

1. Klubroning

- a. Vinterroning
- b. Sommerroning
- c. Klubaftener

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 v/broen kl. 10.00.

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

Også af og til roning mandag og torsdag kl 13.15 på vandet – året rundt. Annonceres på "Kajak Smuttire – Lynæs Sejl- og Kajakklub" på FaceBook. Du kan komme til facebookgruppen med dette link:

<https://www.facebook.com/groups/228013480618006/>

1.b. Sommerroning

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

Også af og til roning mandag og torsdag kl 13.15 på vandet – året rundt. Annonceres på "Smutture" FaceBook. (Link ovenfor)

1.c. Klubaftener/onsdagsaktiviteter

På udvalgte onsdage arrangeres/bydes der ind med forskellige aktiviteter. Kajakudvalget konkretiserer datoer og indhold, som kan dække bredt i forhold til roaktiviteter på land og til vands. Det kan være pakning af kajak til overnatning, teknikøvelser, kajakkens pasning og pleje m.m.

ONSDAGSAKTIVITETER 2025*			
Dato	Tid	Aktivitet	Ejer
30-mar*	14.00	Vedligehold af klubkajakker (NB:søndag)	Søren S
09-apr	18.00	Kort / kompas teori	Søren S
16-apr	18.00	Kort/kompas på vandet	Søren S
23-apr	18.00	Hold din kajak i god stand. Fjerne slidmærker og små ridser. Smårep.	Søren S
30-apr			
07-maj			
14-maj	18.00	Kajak-kursus 1.gang	Stig og Kurt
21-maj	18.00	Kajak-kursus 2.gang	Stig og Kurt
28-maj	18.00	Kajak-kursus 3.gang	Stig og Kurt
04-juni	18.00	Kajak-kursus 4.gang	Stig og Kurt

11-jun	18.00	Grønlandsåre – diverse teknikker	Karin
18-juni	18.00	Bugsering	Stig
19-juni*	18.00	Rul for nybegyndere (NB:torsdag) Med opfølgning 20.-21.juni.	Søren S
25-jun	18.00	Teknikker - brush up -sideforflyt – for&bagror og andre teknikker	Karin
NB: Om onsdagen er der mulighed for socialt samvær med en bid mad i klubhuset bagefter.			
*) OBS: enkelte andre ugedage kan snige sig ind!			

2. Ture

Pinsetur for nye og let øvede

Tovholder: Kurt

Dato 2025 : pinsen 7/6-9/6 (en overnatning) Lokalt farvand

Sommertur

Tovholder : Birgitte, Lilian, Søren

Dato i 2025 : Uge 34 (søn 17.- lør 23.august)

Destination: Mistahult/Lofthammar

Juletur (med en overnatning)

Tovholder : Jan, Susanne

Dato i 2025 : lørdag d.8-søndag d.9.november . Turbeskrivelse/Tilmelding udsendes

Ca 20km hver dag.

Jul på Lynæs Havn 2.søndag i advent

Søndag den 14.december

Tovholder for roerne: Benny, Søren

Luciatur 13/12

Tovholder: Kurt , udflugt til Københavns Havn.

Dato i 2025: lørdag den 13. december.

Endagsture

Eksempelvis Roskilde Fjord ved midsommer. Esrum sø rundt, Kullen rundt, Nykøbing Sjælland.

Tovholder: Kurt

Destination: Københavns kanaler

Dato: 13.december

Tovholder: Jan

Destination: Stevns KLint

Dato: Lørdag den 10. maj . Ca 20km.

3.a Roning med erfaren ro-makker

Støtte til at nå 50km til frigivning / hjælp med teknik mm. / moderat tempo

Tovholder: Susanne

Erfaren ro-makker: Ro-makkerne koordineres af Susanne

Dato: Der udmeldes mandage og torsdage i maj, juni, august eller september.

Kl. 17.30 til 21.00. Klar i klubben 17.30

Tilmelding nødvendig to dage før til susanne@sleipner10.dk. Brug gerne Facebook "Kajak smutture Lynæs sejl- og kajakklub" til aftaler.

3.b Teknik-træning

Tovholder: Stig

Tilmelding: Stig.Dalum@gmail.com

Se ovenfor: 1.c.Onsdagsaktiviteter

4. Redningsøvelser

Tovholdere: Kurt, Stig, Susanne, Karin, Søren

Vi øver selv- og makkerredninger på følgende dage:

April: *Dato: **Mandag den 14/4** Tidspunkt: 17.30* omklædt og klar til at gå i kajakken /Stig
Maj: *Dato: **Torsdag den 22/5** Tidspunkt: 17.30* omklædt og klar til at gå i kajakken /Kurt
Maj/Juni: *Dato: **Lørdag den 31/5** Tidspunkt: 10.00* redning og bugsering (foregår på dybt vand)
omklædt og klar til at gå i kajakken /Susanne
August: *Dato: **Mandag den 18/8** Tidspunkt: 17.30* redning og teknik (Kurt er tovholder)
Oktober: *Dato: **Mandag den 20/10** Tidspunkt: 17.30* omklædt og klar til at gå i kajakken. Her
tjekkes vinter-udstyret. / Stig og Jørgen og Susannes suppe.

Varighed ca. 2 timer med 1.Instruktion / 2.Øvelser / 3.Fælles evaluering samt kaffe/te og kage på land.

5. Svømning

Instruktør: Susanne og Kaj

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

Dato: Torsdag den 7.august Tidspunkt: 18.00 v/klubben

6. Prøv at ro kajak – Havnens dag

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: Svend, Stig, Søren, Kurt, Astrid, Bente, Palle

Dato: Måske den 14/6 tidsramme: 10-13 (i forbindelse med Havnens Dag 2025 / LYN-X.)

7.Kurser/aktiviteter

Begynder kajakkursus.

Tovholdere: **Stig, Kurt**, (Karin, Helene, Svend) planlægger kursus i maj på EPP2-niveau.

Suppesupport: Astrid og Bente

8. Andre aktiviteter på havnen

LYN-X. Havnens dag med vandsportsaktiviteter

Se ovenfor.

DSRS arrangement: Jul på Lynæs Havn.

2.søndag i advent : 14.december 2025

Skt.Hans arrangement 23/6

9. Medlemsmøder med praktisk og socialt indhold

- Årsmøde i januar med planlægning og valg af tovholdere og hjælpere
Dato 2025: Søndag den 19/1
Dato 2026: Søndag den 25/1
- 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: torsdag den 26. juni i forlængelse af klubroningen
- Vintermøde I forlængelse af redningsøvelsen 20.oktober med status på året og forberedelse til vinterroning.
- Hvordan pakker jeg kajak til tur (med alt det nødvendige)
Tovholder/arrangør: vi spørger Bodil
Dato: En gang i marts/april lægges en onsdag
- **Desuden:**
- **Hækbølgen (klubfrokost) 2. torsdag i måneden i vinterhalvåret**
- **Grillaftener sidste fredag i måneden i sommerhalvåret**
- **Standerhejsning**
- **Standernedhaling**
- **Klubhusudvalget. Torsdag kl 9-12**
- **Foredrag.**
-

10. Kajakhuset

Koordinatorer: *Benny, Jan, Jørgen, Kurt*

- Administration af kajakpladser./ Benny
- Oprydning og vedligehold og gennemgang af klub materiel. / Kurt, Lisa
- Deltagelse i torsdagsudvalget

Vedligeholdelsesdag: Søren, Kurt, Palle, Bente, Birgitte (ved sæsonstart)