at betyde at vandet er blevet varmt, om det så skyldes forårssolen eller al det varme som flere hold begyndere kan afgive til vandet i løbet af sådan et kursus. I år må vi konstatere at kropsvarmen fra begynderne ikke er tilstrækkeligt når solen ikke har hjulpet til i maj måned – jeg synes i hvert tilfælde det stadig er koldt at træne makkerhjælp. Svømmeprøven har vi derfor skubbet så langt foran os som muligt, om de er overstået når bladet er i postkassen eller om vi venter et par dage endnu til solen har været nådig over Esrum Sø er i skrivende stund uklart. Foråret og sommeren er tid for dejlige ture – læs om dem andet sted i bladet, og brug dem som inspiration til hvor du/ dine/vi skal hen næste gang. Slå en seddel op i klubben, så er der sikkert mange som gerne vil af sted samme med dig. Klubbåde og trailere kan jo lånes til ture såfremt hovedformålet med turen er kajak, og såfremt bestyrelsen, trænerne eller bådeudvalget har givet sit ja på forhånd.

Har du set det nye bådeskur? Hvis det er lang tid siden du var i klubben, hvis årets første tur stadig ligger forude (kan du have glemt hvor skønt det er Out there?) så har du noget af en overraskelse at se

frem til. Der knokles med fundament, remme, spær og vægge. Al arbejdskraft er frivillig! Og heldigvis er rigtig mange friske til at give en hånd. Vi kan måske ikke holde en professionel akkord, når der også skal snakkes, men vi har det sjovt og får da lidt fra hånden. Når skuret engang er færdigt skal fliserne lægges, så der er stadig masser at gøre, men dejligt bliver det med mere plads.

Kanojak Trim er jo vores årlige løb, et Trimløb med plads til alle - hvor det at deltage er vigtigere end placeringen og tiden. Så sæt kryds i kalenderen 27. august og tag en tur søen rundt sammen med os, eller meld dig som hjælper til et fantastisk hyggeligt løb.

VI SES; til nye nøgler, bedre plads til private både, masser af hyggelige medlemmer som sjældent bider og samvær & motion der giver overskud til hverdagen.

Kom og få et smil på læben.

På bestyrelsen vegne
Pia



**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 •

Bådehus byggeriet

Startskuddet til byggeriet af vores nye bådehus lød i forbindelse med arbejdsdagen d. 22. april. På denne dag hvor folk var mødt talstærkt op, fik vi ryddet området. Det lyder måske ikke af så meget, men det var faktisk en større opgave. Der var både trailere, blikskur, belysning, grantræer, rosenbuske, en del græstørv samt rigtig mange meget tunge fliser som skulle fjernes.

Efterfølgende er der blevet støbt punktfundamenter, lagt rem og samlet spær. I den nærmeste fremtid skal væggene rejses og spærerne lægges op.

Der ligger en stor opgave i at få malet beklædningsbrædderne inden de skal sættes op. Det er min plan, at det som skal males, skæres til i den rigtige længde, og stables op i indhegningen ved grillen. Det er så mit store håb at folk som ønsker at hjælpe til, vil tage maling og malergrej i lokalet ved siden af køkkenet og male i en time eller to når det passer dem. Jeg håber at være klar med maling og tilskårne brædder fra weekenden d. 10.-11. juni.

Dem som kunne have tid, lyst og lejlighed til at hjælpe til med tømmerarbejdet i en weekend, vil jeg bede om at kontakte mig på jgulstad@mail.tele.dk, da det er lidt flydende hvilke weekender vi arbejder.

☺ Jacob



Skærgården - inden- og udenfor skærene



Kirsten S.B

Kl. 8 Kristi himmelfartsmorgen blev klubbens trailer pakket med havkajakker til skærgårdsturen i området ved Karlskrona, Hillerøds venskabsby.

Første sejlads gik så over Øresund, dog ikke i kajakker, og 12:30 var vi nået til Bökenæs Camping i den vestlige ende af Karlskronas skærgård. Efter et par timer var det endelig lykkedes at stuve kajakkerne med helt utrolige mængder pik-pak. Turen motto var "at vi ikke skulle stoppe pga. manglende udstyr" Denne første eftermiddag var vi 7, som afprøvede vandet inden de sidste 4 ankom fredag morgen efter at have konfirmationsfestet hele natten.

