

Nr. 4 — September 2013

Klubblad for
Kajakklubben Esrum Sø



KANOJAK



*Bagsværd Regatta.
Signe, Flora, Eline og Astrid efter de vandt Bronze i K4*

TILLIDSPOSTER I KAJAKKLUBBEN ESRUM SØ

Bestyrelsen:

Formand, Bådudvalg, DKF kontakt

Pia Gulstad, Gadevangsvej 89, 3400 Hillerød, 25 22 91 54, formand@kkes.dk

Næstformand, HIS kontakt

Claus Bo Jensen, Harestien 4, 3400 Hillerød, 48 26 17 80, claus_bo@post5.tele.dk

Bestyrelsesmedlem, Broer, Kanojak Trim

Henrik Numelin, Søndermarken 59, 3060 Espergærde, 40 50 85 15, den3060@gmail.com

Bestyrelsesmedlem, Løbstilmeldinger, Trailere, Kajak Trim

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

Bestyrelsesmedlem, Økonomiudvalg, Børneattester

Lene Klausen, Ruttebakken 15, 3230 Græsted, 61 30 13 77, leneklaus@gmail.com

Bestyrelsesmedlem, Instruktionskoordinator

Jane Steenberg, Æblekrogen 1, Nødebo, 3480 Fredensborg, 39 69 99 40, introkursuskses@gmail.com

Bestyrelsesmedlem, Bådudvalgsformand

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

Suppleant, Bådreparationer

Miguel Valls Ivarson, Frederiksværksgade 64B, 3400 Hillerød, 28 69 96 84, migueloglisette@gmail.com

Øvrige poster

Kasserer, Økonomiudvalg, Medlemsadministration

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

Børneleder, Børneinstruktør

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

O-løbs holdleder

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

Nøglesystem

Anders Baarts, Kirkevej 9, Nødebo, 3480 Fredensborg, 48 48 49 48, laas@kkes.dk

Handicapafvikling

Marianne Kristensen, Bolværket 153, 3400 Hillerød, 20 87 14 35, kkeswebmaster@gmail.com

Handicap tidtager, Indkøb køkken og rengøring

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

Revisor

Marianne Bjørn, Aspehaven 22, 3400 Hillerød, 48 24 05 33/22 95 05 34, mabjoern@hotmail.com

Revisor

Michael Nørrelund, Ålholmparken 97, 3400 Hillerød, 48 24 28 62, mnorrelund@bksv.com

Webmaster, rostatistik og rokok

Marianne Kristensen & Claus Munk, Bolværket 153, 3400 Hillerød, 20 87 14 35, kkeswebmaster@gmail.com

Redaktion

Marianne Kristensen & Claus Munk, Bolværket 153, 3400 Hillerød, 20 87 14 35, kanojak@gmail.com

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@gmail.com web: www.kkes.dk

Indholdsfortegnelse

Hjørnet	4
Standerstrygning	5
Ordinær generalforsamling	6
Kanojak Trim	7
Svømmehal	8
Kajakpolo	8
Efterårstur for havkajak	9
Stafet ved standerstrygningen	9
DKF O-løb	10
Børneholdet	13
Stafetten	17
Aktivitetsplan	19

TRYK: Hvidovre Kopi A/S, Fabriksparken 22, 2600 Glostrup, Tlf. 3649 8584
Email produktion@hvidovre-kopi.dk www.hvidovre-kopi.dk
Oplag: 265 eksemplarer

Hjørnet

Velkommen efter en herlig sommer, hvor søen er rundet utallige gange og hvor forårets kolde måneder så småt bliver kompenseret i km-statistikken, ikke mindst takket været alle vores "U".

Hermed menes absolut ikke umulige unger, men derimod de ungmøer og karle der med utallige træningspas har udviklet sig utrolig meget frem mod udtagelsesstævnerne i forsommeren, og som under ugevis kamp mod uret har opnået resultater til UG. De udfylder nu uniformen på flotteste vis.

Når Uwe så igen mener at de snart har brug for up-dateret udstyr, understøtter vi uden tøven gerne vores ungdomsroere.

Hvis du ikke har fået roet særlig meget i år, så kan jeg fortælle, at det er lige nu at vandet er varmest og der er ikke engang alger, så det er bare med at komme ud på vandet.

