



Hej på er!

Än så länge går det fortfarande att paddla, fantastiskt!

Årets första tävling kommer dessutom att bli redan 15/3, RM i paddelmaskin på vildmarksmässan. Så det blir inte mycket till säsongsuppehåll. Bassängträningarna håller på för fullt och vi har lyckats boka in en Temakväll med Johan Tell 23/4.

Vi i styrelsen sitter och knäpar ihop den kommande säsongen så gott vi kan.

Om du som medlem sitter med någon idé om aktiviteter eller annat kul, så hör gärna av dig!

Med vänlig hälsning

Jesper Tornebjerg - Ordförande

## Datum att lägga på minnet

Bassängträning	20 jan, 10 feb, 2 mar, 16 mar kl 17.15
Föreläsning av Johan Tell	23 april
Helgtjänstlistan sätts upp	16 april
Helgtjänstlistan tas ned	10 maj
Vårdag (och vårfest?)	10 maj
Uthyrningsperiod	24 maj till 14 september
Examinationstillfällen	14 maj och 12 juni
Höstdag + KM	27 Sep
Årsmöte	5 nov
Luciapaddling	13 dec kl 16.00

Styrelsemöten 12 mar, 16 april, 14 maj, 11 juni, 13 aug, 17 sep, 15 okt

## Föreläsning av Johan Tell - 100 sätt att rädda världen 23 april

Förutom att Johan Tell är paddlare och medlem i vår klubb är han också författare och krönikör. Han har bland annat skrivit boken "100 sätt att rädda världen" i vilken han precis som titel säger 100 sätt att rädda världen, hur du som vanlig medmänniska kan bidra till en hållbar utveckling av vår planet.

Johan har lovat föreläsa för oss den 23e april och alla medlemmar är hjärtligt välkomna gratis.

Föreläsningen hålls på klubben kl 18.00.

Ta gärna en till på Johans hemsida [www.johantell.se](http://www.johantell.se)

## Vårdag och vårfest? 10 maj

Den 10e maj är det dags för vårdag=vårfixning på klubben!

Förutom allmänt städande kommer vår hustomte Mats kommer ha en lista på sånt som ska fixas och donas med ☺ Efter fix och städ har vi vårfest ☺

## Dags att förnya ditt medlemskapet ☺

Med detta paddelblad får du också ett inbetalningskort. Uppgifterna är hämtade från förra årets register. Ursäkta om fel uppstår, men betala bara in den summa som är korrekt och uppge vilket fakturanummeroriginalet har. (se avgifter nedan)

Säsongen för Fridhemskanotisterna startar 1/4 och löper till 31/3 påföljande år.

Besked rörande ev. kanotplats för säsongen kan tidigast ske under april då inventering sker. För att stå i kanotplatskö måste du vara medlem.

Vill du inte ha kvar din kanotplats skall den sägas upp och kanoten **flyttas före 1:a april**.

Obs !! Fungerar inte ditt kodkort f.o.m april beror det säkert på att du inte betalt medlemsavgiften.

## Avgifter -08

	Medlemsavgift	Säsong medlem	Kanotplats medlem
Vuxen	350:-	800:-	650:- + helgtjänst
< 16år	200:-		

För nya medlemmar tillkommer en kursavgift på 350kr. I avgiften för säsong- och kanotplatsmedlem ingår medlemsavgiften. PG 35 11 39-1

## Viktigt - Fakturainfo!

Tryckfelsnissie har varit i farten när fakturorna trycktes ut ☹  
Sista betalningsdag av fakturan är 31 mars 2008 och inget annat!  
Vill du **inte** vara med längre slipper du att betala.

## Helgtjänsten (gäller medlemmar med kanotplats)

Även i år kör vi samma system som infördes förra säsongen.

D.v.s: senast på vårdagen (10/ 5) måste du ha skrivit upp dig på helgtjänstlistan som sätts upp den 16 april i klubbhuset på anslagstavlan. Missar du det, kommer istället en räkning på 1000 kr som betalning för din kanotplats. Normalt jobbar du av denna summa. Skriv upp dig i tid! Det kommer ingen ytterligare påminnelse eller utskick.

För dig som ska göra tjänsten på annat sätt, t.ex. instruktör, anmäler det till styrelsen senast på vårdagen.

**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.

Du kan kolla din adress på **förbundets hemsida under fliken medlemsöversikt**.

<http://www.svenskidrott.se/a/fridhemskanotisterna>. Välj roll "medlem" lösenord "sailor". Till denna adress skickas tidningen PADDLING.

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

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

## Bassängträning

Bassängträning för medlemmar där vi övar evakuering, kamraträddning, egen uppgång och eskimåsvängar såklart! Västertorpshallen 18:00-20:00. Vi ses dock på klubben 17:15 för lastning. Antalet platser är begränsat, först till Jesper får plaska.

