



Sprøjt

Januar 2011
Årgang 47

Holte Roklub • Frederikslundsvej 41B • 2840 Holte • Telefon 45 42 42 32 • www.holte-roklub.dk

Fotograf: Troels Holm Pedersen



Generalforsamling 2011

Indkaldelse til ordinær generalforsamling i Holte Roklub torsdag den 3. februar kl. 19.00

Velkommen til årsnummeret af Sprøjt, Holte Roklubs medlemsblad. Den dagsaktuelle information fra din roklub finder du på hjemmesiden, så derfor sætter årsnummeret af Sprøjt fokus på, hvordan det er gået klubben i 2010. Du finder desuden information om, hvad der allerede er planlagt af ture og andre aktiviteter for 2011 sæsonen.

2010 har været en fantastisk aktiv sæson for Holte Roklub, idet medlemmerne har været usædvanligt flittige med at ro. Ikke mindre end 90.000 roede kilometre er det blevet til i 2010 på trods af vandpest og et vejr, der ikke altid har vist sig fra sin bedste side.

Læs formandens beretning på side 2-4 og husk så fristen for at indsende forslag til generalforsamlingen. Du finder den på side 5.

Læs i dette Sprøjt:

Formanden har ordet.....	2-4
Klubben får nyt bogholderisystem	4
Holte Roklub digitaliserer.....	4
Generalforsamling 2011	5
Kajakafdelingen.....	6-7
Aktivitetsplan for 2011	8-9
Roafdelingen i 2010	10
Dansk Handicap Ro Center.....	11
Kajakskolerne i 2011.....	11
Børne- og ungdomsafdelingen . . .	12-13
Kajakpolo	14
Ungdoms kajakpolo.....	15
Bestyrelsen, kontaktinformation	16



Vi kan og gør det fornødne i Holte Roklub

Udfordringer er til for at blive løst - også selv om de ligger i vandet og vejer mange tons. Med en fælles indsats lykkedes det klubbens medlemmer at fjerne så meget vandpest, at vi igen kunne komme ud og ro. Vandpesten kan desværre komme til at genere os igen, men vi krydser fingre!

Vandpesten var en stor udfordring i 2010 - og vil formentlig være det mange år frem! Biologerne "sejrede", for efter mange års oprensning af vandet i Furesøen kom der en dramatisk opvækst af vandplanter i slutningen af juli 2010, som umuliggjorde almindelig færdsel i Store Kalv i halvanden måned.

Midt i august fik vi efter kraftig vestenvind en enorm bræmme døde planter, der placerede sig lige foran roklubben.

En storstilet medlemsindsats førte til fjernelse af kompostbunken over de næste par uger: En hær af medlemmer understøttet med trillebørene, river og andet værktøj klarede første del - samlet omkring 500 timers *marinbiologisk hoveri*. En vognmand kørte til slut det hele væk og sendte klubben regningen på 15.000 kroner.

Kommunen havde intet at byde på dette år for at afhjælpe generne. I et partnerskab

mellem kommunens miljøafdeling og repræsentanter for vandklubberne arbejdes der nu intenst, målrettet og konstruktivt henover vinteren, for fremadrettet at sikre frie vandveje for medlemmerne.

Vi håber i skrivende stund på at finde ekstern finansiering til en entreprenør, som høster og fjerner vandplanterne i opvæksten til placering i depotet udvalgte steder ved søbredden for miljørigtig kompostering.

Klubben kommer selv til at levere frivillig arbejdskraft til igen at holde nærområderne ved klubberne oprensede - måske med indkøbt søgående maskineri (?), som kan lette det fysisk hårde arbejde.

Nyt broanlæg

Over en årrække har vi ønsket en effektiv afskærmning af kajakpolobanen. Kommunen skulle efter ti års afsavn reetablere *kommune-*

broen. Vi fik planlagt en flytning af kommunebroen 50 meter nordpå med badetrappe som fast konstruktion, og derefter blev vores skærmende *pontonbro* nord-syd koblet på i et fint samarbejde med kommunen. Vores ca. seks år gamle pontonbro ud fra platformen fik en forlængelse på ca. fem meter.

Såvel borgerne i området som klubbens medlemmer har siden midten af juli haft stor fornøjelse af det nye flotte broanlægs multifunktionalitet. Samtidig blev kajakpolobanen godt afskærmet for den ellers meget generende metertykke bræmme af døde vandplanter.

Opdateret bådpark

En flot ny firer-inrigger blev leveret inden sæsonstart, og en række nye kajaker er også kommet til. Renovering af inriggere og kajaker sker hen over den kommende vinter og kajakstaterne renoveres og ændres, så de giver bedre udnyttelse af pladsen.

