

Fanen er strøget til tops og det samme gør 361 roerne

Den traditionsrige standerhejsning fandt sted i klubben den 18. april og markerede derved åbningen af 2010 sæsonen. En sæson som vil være præget af mange spændende aktiviteter for alle klubmedlemmer. Og en sæson hvor vi har store forhåbninger til vores unge kaproere.



Foruden fokus på motionsroning, turroning, et godt socialt miljø samt gode miljørigtige omgivelser satser 361 hårdt på den elitære sport. Vi har stor fokus på udvikling af nye talenter indenfor kano og kajak. Dette hårde og kontinuerlige arbejde har resulteret i, at 361 nu råder over en stor gruppe af Danmarks absolut bedste roere.

Selvom 2010 sæsonen kun lige er gået i gang, kan du i dette nyhedsbrev læse om nogle af de imponerede resultater vi allerede har opnået i denne sæson.

Flotte resultatet ved forårets test-regatta på Bagsværd sø

361 har en stor bredde af eliteroere, med stærke roere på næsten alle alderstrin. Vi har roere i alle de primære bådtyper, kapkano for en og to (C1 og C2) samt ener-kajak (K1) og toer-kajak (K2). Ved testregattaen på Bagsværd Sø var der deltagelse fra de bedste roere fra ind- og udland. Og der var mere end blot æren på spil, da stævnet samtidig var første kvalifikation og udtagelse til landsholdet, World cup og OL.

Der blev høstet mange flotte udtagelser

Selvom det kun er forår, kan vi allerede nu høste mange modne frugter af den effektive satsning på talentudvikling som 361 har sået gennem mange år. Trods intens og meget hård modstand blev sejrspodiet nemlig flittigt besøgt af vores dygtige 361 roere. Specielt af vores kano roere.

Derudover fik vi udtaget hele 5 U-16 roere til brutto landsholdet (Ida, Emil, Thomas, Frederik og Johan) og fik samtidig udtaget Danmarks eneste repræsentant til det kommende ungdoms OL (Ida). Flot, flot, flot og et stort tillykke med resultaterne til alle de hårdt kæmpende 361'ere.



Olympisk girl-power i 361

I 361 kan vi tage fat på diskussionen om, hvem der er det stærke køn. For nu har endnu en repræsentant af det smukke køn kvalificeret sig til de Olympiske Lege.

Denne gang er det ungdomsroeren Ida Villumsen, der meget overbevisende har sikret sig en plads til de internationale Youth Olympic Games, der afholdes til efteråret. Sammen med OL-stjernen Henriette Engel Hansen er dette blot toppen af kransekagen af den feminine talentmasse, der pt. pryder 361.

Stort tillykke til Ida. Vi glæder os til at følge din videre succes.

Nedenfor kan du læse artiklen fra Gladsaxe Bladet den 4. maj.

Kajakroer til OL for unge

Ida Villumsen fra "361" besejrede træningsmakker.

Ida Villumsen fra Kano- og Kajakklubben "361" på Nybrovej har udsigt til at få sin egen plads på oplevelsen i august. Ida har nemlig kvalificeret sig til Youth Olympic Games i Singapore den 10.-28. august 2010.

I forbindelse med forårsregattaen på Bagsværd Sø, var der udtagelse til det første IOC afholdte Youth Olympic Games. Dansk Kano og Kajak Forbund havde på forhånd sikret sig en plads til en pige født i 1993-94. Så skulle man bare finde ud af der skulle have pladsen.

Om denne ene plads kæmpede Ida mod otte andre kajakroere i to discipliner, 500 m ener-kajak samt den for alle uvante disciplin kajakslalom i polo-kajakker. Det var ikke mindst i kajakslalom Ida fik YOG deltagelsen i hus. Her blev hun nr.



Kajakroer til OL for unge

Ida Villumsen fra "361" har sikret sig en plads til Youth Olympic Games i Singapore den 10.-28. august 2010. Ida har nemlig kvalificeret sig til Youth Olympic Games i Singapore den 10.-28. august 2010. Ida har nemlig kvalificeret sig til Youth Olympic Games i Singapore den 10.-28. august 2010.

