

Nr. 2 — Juni 2018

Klubblad for
Kajakklubben Esrum Sø



KANOJAK



Den 10. juni blev der afholdt Paddle Battle Cup i KKEs

TILLIDSPOSTER I KAJAKKLUBBEN ESRUM SØ

Bestyrelsen:

Formand, Bådudvalg, DKF kontakt

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

Næstformand, Bestyrelsesmedlem, Instruktionskoordinator,

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

Bestyrelsesmedlem, Løbstilmeldinger, Trailere, Kanjak Trim

Jakob Dan Jensen, Sygehusvej 2B, Esbønderup, 3230 Græsted, 40 83 79 99, jakobdan@yahoo.dk

Bestyrelsesmedlem

Uwe Lundberg, Aspehaven 21, 3400 Hillerød, 28 26 62 36, uwe.lundberg@gmail.com

Bestyrelsesmedlem

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

Bestyrelsesmedlem, bådudvalg

Pernille Jørgensen, Petersborgvej 26, 3400 Hillerød, 61 28 56 23, bogfinkevej7@gmail.com

Bestyrelsesmedlem

Jan Beck Pedersen, Helsingørsvej 45, 3480 Fredensborg, janbeck@pedersen.mail.dk

Suppleant

Ole Bertelsen, Birkehaven 88, 3400 Hillerød, 40 41 96 60, ob@obad.dk

Øvrige poster

Medlemsadministration

Kasper Østerbye, Rytterskolevej 11, 3230 Græsted, 61 70 71 53, medlemsadm@kkes.dk

Kasserer, Økonomiudvalg

Jacob Munch Thomas, Gl. Holmegårdsvej 65, 1. tv., 3400 Hillerød, 26 13 31 98, kasserer@kkes.dk

Børneleder, Børneinstruktør

Uwe Lundberg, Skovgårdet 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

Frank Holst Andersen, Humlevænget 22, Nødebo, 3480 Fredensborg, laas@kkes.dk

Handicapafvikling

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

Handicap tidtager

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@gmail.com

Webmaster, rostatistik og rokort

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

mail: kanojak@gmail.com web: www.kkes.dk

Indholdsfortegnelse

Sommerhjørnet	4
Ses vi på Facebook?	5
Nødebo Kulturnat	6
Kanojak Trim	8
Klubture	9
Glimt fra arbejdsdagen	10
Børne-/ungdomsholdet	12
Glimt fra Paddle Battle Cup	15
Stafetten	16
Klubtøj	18
Aktivitetsplan	19

TRYK: Hvidovre Kopi A/S, Fabriksparken 22, 2600 Glostrup, Tlf. 3649 8584
Email produktion@hvidovre-kopi.dk www.hvidovre-kopi.dk
Oplag: 310 eksemplarer

Sommerhjørnet

Så blev det min tur til at debutere som "bestyrelses-hjørne-klumme-skribent".

Som det vil være mange af jer bekendt, overtog jeg formandsposten efter Pia ved generalforsamlingen i foråret. Når man efter mere en 10 år skifter formand i en forening som vores, vil mange mene, at nu skal alting kastes op i luften og det hele laves om. Der må jeg måske skuffe nogen, og sige, at det ikke vil ske. Jeg synes, at vi i den gamle bestyrelsesperiode havde et godt samarbejde om de forskellige opgaver og arrangementer som er i klubben, og det vil vi fortsætte med i den nye bestyrelse. Vi har fået fordelt opgaverne godt imellem os, og der er også god hjælp at hente udenfor bestyrelsen, når der er opgaver, der skal klares til klubbens ve og vel. Et godt eksempel herpå er den netop overståede arbejdsdag, hvor mange mødte op i det godt vejr og gav en hånd med. Dejligt at se. Ligeledes har vi også i år gang i 4 hold begyndere, hvor der både er instruktører og hjælpere til alle.

