

Roskilde Fjords Kajakklub

Brinchhjemmet
Strandvejen 18
Veddelev
4000 Roskilde



Efterår 2017

På tur til Naskov og omegn	2
Debutant på Devizes-Westminster	4
Tour de Gudenaå 2017	7



På tur til Nakskov og omegn

I år lykkedes det. Sidste år havde min pensionistveninde og jeg planer om en tur til gamle venner i Nakskov med indlagt roning. Det glippede dog, men i år var vi fast besluttede, og derfor startede planlægningen allerede i det tidlige forår. Det tager nu heller ikke lang tid at sætte et kryds i en kalender. (Ja, vi bruger papirkalender)

Vi startede fra Roskilde i venindens lille Up. Den kan sagtens bære en toerkajak på taget. Derimod var den ved at gå i knæ, da vi havde fyldt den med de resterende nødvendigheder: roudstyr, nødproviant, myggemiddel, strik-ke-tøj, solcreme (ja, det var sommer) sikkerhedsline og meget andet for at bevare et vist niveau af civilisation.

Vejrudsigerne sagde bedst vejr mandag eftermiddag, så af sted for at nå en tur inden aften. Vi lagde lige vejen forbi vennerne, for de var blevet aktive-ret med at finde ud af isætningssteder mv. Det viste sig at Lolland-Falster har lavet en meget anvendelig brochure, der hedder ”kano-kajak-surf-guide”. Heri står alt, hvad man behøver at vide for at ro i området. Meget fin service. Gad vide om Roskilde har lavet sådan en? Vores gode værter viste os ud til Hestehoved, hvor der var en fin isætningsplads tæt på parkering. Vores første tur gik til Slotø, der er forsynet med en ruin. Lidt historisk interesseret er man vel altid. Og historien fik vi fortalt af vores meget velorienterede værter. Vi kunne se i vores folder, at vi måtte gå i land ved den lille sandstrand sydøst for broen, og det gjorde vi så. Herligt med indtagelse af madpakker i solen. Vi fik selskab af en flok turister, der var ude med den forhenværende postbåd. (Nej, det er ikke efter fusionen med Postnord.) Herefter i kajakken igen og retur til Hestehoved, hvor Up`en ventede. Den knagende gigtskulder kunne lige klare en tur rundt om den lille ø Barneholm. Her så vi silkehejre. Samme aften spiste vi på restauranten på Hestehoved i det herligste solnedgangsllys.

Aftenens tjek af vejrudsiger viste, at endnu engang blev vejret meget bedre end forudsagt, så vi ville nå en formiddagstur tirsdag. Det skulle blæse op om eftermiddagen, og det behøvede vi ikke at opleve. Så tidligt op næste dag og af sted til Langø, som ikke er en ø, men en havn. Ønavnet kommer sig af en forhenværende ø, som blev inddæmmet i 1878. Langø Havn viste sig at indeholde en lav bro perfekt til isætning af kajak, så snart stævnedes vi ud med kurs mod Enehøje. Vi var orienteret om sejlads i Nakskov Fjord, så vi var forberedt på tung trafik, da vi skulle krydse sejlrenden. Men hvor hurtigt sejler et containerskib? Sikkerhed frem for alt, så vi lå underdrejet ved en solid bøjle, mens først et fra bagbord og så et fra styrbords side passerede. Og så fuld fart frem til vi lå i læ af Enehøje. Her så vi den første havørn. Og dejlig sandstrand til indtagelse af madpakker. Enehøje er berømt for at have været Peter Freuchens ø i nogle år, og nu er der et mindesmærke og en konstruktion af to hvalkæber. Det kulturelle måtte vi dog nedprioritere, da vi

hellere ville tilbage til Langø, inden det blæste op for alvor. Turen tilbage over Nakskov Fjord var nu sej nok. Der er ikke meget til at læ for vinden på Lolland. Eftermiddagen blev brugt på rundtur til Nakskovs seværdigheder, godt krydret af vores værter mange historier. Fx om kanokuglen i kirkemuren og huse, som er kendt fra ”Nakskov på røven”. Om aftenen blev vi inviteret på middag på Onsevig Camping. Det viste sig at være en lille gourmetrestaurant: ”Den fuldendte Fisker”, som kunne byde på et bredt udvalg af lokale råvarer.

