

## Information till turansvariga

Denna text är tänkt att vara en handledning för de som arrangerar turer i Fridhemskanotisternas regi.

1. Senast 14 dagar innan turen, gärna längre innan, gör ett inlägg på bloggen och beskriv datum och tid för ”förträff”, tänkt paddlingstid, svårighetsgrad mm. Se förslag längst bak i detta dok.
  - a. Maila webbansvarig (Alar) så att länkar ihop webb-infon med blogg-infon.
  - b. Boka släpvagnen ifall det behövs (bättre att boka än att stå utan), bokning sker genom att maila någon/några i styrelsen och be dem boka (de har en lista i kansliet).
2. Genomför förträffen
  - a. För ”lätt tur” kolla checklistan för lätt tur.
  - b. För ”tur för vana paddlare” kolla checklistan för den.
3. Genomför turen.  
**Tänk på säkerheten. Lyssna av övriga deltagare. Ha kul! Njut av paddlingen!**
4. Efter turen får ni gärna skriva en text lägga ut på webben med några fina bilder.
  - a. Maila webbansvarig (Alar) om detta.
  - b. Lägg gärna ut en ”kommentar” till blogg-infon om vilken fin tur ni hade!

## Checklista tur för vana paddlare

Förträff - Kontrollera

- Så att alla är vana paddlare
- Att alla har kajaker och de som ska hyra har bokat.
- Att ni har bil och kajakplats till alla. Behöver ni ta släpvagnen se till att boka den. Maila Johan Alander för nyckel mm.
- Bestäm turen – start – sträcka mm – låt vädret påverka turvalet.
- Att allt med mat, tält mm är ok.

Vid paddelstart – Ta med

- Kajak, paddel, flytväst, kapell - till alla
- 2 x flottörer, 2 x pump, 1 x extrapaddel, 1 x förstahjälpen kit, ev komradio (finns i instruktörsskåpet)
- Minst två kartor på gruppen samt ev guidebok.
- Minst en FM-radio på gruppen

## Checklista lätt tur

Förträff - Kontrollera

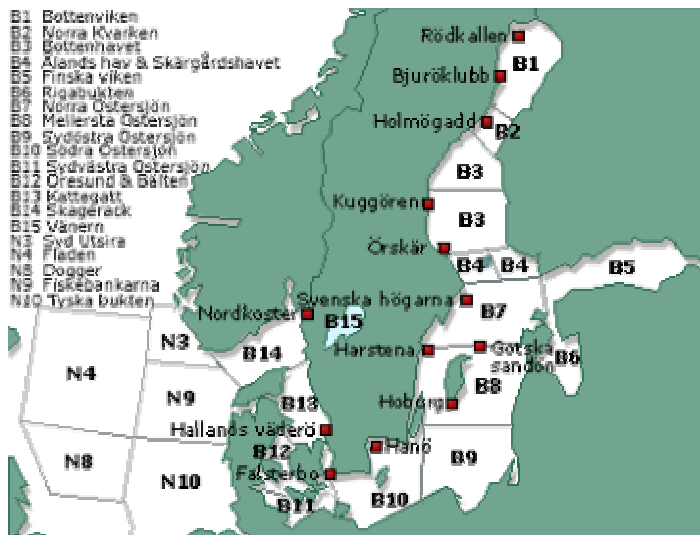
- Så att alla har gjort nybörjarkurs (eller motsvarande) och att de paddlat minst en Tisdag eller Torsdag tidigare under säsongen.
- Att alla har kajaker och de som ska hyra har bokat.
- Att ni har bil och kajakplats till alla. Behöver ni ta släpvagnen se till att boka den. Maila Johan Alander för nyckel mm.
- Bestäm turen – start – sträcka – antal dagar – låt vädret påverka turvalet.
- Kolla att alla har tält, sovsäck, liggunderlag/luftmadrass.

- Kolla att alla är ok med vilken mat de ska ta med.
- Om det finns specifika önskemål på det, så gå igenom:
  - Navigering och turplanering
  - Väder/väderrapporter  
P1 kl 05:55, 07:55, 12:54, 15:55, 21:50 (5 min långt).
  - Packning – vad man behöver ha med sig på en tur.  
Referera gärna till <http://www.utsidan.se/cldoc/112.htm>
  - Mat, matförslag, vad som är lämpligt (eller inte lämpligt) att ha med sig på en tur. Kolla att alla är överens om hur länge ni tänkt paddla, och ha med extra mat ifall ni blir inblåsta.
  - Vatten: 3,5 liter per dag.
  - Övrigt enligt önskemål från turdeltagarna.

#### Vid paddelstart – Ta med

- Kajak, paddel, flytväst, kapell (ev. paddelhandskar) - till alla
- 2 x flottörer, 2 x pump, 1 x extrapaddel, 1 x förstahjälpen kit, ev komradio (finns i instruktörsskåpet)
- Minst två kartor på gruppen samt ev guidebok.
- Minst en FM-radio på gruppen.
- Kolla att alla har med sig: Tält, sovsäck, liggunderlag/luftmadrass, mat, kläder (minst ett ombyte) och vatten.

## Karta över områden för sjöväder samt fyrar



## Förslag på inlägg på bloggen – grad 1

### Lätt tur 5-6:e Juli

Hej och Välkomna till paddling!

Jag/vi räknar med att kunna genomföra en tur under denna helg, om vädret är bra vill jag åka redan på Fredagen, men det är väl lite beroende på just vädret, men även deltagare mm.

Områdesval är inte gjort så att ni får gärna återkomma med förslag på platser ni vill paddla på. Det behöver i varje fall vara en lätt tur.

Exakt turomfattning, starttid och start plats, turlängd mm bestämmer vi på förträffen på Onsdag den 2:a Juli klockan 18:30 på klubben. Finns det behov så tänkte jag även gå igenom lite navigering, väder/väderrapporter, packning mm, det som ni tycker är nödvändigt, ange detta i anmälan.

Turen kommer att genomföras som en s.k. kamrattur, den genomförs som en "lätt tur", se mer på långfärdssidan.

Anmälan till turen via mail till x.y@mail.com, ange namn, mailadress, telefon, mobiltelefonnr, om ni har tillgång till bil (och om ni kan ta kajaker på den).

Välkomna hälsar /Johan

## **Förslag på inlägg på bloggen – grad 2-4**

---

### **Paddling 2-4:e Maj**

Hej och Välkomna till paddling denna helg!

Jag räknar med att kunna genomföra en tur under helgen. Områdesval är inte gjort så att ni får gärna återkomma med förslag på platser ni vill paddla på.

Exakt turomfattning, starttid och start plats, turlängd mm bestämmer vi på förträffen på Tisdag den 29:e April klockan 19:00 på klubben.

Turen kommer att genomföras som en s.k. kamrattur.

Anmälan till turen via mail till x.y@mail.com, ange namn, mailadress, telefon, mobiltelefonnr, om ni har tillgång till bil (och om ni kan ta kajaker på den).

Hälsar /Johan

## **Förslag på startplatser**

---

- Löknäsvarvet vid Sollenkroka (Värmdö), Klubben har nyckel, kontakta Gunnar Lindström för info. 70 kr/dygn., Glöm inte lägga en lapp i fönstret om att du är från Fridhemskanotisterna.
- (under bearbetning)