

Velkommen til Svendborg Kajakklub



- et godt sted at være...

Udgivet af
Svendborg Kajakklub

Tuxensvej 12

5700 Svendborg.

Tlf. 62202909

www.Svendborg-kajakklub.dk

Redaktion:

Pia Hess og Jan Thorup

© 8.udgave 2010

Forord

Med denne lille folder vil vi gerne have lov til at byde dig velkommen i Svendborg Kajakklub. Folderen skulle gerne give dig et overblik over, hvad du som medlem kan bruge klubben til.

Mulighederne i Svendborg Kajakklub er mange - både på vandet og rent socialt. Vi forsøger at tage vare på traditioner, nytænkning i forhold til tidens trend og sportens udvikling. Aktivitetsniveauet er dog altid et billede af, hvad medlemmerne selv yder.

Af samme grund kan denne folder ikke stå alene, men giver dig lidt baggrundsviden om klubbens grundlag.

Det er op til dig selv at være opsøgende blandt de øvrige medlemmer for at få det fulde udbytte af kajaksporten og klubbens muligheder.

Vi håber, at Svendborg Kajakklub kan give dig en masse udfordringer og fornøjelige timer - både på det sportslige og sociale plan, og at du har lyst til at deltage i klubbens fællesskab når det gælder aktiviteter på vandet, praktiske opgaver og et aktivt engagement i klubbens eksistens nu og i fremtiden.

Bestyrelsen 2010

INDHOLD

OVERORDNEDE OVERVEJELSER

Hvem er vi? Hvorfor ro kajak? Hvad kræver det?	Side 5
Kajakpolitikken	Side 6

PRAKTISKE OPLYSNINGER

Kontingent	Side 8
Nøgler, roskab	Side 8
Sauna	Side 9

HVORDAN FÅR MAN INFORMATIONER?

Klubbens love	Side 10
Ordensreglement	Side 10
Blade, aktivitetskalender	Side 11

SIKKERHED

Sikkerhedsregler	Side 12
Rokort	Side 12
Vigtige ting, før du ror af sted, vigtige ting ved hjemkomst	Side 13
Retningslinier for vinterroning	Side 14

GREJET

Klubbens kajaker	Side 15
------------------	---------

KURSER, STÆVNER OG TILSKUDSREGLER

Kurser	Side 17
Stævnetilskud	Side 18
Instruktøruddannelse	Side 18

HVAD SKAL BEGYNDERE LÆRE?

Begynderroning	Side 19
----------------	---------

OM HAVKAJAKKER

Side 20

EPP– Euro Paddle Pass

Side 22

NATUR OG MILJØ

Side 23

Slutbemærkninger

Side 24

OVERORDNEDE OVERVEJELSER

Hvem er vi?

Svendborg Kajakklub er en ældre dame, født i 1934 af en flok idealistiske pionerer.

Klubben består af en bestyrelse på 5 personer, udvalg der sørger for nogle af de praktiske gøremål og ca. 160 medlemmer, der går under betegnelsen aktive eller familiemedlemmer.

Som medlem af Svendborg Kajakklub er du samtidig medlem af DKF (Dansk Kano- og Kajakforbund) og DIF (Danmarks Idræts Forbund). Fra efteråret 2003 er vi desuden medlem af DGI, Svendborg.

Klubben er en idrætsforening i traditionel forstand, som er base- ret på frivillig, ulønnet arbejdskraft. Udover betaling af kontingent forventes det af medlemmerne, at de bidrager til løsningen af en række praktiske opgaver, såsom rengøring og vedligehold af klubhuset.

Hvorfor ro kajak?

Indfaldsvinklerne til at ro kajak kan være mange. Det kan være lysten til konkurrence, lysten til at færdes på egen hånd i det Sydfynske Øhav, naturoplevelsen, udfordringen i at beherske kajakken i de skiftende vejrforhold eller blot lysten til at færdes ude på vandet med en flok ligesindede – i et sindigt tempo med tid til kaffe og madpakker.

For de fleste medlemmer af Svendborg Kajakklub er det nok en kombination af de nævnte ting.

Hvad kræver det at ro kajak?

