

KANNO OG KAJAKKLUBBENS SBBU

KLUBBLADET



- **Generalforsamling**
- **Sommerens arrangementer**
- **Skitur til Tignes**
- **Vintersejlds**
- **Lan Party 2005**

Marts 2005



Kano & Kajakklubben SBBU

Radiobugten, Bagsværd sø
Valdemar Poulsens vej 2 * 2800 Lyngby
tlf. 45 88 91 53

Formand	Morten Mærsk / 22 18 30 16 formand@sbbukano.dk
Næstformand	(Ledig post) næstformand@sbbukano.dk
Idrætsleder	Kristian Kiks Nielsen / 22 22 11 86 idrætsleder@sbbukano.dk
Seniorformand	Ole Krabbe / 45 88 71 22 seniorformand@sbbukano.dk
Ungdomsformand	Milos Crnogorac / 40 88 85 38 ungdomsformand@sbbukano.dk
Bladformand	Peter Mærsk / 32 55 04 98 bladformand@sbbukano.dk
Turformand	Martin Severinsen (Butthead) / 20 87 01 29 turformand@sbbukano.dk
SBBU leder	Søren Vikkelsø / 40 85 91 53 sbbuleder@sbbukano.dk
Suppleant	Torben Nielsen / 30 79 01 51 suppleant@sbbukano.dk

Idrætsudvalg

Kristian Kiks Nielsen
Martin Jensen (Lærlingen)
Gunnar Øregaard
Ole Lyd Nielsen

Ungdomsudvalg

Milos Crnogorac

Seniorudvalg

Ole Krabbe
Rene Mattern
Per Villumsen
Henrik Andersen



Turudvalg

Martin Severinsen (Butthead)
Michael Johannessen
Henrik Kleffel
Søren Hviid

Bladudvalg

Peter Mærsk
Ole Lyd Nielsen
Allan Lyckegaard
Morten Granat Andersen

Bladudvalget udtaler:



Bladudvalget

Foto: Peter

Deadline for næste klubblad: 15. april 2005

Så er 2004 slut, og vi er godt i gang med 2005. Vores bladformand er taget ud at rejse, så ansvaret for bladet ligger på os andre denne gang. Vi takker for de artikler, som vores medlemmer har sendt til os. Uden dem kan bladet ikke realiseres. De næste par blade kan godt blive lidt forsinket, grundet problemer med vores nuværende trykkeri. Vi håber at finde en løsning snarest. Vikkel er på sagen!

Inden næste blad har vi også vores årlige ordinære generalforsamling, og vi kan kun opfordre flere til at møde op, denne torsdag den 7. april kl. 18.00.

Ja det er kl. 18 i år og ikke sbbu tid kl. 18 Altså kl.19.

Angående vores hjemmeside sbbukano.dk kan der siges, at vi mangler stadig mange medlemmer, som ikke er oprettet, og det er lidt synd, da hjemmesiden så ikke udnyttes fuldt ud.

Til sidst kan der informeres om, at sbbukano.dk har flyttet server i uge 8, da vi har fundet en billigere server. Vi håber ikke at disse konverteringer har generet for meget.

Lyd & Granaten

Kontingent 2005

Turkanokontingent eller årskontingent skal være betalt senest d. 31. marts 2005. Girokort er udsendt ved årsskiftet. Årskontingent er; Senior kr. 1120 og ungdom kr. 820

Har du forlagt girokortet så tag et nyt på posthuset. HUSK at skrive dit medl. nr. navn, kanokontingent og beløbet.

SBBU's girokontonummer er følgende; 102-5732 - og husk nu at betale inden d. 1. april 2005.

NB!! Meddel os altid når du flytter adresse.

OBS! Vores kap- og motionsroere får løbende tilsendt deres girokort sammen med bladet.

Vedrørende betalinger til klubbens ny giro: 102-5732

Siden 1. oktober 2004 er der kommet et væld

af indbetalinger til klubbens nye girokonto og langt hen af vejen køre vores netbank da også rigtig fint. MEN der er en del af vores medlemmer, der laver indbetalinger uden, at det kommer til at fremstå hvem det er der har betalt og for hvad!

Det er nemt for mig at se på beløbet om det er kontingent eller pligtarbejdsbøder, der er betalt for, men altså ikke af hvem. Det er vigtigt, at i sørger for, at det kommer til at fremgå, -hvem det er der har betalt!!

Så tjek venligst op hos Vikkel om din seneste betaling fra og med 01.10.2004 er registreret med dit navn. Ellers vil I blive rykket for mgl. betaling ved næste bladudsendelse, og så skal vi først til at finde ud af det her.