Måske er det nu du skal udnytte arbejdets flexregler og unde dig selv en morgen rotur. Ikke mindst i erkendelse af at aftenerne bliver kortere og at ulvetime, aftensmad og eftermiddagsmøder ikke er afskaffet her efter sommeren.

Det vil sikkert også give nogle tiltrængte km til din privatbåd, som måske ligger i farezonen for de strikse men retfærdige regler om at kun aktive får bådplads i skuret.

Starten af sommerferien brugte flere af vores unge i Maribo hvor der var DM i maraton, og det endte med stor medalje høst.

Efterårsmånederne er jo som altid præget af masser af konkurrencer. Vores egen trim d. 24 august er afholdt når bladet kommer på gaden, men allerede nu ved vi at der er mange tilmeldte.

Vi har haft KKES deltagere i Dalsland og ved Kronborg, hvor alle fik flotte placeringer, og til Nordisk Mesterskab i Sprint for ungdomsklasser, hvor Anders repræsenterede klubben på fornem vis.

Der er også lagt mange træningstimer i havkajak rul, så jeg glæder mig til at høre nyt også fra deres DM.

Dernæst fortsætter september måned med at byde på flere store konkurrencer, atter et DM (sprint), TdG og VM(maraton).

Man bliver helt forpustet, endda uden selv at komme nærmere end tilskuer-rækkerne. Hvor er det dejligt at vi har så mange som finder glæde og inspiration til at lægge de mange nødvendige træningstimer, og så er det jo virkelig privilegeret at de gider stille op for netop KKES, så vi andre kan få en lille flig af æren.

VM, er der mange der vil vide, fylder ret meget i min lille verden i øjeblikket. Jeg synes det er inspirerende at vi i Danmark får bygget et så omfangsrigt arrangement op at stå, og at det lykkes med brug af alt overvejende frivillige kræfter, er med til at vise hvor stort potentiale vi har for at skabe. Det samme er set i mange andre sportsgrene og kultur arrangementer, men det er stadig

en fantastisk fornemmelse når tingene lykkes.

Først og fremmest er der jo nogle initiativtagere som tør forfølge en drøm, men dernæst er der de mange mennesker som ser løsninger for hver step på vejen.

Endelig har vi et hav af interesserede som kan lokkes til at bruge deres sparsomme tid og kræfter, og som finder glæden i at give noget af deres tid, og hvor et taknemmeligt smil fra de egentlige udøvere er tilstrækkeligt.

Hvis vores gæster så samtidig tager hjem med et godt indtryk af Danmark og af os mærkelige vikinger, så er det vist ikke helt skævt.

Jeg glæder mig til at se om vi får løst alle udfordringer i tide, til at mærke stemningen, og også til at det bare bliver helt almindeligt "roligt" efterår bag efter.

Efterår er bl.a. ensbetydende med Orienteringsløb, Vinterræs, styrketræning, svømning, polo og rulle-træning.

Ergometeret skal formodentlig også smørres og strammes, så der er ingen grund til at gå i dvale lige med det første.

Læs mere i bladet og planlæg dine efterårsture på forum, så du får lokket nogle flere med.

Standeren hives først ned d. 26 oktober, så du kan sagtens nå med søen rundt mange gange endnu.

/Pia

Standerstrygning d. 26. oktober 2013

Der er sommer/vinter-bro udskiftning denne lørdag morgen, men vejret er bestilt til stadig at kunne nydes på vandet.

Kom og vær med til festligt standerstrygnings-kajakstafetløb fra kl 13, og få varmen i saunaen bagefter.

Vi lukker sommersæsonen af med taler og pokaler kl 16, og afslutter dagen med is, kage og kaffe til alle.

Ganske gratis, ingen forhåndstilmelding (medmindre du vil deltage i kajakstafetløbet) men med garanti voldsomt hyggeligt.

Se mere om kajak-stafet-løbet på side 9.

Ordinær Generalforsamling

Lørdag d. 23 november 2013 kl 15:00

Dagsorden er:

1. Valg af dirigent
2. Formanden aflægger beretning
3. Kassereren fremlægger det reviderede regnskab til godkendelse
4. Indkomne forslag, herunder fastsættelse af kontingent
5. Valg til klubbens tillidsposter:
Kandidatliste følger senere
Den bliver slået op i klubben og på www.kkes.dk
6. Eventuelt

Forslag som ønskes behandlet på generalforsamlingen fremsendes skriftligt (eller via email) til formanden, og skal være denne i hænde seneste 10 dage før generalforsamlingens afholdelse.

