

Marstal Kajakklub



Sommer 2018

Marstal Kajakklub / Navne:

Bestyrelsen:

Formand Kurt Lund	23411086	kurtlund61@gmail.co
Næstformand Henrik Lindberg-Nielsen	42160106	hlindbergnielsen@gmail.com
Kasserer Jørgen Friis	25147109	JoergenFriis@msn.com
Cecilie Larsen	28912833	cecil-pludis@hotmail.com
Mads Kyrsting	26235654	madskyrsting@mac.com
Suppleant Jan Møller Jensen	61114816	janm@marnav.dk

Redaktør Hjemmesiden / Webmaster

Cecilie Larsen	28912833	cecil-pludis@hotmail.com
Redaktør Klubbladet		
Else Jakobsen	27818759	eliza2010@live.dk
Layout / billeder Klubbladet		
Karna Ravnø	50724625	ravnø@gmail.com

Indhold:

- Side 3 *Formanden siden sidst (Kurt)*
- Side 7 *Børne- og Ungeholdet (Svea)*
- Side 8 *Begynderhold forår 2018 (Pia Christensen)*
- Side 11 *Ugekursus (Christian og Lærke)*
- Side 13 *Ugekursus (Ken)*
- Side 15 *IPP3 træning (div. deltagere)*
- Side 19 *Q-camp ved Nakskov (Else)*
- Side 22 *Den lille historie i den store (Vagn)*
- Side 25 *Urehoved – årets første fællestur (Hans og Inger)*
- Side 26 *Rulleundervisning med Dubside (Cecilie)*
- Side 33 *Interview med Dubside (Cecilie)*
- Side 36 *Projekt sauna (Cecilie)*
- Side 39 *Grus i roprotokollen (Else og Ib)*

Forsidefoto: Cecilie har udført et perfekt butterfly roll, kyndigt vejledt af Dubside

Formanden siden sidst

Hej alle kære kajakroere, sommeren er stadig over os, og vi døjer vel alle lidt med varmen. Bedst er det at komme ud i det fri, med kajakken, hvor der er "lidt luft" for det er godt nok varmt her ved tastaturet, men vi skal jo i gang med vores sommerblad så vi har læsestof, når regnen kommer.

Siden sidst, i det spæde forår, rev den gamle bro sig løs, og ville over til nye bro. Jørgen fik den tøjret, så den ikke kunne ødelægge mere. Desværre kom der oven i købet nogle isskruninger, der var årsag til at stativet brød sammen på den nye bro. Den er nu midlertidigt repareret indtil, den nok skal op til efteråret.

Vi har i foråret prøvet at promovere klubben på en ny måde. Cecilie har været på Navigationsskolen og gjort reklame for klubben, og tilbudt "Kravlegård" d. 12 april, hvor Cecilie og jeg stod for dette. Ingen mødte frem i de 10-12 sek./m. det blæste den dag.

Mads kontaktede Marstal skole og Friskolen og inviterede lærerne til "Kravlegård" torsdag d. 19. april. Her var det Thea og Mads, der var tovholdere. Positivt resultat

Henrik og Klaus Fynsk var ude med blå HF'erne, d. 26. april, positivt resultat.

Vi har også fået styr på Persondatalovgivningen, som også indgår i vores indmeldelsesblanket.

Så havde vi Standerhejsning og Arbejdsdag d. 14. april hvor Jørgen var tovholder. Der blev gået til den, med at flytte/rette den gamle bro på plads, havemøbler ud, tjekke kajakker, skørter, fejet og gjort rent. Dagen blev traditionen tro afsluttet med frokost, og tak til de fremmødte.

Søndag d. 22. april havde vi Åbent Hus fra kl. 13 – 15. Her var mulighed for at prøve kajakken, mange benyttede sig af dette, og nød efterfølgende de nybagte vafler fra Anya. Og vejret var med os denne dag. Flere meldte sig også ind den dag.



Så har Rise Sparekasse uddelt 3.000,- kr. i tilskud efter vores ansøgning. Tak for det.

Så er der købt nye svømmeveste små/store, pumper, paddlefloat og nye pagajer. Der mangler dog stadig 5 børnepagajer (restordre). Der vil også blive indkøbt nye skørter.

Årets første klubtur gik til Hans og Inger på Urehoved d. 17. april med kaffe og boller. Stort tak for jeres gæstfrihed, og tak til turledelsen ved Ib. Der var 8 deltagere til denne flotte tur.

Vores begynderhold startede op d. 30. april, hvor 15 forventningsfulde kajakelever mødte op, for at lære at ro kajak. En rigtig god aften med Henrik og Ken som medhjælpere, og hvor stort set alle udførte wet exit i det stadig kolde vand. Jørgen stod klar med friskbrygget kaffe i klubhuset. Så en imponeret og glad instruktør kørte hjem den aften. Efterfølgende stod Thea og jeg for undervisningen, med Henrik som hjælper. Tak for det.

Tirsdag d. 1. maj begyndte børne/unge holdet med 15 glade elever, der bliver oplært af Thea, Niels-Jørgen, Anya og Mads. Susanne G. har også deltaget efter hjemkomst. Tak til jer. De fortsætter efter sommerferien.