Så kan vi ligeså godt få det ordnet det nu. De der er tvivl om dette har fået denne skrivelse medsendt på løst ark.

Ring evt. til VIKKEL MOBIL: 4085 9153.

Mvh. Vikkel.

Pligtarbejde i klubben foråret

Lørdag d. 23 april indkalder vi medlemsnumrene 091 - 150. til forårets pligtarbejde. Samtidig indkaldes de kap- og motions roere, (de med K-numre) som har lavet aftale med klubben om at udføre det arbejde de ikke fik lavet ved pligtarbejdet i efteråret i forbindelse med klubbens standerstrygning.

Sæsonen står for døren, så det er primært oprydning-, klargørings-, rep- og sværtearbejde det kommer til at handle om. Så

stil op i tøj der kan tåle det! I skal arbejde fra kl: 10 - 16.

Klubben arrangerer en let frokost og der vil være kaffe te. Vand og øl kan købes. Ved udeblivelse udskrives en bøde, der på generalforsamlingen sidste år blev vedtaget forhøjet til kr. 500.-. Det ifølge klubbens love.

f. bestyrelsen Vikkel

Standerhejsning



Vi afholder standerhejsning i klubben, lørdag. 23 april kl: 13. 00. Efter den traditionelle `flagtale´ er afsagt af én fra bestyrelsen, hales standeren til tops og en ny sæson starter. Vi nyder en kop kaffe og kage. Der vil her være en kærkommen lejlighed til at tilse kano og udstyr, samt hilse på `de andre´.

I skal alle være så hjertelig velkomne.

f. bestyrelsen Vikkel



Søen en kold og snefuld dag i januar

foto :Vikkel



Klubben i vinterklæder

foto :Vikkel

Bestyrelsemøde

Referat af bestyrelsmødet onsdag d. 5 januar 2005.

Tilstede: Krabbe, Kiks, Butthead, Milos og Vikkel

Afbud: Pede, Müssi og Torben N.

Punkt 1: Det blev besluttet at LØBERENS foredrag i kanoklubben, som er af kommerciel karakter og primært henvender sig til folk udefra, - skal have en kostpris på kr. 500.- pr. aften.

Ekstrem - klubben kan benytte omklædning og bad for kr. 250. pr. gang.

Leje af lokalerne gælder imidlertid kun for disse to tiltag.

Punkt 2: Vaskemaskinen er brudt sammen. Det blev besluttet at købe en ny. Bestyrelsen besluttede at bevilge kr. 2000 - 2200 til køb af ny.

Punkt 3: Idrætten 2005. Der var opbakning til at `torsdagene` skal fortsætte i sæsonen 2005.

Punkt 4: IT/hjemmeside/blad. Kiks foreslog sig selv til at sammenfatte klubbens historie til vores hjemmeside, mens formand Müssi og Vikkel må stå for bestyrelsessiden.

Punkt 5: Datoer til forårets generalforsamling, standerhejsning og pligtarbejde.

GENERALFORSAMLING:
torsdag d. 7. april 2005 kl. 18.00

STANDERHEJSNING:
lørdag d. 23. april 2005 kl. 13.00

PLIGTARBEJDE: nr. 091-150
lørdag d.23. april 2005 kl. 10.00 - 16.00

Punkt 6: Eventuelt. Vi enedes om at udhængsskabet skal igang/op at køre. Vikkel har nøglen til låsen. Ole Krabbe ønsker at stoppe i bestyrelsen og gjorde os klart at han faktisk har været i bestyrelsen siden han var 16 - 17 år, derved mener han han har aftjent sin værnepligt. Krabbes beslutning blev taget til efterretning.

Referent/Vikkel.

Datoer

Generalforsamling:
torsdag d. 7. april 2005 kl. 18.00

Standerhejsning:
lørdag d 23. april 2005 kl. 13.00

Pligtarbejde nr. 091 - 150.
lørdag d. 23. april 2005 kl. 10.00 - 16.00

Jagt på Råvildt

Tager du din kano og padler i skumringen en tur ind i Lyngby Åmose eller løber du en aftentur, kan du være næsten sikker på at støde på råvildt. Præcis i dette område er koncentrationen af rådyr høj, fordi de ikke bliver jagtet hvilket de hurtigt har fundet ud af. Da området er meget befærdet i næsten alle døgnets lyse timer, har dyrene også vænnet sig så meget til menneskets tilstedeværelse, at du kan stå 10-15 meter fra dem og betragte dem mens de spiser. Der skal meget til før de flygter, og når de flygter er det ikke længere end at du kan følge dem ind i skoven hvis ikke vegetationen er for

og lang tørke før rådyrene drikker blankt vand fra grøfter og søer.