Først og fremmest lysten. Dertil kommer, hvad der må betegnes som et godt helbred og rimelig balancefornemmelse. Råstyrke er ikke så afgørende, hvorimod udholdenhed er en vigtig egenskab og en god portion stædighed er heller ikke at foragte, når turen går hjemad i modvind og modstrøm.

- velkommen i Svendborg Kajakklub...

For at ro kajak i Svendborg Kajakklub skal man være mindst 12 år. (Man må først ro alene, når man er 14 år). Aldersgrænsen fastsættes årligt på generalforsamlingen.

Man skal dokumentere en svømmeprøve på 600 meter. Man skal ro 100 km. sammen med en instruktør, samt bestå en entringsprøve.

Roere, der er frigivet fra en anden klub, tidligere har været medlem og/eller er erfarne roere kan opnå medlemskab og frigivelse ved at bestå en entringsprøve.

Da der er tale om en sport der foregår på vandet, stilles der under alle omstændigheder krav om modenhed og erfaring, før man kan slippes løs på egen hånd.

Kajakpolitik

Baggrund og formål

Investeringer i klubkajakker lægger beslag på en meget stor del af de økonomiske midler Svendborg Kajakklub har til sin rådighed. Det må konstateres, at det ikke via sponsorer, kontingentindtægter m.v. er muligt at opfylde alle ønsker og behov. Det er således nødvendigt at foretage en prioritering.

Formålet med kajakpolitikken er at sikre, at investeringer foretages ud fra langsigtede overvejelser, således at et rimeligt aktivitetsniveau til stadighed kan opretholdes. Kendskab til kajakpolitikken vil ligeledes være en fordel for de af klubbens medlemmer, som overvejer at investere i egen kajak.

Kajakpolitikken er bestyrelsens værktøj. Det er bestyrelsen, som formulerer og beslutter kajakpolitikken. Kajakpolitikken skal offentliggøres for klubbens medlemmer, således at disse kan fastholde bestyrelsen i den vedtagne politik.

Politikken

De forskellige behov kan opdeles i 3 hovedgrupper, som i prioriteret rækkefølge ser således ud:

- Rekruttering
- Udvikling
- Konkurrence

Rekruttering

Det er af afgørende betydning for klubbens fortsatte eksistens, at der løbende rekrutteres og uddannes nye medlemmer. Der skal sikres et antal kajaker, som er velegnede til begynderro-ning. Begynderro-ning er erfaringsmæssigt meget hårdt ved ka-jakkerne. Der skal derfor lægges vægt på styrke og holdbarhed. God stabilitet er ligeledes af stor betydning.

Udvikling

Det skal være muligt for klubbens medlemmer at udvikle og dygtiggøre sig som roere. Der skal derfor være klubkajakker af forskellige typer og sværhedsgrader, så man trinvis kan udvikle sig. Der skal ligeledes være toer-kajakker af forskellig sværheds-grad.

Konkurrence

Der skal sikres mulighed for bred repræsentation ved stævner og konkurrencer. Dvs. både tur- og kapklassen og ener- som toer-kajak. Ved valg af kajakker skal prioriteringen væsentligst tage sigte på opnåelse af de bedste resultater.

PRAKTISKE OPLYSNINGER

Kontingent

Medlemskab opnås ved at udfylde og aflevere en indmeldelsesblanket til kassereren. Du vil herefter få tilsendt et girokort.

Kontingentet er (2010):

Indmeldelsesgebyr:	100 kr.
--------------------	---------

Kontingent/aktive medlemmer:

Over 18 år:	450 kr. pr. halvår.
Under 18 år:	250 kr. pr. halvår.

Kontingent/passive medlemmer: 80 kr. pr. halvår.

Klubben har en rabatordning (familiekontingent) for forældre med børn under 18 år.

En forælder + børn:	450 kr. pr. halvår.
To forældre + børn:	750 kr. pr. halvår.

Nøgler

For at få det fulde udbytte af klubben og kunne ro ud uden at være afhængig af, at der er andre i klubben, er det nødvendigt at have sin egen nøgle.

Man betaler 100 kr. når man får udleveret nøglen. De 75 kr. er depositum og de 25 kr. er et tilskud til fremtidig udskiftning af låse og nøgler. Når du har en nøgle, kan du komme og gå som du vil, men forlad aldrig klubben ulåst.