Lørdag 9. juni blev Ærødagen, nu også ”Vild med Vand”, afviklet. I år i Marstal, ja lige rundt om vores klubhus. Så vi følte os lidt spærret inde, men vi havde nok at se til hele dagen. Vi fik solgt 2 gamle kajakker, fik nye medlemmer, lidt kravlegård m.m. Tak til Mads, Jan M., Anya og dem, der besøgte os.

Ken har hen over forår/sommeren afholdt tirsdagsture rundt i øhavet. Tak til Ken for disse ture. Så det er bare om at komme med, blot man er frigivet.

Lige før Sankt Hans fik vi begynderne frigivet. 2 af dem efter vores weekendtur og efterfølgende mandag de 5 andre. Alle i de store bølger.

Stort tillykke til jer. Nogle har valgt, at de skal bruge lidt mere tid til at opnå dette. Andre valgte det helt fra.

Uge 27 afholdt vi vores ugekursus, Ken og jeg. Vores redaktør, Else Jakobsen, deltog også. Thea havde valgt en pause, og fuld forståelse for det, selv om hun var savnet. Der var 8 kajakentusiaster, der havde valgt os til at indvie dem i kajakverdenen, med teknik og redningsøvelser. Tak for det. Vejret var med os, stort set hele ugen. Vi kom til Drejø Gamle Havn med 1 overnatning, og efterfølgende 1 overnatning i Ærøskøbing. Det var en sej tur nordvest rundt om Drejø, mod Urehoved og ind til Ærøskøbing Havn. Her blev slået lejr, men vi skulle lige ud og træne redningsøvelser, inden prøven fredag. Om aftenen var vi på Kunstmuseum, og tak til Lisbeth og Carsten for at vise os deres nye sted. Fredag morgen stod den så på IPP2 prøve. Så stort tillykke til de frigivne. Ligeledes til dig Ken, for din gode hjælp.

Så har der været afholdt ”Kravlegård” hen over sommeren her, men afkastet er ikke så stort i år, tror det er for varmt, folk har ikke energien til det, men vi takker alle dem der trofast kommer og giver en hånd med. Uden jer kunne vi ikke afholde arrangementet.

Slutteligt var der rulleundervisning med selveste Dubside, både for begyndere og for øvede, og alle deltagere kunne efterfølgende rulle. Super flot af alle. Han kan noget ham der Dubside. Om aftenen var der spisning, fællesbuffet. Dubside underholdt os igen med sit ”reb-rulleri”. Imponerende hvad han kan med reb. Ligeledes alle hans rul i kajakken. Det er storslået. Det lød som om han kom igen til næste år. Samtidig vil jeg også benytte lejligheden til at takke Susanne Grube med det arbejde at afholde rulledagen og logistikken, samt være vært for Dubside.

Kurt

Sjove udfordringer og sammenhold på Børne- og Ungeholdet

I år er vi rigtig mange på holdet, og det er super fedt!

At gå til kajak er rigtig sjovt, fordi det er en sport, hvor man møder mange nye mennesker. Og så er det ikke bare lige at ro kajak, man bliver virkelig udfordret. Vi laver mange forskellige ting både på land og på vandet. Især pagajleg og slask synes jeg er vildt skægt.



En af de ting, som motiverer mig til at gå til kajak er, at det er befriende at kunne sidde i sin kajak og mærke vandet på tæt hånd. Man får også en masse nye venner, som deler nogle af de samme interesser som en selv.



Igen i år har vi fået Paddle Power armbånd, hvor jo flere man får, jo flere ting kan man, og jo bedre bliver man. Og det er en god ting at stræbe efter! Vores super søde instruktører er gode til at give os alle sammen udfordringer, også selvom vi kan noget forskelligt, og vi ikke er lige gamle. Der er plads til alle på holdet – og vi har det rigtigt godt sammen, er gode til at hjælpe hinanden, rose hinanden og bakke hinanden op.

Jeg er vild med at gå til Kajak!

Svea

Begynderholdet forår 2018

Vi var mange der deltog i kajakklubbens Åbne Hus, hvor vi fik en smagsprøve på kajaklivet i fuld solskin og blikstille vand. Det var helt fantastisk, hvilket fik de fleste af os til at melde os til begynderholdet, som startede ugen efter.

Mandag d. 30. april lagde vi så ud med vores første lektion i øsende regnvejr. Men hey, vi skulle jo være våde alligevel. Vi startede 15 på holdet og var en god blanding af køn og alder. Alle kom godt ud af det med hinanden. Og vi havde en nogle gode timer, hvor vi jo selvfølgelig



Vigtig disciplin: rengøring af kajakkerne :-)

sluttede med at tippe over til redningsøvelser. Selvom jeg altid har været en total vandhund, krævede det overvindelse at vælte kajakken den første gang. Det gik godt trods et øjeblik panik af at sidde der med hovedet nedad i en kajak. Det blev dog hurtigt nemmere at udføre øvelsen.

Til frivillig kajak om torsdagen var vi altid et noget mindre hold, hvilket også gav mulighed for noget mere udfordring. Og der var flere, der henad i forløbet forsøgte sig med grønlandervendinger. Holdets totale mester er dog Martin, som mestrer kunsten til UG+ nu.



Henad vejen blev vores hold dog mindre og da vi afholdt prøve d. 18. juni, var vi kun 7 tilbage, som dog alle modtog deres certifikat for frigivelse.

Det skal så tilføjes at vejret har været med os de fleste gange, hvor solen har skinnet fra en skyfri himmel og vi kun et par gange har haft rigtigt blæsevejr. Det havde vi dog til vores prøve, som foregik på den anden side af Halen.