Danmark har en lang tradition for jagt på råvildt. Der bliver årligt skudt ca. 110.000 dyr mens der i trafikken bliver påkørt ca. 20.000. Tallene for trafikdrab kan meget vel være en del højere, da mange vælger at tage dyret med hjem og spise det, og derfor aldrig anmelder det. På trods af det forholdsvis store antal dyr der bliver skudt, er bestanden i konstant stigning over hele landet. Rådyret er den mindste af Danmarks fire hjortearter og også de mest udbredte. Udover Rådyret findes der Dåvildt, kronvildt,



Jagt

Foto : Jens

tæt. Anderledes ser det ud i områder hvor der bliver drevet jagt. I disse områder er det sjældent at se dyrene på kort afstand med mindre de er i flugt. Afgrøder og friske skud fra unge træer er råvildtets primære føde. En bemærkelsesværdig ting ved råvildt er at de ikke drikker. De optager væske fra deres føde, og der skal være meget varme

og en mindre bestand af Sikavildt.

Når man jager råbukke sker det primært i foråret – i perioden 16. maj til 15. juli. I efteråret fra 1. oktober til 15. januar bliver der så primært skudt hundyr og lam. Mange steder kræver landmænd og skovejere der udlejer deres ejendomme til jagt ligefrem, at bestanden bliver holdt nede for at undgå

skader på marker og nye træer. Bukkejagten d. 16. maj kl. 5.00 om morgenen lokker næsten alle riffeljægere ud, så der er en livlig trafik af mænd i grønt tøj allerede ved fire-tiden om morgenen. Mange har i ugerne op til, været på deres jagtområder for at se bestanden og måske udvalgt den buk de vil skyde, og ved solopgang starter jagten. Det er tilladt at sætte sig på plads en halv time inden solopgang, men der må ikke skydes før solopgang og ikke efter solnedgang. Nogle sidder i en stige og holder øje med skoven, mens andre foretrækker at liste rundt og forsøge at sige som en skovbund. Hvad enten man sidder eller går, er det vigtigt at være stille, meget stille... Rådyr har en

fantastisk hørelse og lugtesans, derfor går man stille og mod vinden, så dyrene ikke får fært af jægeren. Har du haft held til at liste dig ind på et rådyr, og vinden pludselig vender – forsvinder dyret i løb, ofte mens det "smælder" for at advare andre dyr i nærheden. Det lyder næsten som når en hund gør. Ofte er det således at bukkene bliver smartere, dvs. mere vanskelige at finde, desto ældre de bliver – derfor kan det være lidt at en tålmodighedsprøve at gå på jagt.

Fortsættelse følger i næste nummer med beretninger om Mortens og mine jagtoplevelser !

Skitur til Tignes - 2005

Ordinær generalforsamling

Du indkaldes til ordinær generalforsamling i kanoklubben:

Torsdag d. 7 april 2005 kl: 18.00

Du indkaldes efter § 9 i klublovene og med følgende dagsorden.

DAGSORDEN;

1. Valg af dirigent og stemmeudvalg.
2. Formandens beretning.
3. Idrætslederens beretning
4. Aflæggelse af regnskab
5. Indkomne forslag.
6. Valg af bestyrelse og udvalg.

Fig. Bestyrelsesmedlemmer er på valg.

Post 2. Næstformand; Vaccant

Post 4. Fm. Seniorafd; Ole Krabbe - mod tager ikke genvalg

Post 6. Fm. Bladudvalg; Peter Mærsk

Post 9. Suppleant; Torben Nielsen

Herefter valg til udvalgene

7. Eventuelt.

I henhold til vores love skal indkomne forslag være formanden eller undertegnede i hænde, senest 8 dage før mødet, .

Klubben vil sædvanligvis byde på 1 øl eller vand, samt der er kaffe og brød under mødet.

f. Bestyrelsen Søren Vikkelsø.

