

Nr. 2 — april 2007

Klubblad for  
Kajakklubben Esrum Sø



# KANOJAK



*Tursæsonen er startet for havkajak-roerne.  
Isefjorden, påsken 2007.*

## **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 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
Fællesroning	5
Klubaften—hver onsdag	6
Nye kajakker i skuret	6
Handicap-turnering	7
Kom godt igang	7
Arbejdsweekend	8
Nyheder til kano- og kajakfolket	10
Karlskrona tur	12
Heldags 2'er tur	13
Kajakløb	14
Kajakløbs-historie	14
Weser 1992	14
Børne- /ungdomsroning	16
Stafetten	18
Aktivitetsplan	19

## Bestyrelsens hjørne

Fantastiske forårsdage får søens vand til at lokke kajakfolket frem – jeg bliver i alt fald lokket til underskønne timer langs søens kyster, med udsyn til skoven som langsomt springer ud nærmest for øjnene af mig.

Standerhejsning d. 14 april er vel det egentlige startpunkt på sæsonen, men en mild vinter har allerede givet mange km på rokort – jeg har oven i købet set flere været søen rundt, selv om det ikke tæller endnu. Hvordan kan DU lade være? Poul plejer at sige, ”Søen og vandet er der, hvad holder dig tilbage?” Men jo, vandet er stadig koldt, og selv højtryksvejr kan give bølger på Esrum Sø, så det er fornuftigt at være forsigtig f.eks ved at vælge en lidt for stabil båd indtil sommerformen er på plads igen.

Har du også set rigtig mange kajak hints denne vinter? Det er som om alle typer af reklamer og reality tv har indset det smarte i en kajak, så vi bliver nærmest bombarderet med kajak-inspiration. Jo, det er enestående naturoplevelser man får fra en kajak – ja, det er frihed samtidig med sport og på en lækker overskudsagtig måde ”Zen” – at tage sig tiden til at være Dig-Naturen-Et. Alt det man egentlig ikke har tid til i hverdagen, men alligevel gerne vil udstråle at være. Se alle dem med kajakbøjler på taget! Vi ser dem – nikker sigende, og tænker – de vil gerne have tiden til kajak, men har ikke tiden til at tage de forbandede bøjler af igen, for helt ærligt – hvem roer så ofte at de altid må kører rundt med bøjler på taget :o) Vi må vist se at sælge lidt flere klistermærker med klublogo – det er da kult!

Men hvordan går det i klubben ved søen? Jo-tak Flyvende. Nye både, omrokering i

bådskurene, nyt gulv i klubhuset, nyt varmesystem til både hus og vand, overfyldte begynderhold, børn og unge som vil frigives til sjov på søen og sandelig også nyt motionsudstyr – det er jo fantastisk dejligt at være formand for sådan en succes.

Er der da noget som kunne være bedre? Ja, lidt jysk er vi vel alle – så jeg ønsker flere begyndere som holder ved og får km på rokortet, og så ønsker jeg flere unge som har energien til lange træningspas så Esrum ikke bliver glemt på sejrsskamlerne.

Men hvordan gør vi så det?

Åbne arme til vores ellers lukkede kredse kan måske holde på flere begyndere. Esrum er ikke en særlig nem klub at være ny i – jo altså helt nybegyndere bliver der taget hånd om men dernæst er man på egen hånd, og mange føler nok at det er en lidt ensom kamp at blive en af de accepterede gamle garvede roere. Du kan hjælpe ved at møde op til fælles roture, måske oven i løbet arrangere ture og give lidt tid til nye som ikke roer så kvikt som du-selv. Jer nye må også selv opsøge fællesskabet, måske ser det lukket ud med brunch, standerhejs og grill, men det skal faktisk opfattes som invitationer. Og så det nemme, HILS på dem du møder i klubben og SNAK dog med folk der skal eller har været på vandet – det tager kun et øjeblik og betyder så meget, ligegyldig om man er ny eller gammel i gårde. Konkurrencefolket, hvordan får vi så dem i gang? Nogen vil sige det er fordi vi ikke har bådene til den slags, andre at vi mangler trænere – og lidt af begge har nok ret. Jeg synes vi skal have både og instruktører til de folk som faktisk er i klubben – men jeg håber at nye talenter vil kæmpe sig frem! Og til dem syn's jeg at vi skal hjælpe med at skaffe sponsorer til det helt rigtige grej. Så hermed en

opfordring til kraftfulde talenter – Kom til ungdomstræning, Deltag i konkurrencer og Sig hvad du har brug for – så vil vi prøve at hjælpe!  
Lad os skyde sæsonen 2007 i gang og håbe på en fantastisk forsommer. Vi ses på vandet om du så skal søen rundt flest gange, træner til handikaben eller bare skal nyde bøgen springe ud.