Det kommende år vil der være meget fokus på anskaffelse af nye outriggere til erstatning for gammelt materiel. En mere ensartet indkøbspolitik for anskaffelse af nye kajaker er også på tale. På grund af den knappe plads i bådhallen vil de uddaterede både blive solgt til højeste bud.

Klubhuset - inde og ude

Vores nye motionsrum benyttes året rundt af rigtig mange medlemmer. Kajakergometrene skal have en mere varig og hensigtsmæssig placering på 1. sal, og en ny stabil trappe er under planlægning.

Med vores mange nye funktionshæmmede medlemmer vil der ske yderligere tilpasninger, så alle kan færdes sikkert i klubben. Den nye asfalt ned af bakken og nu helt hen til klubhuset medvirker også til at gøre færdslen mere sikker. Stabilgrus til parkering langs asfalten følger. For bedst muligt at passe på vores hus er der opsat kameraer på tre sider til webovervågning af gangpartierne.

Endnu mere roning

Der er således sket utroligt meget i og omkring klubben det forgangne år. Vores medlemstal er steget lidt til nu ca. 560 medlemmer i alle aldre. De mange medlemmer er naturligvis forudsætningen for, at vi kan anskaffe så meget materiel og i øvrigt forny og udvikle klubbens funktioner.

Uanset vandpest og det noget vekslende vejr er der aldrig roet så mange kilometre på vandet i Holte Roklub som i 2010: over 90.000 km. Godt gået - eller snarere godt roet!

De enkelte afdelinger i klubben redegør i det følgende nærmere for de mange aktiviteter på vandet, såvel i nærområdet som længere væk.

Ressourcerne i medlemsskaren

Atter i år har rigtig mange medlemmer med hjerteblod og knofedt i god koordinering gjort en super indsats for klubben og medlemmerne: Instruktion, renovering af både og hus samt ikke mindst i kampen mod vandpesten!

Stor tak til alle for den fantastiske holdånd og den store frivillige arbejdsindsats i den forgangne sæson! Det vil også blive påskønnet fremover.

Næstformand og projektleder for DHRC Lotte Madsen fik fuldt fortjent *Nordeas Holtepris* for sin ypperlige uegennyttige indsats for at have gjort en forskel for handikaproningen frem til de Paralympiske Lege i Beijing 2008, og for atter at stille sig i spidsen for DHRC med base i Holte Roklub frem til PL i London 2012 - og Rio 2016!

Den aktive sæson har også betydet, at hele bestyrelsen har haft rigtig meget at se til. Bestyrelsesarbejdet i Holte Roklub har stor lighed med anden virksomhedsledelse.

Bjørn Christau
formand

Nyt fra kassereren:

Total fornyelse af klubbens bogholderisystem

Et nyt bogholderiprogram er under indkøring, og det vil give alle nogle klare fordele, idet medlemslisten nu bliver integreret i programmet og formentlig med automatisk synkronisering til ro-protokollen. Det vil betyde, at ro-protokollen vil indeholde **alle aktive – betalende** – medlemmer og kun disse.

Det har nogle fordele for alle, først og fremmest at betaling af kontingent snart kan ske via PBS til lettelse for både medlemmer og kasserer. Tilmelding til roskoler, fester og ture vil ske via nettet og med onlinebetaling via Dankort/Mastercard.

Medlemmerne vil også selv kunne rette

deres kontaktoplysninger via nettet, og hvis koblingen til ro-protokollen lykkes, vil denne altid være ajour med de rette medlemsdata.

Kassereren kan i øvrigt melde følgende helt friske tal ud: Holte Roklub har nu 561 medlemmer, der fordeler sig således:

Under 25 år **61 aktive**

Mellem 25 og 60 år **391 aktive**

Over 60 år **109 aktive**

Gennemsnitsalderen i klubben er **42 år**

Med stor rohilsen

Lone

Holte Roklub digitaliserer - og du skal selv hjælpe til

Holte Roklub har fået nyt medlemsregister og behøver din hjælp for at ajourføre de kontaktdata, som vi har registreret på dig. Det giver dig en række fordele, vil spare porto og betyde, at vores roprotokol altid vil være helt ajour.

Tjek og ret venligst dine data inden 10. januar 2011

Du går bare ind på klubbens hjemmeside www.holte-roklub.dk, hvor du her vælger "For medlemmer" (i midten til venstre). Log nu ind med brugernavnet "neptun" og passwordet "neptun".

Vælg herefter medlemslisten og tryk på feltet "ajourføring".

Dit brugernavn er dit medlemsnummer (se øverst på adresseetiketten bag på Sprøjt).