Torsdag d. 7. april 2005 kl: 18.00 9

Skitur til Tignes - 2005

Fredag morgen d. 28. januar kl. 7.00 var vi fem morgenfriske telemarkere, som stod klar på Ellebjerg station til den ultimativt største udfordring på hele turen – busrejsen. Vi var Hviid, Vikkel, Lærlingen, Frikker og undertegnede. Og vi havde set frem til dette øjeblik i lang tid – ikke til busturen, men til de sneklædte bjerglandskaber, hvor vi skulle tumle rundt de næste 8 dage – ligesom vi gør det i starten af hvert år. Det viste sig, at busturen var en af de mere fredelige. Trods



De ro !

foto : Frederik

mange unge – og trods enkeltes umættelige behov for humle – var det en rimelig rolig tur derved. Måske fordi de unge havde hang til kortspil og navnelege – og så lidt fordi Lærlingen og Hviid nåede at falde i søvn,



Snen er Hviid

foto : Frederik

før der kom rigtig tryk på. Vi vågnede kl. 7 om morgenen, hvor buschaufføren valgte at køre med 120 km i timen over bumpet på vej ind i Tignes – så var der jo ligesom heller ingen grund til at sove mere. Så tidligt har vi aldrig været i Tignes før en lørdag morgen. Så der var tid til morgenkaffe og lidt hygge, før lifterne startede kl. 9 – og der stod vi så klar blandt de første i bakkerne. Og det var fedt! Solen skinnede, temperaturen var godt under 0-punktet, ikke en vind, og det havde sneet hele ugen, før vi kom. Uheldigvis nok, så vi allerede første dag 3 skiløbere forsvinde under en lavine tæt på pisten. De



foto : Frederik



ssssshhhhhh

foto : Frederik

kom alle op igen i live, selvom én af dem lå under 2½ meter sne. Så heldige havde de ikke været ugen før, hvor flere var døde i samme område. Det lagde en lille dæmper på lysten til alt for meget off piste de første dage. Men midt på ugen var lavinefaren mindsket igen, og vi havde nogle fede ture i noget lækker løssne. De seje tog også på udflugter rundt om bjergene, mens de mindre seje trænede lidt teknik på de sikre pister. Der er også flere tøser. Mandag aften var vi på Pub-crawl med de unge. Vikkel blev hjemme for at passe borgen, mens vi andre fik hældt nogle mirakeldråber i halsen. Næste morgen havde vi lidt ondt i hovedet, men det gjorde ikke så meget, for det var den eneste dag på turen, hvor der

var lidt snestorm, vind og tåge. Ellers var det fantastisk vejr hele ugen – og vi nød det til fulde. Måske var det lige i overkanten, for sidst på ugen var vi lidt plaget af at have brugt benene og kroppen 100 % i løbet af ugen. Vi er jo ikke 17 længere – kun i sindet. Vikkel fik ondt i ryggen, Lærlingen fik influenza, og vi andre var bare godt og grundigt brugt i hele kroppen af 7-8 timers telemark om dagen. Kl. 17 sad vi næsten hver dag bænket på Mover café og fik noget lækker afterskiing humle til happy hour. 2 dåseøl for 3 penge – discount happy hour – det er lige os. Når vi havde siddet der lidt og snakket om dagens begivenheder (hvis vi havde kræfter til det), sendte vi en ekspedition efter lækker aftensmad. Så blev

der kokkereret, mens andre tog et karbad eller læste lidt i vores fælles hyggeblad. Vi fik lækker mad hver aften – suppleret med god rødvin og derefter kakao med rom. Det var godt! Så godt, at vi hver aften var fuldstændig smadrede efter aftensmaden, og de første begyndte at gå i seng allerede ved 22-tiden. Andre diskuterede politik og "top ti tøser" til de ikke ku holde øjnene åbne længere. Sandry Bullock er nok ikke med på den liste! Efter 8 dages fed tur sku vi hjem igen. Denne gang lidt langsommere, for Trafikministeriet havde været smarte nok til at indføre en regel om at sovebusser kun måtte køre 80 km i timen med virkning fra 1. februar – lige mens vi var af sted. Så det tog lige 5-6 timer ekstra at komme hjem. Ikke den fedeste afslutning på turen, men vi klarede også den udfordring. Vi er simpelthen for seje – men næste år tager vi nok toget i stedet for...

/Kristian Kiks



foto : Frederik



Snen er Hviid

foto : Frederik

Foss-tur til Emåen



Weekenden d. 9-10 April er der traditionen tro årets første foss tur til Emåen. Er du interesseret, så kan du læse mere på www.sbbukano.dk (kalenderen), på oplagstavlen i klubben eller kontakte Butthead

Mvh. Butthead

foss på Emåen



LAN-PARTY 2005

Årets LAN-party blev afholdt i weekenden d.28.-30. januar, og strakte sig således denne gang fra fredag til søndag. Beslutningen om at udvide arrangementet med

stod på oksefilet med bearnaise sovs og bagte kartofler, hvilket faldt i god smag hos de trætte krigere. De fleste holdt ud, og spillede sig igennem natten til søndag,



LAN-PARTY 2005

foto : Granaten

en dag blev taget efter utallige opfordringer fra deltagere af tidligere LAN-parties.