/Pia



**MUSKEL-  
SPÆNDINGER?**

**SUSANNE FINDSEN**  
lægeeksamineret massør

Kongevejs Centret 6-8  
(hos Fysioterapeuterne)  
2970 Hørsholm  
Tlf. 45 86 15 01  
9<sup>00</sup>-12<sup>00</sup>

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](http://www.kajak.dk)

## Fællesroning Kristi himmelfart torsdag d. 17. maj kl 10:30

Vi starter stille ud med rute afhængig af vejr og deltagere.

Er du begynder fra sidst år som gerne vil have en sikker opstart, eller er det mange år siden du rigtig fik roet mange km, så brug lejligheden til at komme i gang sammen med os andre i trygge omgivelser.

Find din gamle ro-makker og start positivt op på sommeren.

## **Klubaften – hver onsdag !**

Onsdage er kajak klub dag, hvor polofolk, tur-roere og handikaproere mødes til hyggeligt samvær sommeren igennem. Det er om onsdagen at snakken går, så syn's du, at du altid er helt alene om roturen og kan du bruge andre kajak folk at snakke med og/ eller konkurrere mod, så mød op om onsdagen fra starten af maj (d. 2/5) til slut september.

Eftermiddagen plejer at stå i polo-tegn, og skal du nå sø'en rundt inden solnedgang skal du sikkert også starte tidligt.

Ca kl 18:30 tager tur-roerne af sted på en stille hyggetur hvor der er tid og plads til alle. Men kl. 19 er det bare med at rubbe neglene hvis ikke man skal ro'es agterud når Jytte starter handicapen med et Go'. Man skal jo gerne være med hver uge hvis pointtavlen skal være i top, så det er med at planlægge hvor lidt ferie der bliver tid til.

Et vigtigt element er ”kageklubben”, det er svært at undsige sig, og det er der heller ingen grund til! Hver tager sin tørn sommeren igennem, og nyder ellers de andres kreationer resten af onsdagene.

Hver 3je onsdag er der GRILL. Medbring selv noget at grille og noget at drikke, så laver en venlig sjæl forhåbentlig en uovertruffen salat, som kan købes for ca 20,-/person. Grill aftener i 2007 er: 16 maj, 6 juni, 27 juni, 18 juli, 8 august, 29 august og sidste handicap aften 19 september.

*/Pia*

## **Nye kajaker i skuret.**

Klubben har købt 2 stk. Coastrunner , som er til begyndere eller andre der gerne vil sidde stabilt, hvis vandet er uroligt. De er grønne ! (mangler p.t. farvemærkat) og har fået nr. 27 og 28.

Og 2 stk. Swift Racing +. De er gule!

Den ene har fået nr.31 , mens den anden bliver leveret 1. maj.

”Racing + ” betyder at båden er i kevlar/kulfiber. Desuden har den kapsæde, hvilket gør at den er lidt anderledes at ro i end vores ”gamle almindelige” Swift.

De 3 kajaker , som vi har fået, bliver døbt til standerhejsningen, men de er til fri afbenyttelse nu.

Mvh. Bådudvalget

## Handicap- turnering

Årets Handicap-turnering starter den 2. maj kl. 18.50 og løber hver onsdag sommeren igennem frem til den 26. september.

Husk at der 1. gang er lodtrækning om klubbådene kl. 18.00.

Ellers går starten normalt kl ca. 19.

