

Nr. 5 — december 2006

Klubblad for
Kajakklubben Esrum Sø



KANOJAK



Fra Børne-/ungdomsroernes Klubmesterskab

TILLIDSPOSTER I KAJAKKLUBBEN ESRUM SØ

Bestyrelsen:

Formand,

Pia Gulstad, Enghavevej 3, st. th., 3400 Hillerød, 48 24 45 46/25 22 91 54, formand@kkes.dk

Næstformand, Kontakt til kommunen, tilskud

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

Bestyrelsesmedlem, økonomiudvalg, referent, 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, motionsrum, bådudvalg, nøglesystem

Anders Baarts, Kirkevej 9, Nødebo, 3480 Fredensborg, 48 48 49 48, anders.baarts@mail.dk

Bestyrelsesmedlem, bådudvalgsformand, motorbåd

Jakob Wieghorst, Bakkegade 21, 1.1, 3400 Hillerød, 48 23 68 18, wieghorst@sport.dk

Bestyrelsesmedlem, løbstilmeldinger, trailere

Jakob Dan Jensen, Sygehusvej 2B, Esbønderup, 3230 Græsted, 49 15 17 99, jakobdan@yahoo.dk

Bestyrelsesmedlem

Signe Friberg Nielsen, Præstevænget 4, 3400 Hillerød, 48 25 49 88/40 30 57 88, signe_friberg@hotmail.com

Suppleant, festudvalg, rengøring

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

Øvrige poster

Kasserer, Økonomiudvalg

Kasper Østerbye, Rytterskolevej 11, 3230 Græsted, 48 48 50 10, kasserer@kkes.dk

Børneinstruktør, børne-eliteudvalg

Uwe Lundberg, Skovgærdet 10, Nødebo, 3480 Fredensborg, 48 48 54 42, uwe.lundberg@gmail.com

Kontaktperson ungdom, kontakt til svømmehallen, pololeder

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

O-løbs holdleder

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

Handicapafvikling

Bjarne Vinsløv, Nødebovej 67, Nødebo, 3480 Fredensborg, 48 48 42 01, bjarne_winslow@hotmail.com

Medlemsadministration

Malene Kamstrup, Rytterskolevej 11, 3230 Græsted, 48 48 50 10, medlemsadm@kkes.dk

Handicap tidtager, Indkøb køkken

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

Webmaster, rostatistik og rokort

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 for, 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
Nye bestyrelsesmedlemmer	5
Referat af generalforsamlingen	6
Julebrunch	13
Privatbåde og nøgler	13
Tour de Gudenå 2006	14
Børne-/ungdomstur til Lagen	16
Børne-/ungdoms klubmesterskab.	18
Program for børne-/ungdomsholdet	19
Kilometerstatistik børne-/ungdomsroning	20
Loganbrød	21
Stafetten	22
Aktivitetsplan	23

Bestyrelsens hjørne

Vi har fået sammensat en ny bestyrelse og alle poster er heldigvis blevet fyldt. 3 gange Jakob som vil tage sig af bl.a. anlæg, både og løb – det lover jo rigtig godt. Carsten er som næstformand bl.a. ansvarlig for ansøgninger til kommunen og Anders er primært Nøglemænd. Gitte og Signe er friske deltagere i bestyrelsen og jeg (Pia :o) er formand.

Vi vil gerne takke deltagerne i Generalforsamlingen for valget, og det er mit håb at I kommer til at opfatte os som en aktiv bestyrelse som med synlighed og styrke tegner klubben i henhold til jeres interesser.

Efteråret i fuld blæst gjorde det besværligt at få alle dele af sejlklubbens bro sikkert på land, idet brofagene hoppede af hjørnestolperne under ”stormen” fra nord. Det forlyder at man ikke skal opholde sig i vandet mere end 1 time under de nuværende temperaturer, men nu er alle stolper reddet i land. Til os andre som ikke bader frivilligt – HUSK redningsvest ved al sejlads i vinterhalvåret.

Standerstrygningen var en dejlig dag som lokkede mange på vandet. I år havde vi ingen nye både at døbe, men når bådehuset er færdigt bliver der plads til flere, så kom til standerhejs og se om bådeudvalget har fundet nogle gode sager.

Km-pokalen til unge piger gik til Estrid der som den sejeste både orker at ro de mange km og møde op blandt kedelige voksne og modtage trofæet. (Hvem mon vandt drengepokalen?)

Standerstrygningen sluttede som vanligt med lidt godt at spise og hyggeligt

samvær – i år med indlagt tale og poesi så vi blev helt rørt, men det er altså ikke et lukket selskab så mød op næste gang. Km-statistik venter vi med til januar, men regnet på antallet af omgange søen rundt er der mange som er nået ret højt op i år. De sidste dage før standerstrygningen var konkurrencen skærpet for at vinde snurretoppen men Poul løb atter af med snurretopsejren – der er vist nogle hustruer som håber konkurrencen ikke bliver lige så intens næste år.