Onsdag skulle vi hjemover, men først en gratis orgelkoncert i kirken. Dernæst hjertelig afsked med vore to venner. Og så skulle vi lige nå en rotur mere, inden vi tog helt hjem. Maribosøerne måske? Folderen advarede om meget ustabile vindforhold, sten under overfladen og lavt vand. Nej, så hellere Saksøbing Fjord. Vi kunne sætte i ved det gamle udskibningssted ved Oreby. Dog skulle kajakken over en stensætning. Til gengæld blev vi tilbudt hjælp af en flok store skolebørn, der var cyklet ud for at bade. Tak for det, men vi mente, at vi burde lære at klare os selv. Solen skinnede stadig, og vi kunne igen nyde synet af det krystalklare vand – så helt anderledes end det grågrønne, grumsede i Roskilde Fjord. Vi roede mod Knuthenborg, vendte rundt og fulgte kysten tilbage. Børnene badede stadig, og vi fik en hyggelig snak. De spurgte bl.a. om vi var på vej Danmark rundt. Knap nok. Der er langt igen. Men i vores alder en smigrende tanke.

Efter at have gjort klart skib, viste det sig, at den hyggelige Oreby Kro serverede kaffe til kl. fem. Det var lige på falderebet, men vi kunne slutte tre oplevelsesrige sommerdage med en skøn kop kaffe, serveret i krohaven med udsigt til vand og strand. Lolland kan varmt anbefales. Jeg vil tro, at man kan nå meget på en dagstur. Ellers er der masser af mulighed for overnatning.

Rohilsen fra Dorthe

Fin P har taget forside billedet og som de fleste sikkert har gættet er det taget ved Danhostel i Silkeborg. Jeg ved ikke præcis hvor Dorthe har taget det idylliske billede i ser til højere. Da jeg igen er løbet tør for plads, må i have de nyeste dykker fotos og billederne fra min ballonfærd til gode. Men da jeg ikke har flere indlæg på lager er der håb om at jeg kan få plads i næste nummer.

Red



Debutant på Devizes-Westminster

I efteråret 2016 skrev Aksel en længere artikel her i klubbladet om hans hidtidige oplevelser med de 125 miles lange løb fra den lille by Devizes vest for London. Aksel inviterede andre klubmedlemmer til at tage med, da han havde tænkt sig igen at prøve kræfter med ruten her i 2017. Jeg sprang til, da jeg vidste det så ville presse mig til rent faktisk at få roet, noget som er blevet mere sporadisk for mig de senere par år. Og så var det jo ikke til at vide hvornår sådan en mulighed ville komme igen, for det er unægtelig noget af en logistisk øvelse at tage til England med kajaker og gennemføre et løb over fire dage. Når man som jeg ikke selv har bil, så ville det være helt umuligt, så jeg er meget taknemlig for at Aksel ville have alt bøvlet med at køre og fragte kajakkerne ned genne Europa og under kanalen! Hvor Aksel tog 14 dages ferie, kunne jeg klare mig med en fridag i hver ende af Påsken. Jeg bookede fly til Heathrow, som heldigvis viste sig at ligge ikke mere end 30 minutters kørsel fra Hurley, der var udset til vores base under hele løbet.

Det endte med at Aksel og jeg var de eneste to fra klubben der skulle deltage, så på en måde kom jeg til at ”gatechrashe” Aksel og fruens (Charlottes) kombinerede ferie og kajaktur ☺ Men det viste sig hurtigt at blive vældig hyggeligt og jeg fik det ekstra værelse i ”mobil-hjemmet” på Hurley Riverside Park.

Mine forberedelser inden turen var præget at det var svært at finde tid og egnet vejr til at komme på vandet herhjemme i Roskilde, så jeg var en del på ro-maskinen i stedet, og kan varmt anbefale intervaltræningsprogram 1, som er opslået op venstre side af spejlet. Jeg havde også gjort mig mange overvejelser over hvad jeg skulle have med af udstyr som kunne bringe mig til at overkomme turen. Jeg investerede i nyt ro-undertøj så jeg kunne få nyt på hver dag (og falde i vandet og skifte) uden at skulle være afhængig af tøjvask og tørring. Ekstra sæt yder-rotøj, vindtæt; endnu en pose til drikkesystemet. Nyt overtræk blev købt og ekstra taget med. Og så købte jeg trådløse vandtætte hovedtelefoner, så jeg kunne høre musik hvis kilometerne skulle begynde at blive monotone; så det kunne trække tankerne væk fra ømme muskler.