Reglerne for handicappen kan studeres på:

<http://www.kkes.dk/Handicap/handicap.htm>

/Bjarne



*Der lægges kræfter i spurten ved en tidligere handicap.*

## Kom godt i gang - 2007

Søndag d.15 april er sæsonen skudt i gang, men hvis du stadig synes at vandet ser koldt ud og hvis det er lang tid siden du sidst var ude i kajak, så tag ud med men os andre !

Vi starter kl. 10:30, og rør i roligt tempo efter forholdene

Det er din chance for at starte sæsonen positivt og sikre et godt sammenhold sommeren igennem.

/Pia

## **ARBEJDSWEEKEND I KLUBBEN D. 2.+3. JUNI 2007 KL 10.**

I år har vi allieret os med Hillerød Sejlklub om vedligeholdelsen af klubhus og anlæg. Derfor er det nu ikke kun en dag, men en hel weekend. Så er der nok også færre der er forhindret af Moster Agates fødselsdag. Det er selvfølgelig nok at møde op den ene dag.

Der vil være god brug for mange flittige hænder, da opgavelisten er lang. Jeg kan i flæng nævne malerarbejde, hovedrengøring, oprydning i depot og skure, nedrivning af pergola m.m.

Klubben vil som sædvanlig stå for lidt frokost og en forfriskning eller to til de flittige.

MVH  
Jacob G.

**[WWW.PAGAJ.EU](http://WWW.PAGAJ.EU)**





Der blev knoklet både indendørs og udendørs på arbejdsdagen i 2006.





## Nyheder til kano- og kajakfolket

Henrik Numelin, numelin@get2net.dk

### VKV skal sælge ”kinabåde”

Verdens ældste (1925) kajakproducent, det svenske VKV i Vitudden, er blevet generalagent for Seabird Design i Sverige. Seabird Design er en ny serie kajaker som produceres i Kina og allerede nu sælges i Norge til yderst konkurrencedygtigt priser. Som ny svensk generalagent har VKV også sikret sig eneretten til at ”kinabådene” kan fås i den specielle hvide og blå farvekombination – præcis samme farver som de kendte VKV kajakerne leveres i. Med det nye agentur kan VKV nu tilbyde kajaker i høj kvalitet i alle prisklasser. Der er p.t. ingen dansk forhandler af ”kinabådene”.  
Mere info: [www.kajakk.net](http://www.kajakk.net) og [www.vitudden.com](http://www.vitudden.com)

### Musik ombord

Hvis du har svært ved at undvære musik på dine roture så er Jens of Swedens MP-3 afspiller måske noget for dig. Den hedder MP-X og kan tåle både vind og vejr. Den er fremstillet af blødt urethangummi som bl.a. kan tåle fugt og vand. Med plads til omkring 300 sange og 12 timers levetid på et batteri kan MP-Xeren hjælpe til at holde kadencen oppe på selv de lange træningspas. MP-X måler 54 x 43 x 11 mm og vejer 30 gram inkl. batteri. MP-X fås i to versioner; 512 mb og 1 Gb. Prisen er henholdsvis 85 € og 108 € inkl. et USB-kabel til overførsel af filer. Høretelefoner er ekstra udstyr. MP-X kan kun købes via Jens of Swedens hjemmeside.  
Mere info: [www.jensofsweden.se](http://www.jensofsweden.se)



Henrik Numelin, numelin@get2net.dk

I slutningen af februar besøgte Kanojaks udsendte Boatshow 07 - Danmarks største indendørs bådudstilling - som blev afholdt i Fredericia. Udstillingsarrangørerne havde fyldt Dronning Margrethe hallerne (ca. 33.000 kvm.) med knap 200 udstillere som præsenterede sejl- og motorbåde i alle størrelser og priser. Sammen med alt hvad man kan tænke og ønske sig af udstyr og tilbehør til sin flydende fritidsinteresse.

Oh med udstillingskataloget som vejviser gik Deres udsendte på jagt i udstillingshallerne efter nyheder til kano- og kajakfolket.