Stor tak til Kurt og Thea for fantastisk instruktion og følelsen af altid at være i trygge hænder, også når man skal udover komfortzonen. Et fantastisk forløb som kun kan anbefales. Og også en tak til de andre frivillige, der har været at hjælpe indimellem.

Pia Christensen

Ugekursus

En oplevelse vi aldrig vil glemme. Den første uge i juli tog min kæreste Christian og jeg, et ugekursus i havkajak i Marstal Kajakklub. Vi bor og arbejder til daglig i København, så det hele skulle lige koordineres. Min far, som er fast beboer på øen, gav os kurset i julegave. Så det var noget vi virkelig længe havde set frem til. 😊

Nu var det så endelig blevet den 1. juli, og vi skulle mødes i klubhuset. Vi var en anelse spændte på at møde gruppen og komme i gang. Ingen af os har før sejlet eller været i en havkajak. Så det var noget helt nyt, vi skulle opleve sammen.

Marstal Kajakklub er et særdeles fremragende sted. Det ligger utroligt smukt og faciliteterne er bare i top. Kurt og Ken, som var vores instruktører under kurset, er to meget dygtige og tålmodige herrer. De besidder hver især forskellige kundskaber inden for havkajak og de fik i den grad lært os at ro ordentligt og føle os trygge. Hele måden kurset startede på, først i børnebassinet (det lille hav), og så med afslutning på en to dags tur, var helt perfekt.

Vi føler os i den grad klædt på til at ro havkajak ud selv nu. Det er så desværre bare ikke Marstal Kajakklub vi skal sejle i, og evt. møde nogle af de andre gode folk, som var med på kurset. Vi var i alt 9 stykker på dette års kursus og den yngste var 13 og ældste 60. Vi kom utroligt godt ud af det med hinanden og det var jo også med til at gøre kurset endnu bedre. 😊

Vi vil til hver en tid anbefale alle at tage det ugekursus, og specielt hvis man også kan lide kage;-), for det kunne vores gode instruktør Kurt nemlig rigtig godt lide. Han holdt meget nøje øje med, om man nu kom til at lave et såkaldt kagegreb;-)



Efter ankomst til Ærøskøbing var der dinner transportable fra Olde

Tak for en fantastisk oplevelse i det gudesmukke fynske øhav.

*De bedste hilsner
Christian og Lærke*



Ugekurset 1. – 6. juli 2018 var på tur til Drejø.

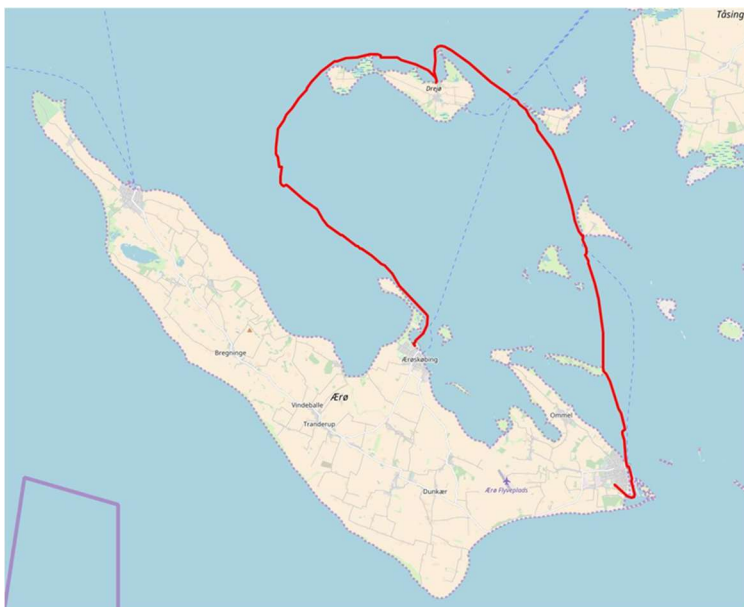
Vi sejlede via Birkholm til Drejø, havde en overnatning hvorefter vi fortsatte til Ærøskøbing. Turen Drejø - Ærøskøbing foregik i 6 - 8 m/s fra vest, så der var nok at se til for en uøvet. Alle kom i havn uden kæntringer.

På Drejø var vi på kroen og fik stegt flæsk med persillesovs og i Ærøskøbing fik vi dinner transportable fra Olde. Det var rigtig prima mad!

Desværre blæste det op til 8 - 12 m/s om fredagen så turen til Marstal foregik på traileren.

6 nye medlemmer fik IPP2 bevis og blev frigivet.

Ken





Afslapning efter dagens tur til Drejø Gamle Havn

Vi har trænet og træner fortsat til IPP3-prøven

Søndag formiddag den 25. marts samledes en flok medlemmer i klubhuset. Alle syntes at Susannes invitation til fællestræning lød super spændende. Det blev startskuddet til nogle fantastiske timer på vandet, med masser af udfordringer, hårdt arbejde og gode fælles oplevelser. Forhåbentlig vil du, i næste klubblad, kunne se billeder af nogle glade roere, der har klaret IPP3 prøven.

Her kan I læse nogle dagbogsnotater fra gruppen..