Onsdag eftermiddag tog jeg sammen med Aksel min første tur på Themsen. Her fik jeg set de engelse sluser (Hurley Lock og Temple Lock) for første gang og afprøvet min overbæringsteknik... Skærtorsdag var vi på reconnaissance i Newbury, hvor første etape skulle slutte. Vi var også på indkøb og på endnu en lille 10km tur til Hambledon Lock i kajakkerne. Langfredag morgen stod vi så tidligt op og kørte mod starten i Devizes, hvor vi fandt en parkeringsplads på en i øvrigt propfyldt område. Aksel kørte frisk til og nåede at skubbe til to kaptere med kofangeren, hvis ejermænd blev noget lange i ansigterne da de hørte ”skreetch”-lyden... nå, men der skete ikke noget og vi fik sagt undskyld mange gange. Så

skulle grejet indskrives, jeg skulle have mit nummer og gps-sender mv. En 'umpire' (tilforordnet) tjekkede Traceren og fandt den manglede fornøden opdrift i bagenden; så hvis nogen undrer sig over den røde oppustede trekantede "luftmadras" der nu ligger i båden, så er det altså min. Efter således at være blevet kendt "good to go" fortsatte jeg til startområdet. (Aksel startede noget senere, for han ror jo noget hurtigere) Jeg kom i vandet, roede hen mod den første gamle buede murstensbro, hvor officials råbte mit nummer an, truttede med et horn, og så var jeg i gang!

Devizez-Newbury (34 miles)

Kenneth-Avon kanalen går virkelig gennem smukke områder, og den ligger til tider ret højt. (Den udgravede jord er dynget op på hver side) Så jeg havde megen god udsigt, faktisk mere end på Gudenåen. Med jævne mellemrum er der små stenbroer og små drejebroer der går hen over kanalen. Drejebroerne er så lave at jeg virkelig skulle ligge mig helt tilbage på agterdækket for at komme under, og så var der ikke mere end 5cm at give af. (Der var andre deltagere der fik broer i hovedet!!) De første 15 miles er der faktisk ingen overbæring, hvilket jeg faktisk ikke helt havde gjort mig klart, så da jeg kom til Wooton Rivers, var jeg meget klar til at træde af på naturens vegne. Herefter tre sluser mere inden jeg kom til den frygtede, og meget omtalte, Bruce Tunnel. Jeg forsøgte af bedste evne at holde det ene øje lukket inden jeg roede derind, for at have nattesyn klar. Og det er faktisk vanskeligere end man skulle tro, sådan at holde øjet lukket og ro samtidig. Speciel oplevelse og lidt skræmmende når min pagaj ramte træstykker i vandet, hvilke der var en del af. "Congratulations, you have done the Tunnel!"

Herefter var der 30 overbæring frem mod Newbury, nogle steder kunne man se fra den ene til den anden sluse, og jeg overvejede at gå med kajaken, i stedet for at sætte i for at ro 200m og så stå op igen. Men dertil var Traceren alligevel for tung for mig. 16kg. + emergency kit + mad + 1,5L vand. Den var specielt for tung at løbe med, noget som en del af de øvrige deltager gjorde en del i, men de havde også supportere der kunne forsyne dem fra tid til anden. Da jeg kom frem til Newbury var jeg lige klar til at tage slusen inden mål, men pludselig stod der officials i siden, og jeg var ovre dagens etape... ikke lige det sted som Aksel havde vist mig dagen forinden, og så lå jeg der og vidste ikke helt hvad jeg skulle gøre. Men kort tid efter kom Charlotte gående og kunne fortælle mig hvor jeg skulle bære kajakken hen og finde bad og omklædning.

Newbury-Marlow (36 miles)

Denne dag to bød på mere end 20 sluser inden jeg nåede til Reading, hvor Kenneth floden løber ud i Themsen. Denne dag var mere blæsende, men det gik fint frem til Dreadnought Reach. Jeg har møde stedbetegnelsen 'reach' mange gange før, men har aldrig helt forstået det før nu. Et 'reach' er et længere åbent, lige stykke vand, og nu kan jeg genkende et sådant når jeg ser det. Det gik også op for mig at jeg har set sådanne ste-

der før, fx på min tur på Spree i Berlin. Ved Dreadnought Reach var der en tvungen kunstig landgang, og så vandgang igen. Og så kunne jeg mærke hvordan vinden rigtig kunne komme til på det åbne stykke! Der var stærk modvind, og denne kom specielt igen på stykket gennem Henley... det var ikke sjovt. Men så kom jeg alligevel frem til den nu helt "hjemlige" Hambleton Lock, og så var det ganske fornøjeligt at ro det kendte stykke til Temple Lock og videre til målet i Marlow.