I glasskabet i gangen finder du liste over bestyrelsesmedlemmernes ansvarsråder. Det vil her fremgå, hvem der har nøgler til udlevering.

Roskab

I roskabet (glasskabet i gangen) er der en liste med navn, adresse og tlf.nr. på alle klubbens medlemmer. Der er desuden en liste over navne på bestyrelse og udvalg. Ved de aktive medlemmer står der nogle bogstaver, der fortæller hvilke prøver og tilladelser det enkelte medlem har.

S = Svømmeprøve.

ET = Entringsprøve - tur

EH = Entringsprøve - hav

FT = Frigivet - tur

FH = Frigivet - hav

FTM = Frigivet - tur*

FHM = Frigivet - hav*

IT = Instruktør - tur

IH = Instruktør - hav

* = frigivet med makkerhjælp.

Instruktørerne har tilladelse til at ro med personer der ikke er frigivet.

Sauna

Sådan bruger du "Badedyrenes" sauna:

Svendborg Kajakklub har adgang til Badedyrenes sauna. Saunaen er i det lille hus ved siden af kajakskuret. Nøglen til huset findes i skabet bag telefonen i vores entré.

Betjeningsvejledning til saunaovnen findes på stedet. Det tager ca. 15-20 minutter at varme ovnen op.

Der må kun kommes ferskvand på ovnen og du skal sidde på et håndklæde.

Rengøring: Vask bænke og gulv af med ferskvand og luft ud i 15 minutter, slå bænkene op af væggen, skrab vandet af, check at ovnen er slukket. Skriv dato, forbrug i kWh og nøglenummer i bogen under målerskabet.

God fornøjelse!

HVORDAN FÅR MAN INFORMATIONER?

Klubbens love

Ved indmeldelse får du et eksemplar af klubbens love.

Ordensreglement

1. Sidste person, der forlader klubben, sørger for, at alt er låst, lukket og slukket - undtagen køleskab og fyr.
2. Når et medlem forlader klubhuset, rydder vedkommende op efter sig. D.v.s vasker sine ting op, sætter stol/bord på plads og lign.
3. Medlemmer, der har gæster i klubben, står til enhver tid til ansvar for disse.
4. Private ting som rotøj, fodtøj, poser, tasker m.m. må ikke efterlades i omklædningsrummene, når man går hjem. Disse ting vil ellers blive fjernet uden ansvar.
5. Private ting i bådhalerne - udover kajak, pagaj, vest og cockpit-overtræk skal tages med hjem eller lægges i ens private kajak, da disse ting ellers vil blive fjernet uden ansvar. Undtaget er dog siddeunderlag, hvis de anbringes i en dertil opstillet kasse. **Alle private effekter skal være forsynet med navn og medlemsnummer.**
6. Hvis der er private ting man ønsker at have i klubben - udover de under pkt. 5 nævnte, skal man have bestyrelsens tilladelse, da disse ting ellers vil blive fjernet uden ansvar.
7. Hvis skader opstår på klubbens ejendele, skal der gives besked herom til den person, der har det pågældende ansvarsområde. Alternativt meldes skaden til bestyrelsen. Undtaget er skader, der straks skal repareres.
8. Ethvert passivt eller aktivt medlem, der bruger klubben jævnligt, har pligt til at indgå i rengøringsordning.
9. Øl og spiritus må ikke nydes umiddelbart før og under roning.
10. Rygning i klublokalet er forbudt.

Hjemmeside og blade

Klubben har en hjemmeside, hvor aktuelle nyheder bringes www.Svendborg-kajakklub.dk

Dansk Kano og Kajak Forbunds blad udkommer månedligt som et nyhedsmagasin. Magasinet findes på www.kano-kajak.dk

Blade fra andre kajakklubber og DGI-Svendborg kan læses i klubben.

Aktivitetsskalendar

På opslagstavlen i klublokalet finder du en revideret aktivitetskalender. Af faste aktiviteter i klubben er:

- Generalforsamling i marts.
- Standerhejsning i april.
- Handicap og klubaften hver torsdag i sommerperioden.
- Skt. Hans aften.
- Thurø Rundt i august.
- Standerstrykning i oktober.