18. april

Vi havde en super flot aften på vandet i går. Desværre en del afbud, men vi roede ud fra klubhuset i det smukkeste forårsvejr. Øvelser i det lille hav inden vi trak over ved strandhusene, med en lille pause, og roede videre op langs ydermolen og ind i havneløbet.

Vi trænede:

Ferror - både den klassiske og med krydstag

Sideforflyning - træktag og 8 tals tag (begge sider)

Stoptag og nødstop

Baglænsroning - roning i cirkel

Telemarksving

Vi repeterer kort de ovenstående øvelser onsdag, hvor Jan tager styringen, inden vi arbejder videre med andre teknikker.. Måske redningsøvelser?

Vi ses

25. april

Så er vi i gang. Vi startede med undervisning i klubhuset, hvor Jan fortalte om faresignaler ved underafkøling, gennemgik sikkerhedsudstyr, og på overlegent vis præsenterede et dobbelt halvtik - der kommer helt sikkert en video senere. Rigtig fin start på aftenen.

Efterfølgende gik vi alle 11 på vandet, og fik instruktion i "effektiv fremadroning" ved Ib. Og her er det vigtig at holde fokus på

OLSENS FEM SØJLER:

1. Sid ret op i kajakken
2. Rotation i overkroppen
3. Pres med foden i den side du tager rotag
4. Start rotag langt fremme og træk skråt bagud - strakt arm
5. Øverste hånd føres på tværs af kajakken til modsatte ræling

Efter effektiv fremadroning ud af havneløbet, roede vi ud i bølgerne ved Eriks Hale. Vi trænede 180 graders vending med hjælp fra bølgerne, baglæns roning, og fik også surfet lidt - fedt.

Pludselig var der mand over bord, og heldigvis var Ib orienteret, for ingen havde hørt noget i vind og bølger. Ib råbte op, og Niels-Jørgen kom Jan til undsætning og lavede en solid makkerredning.. Vigtigt at være opmærksom på makkeren og ikke komme for langt fra hinanden i hårdt vejr.

Landing ved strandhusene og overbæring, inden det sidste stykke på det Lille Hav.. Super aften.

Tak til Jan for god styring og tilrettelagt undervisning, Margrethe tager over på onsdag..

2. maj

Vind fra ØSØ 6-7 SM.

Repetition: Træktag, ottetalstag, telemarkssving, lavt støttetag.

Gennemgang af styretag, rundtag, bagror, krydstag, højt forror, lavt forror.

Vi fik trænet ude i bølgerne, roede op i bølgerne, vendte 180 grader ved at bakke op i bølgerne, roede baglæns i bølgerne, langs med bølgerne og med bøgerne, hvor vi brugte bagror til at styre præcist. Det blev også til

2 makkerredninger.

Vi prøvede at lave telemarkssving på række, tror der er plads til forbedring.

Ved alle styreetag bortset fra telemarkssving kanter man væk fra svingretningen.

Vi roede 6 km - Mads tager undervisningen på onsdag.

Tak for alle frameldinger, det var lige som det skulle være.

9. maj

Vi var 9 til onsdagens træning, med helt fantastisk vejr - høj sol og en vandtemperatur i Det Lille Hav på 16-17 grader.

Vi lagde ud med bugseringsøvelser i hold af tre. Her fik vi øvet fastgørelse af træktov og bugsering af både træ/syg roer, og træ/syg roer med hjælper. Vi prøvede også kontaktbugsering, og i Ib's gruppe udviklede det sig til perlerække, slædehund og krydstræk..? Meget lærerigt.

Da vi efter gennemgang af lavt støttetag selv skulle træne, gik de fleste, helt af sig selv, i gang med selv- og makkerredninger. Niels-Jørgen var den første i vandet, og efter et mislykket forsøg på eskimoredning (Mads nåede det ikke), kravlede han i overlegen stil tilbage i kajakken under vandet, og rullede op - SÅDAN. Også Lorraine viste sig frem, med dobbelt eskimo (der er så meget gang i hofterne, at en enkelt ikke er nok).

Vi nåede også at træne det høje støttetag, dobbelt makkerredning, selvredning med og uden paddleflow, cowboy'deren og meget andet, inden vi blev kolde og roede i land.

Vi sluttede en super aften med en øl i klubhuset ☺

Glæder mig allerede til onsdag, hvor Anya tager styringen.

16. maj

Ja det var så den første "rul" aften....HOLD NU OP en god energi der var på/i "Det Lille Hav".... Mads og undertegnede opdagede hurtigt, at vi var ude med 4 hardcore "rullere". Mette, Jan, Ib og Niels-Jørgen, rullede som det letteste i verden. Mads gav den MAX gas, og efter mange, mange gange, sad den lige i skabet. Undertegnede overvandt den værste undervandsskræk, og med hjælp fra Jan og Niels-Jørgen, blev de indledende øvelser til Eskimoredningen øvet.

Tak for en god aften.



IPP 3 holdet

Q-camp ved Nakskov

Et opslag fra Marstal kajakklub orienterede om en tur fra Nakskov kajakklub for kvinder d. 9. – 10. juni.

Anne og jeg snakkede om, at det lød spændende og meldte os til.

Fredag d. 8. juni læssede vi vores kajakker på Annes bil, tog med færgen til Svendborg kørte ad landevejen til Spodsbjerg. Videre med færge til Tårs og derfra til Nakskov sejlkub.