NB: Der afholdes Julefrokost direkte efter Generalforsamlingen, traditionen tro med sammenskuds mad. Nærmere besked på www.kkes.dk



Kanojak Trim

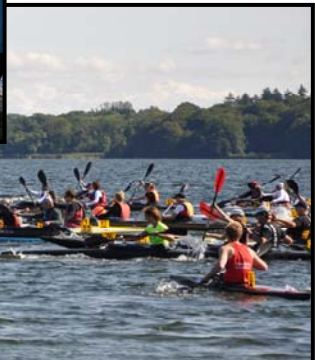
Der var 141 roere meldt til start til Kanojak Trim 2013. De 108 på 20 km distancen og de 33 på 12 km.

Hurtigste båd på 20 km var en K2 med Matias Bundgaard-Nielsen og Anders Lundberg fra Esrum i tiden 1t 31m 40s. Hurtigste K1 var Bjørn Amundsen fra Esrum i tiden 1t 37m 37s. På 12 km distancen var hurtigste båd en K1 med Mikkel Hall fra DSR i tiden 1t 9m 44s. Hurtigste K2(U12) var med Magnus Sibbersen, Hvidovre og Tobias Hyttel, Sorø i tiden 1t 11m 56s.

Efter løbet var der lodtrækning med flotte præmier.

Tusind tak til vores sponsorer:

- **Butik Malik** (www.butikmalik.dk)
- **Dansprint** (www.dansprint.dk)
- **Kano & Kajakbutikken** (www.kajak.dk)
- **Kano- og Kajakværkstedet** (www.kanobyg.dk)
- **Spejdersport**, Hillerød (www.spejdersport.dk)



Svømmehal

Fra søndag den 6. oktober er det igen muligt at komme i svømmehallen og få pudset svømmetagene, grønlændervendingerne eller redningsøvelserne af.

Vi har hallen fra kl 19:30 til 21:30 (vi skal være ude kl 22:00).

Første gang eller hvis du har brug for kajakker eller andet grej fra containeren, så kom i god tid (senest 19.10), så vi kan udlevere adgangskort og tage tingene ind inden vi skifter til badetøj.

Konceptet er som det plejer: vi hjælper hinanden til at blive bedre..

Hvis du har brug for at nogen står i vandet ved siden af mens du øver, så kom tidligt, så hjælperne har tid til selv at træne bagefter.

Husk at du også kan hjælpe en anden uanset om du synes at den anden allerede kan mere end dig—indimellem har alle behov for føle at der er en der holder øje eller står i vandet ved siden af, når der skal trænes noget nyt.

Vi ses i vandet.

Marianne K

Kajakpolo

KKES har igen et kajakpolohold.

Sigurd og undertegnede har støvet polokajakkerne af og er gået igang med de indledende øvelser.

Fra nytår til maj har det stået på rul og tekniktræning i svømmehallen hveranden fredag. Tak til havkajakfolket for instruktion i rul og plads i svømmehallen om søndagen. Fra maj har vi været på søen.

Ambitionerne har for første halvår været at samle et fast hold og deltagelse i Danmarksturneringens 3. division. Holdet har vi, omend det til tider er svagt besat. Danmarksturneringen har vi til gengæld ikke set meget til, da 3. division slet ikke har holdt stævner.

Målet for næste halvår er at udbygge holdet, småstævner med andre klubber og deltage i vinterturneringen øst.

Den 20. september er vi i Hillerød svømmehal kl. 19-21, som prøv selv oplevelse på Kulturatten i Hillerød.

Træningen er på søen i sommerhalvåret hver tirsdag 17-19. Vinterhalvåret i svømmehallen hveranden fredag 20-22.

Som sagt kan holdet godt trænge til forstærkning, så kom og vær med. Kontakt polo.kkes@gmail.com

/Peter Brix

Efterårstur for Havkajakfolket.

Dato: Fredag 11 Okt - Søndag 13 Okt.

Vi mødes i klubhuset Fredag med afgang kl. 16:00 og er tilbage ved klubhuset Søndag eftermiddag.

Turen regner vi med vil gå til en af de mange dejlige Svenske søer (max 180km kørsel), eller evt i vores lokale farvande.

