

1. Klubroning
  - a. Vinterroning
  - b. Sommerroning
2. Ture
3. Roning med erfaren ro-makker
4. Redningsøvelser
5. Svømning
6. Prøv at ro kajak
7. Kurser
8. Andre aktiviteter på havnen
9. Medlemsmøder for roerne
10. Praktisk tilsyn med Kajakhuset

## 1.a. Vinterroning

Hver lørdag i perioden fra 1. oktober til 1. april. Vi mødes, klar på vandet kl. 10.00.

Hvis du er i tvivl om du opfylder klubbens krav til vinterroning, bør du læse kajak sikkerhedsbestemmelserne.

Også roning mandag og torsdag kl 13.15 på vandet – året rundt. Annonceres på "smuttur" på Facebook.

## 1.b. Sommerroning

Mandage og torsdage i perioden 1.april – 1.oktober. Vi mødes, klar på vandet kl 18.00.

Også roning mandag og torsdag kl 13.15 på vandet – året rundt. Annonceres på "Smuttur" Facebook.

## 2. Ture

### Forårstur

Tovholder: *Birgitte, Lisa, Svend*

Dato 2023 :

Bededagsweekend 5/5-7/5 - Ca. 20-25 km/dag. Udmelding om destination og antal overnatninger senere.

### Pinsetur for nye og let øvede

Tovholder: *Pt ingen tovholder*

Dato 2023 : pinsen 27/5-29/5 (en overnatning) Lokalt farvand

### Sommertur

Tovholder : *Berit, Lisa, Birgitte*

Dato 2023 : En uge i starten eller slutningen af sommeren. Datoer udmeldes senere.

### Juletur (med en overnatning)

Tovholder : *Bodil, Jørgen , Jan, Peter M*

Dato 2023 : Medio november. Dato kommer senere.

### Luciatur 13/12

Tovholder: *Helene*

Dato 2023: 13. december kl. 17

## **Endagsture**

*Eksempelvis Roskilde Fjord ved midsummer. Esrum sø rundt, Kullen rundt, Nykøbing Sjælland. K*

Tovholder: *Astrid*

Destination: Furesø

Dato: Søndag den 18/6

## **Vis mig dit ro-vand (DGI)**

*Tovholder(holder øje med DGI's arr.): Kurt*

*Der annonceres/aftales på FB: Kajak Smuttare Lynæs Sejl og Kajakklub.*

## **3. Roning med erfaren ro-makker**

Tovholder: *Susanne*

Erfaren ro-makker: *Jørgen, Palle, Niels, Peter, Bent O, Kurt, Svend, Berit, Helene, Aline.*

Dato: mandage og torsdage i juli eller august eller september.

Kl. 17.30 til 21.00. Klar på vandet kl 18.00.

Tilmelding nødvendig to dage før til [susanne@sleipner10.dk](mailto:susanne@sleipner10.dk). Brug gerne Facebook "Kajak smuttare Lynæs sejl- og kajakklub" til aftaler.

## **4. Redningsøvelser**

Tovholdere: *Kurt, Susanne, Jørgen*

Vi øver selv- og makkerredninger på følgende dage:

April: lørdag 22/4 kl. 11.00

Maj: mandag 15/5 kl. 17.45 – omklædt og klar til at gå i kajakken

Juni: Lørdag 17/6 11.00 – redning og bugsering (foregår på dybt vand) omklædt og klar til at gå i kajakken

August: lørdag den 26/8 kl 11.00 – redning og teknik (Kurt er tovholder)

Oktober: Mandag den 23/10 kl 17.45 omklædt og klar til at gå i kajakken. Her tjekkes vinter-udstyret.

Varighed ca. 2 timer med efterfølgende fælles evaluering på land.

## **5. Svømning**

Instruktør: *Susanne*

Vi øver vores svømmefærdigheder evt. iført kajaktøj. Svømningen vil foregå ved bade- og oplevelsesbroen på Lynæs Havn.

Dato: Torsdag den 3/8 18.00

## **6. Prøv at ro kajak /Vild med vand**

For dig, som endnu ikke er medlem af klubben, men som godt kunne tænke sig at prøve om kajak-roning er noget for dig. Alle kan være med. Klubben har kajakker, redningsveste og alt det sikkerhedsudstyr, der skal benyttes. Du skal være forberedt på at du kan blive våd. Medbring evt. skiftetøj.

Tovholder: Kurt

Dato: Den 10/6 ( i forbindelse med LYN-X.)

Du skal tilmelde dig til Kurt Larsen på mail: [kurt111258@gmail.com](mailto:kurt111258@gmail.com)

## 7. Kurser/aktiviteter

**LSK kursus for begyndere (svarende til DGI1 niveau)** NB: under overvejelse!

Tovholder/instruktør: Kurt

Mandage juni kl. 17.30.

**DGI-kurser**, der afholdes i Lynæs:

- Camp i Sølager? Vi holder øje med DGI's udmeldinger
- 

## 8. Andre aktiviteter på havnen

**LYN-X. Havnens dag med vandsportsaktiviteter**

Dato: Lørdag den 10. juni 2023

Tovholder: Kurt, Astrid,

**DSRS arrangement: Jul på Lynæs Havn.**

Første søndag i december / I 2023 : søndag den 3. december

**Skt.Hans arrangement 23/6**

## 9. Medlemsmøder med praktisk og socialt indhold

- **Årsmøde i januar** med planlægning og valg af tovholdere og hjælpere

Dato 2023: Søndag den 22/1 kl 10-13

Dato 2024: Søndag den 21/1

- **Sommermøde** hvor vi fejrer højsæsonen og byder velkommen til nye medlemmer og gør status på afholdte aktiviteter, justering af opgaver for resten af sæsonen.

Dato: mandag den 26. juni

- **Vintermøde** Mandag den 23. oktober med status på året og forberedelse til vinterroning.
- **Hvordan pakker jeg kajak til tur (med alt det nødvendige)**

Lisa, Benny og Bodil arrangerer.

Dato: Torsdag den 23. marts kl 19.00

- **Desuden:**
- **Hækbølgen (klubfrokost) 2. toe'rsdag i måneden i vinterhalvåret**
- **Grillaftener sidste fredag i sommerhalvåret**
- **Standerhejsning**
- **Standernedhaling**

- Klubhusudvalget. Torsdag kl 9-12
- Foredrag. Aktuelt Beretning om kajaktur på Grønlands østkyst. Tirsdag den 14/3 kl 19.

## 10. Kajakhuset

Koordinator: *Benny*

Hjælpere: *Kaj, Jan, Tom*

- Administration af kajakpladser.
- Oprydning og vedligehold og gennemgang af klub materiel.