Kurset startede kl. 9 lørdag, så vi var nødt til at finde en overnatning. Vi havde tænkt, at vi ville overnatte i et shelter og havde fundet et på nettet. Det var i et skovområde, men alt for langt fra bilen og vores grej. Så det blev på campingpladsen i en hytte ved siden af sejlkubben. Det var også fint.

Næste morgen havde vi besvær med at finde kajakklubben, da vi forventede kajakbro mm. ved lystbådehavnen. Det var der ikke, men et hus, med græsområde ned til vandet. Ok. Kajakkerne blev sat i vandet mellem hækplanter.



Vi samledes ved kajakhuset, pakkede vores kajaker, da vi ventede på en enkelt deltager. Vi var 10 i alt og samledes i deres kajakhus. Sanne hørte til forventninger og orienterede om turens forløb.

Nu i kajaker gennem fjorden i lavt vand. Der er lavt vand i hele fjorden, når vi ikke er i sejlrenderne. Vejret var fantastisk og naturen var smuk.

Ved Enehøj ø gik vi i land for at spise frokost. Vi gik også en tur sammen rundt på øen. En dejlig oplevelse.



Videre i kajak, nu mod Albuen ved de gamle Lodshuse. På turen lærte vi om navigation og sejlrender. Albuen er sidste sted før vi forlader fjorden. Klubben har adgang til et hus uden vand, toilet og affaldsspande. Alt skal medbringes. Og alt skal med igen. Toilettet var i et hus ca. en km derfra.

Vi sov i telte. Vejret var fantastisk med en pragtfuld solnedgang. Der blev bagt kanelsnegle og boller i Trangia og lavet mad i det fri. Alle deltog på bedste vis.



(På Slotø ses ruinerne efter et skibsværft, bygget af kong Hans i 1509)

Næste morgen tilbage gennem fjorden med frokost på Slotø.

Ved turens afslutning samledes vi igen ved kajakklubben. Holdt en lille briefing. Sanne og Ella, som var tovholdere på turen, var hele turen igennem lydhøre for alle deltageres ønsker om at lære nyt. Vejledte i ro-teknik. Øvede os i at sætte en kurs og meget mere. Stor tak til dem for en smuk og interessant tur.

Jeg har her opdaget, at der er Q camp. På Thurø bliver det holdt d. 31. august for 10. gang. Nu er vi så et par, som har meldt os til det. Vi glæder os.

Else

Den lille historie i den store

At være medlem af kajakklubben handler ikke kun om at ro mange kilometer [det gør det da også] eller lave det ene mere fantasifulde rul efter det andet og gerne flere i træk [det gør det da også]! Men det handler i høj grad også om at skabe relationer og venskaber, der giver oplevelser, som rækker ud over dagligdagens øvrige begivenheder.

Så heldig har jeg været, og jeg skylder Johannes en stor tak for hans hjælp og hans håndværksmæssige viden og ikke mindst for brugen af hans ”maskinpark”. Alt sammen medvirkende til, at jeg kom helskindet i land med projektet **”den grønlandske åre”**.

Jeg havde i nogen tid både set på og hørt Johannes og Ken tale om de pagajer, som de havde snedkereret. Der var vist ingen af dem, som var helt tilfredse med resultatet. Jeg blev dog inspireret af deres arbejde og besluttede, at jeg også ville ”bygge” en pagaj – den skulle både være god/egnet, og frem for alt skulle den være smuk.

Jeg var godt klar over, at jeg ikke kunne klare opgaven alene og havde brug for hjælp.

På forunderlig vis og af uforklarlige grunde, havde jeg pludselig en aftale med Johannes om, at vi i løbet af vinterhalvåret 17/18 i fællesskab kunne ”bygge” en grønlandsk åre på hans værksted. Et super lækkert værksted, hvor alt havde sin plads, og hvor der var alt til faget hørende. Det eneste der manglede var mere plads – som Johannes sagde.

Jeg fik designet og målsat en tegning af åren, der svarede til min højde og drøjde, og som vi kunne arbejde videre ud fra.

Åren skulle bygges af canadisk cedertræ og fyrretræ, dels for at give åren karakter/skønhed og dels for at gøre den let.

Projektet gik lidt på standby, da det viste sig, at cedertræ er dyrt at anskaffe, og uden cedertræ var det ikke muligt at lave en smuk åre.

Med Ingrid's hjælp, tror jeg nok, blev der fundet en bjælke cedertræ på nettet, som var dyr men dog overkommelig.

Så var vi på igen!



Der blev brugt 5 lister cedertræ og 6 lister fyrretræ, alle i varierende længder og tykkelser.

Mange timer fulgte hinanden med hyggeligt samvær, hvor der blev savet, høvlet, limet og slebet og pudset og pudset og pudset og pudset.

Det færdige resultat, med en vægt på 850 g, er den smukkeste åre i Marstal Kajakklub. Den har endvidere vist sin duelighed ved at virke perfekt på de første 20 km – det er nu blot mig, som skal lære at bruge den.

Hilsen fra den lykkelige selvbygger

Vagn





Urehoved – årets første fællestur

Allerede til Påske begynder vi at snakke om, om Ib snart ringer og spørger, om vi vil være med til kajakbesøg på Urehoved - fordi det er den tur, der varsler start på sommerens kajakture.

Det er hyggeligt at gå til stranden og modtage kajakroerne, når de runder pynten - spændende at se, hvem der er taget med på turen i år.