Fredag aften – og det meste af natten – blev brugt på at sætte computere op. Vi havde en del start-vanskeligheder, og systemet kom først rigtigt op at køre op ad formiddagen næste dag. Men så blev der til gengæld også taget revanche, og tiden blev fordrevet med spil som bl.a. Battlefield Vietnam og Medal of Honour.

Lørdag aften indtog vi vanen tro et festmåltid tilberedt af husets kok, Henrik. Menuen

godt hjulpet af koffein-holdige drikke og snacks ad libitum.

Søndag stod den på oprydning, og vi forlod klubben henad eftermiddagen. Mandehørm og nørderi længe leve!

Granaten



Sommerens arrangementer

Roning, Konkurrencer, Torsdagsaftener, Klubmesterskab, Tour De Gudenå, Esrum Sø rundt, Suså-løbet og Mølleåens Blå Bånd.

Indtil næste klubblad ankommer en gang i sensommeren vil der være en del idrætsarrangementer på programmet, som kort skal nævnes i dette blad, med en opfordring til alle om at deltage.

Koncurrencer:

Diverse konkurrencer og løb vil blive afholdt i løbet af sommeren, og det er muligt at deltage i de fleste af dem, selvom man ikke er eliteroer. Der er både seriøse løb og knap så seriøse løb, fortrinsvis for motionsroere. Det er nok i de sidstnævnte løb vores klub har de største chancer.

Der er også vores egne løb, hvor vi fx havde duathlon race med både løb og roning, arrangeret af Allan, og vundet af

Idrætsformanden, naturligvis. Yderligere information om løb og konkurrencer finder man på vores opslagstavle i klubben og på vores hjemmeside: www.sbbukano.dk.

Torsdagsaftener:

Vores aftener om torsdagen er nu igen i fuld gang. Mange har allerede benyttet sig af chancen for at komme ned torsdag aften og ro sammen med andre. Også nye medlemmer har fundet deres vej til klubben, og det er vi jo kun glade for. Så tag din venner under armen og kom om torsdagen mellem 17 og 20. Husk at hvis du ønsker instruktion, eller er nybegynder og har brug for hjælp i starten, skal du komme kl. 17, hvor vi sammen ror ud. Husk også at medbringe noget til grillen, hvis du vil spise med efter træning. Hvis du vil vide, hvem der er instruktører, og hvem der passer grillen, på en bestemt torsdag, kan du se det på opslagstavlen i klubben og på vores hjemmeside.



Lyd & Kiks i toer kajak

foto : Peter

Klubmesterskab:

I sensommeren afholdes klubmesterskab med efterfølgende spisning. Klubmesterskabet består af mange forskellige discipliner, som er ener og toer kapkano, ener og toer kajak, kano, gygnet race, og bombe firer. Det hele er bare for sjov og alle kan deltage, og kan derved vinde vores alt for fede klubtrøjer. Igen vil der være opslag om (og tilmelding til) arrangementet på opslagstavlen i klubben og på vores hjemmeside i god tid inden datoen, som i skrivende stund ikke er aftalt d. 14. august. Så hold øje med opslagene!

Tour de Gudenå:

Hvert år deltager vi i Tour de Gudenå, og hvert år husker hele Østjylland, at vi var på besøg i en weekend. I dette løb kan man deltage i mange forskellige discipliner, men den grundlæggende tanke med løbet er, at det er et maraton, så der er i alle discipliner tale om, at der skal nakkes nogle kilometer (50-120 stykker alt efter hvad man vælger). Men det gøres over 2 dage, og man har tid nok, så der er ikke noget at være nervøs for. Hvert år hiver klubben et par medaljer hjem, og hvert år er de glemt i saunaen, eller brugt til at åbne øl. Eller også står der en forvirret fyr fra 361, som ikke kan forstå, at vi ikke har hentet vores metal. Turen bliver kun mere spændende af, at man kan benytte sig af at se lidt på natlivet i Østjylland, hvis man er gammel nok til at stå tidligt op søndag morgen og ro de sidste seje kilometer. Så det bliver alt i alt endnu en interessant oplevelse, som i år finder sted i weekenden d. 10. og 11. september. Tilmelding og beskrivelse findes på – behøver jeg gentage det – opslagsstavlen i klubben og på vores hjemmeside i god tid før løbet afholdes.

