

NYHEDSBREV

APRIL 2013



Indholdsfortegnelse

Indkaldelse til standerhejsning og medlemsmøde.....	2
Beretning fra vintersæsonen.....	3
<i>Renoveringen.....</i>	3
<i>Motion- og styrketræningen.....</i>	3
<i>Ergometermesterskaber.....</i>	3
<i>DM i ergometer.....</i>	3
<i>HvK's ergometer klubmesterskab.....</i>	3
<i>Reglementer.....</i>	4
Fra Husmanden.....	4
<i>Renovering af bade og omklædningsrum.....</i>	4
<i>Kalender for arbejdsdage i HvK.....</i>	5
Kommende sæson.....	5
<i>Parkering ved klubhuset.....</i>	6
Hjemmesiden.....	6
Regnskab.....	7
Alkoholpolitik.....	9
Dopingpolitik.....	10
Roning om vinteren.....	11
<i>Død på grund af kulde.....</i>	11



Indkaldelse til standerhejsning og medlemsmøde

Herved indkaldelse til det årlige medlemsmøde samt standerhejsning **onsdag d. 24. april 2013**. Indholdet ifølge lovenes §16:

Standerhejsning afholdes i marts eller april måned. I forbindelse med standerhejsningen afholdes medlemsmøde, hvor det reviderede regnskab for foregående år samt bestyrelsens planer samt budget fremlægges. Datoen for standerhejsningen varsles medlemmerne mindst 10 dage før afholdelsen efter retningslinjerne i §14 stk. 1.

Klubben er vært ved en enkel anretning, og vi håber at se rigtig mange af jer.

HvK's bestyrelse



Det var en lang vinter...

Beretning fra vintersæsonen

Renoveringen

Som bekendt blev det besluttet, at bade- og omklædningsrummene skulle ændres, så kvinderne fik bedre plads, og vi fik stoppet den begyndende råd i herrernes baderum.

Fornuftigvis skulle dette foregå i vintersæsonen, da det var forudsigeligt, at det ville påvirke mulighederne for at kunne træne: Besværligt at klæde om og ubehageligt at undvære bad.

Der er blevet puklet vinteren igennem, og ved indvielsen af de nye rum blev de personer, der på enestående vis har bidraget med arbejde, blevet takket. Endnu engang: Tak til alle jer, der har givet et nap med.

Men udover renoveringen af rummene, har vi fået nyt ventilationssystem, som starter automatisk. Det er altså nu helt unødvendigt at åbne vinduer og døre!

Der er i øvrigt lagt ny isolering på loftet, og dette skulle meget gerne kunne ses på varmeudgifterne fremover.

Vi er dog ikke helt færdige, men størstedelen af det arbejde, der skal udføres for at få et smukt hus, ude som inde, forventer jeg udføres af os medlemmer. Der vil løbende blive opslået lister med arbejde, man kan melde sig til.

Chris, Bo

Motion- og styrketræningen

Traditionen tro er dette foregået på Langhøjskolen tirsdage i vintersæsonen. Mette Stenberg Larsen har atter i år stået for træningen, som har været velbesøgt. Deltagerne takker for Mettes kompetente indsats.