Turen skulle selvfølgelig indledes med at ro under en bro, så vi satte kursen mod syd langs kysten for at kigge lidt på brændingen. Efter nogle få kilometer begyndte det at tordne forude, så vi besluttede at vende kajakkerne og ro mod nordøst gennem et smalt stræde mellem Torkö og Slädö, med en vind på 10-11 m/s og medstrøm kunne vi blot med pagajerne i luften holde en fart på 6-7 km/timen - jo udstyr manglede vi ikke, mindst 2 havde GPS med.

Dernæst roede vi den nærmeste omvej omkring Vagnö til Arpö, hvor planen var, at vi skulle overnatte før vi skulle mødes med resten af holdet fredag. Efter råd fra flinke nordmænd (de havde set et forbudsskilt) valgte vi at ro over til en plads på Vagnö, hvor teltene flaks blev slået op og folk fik tørt på, tøj altså. Pladsen var utrolig smuk, havudsigt var der jo hver aften, men her var der store blå tæpper af violer i græsset. Efter veltilberedt mad på de medbragte Trangiaer gik nogle stykker tur på øen, hvor vi nød solnedgangen og de vilde dyr (sort-hvide). Det blev til en del hopperi over åer, inden vi nåede hjem til lejrball og aftenhygge.

Fredag stod vi veludhvilede op kl. 8, spiste og pakkede sammen, lige krydret med en lille byge inden teltet var helt nede. Kl. 10 stod vi ud og efter kort tids roning, mødtes vi med de 4 morgenfriske, som var kørt hjemmefra ved 4-5 tiden. Malene var i mellemtiden blevet syg, så hun og Bjørn måtte desværre tage hjem - tak for kort, men hyggeligt selskab. Så gik turen ellers mod Hässlö, hvor vi lige nappede en bro, Aspö og

Tjurkö, halvvejs rundt om Sturkö (og under en bro mere) og i lettere demokratisk zig-zag mod en lejrplads på Järkö. Ud over det hele tiden smukke og skiftende ølandskab var dagens højdepunkt passagen af Aspösund, den eneste dybe sejlrende ud fra Karlskrona. Her fulgtes vi særlig pænt ad, så færger o. lign. tydelig kunne se os. Vi fulgtes faktisk så pænt ad, at vi enkelte gange var lige ved at kolliderer, da bølgerne var pænt store og ikke mindst skiftevis kom forfra, bagfra, fra højre og venstre, så kursen indimellem skiftede på mest overraskende måde.



På andre dele af ruten var bølgerne mere moderate så både Kasper og Bjarne W kunne nå at fange hornfisk, mens de pænt sikrede sig at rosinen i pølseenden var med (ja gæt selv hvem).



Frokost med nogle af de indfødte

I løbet af dagen blev der både tid til formiddags- og eftermiddagskaffe og frokost. Efter aftensmaden var der underholdning med en enkelt tam sæl (Kasper i våddragt, som vist lavede rygstrækøvelser), aftenur til fods mod solnedgangen og endnu et hyggeligt aftenbål med udsigt. Bortset fra morgenbygen, og måske et par dryp, som allerede er glemt igen, var vejret flot med masser af solskin.



Pause

Lørdag satte vi kursen mod syd, så vi kunne komme ud at se havet og ikke mindst lyset udenskærs. Det blev til en tur uden om Flakskär, formiddagskaffe op ad en solvarm mur på Aspekär med en særlig idyllisk ruin inden turen gik videre ind i skærgården forbi Kälvingsö og Ö. Skällö og tilbage under endnu en bro og vestpå langs nordsiden af Sturkö og Tjurkö. Her blev vi så enige om at tage et ekstra nap ned langs Tjurkö og tilbage over Aspösund, selvom det nok ville betyde lidt sen aftensmad, men til gengæld et mindre tidspres for at nå hjem til bilerne om søndagen. Efter ca. 1-1½ time måtte vi dog sande, at det ville tage endnu 2-3 timer at nå det ønskede mål pga. strid modvind, så Kasper tog en hurtig beslutning og udså os en plads i Målaviken. Endnu et dejligt sted, hvor vi måske manglede det eneste udstyr, som ikke var medbragt; en greb til at fjerne lidt kokasser med. Efter teltslagning lod de fleste sig lokke til at bade fra turens absolut mest elendige strand = 100 % sten og klipper. ja, bade og bade, bortset fra "sælen" nøjedes de fleste vist med en meget hurtig afskylning. Turens sidste aftensmåltid blev endnu engang nydt efterfulgt af en kort gåtur og en større fælles oprydningskampagne i de medbragt forråd af gulf, kiks og kager.