Dermed ikke sagt, at der slet ikke skal ske nye ting i klubben fremover. Selvfølgelig skal der det. Her vil jeg gerne nævne vores nye officielle Facebook-gruppe "KKES Kajakklubben Esrum Sø". Den omtales andetsteds i bladet. Fra bestyrelsens side tror vi, at vi kan ramme endnu flere medlemmer med information, end vi gør nu med alle-mail, blad og webside.

Disse tre ting vil stadig bestå, for vi synes stadig, de er undværlige på hver deres måde. Mailen rammer dem, der ikke er på Facebook, bladet er der, hvor de gode artikler om klublivet er, og websiden er uundværlig med alle de faste oplysninger om klubben, som vi alle efterspørger en gang i mellem. Husk også, at på websidens forside kan der reklameres med div. arrangementer.

Tag godt imod Facebook-gruppen, brug den til gavn for klubben og til inspiration for klubbens medlemmer.

En anden ny ting vi netop har deltaget i er "Kulturnat i Nødebo". Som enhver anden storby har Nødebo også fået sin egen kulturnat. Vi var blevet spurgt om vi ville deltage, og sagde ja tak til det. Sammen med de tre andre foreninger på matriklen havde vi fredag d. 1/6 åbent hus fra kl. 17-21. Der var en del gæster forbi, der hørte om klubberne og så noget af vores grej. Hyggeligt tiltag.

Et andet hyggeligt tiltag, der også må nævnes her, er den overståede hjælp-permiddag/første handicap-grill. Vi var over 70!! deltagere den aften. Det var rigtig hyggeligt, med fantastisk vejr og en super stemning. Husk vi har grill hver 3. onsdag i handicap-sæsonen. Der er altid en hyggelig aften og en god anledning til at møde nye mennesker i klubben.

Til slut vil jeg lige nævne et par af de fremtidige arrangementer i klubben. Søndag d. 26/8 har vi vores årlige Kanojak-Trim. Det er et trim-løb på søen

med både en kort og lang distance, så der er noget for alle. Et trim-løb, er et løb hvor det at deltage, vægter mere end det at vinde. Kort sagt et løb for motionens og hyggens skyld. Kom og vær med, det er gratis for klubbens medlemmer.

Til efteråret bliver klubben 40 år. Det skal vi have markeret på passende vis. Det kunne være ved stander-strygningen, men der kommer der mere information om senere.

Ellers vil jeg bare sige; kom ud på søen, nyd det gode vejr, ro nogen kilometer, tag godt imod begynderne, når de er frigivet og ha' en god sommer.

Claus

Ses vi på Facebook?

Vi er nu klar til at byde dig velkommen til klubbens nye officielle Facebook gruppe – den hedder selvfølgelig:

KKES Kajakklubben Esrum Sø

Målet med gruppen er at skabe et forum for klubbens medlemmer. Et forum hvor vi kan dele informationer, invitationer, billeder, oplevelser, arrangementer og meget mere, som må være relevant for klubbens medlemmer.

Vi håber at I vil tage godt imod initiativet og være med til at gøre det både spændende, inspirerende og sjovt.

Der ligger allerede nu en del billeder mv. så kig forbi.....

Med ønsket om en fortsat fantastisk sommer
Bestyrelsen



Nødebo Kulturnat

Så løb Kulturnatten af stabelen. En dejlig 'nat' i solskin, KKES blev fint præsenteret og fantastisk modtaget af alle gæsterne fra Nødebo og omegn - og Hillerød ;-)

Der var flot fremvisning af kajakker, grej og træningsmuligheder - og ikke mindst færdigheder: U18 - danmarksmester Astrid Korsholm viste hvad en danmarksmester i 'rul' kan, både over, rundt, nede under og omkring vandet. Næsten ligesom den gamle vits: Nu er hun der, nu er hun der ikke, nu er hu.....



Borgmesteren holdt tale og garden fløjtede rundt. Ungerne legede, larmede og sprang i vandet - ægte sommer.

Pølsemænden var populær, ergometeret var ved at springe i luften og alle holdt vejret og balancen.