### **En dansk klassiker fra Portugal**

På Kronjyllands Kano- og Kajakcenters stand var en snehvid Chiki kajak netop ankommet fra Goltziana i Portugal. Chikien ligner stort set Jens-Juel Therkildsens kendte Tiki kajak. Den 4,4 meter lange kajak med dens afrundede V-formede bund og bredden på 60 cm giver Chiki kajakken en stabil kurs og høj primær og sekundær stabilitet. Egenskaber som bl.a. nybegyndere, motionsroere og kajakfiskere sætter stor pris på. Hos Goltzianas støber man mere glasfiber ind, hvilket giver en stærkere og tungere (16 kg) kajak. De synlige forskelle mellem Tikien og Chikien er at Chikien leveres med vandtæt stuverum og luge samt at fodspark og ror er i aluminium. Chikien er 440 cm lang, 60 cm bred og vejer 16 kg. Pris 8.900 kr.

Mere info: [www.kkkc.dk](http://www.kkkc.dk)

### **Skrappe sicilianere**

En anden nyhed hos Kronjyllands Kano- og Kajakcenter var de sicilianske Genesis kajaker som laves hos Fiberline. Det er kajaker som henvender sig til den øvede og til ekspert roere. Seriens billigste model er Genesis 5000 Migrator til 13.000 kr. Kajakken er designet til langdistancetur i al slags vejr. Genesis 5000 er 5,0 meter lang, 54 cm bred og vejer ca. 21 kilo. Pris: 12.999 kr.

Mere info: [www.kkkc.dk](http://www.kkkc.dk)

### **b-outdoor**

b-outdoor i Kolding, er en af de førende danske importører af kajaker og udstyr. Siden 1998 har b-outdoor været agent for bl.a. Prijon, NRS og Smartwool. Årets nyhed i b-outdoors sortimentet er de ungarske Bako Kayaks. Og her var der straks to kajaker som straks fangede Deres udsendes opmærksomhed; Bako Escape 520 en hurtig turkajak med justerbart sæde, t-styring og vandtæt stuverum med luge. Skrogform og dæk meget lig Bjørn Johansens Escape...Den anden kajak var en Bako Exel C-Max, en hurtig racerkajak, der kombinerer hurtig acceleration, høj fart og stabilitet.

Bako Kayaks ejes af Bako Zoltan, som i 70'erne hentede mange kajakpræmier hjem til Ungarn. I en periode var Bako også træner af det norske landshold og personlig træner for Knut Holmann og Eirik Veraas Larsen. Priser: Bako Escape 520 koster 12.995 kr., Bako Excel koster 16.995 kr.

Mere info: [www.b-outdoor.dk](http://www.b-outdoor.dk)

### **Ny havkajak i mahogni**

Struer Kajak havde taget deres nye havkajak med til Boatshow i Fredericia. Den flotte mahogni kajak vakte stor opsigt blandt de mange udstillingsgæster - det er jo heller ikke hver dag man præsenteres for en håndbygget havkajak i ædeltræ!

I anledning af Struer Kajaks 60 års jubilæum som kajakbyggeri bygges den nye Struer Havkajak i et begrænset

antal: 60 stk.

Så nu er hurtige overvejelser nødvendige hvis du vil sikre dig en havkajak i træ fra

Struer!

Jesper fra Struer Kajak fortæller at man allerede en måned efter præsentationen på bådmessen har 6 havkajakker i ordrebogen.

En håndbygget jubilæumsudgave af Struer Havkajak koster 47.500 kr. Der er mulighed for at købe ekstraudstyr f.eks. fotolomme, få monteret en eller to dæksluger eller få påført dit navn på kajakken med silketryk.

Mere info: [www.struerkajak.dk](http://www.struerkajak.dk)

### **Kajakkæden**

Sidste år udvidede Kajakkæden sit program med 2 kajaker fra Boreal Design i Canada. I år var kommet yderligere en Boreal kajak i programmet. Denne gang en Labrador – en flot kulfiber/kevlar kajak med Boreal Designs knæspant skrogfacon. En kajak med kulfiber/kevlar giver et både stivere, stærkere og lettere skrog. Labrador er udstyret med Boreal Designs vipperorsystem, vandtætte skot, tre stuverum, sikkerhedslinje og elastiksnore på dækket. Labrador er 5,6 meter lang, 53 cm bred, vejer 21 kg og kan laste 132 kg. Pris: 29.975 kr.

Kajakkædens program omfatter også Hasle kajaker, RTM kajaker, Hobie sejl- og fiskekajaker, beklædning fra Kokatat og tilbehør fra Eckla.