Ophalings- og badestrand



Kungsholmen

Søndag valgte vi at stå op kl. 6 og ro kl. 8, så vi forhåbentlig kom vinden i forkøbet. Det lykkedes og efter ingen tid var vi nede og nærstudere fæstningen ved Kungsholmen fra søsiden. Et hurtigt kryds tilbage over Aspösund, forbi Aspö og Häalö øst om Almö under 3 broer inkl. en anløbsbro rundt om Kvalmsö (med formiddagskaffeplæne), Helgeö og ankomst i Bökenæs, jeg mener faktisk det var allerede ca. 11:30.

Omkledning, pakning og frokost i Bökenæs inden vi stak hjemad. Med det susende tempo vi havde på i kajakerne på sidstedagen, blev der både tid til svenske indkøb og timelang trafikprop i Helsingborg på hjemturen. Søndagsvejret var stille og gråt, men så var det ikke nær så slemt at skulle forlade skærgården og det gode selskab.

Tak til alle (2 x Marianne (K var turarrangør), 2 x Bjarne, Nina, Malene, Bjørn, Kasper, Ole og Thomas) for en rigtig hyggelig tur og stor hjælpsomhed, opmuntring og gode råd.

Kirsten S.B.



Kanojak Trim

Velkommen på Esrum Sø

Søndag d. 27. august 2004

Distancen er som altid søen rundt, ca. **20 km**.
BørneTrim dog ca. 10 km.

Startgebyr kr. 100,- pr. deltager med krus (gennemførselspræmie)
kr. 50,- uden krus.

Tilmelding senest d. 19. august 2004.
Eftertilmelding plus kr. 20,-

Gennemførselspræmie til de første 70 tilmeldte roere som har ønsket det.
Præmien er, som tidligere år, et keramik krus, med inskriptionen "Esrum Sø – 2006"
+ Lodtrækningspræmier

Ideen med Trim løbet er at få så mange som muligt ud og opleve stemningen ved et løb.
Vi håber at mange møder op til et par timers fornøjeligt og hyggeligt samvær.
Vi ønsker at alle skal have en rigtig god dag og tur på søen, så afhængigt af vejret vil der blive lavet en alternativ rute som forsøges lagt så meget i læ som muligt.
Omklædning og bad kan foretages i klubben og vores sauna vil også være åben.
Der vil kunne købes kaffe, te, øl, vand, kage og sandwich i klubben.

Mundtlig instruktion kl.10:30 ved klubhuset, Krostien 11, Nødebo.

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

BørneTrim kører fra klubben ca. 11.10 og starter i den anden ende af søen kl. 12.00. Klubberne må selv sørge for transport og mindst én voksen følgerøer.

Tidtagningen stopper kl. 15:00. Præmieudlodning ca. kl.15:15.

Betaling kan ske på konto 5064 1005207 **Husk klubnavn!!!** Eller på løbsdagen.
Eftertilmeldinger kan ske på stævnedagen fra kl. 9:00.

Tilmelding sendes senest d. 19. august 2006 til:
Pia Gulstad, Enghavevej 3, DK-3400 Hillerød
Mail: formand@kkes.dk

På gensyn
Kajakklubben Esrum Sø

www.kkes.dk



ROKORT

Papir-rokort er rigtig hyggelige, men der findes elektroniske rokort systemer som giver fordele for dem som skal lave statistik; km-opgørelse, mest anvendte både, mest brugte tidspunkter og – ja hvad tænker du?

Bestyrelsen har besluttet at købe et elektronisk system, programmet er fundet, men vi mangler en tovholder! én der finder den rigtige pc, sørger for at den bliver tyverisikret, at programmet indkøres, én der vil lave back-up eller etablere et automatisk system.