Marlow til Teddington (38miles)

Så kom den længste dag. Vi var i god tid ved starten i Marlow, og igen skulle jeg starte først. Jeg havde kajakken i vandet da jeg opdagede at jeg ikke havde mit overtræk på! Og man må ikke ro uden overtræk i båden! Op igen, kun for at finde ud af at jeg havde glemt det helt tilbage i beboelsesvognen i Hurley. Rundt og spørge forskellige om de havde et ekstra, og efter en halv time havde jeg fået Gary, en hjælper til en anden engelsk roer (Robert McCall) vi havde snakket en del med, til at løbe hen til sin bil for at hente et ekstra jeg kunne låne... Forsinket kom jeg endelig afsted. Gang i musikken og det gik godt fremad. Forbi Windsor Castle med masser af velplejet græsplæne helt ned til Themsen og store skilte med "Property of the Crown – No Mooring", derefter Hampton Court med Union Jack vejende. Men med 10 miles tilbage løb jeg tør for vand! Heldigvis kunne jeg se ovenfor omtalte Robert gå ind til nogle af hans hjælpere, så jeg drøede efter og fik dem til at tømme en flaske limonade ned i min drikkepose. Tak for det! Husene på begge sider af floden var over hele turen store og flotte, og så kom jeg frem til Molesy Lock, den sidste før Teddington, og som var oversvømmet der hvor man skulle træde op! Så våde fødder de sidste 5 miles til Teddington, hvor jeg efter slusen kom ud på tidevandsdelen af Themsen, og ret derefter skulle i mål og i land. Her var der en del store dønninger, en af hvilke overraskede en fotograf mens jeg var ved at blive hjulpet i land af officials. Nu kunne det ikke gå galt! Jeg ville klare turen!

Teddington-Westminster (17miles)

Tidligt op for at køre til Teddington, Obligatorisk 'kit tjek' for nu kom jo den af mange frygtede sidste del med kraftig medstrøm, refleks-søer og hækbølger på denne mest befærdede del af turen ind til midten af London. Det var ikke så slemt som det var udråbt til, men vejret var også rimelig pænt, og medstrømmen var ikke så stærk som ventet. Themsen er bred på dette stykke, og hvor en del af de lettere kapbåde sneg sig frem langs kanten kunne jeg ligge mig tættere på centerlinjen. Mange flotte og kende broer i det centrale London passerede over mig og pludselig blev jeg vinket ind mod højre side af en 'Port Authority'-lignede motorbåd... åh,åh jeg havde sikkert roet lidt for meget ude på midten... men så kiggede jeg til venstre og der lå parlamentsbygningen med Big Ben! Jeg kunne ro under Westminster Bridge og række armene i vejret til applaus fra de mange tilskuere. Og ja, jeg følte som englænderne siger: "A nice sense of ac-

complishment”.

Efter at have hentet bil og kajaker kunne Aksel, Charlotte og jeg med stor veltilfredshed indtage en stor bøf på en lokal kro i Hurley; som havde en del at leve op til, for Charlotte havde alle dagene sørget for at vi ikke gik sultne i seng med bl.a. Runday Roast, Yorkshie Pudding og Double wipped cream. Mange tak for det! Og skulle nogle fra klubben engang i fremtiden have lyst til at tage til dette løb igen, så vil jeg gerne med!

/Klaus

Tour de Gudenå 2017

Jeg havde svært ved at beslutte mig til, om jeg skulle tage med på TdG, og forberedelserne bar også præg af min ubeslutsomhed. Men hvor er jeg glad for, at jeg tog med! Ugen op til at vi drog af sted viste vejrudsigten, at der var udsigt til masser af regn og endda modvind, og jeg blev en lille smule nervøs, om jeg kunne gennemføre. Men det blev i stedet for en tur, der bød på solskin og positive overraskelser!