Vinteren betyder ikke total nedlukning af kkes ! der er masser af gang i klubben selv om temperaturen er faldet:

Polo”drenege” holder gang i formen i svømmehallen hver fredag aften, der er stadig plads til at være med til sjov og tempo i denne sammensmeltning af kajak og håndbold – prøv det. Vinterens poloturering afholdes i forskellige klubber Sjælland rundt, og 19. januar kl 19:30-22 foregår det i Hillerød, så kom og gi’ dem en hånd.

Orienteringsløb (O-løb) er der også her over vinteren. Du kan stadig nå at være med i de sidste løb, følg med på kkes.dk hjemmesiden hvor tilmelding osv kan ses. Ergometrene er en disciplin vi alle kan være med i, og der er ikke risiko for at blive våd af andet end sved. Til gengæld kan formen holdes ved lige – eller måske forbedres. Der er mulighed for at træne alene eller koble de to maskiner sammen så man ror mod hinanden. På www.kano-kajak.dk kan man melde sig til konkurrence over nettet, så deltagere fra alle klubber i landet kan konkurrere mod hinanden.

Børnene svømmer og kajakker i svømmehallen hele vinteren, hver anden fredag – se på nettet hvornår.

Måske kommer der igen lullestue, hvor havkajak- og andre badeglade godtfolk

kan boltre sig i svømmehallens varme vand. Se igen på nettet hvornår. Og endelig, ja så kan man jo vove sig ud på det rigtige vand – når solen står vinterklar og frosten kildrer i næsen er en frisk tur ikke at fornægte. Vælg en båd du er rigtig tryk i, tag fornuftigt tøj på (+redningsvesten) og så er det ud i det blå, ud at få klaret tankerne, eller ud og føl dig levende og poetisk. Nyd turen i saunaen bagefter og familien får et friskt medlem retur. Hvis du vil ro med andre så kom 3.søndag i måneden så tager vi brunch efter roturen.

Det var bestyrelsens hjørne for denne gang, 2006 går snart på hæld, men vi har mange glade timer at tænke tilbage på; det var skønne dage i foråret hvor voksenbegyndere og børn boltrede sig med at lære kajak-kunstens glæder, sommerens lange varme dage gav gode ture søen rundt og efterårets konkurrencer havde mange super seje deltagere. Vinteren giver tid til eftertanke, så finder du nye påfund vi kan nyde glæde af eller har du ris og ros til bestyrelsen og trænerne, så giv os et praj: mail, telefon, saunasnak, bestyrelsesmøder, brunchfællesskab – der er masser af muligheder. Vi ses på søen!

/Pia

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

Nye bestyrelsesmedlemmer

For at give en kort introduktion til de nye bestyrelsesmedlemmer har vi bedt dem om, at skrive et par linier om sig selv. Vi har indtil videre kun fået et enkelt indlæg, så fortsættelse følger—forhåbentlig—i næste nummer af Kanojak.

Jakob Dan Jensen

Bor i Esbønderup og startede i klubben 2004.

Arbejder på Esum Møllegård som gartner i projekt for unge med særlige behov. Ror også havkajak og løber en del.

REFERAT AF GENERALFORSAMLINGEN DEN 8. OKTOBER 2006

1. Valg af dirigent

Claus Hilborg blev valgt til dirigent.

Dirigenten konstaterede, at generalforsamlingen i henhold til vedtægterne var lovligt indkaldt.

2. Formanden aflægger beretning

Bestyrelsens beretning for sæson 2005-2006

I fravær af en formand for kajakklubben, fremlægger jeg (Pia Gulstad) som næstformand bestyrelsens beretning. Alle foreninger har besvær med at finde frivillig arbejdskraft og kkes er desværre ikke et særtilfælde. Ved sidste års generalforsamling valgte jeg ikke at stille op som formand, i håbet om at nogle af vores mange medlemmer ville melde sig, efterhånden som det gik op for alle at Kasper ikke var der som formand mere. Man kan måske sige at vi desværre har for gode rutiner, så klubben trods alt stadig kører. Der er i alt fald ingen som har været tilstrækkelig generet af formandsmanglen til at de har meldt sig.

Bestyrelsen, og tordenskjolds soldater andre steder i klubben, kunne ellers godt bruge flere engagerede frivillige – måske skal vi lukke flere aktiviteter før manglen på arbejdskraft bliver tydelig. Imidlertid har vi valgt at gå den anden vej, og forsøger ihærdigt at bevise at eksemplets magt kan få engageret medlemmerne – lad os ikke knokle forgæves, please.

Administration

Foreningspakken har været brugt som regnskabssystem og administrations-system det seneste år. Det har givet mange kvaler, og vi har desværre måtte opgive at bruge systemet fremover. Det betyder at vi måtte have ekstern ekspert hjælp til at afslutte regnskabet.

Heldigvis har Kasper meldt sig som ny kasserer og fremover vil regnskabet styres i dertil designet regneark. PBS har lovet stadig at virke, så kontingenterne skulle komme ud til tiden. Malene holder gudskelov stadig fast i medlemsadministrations posten, så alt skulle være i gode hænder.