Dit password er dit fornavn og evt. mellemnavn (se igen på adresseetiketten bag på Sprøjt).

Ret/tilføj venligst din e-mailadresse samt alle øvrige felter, som måtte være forkerte og/eller tomme.

Er I flere medlemmer på samme adresse er det vigtigt, at I retter kontaktdata for jer alle. Gentag derfor proceduren for alle klubmedlemmer i husstanden.

Vær i øvrigt opmærksom på, at du ikke kan se dine rettelser på den nuværende medlemsliste men stol på, at de vil være rettet i den nye, der kommer.

På forhånd tak

Med stor rohilsen

Jan

Generalforsamling 2011

Indkaldelse til ordinær generalforsamling i Holte Roklub
Torsdag den 3. februar 2011 kl. 19.00

Generalforsamlingen har følgende dagsorden:

1. Valg af dirigent
2. Formandens beretning
3. Kassereren aflægger regnskab og præsenterer budget
4. Fastsættelse af det kommende års indskud og kontingent
5. Behandling af indkomne forslag
6. Valg af formand (modtager genvalg)
7. Valg af næstformand (ikke på valg)
8. Valg af kasserer (modtager genvalg)
9. Valg af øvrige bestyrelsesmedlemmer (alle modtager genvalg)

Rochef: Jan Bielefeldt

Kajakchef: Jesper Staal

Polorepræsentant: Anders Rohde

Ungdomsrepræsentant: Helle Jensen

Udenfor bestyrelsen (ikke på valg)

Scullerchef: Karin Kjeldahl

Husforvalter: Kim Holm

Kajakmateriel forvalter: Martin Damstedt

10. Valg af revisor: Peter Wulff (modtager genvalg)
11. Valg af revisorsuppleant Svend Ammitzbøll (modtager genvalg)
12. Eventuelt

Angående indsendelse af forslag til behandling på generalforsamlingen:

Stk. 3: Forslag, der ønskes behandlet på den ordinære generalforsamling, skal indgives til formanden senest 7 dage før generalforsamlingen, hvorefter det påhviler bestyrelsen at optage disse forslag på dagsordenen.

Stk. 4: Rettidigt indkomne forslag til den ordinære generalforsamling skal offentliggøres ved opslag i klubben umiddelbart efter modtagelsen.



Kajakafdelingen i 2010

Sæsonen 2010 startede med at undertegende - Jesper Staal - blev valgt som ny kajakchef med ambitioner om at få flere og nye aktiviteter på programmet for medlemmerne. En af de aktiviteter, der blev søsat, var fælles-træning hver torsdag for alle medlemmer, der ville mere end bare at ro en tur.

De deltagende medlemmer fik bl.a. instruktion i toer- og firerkajak samt blev oplært i at ro et træningsprogram, som kunne få pulsen op. Kajaktræningen blev dermed et alternativ til løbeturens konditionstræning.

Yderligere designede Simon Thaulow et nyt koncept, "Bliv ét med din kajak", som skulle udfordre og udvikle kajakroere i at fornemme og mærke deres krop i kajakken for på den måde at blive fortrolig med kajakken.

Det var en kæmpe succes, som høstede meget ros fra alle deltagere. Simon har lovet, at han i 2011 vil tilbyde kurset igen i en videreudviklet form.

Kajakskolerne

Kajakskolerne i 2010 var som sædvanlig utrolig populære og hurtigt overtegnet.

Den første kajakskole startede i april, hvor vejret dog ikke var så begyndervenligt, men

de garvede og kreative instruktører var heldigvis hurtige til at se muligheder og startede derfor instruktionen i Skovlyskolens svømmehal.

Her blev de basale færdigheder øvet under kontrollerede og varme forhold, så da vejret tillod det, kunne eleverne komme på vandet, godt forberedte.

Udover kajakskolerne har flere af instruktørerne også fungeret som instruktører på "ro-med" holdene. Stor ros til alle instruktører, som har gjort et stort og flot arbejde i 2010.

Nyt samarbejde

Kajakafdelingen startede i år et uformelt samarbejde med foreningen PTU (Polio- trafik- og ulykkeskade) for at undersøge mulighederne inden for kajakroning i forbindelse med genoptræning og revalidering.

Samarbejdet bestod i, at Holte Roklub stillede med instruktører og materiel, og PTU fandt egnde patienter. Patienterne havde forskellige handicaps - nogle havde nedsat førlighed, nogle manglede legemesdele, og andre havde alvorlige lammelser.

Det viste sig heldigvis ikke at være nogen hindring for at ro kajak, og til både instruktør-

tørenes og patienternes egen store overraskelse kunne de fleste ro uden at kæntræ efter blot to minutters instruktion.