Snakken gik og mange nysgerrige blev klogere og de kloge blev nysgerrige - for det var ærligt talt sjovt, at have gæster.

Det var en fin aktivitet, med mange hænder på. Godt gået, roet og rullet!



Tungen lige i munden - det kan jo være at vi gentager succes'en.
Hvis der er stemning for det.

Tak for indsatsen til alle - og tak for besøget af kulturen.



Kanojak Trim på Esum Sø

Søndag d. 26. august 2018



Vi har 2 distancer:

Søen rundt ca. 20 km. Afhængigt af vejret vil der blive lavet en alternativ rute for at få så meget i læ som muligt.

12 km. En god tur til begyndere og børneroeere, lagt på den side af søen med mest læ.

Startgebyr kr. 100,- incl. T-shirt og forplejning (sandwich, vand, kaffe/te) Hvis du vil ro med uden T-shirt og forplejning, er det selvfølgelig gratis for medlemmer af KKES.

Trim løbet har til formål at få så mange som muligt ud og opleve stemningen ved et løb.

Der vil være rigtig tidtagning både ved den lange og korte distance.

Husk nummerholder på båden.

Løbet egner sig både til kap- og turkajakker, og er også meget velegnet til havkajakker.

Omklædning og bad kan foretages i klubben og vores sauna vil også være åben.

Der kan købes kaffe, the, vand, kage og sandwich i klubben.

Mundtlig instruktion kl.10:15 ved klubhuset, Krostien 11, Nødebo.

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

Tidtagningen stopper kl. 15:00.

Præmieudlodning ca. kl.15:15.

Tilmeldinger og betaling kan ske på stævnedagen fra kl. 9:00.

www.kkes.dk/kanojaktrim

Klubture

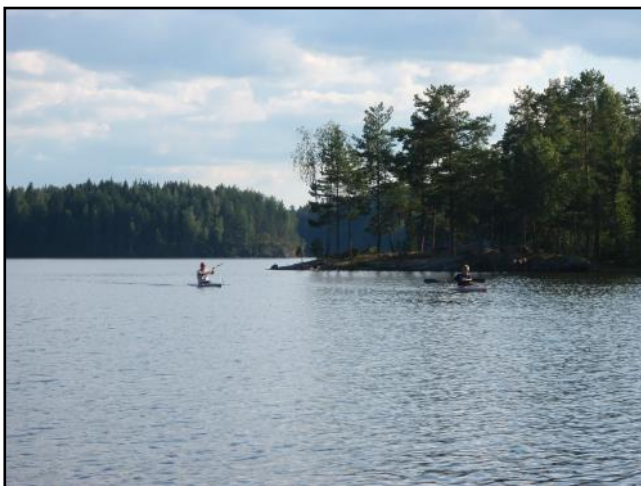
Husk at du har mulighed for at komme på hele 2 klubture i nær fremtid.

Den 29/6 til den 4/7 er naturlejrpladsen "Kongsøre syd" ved Isefjorden reserveret. Man kan deltage så mange eller få dage som man har lyst.

Se mere i det foregående nummer af Kanojak.

Den 4.-12. august går turen til Dalsland i Sverige.

Vi bor på Vammervikens Camping <http://vammervikenscamping.se> som er en lille hyggelig campingplads, der ligger ned til vandet ved Västra Silen. Området har masser af godt rovand.



Glimt fra arbejdsdagen





Børne-/ungdomsholdet:

Vores begyndertrænere Sofie, Mathilde, Mads og Bo har givet vores begyndere en kyndig introduktion til kajakroning og begynderne er nu en del af børne-/ungdomsholdet.

Vi vil lave en plan for træning i skoleferien sidst i juni.

Bagsværd regatta

Vi havde 12 unge med til Bagsværd Regatta i weekenden. Karoline som den mest erfarne og Kristoffer, Mads BL, Katrine, Daniel, Kasper og Augustas som har roet et par sæsoner og har et eller to stævner på cv'et og sidst men ikke mindst Cornelius, Signe, Mille og Bertil nogle friske, modige begyndere fra i år.