Eksterne relationer

William er stadig KKES's repræsentant i HSI og i foråret blev Jørn også indvalgt i HSI, som erstatning for pladsen i DIF's amtsudvalg som nedlægges. Derudover er Jørn nu indvalgt i DKF's miljøudvalg.

Nøglesystem

Sidste vinter havde vi en del dårlige episoder med private fester i klubhuset. Et elektronisk nøglesystem har gennem flere år være til debat, og vi besluttede at starte projektet her i sommers.

Systemet er nu oppe og køre og der er udleveret nøgler til 184 medlemmer, heraf 7 til sejlklubben. Anders bestyrer nøglesystemet, og systemet gør det nemt at lukke nøgler til folk som melder sig ud, eller hvis nøgler skulle blive

tabt. Der er lige nu 4 som har meldt sig ud, og fået lukket nøglerne – heraf har kun 2 returneret nøglerne og fået depositum retur. I starten var der en indkodningsfejl, hvorfor en del nøgler skulle opdateres, 3 personer har ikke meldt sig for at få opdateret nøglerne og så virker de altså ikke længere. Med et elektronisk system kan der laves en masse sjov statistik, så vi ved f.eks at der er åbnet døre 2242 gange indtil nu (ultimo september), og det er muligt at se præcist hvilke personer der er gået ind af hvilke døre hvornår. For at gøre det ekstra elektronisk foregår bestilling via hjemmesiden, betaling gerne via netbank men så sendes nøglen altså med snailmail – når den er betalt.

Anlæg

Der har været mange store anlægsopgaver i det forløbne år. Vinterbroen og landanlægget blev ødelagt af isen, så begge dele måtte bygges op fra grunden. Det nye bådhus har, som alle har kunnet følge med i, været en stor opgave. Heldigvis har der været mange frivillige om at løfte opgaven og det har ikke skortet på tilbud om hjælpende hænder. Vi mangler stadig at få porte, indmad, lys og fliser, men vi begynder at kunne se en ende på det. Arbejdsdage har været virkelig effektive med mange fremmødte. Vi kan dog se frem til at de næste år byder på maling af hele klubhuset, så hænder og tid kan vi ikke få for meget af.

Handicap

Onsdage er der herlig meget aktivitet i klubben. Jytte og Bjarne har som sædvanlig været dem der fik handicap turneringen til at fungere. Vejret kan man altid brokke sig over, og i år var bølgeelskerne vist lidt utilfredse. Grill og kage er alle derimod ovenud tilfredse med.

Konkurrencer

Malene Hjort vandt dame udgaven af årets Sea Challenge Fyn – igen. Gitte og Malene H kom hjem fra TdG med sølv i K2-dame og Kim M fik bronze på 120km. Ud af 12 deltagende roere på TdG er 3 medaljer da flot!

Havkajak

Havkajakgruppen er efterhånden veletableret med faste arrangementer. I foråret var der 9 personer på en tur til Issefjorden, en tur med 2 overnatninger denne gang ved Kongsøre. En anden traditionel tur er til Karlskrona skærgården når egetræerne lige er sprunget ud, denne gang med 11 deltagere. 3 ihærdige deltagere tog en tur til Kullen i sommer. Endelig har 6 personer roet en tur rundt om Bolmenø i søen Bolmen.

Udover turene, så der været rullestue i svømmehallen i vinters (3 gange), og gruppen har haft en dag med redningsøvelser under ledelse af Thomas der er ved at uddanne sig til havkajakvejleder under idrætslinjen på Københavns Universitet.

KKES har to både der er egnede til disse ture, men ofte har deltagerne lånt havkajakker af hinanden, og gruppen har ikke fundet det nødvendigt at presse på over for klubben at anskaffe havkajakker til de trods alt få ture der arrangeres.

Ungdom/polo

Vintertræningen 05/06 foregik i Hillerød svømmehal hver fredag, og der var kun ca. 5 aktive per gang. Der er faldet et par stykker fra og det har ikke været muligt at tiltrække nye polo folk. Holdet deltog i vinterens stævner i Serie Øst med et enkelt senior hold. KKEs var selv arrangør for et par stævner og endte med en placering midt i puljen.

Forår og sommeren har træningen foregået ude. Danmarksturneringen, der består af 5 stævner, deltog vi kun i stævnet i furessøen.

En journalist fra Hillerød posten lavede en artikel om holdet i sommer.

Troels har trukket sig fra trænerposten, og Bastian vil overtage hvervet.

Der er lavet et samarbejde med Rungsted polo afdeling, således at der trænes sammen i Hillerød svømmehal, men holdene opstiller hver for sig til stævnerne.

Begynderinstruktion

August 2005 afholdtes ingen begynderkursus, da der ikke var frivillige instruktører.

Der har været 2 begynderhold i maj/juni 2006. I år var der en del nye hjælpere og Frederik Roed var ny instruktør. Frederik havde heldigvis også tid til at varetage august 2006 holdet. I alt var 38 begyndere indrulleret i kurser denne sommer. Instruktørgruppen fungerede virkelig godt i år og konceptet for instruktion er nu indarbejdet og velfungerende.