Det var en stor fornøjelse at se patienternes glæde, når de fandt ud af at de rent faktisk kunne ro kajak uden hjælpemidler.

Via PTU-samarbejdet blev vi desuden i juli måned kontaktet af tilskadekomne soldater, der havde fået mod på at forsøge sig med kajakroning.

Soldaterne, der meldte sig, er alle benamputerede og har på trods af den korte tid på vandet klaret det utrolig flot. De ror alle stabilt og har igennem sæsonen avanceret i sværhedsgraden af kajakerne.

I forbindelse med de benamputerede kajakroere har kajakafdelingen indledt et samarbejde med Institut for Innovation og Design på Danmarks Tekniske Universitet (DTU) for bl.a. at udvikle et styringsaggregat, som benamputerede kan bruge i kajakken.

I foråret 2011 håber vi på, at der vil blive udbudt to bachelor-projekter og et specialeprojekt med udspring i roklubens henvendelse. Det bliver meget interessant at se hvilke løsninger, der kommer ud af dette samarbejde.

Materiel

Der er i 2010 blevet indkøbt fem nye og to brugte turkajakker, hvilket var meget tiltrængt, idet der har været perioder i løbet af sæsonen, hvor alle funktionelle kajaker har været på vandet samtidigt. Det resulterede



desværre i, at der stod medlemmer på land, som ikke kunne komme på vandet, mens der lå 10-12 defekte kajaker ubrugte i stativerne.

Det er selvfølgelig en uacceptabel situation, og jeg håber ikke, at vi fremover vil se så mange både vil være defekte samtidigt.

Fem pagajer blev desuden modificeret med justerbar deling på midten af pagajen, så det nu er muligt at indstille vinkel og længde på pagajen. Pagajerne er en prøveordning for at se, om det er en brugbar mulighed, så der ikke skal indkøbes pagajer til både herrer og damer.

Løb og stævner

Holte Roklubs deltagelse ved løb og stævner har været meget begrænset i 2010. Størst deltagelse var der ved vores eget løb, Holte Open, og færrest ved Mølleåens Blå Bånd, der kun havde én deltager fra Holte Roklub.

Den lave deltagelse kan skyldes manglende information omkring løb, og jeg håber på, at der med mere information, opslag og fællestævnning vil være flere, som vil deltage i løb og stævner i 2011.

Vinteraktiviteter

Vintersæsonen er nu i fuld gang, og der trænes fortsat hårdt, både på vandet og i motionsrummet.

Der er fællestræning mandag kl. 20 for alle, der har lyst til at vægttræne - alle kan være med uanset niveau og erfaring. Søndag kl. 10.00 er der fællestræning på vandet, hvis vejret tillader det, ellers vil det være i vægt-rummet.

Så selv om sommerosæsonen er slut, er der masser af aktiviteter i roklubben. Hold dig i form i løbet af vinteren, så bliver sommersæsonen meget sjovere - og måske får du mod på et kajakløb eller to.

Mange hilsner

Jesper Staal

Aktivitetsplan for 2011

Nærmere oplysninger om Holte Roklubs aktiviteter i 2011 finder du på hjemmesiden, samt på opslag i klubben. Der kan komme ændringer undervejs, så hold øje med www.holte-roklub.dk

FEBRUAR

Generalforsamling

Uge 5: Torsdag d. 3. februar kl. 19.00

MARTS

Forårsrengøring

Uge 12: Lørdag d. 26. marts kl. 10

Standerhejsning

Uge 12: Lørdag d. 26. marts kl. 14

Standerhejsningsfest

Uge 12: Lørdag d. 26. marts kl. 18

APRIL

Lyngby- eller Farumture

Inriggerture 1. søndag i måneden kl. 10.00 – ca. 15.00

Instruktør fællesroning

Uge 15 - dag og tid aftales nærmere. Der er mødepligt for alle inriggerinstruktører, også for 60+ instruktører

Promotion-fremstød i Holte Midtpunkt

Lørdag d. 16. april kl. 10-13 ved Holte Midtpunkt. For alle medlemmer af PR udvalget. Jan kommer med nærmere oplysninger.

Ro-skole 1 Inrigger

Uge 17, (26., 28. og 30. april samt 1. maj)

60+ Intro dage

Prøvedage i inrigger, uge 17, 26 og 28 april kl. 10 - 12. Irene er koordinator

Langture for inriggere

Detaljer aftales senere.

Bemærk: Datoerne kan ændres - de afhænger af, om vi kan låne både de givne dage/steder. Andre ture kan blive arrangeret, følg derfor godt med på hjemmesiden!

