

# GJERRILD BØNNERUP IDRÆTSFORENING

## KAJAKAFDELING



### NYHEDSBREV MARTS 2016

Så skal vi ud af de mørke stuer, på med våddragten (hvis den strammer som min... må vi gøre noget ved det her i den kommende tid☺) og så ellers på vandet... jubii ☺

#### *Facebook side*

Som noget nyt har vi nu en Facebook side.. Søg efter "Kajak-afdelingen....Gjerrild-Bønnerup Idrætsforening" eller brug dette link <https://www.facebook.com/groups/1687445208199410/>

Vi vil satse på at bruge siden til at informere om aftenens tur (hvis der er ændringer), andre arrangementer mv. I er også velkommen til at lægge billeder mv. på siden, så vi alle kan blive inspireret. Vi fortsætter også med at sende sms rundt..

#### *Svømmehal*

Alle opfordres til at komme i svømmehallen. Vi øver selvredning, makkerredning og alm teknik for de øvede. For nybegyndere træner vi vandtilvænning i kajak samt teknik. Vi har følgende tider:

Fredag den 11. marts kl. 20.30-22.15

Fredag den 18. marts kl. 20.30-22.15

Fredag den 1. april kl. 20.30-22.15

Vi forventer som udgangspunkt at man kommer to gange i svømmehallen.

Som friroer har du mulighed for allerede i svømmehallen at vise redninger for instruktører. Så er det overstået.

#### *Klubsejlads*

Sejlads starter som udgangspunkt kl. 18.00

**Tirsdage** Frifroeraften. Alle der er friroere kan deltage. Friroer aftaler indbyrdes om turens længde, sted, mv. (Instruktører er ikke ansvarlig for planlægning af friroer aftenerne, men deltager gerne på lige fod med andre.)

**Torsdage** Klubaften (Træning med Instruktør). Her deltager vi ALLE, nye og begyndere roer med instruktører og får kyndig vejledning og guidning. Alle andre kan være med, eller vi tager selv en tur på vores niveau.

Ansvarlige ulige uger Linda og Frants

Ansvarlige lige uger Verner og Kenneth

# GJERRILD BØNNERUP IDRÆTSFORENING



## KAJAKAFDELING

### *Kalender*

**Fredag den 11. marts kl. 20.30-22.15**

Svømmehallen

**Fredag den 18. marts kl. 20.30-22.15**

Svømmehallen

**Fredag den 1. april kl. 20.30-22.15**

Svømmehallen

**Torsdag d. 21. april kl. 18.00**

Klubaften for friroer (Vi tjekker kajakker og andet udstyr så vi kan få indkøbt reservedele mv. til den 1. maj) hvis vejret tillader evt. en kort tur på vandet.

**Søndag d. 1. maj kl. 10.00**

Klub opstart. Vi får kaffe og rundstykker, tjekker og servicere kajakker, hvorefter vi tager en lille tur på vandet.

**Torsdag d. 12. maj kl. 18.00**

Første almindelig klubsejlsaften for både nybegyndere, begyndere og øvede.

**Søndag d. 29. maj**

Klubdag. Dagens indhold og program aftales senere, men sæt allerede nu kryds i kalenderen...

Søndag kl. 10 er der ligeledes Tour de Kanal arrangeret af Grenaa Kajakklub.

**Søndag d. 5. juni**

Dagstur med Verner. Vejret tjekkes og turen aftales af hensyn til deltagere og vejret. Nærmere information kommer senere.

**Lørdag og søndag d. 11.-12. Juni**

Syddjursturen med overnatning. Vi tager kajakker med til Syddjurs hvor vi planlægger en dejlig tur med overnatning i enten telte eller shelter.

Vi annoncerer et par kajakftener eller mere for friroere og øvede i april måned.

### *Frirøer bevis*

Vi har ændret i vores krav til frirøerbevis. I hovedtræk skal man kunne vise og lave Makkerredning og selvredning, bugsering samt have 60 km roning inkl. en længere tur (min 15 km). Instrukser offentliggøres senere.

### *Kontingent*

Kontingent for 2016 er 725,- kroner. Det dækker al sejlads med kajakker, træning i svømmehal, ture og arrangementer, førstehjælpsbevis (4 timer/7timer/12 timer), Epp kurser mv. Forplejning på ture betales udover. Kontingent opkræves senere.

For nybegyndere koster et intro forløb 225,- kroner. Det indeholder træning i svømmehal og tre gange på havet. Melder man sig derefter ind i klubben fratrækkes de 225,- kroner årskontingentet.

### *Begyndere (ællingeholdet)*

Der vil som udgangspunkt ikke være fast træning om søndagene. Vi er presset med få instruktører og vi ønsker at styrke det sociale i kajakafdelingen. Derfor har vi torsdage som vores klubaftener. Er der overskud og tid til nogle ture søndag formiddage vil vi annoncere dette. Vi håber at se "ællingeholdet" om torsdagene.

# GJERRILD BØNNERUP IDRÆTSFORENING

## KAJAKAFDELING



### *Hjemmeside*

Alle vores arrangementer og kajakklubaftener mv. ligger på hjemmesiden [www.gbif.dk](http://www.gbif.dk) under kajakafdelingen eller i kalender og nyheder..

Vi håber på mange timer på vandet, og at kajakkerne bliver brugt ☺

Vi ses på vandet

**Gjerrild Bønnerup Idrætsforening**

Kajakafdelingen

Kenneth Flammild