Børn

Gennem vintersæsonen har vi brugt svømmehallen hver anden fredag med en blanding af svømning, kajakøvelser og leg. De børn der skal begynde til foråret deltager også og får lidt rutine i entring og tømning af kajak.

Vi havde planlagt en tur til Stevns Klint, men p.g.a. frisk vind måtte vi ændre turen til en Mølleå tur. Det var hyggeligt, men der er mange overbæring.

Første weekend af september var vi 12 børn og tre voksne på vores årlige tur til Lagen i Sverige. Selv om vi var ved at drukne i regn fredag aften, var børnene i godt humør og heldigvis havde vi en rigtig flot lørdag og en rimelig søndag.

I juni havde vi besøg af ungdomsholdet fra Rungsted og i september var vi på genvisit med kajak-tovtrækning og kajak-ringridning.

Senest har vi haft klubmesterskab. Igen med frisk vind fra øst og store flotte bølger. Vi gennemførte K1 200 m, K1 2000 m og K2 500 m. Klubmester blev Anna Liv og Anton.

Vi har et par gange været heldige at have Susanne Finsen på besøg, som har hjulpet med at forbedre vores rostil.

Vi har i år prøvet at starte kaproning om torsdagen med Mads som træner, men der har desværre ikke været interesse.

Sidst, men trist, har Jimmy meddelt at dette var hans sidste sæson på børneholdet, hvor han ellers har været fast inventar gennem rigtig mange år. Han skal have tak for sin store indsats.

Dette var så beretningen for 2006 sæsonen.

Dirigenten spurgte herefter om beretningen kunne godkendes af forsamlingen. Ingen indvendinger.

DEBAT.

1. Frivillig arbejdskraft

Generalforsamlingen udtrykte ros til Pia, Jacob og Anders for den særlige indsats, de har ydet på arbejdsdagene og i forbindelse med bådehus-byggeriet, hvor især Poul skal fremhæves.

Pia opfordrede i denne forbindelse alle til at bruge e-mail med ideer eller beskeder om, hvad der f. eks. kunne trænge til en reparation eller udskiftning. Derudover efterspurges flere som vil påtage sig opgaver.

2. Foreningspakken

Kasper fortalte om de mange problemer med foreningspakken, bl.a. at man ikke kunne udsende rykkerskrivelser. Dette betød, at 30 medlemmer blev meldt ud sidste år p. gr. a. manglende betaling pr. 1/9.

Sådan ting har skabt en mængde merarbejde for Kasper og Malene, men de tidligere problemer var ved at blive løst, herunder ved brug af PBS.

Jørn ville undersøge de andre klubbers brug af foreningspakken.

3. HSI m.v.

William sidder i bestyrelsen perioden ud. Jørn er repræsenteret mange steder bl.a. i styregruppen for Nationalparker, "Arresøbrugere" samt flere andre foreninger. (Vigtigt at have indflydelse i foreningslivet og på kommunens beslutninger). **Jørn** kunne oplyse, at roforbuddet på Arresø menes ophævet om ca. 1 år. Dette kunne skabe mulighed for en ny klub.

HSI agter at besøge samtlige klubber indenfor det næste halve år, hvor der så var mulighed for vor klub at fremføre vore ønsker. I øvrigt udløber ansøgningsfristen for tilskud til instruktøruddannelse den 1/12.

4. Nøglesystemet

Der var ros til Anders for implementeringen af det nye nøglesystem, som var let at bruge. **Anders** kunne oplyse, at der ikke var indrapporteret misbrug af nøgler og at man med hensyn til installation af systemet i det nye bådehus lige ville afvente, hvordan systemet i øvrigt fungerede.

5. Stævner og ture

Handicapturneringen havde vist stort fremmøde med god stemning. Der var et generelt ønske om at flere vil deltage i konkurrencer jf. det flotte resultat i TdG.

Man var opmærksom på at havkajakker vinder frem, men at klubben ikke har egentlige regler om frigivelse til havkajak. Det kunne overvejes, at bruge mere instruktion herom fra klubbens side.

6. Svømmehal m.v.

Jørn oplyste, at svømmehallen var meget overbelastet af andre idrætsklubbers brug. Vor klub råder over 2 bassiner hver fredag fra kl. 20.00. Vi bør være mere synlige nu da også poloaktiviteterne er reduceret.

Uwe henlede opmærksomheden på aktiviteterne hos vort børnehold og ungdomshold. Klubben mangler nok en ungdomstræner, der kan samle de unge op, når de forlader børneholdet. Det kunne overvejes at sende nogle unge på ”grundkursus” med henblik på senere træningsopgaver.

Opfordring fra **Pia** til at flere vil være hjælpere på disse hold.

3. KASSEREREN FREMLÆGGER DET REVIDEREDE REGNSKAB TIL GODKENDELSE

Pia indledte kort med at de regnskabsmæssige problemer, som bl.a. foreningspakken havde givet, hvorfor bestyrelsen ved regnskabsaflæggelsen havde valgt at inddrage en bogholder (ekstern).