Mølleåens Blå Bånd:

Ligesom der er fast tradition for at vi deltager i Tour de Gudenå, er vi også altid med, når årets sidste løb i Furesø-vandene finder sted sidst i september. Det er Mølleåens Blå Bånd.

I år er dette fantastiske arrangement henlagt på en lørdag d. 24. september. Det er altid en fantastisk oplevelse, hvor vi deltager fra klubben med så mange som muligt. Alle kan være med, og det hele er kun for sjov. Skulle der være en enkelt ind i mellem, som tager dette løb alvorligt, stopper vi det straks med vores medbragte EPO. Alligevel hiver vi den ene forgyldte placering hjem efter den anden, og vi praler af det hele lørdag aften til fælles spisning, bar og disco i Lyngby Kano- og kajakklub. Til dette arrangement findes tilmelding og beskrivelse på.....nu gider jeg ikke sige det mere.....gæt selv.....

Suså-løbet og Esrum Sø rundt:

Idrætsformanden har deltaget på egen hånd i de to løb i de sidste par år. Han håber meget på, at andre har lyst til at være med. Det ku være hyggeligt, og så ku også lave lidt fælles spisning eller noget andet vanvittigt bagefter. Vi kender ikke datoen for Suså-løbet lige nu, men Esrum Sø rundt er d. 28. august. Se opslagene i klubben og tilmeld dig der.

Vi glæder os til en lang og begivenhedsrig sæson.

Herfra og ikke længere, Kristian Kiks og Idrætsudvalget.

Kristian Kiks

Kanotur for 2 til Växjö 2004.

Den sidste uge af skoleferien drog Malthe og jeg afsted på vores anden kanotur i sommeren 2004. Vi kørte mod Virestadsjön tæt på Liatorp ved Möckeln i Älmhult kommun. Vi ankom hen ad kl. 21.30 efter et heftigt regnskyl og her viste det sig at være oversvømmet ved vores udsætningsplads. Da landet der omkranser Virestadsjön er udbredt fladt, ja så var det måske en rigtig dårlig ide at stikke ud her. Vi vælger i stedet at køre de ca. 60 km videre mod nord til en plads; Jule ved Åby og Helgasjön, små 20 km. fra Växjö, hvor vi begge har været før. Denne plads ligger også forholdsvis højt, så vi skulle være på den sikre side!

Vi vågner ved Jule og får nogle müslipandekager til morgenmad samt kaffe, te, marmelade og honning. Vi skal på udflugt til at starte med, så vi pakker bilen og lader kano og udstyr ligge her ved Jule. Vi skal en tur op til Vimmerby og Astrid Lindgren's forunderlige verden i Hultsfreds kommun. Godt 100 km. herfra hvor vi ligger med kanoen. Det er jo et Eldoradoland for børn, så hvorfor ikke? Jeg kan jo også benytte lejligheden til at få genopfrisket min Emil og Pippi. På vej derop stopper vi på en idyllisk beliggende resteplads og får lidt frokost.

Vejret bliver bedre, det tegner til en god dag hos 'Astrid'. Vi bruger faktisk hele dagen i Vimmerby, men vores turpas koster jo også pænt mange klejner. Det blev da oså en ganske god dag for både Malthe og undertegnede. Vi tog hjem og lavede noget genial bålstedsmad, ved vores kano på pladsen ved Jule. Det er en betagende udsigt der er over Helgasjön herfra. Det er en rigtig dejlig og ensom plads, -med det hele forstås; strand og godt badevand, borde og bænke, bål/grillsted, toilet, vand,

brænde samt et vindskyt. Det bare 1½ km. fra Åby og den sluse vi skal bære over i morgen for at komme op i den nordligste del af dette område. Vi får kaffe og te samt bålhygge førend vi går til ro