Den endelige destination vil vi melde ud ca. 1 måned før afgang.



Kasper og Gorm

Stafet ved Standerstrygningen

Vi prøver i år noget nyt med en 4 mand/dame stafet, i stedet for fællesroning.

*Tilmelding til Jørgen Chr. Nielsen senest den 23 oktober på email: **j-c-Nielsen@hotmail.com***

Angiv navn, alder og den tid I bruger pr. km i tilmeldingen.

Der er instruktion kl. 13.10 og start 13.30 for første roer.

Holdene vil blive sammensat ud fra de angivne tider, så holdene bliver jævnbyrdige.

Banerne vil have en længde på ca 2.5 km

Der vil være en mellem post på udvejen og en rundepost, hvert hold får et kontrolkort som skal klippes ved posterne, og gives til næste roer.

Der kan være hindringer eller landstigning på turene!

Dem der har roet, må ro ud og heppe på deltagerne i god afstand så man ikke forstyrrer dem.

På hyggeligt gensyn *Jørgen Chr.*

Se mere om standerstrygningen på side 5.

DKF-O løb 2013/2014

Så er det snart tid til o-løb.

Igen i år får du mulighed for at komme ud i skoven og få en frisk tur. Du kan løbe alene eller finde en at løbe sammen med.

Hvis formen ikke er til løb, så er "småløb" eller gang også muligt.

DKF-O løb arrangerer orienteringsløb igen i år, det er 1. søndag i hver måned i vinterhalvåret. I alt 6 gange fra oktober til marts.

Løbene er godt besøgt – så kom bare nærmere.

Nedenfor er angivet mødested og datoer. Max tid i skoven er 3 timer. Deltagelse forventes at være uændret 30 kr pr løb dog 60 kr for par.

Nye tiltag:

Man vil forsøge at indfører et nyt it-program til at lave startlister, resultatlister mm.

Som noget nyt vil der komme en holdpokal for oldladies, så nu er der holdpokal for alle løbsklasser.

Træningsløb:

Du har mulighed for at prøve "de faste o-løbs poster" i de lokale skove bl. a. Gribskov, Præstevang. Hvis du hellere vil på skattejagt er det også muligt.

Nærmere informationer se

http://www.hilleroed.dk/da/ForBorgere/Kultur_idraet_oplevelser/Ud_i_det_fri/Friluftsliv/

Tilmelding til DFK o-løb:

For at kunne deltage i DFK o-løb skal du tilmeldes ca 2 uger før løbet, det sker via Dot, som er vores holdleder. Dot søger for

1. at koordinerer alle tilmeldingerne fra KKES
2. at udsende en mail til deltagerne om mødetidspunkt ca 2 dage før løbet
3. at modtage betaling for løbet
4. at betale samlet til arrangørerne for tilmeldte løbere

Foreløbige løbs datoer og skove:

Dato	Skov
Søndag, 06.10.2013	Jonstrup Vang. GI seminarium
Søndag, 03.11.2013	Tokkekøb Hegn
Søndag, 01.12.2013	Ganløse Egede
Søndag, 12.01.2014	Kongelunden
Søndag, 02.02.2014	Vestskoven
Søndag, 02.03.2014	Rudeskov

Alle løb starter kl.10.00. Det betyder, at den første løber starter kl 10 og med 1 minuts mellemrum bliver løberne sendt af sted. Typisk vil den sidste løber starte omkring kl 11.

Lidt generelt om DKF o-løb's reglerne:

Der er følgende klasseinddeling:

- Herrer:** Individuelt, samt hold som udgøres af de op til tre hurtigste gennemførende løbere fra samme klub.
- Damer:** Individuelt, samt hold som udgøres af de op til tre hurtigste gennemførende løbere fra samme klub.
- Drenge:** Individuelt (må ikke være fyldt 16 år den 1. oktober det år løbssæsonen starter).
- Piger:** Individuelt (må ikke være fyldt 16 år den 1. oktober det år løbssæsonen starter).
- Old-boys:** Individuelt, samt hold som udgøres af de op til tre hurtigste gennemførende løbere fra samme klub. (Skal være fyldt 40 år den 1. oktober det år løbssæsonen starter).
- Old-ladies:** Individuelt, samt hold som udgøres af de op til tre hurtigste gennemførende løbere fra samme klub. (skal være fyldt 40 år den 1. oktober det år løbssæsonen starter).
- Parløb** To eller tre løbere kan løbe på ét startkort. Der er ingen regler i forhold til kønsfordeling og alder på holdet. Det er de samme 2 eller 3 personer, der er hold hele sæsonen. Hvis der er forfald fra en af løberne på holdet, og der er betalt startafgift for alle, skal den/de resterende på holdet løbe alene, altså ikke ny partner