Rundt om bordet med kaffe og boller får vi nogle hyggelige snakke, og derefter følger vi roerne til stranden og hjælper dem på vandet igen.

Vi tror nok, at det var 6. gang i år, og vi vil gerne, at traditionen fortsætter.

Hans og Inger.

Rulleundervisning med Dubside

Marstal, lørdag d. 28. juli 2018

For tredje år i træk gæstede mesteren af rul, amerikanske Dubside, Marstal Kajakklub, hvor alle medlemmer uanset niveau og erfaring fik tilbuddet om at deltage i rulleundervisning. Der blev plasket og leget, og med en succesrate på 100 % kunne vi alle gå tilfredse hjem efter en spændende og lærerig dag.

En dag med rul

Dagen startede med et hold uøvede på fire personer (Jørgen, Niels, Christian og undertegnede), hvoraf nogen havde lykkedes med rul før og andre aldrig havde haft succes med det. Vi fik først en kort gennemgang af rulleprincipperne på land, kombineret med noget i retning af nogle yogaøvelser. Dubside forklarede, at man skal holde fokus på at udvikle sig, hver gang man forsøger sig med at rulle. Det vil sige at man sagtens kan være tilfreds med sin egen indsats selvom man ikke når til at lave et helt rul på egen hånd – når bare man har forbedret sig.



Herefter gik vi på vandet, hvor vi på skift fik enkeltundervisning af Dubside. Der gik ikke lang tid før vi alle fire rullede derudad. Han gik vidt forskelligt til hver af os, men resultatet var det samme – rul!





Efter en kort frokostpause var det blevet de øvede rulleres tur til at komme på vandet med Dubside (Thea, Karna, Susanne, Mads og Jan). Her var man ikke ligeså overrasket over at se rul lykkes, selvom de alle fik nye udfordringer at kæmpe med. Flot så det ud.



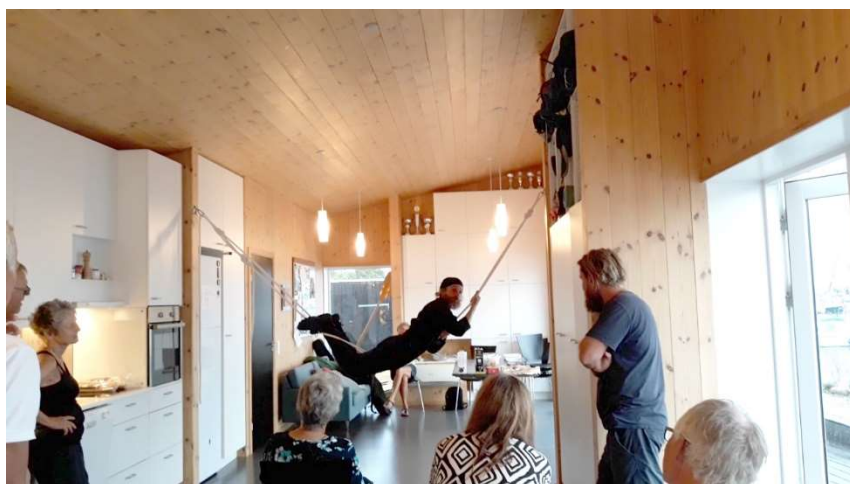


Undervisningen blev afsluttet med klapsalveindgydende rulleopvisning af Dubside.





Om aftenen var der fællespisning i klubhuset for alle medlemmer, hvor Dubside igen underholdt, denne gang med rebøvelser.



Men hvem er ham "Dubside"?

Han gør ikke noget stort væsen af sig, vores kære rullemester. Han er en lille mand, altid klædt helt i sort. Men jeg tror ikke nogen kan undgå at blive overvældet over hans store talent for at rulle, samt hans enestående evner til at lære fra sig. Han spotter med det samme, hvor fejlen ligger og formår derfra at forklare, hvad der gik galt, så den enkelte forstår at forbedre sig. Og så er han en mand der har mange gode kajakhistorier i ærmet.

Da Dubside begyndte at ro kajak i slutningen af 1990'erne, kom dét med at rulle som en helt naturlig del af havkajaksporten. Han sammenligner det med, at man starter med at cykle med støttehjul, men på et tidspunkt skal man jo lære at holde balancen uden. Dog var det ikke ligefrem i første forsøg at han lykkedes med at rulle. Første gang han forsøgte sig, kørte han ud til en sø og sikrede sig at han var helt alene, før han gav sig i kast med sine første rulleøvelser. Han kæmpede og masede, men han fik ikke kajakken vendt. Først fjerde gang han drog af sted for at træne rul havde han succes. Han endte med at tage til rulleundervisning i den lokale svømmehal, og det gav pote. Så fortvivl ej, hvis ikke dit rul lykkes i første forsøg!

En helt særlig livsstil

Dubside sætter tid over penge. Han lever spartansk, har ingen mobiltelefon, bruger ikke e-mail eller sociale medier og ejer i det hele taget ikke noget andet end lidt kajakudstyr. Det er vigtigt for ham at være uafhængig. Han nyder at holde arbejde til et minimum, og i stedet prioritere tid til at rejse, ro kajak og andre ting, der gør ham glad.

Han lever lige nu af at undervise i rul og rebøvelser rundt om i hele verden. Han er godt klar over at han kunne tjene vældig godt, hvis han

valgte at lave noget markedsføring og for eksempel være mere synlig på nettet. Men det er slet ikke den livsstil han ønsker sig.