Der er væsentlig mere modstrøm her ved slusen i Åby end her plejer at være. Den våde sommer i hele norden i 2004, har selvfølgelig også sat sit spor, her er nemlig



foto : Vikkel

masser af vand. En rimelig let overbæring med hjul, over et par hundrede meter. Malthe og jeg klare den også nemt og fint. Vi får kanoen sat godt i vandet på den modsatte side af slusen og her er godt nok megen fart i vandet. Vi skal desværre padle mod strømmen! Der skal trækkes igennem med padlen for at få kanoen til at bevæge sig, Så meget gang er der i vandet her. De lokale som bor ned til vandet her, ja, -deres bådebroer er simpelthen oversvømmet. Vi skal under en vejbro hvor vandet nærmest presses igennem. Første gang jeg forsøger mislykkes og vi ryger tilbage under broen igen. Siden får Malthe en padel og bliver

placeret forrest. Så er det bare at ro begge to og vi kommer støt og roligt igennem. Efter broen bredder søen sig ud og kræfterne i vandet synes at forsvinde. Nok nogle kilometers padlen og vi er fremme ved en stor plads på højre side af søen, ved Skavenäs. Vi er i den sydlige del af Asasjön. Her slår vi lejr for natten. Inden vi lægger os går vi lige en "natteudforskningstur", og lære vores ny nabolag lidt at kende. Vi tænder siden et bål og hygger lidt, inden vi hopper i kanoen for at sove.

Næste morgen tager vi den med ro for vi skal nemlig ikke padle så langt i dag. Vi bager müslipandekager til morgenmad.

fremme mødes vi af et væld af spejdere fra Växjö, som er på lejr/øvelse her i området. Vi lægger ind til land i solsiden og betragter sceneriet og aktiviteterne. Vi laver ikke lejr her, men afventer hvad der sker når spejderne engang er færdige. Det virker ikke som om de har deres lejr i nærheden. Vi spiser noget "efter", som det jo kaldes i danske fritidshjem. Vores plan går klart på at slå lejr på den hemmelige ø mellem Nykulla og Holkastorp, når spejderne har ryddet deres tovbane ned og taget afsted herfra. Vi vinder kampen om øen, som er et par hundrede meter lang og tæt ved det halve bred. Der er kun et sted på øen hvor



Växjö 2004

foto : Vikkel

Siden spiller vi fodbold og snitter lidt med knive, for til sidst at fiske lidt. Tidligt på denne solrige eftermiddag forlader vi pladsen og begiver os mod nord til Nykulla og Holkastorp, en padletur på små 5 km. Vel

man kan komme i land. Brinken er ret høj hele vejen rundt, så vi har måtte tømme kanoen for at få den på land. Det gør ikke noget når man får sådan en plads for natten. Her er godt at bade og fiske. Brænde

er der rigelig af og vores panorama udsigt er noget nær superb. Lidt over kl. 21 flyver 7 canadiske vildgæs i lav formation tæt forbi `vores` ø og i sydlig retning, konstant skræppende. Efter 10 minutter høres de atter, nu hvor de vender tilbage mod nord, er de blevet flere; 11 - 13 stk. Malthe gør selv sin udforskningstur her til aften, på denne lille `beskyttede plet` på jorden, hvor hans far jo trods alt er i konstant nærhed. Uanset hvor på øen Malthe er og hvad han måtte lave, kan han høres herfra hvor jeg sidder og nyder udsigten, bålet og min BKI kaffe!

Vejret er fedt her til morgen. Solskin, blå himmel og vindstille. En rigtig sommerdag. Vi beslutter os for at tage en overligger vi har vand og proviant nok, så vi kan klare os. I dag skal vi bare dase og nyde det i fulde drag. Det bliver store bade dag i dag og især Malthe får fisket meget. Bålet køre det meste af dagen, det er jo også vores komfur. Her laver vi vores mad og koger vand til kaffe, te, kakao samt vaske- og

opvaskevand. Lejlighedsvis kommer der nogen forbi ude på vandet. Et par kanoer, en motorbåd, en rojolle med et par lokale fiskere. Alle hilser pænt på, når de ser os. Det bliver sent denne aften før vi går til ro. Det har været en lang og god slapperdag med fint vejr og højt humør. Det ska nu gøre godt at sove.

Vi skal ned over slusen i dag og så videre til Jule hvor vores bil står. Der er god fart i vandet her hvor vi padler under vejbroen, ca. ½ km. inden slusen ved Åby. Vi vil starte bilen op og køre ind til Växjö for at små shoppe og siden spise pizza. Vi besøger fætter BR, tog- og rutebilstationen, gågaden, et pizzeria og en cafe, inden vi vender tilbage til Jule for at overnatte i kanoen sidste gang. Således at vi i morgen tidlig når vi vågner, kan få pakket kano og udstyr sammen, - for atter at vende snuden hjemad mod Danmark.

Malthe & Søren Vikkelsø

Skitur til Norge 2005

Fredag d. 4. marts 2005 tager kanoklubben på den årlige tilbagevendende skitur til Norge. KL. 19.00 er der afgang med luxus bus fra Brøndby turist. Opsamlingssted er Q-8 på Bagsværdvej 134, vores lokale benzintank.