Drenge eller piger kan, hvis de i et af de første løb finder ud af, at de er suveræne, bede om at blive flyttet op i herre- henholdsvis dameklassen. Herefter tæller kun placeringer i den nye klasse, ligesom tilbageflytning til den "gamle" klasse ikke er mulig før næste sæson.

Løbs længder i fugleflugt er:

Lang: (Klasse: herrer) 8-9 km med ca. 15 - 18 poster.

Mellem 1 (Klasse old-boys) 6 – 6,5 km med ca. 10 – 14 poster.

Mellem 2 (Klasser: damer, drenge, piger, og old-ladies) 6 – 6,5 km med ca. 10 - 13 poster.

Mellem 3 (Klasse parløb) 6 – 6,5 km med ca. 10 – 13 poster.

Kort:

Der løbes efter Dansk Orienteringsforbunds kort i målestoksforholdene 1:10.000 eller 1:15.000.

Posterne:

Posterne består af rød/hvide (orange/hvide) skærmposer med påskriften DKF, samt en mærkeseddel med et nummer, der identificerer posten. Ved hver post findes der også en kontrolltang. Der kan ved enkelte poster være en dobbelt kontrolltang. Posterne ligger på et fast punkt på kortet. Posten findes så vidt muligt i centrum af cirklen (6 mm i diameter). På kortet findes postdefinitionen med det kontrolnummer, som sidder på posten.

Kontrol:

Hver løber får sammen med kortet udleveret et kontrolkort, som skal klippes ved hver post. Posterne skal opsøges i den rigtige nummerorden, og kontrolkortet skal klippes i rækkefølge. Ved dobbelttang klippes i to rubrikker, og alle klip forskydes derpå en rubrik mod et højere nummer. Alle kontrolkort bliver efter løbet kontrolleret, og opstår der tvivl med et kontrolkort, får løberen ingen point.

"De 11 bud"

- 1) Løbere må ikke passere indhegninger, nyplantede områder, dyrkede områder (marker), løbe over isen på søer eller på nogen måde skade skoven. Det er ikke tilladt at færdes i vildtflommer, der er et område i skoven hvor vildtet kan gemme sig.
- 2) Det er forbudt at benytte kompas.
- 3) Hver løber har max. 3 timer til at gennemføre banen. Det vil sige, at løberen skal være tilbage senest 3 timer efter sin starttid. Overskrides de 3 timer, vil der blive iværksat eftersøgning.
- 4) En erfaren løber har mulighed for at tage en ny løber med i en sæson til oplæring. Dette skal foregå i "Lærerens" klasse. Begge løbere får et startkort. Den nye løber er udenfor konkurrence.
- 5) Ingen klub må sende en fuldstændigt uerfaren alene i skoven.
- 6) Opvarmning må kun finde sted inden for 100 m. fra startstedet og ikke i skoven
- 7) O-løb vil under ekstreme vejrforhold blive aflyst af udvalget.
- 8) Hunde må ikke medtages i skoven ved O-løb.
- 9) Alle løbere skal melde sig ved målet - også selv om de ikke har gennemført.
- 10) Brug af obscøne ord/vendinger, samt dårlige undskyldninger efter en tur i skoven er tilladeligt..... ja, næsten et "must".
- 11) Det er ikke tilladt at bruge pigsko indendørs

I forbindelse med det sidste løb er der en hyggelig og uhøjtideligt fælles frokost spisning og præmie overrækkelse.

Tilmelding sker til Dot på mail dot@tinevej.dk senest 2 uger før løbet. Du skal angive løbs klasse.

Yderligere regler og resultater kan ses på KKES' hjemmeside.

o-løbs hilsner fra *Ninna*

Børneholdet

Der har været rigtig mange aktiviteter for børneholdet hen over sommeren og vi fortsætter med et højt aktivitets niveau frem til efterårsferien. Med Kanojak Trim, Paddle Battle Cup i Hellerup, DM i Holstebro, Tour de Gudenå og Mølleåens Blå Bånd.