Grønland kalder

Efter lidt begyndervanskeligheder viste det sig at Dubside havde talent for at rulle. Han meldte sig ind i den amerikanske venskabsforening til en grønlandsk kajakforening, Qajaqusa.org. Her specialiserede han sig i at rulle og begyndte at deltage i de grønlandske rullekonkurrencer i 2004, da de åbnede op for international deltagelse. Han klarede sig godt og blev meget betaget af den grønlandske kultur og sprog. Dubside kender for eksempel alle de grønlandske navne for de forskellige rul.

Måske dette har været medvirkende til, at han blev spurgt, om han ville være dommer ved den store grønlandske rullekonkurrence. Det var første gang at nogen som ikke er grønlander blev tilbudt dommerhvervet i konkurrencen. Også i år tager han turen til Grønland for at deltage i rebdisciplinerne og agere dommer i rul og race.

Ærø kalder

Man kan undre sig over, hvordan Dubside har fået færden af vores lille ø. Han er simpelthen blevet bidt af en gal ærøbo. Hun hedder Susanne Grube og har formået at få Dubside til Ærø de sidste tre år. Han mødte Susanne da han deltog i det danske sommertræf for havkajakroere i Kleven i 2016.

Han nyder at vende tilbage til Marstal Kajakklub år efter år. De foregående år har været korte visit, men i år tog han sig tiden til at nyde lidt mere af Ærø. Han har blandt andet været ude og ro i øhavet. Dagen før vores rulleundervisning var han en tur på Langholm. Han bemærkede især vores rene og lækre vand. Det er vi også glade for.

Efter Ærø går turen til Norge og dernæst Sverige for at undervise i rul. På vejen hjem til USA stopper Dubside forbi Grønland i forbindelse med førnævnte konkurrence.

Dubside fakta

Amerikaner

59 år gammel

Har rullet siden 1999

Yndlingsrul er "Deck Sculling"

Sværeste rul er "Straight Jacket Roll" (man holder sine arme som var de i en spændetrøje) eller "Brick" (man ruller med en mursten i den ene hånd).

Gode rulleråd fra mesteren selv

1. Allier dig med en erfaren ruller, som kan hjælpe, eller find videoer på YouTube om rulle teknik og studer dem nøje.
2. Husk at træne din fleksibilitet. Dubside anbefaler man dyrker yoga jævnligt.
3. Brug gerne en grønlænderpagaj, altså en ikke-skivet pagaj, hvis muligt.
4. Men i sidste ende kommer det helt an på den enkelte.

Cecilie

Projekt sauna

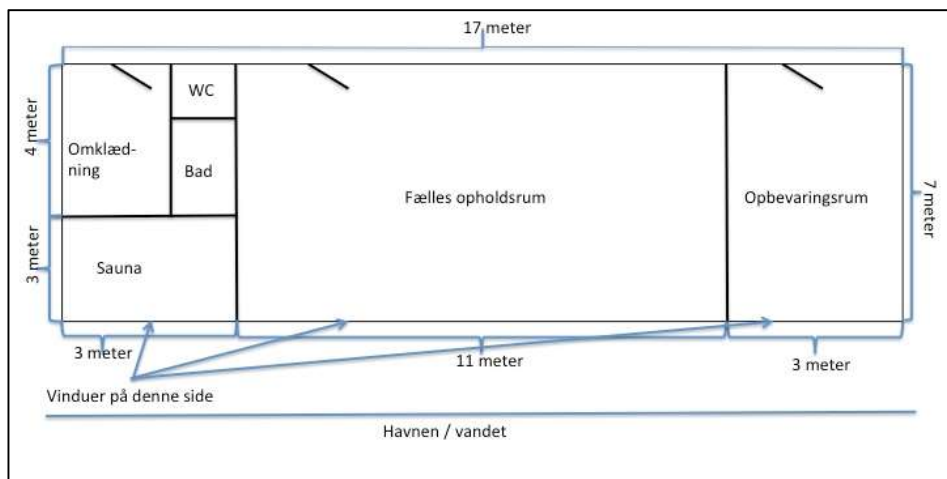
Ved generalforsamlingen i år blev det foreslået at man skulle undersøge mulighederne for at få lavet en sauna til glæde for Marstal Kajakklubs medlemmer og andre interesserede brugere af havneområdet. Det var der heldigvis stor opbakning til, så i foråret blev der indkaldt til opstartsmøde for alle der kunne have lyst at bidrage til projektet. Det blev i første omgang til seks klubmedlemmer: Peter Strand, Mads Kyrsting, Henrik Lindberg-Nielsen, Vagn Christiansen, Ida Marie Andersen og Cecilie Larsen.

Første skridt

Første skridt efter etableringen af denne "saunagruppe" var naturligvis at undersøge om nogen andre var i gang med samme type projekt, og i samme ombæring sikre os at projektet også har relevans for andre havnebrugere. Henrik bragte det op på det årlige havnebrugermøde, hvor der ikke var nogen protester. Sejl- og roklubben, samt vinterbaderne er også orienteret og støtter projektet, dog uden at deltage direkte i udførelsen.