Begynderne imponerede med masser af gå på mod, semifinaler pladser, finale pladser og en sølv medalje i U12 K2 500m til Mille og hendes ro makker Emilie fra Køge. Bertil (begynder) roede måske dagens mest spændende løb, men missede med 1 hundrededel sek. finalepladsen.

U14: her havde vi Katrine og Signe (begynder) ude i K2 200 og 500m og de sikrede sig en 4. plads i B-finalen på begge distancer.



Mads BL roede K1 og lavede ny PR i 500m hvor han blev nr. 8 i finalen, på 200m lavede han også ny PR og fik en anden plads i B-finalen.

Kristoffer har fundet sig en god makker i K2 og sammen fik de Sølv på 200 og 500m. I K1 fik han Bronze på 200 og 500m. I aftes var der lige tre drenge som gerne ville have ham med i en K4 og det blev der så lige en gang ekstra Sølv ud af.

U16: Kasper, Augustas og Daniel var oppe mod de hårde drenge, som træner op 20 timer om ugen, men det blev alligevel til en semifinal plads i K2.

U18: Cornelius (begynder), sejt at du stillede op. Der bliver roet rigtig hurtigt i U18, en af konkurrenterne er dobbelt junior europamester, så der er ikke meget en begynder kan stille op.

Maja er lidt i trænings underskud, men roede nogle gode løb og kom i semifinalen i alle sine løb.

Karoline var som altid på podiet. I K1 1.000m blev det til Bronze. I K2 blev det til Sølv på 1.000m med Laura fra Sorø og på 200m med Julie fra Sorø.



Ugeprogram for 2018 (frem til efterårsferien)

Uge program	Aktivitet	Ansvarlig
Mandag kl. 1630	Kap træning	Uwe
Tirsdag kl. 1700	Fællestræning/ begyndertng.	Trænerne
Onsdag kl. 1830	Handikap	
Torsdag kl. 1700	Fællestræning/ begyndertng.	Trænerne
Lørdag kl. 1000 / 1300	Kap	Uwe

Trænerne: Astrid, Mathilde, Sofie, Mads BN, Jakob Dan, Bo og Uwe

Planlagte aktiviteter i 2018:

10. jun (søndag)	Paddle Battle Cup i Nødebo - begynderstævne U10 til U16
07. - 08. jul (lørdag - søndag)	Silkeborg Regatta
17. - 19. aug (fredag-søndag)	Lagan
18. - 19. aug (lørdag - søndag)	DM i Maraton
26. aug (søndag)	Kanojak Trim - det er vores eget løb, her skal vi alle med.
30. aug - 02. sep (torsdag - søndag)	DM Sprint i Holstebro
07. - 08. sep (fredag - lørdag)	Tour de Gudenå
22. sep (lørdag)	Mølleåens Blå Bånd
27. sep (torsdag)	Natroning

Glimt fra Paddle Battle Cup den 10/6

Fotos: Mikkel Blom (se mange flere på Facebook)



Stafetten

Claus Bo Jensen



Vores kære chefredaktør synes, at jeg som ny formand skulle skrive stafetten denne gang, så den kommer her:

Jeg er noget så kedeligt, som en helt almindelig mand, der godt kan lide at ro en masse ture i løbet af sæsonen, godt kan lide at komme i klubben og nyder godt af alle de faciliteter, vi har rådighed over, hygge mig til en grill-aften, nyde naturen i og ved søen, og hov for resten – det er vist et meget godt billede på et gennemsnitligt medlem af Kajakklubben Esrum Sø. Så måske er der alligevel noget at fortælle.

Jeg er 53 år, er gift med Ghita, far til Frederik (22 år) og Astrid (18 år). De er også alle 3 medlemmer af klubben og ivrige roere. Vi bor i Hillerød (Frederik/Østerbro).