Hvis du også vil lave statistik, så er det extra super, men den del kan en anden lige så godt overtage.

Se dét er jo ikke nogen stor opgave. Faktisk kan det være ret sjovt :o)

Ring eller mail til Pia!

Når ja; det kan vel også gå at stoppe mig en dag og snakke.

Kapkajak, Maraton distancer, Mølleåens-blå-bånd, TdG, Kronborg

Siger det dig noget?

Nogle år har Esrum mange deltagere til stævner, konkurrencer og løb, og er du én af dem der ind i mellem deltager i løb, så kan du hjælpe klubben og klublivet meget ved at påtage dig opgaven som Løbs-tilmelder.

Løbstilmeldereren skal holde øje med hvilke løb der kommer sommeren over

Sørge for at mappen med tilmeldinger bliver udfyldt rigtigt

Tilmelde og evt. indbetale tilmeldingsgebyr inden for tidsfristen

Koordinere kørsel eller sikre at deltagerne selv ordner transport

Sikre at deltagerne har udpeget en holdleder til løb hvor det er kravet

Om du så selv deltager i løbet, er hjælper eller bliver der hjemme er sådan set underordnet – ved at sørge for at tilmeldingerne er på plads sikre det at dem som gerne vil med i konkurrencer er godt hjulpet på vej.

Esrum på Skamlen – kan også blive din fortjeneste

/Pia



Motorbåd

Klubben har en motorbåd! Ja jeg ved godt det ikke lyder som det rigtige i en kajakklub, men det er med sikkerheden for øje. Motorbåden bruges især ved løb som følge-båd, men ligger i vandet hele sommeren - klar til brug hvis uheldet skulle være ude.

Vi har brug for et ansvarligt menneske som vil sørge for:

Vedligehold

At båden kommer op og i vandet

Go' juice

Opsyn

At båden tømmes for vand



Snak med Anders Baarts hvis det er noget for dig.

(Skulle jeg skrive hvor mange heste” den har?, jamen det ved jeg da ikke! Jeg er jo ikke motorbådsansvarlig, og bliver det nok heller aldrig – hvis det står til Anders) /Pia

Trailer til kajak-transport

Vi har også brug for en trailer-ansvarlig! Opgaven omfatter naturligvis vedligehold, opsyn, dæktryk, reservehjul, smøring af håndbremse og hvad der ellers løbende kommer af små-vedligehold af dem. Trailerne bruges jo primært til ture og løb, og det er altså utrolig vigtigt for dem som låner traileren, at de kan stole på at de er i orden.

Et job som kræver at man ofte slår et sving forbi trailerne men ellers er der kun direkte arbejde med dem et par gange årligt – men som sagt: Utrolig vigtigt at det bliver gjort af en ansvarsfuld person! *Er det dig?*

Klub-dagen

Den 22. april havde vi arbejdsdag i klubben. Der var masser af ting at tage fat på. Vinter-isen havde gjort kål på både landfæstet og vinterbroen, tagudhænget på bådehuset trængte til maling, klubhuset trængte til en god gang hovedrengøring og ikke mindst skulle der tages hul på byggeriet af det nye bådehus.

Til min store glæde og fornøjelse mødte der rigtigt mange mennesker op for at give en hånd med. Det gjorde, at det for mig ikke bare var endnu en arbejdsdag i klubben, det var nemlig også en rigtig 24 karats klub-dag. Tak til alle de fremmødte og alle de andre som hjælper til i klubben med stort som småt.

☺ Jacob

Nyt låse system til klubhuset

Som nogle sikkert er klar over har vi i de sidste par år haft et stigende problem med private "uautoriserede" fester i klubhuset. Der har altid fra både sejlkubbens og kajakkubbens side været et forbud mod private arrangementer, både for at undgå problemer med naboerne, men ikke mindst for ikke at slide unødigt på anlægget og for at holde det rent og pænt.

Desværre er der nogle som ikke kan respektere dette. Vi ved ikke hvem det er. Vi ved ikke engang om de er medlem af nogle af klubberne.