Men hvad er det ved Tour de Gudenåen, der får en, der kun er i middel-mådig form, til at stille op? Udfordringen ved at prøve sig selv af og eventyrlysten for nye horisonter er vel det, der driver mange sjæle til at prøve kræfter med det lange løb.

Min historie starter i maj måned i år, hvor jeg og en kammerat havde aftalt, at vi ville melde os ind i en klub, hvor vi kunne lære at ro turkajak og finde ud af hvilken type, der kunne passe til vores temperament. Vi har begge erfaringer fra havkajakker, men ville gerne over i noget hurtigere og spurgte derfor, om vi kunne melde os ind i RFK.

Finn Roer var flink og sagde, at det kunne sagtens lade sig gøre. Det var i maj måned, og vandtemperaturen lå stadig kun på de 5 grader, så jeg møder troligt op i min tørdragt...!, for man har jo som havkajakroer fokus på sikkerhed og klæder sig på efter forholdene. “Alt det der ekstraudstyr I havkajakroere har, hører slet ikke til i en tur båd”. Men selvom det var ‘ilde set’ følte jeg mig dog trods alt velkommen i klubben :) Jeg befinder mig godt i min tørdragt, og selv om pulsen er høj, føler jeg ikke, at jeg koger over. Bedst af alt, føler jeg mig mere sikker, fordi jeg ved, at jeg ikke får noget kuldechok, hvis jeg skulle falde i vandet.

Jeg starter ud med en Coast Runner, som er en fin allround kajak til begyndere: men jeg kan godt mærke, at det er en relativ tung kajak. Jeg får roet nogle km, og da vandet bliver lidt varmere, kigger jeg efter noget hurtigere på hylderne, og finder Vajda Voyageur'en. Det er en dejlig let kajak, men dog meget levende på bølgerne og svært at styre i medstrøm, når man krydser fjorden på vej over til Kattinge. Men jeg får efterhånden roet over 100 km i den og synes at min roteknik er blevet lidt bedre og

føler også, at båden passer godt til mig – når det ikke blæser for meget. Tiden er inde til at aflægge prøve, og jeg består svømmeprøven og viser, at jeg også kan lave selvredninger. Jeg overvejede et kort øjeblik, om et grønlænderrul ville tælle som en selvredning – det havde jeg vist i svømmehallen, at det kan man godt :)

Jeg har efterhånden roet 700 km og føler, at jeg har en chance for at gennemføre TdG uden at gå helt død. Jeg tilmelder mig, men er overrasket over, at det kun er Leif og mig selv, der skal ro 73 km distancen. Jeg havde troet, der ville være flere tilmeldinger.

Det var 50 års dagen for Tour de Gudenå, og jeg havde glædet mig til at deltage sammen med min kammerat, Nicolai Larsen. Vi havde roet en del ture sammen og havde også planlagt at skulle ro nogle længere ture for at forberede os til TdG. Men de udebliver, og Nicolai melder afbud til TdG. Jeg ror bedst med en makker og er lidt usikker på, om jeg har lyst til at deltage på egen hånd. Men jeg træner fortsat og i sidste øjeblik – søndagen før – beslutter jeg mig for at ro en tur på 30 km for at bevise over for mig selv, at jeg godt kan ro 73 km non-stop. Jeg havde også købt et nyt ror, som skulle testes for (forhåbentligt) at forhindre at bladet samler græs.

Turen viste sig at være en god investering; jeg var dog fuldstændig færdig, fordi jeg kun havde taget vand med og havde ikke sørget for at få nok energi undervejs. Det skulle i hvert tilfælde ikke ske for mig på den lange tur. Men jeg fik konstateret, at roret fungerede efter hensigten.

I ugen op til løbet checkede jeg konstant vejrudsigten for at se, hvad vi kunne vente os, som vi nærmer os løbet, er der udsigt til styrtregn, modvind og op til 6 mm nedbør! Ikke de bedste betingelser, når man skal side i en kajak i så mange timer. Jeg bliver nedtrykt og ser frem til et vejr, der ikke blot ville udfordre min fysiske- men også mentale styrke. Jeg beslutter mig for ikke at tænke mere på det og pakker mit grej til turen.

Med hjemmelavede energibarer og færdigblandede energidrikke drager jeg af sted sammen med Leif om fredagen over til TdG.