Jeg kommer oprindeligt fra Aulum i Vestjylland, midt imellem Herning og Holstebro. Efter folkeskole og handelsskole tog jeg en uddannelse indenfor trælast og byggematerialer på en trælast i byen. Selvom man i det flade Vestjylland har frit og langt udsyn til alle sider, ville jeg gerne lidt længere omkring, så efter 4 år på trælasten tog jeg i 1987 på en 4 mdr. jordomrejse, mest på den sydlige halvkugle.

Hjemme igen startede jeg på teknisk skole i Holstebro, og tog her en uddannelse som teknisk assistent inden for bygge og anlæg, og var efterfølgende 4 år på to arkitekt-tegnestuer i Holstebro og København. Indimellem nåede jeg også lige et ophold på Silkeborg Højskole med FDF og i forbindelse med dette en 4 mdr. udsendelse til et missionsprojekt i Nigeria i Vestafrika.

Jeg er nu på 25. år ansat i et firma i Rødovre, hvor der produceres forskellige artikler til strik og broderi, der sælges fra håndarbejdsbutikker over hele verden.

Mine næsten 30 års aktive medlemskab af FDF har givet mig en masse gode friluftsoplevelser, og da jeg midt i 0'erne gerne ville noget andet og samtidig også gerne ville have noget mere motion, fik jeg lyst til at prøve at ro kajak for at kombinere de to ting. Det viste sig at være et meget godt match for

mig.

I foråret 2006 startede jeg på begynderholdet med Jacob G, Pia og Jan som instruktører. Det blev en god oplevelse, og jeg er nu gået i gang med min 12. sæson i klubben.

Jeg synes stadig, det er lige fantastisk at køre til Nødebo, tage en kajak frem, se lidt på vand og vindretning, og så ellers ud at ro en tur afhængig af disse. Jeg ror ture alene, men også tit og gerne sammen med Ghita. Uanset hvordan turen udarter sig, bliver det næsten altid en god oplevelse. Foråret med de første grønne skud på træer og buske, senere med de første ællinger og aggressive forældre til disse. Sommeren hvor der kan være nogle fantastiske aften-ture med helt stille vand og ingen vind. Efteråret hvor skoven hele vejen op af søen eksploderer i alle farver. Vinteren hvor turene bliver færre på grund af manglen på dagslys, og de kan være seje og kolde, men alligevel er gode.

Der er tit indlagt div. naturoplevelser, når jeg er ude, og det er svært at nævne nogle frem for andre, men når man en sommer på vej op mod Kongens Bøge ser en hjort stå to meter ude i vandet og spise af en busk, eller da jeg på tur var helt tæt på en ræv i vandkanten, der stod og lurede på en and, så bliver det ikke meget større.

Nogen kunne med rette mene, at man ikke behøver være medlem af en kajakklub for at få gode oplevelser i naturen ved Esrum Sø. Men oplevelserne er jo kun en del af pakken.

Jeg synes, vi har en fantastisk klub med en masse gode faciliteter, vi kan benytte os af. Der er altid masser af både, man kan ro en tur i, et godt stort motionsrum. Gode klublokaler og omklædningsfaciliteter, og for dem med hang til kogt kød i egen sved vist nok også en god sauna.

Alt dette er fint, men det hænger jo kun sammen, fordi vi har en stor medlemsskare, der er med til at give det indhold. Både til små og store arrangementer og i den almindelige dagligdag, er der altid en god stemning i klubben, alle kan tale med alle, og man kan altid få en snak eller et godt råd, hvis der er behov for det. Der er en masse aktive medlemmer, der arrangerer havkajakture, ture til div. løb, TdG, div. mesterskaber og meget andet. Det er altid hyggeligt, når det er fællesspisning i den ene eller anden anledning, det er bare om at møde op, der er altid plads til alle.