2. mens hun derimod blev nr.4 på 500 m. Dansk kano og Kajak forbund havde forud for stævnet lavet et pointsystem, og da alle resultaterne var lagt sammen, havde Ida 2 point mere en nærmeste modstander, som er hendes trænings makker Emilie Rosenkilde (Skovshoved roklub) på Kraftcenter Gladsaxe.

Med OL-kvalifikationen følger Ida i klubkammeraten Henriette Engel Hansens fodspor. Henriette deltog ved OL i Beijing 2008.

I "361" er man sikker på at deltagelsen ved YOG på alle punkter vil blive en kæmpe oplevelse for Ida og hun vil gøre alt for at træne optimalt op til YOG, så hun kan levere resultater, som de vil være stolte af.

Youth Olympic Games er det første af sin art, der afholdes af IOC (den Internationale Olympiske Komite). Der forventes deltagelse af omkring 3500 atleter fra 205 lande samt ca. 1500 trænere og ledere. 20.000 lokale frivillige skal bidrage til at få hele YOG til at køre planmæssigt.

YOG er sat op som et "rigtigt OL" med stort åbnings- og afslutningsceremoni, og alle skal bo i den olympiske by.

Mere 361 girl-power ved Wold Cup i Frankrig

Henriette Engel Hansen er et stortalent, i toppen af verdenseliten. I weekenden 8.-9. maj deltog Henriette i World Cup i kajak i franske Vichy, og var på forhånd regnet som en af favoritterne til topplaceringerne.

I ener-kajak over 500 m vandt Henriette både sit indledende heat (tid 1:46,80) og sin semifinal (1:48,22). Således var forhåbningerne ekstra store, da hun lørdag formiddag roede finale på 500 meter distancen.

Desværre missede Henriette et kajaktag i starten af finalen, hvorfor første halvdel af løbet blev unødigt stresset. Det kostede ekstra mange kræfter og Henriette sluttede på en lidt skuffende 7. plads (1:46,45). Et resultat som Henriette – trods personlig rekord – sikkert ikke selv er tilfreds med.

Henriette kvalificerede sig også til finalen på den korte 200 meter distance. Henriette roede sig ind på en 5. plads i sit indledende heat (tid 42,81) og blev nr. 3 i semi-finalen (42,12). I finalen forbedrede hun sin tid på 200 meter yderligere, men i et tæt felt rakte tiden 41,76 desværre kun til 8. pladsen.

Vi tror og håber, at Henriette får revanche ved næste World Cup den 2.-7. juni i Tyskland.



Tak for hjælpen ved forårets "Ren sø" og 361 pligtarbejde

"Operation Ren Sø" var plaget af dårligt vejr

Vejrguderne var bestemt ikke med os, da 361 afholdt årets "Operation Ren Sø" den 20. marts. En stor tak skal derfor lyde, til den lille ihærdige skare af mennesker, der trodsede regnvejret og gjorde sit til at få ryddet op i moder natur. En ekstra tak skal lyde til Lars Bo, der var den kyndige tovholder for dette arrangement.

Pligtarbejdet sikrer et lavt medlemskontingent

Foråret er også tid for oprydning og renovering af klubbens lokaler og områder. Det skete ved årets første pligtarbejde, hvor et stort opbud af medlemmer arbejdede effektivt og fik sat skik på vores faciliteter, bygninger og de omkringliggende grønne områder. En stor tak til alle de deltagende.

En særlig tak skal rettes til de meget hårdtarbejdende mænd, der fik lagt nyt tag på klubbens bådhus for kap-/turkajakker. En sådan indsats gør, at vi reducerer klubbens vedligeholdelsesomkostninger til gavn for størrelsen af vores medlemskontingent.

Sidst og så absolut ikke mindst, skal en stor tak lyde til Carsten 'Bonden' for igen i år at stå for alt det praktiske omkring pligtarbejdet og for at styre tropperne med sikker hånd.

Tilmelding til pligtarbejde er nødvendig for at få kontingent penge retur

HUSK: Du skal **altid tilmelde dig til pligtarbejdet**. Du kan ikke blot møde uanmeldt op på dagen og forvente at kunne udføre kontingentreducerende arbejde. Det er en lille praktisk detalje som nogle medlemmer desværre glemmer. Det gør det unødigt svært at styre tropperne og finde relevant arbejde til alle. Så husk altid at tilmelde dig et arrangement.