Chris

Ergometermesterskaber

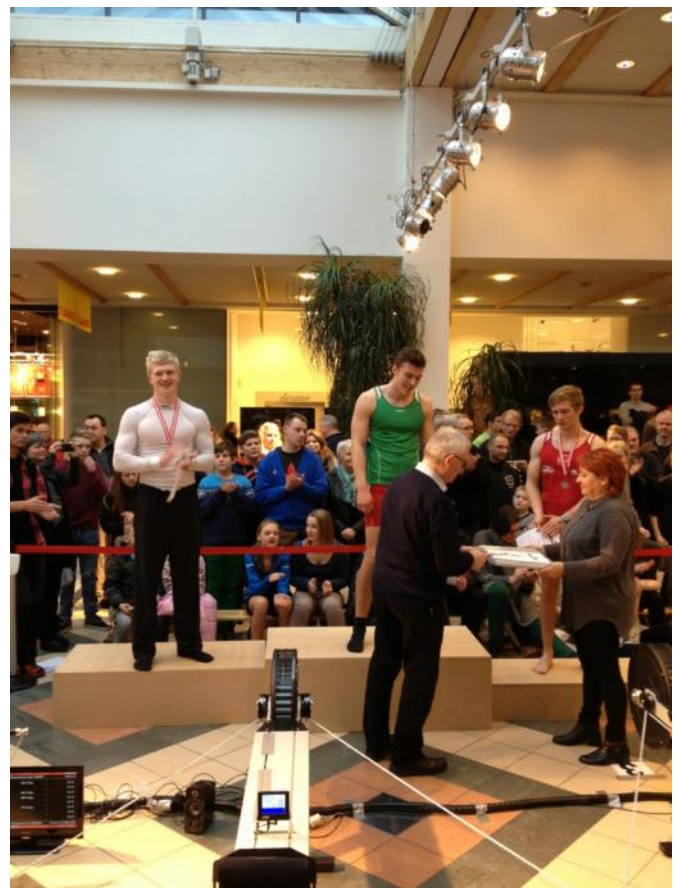
DM i ergometer

Vinteren har været lang og hård, og når vandet er ”uroeligt” må man ty til tør-roning. ...

Hvidovre Kajakklub gjorde god profil ved DM i ergometerroning i januar, hvor Jan Skou vandt sølv over 200 m for seniorer (+55), ligesom Egil Husum for masters (35-40). Jan sikrede sig også en 4. plads i 1000 m i løbet for seniorer (+55).

Emma stillede op i to distancer for dame seniorer, og i 200 m blev hun nr. 4, hvorimod hun vandt gulv i 500 m distancen.

Jakob stillede også op i to løb i U18 mænd, og han sikrede sig en sølvmedalje i 200 m og bronze i 1000 m. Magnus Sibbersen sikrede sig sølv i 500 m for drenge U12.



HVK's ergometer klubmesterskab

D. 2. marts afholdt klubben klubmesterskaber i ergometerroning. Der var mange tilmeldte, og det var en god dag. Der var sørget for gode og varme præmier (langærmede trøjer med påskriften ”klubmesterskaber 2013”). Resultatlisten kan ses på hjemmesiden.

Stor tak til arrangørerne af klubmesterskaberne; det er sådanne arrangementer, der er med til at skabe god stemning i klubben, og det er dejligt at

tænke på at *klubmesterskaber i ergometerroing fremover foregår hver første lørdag i marts.*



Johanna

Reglementer

Følgende reglementer er for tiden gældende for HvK, og de kan findes på vores hjemmeside:

<http://www.hvidovrekajakklub.dk/klubben/regler-og-vedtaegter>

Af reglementer er der følgende:

- *alkoholpolitik.pdf*
- *behandling_persondata.pdf*
- *Brug_af_HvK_til_div_arrangementer.pdf*
- *Baadpladsreglement_HvK.pdf*
- *Baadreglement.pdf*
- *bådudvalgets_arbejde.pdf*
- *dopingpolitik.pdf*
- *fredningsbestemmelser_kalveboderne.pdf*
- *fuldbefarent_medlem.pdf*
- *Love_for_Hvidovre_kajakklub_311012.pdf*
- *Noeglereglement.pdf*
- *Ordensreglement.pdf*

- *Samvaersreglement.pdf*
- *Sikkerhedsreglement.pdf*

Vedtægterne og reglementerne er gældende for klubbens virksomhed, og udarbejdes af bestyrelsen.

Der er to forholdsvis nye, nemlig *alkoholpolitik* og *dopingpolitik*. Det er en forudsætning for at modtage tilskud fra Hvidovre Kommune, at vi har udarbejdet politikker netop vedrørende disse to emner. I bedes orientere jer om politikkerne, som er anført sidst i nyhedsbrevet.

Fra Husmanden

Renovering af bade og omklædningsrum.

HvK's forskønnelsesudvalg har efter flere møder fået lagt budget og fundet det nye udseende for rummene. Dette arbejde skulle igangsættes efter at rosæsonen 2012 var færdig.