De sidste 9 år har jeg fået lov til at være medlem af bestyrelsen. Nogle vil måske finde det mærkeligt, at jeg siger "fået lov", men jeg mener det. Da Pia spurgte mig i 2009, var jeg ikke betænkelig ved at sige ja. Dels er vi jo alle i husstanden med i klubben, og så er det rimeligt at man også yder noget igen, og dels er det en fornøjelse at være med til at drive en så aktiv klub. Det er som regel aldrig et problem at finde nogle, hvis der skal laves praktisk arbejde omkring et arrangement eller i klubben generelt. Der er god tilslutning til det meste, og det er jo rart at være en del af, så jeg mener bestemt

"fået lov".

Nu har Pia så efter mange års stor indsats i klubben valgt at give formands-hatten videre. Den har jeg samlet op, og håber, at jeg kan bære den næsten lige så flot, som hun har gjort.

Vi har en aktiv og god bestyrelse, så vi er en god flok, der kan deles om arbejdet.

Vi ses på søen.
Claus

Jeg giver stafetten videre til *Ole Bertelsen*

Klubtøj

Du kan nu selv bestille trøjer m.m. med KKEs logo.

Gå ind på www.ccsportswear.dk og vælg Samarbejdsklubber (eller brug det direkte link til fra www.kkes.dk under *Links / Forhandlere/Producenter / CC Sportswear*) og se udvalget.

Vær opmærksom på at fragten er relativt dyr—så der er noget at spare ved at gå flere sammen om en bestilling.

will 9 20.07 ccsportswear.dk 37%

Forside / Samarbejdsklubber / Kajakklubben Esrum Sø

KATEGORIER

Samarbejdsklubber

- Gladsaxe Kano & Kajakklub
- Klampenborg Kajakklub
- AB Håndbold
- Bagværld Boldklub
- Hareskov Håndbold
- Hareskov IF
- Hellerup Kajakklub
- HIH Håndbold
- IF Bytoften
- Nybro-Furå Kano og Kajakklub
- Skovshoved Roklub
- Lynghby Kanoklub
- Gladsaxe HG
- Foxy Cheerleaders
- Kano- og Kajakklubben Nord
- Kajakklubben Nova
- Kajakklubben Esrum Sø

Kajakklubben Esrum Sø

Sortering: Anbefalet

Active Comfort Dame (Kortærmet) (Kajakklubben Esrum Sø)	Hættesweatshirt Dame (Kajakklubben Esrum Sø)	Vindjakke Dame (Kajakklubben Esrum Sø)	Active Comfort Herre (Långærmet) (Kajakklubben Esrum Sø)
275,00	250,00	505,00	300,00
Leveringstid er 7-10 dage dag(ge).	Leveringstid er 7-10 dage dag(ge).	Ikke på lager	Leveringstid er 7-10 dage dag(ge).
Se produktet	Se produktet	Se produktet	Se produktet

Tilbehør

Aktivitetsplan

Hver uge	
Mandag 9.00	60+ roning (adgang for alle)
Torsdag 9.00	60+ roning (adgang for alle)
Onsdag ca. 19.00-20.00 (12. og 19. september en halv time tidligere)	Handicap
Se i øvrigt opslag i klubben og på www.kkes.dk	

Juni	
Lør. 23.	Skt. Hans
Søn. 24.	Sorø maraton
Ons. 27. kl. 20.00	Grill
Fre. 29/6.– Ons. 4/7	Tur til Kongsøre

Juli	
Fre. 29/6.– Ons. 4/7	Tur til Kongsøre
Lør. 7. – Søn. 8.	Silkeborg Regatta
Ons. 18. kl. 20.00	Grill

August	
Lør. 4.—Søn. 12.	Sommertur til Dalsland
Ons. 8. kl. 20.00	Grill
Lør. 11.	Dalsland Kanot Maraton
Søn. 26.	Kanojak Trim
Ons. 29. kl. 20.00	Grill

September	
Fre. 7.—Lør. 8.	Tour de Gudenå
Ons. 19. kl. 19.30	Grill
Lør. 22.	Mølleåens Blå Bånd

Kajakklubben Esum Sø
Krostien 11, Nødebo
3480 Fredensborg

Returneres ved varig adresseændring



Næste blad udkommer i september 2018
Deadline for indlæg er den 2. september 2018.