Fester, stævnedeltagelse og klubture er vekslende fra år til år afhængig af medlemmernes interesser.

Om vinteren har der gennem mange år været tradition for svømning hver lørdag og motionscenter i idrætshallen hver onsdag.



Tur til Lindelse Nor

SIKKERHED

Svendborg Kajakklubs sikkerhedsregler

Pkt. 1: Sygdom

Før starten på begynderroning og ved indmeldelse skal roerne skrive under på at de ikke lider af sygdomme, der kan medføre svimmelhed, lammelser eller tab af bevidstheden.

Pkt. 2: Svømmevest/redningsvest

Alle roere skal have en svømmevest/redningsvest med under roning. Ikke frigivet roer skal altid have vest på. En frigivet roer skal have vest på fra 1. oktober til 1. maj.

Pkt. 3: Øse

I alle kajaker skal der være en øse, som er bundet fast, så den ikke kan gå tabt ved en kæntring. Øsen skal være anbragt let tilgængeligt.

Pkt. 4: Overtræk

På ture over 10 km. skal alle roere have overtræk med.

Pkt. 5: Natroning

Ved natroning mellem solnedgang og solopgang skal hver kajak medbringe en lygte, som kan vise et klart hvidt lys. Lygten skal kunne vises ved møde med et andet fartøj. Ved roning i havne eller meget trafikerede farvande skal lygten være tændt hele tiden. Sejlrenden i Svendborg og Thurø Sund regnes for et sådant trafikeret farvand.

Pkt. 6: Afstand til kysten/vejrforhold

Man må ikke ro længere væk fra kysten, end at man til enhver tid er i stand til at redde sig selv i land efter kæntring. Ved optræk til uvej, blæst eller tåge skal man straks søge land. Man skal være særlig forsigtig ved roning i koldt vand.

I øvrigt skal gældende søvejsregler overholdes.

Ro kort

Du skal bruge rokortet hver gang, du tager af sted - med angivelse af hvilken retning du ror i (øst eller vest) Hvis du forventer at være væk over 2 timer, skal dette angives på rokortet under "sted". Du skal angive nr. på den kajak og pagaj, du har taget. Er det din egen, angiver du det med et E.

Rokortene bruges som sikkerhed, og desuden er det rart at vide, hvem der er ude at ro.

I øvrigt udarbejdes der hvert år ro-statistik. Ro-året gælder fra standerstrygning til standerstrygning.

Vigtige ting - før du ror af sted!

- Husk at skrive dig ud på rokortet. (notér, hvis du har planer om at være væk i over 2 timer.)
- Husk svømmevest og øse.
- Husk altid overtræk på ture over 10 km.
- Se kajakken efter - er alting i orden?
- Medbring altid et sæt tørt tøj på længere ture.
- Brug hovedet - ikke kun armene!
- Tjek vejr og strømforhold.
Vejrforholdene kan tjekkes på: Radio (243 kHz eller 1062 kHz), telefon 1853, tekst-tv eller www.dmi.dk

Det er til hver en tid det enkelte medlems personlige ansvar når vedkommende beslutter sig for at gå "på vandet". Bestyrelsen kan ikke drages til ansvar for det enkeltes medlems handlinger.

Vigtige ting - ved hjemkomsten!

- Husk at skrive dig ind.
- Tør kajakken grundigt af.
- Se kajakken efter, om noget er gået i stykker (i så fald påsættes "skadeliste").
- Hæng vest og cockpitovertræk op, så det kan tørre.
- Forebyg skader - stræk ud!
- Husk alt dit rotøj, da det ikke må blive i klubben.
- Luk og lås porte og døre, når du forlader klubben.

Retningslinier for vinterroning

Ifølge "Love for Svendborg Kajakklub" fastsættes regler for vinterroning af bestyrelsen.

Retningslinier

For at opnå vinterroningstilladelse og kunne ro i perioden fra standerstrygning til standerhejsning skal man:

- Have roet 200 km. i forudgående sæson.
- Have roet i min. 2 år og være en meget habil roer.
- Have en godkendt vinterentringsprøve. (Dvs. med vest og overtræk).