Pligtarbejde – Der er en chance mere den 10. juli

Vil du gerne bidrage til klubbens ve og vel, så er din frivillige arbejdskraft altid velkommen. Vi har mange både store opgaver og små praktiske gøremål, som du kan hjælpe til med. Kontakt kontoret for at høre, hvad du kan gøre for at hjælpe.

Ønsker du, at få tilbagebetalt en del af dit medlemskontingent kan du deltage i klubbens pligtarbejde. Lige nu mangler vi nogle få deltagere til det planlagte **mini pligtarbejde den 10. juli**. Kontakt Carsten eller kontoret i åbningstiden (hver tirsdag aften fra 19:30–21:00) hvis du vil deltage.

Grillhygge aften i klubben, første tirsdag i hver måned

Bragende succes – det er evalueringen på årets 1. grill aften i 361. Et kærligt antal gav fremmøde til det, der udviklede sig til et sandt orgie af grineflip. En af deltagerne (Lars VP) smågriner stadig 😊.



Næste grill aften er den 1. juni – glæd dig!

Grillen er klar kl. 18.00, ud fra den internationale 361 tidsregning! På jævnt dansk betyder det ved 18-tiden. Mød gerne talstærkt op og medbring forplejning til eget forbrug. Ingen tilmelding nødvendig, men godt humør er obligatorisk. Uden mad og drikke...

”Pagaj svingerne”

– et ’frækt’ tilbud for kajak roere, der mangler en ro-makker eller to

Det kan være svært at komme i gang med at ro, hvis man er alene eller ikke har faste aftaler med andre roere. Derfor efterlyser flere af vores kajak motionister ofte et tilbud om, at komme til at ro med andre motionister.

Som klub har vi afprøvet forskellige tiltag og inviteret til flere aktiviteter. Der var bl.a. et ”Kom godt i gang” kursus den 28. april, hyggeroning og grill den 4. maj samt et åbent motionsroning arrangement den 5. maj. Der kom henholdsvis 2 personer, 1 person og 0 (nul!) personer til disse arrangementer. Og den ene person var endog en genganger!

Kom nu frem i kajak skoene, du glade motionist

Vi har en naiv tror på, at vores motionister rent faktisk gerne vil ro. Derfor laver vi nu nyt tilbud for alle kajak roere. Vi inviterer til en fast rodag:

hver tirsdag kl. 17:00 for alle kajak motionister

”Pagaj svingere”, der har lyst til at ro sammen mødes omklædte på broen kl. 17:00. Der vil ikke være arrangeret et fast program og der vil ikke (nødvendigvis) være instruktører til stede. Dette er altså en åben invitation til alle vores roere. Du stiller blot i klubben med et åbent sind, godt humør og masser af gå-på-mod. Med lidt held vil du her mødes med andre ligesindede roere, der kunne tænke sig at nyde en kajaktur i dit gode selskab.

Så fat pagajen kom med ud og sving!

Første ”pagaj svinger tur” bliver **tirsdag den 18. maj**.

Bemærk at der grundet begynderkursus ikke er ”pagaj svinger tur” tirsdag den 1. juni, 15. juni og 24. august. På disse tirsdage – og de øvrige dage for begynderkurser (se kalenderen) – er turkajakkerne reserveret til vores kursister.

Handicap løb på Lyngby Sø hver onsdag kl. 18:00

Hver onsdag kl. 18 holder vores venskabsklub Gladsaxe Kano og Kajakklub et løb for både kano og kajak roere. Løbet er et motionsløb, der er åbent for alle. Formålet er, at du ror mod dig selv og andre for at kunne forbedre dig fra gang til gang. Roerne sendes af sted i forhold til deres individuelle tider fra sidste gang, således at de langsommeste roere sendes af sted først – deraf navnet handicap løb.

Det er et rigtig sjovt og hyggeligt løb, som vi varmt kan anbefale til alle vores roere. Har du lyst til at vide mere, så spørg Pede eller Kim næste gang du er i klubben.



Pinsetur og pinsefrokost den 22.-24. maj

Der er stadig ledige pladser på til pinseturen. Turen er primært for turkano folket, men alle andre er naturligvis også velkomne.

Selve frokosten serveres den 22. omkring, nemlig!, omkring frokost.