Mere info: [www.kajakkaeden.dk](http://www.kajakkaeden.dk)

### **Pinse, skærgård, bål, havkajak, Karlskrona**

Det er i år 5'te gang jeg skal med til denne Østersøens perle. Kun ca. 4 timer fra kajakklubben ligger der en dejlig skærgård der kan byde på det hele. Karlskrona skærgård kan byde på bitte små ubeboede øer, og store øer, der er et fort, der er broer vi skal under, der er mulighed for at ro udenskærs, der er vindblæste rev, og hyggelige nyudsprungetræer. Der er lejrpladser og bål. Det plejer at være solskin og regn og blæst og vindstille som det hører sig til på en kajaktur. Åhh, det er lige så hjertet er ved at sprænges bare ved at tænke på det.



Hvis du vil med i år, så er planen som “den plejer at være”. Altså, afgang fra klubben fredag den 25 maj om eftermiddagen og hjemkomst mandag aften. Der vil ikke være fælles arrangement mht. spisning og telt, så det må du arrangere selv. Hvis du ikke selv har havkajak, så kan du sikkert låne en, enten kan du bruge en af klubbens Lisa'er, eller du kan måske låne hos et andet medlem. Tilmelding og yderligere info hos Kasper ([kasper@itu.dk](mailto:kasper@itu.dk) eller 4848 5010) inden 15 maj. Jeg vil gerne have at vide om du har mulighed for at lægge bil til, og om du evt. har bil med træk, så vi kan bruge anhænger.

# Heldags 2'er-kajaktur på Mølleåen

Nu har du mulighed for at komme en tur på en del af Mølleåen. Hvor meget vi vil ro af åen afhængig af vejr og vind.

Vi har mulighed for at ro fra Furesøen ned til Frederiksdal og via Mølleåen til Lyngbysø. Derefter ad Mølleåen helt ud til Øresund ved Strandmøllen - og naturligvis tilbage igen.

En anden mulighed er rundt på søerne dvs først over til Farum, hvor vi ror ind ad Mølleåen til Farumsø. Så Farumsø rundt og derefter ned til Frederiksdal via Furesøen. Fra Frederiksdal følger vi et stykke af Mølleåen ned til Lyngbysø og Bagsværdsø. Hvor vi ror disse søer rundt. Hvilken af turene vi tager afgøres først nogle dage før eller på selve dagen – da det afhænger af vind og vejr.

Uanset hvilken tur vi tager, vil vi komme til at ro mellem 45 og 50 km. Der vil være overbæringer på begge ture.

Tidspunktet er søndag d. 17. juni og vil foregå i 2er-kajakker.

Den foreløbige plan er, at der er afgang fra Esrum kl 9. Hvor vi i fællesskab sørger for at få kajakker, pagajer og redningsveste med.

Ca kl 9.30 forventer jeg, at vi sætter kajakkerne i Furesøen. Vi vil derefter nyde de dejlige grønne omgivelser hele dagen. Jeg har allerede bestilt solskin.



Du skal medbringe alt du har brug for i løbet af dagen, penge til evt is, mad, drikke, solcreme, siddeplade, skiftetøj, ..... Hvis det mod forventning ser ud til at blive regnvejr skal der også medbringes regntøj.

Hvis der er stemning for det kan vi evt arrangere pizza spisning om aften.

Tilmelding og evt. bookning af klubkajak sker hos tur lederen. Husk at angive om du kan lægge bil til, og hvor mange kajakker den kan tage med.

Sidste frist for tilmelding 10. juni.

Turleder: Ninna  
(nkroghanderson@hotmail.com)

# Kajakløb

Mangler du inspiration til, hvilke kajak-løb du skal deltage i denne sæson er her en liste over nogen af dem, der plejer at have deltagere fra KKES. Så sæt kryds i kalenderen og kom igang med træningen.

LØB	Dato
Amager Strandpark Rundt	28. Juli
Sea Challenge Fyn	29. Juli – 4. Aug.
Thurø Rundt	12. Aug.
Kronborgløbet	25. Aug.
Kanojak Trim, Esrum	26. Aug.
Tour de Gudenaå	8. – 9. Sep.
Mølleåens Blå Bånd	22. Sep.

