

Generalforsamling

Søndag d. 19. marts kl. 14-16

Husk der er GF i klubben på søndag. Dagsordenen blev sendt ud d. 26-1 med sidste Pagaj med de ændringsforslag bestyrelsen har til vedtægterne. Kim har også udsendt regnskab 2016 d. 14. marts.

Så alt skulle være i skønneste orden.

På mødet skal vi også tale om klubroningen og fellesture lørdage/søndage.

På hvilke dage skal den ligge og hvem vil være ankerkvinde/-mand for det ??

Der er jo ikke længe til Standerhejsningen som i år er lørdag d. 22. april kl. 14. Og så skal der ros.

Derudover vil der være orientering om de 2 kurser i roteknik og Yoga klubben har på bedding.

Vil nogen bage, så giv Kirsten besked.

René bager sine yderst lækre boller. Kom og smag ☺

Kajaktræning d. 25. februar

Der var stor tilslutning fra NKK. Vi var vel en 14 deltagere og alle fik øvet sig med makker- og selvredninger. Der blev øvet forskellige teknikker med heelhook og på cowboy- og eskimofacon.



Rikke

Sidste chance for at træne redningsøvelser og andet sjov i det varme vand bliver søndag d. 2. april kl. 15-18. Giv gerne besked til Niels, så vi ved hvor mange kajaker vi skal tage med.



Jette

Svømning

Der er 4 gange tilbage til udgange af april.

Svællingerne kan komme på af de 2 gange vi har i april og aflægge svømmeprøve.

Næste sæson

Svømmehallen er booket i sæsonen 2017/18 sammen med RRK.

Vi har søgt om de samme svømmetider – mandage kl. 19-20 fra november til udgangen af april.

Sammen med RRK har vi søgt om 3 gange lø/sø kl 15-18 til kajaktræning. Vi får besked inden sommerferien om det bliver bevilliget.

Intromøde med årets Svællinger

Der var opskrevet 12 til kurset og vi skrev ud til dem omkring kurstes forløb med bl.a. datoer og indbydelse til Intro aften d. 28. februar.

Så kom der som vanlig frameldinger, og det endte med, at der kom 6.

Og det kom der en ganske hyggelig aften ud af, med præsentation af hinanden oplæg fra instruktørerne, kaffe, kage og nyttige film om at ro kajak.

Det ku tegne til at blive et godt hold og Niels, Kim, Hans og Thomas glæder sig til at komme i gang med dem.

Deltagerne skal aflægge svømmeprøve i løbet af April på de 2 svømmeaftener vi har d. 2 og d. 24.

Lørdag d. 29. april øves der vandtilvænning i svømmehallen og dagen efter skal vi op i lille stenbrudssø og øve roteknikker og lære om kajakgrej . Derefter følger i maj og juni 6 gange på havet og én langtur en lørdag eller søndag.

Derfor er klubkajakerne optaget mandage d. 8-15-22-29 maj og i juni lø/sø. d. 10/11, on. d.14- ma. d. 19.

Der afsluttes med Svællingefest, uddeling af beviser og grillaften i uge 25. Den endelige dato kommer når vi har samlet holdet, men vi har internt talt om torsdag. d. 22 eller lørdag d. 24 Juni.

Klubhuset

Der er åbnet for vandet igen. Dog ikke for udendørshanerne endnu..

Hvis du vil ha en instruktion i hvordan varmpumpen og det varme vand fungerer, så henvend dig til en der ved hvordan ved lejlighed.

Havnens folk har ryddet de allerfleste sten væk fra **broen**, så nu kan vi komme til. Det skulle bruges til opfyldning ude ved vindmøllerne. Kommunen er orienteret om vores standerhejsning, og kommer sikkert inden da og rydder de sidste sten på slidskerne.



Næsten fri for sten

Klubben holdt **Åbent Hus** lørdag d. 11. marts. Der var en lille omtale med billede i avisen dagen før.

Der kom et par stykker, som blev vist rundt, og måske får vi én mere på Svællingeholdet.

Vi havde således god tid til, at fjerne vaskestativ og feje støv og skidt i hallen. Og så hjalp René med til at få de 3 borde ud i solskinnet. Så nu kan vi sidde udenfor i solkrogen og nyde kaffen☺

Kajakkursus



Vi har henvendt os til Anne-Mette, som har firmaet Paddle Bornholm, for at høre om hun kunne skruet et minikursus sammen.

Vi tænker, at nogle medlemmer kunne ha glæde af, at lære nyt omkring f. eks:

Styretag, kantning, øvelser i rul eller Bølger, surf, støttetag og øvelser i rul.

Vi foreslår det holdes ude ved Snogebæk, i Balkabugten eller nord for, så vi har sandbund og mulighed for dønninger/bølger.

Anne-Mette har sendt et tilbud, og hvis vi kan blive 8 deltagere vil 5 timer koste 400.- kr/deltager. Ved 3 timer er prisen 250.- /deltager, men så kan vi ikke nå så meget. Klubben stiller udstyr og trailer til rådighed.