Göteborg

Uge 17 fra 30. april til 1. maj for inrigger langtursstyr mænd. Jan er koordinator

Rønne Å løb

30/4 kajakløb i Valberg, Sverige

MAJ

Lyngby- eller Farumture

Inriggerture 1. søndag i måneden kl. 10.00 – ca. 15.00

60+ Roskole 1

Uge 18-19 (3.+ 5.+ 10.+ 12.) kl. 10-14. 60+ inrigger. Koordinator: Irene

Susålb - Kajak

14/5 i Næstved

Ro-skole 2

Uge 19 (10. + 12. + 14. + 15. maj): Inrigger. Koordinator: Erik Chr.

60+ Roskole 2

Uge 20-21 (17.+ 19.+ 24.+ 26.) kl. 10-14. 60+ inrigger. Koordinator: Irene

Sculler-skole

Uge 20-21 (dage og tider aftales nærmere):

Outrigger

Koordinator: Karin K. Instruktører: Karin K., Lotte, Keld, Tommy,

Ro-skole 3

Uge 21 (24. + 26. + 28. + 29. maj): Inrigger. Koordinator: Erik Chr.

Nattergaletur

Uge 21 (27. maj) (Lotte). Alle bådtyper

Aktivitetsplan for 2011

JUNI

Lyngby- eller Farumture

Inriggerture 1. søndag i måneden kl. 10.00 – ca. 15.00

Göteborg

4/6-5/6 Skærgårds inriggertur åben for alle. Inrigger (dog mindst 1 langtursstyrmand)

Pinsetur (Lagan)

Uge 23+24 – Lagan ved Laholm, Sverige (Jan)

Kajak, inrigger, outrigger - familietur

Fredag 10. – mandag 13. juni

Ro-skole 4

Uge 24 (14. + 16. + 18. + 19. juni): Inrigger. Koordinator: Erik Chr.

Sommerræs i kajak

19/6 i Amager Strandpark

Frederiksværk

Langtur til Hundested eller rundt i Roskilde fjord. Inriggertur. Uge 24 Søndag 19. juni. Langtur, (Jan)

JULI

Amager Strandpark rundt i kajak

30/7 i Amager Strandpark

AUGUST

Lyngby- eller Farumture

Inriggerture 1. søndag i måneden kl. 10.00 – ca. 15.00

Københavns Havn

Oplev Christianhavns kanaler og Kbh Havn. Inriggertur. Uge 31. Søndag d 7. august, (Jan)

Holte Open

Halv Marathon for kajak, inrigger og outrigger. Alle bådtyper. Uge 32 Søndag 14. august. Halvmaraton. Lars BP koordinerer.

Week-end langtur

Inriggertur- Weekend – Præstø eller Næstved? Inriggertur Uge 33 Lø.-sø. 20.+21. august. Aftales nærmere.

Kanindåb

Alle bådtyper. Uge 34. Lørdag 27. august. Dåb og efterfølgende fest om aftenen.

Kanojak Trim i kajak

28/8 i Esrum

SEPTEMBER

Lyngby- eller Farumture

Inriggerture 1. søndag i måneden kl. 10.00 – ca. 15.00

Tour de Gudena i Kajak

10-11/9 i Jylland

Esrum Sø rundt

Esrum sø rundt med frokost i det fri. Inrigger. Uge 36. Søndag 11. sept. Kl. 9.30-16.00 (Erik Chr.)

Mølleåens Blå bånd

24/9 kajakløb i Lyngby

Göteborg

24/9-25/9 Skærgårdstur åben for alle (få pladser). Inriggertur (dog mindst 1 langtursstyrmand)

OKTOBER

Efterårsrengøring

Alle. Uge 43. Lørdag 29. oktober kl. 10

Standerstrygning

Alle. Lørdag 29. oktober kl. 14

Standerstrygningsfest

Lørdag 29. oktober kl. 18

DECEMBER

Julefrokost

Uge 48. Lørdag 3. dec. Kl. 14.00

Roafdelingen i 2010 - og 2011



Vi har i 2010 igen haft en god sæson med mange roere på vandet.

En ny inrigger – Ydun – har vist sin værd, og mange har nydt denne prægtige båd. Den er udstyret med Macon-årer i modsætning til de øvrige, der har "big blades". Det giver en valgmulighed mere, og der er delte meninger om, hvad der er bedst – sådan skal det være!

Vintervedligeholdelsesfolket er nu i gang med at klargøre bådene til den kommende 2011 sæson – stor tak til dem.

Pulsen op

Planerne for 2011 er endnu flere ture og højere puls i nogle af bådene. Alle, der vil have pulsen op og ro hurtigt, skal sige det til brovagten, som så vil sætte bådene med henholdsvis "racer-" og hygge-både.