## Kajakløbs-historie

Nedenstående artikel er historie. Det er en artikel fra *Kanojak Nr. 2 1992*, hvor Jacob G. beskriver sin deltagelse i Weser-løbet (Jytte og Poul har lånt deres arkiv af gamle Kanojak ud til redaktørerne).

Det er sjovt at læse de gamle historier—men vi ville nu også gerne høre om de løb folk deltager i nu. Så når du har deltaget i et løb, så overvej om det ikke er værd at skrive et indlæg om. Det kunne jo være, at der var flere der fik blod på tanden og lyst til at deltage næste gang :-)

/Redaktørerne

## Weser (1992)

Uret ringer. Panik. Jeg kommer for sent. Til hvad ? Hvad sker der egentlig ? Det er bældragende mørkt.

- Nåja.

Klokken er 3.00 (om natten), og det er tid til Weser. Alt går efter planen. Henrik henter mig kl. 3.30, og vi sætter kursen mod Hillerød, hvor vi har en aftale med Michael. Vi når det lige, men hvor F..... er Michael henne. Vi parkerer ved gadedøren, og gennemsøger

området for at sikre os, at vi ikke er gået galt af hinanden. Stadig ingen Michael. Vi vælger et vindue, som vi håber er Michaels og indleder et mindre bombardement med diverse jordklumper og småsten. Resultatet udebliver ikke. Et søvndrukkent forpjuget hoved dukker op i vinduet, og siger noget med Michaels stemme, der efter nogen overvejelse, kan tydes som noget i stil med "Kommer nu".

Alt i alt nåede vi Dragør næsten til tiden, og kom afsted i bussen. Traditionen tro, ventede selskabet bagerst i bussen helt til Sjællands-broen, før de knappede øllerne op. Selvom det var tydeligt, at der var nogle der havde øvet sig det meste af natten.

Efter en begivenhedsløs 12-timers køretur ned gennem Tyskland, med rundt regnet 10.000 tissepauser og ligeså mange afspilninger af Shu.Bi.Dua's "Sex-chikane", nåede vi hotellet

Næste morgen stod vi op kl. meget tidligt. Vi skulle nå både at pakke, blande drikke, spise morgenmad, lægge "taktik" og være ved start kl. 6.

"Superholdet", nemlig Henrik og undertegnede kom godt fra start. Vi skulle stort set bare holde fast i vores pagajer, for at overhale den ene tyske bananbåd efter den anden.

Bortset fra et enkelt uheld, med en katastrofelandgang (undertegnede havde et anfald af myldebæ), gik første etape godt og problemfrit. I denne forbindelse, vil jeg lige nævne, at ærkerivalerne fra Odense var så feje at benytte sig af vores "uheld", til at hente os. Vi måtte så lide den tort, at følges med dem og ligefrem snakke med dem, resten af vejen til den første pause.

På den anden etape, havde vi ikke nogle danskere at snakke med, så vi så os nødsaget til at følges med en tysk dame-firer med styrmand (baglænsroere).

Tredje etape, var 55 km. med stærk modvind regn og kulde, hvor de første to etaper var med dejligt solskinsvejr. Arrangørerne har vel ment at det var godt med lidt afveksling. Men vi overlevede da alle sammen, selvom det var tæt på for nogle.

Michael kunne fortælle en hårrejsende historie, om kollision med en færgе. Efter sigende skulle hans makker (fra Odense, hvilket i sig selv er suspekt) have endt oven på færgen, mens Michael måtte tage en tur ned under færgen og flere hundrede meter ned af Weseren, før kajakken kunne bjærges.

Som sædvanlig, var hele turen en kæmpe oplevelse, som absolut kan anbefales til kajakfanatikere, selvpinere og andre mentalt forstyrrede individer.

M. V. H.  
Jacob Gulstad

## Børne-/ungdomsroning

Børneholdet og ungdomsholdet starter tirsdag den 17. april kl. 17:00 til 19:00.