Anne-Mette foreslår det bliver :

Lørdag d. 5. august eller

Søndag d. 6. august

Begge dage kl 9-14.

I første omgang skal vi høre Jer om interessen for at se om vi kan samle et hold.

Det er spændende at lære nyt og din roning bliver sjovere ☺

Så fat tastaturet og skriv til:

Nielskajak@gmail.com om du er interesseret.

Yoga og Kajak

Vi har fået henvendelse fra AOF ang. oprettelse af et kursus. Vi har kontaktet yoga instruktør Joan Lewin og Steen Grønnegård fra AOF. Nedenfor kan I læse, hvad Joan forestiller sig kurset skal indeholde.

AOF fortæller, at der skal min. 9 til et hold, og prisen vil så være 27 kr pr deltager pr. lektion af 45 min. Så Joans kursus vil koste 54.- pr. deltager.

Yoga er blevet en populær aktivitet, og brugt i sportssammenhæng, kan det for dig som

kajakroer øge din koncentration, din kropsbevidsthed, styrke og balance.



”90 minutters YOGAprogram for kajakroere!

•75 minutter fitness-yoga med særligt henblik på de fysiske bevægelser, som understøtter kajakroning, herunder også forskellige åndedræts- og balanceøvelser

•15 minutter afsluttende afspænding og afslapning

Programmet omfatter kerne- og styrketræning suppleret med specifikke yogapositioner, som må anses for at være særligt hjælpsomme for kajakroere. Det vil bidrage til at udvikle fysisk styrke, udholdenhed og fleksibilitet samt balancesans og evne til fokusering.

Deltagerne skal medbringe en yogamåtte og et let tæppe og efter individuelt behov vand eller juice.

*Jeg er certificeret yogainstruktør med 500 timers mesterlære hos Integral Yoga i New York mm.. Certificeringen er godkendt af Yoga Alliance/USA. Jeg har en omfattende erfaring i udvikling af og undervisning i forskellige yoga- og pilatesprogrammer - både terapeutiske og med henblik på særlige fitnessbehov.
Mvh. Joan Lewin”*

Klubben har talt med RRK, Hammerodde og Bornholms Kajakklub om at gå sammen om oprettelse af hold.

Vi vil i første omgang høre om der er interesse blandt NKK medlemmer.

Derefter kontakte de andre klubber og Joan + AOF.

Så fat tastaturet igen og få skrevet til :
Nielskajak@gmail.com

Borgermøde i Nexø

Hans og Niels deltog I Borgerforeningens møde d. 6. marts. Tilstede var også politikere fra Teknik og Miljø udvalget . Mødet var godt besøgt og der kom mange emner op omkring udviklingen af Nexø by.

Det har I nok læst om i Tidende.

Vi præsenterede endnu en gang vores Visionsplan , som vi har arbejdet på fra 2012-14.

For et år siden holdt Østtinget også borgermøde i Nexøhallen – med samme emne. Også der fremlagde vi vore planer.

Alle ideerne ligger der.

Men det kniber med sammenhold og med interesse fra kommunens side.

Dog blev det klart meldt ud fra udvalgsformanden, at initiativtagere kunne få tilknyttet en kontaktperson fra Teknik og Miljø, så gruppen kunne komme bedre på vej mht. love, bestemmelser, muligheder osv.

Der kommer måske skred i sagerne – hvis Nexø havn får mulighed for at udvikle og udføre deres havneplan. Men der skal også politisk initiativ og velvilje til.

Havnedirektøren og havneformanden har i øvrigt udtalt, at det kunne være en idé at grave en **kanal** på Nordfilet grunden. Det var jo et af vore forslag. Det som de umiddelbart kan se som et gode med det er, at kunne få plads til de husbåde, der bliver bygget. Vores plan var jo at grunden, som i kommunens plan er udlagt til bebyggelse, kunne forbedres med en kanal, som så samtidig kunne bruges af os.

Men de tanker er jo ikke modstridende.

Et lille skridt i den rigtige retning er godt.

Og giver fornyet håb om bedre havadgang og om forbedringer på klubhuset.

Havnemøde d. 7. marts

Hans har skrevet følgende referat fra vores konstruktive samarbejde med de andre kajakklubber.

Netop i dag d. 16. marts er der kommet besked om at Lokale og Anlægsfonden har bevilliget 41.667 kr til Shelters.

”Fremmødte:NKK: Hans Ketil, Kim Tørnstrøm, Niels Jørgensen. BKK: Per Rønne. RR: Flemming Pedersen, Per Estrup, Anders Jørgensen. HOK: Ivan Lund Pedersen.

Der var to nye ansigter i gruppen: Anders Jørgensen (RR) og Ivan Lund Pedersen (HOK). Velkommen til! Gruppen mødtes første gang 13. januar 2016 og har nu mødtes 6 gange. Mellem møderne har vi haft kontakt til havnene, Regionskommunen og Naturstyrelsen, lavet research og praktisk arbejde og søgt fonde m.m. Som initiativtager vil jeg gerne sige tak for jeres ildhu og vedholdenhed, for det er et langt sejt træk. Det har været frugtbart at mødes på tværs af klubberne, og jeg kunne derfor ønske, at man kunne mødes fast en eller to gange om året, når vores projekt er afsluttet.