Afgang fra klubben sker både den 21. og 22. maj – dem der tager af sted den 22. bedes venligst kontakte Lars på 29702303 for info. vedr. mødested for afvikling af frokosten

Tilmeld dig til turen og frokosten

For at sikre at der er frokost nok til alle, er tilmelding nødvendig. Du skal tilmelde dig senest tirsdag den 18. maj via klubbens hjemmeside under ture/pinse. Husk at oplyse navn, antal og tlf.nr.

Selvom du ikke er tilmeldt, er du naturligvis meget velkommen til at kikke forbi. Ønsker du at spise med, skal du da blot medbringe egen frokost samt godt humør.

Håber denne appetizer har vakt din/jeres interesse. Velbekomme i det grønne.

Børnetræning for nye og øvede kano-/kajakroere

361 havde åbent hus arrangement for begynder børn i maj måned. Det var på forhånd annonceret i lokalbladene og ved opslag på de omkringliggende skoler. Arrangementet, der havde til formål at vække interessen for roning i aldersklassen 9-14 år, var en stor succes. Vi fik besøg af mange nye, entusiastiske børn, der var glade for at prøve kræfter med søens små bølger.



Børnetræningen fortsætter hver mandag og onsdag kl. 17:00

Såvel nye som øvede børn fortsætter træningen i kano- og kajakroning. Vi håber at samle et hold på ca. 12 børn i alderen 9-12 år, således at gruppen får et rigtig godt sammenhold. Trænere for børn er primært: Niels Peter (Pede), Thomas S., Kim K. og Amalie G. Du er velkommen til at spørge dem til råds om børnetræningen.

Sommerferie aktiviteter for børn, uge 26 + uge 31

Der er sommerferie aktiviteter for kommunens børn i uge 26 og i uge 31. Det kommer til at foregå i dagtimerne fra klokken 09 - 15.

Husk at kajakkerne – og i særdeleshed alle børnekajakker – vil være reserveret til denne aktivitet.



Har du hørt at...

- At **Bagsværd Regatta** i år afholdes den 12. til 13. juni.
- **DM Kortbane** afvikles den 23. til 25. juli. Læs mere på www.regattagladsaxe.dk
- At taget på kapbådehuset nu er afsluttet. Og det er blevet rigtig godt.
- At Bo og Amalie har født en dejlig lille søn - Frej.
- At der bliver flyttet rundt på vores både, således at alle de kajakker der fremover ligger i kaphuset vil være frie fælles klubbåde, dvs. at kajakkerne kan benyttes af alle frigivne roere.

Kalenderen, kommende aktiviteter:

- Maribo regatta 15. maj.
- Pinsetur + pinsefrokost 22. - 24. maj.
- Voksen begynder kursus Maj, fre. 28. (kl. 18-20:45), lør. 29. + søn. 30. (kl. 10-17).
Juni, tirs. 1. + tors. 3. (kl. 18-20:45).
- Grill 1. juni. Første tirsdag i måneden. Fra kl. 18 og frem.
- Bagsværd Regatta 12. – 13. juni. www.regattagladsaxe.dk
- Voksen begynder kursus Juni. 5 gange, den 11., 12., 13., 15. og 16. juni
- Skt. Hans aften 23. juni.
- Børne sommerferie aktivitet Uge 26, man. 28. juni – fre. 2. juli (kl. 09-15).
- Grill 6. juli. Første tirsdag i måneden. Fra kl. 18 og frem.
- DM Kortbane, Bagsværd Sø 23. – 25. juli. www.regattagladsaxe.dk
- Børne sommerferie aktivitet Uge 31, man. 2. aug – fre. 6. aug (kl. 09-15).
- Grill 3. august. Første tirsdag i måneden. Fra kl. 18 og frem.
- Voksen begynder kursus August. 5 gange, den 20., 21., 22., 24. og 26. august.

- Børnetræning Hver mandag og onsdag kl. 17:00.
- "Pagaj svingere" motionstur Hver tirsdag kl. 17:00.
- 361 kontortid Hver tirsdag fra kl. 19:30 – 21:00.

Husk at du også kan holde dig orienteret på klubbens hjemmeside: www.361.dk



Grillhygge i 361 (foto Lars VP).

Grillen og medlemmerne er tændt den første tirsdag i hver af sommer månederne.

Flere billeder i dette nyhedsbrev er taget af Thomas Storch, www.kajakfoto.dk.