Bagsværd Regatta

Vi havde 12 roer med til Bagsværd regatta.

Alle lavede nogle gode præstationer. 10 børn/unge kom i Finalen.

Vi havde børn/unge i 24 A-finaler og 7 B-finaler, hvor det blev til en Guld, tre Sølv, 4 Bronze og otte fjerde pladser.

Jeg syntes især at den bronze vi fik på 200 m i K4 U14 piger, med to U12 piger i kajakken var en super flot præstation.

Paddle Battle Cup Esrum

Vores klub var i år igen vært for et af DKF's Paddle Battle Cup stævner for børn/unge i aldersgruppen U10 - U16.

Der var næsten 100 deltagere fra 10 klubber . 20 deltagere kom fra vores klub, mange af dem var begyndere fra i år og de tog godt for sig af medaljerne.

Rigtig mange voksne hjælpere fra klubben gav en hånd med, så stævnet blev afviklet problemfrit og alle børnene fik en god dag.



Paddle Battle Cup Esrum Sø 2013 - Klar til start på 2500 m

DM Maraton 2013

I weekenden den 6. - 7. juli deltog 12 friske børne-/ungdomsroere i DM i Maraton i Maribo og de unge Esrum roere leverede nogle flotte præstationer og nogle flotte resultater.

I kajaksporten er maraton

distancen forskellig for aldersgrupperne og der skal være overbæringer d.v.s. at roeren skal på land og løbe med kajakken.

Lørdag formiddag var Esrum Søes U14, U16 og U 18 roere ude på henholdsvis 12,9 km med 3 overbæringer, 17,2 km med 4 overbæringer og U18 21,5 km med 5 overbæringer.

I K2 U14 piger kom Astrid Jensen og Eline Zørn på en 6. plads.

I U14 K1 drenge kom Christian Olsen på en flot 2. plads og Frederik Duch fik en 21. plads.

U16 drengene var også ude i hård konkurrence, her kom Matias Bundgaard-Nielsen ind på en 7. plads og Jakob Leer Bernstein blev nr. 16.

I U18 Kom Anders Lundberg ind på en sikker 3. plads. En flot placering når Nr. 1. Casper Pretzmann (Silkeborg) og 2. Mads Brandt Pedersen lige er kommet hjem fra EM maraton i Portugal med Guld og Sølv medalje.

Asbjørn Faltum blev nr. 7 i klassen.

Søndag var det igen U14 pigerne som var først på banen denne gang i K1. Astrid Jensen roede et flot løb. Efter en dårlig start, arbejde hun sig op gennem feltet og takket være nogle super flotte overbæringer blev hun nr. 4.

*Astrid i
over-
bæringen*



I U12 drenge havde Mads Bundgaard-Nielsen et godt løb og roede sig ind på en 8. plads.

I U12 piger var det lidt mere dramatisk. De to veninder fra KKEs Flora Brix og Signe Leer Bernstein måtte kæmpe om Bronze medaljen, men i overbæringen tabte Flora sin kajak og Signe fik et forspring som ikke kunne indhentes, så det blev Bronze til Signe og en lidt sur 4. plads til Flora.

Nordiske Ungdoms Mesterskaber

Anders Lundberg var udtaget til U18 landsholdet og deltog den 10. - 11. juli sammen med 60 landsholdsroere fra Danmark i Nordiske Ungdoms Mesterskab Bagsværd Sø. I mesterskaberne deltog ca. 200 landsholdsroere i alderen fra 15 til 21 år fra Sverige, Norge, Finland og Danmark. Ved de Nordiske Mesterskaber er der nogen indledende heat og hver nation må deltage med to både i alle løb på 200 m, 500 m og 1.000 m. I de lange løb på 2.500 m og 5.000 m kan hver nation deltage med fem både.

Anders Lundberg var udtaget til at ro fem løb U18 herre. To i K4 (firemands kajak), to i K2 (to-mands kajak) og et i K1. Det blev til to Guld, en Bronze medalje samt en 4. plads og en 5. plads.

K4 500 m Guld til Anders Lundberg - Sebastian Søndergård (Silkeborg) - Nicolai Mørcke (Maribo) - William Hansen (Sorø)

K4 1.000 m Guld til Anders Lundberg - Markus Boesen (Vejle Å) - Nicolai Mørcke (Maribo) - William Hansen (Sorø).