Prøven tages fra 1. oktober og godkendes af et bestyrelsesmedlem. For havkajakker gælder det samme. Entringen består af "selvredning" med pagajflyder.



Tilladt rofarvand

- Rofarvandet i vintersæsonen er den samme som om sommeren.
- Ro så kystnært som muligt og kryds kun åbent vand i forsvarlige vejr- og strømforhold.
- Vælg en stabil kajaktype, og opnå dermed øget sikkerhed. Planlæg en distance der svarer til din formåen og vær bevidst om afkøling af kroppen i koldt vejr/vand.
- Tjek kajakken for skader, og kontroller at der er en øse i kajakken.
- I Havkajakker SKAL medbringes pagajflyder.
- Alle der ror i vintersæsonen SKAL være iført vest og overtræk.

Læs i øvrigt søsportens pjece vedrørende "Kulde".

Det er, som altid, det enkelte medlems personlige ansvar når vedkommende beslutter sig for at gå "på vandet".

GREJET!

Klubbens kajakker.

Kajakker er nogle små, fine både, der ikke vejer ret meget. Det siger sig selv, at de ikke er ret robuste. Det er vigtigt, at vi passer godt på de kajakker, vi har.

Skulle du være så uheldig at komme til at skade en kajak, tager du en "skadeliste" og sætter kryds der, hvor skaden er. Listen sættes på den pågældende kajak og den person, der er ansvarlig for reparation af kajakker, kontaktes. Kajakken må ikke bruges, før den er repareret. Du er meget velkommen til selv at hjælpe til med reparationer.

Klubbens kajakker er mærket med et nummer bag cockpit og agter. Du vil ud fra dette nummer og de ophængte lister i bådhallen kunne få et overblik over de forskellige kajaktyper og sværhedsgrader.

Her er nogle fingerpeg til, hvordan du behandler materiellet optimalt.

- Lær at bære kajakken rigtigt, så du ikke støder på noget og har bedre kontrol.
- Smid ikke kajakken ned på vandoverfladen, da bunden vil blive trykket op, dækket vil blive trykket ned og kajakken vil flække i samlingen.
- Læg ikke kajakken, så den kun er understøttet under sædet, så trykkes bunden nemlig op.
- Læg aldrig kajakken på roret, så flækker det.
- Når du spænder sædeskruen i turkajakken, spænd den da aldrig hårdt til - og mas ikke på sædet, mens du spænder. Sædet skal kun sidde så fast, at det bliver siddende, selv om du ikke gør det!!!

- velkommen i Svendborg Kajakklub...

- Undgå at ro på for lavt vand, hvor der kan være sten og muslingebanker, der kan beskadige kajakkens bund. Ender du alligevel på lavt vand, hold da lav fart og godt udkik. Stå evt. ud af kajakken og træk den over det laveste sted.
- Undgå at ro op på stranden. Ved klubben benyttes broen, ellers foregår ned- og opstigning i vandkanten, hvor kajakken er fri af bunden.
- Når kajakken skal tages op og der på roturen måske er kommet vand i, tømmes vandet ud FØR du løfter kajakken op. Løft ALDRIG kajakken i cockpitkanten, hvis der er vand eller bagage i kajakken. Du kan måske godt klare det, men kajakken kan ikke. Find i stedet én der vil hjælpe dig.
- Når kajakken er bordfyldt og den skal tømmes, lægger man den på siden og trækker LANGSOMT op i cockpitkanten henholdsvis for og agter.
- Er kajakken kun LIDT fyldt med vand, trykkes den FORSIGTIGT ned "på næsen" hvorved vandet vil løbe derned. Når vandet er samlet i "næsen" vendes kajakken forsigtigt om og vandet løber ud af cockpitet.
- Som aktivt medlem skal du have din egen vest fra 2. sæson. Der opfordres ligeledes til at investere i eget cockpitovertræk. Husk at skrive navn og medlemsnummer på.



KURSER, STÆVNER OG TILSKUDSMULIGHEDER

Kurser

Både DKF og DGI-Svendborg udbyder årligt en række spændende kursustilbud som I, som medlemmer af Svendborg kajakklub, kan tilmelde jer.

