

Hej

Kaløvig Havkajak starter nyt frironings-/begynderforløb op – Indtil videre er datoerne og forløbet, som du kan se nedenstående.

Corona kan selvfølgelig betyde, at vi kommer til at skubbe nogle datoer – Det forholder vi os til, når vi kommer længere frem, og i givet fald melder vi nogle nye datoer ud løbende, til de som er tilmeldt.

På et tidspunkt må "bæstet" blive besejret, og vi kan vende tilbage til mere normale tilstande med dejlige dage på vandet i havkajakken.

Hvis du har lyst til at prøve kræfter med havkajakken som en del af vores frironingshold, eller du bare har spørgsmål, så skriv til:

Kim Dannesboe

Kim.dannesboe@gmail.com

Princippet først til mølle gælder og når vi ikke har plads til flere bliver der oprettet ventelister.

Programmet for nye roere er indtil videre:

Vores informationsaften den 15. april aflyses – I stedet laver vi vores informationsaften som video. Jeg håber at kunne sende jer et link til videoen senest lørdag den 18. april. Vi skal lige have lagt et filter på og redigeret, så vi bliver lidt kønnere og ser meget yngre ud 😊

Vi informerer om klubben, frironingsprogrammet, beklædning/udstyr osv.

Tirsdag den 12. maj – starter vi kl. 18:30 (Omklædt) Vi mødes ved vores lille klubhus (I kan se på videoen, jeg sender, hvor det ligger på havnen.)

Efterfølgende tirsdage i maj/juni 19:00-22:00

Hvad skal i lære:

- Ind- og udstigning i kajak ved kyst og bro
- Vandtilvænnning/wet-exit og tømning af vandfyldt kajak
- Makkerredning efter deltagerforudsætninger
- Selvredning med pagajflyder
- Lavt støttetag
- Drejetag, lavt telemarksving og sideforflytning
- Stoptag og baglæns roning
- Effektiv skadesforebyggende roteknik
- Svømme 150m med kajak på slæb i åbent hav iført robeklædning

Måske kan vi nå teknikprøver og redningsprøver sidst i juni

Efterfølgende mulighed for roning tirsdag og torsdag aften – samt lørdage, som det nu kan passe ind i jeres kalender. (Juli/August)

Efter teknik og redningsprøver skal I ro 50 km. for at blive friroet i klubregi og få nøgler til klubben.

Priser:

Kontingent til bådelaugget er DKK: 1.910,- pr. person. Hvis der er flere i samme husstand slipper ægtefællen/samleveren med DKK: 500,-

Frironingsforløbet koster DKK: 200,-

Efter 1. tur på vandet tirsdag den 12. maj er der mulighed for at springe fra kvit og frit. Ønsker man at fortsætte faktureres kontingentet. og de sidste 200 kr. faktureres i juni.

Kontingentet giver i øvrigt også mulighed for at blive gratis medlem i vinterbaderklubben med adgang til saunaen.

Vi glæder os til at se dig 😊

Kaløvig Kajakafdeling