Derfor har vi nu besluttet os for at installere et nyt moderne låse system. Systemet vil gøre os i stand til at administrere hvem der har adgang til hvad og hvornår.

Vi vil starte med at få det på klubhuset, omklædningen og styrketræningsrummet. Senere vil det så komme på bådehusene.

Nøglerne vil bestå af en såkaldt i-button eller nøglebrik som er en elektronisk ID (se billede)

Fordelen er at det er muligt at lukke for en enkelt nøgle hvis indehaveren har mistet den, har meldt sig ud eller hvis den er blevet misbrugt. Det er også muligt at se hvilken nøgle der har låst hvilke døre op hvornår.



Systemet vil blive installeret i starten af juli måned i år. Udlevering af de nye nøgler vil starte d. 7. juni. Udlevering til medlemmer og gæstemedlemmer vil i første omgang ske i klubhuset onsdag d. 7. 14. 21. og 28. juni mellem kl. 18:00 og kl. 19:00, mod et depositum på DKK 150,- og en udfyldt nøgleformular.

Nøgleformularen kan hentes på <http://www.kkes.dk/Dokumenter/noegle-formular.pdf>. Der vil kun være et begrænset antal blanke formularer til stede i klubben.

Ved misbrug vil nøglen blive lukket og depositumet vil ikke blive tilbage betalt. Denne afgørelse kan appelleres til bestyrelsen.



**Nøglen Anbringes i hullet over håndtaget
Døren siger "bib" og kan åbnes**

Med Venlig Hilsen Nøgleudvalget

Hej børneroeere

På trods af et lidt barskt forår og forsommer er vi kommet godt i gang, især de nye har været flittige til at møde selv når det så surest ud. Vi glæder os til at byde Mette, Masja, Laura, Sune, Christoffer, Mads, Jesper, Simon, Alexander og Rasmus på børneholdet, fra 1. juni, hvor vi ændre træningstidspunktet, så vi er klar 17:00 og slutter kl. 19:00.

For dem, der har lyst til at ro mere end en gang om ugen er der mulighed for at deltage i klubbens Handikap om onsdagen kl. 18:45, hvor man kan vælge at ro 3 km eller 6 km. Efter sommerferien vil vi starte med kaproning om torsdage hvis der er ønske om det.

Børneroning holder sommerferie den 11. juli, den 18. juli og den 25. juli, men ellers er vi på vandet hver tirsdag frem til efterårsferien.

Program for børneholdet (faste aktiviteter):

Tirsdag:

17:00-19:00 Begynder børn, første gang 25. april

Onsdag:

18:45-20:00 Handikap

Program for øvrige aktiviteter på børneholdet:

Søndag 25. juni	Danske Bank Cup i Sorø
Søndag d. 13. aug.	Danske Bank Cup i Hellerup
Lørdag d. 26. aug.	U10 stævne 361 ved Bagsværd Sø
Søndag d. 27. aug.	Kanojak Trim Esrum Sø
Fre/søn d. 1.-3. sep.	Tur til Lagen i Sverige
Lør/søn d. 16.-17. sep.	Klubmesterskab - Natroning og overnatning i klubben.

Du vil to-tre uger før en aktivitet modtage oplysninger om aktiviteten, tilmelding eller evt. afbud gives på efterfølgende træning. I forbindelse med ture og stævner, vil der blive brug for forældre assistance, i forbindelse med kørsel.

Vi regner med at alle under 14 år deltager i Danske Bank Cup stævnerne, så hvis du er forhindret skal du melde afbud til Uwe.

Vi glæder os til at se jer på vandet

Hilsen
trænerne

Børnetrænerne

Børnetræner/Børnstart Jimmy Jensen 4127 8816 (MOB 2876 2380) Jimmy06@webspeed.dk	Børnetræner/Børnstart Uwe Lundberg 4848 5442 (MOB 2826 6236) uwe.lundberg@gmail.com	Kaptræner Mads Thorsdal 4848 4948 (MOB 2826 4948)
Børnetræner/Børnstart Henning Biering 3962 7517 (MOB 3011 7517) Henning_biering@hotmail.com	Børnetræner Anna Birk Niclassen 4825 2486 (MOB 2347 3982) anna@niclassen.dk	Børnetræner Hanne Skjernaa Faltum 4848 1239
	Hjælper Emma Nielsen	Hjælper Anna Liv Lundberg