Leif, som flere gange har prøvet kræfter med TdG, havde godt styr på det hele, og havde derfor forinden fået overtalt en kammerat, Karsten til at hente to trætte roere i Randers og køre dem til tilbage Silkeborg. Det viste sig at være et godt træk – en stor tak til Karsten for dette.

Turen derover foregår uden de store forhindringer, og kajakkerne bliver på taget (Leif fortæller om at kajakker også kan få asfaltekssem, når de falder af en bil!). Vi ankommer i god tid og får vores løbsnumre udleveret, før vi indlogerer os på Danhostel.

RFK har en tradition med at indlogere sig på Danhostel Silkeborg, hvilket er beliggende ned til Remstrup Å med fornuftige værelser og et morgenmadarrangement, der absolut er første klasse.

Jeg befinder mig i godt selskab med Eva, Marlis, Hanne, Finn Roer, Finn Pedersen og Leif. Der er en hyggelig atmosfære, og jeg føler, at jeg har

mulighed for at slappe af til trods for, at jeg ikke ved, hvad der venter mig næste morgen.

Høfligheden er da også i højsædet, da Leif erklærer, at han har taget ørepropper med til os, som skal sove i samme værelse som han :). Men til trods for den lovede snorken – fra flere kanter, får jeg sovet og føler mig næste morgen frisk – og spændt – på dagens strabadser.

Vi får en solid og velsmagende morgenmad, kajakerne bliver checket og gjort klar til turen, og mit nye ror ser ud til at fungere fint (mere om ror og græs senere!).

Men grundet det meget regn dagene forinden, og den resulterende høje vandstand, er løbet blevet kortet af med 2 km, fordi løbsledelsen mener, at det bliver for farligt at ro under den første bro. Leif og jeg er ej skuffede over ‘kun’ at skulle ro 71 km.

Vejret er skiftet om, så mine bange anelser om, at turen skulle drukne i regn, er erstattet af solskin og medvind. Aldrig har jeg været SÅ taknemmelig for godt vejr!

Danhostel ligger lige ned til Remstrup Å, med meget fine forhold for kajaker. Vi skal kun ro en lille km plus en overbæring for at komme ned til starten. Vi er i god tid, og kajakken får et lille hvil på bænken, inden vi ror ned til start.

Jeg har kun prøvet at være med i ét andet løb på Esrum sø, så når startskudet endelig lyder, bliver jeg overrasket over, hvor meget turbolens, der er fra alle kajakerne, der sætter i gang samtidigt. Jeg ligger stort set helt fremme ved startlinen, men får en dårlig start og ser mange – rigtig mange – kajaker overhale mig. Nå, men jeg ved dog på forhånd, at jeg ikke kan måle mig med de stærke drenge og piger, som har prøvet det før, og starter i et relativ roligt tempo for lige at vænne mig til forholdene.

Jeg havde to uger for inden købt min egen kajak, en Seabird Salt 51, som jeg af gode grunde ikke har fået roet særlig meget i og havde endnu ikke helt vænnet mig til dens luner. Men jeg får hurtig styr på båden og mig selv og finder rytmen, som skal bære mig de 71 km frem til mål. Grundet en fibersprængning et par uger forinden, vidste jeg også, at jeg ikke ville have mulighed for vedholdende at kunne ‘trække igennem’ over en så lang distance, og havde derfor på forhånd valgt at ro med en høj kadence, for derved ikke at overanstrengte musklen.

Nå, men der sidder jeg så og føler, at det egentligt går OK. Og her kommer den første overraskelse; jeg passerer den første bro, hvorpå der er hængt et banner, der proklamerer, at nu er der 68 km til mål. Jeg tager mig selv i at tænke med et smil, at 68 km, det er da ikke så langt!

Jeg ved ikke, hvor den positive indstilling kommer fra, men det skulle vise sig at vare ved på (næsten) alle de 71 km!

Det kører OK, og jeg finder ud af, at det går fint med at styre kajakken gennem alle de, til tider, stærke hvirvelstrømme Gudenaen byder på og holder trit med en lille gruppe på ca. 10 kajaker. Jeg finder en at ligge i

køl på og prøver at holde trit. Men efterhånden ser jeg, at jeg ikke kan følge med og bliver nødt til at give slip. Det er jeg ikke helt tilfreds med, men ved godt, at der ikke er noget at gøre, hvis jeg skal holde hele vejen i mål. Jeg affinder mig med det relativt langsomme tempo, men kan se på mit ur, at jeg ror med ca. 11,5 km i snit, hvilket vil bringe mig i mål på under 7 timer. Wow, tænker jeg – det 'sgu ikke så ringe – også selvom der er mange kajaker, som har overhalet mig.

