



## KLUBBAKTIVITETER 2006

Följ hemsidan för senaste nytt: <http://www.fridhemskanotisterna.se/>

- Styrelsemöten 18/1, 15/2, 15/3, 19/4, 17/5, 14/6, 16/8, 13/9, 18/10
- Kanotuthyrning lördagar och söndagar start 13/5 (09:00 - 17:00)
- Vårtur: 21/5
- Första övernattningssturen: 3-4 alt 3-6/6
- Stockholmscupen 15/6
- Veckotur: V30 eller V31
- Helgtur: 2-3/9
- Höstdag, KM: 30/9
- Tisdag och torsdagspaddlingar start 15/5 resp. 17/5 18.15
- Kursverksamhet vecka 21-35 (N1 + N2 fulltecknade)
- Provpådag (Öppet för alla med flera instruktörer, annonseras)
- Årsmöte: onsdag 8/11
- Luciapaddling: 13/12
- Och så lite fester förståss (grillfest, surströmming ni är välkomna med idéer)  
\* = Gymmet ej tillgängligt

## Medlemskap ☺

För att delta i klubbens aktiviteter, hyra kanoter till rabatterat pris eller hyra kanotplats/stå i platskö, behövs ett medlemskap. Ansöka gör du genom att fylla i och skicka in Medlemsansökan.

Förutsättning för att nybörjare skall få medlemskap är att du deltar i någon av de under säsongen schemalagda nybörjarkurserna (platstillgång är begränsad). Kan du paddla krävs att paddlingskunskaperna bevisats alternativt att en referens intygar paddelkunskaperna, därefter betalas medlemsavgiften.

## Avgifter -06

	Medlemsavgift	Säsongsmedlem	Kanotplatsmedlem	
Vuxen	350:-	800:-	650:-	+ helgtjänst
< 16år	200:-			

I avgiften för säsongs och kanotplatsmedlem ingår medlemsavgiften. PG 35 11 39-1

## Uthyrning ☺

Sommarens öppettider (2006) lördagar och söndagar kl.09:00-17:00 13:e maj t.o.m. 17 september.  
Ingen uthyrning midsommarhelgen (24-25/6).

- Endast medlemmar kan hyra för längre perioder än en dag.
- Icke-medlemmar kan endast hyra under maximalt en heldag och endast utgående från klubbens brygga.
- Icke-medlemmar kan endast hyra kajak då uthyrningen har öppet.

Kanot-typ	2 timmar		Heldag		Helg*	Vecka**
	Icke medlem	Medlem	Icke medlem	Medlem	Medlem	Medlem
Kåre K1	80	60	160	120	260	-
Havskajak K1 & VKV Lisa	110	80	200	150	340	560
Havskajak K2	150	110	300	225	450	750

\* För medlemmar som inte har egen nyckel sker återlämning lö/sö mellan 9-17 (helguthyrning)

### Helguthyrarlistan i klubblokalen (Kanutplatsmedlem)

Listan för helgtjänsten/uthyrningen 2006 är uppsatt på klubben.

### Träningsgruppen ☺

Vi tränar i gymmet tisdagar och torsdagar klockan 18.00. **Vi ser gärna att flera ansluter sig till oss!** Träningen anpassas till individen och har du bara lite paddel- och träningsvana så kan du vara med. Du behöver alltså inte behärska ranka kajaker och wingpaddel till att börja med men vi hoppas att du har ambitionen att lära dig. Teknikträning kommer därför att läggas in i passen. Målet är att klubben skall bygga upp en levande tränings/tävlingsverksamhet där vi hjälper och sporrar varandra. Inom gruppen finns det kompetens och kunskap inom både paddelteknik och uppbyggande träning som vi gärna delar med oss av.

### Tävling ☺

Träningsgruppen tänkte även i år ställa upp i diverse tävlingar som arrangeras i Kanotsverige. Dom tävlingar som är aktuella i dagsläget är: Norrviken runt, Täljerakan samt såklart Stockholmscupen. Informera Hannes om du är intresserad av att följa med så försöker vi ordna logistiken.