Klubbens overordnede politik er, at kurser, som er til gavn for klubbens eksistens, så som instruktørkurser og ledelseskurser betales af klubben, hvorimod kurser, som mere er til personlig udvikling, må betales af medlemmerne selv (med de tilskud som medlemskabet af eks. DGI giver).

Der forefindes en mappe i klubben med aktuelle kursustilbud, se i øvrigt: www.kano-kajak.dk og www.dgi.dk/svendborg.



- starten for K1 for herre ved det årlige Thurø Rundt..

- velkommen i Svendborg Kajakklub...

Stævnetilskud

Deltagelse i stævner er en god mulighed for at blive udfordret på det rent sportslige plan, opleve et andet farvand og ikke mindst møde medlemmer fra andre klubber.

Gennem tiden har der været år, hvor stævnedeltagelse har været en meget stor del af klubbens aktivitet, andre år mindre. Det vil dog altid være en aktivitet, som støttes af klubben.

Som tilskud til stævner yder klubben tilskud:

- Over 18 år: Klubben betaler 50 % af startpenge.
- Under 18 år: Klubben betaler hele beløbet.

Den, der bidrager med bil får 1,50 kr. pr. km. Kører man med trailer ydes 50 øre ekstra pr. km.

Kassereren skal have skriftlige bilag om bestemmelsessted, antal km. samt underskrift af den, der ønsker tilskud.

Instruktøruddannelse

Har du lyst til at blive instruktør, bedes du venligst henvende dig til bestyrelsen.

Dansk Kano- og Kajakforbund tilbyder årligt instruktørkurser, som kan give dig de praktiske færdigheder og en god basis for at deltage i klubbens fremtid med henblik på, at rekruttere nye medlemmer.



HVAD SKAL BEGYNDERE I S/K LÆRE?

Begynderroning

Er du instruktør og vil ro én igennem, giv da venligst bestyrelsen besked. Alle der roes igennem - både på begynderhold eller af enkelt-personer udenfor begynderhold skal:

- Betale 1950 kr. (2008) Dette er inklusiv indmeldelsesgebyr, samt 1. halvårige kontingent.
- Aflevere en svømmeprobe på 600 meter.
- Udfylde indmeldelsesblanket, som afleveres til kassere-

Når en instruktør påtager sig ansvaret for at ro én eller flere igennem, påtager vedkommende sig samtidig ansvaret for at den/de pågældende begynder(e), efter endt kursus, har viden og praktiske færdigheder i:

- Kajak- og pagajtyper.
- Kendskab til materialet og hvordan dette behandles.
- At kunne bære kajakken hensigtsmæssigt.
- I- og opstigning af kajakken fra bro og fra strandkant.
- Roteknik
- Tømning af kajak.
- Makkerhjælp.
- Forebyggelse af skader
- Praktisk beklædning.
- Søvejs- og sikkerhedsregler.
- Roning i og forståelse for forskellige vejr- og strømforhold.
- Svendborg Kajakklubs organisation og muligheder i klub-, kreds- og forbundsregi. Sommer- og vinteraktiviteter.
- Sportens muligheder; Lokalt rofarvand, langtursmuligheder, stævner og konkurrencemuligheder.

Klubben har udarbejdet en begyndermappe, som findes på www.svendborg-kajakklub.dk. I mappen er mange af ovennævnte ting beskrevet.

Før begynderen kan frigives, skal pågældende:

- Ro 100 km. i følge med instruktøren.
- Aflægge svømmeprøve.
- Bestå entringsprøven.
- Godkendes til endelig frigivning af instruktør og bestyrelsesmedlem.



OM HAVKAJAKKER...

Havkajakker

Havkajakker er også en del af Svendborg Kajakklub. Klubben har i øjeblikket 12 havkajakker.

Svendborg Kajakklub tilbyder begynderkursus i havkajak.

I forhold til integrering af havkajakker i klubben henholder vi os til pjecen "Vejledende retningslinier for roere og instruktører i havkajak! Pjecen er udgivet af Havkajaksamrådet i samarbejde med DKF og findes på opslagstavlen i klubben og/eller på www.havkajaksamrad.dk

Havkajaksamrådets vejledende retningslinier for havkajakroere:

Et bruger niveau, som skal sætte roeren i stand til at færdes fortløbet og sikkert i havkajak på ture langs kysten i lokalt, kendt farvand - i sommerhalvåret (maj - oktober).