Vi har i år lavet et ungdomshold for de roere som er fyldt 14 år eller roer hurtigere end normalt for børneholdet. Susanne Findsen har tilbudt at træne dem på lige uger sammen med Anna Birk Niclassen, i ulige uger skiftes ungdomsroerne til at stå for træningen. Alle roere på ungdomsholdet er eller vil blive frigivet jævnfør klubbens regler.

Ungdomsroerne træner tirsdage, som børneholdet, men starter/slutter en halv time før (1630-1830). De deltager i børneholdets ture/arrangementer, men vil også prøve kræfter med Hvidovres 24-timer løb og Tour de Gudenå Classic.

Børne begynderholdet starter lørdag den 25. april kl. 14:00 til 16:00.

Lørdagen vil blive brugt til at fortælle om børneholdets aktiviteter i 2007 sæsonen, rundvisning i klubben, regler for børneholdet og en tur i kajakerne. Forældre opfordres til at være til stede denne dag.

Vi har som sidste år, valgt at give begynderne mest mulig fokus og har lavet begyndertræning på de fire efterfølgende mandage fra kl. 17:00 til 19:00.

Tirsdag den 29. maj sammenlægges begynderholdet med resten af børneholdet og roer derefter hver tirsdag fra 17:00 til 19:00.

I løbet af året vel der være masser af spændende turer og arrangementer som vi skal deltage i. Det første arrangement er Saltvandsroning den lørdag 2. juni, hvor vi tager en tur til nord kysten eller Roskilde Fjord, afhængig af vind og vejr. Søndag den 24. juni er der Danske Bank Cup i Sorø. Stævnet henvender sig til børn mellem 10 og 14 år, vi regner med at alle fra børneholdet deltager og håber at der vil være nogle forældre som vil være behjælpelige med kørsel.

Tøj: Husk at vandet er rigtig koldt, her først på sæsonen så det er vigtig at have fornuftig rotøj på. Det bedste, du kan tage på er svedundertøj/skiundertøj inderst, gerne flere lag når det er koldt og en vindtæt og evt. vind/vandtæt jakke og bukser yderst. Det er bedst at ro uden sko. Strømper af uld eller termosokker er gode, husk også et par badetøfler eller sandaler, som du kan have på medens du finder din båd frem og under opvarmningen.

Kajak Hilsen Hanne, Anna, Susanne, Nils, Uffe & Uwe



## Uge plan for børne-/ungdomsholdet:

Mandag kl. 1700 til 1900	Begynderbørn (fra den 30. april til og med den 21. maj)
Tirsdag kl. 1630 til 1830	Ungdomsrøning
Tirsdag kl. 1700 til 1900	Børnerøning "gamle"
Fællesarrangementer	
Tirsdag den 29. maj 1700-1900	Sammenlægning af børneholdet, rotur og fælles grill - Pris kr. 20.00
Lørdag den 2. juni 1000-1700	<a href="#">Saltvandsrøning (Gilleleje eller Roskilde Fjord)</a>
Søndag den 24. juni 0800-1800	<a href="#">Danske Bank Cup i Sorø (alle 9 til 14 årige)</a>
Lørdag den 30. juni	<a href="#">Hvidovre 24-timers løb</a>
Tirsdag den 3. juli 1700-1900	Sommerrøning
Tirsdag den 10. juli 1700-1900	Sommerrøning
Tirsdag den 17. juli 1700-1900	Sommerrøning
Tirsdag den 24. juli 1700-1900	Sommerrøning
Tirsdag den 31. juli 1700-1900	Sommerrøning
Tirsdag den 7. august 1700-1900	Sommerrøning
Lørdag den 25. august 1300-1700	<a href="#">Børne-/ungdoms Klubmesterskab</a>
Søndag den 26. august	<a href="#">Esrum Sø Rundt Trim</a>
Fredag den 31. august kl. 1630 til Søndag den 2. september kl. 1700	<a href="#">Tur til Lagen i Sverige</a>
Lørdag den 22. september	<a href="#">Mølleåens Blå Bånd</a>
Tirsdag den 11. oktober 1700-2100	Natrøning

# Stafetten

## Hvem har snart 1 års jubilæum i KKES?

det har jeg - Ninna K. A. Hvis jeg skal være lidt ærlig, så har jeg ”smug deltaget” i KKES regi, idet Bjarne W. har sørget for, at jeg kunne deltage i flere af KKES’ s havkajaktturene bl.a. Isefjorden, Karlskrona, Bolmen.