Børneroerne





Børneroere på vandet

Toer tur på Mølleåen

Søndag den 2. juli kan du komme med på en tur på Mølleåen fra Holte til Strandmøllen ved Øresund og retur, i alt ca. 50 km, med 16 overbæring, hvilket betyder at du ud over at være frigivet også skal have nogle km. i kroppen for at turen bliver en fornøjelse. Vi mødes i klubben søndag kl. 8, og pakker kajaker og kører til Holte. Du skal selv medbringe hvad du skal bruge på turen, herunder mad og drikke.

Efter turen er der mulighed for at vi efter et bad deler en omgang pizzaer i det fri, så husk trøje, drikke samt penge både til is og pizza. Jeg regner med at vi er retur i Nødebo før kl. 22. søndag aften.

Det er planen at turen gennemføres i toer kajaker, da de mange overbæring ellers kan være en sej omgang. Kajakerne fordeles efter først til mølle princippet, så find en makker og lav en kajak ønske liste hvis du skal bruge en klub kajak, send tilmeldingen inklusive oplysninger om om du kan lægge bil til.

e-mail: bjarne_vinsloev@hotmail.com

Telefon: 48484201

Hilsen *Ninna og Bjarne*

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

Stafetten



Nå, her ligger en stafet. Den bringer jeg videre.

Mit første møde med kajaksporten finder sted i LIF vægtløftning sommeren '92, hvor jeg forgæves forsøger at overtale Kim Meldgård og Carsten Trangeled, som styrketræner, til at dyrke vægtløftning. I stedet fik de mig gjort nysgerrig med hensyn til kajak, hvad var det? noget med at ro.

Efter en lidet succesfuld prøvetur (tiltede 8 gange) meldte jeg mig stædigt til et begynderhold august '92, iøvrigt sammen med Bjarne Winsløw.

Blev lidt bidt af det og begyndte at deltage i løb som Susåen, Vallensbæk og Mølleåens Blå Bånd. Dog ikke Gudenåen. Nu er det kun Mølleåen og

vores hjemlige handicap. Det passer mig bedst.

Klubmesterskaberne, handicap og Mølleåen husker jeg mest som gode oplevelser. Paradoksalt står Mølleåens Blå Bånd nok også for den værste. Det var i 2001 hvor jeg kæntrede i hårdt vejr i Nord og havde besvær med at bjærge mig i land og måtte udgå. Fik revance året efter.

I 2001 købte jeg så en kajak af Per Nederby, tidligere medlem, en ældre men udmærket Fenja 85 med navnet "Røde Orm".

Flirtede en overgang lidt med kapkano, men det blev mest til svømning, såh det....

Med til de gode oplevelser hører også det sociale samvær, de mange gode fester, der har været.

Var ude af klubben i ca. 1½ år, men meldte mig ind igen i 2001 efter utallige opfordringer (plagerier) fra min gamle ven og rokammerat Bent Banke, som jeg giver stafetten videre til. Ready! Go!!

Lars Bromose

Aktivitetsplan

Hver uge (fra maj)		
Onsdage	kl. 18.30	Hygge rotur med Pia
Onsdage	kl. 19.45	Handicap
Se i øvrigt opslag i klubben og på www.kkes.dk		

Juni	
Søn. 28.	Grillaften kl. 20.00

Juli	
Søn. 2.	2-er tur på Mølleåen kl. 8.00-22.00
Søn. 9—Lør. 15	Sommertur til Sverige
Ons. 19.	Grillaften kl. 20.00

August	
Ons. 9.	Grillaften kl 20.00
Lør. 19.	Arbejdsdag
Søn. 27.	Kanojak Trim
Ons. 30.	Grillaften kl 20.00

September	
Ons. 20.	Grillaften kl 20.00

Se også børneholdets aktiviteter side 14.

Kajakklubben Esrum Sø
Krostien 11, Nødebo
3480 Fredensborg

Returneres ved varig adresseændring



**Næste blad udkommer i september 2006.
Deadline for indlæg er den 20. aug. 2006.**