Vi ror derudaf, og hvad jeg troede var et godt ror, der skulle afvise alt græs, viser sig at være mit største handicap! Vi er nu 4 kajaker, der holder sammen og hjælper hinanden og stopper ca. hver 2. km for at hive græs af hinandens ror. Jeg kan mærke, at jeg er ved at blive træt og synes, at jeg kan mærke hvert eneste græsstrå, der hæfter sig på min båd!

Vi stopper. Vi renser. Vi ror videre. Jeg ror langsommere. Ved et af stoppene siger jeg til de andre, at jeg tror ikke, at jeg har noget græs i roret, men får efterfølgende kastet en stor håndfuld vådt tang lige i nakken – som han lige netop har hevet af mit ror! Pludselig kan jeg ro og min kajak skyder frem, som om jeg havde friske arme. Trætheden forsvinder for et kort øjeblik, og jeg nyder turen. Ja, indtil der igen kommer græs i roret, og vi igen stopper for at rense! Forbandet ror! Nå, jeg er ikke den eneste, der har problemet – bortset fra havkajakkerne! Dem med ror har løftet det ud af vandet og har kun en lille finne, og de glider derfor glat hen over græsset uden at det hænger på.

Vi når til Tange sø. Der må da være mindre græs, tænker jeg. Men sgu ikke der hvor jeg ror. Jeg ser andre, som ind imellem stopper helt op og ror baglæns, for at få græsset af roret. Det begynder jeg også på, og det lykkes til dels også. Men det er demoraliserende at ro baglæns, når man gerne vil i mål!

Ved overbæringen havde jeg fået at vide, at en 20 min. pause vil være godt givet ud. Ikke fordi jeg har noget valg – jeg er godt brugt på nuværende tidspunkt!

Jeg fylder min Camel Bag op med en ny forsyning af energi drik, som jeg havde med i båden, spiser 2 bananer og et par gulerødder og sidder lige et par minutter for at få pulsen ned.

Nå, jeg må videre og får båden i vandet igen. Sprayskirt'et driller lidt, men jeg kommer af sted og får dagens anden overraskelse: jeg har friske arme og kan slet ikke mærke de 35 km jeg har roet indtil nu! Det må være naturen, der giver mig de ekstra kræfter, tænker jeg; det er en flot natur, og vejret er med os! Jo, der var nemlig også tid til at nyde det smukke sceneri.

Af sted går det med god fart i båden, men selvfølgelig går der ikke lang tid, før jeg igen får græs i roret! Men til trods for det irriterende græs er min indstilling dog stadig positiv, og tænker 'kun' for hver gang jeg ser en bro med et givet antal kilometer tilbage til mål.

Jeg stopper og får et par minutters hvil og spiser en energibar, som jeg

havde fået af Leif. Det viser sig at være et tiltrængt skud af energi, og en dejlig afveksling, da jeg efterhånden er blevet træt af mine egne hjemmelavede energibarer.

Bagtrogen, som jeg nu gætter på, at jeg er blevet en del af, er som man kan forvente det, blevet splittet op, og der er stor afstand i mellem bådene. Det betyder, at jeg for resten af turen ror mest for mig selv. Jeg indhenter nogle enkelte både, men jeg er nu ene om at rense mit ror; stop, ro baglæns, ro videre, stop, baglæns, ro videre. På de sidste 20 km af turen var jeg ikke helt så positiv indstillet, som jeg ellers havde været. Men frem kommer jeg.

Gudenåen skifter langsomt karakter, og der bliver mere og mere græs i overfladen af vandet. Jeg prøver, at undgå det værste ved at ro i zig zag, men lige lidt hjælper det. Jeg kan efterhånden mærke trætheden sætte ind, og min roteknik begynder at blive dårligere. Min høje kadence jeg har sat fra starten betyder, at mine arme stadig er OK, men mine mavemuskler er for trætte til, at jeg kan holde den korrekte rostilling. Jeg kommer selvfølgelig fremad, men på de sidste 5 km viser mit pulsor bare low batteri, og jeg kan derfor ikke se mit fremskridt. Det betyder, at de sidste km bliver de længste på hele turen!