Det blev fremlagt at nedlægge saunaen og lave denne til baderum for damerne og lave deres gamle baderum om til omklædningsrum.

Da renoveringen skal i gang er der stor tilslutning for at deltage i nedrivningen af klubbens medlemmer. Men denne store deltagelse og store iver fra de fremmødte er stor set overstået på en weekend.

Der opstår heldigvis ikke nogen rigtig grimme overraskelser under nedrivningen. Selve klubhuset er sundt, men nogle af væggene er LIDT fugtige i både herre og dame baderum. Under nedrivningen bliver der truffet en hurtigt beslutning om at fjerne det gamle betongulv og lave gulvvarme. Ikke alle er helt enige i denne beslutning, men jeg tror at alle er blevet glade for gulvvarmen, nu når rosæsonen er ved at gå i gang i April.

Renoveringen er kommet rigtigt godt i gang og denne gode start fortsætter.

De håndværker, som er hyret er kommet på banen. De dage hvor at der skal laves frivilligt



Kalender for arbejdsdage i HvK.

21 April: Forårsrengøring

24-25 August: Maling af klubhus udvendigt.

Bo, Husmand



arbejde fra klubbens medlemmer er der fint fremmøde. Personligt er jeg meget overrasket over hvor mange af klubbens medlemmer der tilbyder at hjælpe med at arbejde på renoveringen, i stedet for at træne, når at de kommer i klubben om eftermiddagen/aftenen.

Der er blevet opsat nye bruser, som skulle spare op til 50% af vandforbruget. Der er også blevet sat LED-spot op, som er styret af bevægelsesmelder og af dagslyset. Nyt ventilationsanlæg er også blevet opsat. Dette styres også af bevægelsesmelderne i baderummene.

Nu er rummene taget i brug, men der er lige et par småting, som skal justeres.

Til sidst vil jeg rigtig gerne bede klubbens medlemmer om at passe på vores nye bade- og omklædningsrum. Sådan at de er pæne i lang tid og ikke kun i foråret.

Kommende sæson

En hel del af klubbens medlemmer lægger ud med at deltager i løbet Weseren. Det har været rigtig svært i år at komme i form, da isen på vandet har ligget i længere tid, end vi er vant til. Vi krydser fingre for, at alle kommer igennem uden skader.

Voksen- og børneinstruktionen er på plads, og vi ser frem til endnu en sæson med glade deltagere på holdene.

Traditionen tro vil vores toproere også i år stille op i diverse konkurrencer, og lad os håbe den flid og træningsindsats der er lagt for dagen, vil bringe frugt.

24. timers løbet er berammet til weekenden 15. - 16. juni.

Kalveboderne Rundt er sat til lørdag d. 26. oktober.

Hold i øvrigt øje med kalenderen på hjemmesiden, og deltag i gruppen "Hvidovre Kajakklub" på Facebook, hvis I vil være godt opdateret.

Af renoveringen er der stadig nogle ting, der mangler at blive udført – i første omgang ventilation i træningslokalet samt udskiftning af de gamle vippeporte til elektriske rulleporte.

Mød i øvrigt op, når der indkaldes til fællesarbejde i klubben – læs andetsteds.

Parkering ved klubhuset

I vinterens løb - i forbindelse med ombygningen - har håndværkerne været nødt til at have deres biler i nærheden af klubhuset. Det har desværre betydet, at andre har ”glemt” parkeringsforbuddet.

Nu da vi er færdige, bedes I huske at parkering er forbudt – men at man selvfølgelig gerne må foretage af- og pålæsning af både og udstyr.

Jeg minder om, at der på sidste generalforsamling var enstemmig opbakning til bestyrelsens linje om at håndhæve parkeringsforbuddet – jævnfør. skiltningen ved vejen ned til huset.

Chris

Hjemmesiden

Meget af kommunikationen fra bestyrelsen foregår på www.hvidovrekajakklub.dk – I skal dog logge jer ind, for at se det, der kun vedrører medlemmer.