Vi kontaktede endvidere Havneinnovationsudvalget, som er etableret for at skabe liv på Marstal Havn. Det viste sig at de gik med samme drømme, og havde oprindeligt forestillet sig at en sauna skulle være del af en større ansøgning til Nordea Fondens Kystpulje til et aktivitetsområde på havnen. Der blev dog ikke plads til en sauna indenfor deres budgetramme, så de blev glade over at høre vi var i gang med projekt sauna. De ønskede sig et hus med fællesrum, hvor fx lystsejlere kan gå i ly for vind og vejr samt opmagasineringsrum og sauna. Vi ønskede os en sauna, bygget fra bunden i samme stil som kajakklubbens øvrige bygninger, som egentlig godt kunne være del af et større hus.

Når nu vores ønsker og drømme gik så godt i spænd, og velvidende at samarbejde og bred relevans vægtes højt i udvælgelsen hos fonde og puljer, blev saunagruppen og havneinnovationsudvalget enige om at gå sammen om et sauna-/opholds-/opbevaringsprojekt ved at støtte hinandens ansøgninger. Det vil sige at den del af finansieringen til husets opholds- og opbevaringsrum bliver dækket af midler fra Nordea Fonden gennem deres ansøgning, hvori vi erklærer vores støtte. Det resterende (saunadelen) vil blive dækket af fondsmidler som saunagruppe ansøger på vegne af Marstal Kajakklub med støtteerklæring fra havneinnovationsudvalget.



Plantegning af fælleshuset

Marstal Kajakklub vil kun stå for saunadelen, mens Ærø Kommune og Marstal Havn vil tage sig af drift og vedligehold af den øvrige del af bygningen. Lige nu er planen at bygningen skal placeres umiddelbart efter det skur længst til venstre når man kigger mod vandet. Det mener vi vil skabe god sammenhæng med de eksisterende bygninger på den linje.

Vi forestiller os at bygningen bliver i samme stil som klubhuset, dog med hældningen på taget den modsatte vej. På den måde vil overfladen skabe et gunstigt sted at placere solceller. Til solcellerne har vi indhentet tilbud på en batteribank som kan lagre den strøm vi producerer selv, som så kan bruges i

saunaens elektriske ovn. Siden ud mod vandet vil, ligesom i klubhuset, være glas, så man kan nyde udsigten. Der vil dog installeres gardiner man kan rulle helt eller delvist for, hvis man gerne vil sidde i fred i saunaen.

For at minimere vedligeholdelses- og rengøringsbyrden vil saunaen kun kunne benyttes af abonnenter. Overskuddet fra medlemskabet regner vi med kan dække rengørings- og driftsomkostninger.

Status

Vi har allerede nu taget kontakt til nogle arkitekter for at danne os et overblik over projektets omfang. Vi har grundigt undersøgt priser på materialer, solceller, batteripakke, saunaopbygning osv., således at der kunne laves et realistisk budget til brug i ansøgningerne. Ansøgningen til Nordea Fonden blev sendt af sted den 1. juli og vi afventer nu svar, som forventes at komme i starten af oktober.

Næste skridt

Saunagruppen har aftalt en ansøgningsarbejdsdag på den anden side af sommerferien, hvor vi sætter os sammen og får skudt nogle ansøgninger af sted til forskellige fonde og puljer, så det resterende budget til saunadelen i huset kan dækkes. Når der er svar fra de forskellige puljer vil vi gå videre ind i det arkitektoniske i projektet, hvor vi blandt andre konsulterer arkitekten der står bag klubbens øvrige bygninger, samt lokale arkitekter.

Hvis alt går efter planen og vi får de forventede midler fra fonde og puljer vil byggeprocessen gå i gang i 2019, og forhåbentlig vil vi kunne nyde at blive varmet op i vores egen sauna efter en forfriskende tur i bølgen blå til næste vinter. Vi gør i hvert fald alt hvad vi kan for at det kan lykkes.

Saunagruppen vil stå for at få sparket gang i projektet, men alle klubmedlemmer er meget velkommen til at bidrage undervejs, fx til byggeprocessen. Vi skal nok holde jer orienteret undervejs.

På vegne af saunagruppen, Cecilie

Grus i roprotokollen

Det er ikke altid lige nemt at være protokolfører, især ikke når det hele skal føres i hånden og under diverse våde omstændigheder.

Her i sommer er der noget nær kaos i Marstal.

(I Ærøskøbing afdeling er der orden og tydelighed hele vejen igennem).

Det gør det selvfølgelig heller ikke bedre, at mappen åbenbart nærmest har ligget i vand, siderne blevet spredt og hullerne flosset op. Jeg har foreløbig brugt en 3 timer på at få en liste ud af det, er nået halvvejs, men synes simpelthen ikke, det er arbejdet værd. Der er heldigvis stadig medlemmer, der skriver tydeligt og både med for- og efternavn, desværre også en del eksempler på ulæselige navne (også nogle, jeg ikke kan finde i medlemslisten), problemer med selv at lægge tallene sammen, hvis man da overhovedet er optaget af at føre tallene ind. Kort sagt, protokollen fungerer ikke for tiden.

Jeg synes, at vi skal droppe km-tallene til det kommende blad, men resten af året udfylder man protokollen som vanligt (og meget gerne med tydelig skrift og løbende angivelse af total-tal).

Tjek også om I stadig står som medlemmer af klubben.

Vi laver så ved årets slutning statistik på samlet antal km på vandet.
Hilsen Else og Ib.