Derudover vil vi tilbyde GIG roning med erfarne roere.

Som de fleste nok har hørt, ligger vores gamle inrigger Vedbæk (4+) nu i Göteborg – lige ved skærgården – og vi vil arrangere en weekendtur hver måned, hvis der er deltagere, der har lyst.

Herudover vil der naturligvis være ture til Københavns Havn, Roskilde Fjord, Esrum sø, Øresund, Hundested og en weekendtur til Præstø fjord.

Den første søndag i hver måned vil der normalt være en tur Farum Sø rundt eller til Lyngby/Bagsværd sø.

I pinsen bliver der igen Familie Pinselejr ved Lagan. Også i 2011 er det planen at tilbyde

hele paletten med kajak, polokajak, inrigger, outrigger, kano og måske i år kaproningskano ud over naturligvis gåture i området – så sæt allerede nu kryds i kalenderen.

60+ roning

60+ roning er i stærk fremgang, og vi udvider til fællesroning mandag, onsdag og fredag fra næste sæson. Mødetiden er omklædt og klar til roning kl. 10.00.

Igen i 2010 var 60+ på langtur til København, og der er planer om flere lignende ture i 2011.

Vedligeholdelse

Her i vinterperioden har vedligeholdelsesgruppen travlt med at klargøre vores både til den nye sæson. Det forlyder, at bådene er i fornuftig stand, så de bliver alle klar til foråret.

Vi uddanner flere instruktører og langtursstyrsmænd i vinterpausen, så der kommer fem nye langtursstyrsmænd heraf to 60+ samt fem nye instruktører, heraf to 60+, så vi er virkelig godt rustet til endnu et ryk fremad.

Vi har plads til flere inrigger-roere, så fortæl venner, naboer og kolleger om inriggerroning og opfordr dem til at melde sig til en af de i alt seks inriggerroskoler, vi afholder i 2011 (heraf to for 60+).

Med stor rohilsen

*Rochefen, instruktørerne
& langtursstyrsmændene*

Dansk Handicap Ro Center i Holte Roklub

I sensommeren 2010 blev klubben kontaktet af flere af de sårede danske soldater, som kommer hjem fra krigen i Afghanistan. Tanken var at gøre et forsøg på at stable et nyt ro-landshold på benene med det primære mål at nå PL i London i 2012.

Desværre var vi midt i "vandpest-perioden", så derfor var det ikke muligt umiddelbart at sende de nye folk på vandet, men det lykkes dog for flere af soldaterne at få en "smagsprøve" i kajak - og for nogle også i polokajak.

Tiden til London 2012 er i rosammenhæng ganske kort, og vandet er nu frosset til. Derfor bruger vi tiden på at gøre de nye roere stærke i romaskinerne. Hele teamet og træningen varetages af Jesper Krog, som er træner for det "nye" handicap rolandshold.

Det er hele teamets håb, at mange vil stille op til DM i indendørs roning i Gladsaxe den sidste lørdag i januar. Her har handicapfolket deres helt eget løb. Der skal findes flere handicappede/funktionsnedsatte, til at vi kan lave en bred trup til et nyt handicap-



landshold så kender du nogen, så henvis dem endelig til os. Kontaktinformation findes på Holte Roklubs hjemmeside under DHRC.

Kajakskolerne i 2011

Igen i den kommende sæson - 2011 - vil Holte Roklub afholde en række kajakskoler, hvor begyndere kan stifte bekendtskab med kajakroning og senere blive frigivet til roning på egen hånd.

Som deltager på en kajakskole får man fire undervisningsdage med instruktør, hvorefter man kan ro sammen med andre elever og mindst én rutineret roer i Storekalv og Vejle Sø. Når man i alt - inkl. kajakskoleturene - har roet 100 km kan man aflægge prøve på sine færdigheder og så blive frigivet som kajakroer.

Holdene på kajakskolerne har 6-10 elever og i 2011 gennemføres skolen for i alt ti hold. Holdene ligger henholdsvis formiddag kl. 10-12 og eftermiddag kl. 13-15.

Hold 1 og 2: 30/4 + 1/5 samt 7+8/5
Hold 3 og 4: 14+15/5 samt 21+22/5
Hold 5 og 6: 28+29/5 samt 4+5/6
Hold 7 og 8: 11+12/6 samt 18+19/6
Hold 9 og 10: 25+26/6 samt 2+3/7

Afhængig af interessen er der mulighed for at oprette ekstra hold i august, men dette bliver besluttet senere.

Hilsen Kajakchefen

Fuld fart på!



Børne & Ungdomsafdelingen i 2010

Igen i år har trænerteamet i Holte Roklubs Børne- og Ungdomsafdeling bestået af Lin, Niklas og Helle, samt hjælpetrænerne Amalie og Jesper.