Christian bemærkede, at der var mange omposteringer, som gjorde det svært at få et samlet overblik, og foreningspakken havde ikke gjort det bedre. F. eks. var der på indtægtssiden nogen usikkerhed om flere indtægter, da samme beløb var konteret på flere forskellige konti, herunder at indtægter fra polterabendarrangementer fremstod som væsentligt mindre end tidligere.

På udgiftssiden var der 4 Post Danmark opkrævninger vedr. forsendelse af klubbladet på ca. kr. 10.000. Dette skal undersøges nærmere, da dette beløb nok ikke skulle være betalt.

Endvidere figurerede der en fejlbetaling på i alt kr. 41.000 til Kajakbutikken, hvor beløbet skulle have været ca. kr. 16.000. Efter henvendelse til Kajakbutikken er der nu oprettet en til gode konto på ca. kr. 25.000. Med hensyn til udgifter til anlæg (eks. dør til omklædning, plæneklipper) var der enighed om at tage dette op i Fællesudvalget om en fordeling.

Pia oplyste, at der i år havde været ekstraordinært store engangsudgifter til det nye nøglesystem og bådehuset. (depositum for udleverede nøgler figurerer som en passivpost). Men bortset herfra kommer regnskabet på plussiden i sidste ende.

Kasper: Med ca. kr. 250.000 indestående i banken er der tale om en ekstrem solid klub, dog skal man være bedre til at kontere.

Der var enighed om, at der på bestillinger til klubben skal fremgå, hvem bestilleren er, således at leverandøren kan sætte det pågældende navn på fakturaen. Bestyrelsen skal i det hele taget være i stand til at kunne orientere sig bedre.

Regnskabet blev herefter godkendt.

4. INDKOMNE FORSLAG SAMT GODKENDELSE AF KONTINGENT

Bestyrelsen fremlagde 2 forslag til vedtægtsændringer:

1. § 1 – 1. sætning.
”Klubbens navn er **KAJAKKLUBBEN ESRUM SØ** (forkortet KES)
Ændres til
”Klubbens navn er **KAJAKKLUBBEN ESRUM SØ** (forkortet KKES)
2. § 5 – 4. afsnit – 1. sætning
”Personer, der søger optagelse i klubben midt i en periode, betaler kontingent i forhold til den tid, der er tilbage af halvåret, dog kun for resterende hele måneder.”
Udgår.
 1. forslag blev vedtaget, hvorefter klubbens navn svarer til hjemmesiden.
 2. forslag blev ikke vedtaget, da flere mente, at den nuværende betalingsmåde fortsat var en mere fornuftig og forståelig ordning. Man skulle blot være opmærksom på, at fortælle nye medlemmer hvad det pågældende kontingent indebærer.

Budgettet skal ikke godkendes, men er bestyrelsens forventninger til næste år. Administration og porto er store poster (ca. kr. 46.000) der skal sættes ned. Der budgetteres med indkøb af nye både på ca. kr. 30.000, + de kr. 25.000 fra Kajakbutikken. Samlet års underskud estimeres til kr. 42.000.

Generalforsamlingen vedtog uændret kontingent.

5. VALG TIL KLUBBENS TILLIDSPOSTER

Bestyrelsen har i år bestået af Pia Gulstad (næstformand), Andres Barts, Carsten Skovsbøg, Henrik Børresen, Jacob Gulstad, Bastian Carlsen. Suppleant Birgitte Buch. Kasserer Lykke Børresen.

Bastian er indtil generalforsamlingen blevet erstattet af Birgitte.

I forbindelse med regnskabsårsskift er der blevet valgt ny kasserer: Kasper Østerbye.

Følgende blev nyvalgt:

Signe Friberg (bestyrelsesmedlem for 1 år)
Jacob Dan Jensen (bestyrelsesmedlem for 2 år)
Jacob Wieghorst (bestyrelsesmedlem for 2 år)

Pia Gulstad blev valgt som formand (for 1 år)
Carsten Skovsbøg blev valgt som næstformand (for 2 år)
Birgitte Buch blev valgt som suppleant (for 1 år)
Marianne Bjørn blev valgt som revisor (for 2 år)
(Christian Madsen fortsætter 1 år endnu som revisor)
Jørn Mathisen blev valgt som revisorsuppleant (for 1 år)

Kristian Kaltoft blev valgt som medlem af fællesudvalget
Poul Nymark blev valgt som medlem af fællesudvalget
Pia Gulstad fortsætter som medlem af fællesudvalget

6. EVENTUELT

Der udspandt sig afslutningsvis en diskussion om stavgængerklubben.

Pia oplyste, at Ib fra Fællesudvalget havde givet stavgængerne lov til at benytte klubben én gang ugentligt (helst fredag). Forslag om at de skal med i Fællesudvalget.