Havneprojektet: Hvad er status, og hvad skal vi løbende følge op på?

Helligpeder: Montering af lodrette støtter på vaterlisten fra den lille trappe og hen til slæbestedet, så kajakken ikke glider ind under vaterlisten. Per har forberedt arbejdet, som han afslutter, når det bliver vejr til det. Steen Paldan vil gerne hjælpe til.

Teglkås: Vi skal undersøge, om det med de forlængede moler, som har givet mere ro i havnebassinet, nu vil være muligt at montere en vaterliste/gangbro på slæbestedets ene side. (Per og evt. Steen)

Vang: Høre om vi må fjerne sten og betonrester fra den grønne nedgang i yderste havnebassin. (Per og Ivan)

Hammerhavn: Følge udskiftningen af den gamle træbro og om muligt påvirke arbejdet i vores retning. (Ivan)

Allinge havn: Kontakte Morten Bach Jørgensen fra BRK, Teknik & Miljø og spørge ind til hans projekt i yderhavnen (Bente og Ivan)

Tejn havn: Håndliste og evt. reparation af sidebeklædningen ved slæbestedet (Bente og Ivan)

Nørresand: Ny, lavere vaterliste og lodrette stolper mellem gammel og ny vaterliste (Hans og Jakob Jensen)

Gudhjem: Gangbro/vaterliste og trappe ved slæbestedet bag "Thor"s anløbsplads (Hans og Jakob Jensen)

Vigehavn: Opsætning af lille trappestige ved slæbestedet, når bådelauget har spækket kaj siden (Hans, Kim og Niels)

Svaneke: Udlægning af renoveret flydebro fra Nørrekås ved slæbestedet (Hans, Kim og Niels)

Teltplads/shelter projektet: Hvad er status?

Vi arbejder med følgende 4 nye pladser: Gines Minde, Stammershalle, Røstad, og Gedebakke Odde. Ilsebil Hansen fra BRK indhenter myndighedstilladelser og Ole Holm Pedersen, ligeledes fra BRK, indhenter tilladelser fra private lodsejere. Derudover arbejder Ole på at ombygge en nedlagt offentlig toiletbygning ved P-pladsen på Års-dalevej nord for Svenskehavn til et shelter. Regionskommunen vil stå for etableringen af pladserne, skiltning og afmærkning, opsætning af shelters og efterfølgende være ansvarlig for pladsernes tilsyn og vedligehold og regi-strering på kommunens og Naturstyrelsens hjemmeside. Vi har indhentet overslag hos Aarsdale Byggeforretning på et shelter og Kim har lavet en model. Vi har søgt om penge til 5 shelters (i alt 125.000 kr.) hos Brødrene E., S. & A. Larsens Legat, Friluftsrådet, Sparekassen Bornholms Fond og Lokale og Anlægsfonden. Vi har endvidere hen-vendt os til Destination Bornholm/Vækstforum Bornholm, som vil vende tilbage om en måneds tid, når de har fået finansieringen på plads af deres outdoor turisme projekt (Flemming, Kim og Hans).

Næste møde er lørdag d. 6. maj kl. 10 i Nexø Kajakklub, hvor vi vil prøveopstille en simpel model af vores shelter for at bedømme størrelse og mål.

*Med løftet pagaj
Hans Ketil"*



Pinsetræf.

Hvis du har lyst til at deltage i et havkajaktræf, så arrangerer Bornholms Kajakklub Pinsetræf d. 1-5. juni.

Træffet byder på en masse samvær, roture og workshops.

Det kan du læse alt om på [www. Kajaktræf.dk](http://www.Kajaktræf.dk)

Kalender 2017

Marts

Mandage

d. 6-13-20-27.

Tirsdag d. 7.

Lørdag d. 11.

Søndag d. 19.

Svømning

Havnemøde RRK kl. 19

Åbent Hus NKK kl. 12-15

Generalforsamling i klubben
Kl. 14-16

April

Mandage

d.3-24.

Søndag d. 2.

Søndag d. 4.

Lørdag d. 22.

Lørdag d. 29.

Søndag d. 30.

Svømning. Svællinger
svømmeprøve

Kajaktræning kl. 15-18

Bestyrelsesmøde NKK

Standerhejsning kl. 14

Svællinger vandtilvæning

Svællinger i ll. Stenbrudssø

Maj

Lørdag d. 6.

Mandage

d. 8-15-22-29

Havnemøde NKK kl. 10

Svællingekursus 17-20.

Juni

Lørdag d. 10.

Søndag d. 11.

Onsdag d. 14.

Mandag d. 19.

Uge 25

Langtur Svællinger

Reservedag t. Svællinger

Svællingekursus 17-20

Svællingekursus 17-20

Svællingefest/grillaften

Dato kommer.

December

Lørdag d. 2.

Julefrokost i NKK kl.17 ☺



*Foråret er på vej.
Bestyrelsen*

Ændringer i kalenderen mailes ud.