Teknik

Teknikker må kunne vises og beherskes på uroligt vand svarende til vind på 4-8 m/sek.

- Svømmefærdigheder (svømme 400 m i åbent vand eller 600 meter i bassin).
- Ud- og indstigning i kajak ved kyst og bro.
- Roteknik: Almindelig rotekning, lav støttetag, styretag, sideforflytning.
Tømning af vandfyldt kajak på lavt vand.
- Svømme med kajak.
- Selvredning med entring efter kæntring.
- Kammeratredning, med roeren ude af kajakken (blive reddet og kunne redde anden roer)
- Bugsering af anden kajak.

Teori

Kendskab til nedenstående temaer med henblik på tur langs kysten i Danmark.

- Udstyr (kajak, beklædning og personligt sikkerhedsudstyr).
- Vejvalg og grundlæggende navigation.
- Vind og vejr, bølger m.m.
- Risikomomenter ved havkajakroning.
- Førstehjælp og kuldeskader.
- Færdselsregler på vandet.
- Søsportens relevante foldere.

- velkommen i Svendborg Kajakklub...

EPP - Euro Paddle Pass

Om EPP.

EPP er resultatet af et samarbejde mellem Frankrig, Storbritannien, Tyskland, Sverige, Irland, Slovenien og Danmark, og er efter snart 4 år resulteret i en række fælles standarder for uddannelse af roere/udøvere i kano- og kajaksporten.

Målsætningerne for EPP-samarbejdet er:

- At udvikle fælles europæiske standarder for instruktion og undervisning indenfor kano- og kajaksporten.
- At fremme kendskabet til de uddannelsesmæssige og sociale værdier i kano- og kajaksporten.
- At øge og sikre den offentlige tilgang til kano- og kajaksporten gennem information og standardiserede kursusnormer.
- At skabe øget opmærksomhed omkring de positive sundheds- og miljømæssige forhold, der knytter sig til kano- og kajaksporten.

Disse mål realiseres ved at:

- Udarbejde og implementere en fælles struktur for minimumstandarder, der sikrer gensidig international anerkendelse af prøver.
- Skabe en struktur af standardiserede egenfærdighedsniveauer og -prøver.
- Udarbejde fælles undervisningsmateriale til hjælp for trænere og instruktører i afviklingen af egenfærdigheds træning og prøver.

læs meget mere på <http://www.europaddlepass.dk/>



NATUR OG MILJØ

Pas på natur og miljø!

Som medlem af en klub under Dansk Kano og Kajakforbund er du også forpligtet til at tage hensyn til naturen og miljøet. DKF arbejder for så stor adgang som muligt til at benytte søer, vandløb og kyster, og det kan kun opnås hvis alle DKF's medlemmer viser forståelse for og hensyn til naturen.

Derfor: Inden du tager ud på egen hånd, skal du sætte dig ind i, hvor der er reservater i det sydfynske område, og betingelserne for færdsel i området.

Miljøhensyn er også at spare på el, vand og varme. Det har klubben gjort i en årrække med store økonomiske besparelser til følge. Sluk lyset, når du ikke bruger det. Luk for vandet, når det ikke er nødvendigt, det løber. Når klublokalet forlades skrues ned for varmen.



Slutbemærkning

Som kajakroer kan man altid lære mere...

Uanset om man har lært at ro kajak i Svendborg Kajakklub eller kommer fra en anden klub, vil der altid være spørgsmål om hvorfor dit - og hvorfor dat...?

Du kan altid søge råd og vejledning hos bestyrelsen og øvrige medlemmer, hvis der er noget du er i tvivl om.

Vores mål er som tidl. nævnt, at Svendborg Kajakklub fortsat kan bevare gode traditioner og samtidig udvikle sig i overensstemmelse med medlemmernes ønsker og behov.

Du kan bidrage positivt til klubben ved at vise interesse og yde en aktiv indsats.

Velkommen!



- velkommen i Svendborg Kajakklub...