Der var nogen bekymring for om stavgængerne ville "sætte sig" for meget på klubhuset (**Uwe, Christian, Marianne, Gitte**), hvorfor de nok skulle gøres opmærksomme på, at klubhuset kun måtte bruges til egentlige klubaktiviteter.

Dirigenten henviste til, at stavgængerne ud fra klubbens vedtægter og formålsparagraf ikke havde nogen offentlige rettigheder. Der var alene tale om gæstestatus. På den anden side var stavgængerne gennem kommunen formelt berettigede til at benytte klublokalerne. Der var dog generel betænkelighed omkring bad/sauna. Der er ikke kapacitet nok. Generalforsamlingen opfordrede bestyrelsen til at arbejde hen imod at stavgængerne kun vil opnå gæstestatus og kun have adgang til selve klublokalet.

Med hensyn til handicap bøjerner mente **Gitte**, at de var svære at se. Hun foreslog en anden farve, eks. hvid eller orange, og påtog sig at sy nogle bøjeflag.

Jytte efterlyste – som flere andre – andre og nyere møbler fra kommunen og håbede på, at tæppet vil blive erstattet af flisegulv. Det aftaltes, at Fællesudvalget tog sig af sagen.

Generalforsamlingen afsluttedes ved dirigentens tak for god ro og orden ved den lange generalforsamling, som man i fremtiden kunne overveje også skulle starte om søndagen kl. 13.00 (gerne med frokost).

WWW.PAGAJ.EU

Julefrokosten erstattes i år af Jule-Brunch/Lunch !!

3. søndag i december: 17/12 kl. 11:30

Konceptet:

Roning hvis vejret er til det, ellers enhver anden sport

Du fastsætter selv starttidspunktet

Saunaen er klar kl. 11:00

Skriv dig og familien på listen i klubben

Katja & Gitte & Jytte

Privatbåde og Nøgler

Det nye bådskur bliver forhåbentligt snart færdigt. Derfor er båd-udvalget gået i gang med, at planlægge hvorledes bådene skal fordeles i skurene. I den forbindelse er vi stødt på privat-både uden nummer på siden!

For at kunne administrere tildeling af pladserne til, vil vi anmode ejere af både uden nr. om, at henvende sig til en fra bådudvalget. Alternativt sætte en seddel på båden med navn og adresse.

Bestyrelsen har besluttet at bruge det nye bådehus til de private kajaker. de vil derfor blive flyttet derover sidst på året når bådehuset er færdigt.

De rum hvor der før var private både vil blive brugt til klub kajaker.

Bådudvalget vil med Jacob Wieghorst i spidsen beslutte den præcise placering

Vi vil installere elektroniske nøgler i det nye bådehus og i polo og redskabsskuret

Det er derfor nødvendigt at have en af de nye nøgler hvis man fremover vil have adgang til private kajaker polo eller haveredskaberne.

Nøgler bestilles på www.kkes.dk

På forhånd tak.

Bådudvalget.

Tour De Gudenå – 2006

Forberedelserne til årets Tour de Gudenå startede tidligt i 2006. Allerede sidste år begyndte Marianne K at overveje, om udfordringen skulle tages op, og da Marianne B i et svagt øjeblik (!) kom til at sige, at det lød da spændende, var der ikke rigtig nogen vej tilbage. Det blev kajakmålet for 2006: Tour De Gudenåen på damedistancen (87 km) skulle gennemføres - og helst indenfor tidsrammerne.

Om fredagen tog vi afsted mod Silkeborg – og ankom til den skole, hvor vi skulle overnatte på nøjagtig det tidspunkt, der stod i Pias plan. Det skulle vise sig at være generelt for hele turen, der var virkelig styr på logistikken – Pia styrede roere og hjælpere med venlig, men fast hånd, og iført gul kasket!

Vi startede i Skanderborg lørdag middag. Efter nogle km på Skanderborg sø skulle vi følge åen et stykke. Det var desværre på det stykke, at vi blev indhentet af de hurtige herre-kapbåde. Der er begrænset plads til at vige på. Men vige, det gør man uvilkårligt, for der er ingen tvivl om, at det gælder livet for de herrer! Det kunne man også tydeligt se og høre ved overbæringen ved Fuldbro – der blev gået til den, vi veg igen og ventede til de mest hidsige var kommet afsted.

Inden turen havde vi fået at vide, at Mossø kunne være ubehagelig – men i vore tanker var det jo bare en sø, kun en smule længere end Esrum sø, så det kunne vel ikke være så galt?! Men det kunne det! Vi har fået et nyt referencepunkt!

10 km i strid modvind og kæmpebølger (nåh ja, alt er vel relativt, men de var altså rigtig store) var ved at tage pippet fra Marianne K, der ikke er begejstret for uroligt vand. Det blev nok heller ikke bedre af, at vi hele tiden kunne se andre løbsdeltagere, der svømmede rundt med deres kajakker. Marianne B ventede og kom med opmuntrende tilråb.