38 personer skal med på bussen/turen. Alder- og kønsfordelingen svinger mellem 5 og 50 år, samt både M'er & K'er. Der skal køres langrend, slalom, telemark og

snowboard på Tyin- Filefjell alpinanlæg, - 20 min. kørsel fra `Fjellheim`, som er S. B. B. U's egen skikoloni. Det er her vi bor og spiser.

Som deltagere glæder vi os alle meget til denne tur. I andre vil få et fyldigt referat i det næste nummer af vores klubblad.

Mvh. Vikkel & skiaktivitetsudvalget.

Vinter sejlad

I weekenden den 29.-30. januar, var søen i brug selv om, der kun var tynd is på. Et par stykker fra Bagsværd kanoklub testsejlede deres isbåde på søen. Det er et par sæsoner siden, de startede med dette projekt. De første både var bygget af en kapkano som blev klippet over. De 3 skøjter blev monteret og til sidst et sejl. De nye både, som de sejlede med i år, er konstrueret til

issurfing. De var godt tilfreds med deres egenskaber, men lidt mere vind havde givet lidt mere sjov. For at kunne bruge mere tid på disse både, leger man med tanken om, at sætte pontoner på i stedet for skøjter, så de kan bruges hele året. Dette projekt lyder jo som fast arbejde. Jeg håber, at få dem at se til sommer.

Granaten



Vinter sejlad på søen

foto : Granaten



Ombygget kapkano til isbåd foto : Granaten

bla bla bla åndedrætsøvelse 1 bla bla bla, den virkning at psyken
 senses og koncentrationen forbedres bla bla bla. Udåndingen skal være
 kort, aktiv og hård, indåndingen længere, passiv og lydløs. Begynd
 med tre runder a 20-førde gradvist til tres pr. runde 8 Tag to
 almindelige ind- og udåndinger. Ånd ind, Ånd ud, idet du trækker
 maven og underlivet ind, og ånd ind, idet du afslapper underlivet.
 Gentag fyre gange. Hold regelmæssig rytme og understreg
 udåndingen hver gang. Ånd så ind, ånd fuldstændigt ud; ånd ind,
 og fyld lungerne helt, og hold vejret tilbage, så længe det føles
 behageligt. Ånd langsomt ud.

Et hold 9' klasser tøser er startet
 på klubbens onsdags klatrehold!



Hook.



Læserbrev

Hvor meget vejede
 Hook tors 15/2
 kl. 2144 efter at
 have fået fisketilet
 m. remulade og
 rødfrugter i ovnen
 og får han gik
 på lokum??

Nærmeste svar får
 af redaktionen en
 pose slik fra Netto
 til en værdi af kr. 20.-

LØBEREN

-Alt i udstyr til løb



Lyngby Torv 10
2800 Lyngby
Tlf. 45 93 18 16
Fax.45 93 58 56

gør det du er bedst til
det gør vi

Danske Bank

VÆRKTØJ og BESLAG •
RANDERSGADE 23 • Tlf. 35 26 10 57
TRÆLAST •
RANDERSGADE 27 • Tlf. 35 42 16 57
•GIRO 9 09 16 10

ØBRO TRÆ A/S

Alt under eet
tag.....
Vi har det du søger!
Ring: (75) 85 36 36



v/Ernst W. Christiansen
Nørre Bygade 8, Grejs
7100 Vejle

malerselskabet

■ ■ ■ ■ æstetik | omhu | respekt

Ruten 20, 2700 Brønshøj
Telefon.: 38 27 11 00
Abningstider.:
Man- fredag .: 7.30 - 15.30
Lørdag lukket

mattern - vvs

Alt inden for vand, varme, sanitet og tagarbejde udføres

mattern vvs - Peter Rørdams Vej 40, 1. tv - 2800 Lyngby - Tlf. 40 17 77 73 - vvs@mattern.dk

FORENINGEN SOCIALT BOLIGBYGGERI'S UNGDOMSKLUBBER

Rådhuspladsen 59
1550 Kbh V

Tlf: 333 25 666
Giro: 7 0637 92

1949

• forever young •

2004

Kano- og Kajakklubben S. B. B. U.

Valdemar Poulsensvej 2 2800 Kongens Lyngby

telefon: 4588 9153

mobil: 4085 9153

giro nr: S. B. B. U 102-5732

www.sbbukano.dk

email:sbbuleder@sbbukano.dk