

# ***Nyhedsbrev til alle kajak interesserede i Svendborg Senior Idræt***

I 2023 kan du komme med til flere nye kajakkurser, events og hold.

I marts afholdes de første to kurser i svømmehal med fokus på vandtilvænning og sikkerhed, hvor der øves i selv- og makkerredning ved kæntring. I maj startes der faste ugentlige hold op og i juni måned, er der planlagt to begynderkurser.

## **Svendborg Senior Idræt får egne kajaker**

I vinterens løb er der søgt om donation fra flere fonde, til indkøb af egen kajaker til foreningen. Det er dejligt at kunne fortælle, at vi har fået tilsagn om donation til køb af 3 kajaker fra Albani Fonden samt 3 kajaker fra Velux Fonden. Der er søgt om donation til yderligere 2 stk. kajaker, og her afventer vi svar.

## **Her sejler vi ud fra**

Planen er lige nu, at vi starter op med 6 nye kajaker ca. 1. maj. Via vores samarbejdspartner LifePlan Kajak og Friluftsliv med butik på Østre Havnevej 47, kan vi til enhver tid leje ekstra kajaker, hvis det bliver nødvendigt. Opbevaring af kajakerne vil foregå i LifePlan 'Kajak Motel' på Østre Havnevej 43, ved tidligere Kelloggs og kun et stenkast fra nyanlagt kajakbro og isætningssted i Frihavnen overfor 3F bygningen. Der er mulighed for omklædning, men der er ikke bad og toilet. Den udfordring er desværre ikke løst, så man må tage sine forholdsregler hjemmefra og eventuelt møde op omklædt. Det er et stort aflåst lagerrum, med stativer til opbevaring af kajaker og udstyr, og der ligger måske 50 andre privat ejede kajaker.

## **Gruppe for kajakinteresserede**

Der er oprettet en særlig '*kajak-interesse-gruppe*' på foreningens hjemmeside. Gruppen er for dig der er interesseret i at blive løbende orienteret om nyheder, opstart af hold, event, kurser, tilmeldingen osv. Det kræver ikke at man er medlem af foreningen og det er gratis at melde sig til.

Her tilmelder du dig gruppen: [Kajak interesserede](#) .

Det er uforpligtende og du kan til enhver til melde dig ud af gruppen igen, ved at skrive en mail til [svsi.tlf@gmail.com](mailto:svsi.tlf@gmail.com) . Det er med stor gælder at se, at de første allerede har været ind på hjemmesiden og har tilmeldt sig gruppen.

## **HJÆLP – VIL DU VÆRE MED TIL AT STARTE KAJAKAKTIVITETERNE OP?**

Der er meget forberedelse og planlægning, med opstart af denne nye aktivitet, og Per Størting (kasserer og bestyrelsesmedlem samt kajak-ansvarlig i SVSI), der har lavet fondsansøgninger og aftaler med LifePlan, søger kontakt med en eller flere kommende roere, der på frivillig basis, har lyst og interesse i at være med som tovholder, og udvikle dette spændende kajakprojekt, i samarbejde med hele kajak-gruppen og foreningens øvrige holdledere og udvalg. Hvis du er interesseret så venligst kontakt Per på mail [pstoerling@gmail.com](mailto:pstoerling@gmail.com) – han er klar til et kaffemøde og snak om planerne og opgaverne.

## FORELØBIGT PROGRAM FOR 2023:

**12. + 19. marts**, kursus i vandtilvænning og sikkerhed med egen- og makkerredninger, i lille svømmehal ved biograf, begge dage kl. 12:30-15:30. Det er en fordel hvis man har deltaget på et begynderkursus, men ikke et krav.

**4. + 18 juni**, begynderkursus (IPP 1), foran Hotel Christiansminde, begge dage kl. 09:00-13:00. Det er et krav at man kan svømme.

**Start maj – september:** Faste kajakhold á 3 timer flere gange ugentligt (nærmere information kommer).

**Efterår 2023:** IPP2-kursus (for dem der har taget IPP 1 og har fået lidt træning i løbet af sommeren). Nærmere information følger.