### Turer ☺

Klubben kommer under säsongen försöka intressera fler att vara med på vår turverksamhet och kommer därför att köra en övernattningsstur i mellanskärgården där klubben hjälper till med utrustning. Är du intresserad hör av dig till Gunnar.

### Utökade kvällspaddlingar nu tis och torsdagar (16/5-14/9) ☺

På Tisdagkvällar kör vi allt från normala turer i hyfsad fart till långa turer i god fart (ex. Kungsholmen runt) På Torsdagkvällar anpassas hastighet och turlängd vid behov till ovana (som har genomgått nybörjarkursen) och långsampaddlare men om inga speciella behov föreligger kan det bli medellånga turer i god fart. Under turen går vi iland på lämpligt ställe och tar en ordentlig fikapaus med tillhörande social samvaro. Matsäck tas med efter eget huvud. Turpaddlingen startar kl 1815 (i vattnet, klar för avfärd) utanför Fridhems brygga där ledaren hälsar deltagarna välkomna och talar om vad turen ska gå.

### Kursverksamheten 2006 ☺

Klubben kommer även denna säsong att anordna nybörjar- och fortsättningskurser. I skrivande stund finns platser lediga på följande kurser: v26-27 (F1), v28-29 (N3), v32-33 (F2) och v34-35 (N5). För intresserade hör av er på [kurs@fridhemskanotisterna.se](mailto:kurs@fridhemskanotisterna.se).

### Klubbens lokaler ☺

Rent materiellt så har köket fått en ny kyl, mikrovågsugn, kaffebryggare och bastun ett nytt aggregat. På vårdagen blev det rent och fint i och utanför klubbens lokaler.

### Fridhemskanotisternas anslagstavla (bulletin board)

Det blev ingen succé för klubben BB, anslagstavla på hemsidan men vi kör vidare. Här kan du via ett antal forum utbyta information om följande; allmän diskussion, familjepaddling, havspaddling, tävling/träning, köp/sälj. Här kan du annonsera turer sälja din kanot osv. Läs mer på webben.

**Ni som har ny adress**, meddela via e-post: [info@fridhemskanotisterna.se](mailto:info@fridhemskanotisterna.se)

eller skriftligt till: Fridhemskanotisterna, Klubbensborgsstigen, PL 4, 129 39 Hägersten. Vid uppfarten till Klubbensborg finns en brevlåda märkt "Fridhemskanotisterna" som du också kan använda. Tyvärr glömmer några av oss att informera klubben om ändrad adress.

**Din e-post adress och e-post från klubben** administrerar du själv via hemsidan se adress nedan, alt skickar din information till [info@fridhemskanotisterna.se](mailto:info@fridhemskanotisterna.se)

<http://www.fridhemskanotisterna.se/medlemmar/nyhetsbrev.html>

**Ni som inte har e-post eller inte vill vara med på våra e-postlistor** måste besöka klubbhusets anslagstavla för att informera er om vad som händer. Paddelbladet kommer bara ut två gånger denna säsong.

## Styrelsen 2006

Ordförande	Gunnar Lindström	08-750 46 40 070-3153954
Vice ordförande	Ingvar Magnusson	08-97 24 90
Kassör	Hans Carlsson	08-716 47 70
Sekreterare	Regina Wangerud	08-659 8318
Ledamot	Barbro Olsson	073-921 87 64
Suppleant	Bo Gernandt	08-744 35 36
Suppleant	Hannes Sterner	08-464 7304

Dessutom:

<b>Tisdag/torsdags träningar</b>	Hannes Sterner	073-6276157
<b>Medlemsregistret</b>	Gunnar Lindström	
<b>Turverksamhet</b>	Gunnar Lindström	
<b>Helgtjänstgöring</b>	Bo Gernandt	
<b>Kanotplatser och kodkort</b>	Barbro Olsson	
<b>Kursverksamhet</b>	Leif Hedström	0734-382972 <a href="mailto:kurs@fridhemskanotisterna.se">kurs@fridhemskanotisterna.se</a>

**Telefonnumret** till både kansli med tfn-svarare och klubbрум är **97 20 51**. och vår postadress är Fridhemskanotisterna, Klubbensborgsstigen, PL 4, 129 39 Hägersten.

Väl mött, styrelsen!