Anmälan till [jesper@fridhemskanotisterna.se](mailto:jesper@fridhemskanotisterna.se) Glöm inte ställa in P-skivan. Välkomna!

## Vill du bli instruktör?

Sedan tre år tillbaka får alla som är nybörjare och vill bli medlemmar i vår klubb lära sig paddla från grunden genom en kurs som består av fyra tillfällen på respektive tre timmar. För att kunna fortsätta med denna policy kommer vi att behöva utbilda nya och vidareutbilda gamla instruktörer.

Vill du bli instruktör? Meddela det till styrelsen senast på vårdagen den 10 maj.

## Kvällspaddlingar på tisdag och torsdag ☺

Vi fortsätter med våra populära tisdags- och torsdagspaddlingar. Vill du hjälpa till, hör av dig till Ulf, [ularsson@bahnhof.se](mailto:ularsson@bahnhof.se).

## Kursverksamheten 2008 ☺

Klubben kommer även denna säsong att anordna nybörjar- och fortsättningskurser. För intresserade medlemmar som förnyar sitt medlemskap går det bra att anmäla sig till fortsättningskurs fr.o.m. vecka 14 via e-post på [kurs@fridhemskanotisterna.se](mailto:kurs@fridhemskanotisterna.se). Preliminärt kursprogram: v21-22 (N1), v23-25 (N2), v25-27 (F1), v27-29 (N3), v29-31 (F2).

## Havskajakkurser

Kurserna har som mål att ge paddlaren trygghet och bättre färdighet i att manövrera havskajaken. Passa på att träna under kontrollerade former. För mer information läs Kursbeskrivningar som finns på nätet [http://www.fridhemskanotisterna.se/om\\_fridhem/instruktion.html](http://www.fridhemskanotisterna.se/om_fridhem/instruktion.html) ([Kursbeskrivningar 2008.pdf](#))

## Tävling ☺

Träningsgruppen tänkte även i år ställa upp i diverse tävlingar som arrangeras i Kanotsverige. Dom tävlingar som är aktuella i dagsläget är: Kanotmaraton samt tävlingarna i Stockholmscupen. Informera Hannes om du är intresserad av att följa med så försöker vi ordna logistiken. Stockholmscupen består av roliga, enkla och gratis tävlingar i Stockholmsområdet som arrangeras av Fridhemskanotisterna tillsammans med andra lokala klubbar. Mer info kommer dyka upp på [www.arnstrom.org](http://www.arnstrom.org) under träningsfliken.

## Turer - Långfärdsverksamhet

Vi har ännu ingen ledare för långfärdssektionen, men detta innebär inte att det inte finns medlemmar som gillar att ta en sväng i Skärgården när det börjar grönska ☺ Vi träffas över en fika på klubben den onsdag den 2:a april kl. 19:00 och ser om vi kan organisera någon tur, eller bara för att få paddelkompisar att komma ut spontant med via bloggen eller på annat sätt i sommar. Även nybörjare är välkomna.

Fridhemskanotisterna | 08-97 20 51 | PG 351139-1 | Hemsida <http://www.fridhemskanotisterna.se>

## Bloggen ( Tidigare forumet)

Vi har en blogg=du har en blogg! Och den blir bäst när den används☺

- Fråga! om du undrar över något, någon som vill paddla? Vilken paddel? Varför flottör? Träningstips, motivationstips
- Berätta när du varit och haft en bra, dålig, konstig eller annan typ av paddelupplevelse som du vill dela med dig av.
- Klaga! När något inte är som det borde.
- Ge beröm! När något är bra eller något gjort något bra.

Det finns massor att blogga om och ju mer det bloggats desto bättre blir vår blogg!

Bland annat kommer tävlingsgruppen använda bloggen till att kommunicera träningstider, koordination av kanoter och bilar inför tävling etc.

Så kom igen! Dela med dig av dina frågor, svar, tips, klagomål eller berätta om dina schyssta paddeltur i vinterstockholm☺

## Parkering

Som ni säkert märks byggs det nya hus där i backen med till klubben.

För vår del betyder det att vi inte kan parkera där längre. Hur det kommer bli med parkering i framtiden har vi inte fått något besked om.

## Styrelsen 2008

Ordförande	Jesper Tornebjerg	08-724 14 24
Vice ordförande	Bo Gernandt	0707-34 56 79
Kassör	Åsa Wästerby	08-744 35 36
Sekreterare	Hannes Sterner	08-464 73 04
Ledamot	Barbro Olsson	08-740 19 03
Suppleant	Aron Eriksson	073-950 23 38
Suppleant	Jessica Nieminen	070-668 99 98