*Omkring uddannelse og kurser, følger vi de officielle normer og standarder, der er fastsat af "Dansk Kano og Kajakforbund", og de kompetencer som de fokuserer, på kan ses i nedenstående skema.*

Tilmelding til kurser i svømmehal, vil blive åbnet for tilmelding (via hjemmesiden) senest medio februar. Nyhedsbrev sendes ud ca. 1. februar med besked. Alle kurser arrangeres i samarbejde med LifePlan Kajak og Friluftsliv, der kommer med certificeret kajak instruktør og alt nødvendigt udstyr.

**Kajak sæsonen er på 5 måneder fra primo maj til slut september.** Vi ønsker at gøre en forskel fra de almindelige roklubber, ved at skabe fællesskab via deltagelse på faste hold, hvor alle 6 kajakker kommer ud på vandet sammen. *Fællesskab, sammenhold, sikkerhed og tryghed.*

For at deltage på et fast kajak-hold skal du være medlem af Svendborg Senior Idræt. Årskontingentet koster 200 kr. Herudover betales et beløb for kurser eller faste kajakhold.

Når du er medlem af foreningen, kan du også deltage i mange gratis aktiviteter samt melde dig på motionshold – inde og udendørs. Alle hold og aktiviteter kan du se på hjemmesiden [www.svsi.dk](http://www.svsi.dk)

Har du spørgsmål, kan du altid skrive til os på e-mail: [svsi.tlf@gmail.com](mailto:svsi.tlf@gmail.com) eller ringe på tlf.: 22925700 mandag, onsdag og fredag kl. 10-12.

Vi glæder os til at se dig til træning og fællesskab på vandet 😊

Send gerne denne mail videre til dine venner og bekendte, der kan have interesse i at ro kajak.

## Oversigt over uddannelse og kompetencer fra Dansk kano og kajakforbund

Overordnede IPP-kompetencer :					
	IPP 1	IPP 2	IPP 3	IPP 4	IPP 5
<b>Niveau</b>	Nybegynder	Øvet	Kompetent	Erfaren	Ekspert
<b>Rolle</b>	Roer	Medlem af en gruppe, der ledes	Medlem af en gruppe af jævnbyrdige	Turleder / aktivitetsleder i en gruppe af jævnbyrdige	Turleder / Aktivitetsleder
<b>Beslutningsdygtighed</b>	Afhængig af andre	Forståede af andres beslutninger	Selvstændige beslutninger	Selvedelse	Selvedelse
<b>Tekniske færdigheder</b>	Kan padle i forskellige retninger	Rimelig kontrol gennem Boat Body Blade	Kan padle med eget / kendt udstyr	Er effektiv i eget / kendt udstyr	Kan tilpasse sig effektivt til nyt udstyr / nye situationer
<b>Egen sikkerhed</b>	Kæntre uden panik, arbejde i vandet	Udføre en assisteret redning og genindstigning med hjælp	Udføre selvredning	Rulle / Indstigning i båd på dybt vand alene	Rulle / Indstigning i båd på dybt vand alene i hårde betingelser
<b>Sikkerhed gruppe</b>	Bevidst om personlig sikkerhed	Bevidst om egen og andres sikkerhed	Bevidst om gruppens sikkerhed	Kan varetage gruppens sikkerhed	Kan varetage gruppens sikkerhed
<b>Udstyr</b>	Kan bruge udleveret udstyr	Kan identificere specifikt materiel / udstyr	Kan vælge udstyr tilpasset situationen	Kan ro i forskelligt udstyr i de relevante forhold	Kan ro i forskelligt udstyr i de relevante forhold
<b>Miljø</b>	Generel bevidsthed om omgivelserne	Grundlæggende viden om og interaktion med omgivelserne	Grundlæggende viden om og interaktion med omgivelserne samt forståelse af konsekvenser	Tager beslutninger med en plan ud fra forholdene	I stand til at udforske nye områder med respekt for forholdene og miljøet