K2 5.000 m Bronze til Anders Lundberg og Nicolai Mørcke (Maribo).

K2 1.000 m 4. plads til Anders Lundberg og Mads Brandt Pedersen (Silkeborg).

K1 5.000 m 5. Plads til Anders Lundberg.



Fire glade drenge efter de vandt K4 1.000 m Guld og bl.a. slog den anden danske båd som havde været udtaget til EM. Fra højre. William (Sorø)- Anders - Nicolai (Maribo) - Markus (Vejle Å) .

Silkeborg regatta:

Christian Olsen var en tur i Silkeborg og deltog i Silkeborg Regattaen lørdag den 17. august. Medens vi andre hyggede os på Lagan turen, var der fuld fart på Christian. Det blev til nogle super flotte placeringer i U14 drenge

Christian fik en Bronze på 200 m, en flot sølv på 500 m og en fjerde

plads på den lange (ca. 1800 m). Da der kun manglede en enkelt af de bedste U14 drenge, glæder vi os allerede til at se hvad han kan til DM.



Christian får sin sølv medalje til DM i maraton.

Uge program (Efterår):

Dag	Tid	Aktivitet	Ansvarlig/ bemærkning
Mandag	1645 - 1845	Kaptræning	Kap2 Sigurd og Frida
Tirsdag	1700 - 1900	Fællestræning	Niveau opdelt
Onsdag		Handikap	
Torsdag	1700 - 1830	Kaptræning	Niveau opdelt

Ture og løb i 2013:

Dato	Aktivitet	Sted	Bemærkning/ Ansvarlig
07. - 08. sep	DM - Sprint	Holstebro	Kap1, Kap2 + evt.?
14. - 15. sep	Tour de Gudenaå	Silkeborg	
28. sep	Mølleåens Blå Bånd	Lyngby	Alle
02. eller 08. okt	Natroning		

Stafetten

Af Peter Brix



Januar 2011 var jeg en af de bænkevarmende forældre, der fra bassinkanten så til, mens min datter Flora blev introduceret til kajaksportens ædle kunst af en broget skare af instruktører og en flok vilde drenge med bolde.

Den første jeg bed mærke i, var den højtråbende Uffe, men der var også Uffe med overblikket, som jeg senere fandt ud af hed Uwe.

Men midt i kaosset kunne jeg også mærke den gode stemning, der var mellem børn og trænere. En stemning man som udefrakommende gerne vil tage del i. Så af den grund, og måske også fordi det er sjovere at tilbringe sine tvangsdengodeforældrefredagsaftener i bassinet end på bænken, blev jeg en af hjælpeforældrene med badetøj på.

Jeg kunne jo også se at det, hvis den gode stemning blev bragt ud på søen om sommeren, kunne blive en fornøjelse at ro kajak. Så selvom den famøse deadline 00:00 1/1, var langt overskredet, blev jeg, mod tro og love at blive børnehjælpetræner, indskrevet på Uwes formiddagsbegynderhold.

Det blev et vådt forår med testning af kajakken og egne balanceevne og deraf følgende badeture. Hvad nogen måske har bemærket, pågår testningen fortsat.

Som nyudklækket kajakroer og stolt besidder af nøgle til klubben, var min første udfordring af klare søen rundt. Vi nåede aldrig rundt på begynderkursen p.gr.a. dårligt vejr.

Det virkede temmelige uoverskueligt at ro i over 2 timer, men anstrengelsen fængede mig, og så det at kunne komme på en liste, hvor man hurtigt kunne avancere, i modsætningen til kilometerlisten, der er okkuperet af, hvad jeg dengang så som sportsfanatikere, jeg mener 2000 divideret med 365 er 5,5 km, hver dag året rundt.

Hele sommeren gik med at ro søen rundt, og ikke uden en vis stolthed kan jeg sige kongen af snurretoppen Kristian Kaltoft fik sved på panden, da han skulle regne ud hvor mange gange, han skulle ro rundt om ugen, for at stå øverst på listen ved standerstrygningen.

Det blev dog hverdag igen for mit vedkommende, hvilket var heldigt for mit familieliv, og vist også Kristians.