Jeg er medlem af Holte Roklub, hvor jeg ror kajak, som jeg startede på for næsten 10 år siden.

Jeg kan godt lide at være ude – det afspejler sig også i mine fritids aktiviteter, idet jeg ud over at ro kajak, cykler, går ture og løber i skoven.

Jeg gør en del i havkajak p.g.a. de fantastiske naturoplevelser, som vi oplever når vi er på havkajak ture.

Min værste og bedste kajakoplevelse var på Mølleåens Blå bånd. Jeg var lige startet - havde roet kajak i 3 mdr.

Mange roere fra Holte skulle deltage - så det skulle jeg naturligvis også. Ved starten oplevede jeg, at bølgerne blev kæmpe store mindst 2 m – i virkeligheden var det nok nærmere 10 cm. Nå, men jeg oksede af sted og kom ned til slusen ved Frederiksdal. Rostilen er ikke noget at skrive om.

I Frederiksdal var en overbæring. Mine klubkammerater havde instrueret mig i hvordan en overbæring skulle takles, nemlig: overtrækket skulle af inden jeg lagde til broen – for så ville jeg spare tid. Jeg blev en del klogere ..... Ved du hvor meget vand, der kan være i et overtræk, som bliver trukket i vandet langs kajakken? Det kan være rigtigt meget, og samtidigt giver det en meget ukontrolleret



rostil. Jeg bragede ind i broen.

Så kom den næste udfordring. Jeg havde jo set, hvordan alle de erfarne roere var hoppet op på broen - man skal jo altid lære af andre. Så jeg sprang op, og i mit afsæt kom jeg til at skyde kajakken ind under broen. Jeg nåede lige at komme op på broen for derefter at tage en baglæns saltomortale ned i vandet igen.

Naturligvis lavede jeg ikke dette stuntnummer for min egen skyld, men for alle tilskuerne oppe på broen – ja de fik sig et billigt grin. Efter badeturen var jeg godt afkølet, så det handlede om at sætte farten op – det gjorde jeg, gennemførte og blev såmænd nr. 3.

Jeg vil gerne sige tak, til dem jeg har mødt i KKES, for jeres måde at tage imod mig som nyt medlem i klubben. Jeg har følt mig velkommen, og jeg synes det er en dejlig ”lille” hyggelig klub, hvor alle er velkommen og kender hinanden.

Nu glæder jeg mig til foråret kommer og til at komme ud og ro igen. Vi ses på vandet.

Stafetten giver jeg videre til Michael Nørrelund.

hilsen *Ninna*

# Aktivitetsplan

<b>Hver uge (fra maj til september)</b>		
<b>Onsdage</b>	<b>kl. 18.30</b>	Hygge rotur med Pia
<b>Onsdage</b>	<b>kl. 18.45</b>	Handicap. De sidste to gange (12. og 19. september startes ca. 18.15)
<b>Se i øvrigt opslag i klubben og på <a href="http://www.kkes.dk">www.kkes.dk</a></b>		

<b>April</b>	
Lør. 14.	Standerhejsning
Søn. 15.	Kom godt igang kl. 10.30
Lør. 28.	Ro-stil 10.00
<b>Maj</b>	
Ons. 2.	Handicap-turnering starter (lodtrækning kl. 18.00)
Lør. 12.	Ro-stil 10.00
Ons. 16.	Grill
Tor. 17.	Fællesroning 10.30
Fre 25-Man 28	Havkajakur, Karlskrona

<b>Juni</b>	
Lør. 2—Søn. 3	Arbejdsweekend kl. 10.00
Ons. 6.	Grill
Søn. 17.	Heldags 2'er tur kl. 9.00
Ons. 27.	Grill

<b>Juli</b>	
Ons. 18.	Grill

Kajakklubben Esrum Sø  
Krostien 11, Nødebo  
3480 Fredensborg

Returneres ved varig adresseændring



**PP** DANMARK

ID: 47631

**Næste blad udkommer i juni 2007.**  
**Deadline for indlæg er den 27. maj 2007.**