Efter å, overbæring og Mossø var Marianne K helt sikker på, at det her skulle bare gennemføres – derefter skulle hun aldrig i nærheden af Gudenåen igen. Og det kom så til at betyde, at hun roede som en ”Duracell-kanin” resten af turen for at få den overstået. Det eneste Marianne B kunne gøre var at fange en bølge og hænge på!

Ved Ry var der pause, hvor hjælperne stod klar til at bære kajakker, skaffe mad og drikke og i det hele taget sørge for, at vi havde det godt og genvandt troen på, at det her kunne vi godt.

Efter Ry forventede vi kun at have Juelsø og derefter å tilbage. MEN den ene sø blev afløst af den næste, og den næste, og... Nu var det Marianne B's tur til at være træt af det hele, og Marianne Ks tur til at komme med opmuntrende tilråb. Efter en evighed kunne vi endelig se målstregen og høre de opmuntrende tilråb fra de andre Esrum-folk, så vi fik kræfter til det sidste stykke. Særlig fornyet kraft fik vi efter Uwes opmuntrende råb: ”Så

kan I godt begynde at ro!" ;o)

Dag 2 var å-sejlads hele vejen. Det kan godt anbefales med sådan en medstrøm. Den vil vi gerne have indført i Esrum sø! Vi havde en 'hare' i form af en roer med en rød bølgehat, som kunne ses på lang afstand, og så gik det bare derudaf, indtil vi nåede målet i Randers – og det indenfor tidskravet! Her kunne vi så stolte iføre os "trofætrøjen" – en svedtrøje, hvor der står Tour De Gudenå Marathon. Det var tilsyneladende højeste mode i Randers den dag!

Marianne K's hukommelse er usædvanlig kort, så hun begyndte allerede på dag 2 at overveje sin deltagelse næste år – Marianne B sagde på samme dag: "Been there – done it" og skal måske lige bearbejdes lidt mere, før vi er med igen næste år?

Tusind tak til hjælperne Pia, Jacob G, Jacob Dan og Lars – hvor er det skønt, at man kan blive vartet op og nusset om og overhovedet ikke behøver at tænke på andet end at bevæge kajakken fremad.

Vi ses igen på Gudenåen næste år – måske.

2 x *Marianne*



**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 •

Børne-/ungdomstur til Lagen

Traditionen tro var børne-/ungdomsholdet på en weekend tur til Lagen i Sverige. Efter flere år med super mega fint vejr, fik vi i år en start med masser af regn, men det er nogle seje børn der roer kajak i KKES. I silende regn fik vi roet vores kajakker og bagage ud til øen og gennemblødt til skindet fik vi rejst vores telte i den mørke svenske nat.

Om lørdagen blev vejret meget bedre og vi roede alle en lang tur mod strømmen op ad Lagen. Undervejs spiste vi vores medbragte frokost og Sigurd og Sigurd, viste hvordan man laver entring med makkerhjælp i strømmende vand. Tilbage på øen blev eftermiddagen brugt til badning og flådekamp. Om aftenen fik vi bålmad og lå og snakkede ved bålet til regnen kom og sendte de sidste i seng.

Søndag formiddag var vi på en hyggelig rotur, inden vi spiste frokost, pakkede sammen og roede tilbage til fastlandet for at pakke trailer og biler. Vi var tilbage i Nødebo kl. 1800, heldigvis var der kommet en masse forældre som hjalp med at tømme trailer og lægge ting på plads.



Børneholdet samlet med den "øde ø" i baggrunden



Sigurd laver entring med makkerhjælp.



Flåde kamp.

Børne-/ungdoms klubmesterskab.

Børneholdes klubmesterskab blev afviklet i strid blæst og af samme grund var kun de sejeste fra børneholdet dukket op. Der blev roet 2000 m K1, 500 m K1 og 500 m K2 mix. og hvert løb krævede et offer, i form af kæntringer eller bordfyldte kajaker. På grund af vejret måtte vi aflyse flere discipliner bl.a. stående roning og håndpadling.

Klubmester blev:

Piger:	Drenge:
1. Anna Liv Lundberg	1. Anton Bay Andersen
2. Estrid Skjernaa Faltum	2. Sigurd Ildvedsen
3. Mette Skov	3. Anders Lundberg



Program for børne-/ungdomsholdet

Hej børne-/ungdomsroere

I denne mørke tid er det dejligt at vi har svømmehallen, hvor vi kan mødes hver anden fredag fra kl. 18:45 til 21:15 (se program). Vi vil som altid have en god blanding af svømning, som Julie står for og kajak øvelser og tid til leg. I løbet af vinteren vil vi øve ud/indstigning af kajak, entring (makkerhjælp), balance, kajaktømning og at skodde.

Vi vil også, efter en fredagssvømning, lave en overnatning i klubben, med film om aftenen og andre aktiviteter lørdag formiddag. I får nærmere besked om overnatningen til fredagssvømning en eller to gange før.