Siden er det gået slag i slag med at blive indrulleret i klubbens liv og ikke mindst som hjælpetræner på børneholdet, hvilket jeg haft stor fornøjelse af. Senest har jeg sammen med Sigurd Ildvedsen, kastet mig over klubbens gamle polokajakker. Vi har etableret en bane og prøver at stable et hold på benene.

Jeg må virkelig sige kajakken er blevet stor del af mit liv på de to et halvt år, der gået siden jeg første gang skubbede mig bævrende ud fra bassinkanten i Hillerød svømmehal.

Men det er faktisk ikke hele historien.

Kajakken har tidligere banket på i mit liv. Første gang var, da jeg var omkring de 14 år og købte en "Tiki" turkajak. Jeg lærte at ro på min mormors ajlesø på 40 x 40 m.

Der blev dog hurtigt avanceret, da min fætter og jeg kastede os ud i en "søen rundt" på Arresø, selvom roteknik og udstyr nok ikke har været meget værd. Min fætter havde købt et fladbundet badekar uden ror, så han ville gerne at vi skiftedes til at tviste.

Turens klimaks var, da vi blev indhentet af en vred befalingsmand i motorbåd fra Arnakke-lejren. Vi havde godt set nogle røde bolde og også lagt mærke til, at den irriterende skydning var standset.

Vores latente teenager-provokationer forstummede, da han begyndte at tale om bøder og tilbageholdelse. Vi fortrak, faktisk gad vi ikke ro længere og satte kurs direkte over søen mod endestationen ved Pøleåens udløb.

Vi havde dog ikke regnet med bølgerne på midten, og da min fætter ikke havde overtræk, blev hans kajak langsomt bordfyldt. Vi roede så hurtigt som muligt, men det uafvendelige forlis skete, ikke langt fra midten.

Så nu skulle der svømmes og bugseres. Så vidt jeg husker, ville vi ikke opgive kajakken, men vores udholdenhed, eller rettere sagt min fætters, blev ikke sat på prøve, da den før så bøsse militærmand, viste sig at have en menneskelig side. Han havde holdt øje med os og kom os til undsætning.

Jeg erindrer ikke andre ture i min Tiki, selvom jeg havde den liggende på loftet i mange år. Senere blev den byttet til en flok bistader.

Min anden oplevelse med kajakken var, da Flemming Mathiesen fra ARK, en holdkammerat fra min tid som rugbyspiller, tog os med ud på Københavns havn i, hvad jeg husker som, en Tracer. Hvad jeg i hvert fald husker er, at jeg kæntrede i 7 gange. Så da Flemming påstod han kunne stå op sin kajak, kunne jeg ikke se en fremtid for mig der.

Senere har jeg erfaret at Flemming var første træner for Kim Wråe. Så hvad kunne det ikke været blevet til, hvis havnerundfartens kaptajner ikke havde sendt hækbølger mod min letopløselige selvtilid, og den sidste stolthed blev udtværet af kajens returølger.

Det vil være interessant at høre en ungdomsroers tanker og erfaring med kajaklivet. Derfor vil jeg sende stafetten videre til Frederik Felding Jensen.

Peter

Aktivitetsplan

Hver uge	
Søndag 19:30-21:30 (første gang 6/10)	Svømmehal
Hver anden fredag	Polo
Onsdag 19.00-20.00 (sidste gang 25/9)	Handicap
Se i øvrigt opslag i klubben og på www.kkes.dk	
September	
Ons. 4.	Grill
Fre. 13.-Søn. 15.	Tour de Gudenå
Ons. 25.	Grill
Lør. 28.	Mølleåens Blå Bånd
Oktober	
Lør. 5.	Støt Brysterne kajakløb
Søn. 6	O-løb
Søn. 13.	Vinterræs
Fre. 11.—Søn. 13	Havkajak efterårstur
Lør. 26, 13:00	Standerstrygnings-stafet
Lør. 26, 16:00	Standerstrygning
November	
Søn. 3.	O-løb
Søn. 10.	Vinterræs
Lør. 23. 15:00	Generalforsamling
Lør. 23.	Julefrokost
December	
Søn. 1.	O-løb
Søn. 8.	Vinterræs

Kajakklubben Esrum Sø
Krostien 11, Nødebo
3480 Fredensborg

Returneres ved varig adresseændring



Næste blad udkommer i december 2013
Deadline for indlæg er den 24. november 2013.