Vi har haft en rigtig fin sæson, hvor der er kørt et begynder-, et ungdoms- og et børnehold.

Ungdoms- og børneholdet har deltaget i Danske Bank Cup, hvor Anne, Daniel og Ida hentede medaljer hjem. Det deltog også i Danske Mesterskaber på kortbane, hvor Ida og Bolette begge roede sig til finalepladser.

Begynderholdet har i år haft en masse talenter, som vi glæder os til at træne med i 2011.

Derudover har vi holdt fastelavn, været en tur i Bonbonland og haft en vintertræningsweekend med orienteringsløb og polo.

I sommer tog Klara, Ida, Amalie, og "Træner Helle" på SommerCamp ved Bagsværd Sø, hvor der var fuld fart på i fem dage.

Vi har også været værter for Dansk Kano og

Kajakforbunds Adventurerace, hvor vi havde unge roere fra lokalområdet på besøg til en weekend med holdkonkurrence og alternativ træning. Tak til alle de frivillige, der hjalp til!

Desuden har vi fået udvidet antallet af kajaker i år og er nu klar til et par år, hvor vi kan fokusere lidt mere på kaptræning.

Det er vigtigt for os at understrege, at selv om der selvfølgelig skal være plads til masser af hygge, så er kajakroning en sport, hvor både hård træning og konkurrence er vigtige ord. Derfor har vi lagt strukturen lidt om fra næste år af.

I den forbindelse er vi også klar med nye hold og to ekstra trænere. Holdene bliver delt op efter træningsindsats, og vi kan derfor stille med hele seks forskellige hold:

- Begynderhold
- Turbo begynderhold for de lidt ældre
- Tulle-hold
- Træningshold



- Kaphold (i løbet af sommeren 2011, som et tilbud til roere på træningsholdet)
- Begynder Kapkanohold, hvilket er første gang i lang tid

Tilmelding til begynderhold starter 1. april og skal ske til Niklas. Holdene starter ca. 1. maj.

Fordelingen af de andre hold sker i forlængelse af vintertræningen. Hvis I er i tvivl om noget, så kontakt Helle.

Vi glæder os rigtig meget til at træne med alle holdene og håber, at vi efter et par års erfaring nu har fundet den rigtige model for arbejdet med ungdommen.

Som altid har vi "forældre-frit vand og træning", men vi har altid brug for hjælp til hygge, stævneforplejning, trailerkørsel og arrangementer i Holte Roklubs Venner.

Vi holder forældremøde i løbet af april for forældre til "gamle roere", og i maj for forældre til begynderbørn og -unge.

Listen med de vigtige datoer for 2011 kom-

mer op på klubbens opslagstavle og på vores hjemmeside engang i slutningen af marts.

Som altid finder du os på

www.holteroklub-ung.dk

hvor du kan se træningstider, instruktørnumre mm.

Husk at melde jer til nyhedsbrevet, da det også er den mailliste, vi sender al ny information ud efter. Vi bestræber os på at holde den opdateret, men rigtig meget information bliver givet ved træningen, så mød op!

Vi glæder os til en god sæson med sjov, ballade og masser af medaljer.

Mange rohilsner fra trænerne:

Niklas Lillebæk: 27627010

Lin Gjerding: 72407991

Helle D. Jensen: 28431999

På billederne ses til venstre Elisabeth til plasketorsdag og til højre Daniel, Ida og Anna, som vandt i Danske Bank Cup.



Fotograf: Troels Holm Pedersen

Kajakpolo i Holte Roklub

Med et nyt broanlæg, en ny afskærmet kajakpolobane og et af de bedste klubhold i Danmark har Holte Roklub nogle af de bedste faciliteter for folk, der gerne vil spille kajakpolo.

De forbedrede træningsforhold i klubben har gjort, at vores liga hold, Holte Pack Tech, har flyttet deres træningsbase tilbage til Holte Roklub. Det er en udvikling, som vi alle er rigtig glade for, da de bidrager med kvalificeret undervisning til Holtes andre kajakpolohold i både herre- og damerækkerne.

Træningsmoralen har været meget høj på alle hold og har resulteret i gode resultater for alle aktive hold:

Herreligaholdet Pack Tech fik en flot 3. plads til DM og bevarer dermed Holte Roklubs kajakpoloafdeling i toppen af den danske liga.

Det nye ligahold, Poloholics, som sidste år rykkede op fra 1. division, fik en god start på sæsonen, da de vandt årets indendørs turnering i finalen mod Stege. Men da det

kom til at kæmpe om DM, endte holdet sidst i grundspillet, og efter et skuffende slutspil og en samlet placering som nr. 11 er holdet tilbage i 1. division.