Jeg kommer selvfølgelig i mål, og idet jeg krydser målstregen, rejser jeg min pagaj, for jeg føler virkelig, at jeg har sejret ...et eller andet :)

Jo, jeg var træt efter at have roet med græs i roret det meste af vejen!

Leif, som var kommet ind en hel time før mig, hjælper mig op, og Karsten kører de to trætte roere tilbage til Silkeborg. Om aftenen nyder vi en velfor-tjent middag på Restaurant Angus. Der var delte meninger om kvaliteten af maden, og betjeningen bar præg af Faulty Towers!

Turen har været en positiv oplevelse, og jeg huskede at nyde naturen undervejs – og vejret ikke mindst. Men efterfølgende er jeg blevet skuffet over min egen præstation, hvilket er lidt 'nederen'. Men skuffelsen kan muligvis være med til at give mig blod på tanden og til at gøre det bedre til næste år – måske.

Dagen efter nyder vi en hyggelig rotur ned ad Remstrup Å, ind i gennem et 'skjult' åløb til Avnsø og videre rundt i de små vige, hvor vi blandt andet får øje på en blå isfugl, der stryger 10 cm hen over vandet i fuld tempo – et flot syn. Naturen er som forventet uovertruffen.

Vi når tilbage til Danhostel, får hevet kajakkerne op på græsset, og kort efter kommer det skybrud, der ellers havde været udsigt til dagen i forvejen. Jeg synes ikke tit heldet er med mig, men denne gang har vejret i hvert tilfælde været det!

TdG kan kun anbefales, men jeg har lært, at der skal trænes, og at det ikke er nok bare at ro mange km. Der skal også andet pulstræning til, så som cykling eller løb, som kan styrke lunger og udholdenhed.

Ansvarshavende redaktør:
Karl Venzel Vejrup tlf: 40567376
Gyvelvej 12 B st.tv
4000 Roskilde

Indlæg til medlemsbladet kan sendes til
ovenstående adresse eller emails til:
karl.vejrup@gmail.com

Redaktionen forbeholder sig ret til at
redigerer i indsendt materiale.
Underlødige og injurierende indlæg
kommer kun i bladet såfremt redaktøren
finder dem morsomme og relevante.

Bestyrelsen:
Formand: Finn Petersen 43717113
Kasserer: Aksel Hadberg 46367384
Best.medl. Mads Jakobsen 46359015
Best.medl. Tom Søndergaard 30386241
Best.medl. Finn Roer Jensen 46564499

På RFK.'s hjemmeside: www.roskildekajakklub.dk kan
læses flere oplysninger om klubben f.eks. vores love,
kontingenter, navne på instruktører, mail adresser osv.
Interesserede kan læse om klubbens instruktionskursus
for nybegyndere. Webmaster er Finn R.

Roskilde kajakklubs kontonummer i Nordea:
Reg nr. 2905 – Konto nr. 2551457098

Kajakaktiviteter

28. Oktober: Roning kl 14:00 hvis vejret tillader det ellers går vi en tur.
Stander strygning kl 17:00 med kokos toppe og bobler
Festen starter så småt op kl 18:30 vi samles og får et lille glas inden vi
spiser. Prisen for festen er kr 150,00 pr. person og du er velkommen til
at tage din ledsager med. Der vil være vin, øl og vand med i prisen...
Tilmeldingsfrist d 19 oktober

12. november Klubtur Vi mødes på havnen kl 10.00 og læsser kajak-
ker på vores biler og kører et sted hen og ror hvor der er læ på dagen. Af
hensyn til planlægningen vil det være godt at få en tilbagemelding om
du er interesseret i at deltage og om du evt. kan
have hajakker med..

Gløggaften...datoen ligger ikke fast endnu, men I hører mere på mail,
opslag i klubben, og så kommer det på hjemmesidens kalender.

Nytårs-roning??? Redaktøren har ikke hørt noget officielt de, men
mon ikke nogle af de friske kajakroere mødes først på eftermiddagen
for at ro en lille tur og ønsker hinanden godt nytår.

8 marts 2018 Generalforsamling i klubben...Kontakt bestyrelsen in-
den nytår, hvis du har et forslag en ide eller noget andet på hjertet der
skal op på forårets general forsamling.