Program:

Fredag den 08. dec. 2006 Børne-/ungdomssvømning 18:45-21:15

Fredag den 05. jan. 2007 Børne-/ungdomssvømning 18:45-21:15

Fredag den 19. jan. 2007 Børne-/ungdomssvømning 18:45-21:15

Fredag den 02. feb. 2007 Børne-/ungdomssvømning 18:45-21:15

Vinterferie

Fredag den 02. mar. 2007 Børne-/ungdomssvømning 18:45-21:15

Fredag den 16. mar. 2007 Børne-/ungdomssvømning 18:45-21:15

Fredag den 30. mar. 2007 Børne-/ungdomssvømning 18:45-21:15

Fredag den 13. apr. 2007 Børne-/ungdomssvømning 18:45-21:15

Så bliver det tid til at kommer ud at ro igen, de "gamle" starter tirsdag den 17. april medens de nye starter lørdag den 28. april.

Hilsen fra børneinstruktørerne

Hanne, Anna, Niels, Uffe, Henning og Uwe

Kilometerstatistik børne-/ungdomsrøning 2006

Navn	km
Anders T. Lundberg	279
Estrid Skjernaa Faltum	251
Anna Liv Lundberg	199
Julius Lyk-Jensen	189
Sigurd Due Hilborg	179
Mette Christina Skov	166
Anton Bay Andersen	154
Sigurd I Idvedsen	144
Emma Nielsen	120
Jesper Liisberg	115
Laura Finne	105
Simon Jørgensen	93
Sofie Kring	81
Sune Sørensen	80
Mads Birk Niclassen	49
Rasmus Svård	40
Kristine Wedø	39
Masja Fonnes	31
Christeffe Schramm	29
Kirstine Børresen	23
Amalie Bjergager Arnesen	20
Mads Kaltoft-Sørensen	17
Emma Toke	14
Asbjørn Faltum	14
Jonathan Wredstrøm	8
Alexander Strøberg	6
Total	2445

Loganbrød

- 500 g fuldkornshvedemel
- 300 g alm. hvedemel
- 130 g kokosmel
- 130 g soyamel
- 100 g hakkede nødder
- 100 g rosiner
- 100 g abrikoser eller anden tørret frugt
- 2 tsk. salt
- 130 g druesukker eller sirup
- 100 g honning
- 300 g smør
- 5 dl mælk

De tørre ingredienser blandes sammen, sukker, smør og mælk varmes godt op og det hele æltes godt sammen, fyldes i en smurt bradepande og bager ca. en time ved 180 grader.

Brødet skal helst skæres ud mens det er varmt.

Logan brød kan holde sig i to uger. Det er meget velegnet til vandre- og havkajak turer. 2-300 g loganbrød udgør et helt måltid, men husk at få noget at drikke til.

Stafetten

Stafetten udgår desværre i denne udgave af Kanojak p.g.a. manglende indlæg.

Nedenfor kan istedet ses en liste over, hvem der har haft stafetten de seneste år. Så kan I jo vælge at læse/genlæse de tidligere stafetter i de gamle blade (kan også læses på www.kkes.dk).

Årgang	Blad nummer	Stafet skriver
2000	2	Susanne Findsen
2000	3	Ingen
2000	4	Martin Jensen
2000	5	Heine Weihe
2001	1	Martin Prip Kruse
2001	2	Linda Pileborg
2001	3	Mathias Milfeldt
2001	4	Jeppe Puck
2001	5	Jan Lassen
2002	1	Malene Kamstrup
2002	2	Ole Tronier
2002	3	Heino Wohlert
2002	4	Flemming Secher
2002	5	Jørn Mathisen
2003	1	Ingen
2003	2	Ingen
2003	3	Mette Høg
2003	4	Jette Bælum
2003	5	Ingen
2004	1	Ingen
2004	2	Carsten Skovsbøg
2004	3	Anne Lin
2004	4	Ella Grimm
2004	5	Claus Munk/Marianne Kristensen
2005	1	Pia Ringholm (Gulstad)
2005	2	Jytte og Poul Nymark
2005	3	Familien Hilborg
2005	4	Familien Lundberg/Thorholm
2005	5	Familien Dalsborg
2006	1	Katja Richardt Lundh
2006	2	Marianne Bjørn
2006	3	Lars Bromose
2006	4	Bent Banke

Aktivitetsplan

Hver uge (fra november)		
Fredage	kl. 20.00	Kajakpolo
Se i øvrigt opslag i klubben og på www.kkes.dk		

December	
Søn. 10.	O-løb
Søn. 17.	Julebrunch/lunch 11.30

Januar	
Søn. 7.	O-løb
Fre. 19.	Kajakpolostævne i Hillerød Svømmehal 19.30-22.00
Søn. 21.	Sport, Sauna & Søndagsbrunch 11.30

Februar	
Søn. 4.	O-løb
Søn. 18.	Sport, Sauna & Søndagsbrunch 11.30

Marts	
Søn. 4.	O-løb
Søn. 17.	Sport, Sauna & Søndagsbrunch 11.30

Kajakklubben Esrum Sø
Krostien 11, Nødebo
3480 Fredensborg

Returneres ved varig adresseændring



**Næste blad udkommer i februar 2007.
Deadline for indlæg er den 28. jan. 2007.**