Holtes 2. divisions hold leverede gode resultater gennem hele DM og var lige ved at rykke op i 1. division, men med en samlet placering som nr. 21 havnede de lige under oprykningsstregen.

I damerækken leverede Holte Roklubs damehold en flot indsats både indendørs, hvor det blev til en 5. plads, og udendørs til DM, hvor det blev til en 4. plads.

Internationalt har Holte Roklub også været repræsenteret. Bl.a. til en af årets største turneringer i Holland, hvor vi stillede med et blandet ligahold i den næstbedste række (2. division), og med fire vundne kampe endte holdet som nummer 7.

To af Holte Roklubs ligaspillere spillede også i sæson 2010 på det danske landshold og var med, da landsholdet deltog ved VM i Milano. Landsholdet har gennem en årrække

forbedret sig væsentligt og er gået fra at levere "lige ved og næsten" resultater til at spille op med de allerbedste! Ved VM vandt Danmark den indledende pulje ved at slå de forsvarende europamestre Italien 1-0 i en yderst spændende kamp. Desværre vokser træerne ikke ind i himlen, og på de første 15 pladser ligger alle hold utrolig tæt, hvilket betød at Danmark samlet måtte tage til takke med en 12. plads ud af 24 kvalificerede nationer. Italien sluttede på plads nr. 3 efter Frankrig og Tyskland.

Både André Korshin (nr. 4) og Peter Sørensen (nr. 2) har valgt at takke af som spillere på det danske landshold efter denne sæson og vil den næste tid fokusere på at spille på holdet "Holte Pack Tech"

Se mere om Holte Roklubs kajakpolohold på www.canoepolo.dk

Af Anders Rohde-Petersen
og Peter Sørensen

Kajakpolo Ungdom

Sidste vinter prøvede vi at oprette et junior Kajak polo hold, da forhåndsinteressen fra klubbens unge virkede lovende. Desværre mødte der i starten kun fem deltagere op, og mod slutningen af vinteren var der kun tre tilbage.

Men nu er vi dem, der bare giver op, så vi prøver igen - denne gang med to trænere tilknyttet.

Pt. er der tre deltagere, hvilket er alt for lidt: en genganger fra sidste år og to nye. Men opstarten har i år været påvirket af renovering af svømmehallen, som trak lidt ud, og desværre har den så været lukket siden 17. november pga. Legionella bakterier i badevandet. Men vi håber på at starte så småt op igen her i december måned.

I vinteren 2011 vil vi prøve at annoncere mere bredt bl.a. via lokalaviserne og herved



lave et åbent arrangement hvor man kan komme ned og prøve at spille kajakpolo.

Derudover arbejder vi på at lave en åben juniorturnering i løbet af februar/marts måned ved at invitere nogle af de andre klubber.

Er du imellem 13 og 18 år, og har lyst til at prøve, så kom og besøg os, når vi træner.

Træningstider for kajakpolo ungdom: Hver lørdag fra kl. 14 - 16, i Skovlyskolens Svømmehal.

Tilknyttede Trænere er Martin Damstedt, tlf. 42459807 og email: martin.damstedt@jubii.dk samt Uffe Damgaard, tlf. 61669922 og email: udp@itu.dk

Mange hilsner
Martin Damstedt

Modtageradresse:

Holte Roklubs bestyrelse



Formand

Bjørn Christau
Birkebakken 59
3460 Birkerød
Tlf. 45 42 33 17
formand@holte-roklub.dk



Næstformand

Lotte Madsen
Parcelvej 8
2840 Holte
Tlf. 42 60 36 10
naestformand@holte-roklub.dk



Rochef

Jan Bielefeldt
Buskehøjvej 21
2850 Nærum
Tlf. 61 72 12 58
rochef@holte-roklub.dk



Kajakchef

Jesper Staal
Dambakken 57, 1. th.
3460 Birkerød
kajakchef@holte-roklub.dk



Kasserer

Lone Dall
Buskehøjvej 21
2850 Nærum
Tlf. 45 48 24 12
kasserer@holte-roklub.dk



Ungdomsrepræsentant

Helle David Jensen
Lyngby Storcenter 66,
Etage 10, Lejlighed 1012
2800 Lyngby
Tlf. 28 43 19 99
ungdom@holte-roklub.dk



Polorepræsentant

Anders Rohde-Petersen
Trørød Kollegiet
Lejlighed 15A
2950 Vedbæk
Tlf. 61 69 34 56



Holte Roklub

Frederikslundsvej 41B
2840 Holte
Telefon 45 42 42 32
Hjemmeside www.holte-roklub.dk