Der er muligt at se:

- Kalenderen: træningstider / løb / arrangementer / DkF's kalender indarbejdet i vores kalender.
- Hvem der er på vandet lige nu (røkort!)
- Statistik over roede kilometer
- Referater fra bestyrelsesmøder mm.
- Love, reglementer gældende for HvK
- Galleri
- Handikaptider

- og meget andet!

Har I problemer med at logge ind, så kontakt hvidovrekajakklub@gmail.com

Chris



Fra klubbens pinsetur på Susåen i 70'erne

Regnskab

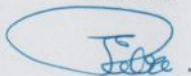
Hvidovre Kajakklub Driftsregnskab for 2012

		2012	2011
		(1.000 kr)	
Indtægter:			
Kontingenter		445,217	455
Kommunale tilskud:	Lokaletilskud	96,945	73
	Aktivitetstilskud	14,666	38
	Engangspuljen	21,583	21
	Aktiv sommer	0	15
	Elitepuljen	<u>80,000</u>	75
		<u>213,194</u>	
Poloarrangementer mm		3,450	4
Kalveboderne Rundt og 24 timers løb		19,184	21
Sponsorbidrag		0	0
Ekstraordinære indtægter		0	0
	I alt:	<u>681,045</u>	617
Udgifter:			
Elregning		16,725	19
Naturgas		15,621	35
Ejendomsskat og vand		22,887	25
Forsikringer		29,023	29
Reparation og vedligeholdelse af huset		35,906	24
Rengøring og rengøringsartikler		73,519	79
Renteudgift BoligKredit		<u>61,391</u>	81
		<u>255,072</u>	
Administration(OPS,tlf,EPP,rokortsystem,kontor)		19,309	28
Rep. og vedligeholdelse af klubbåde og motorbåd		17,777	9
Løbsdeltagelse	Løbsdeltagelse	27,493	36
	Elitepuljen	<u>80,000</u>	75
		<u>107,493</u>	
Klubaftener o. a. møder		39,419	5
Kontingent andre		31,200	33
Gaver, præmier og instruktørtøj		16,243	12
Skiklub		1,375	2
Temadag og kurser		5,260	5
Diverse		6,500	8
Ombygning		204,800	
Afskrivninger		113,789	106
Underskud		<u>(137,611)</u>	91
	I alt:	<u>681,045</u>	703

Status pr 31.12.2012

Aktiver:			2012	2011
Beholdning			(74,581)	97
Klubbåde	1.1.	318,590		
	Køb i året	<u>65,710</u>		
			307,440	318
	-20%			
Diverse aktiver	1.1.	107,174		
	Køb i året	<u>14,471</u>		
			97,316	107
	-20%			
Klubhus - ejendomsvurdering 1.1.2013			<u>1,800,000</u>	1,800
		I alt	<u>2,130,175</u>	2,323
Passiver:				
BoligKredit Sparbank			1,057,280	1,112
Kassekredit Sparbank			30,000	30
Egenkapital	1. Januar	1,180,506		
	Underskud	<u>-137,611</u>	<u>1,042,895</u>	1,181
		I alt	<u>2,130,175</u>	2,323

Hvidovre den 18. Marts 2013



Inge Ribers
Kasserer i Hvidovre Kajakklub
(32. regnskab)

Revisorer:

Bjarne Ingerslev
(32. regnskab)

Hanne Mathisen
(10. regnskab)



Alkoholpolitik

Formålet med klubbens alkoholpolitik er at sikre, at børn og unge, der færdes i klubben, ikke på nogen måde tilskyndes til at drikke alkohol.

Politikken gælder på klubbens område og er også gældende ved de arrangementer, klubben afholder eller deltager i.

Hvornår og for hvem er nydelse af alkohol forbudt?

- I forbindelse med med Børne- og Ungdomsarbejdet i klubben, for både udøvere, trænere og hjælpere
- For alle medlemmer under 18 år

Hvornår og for hvem kan alkohol tolereres?

Alkoholindtagelse anses for acceptabelt ved:

- Klubfester/arrangementer for seniorer.
- Efter endt løbsdeltagelse eller træning: Seniorerne kan nyde alkohol i begrænset omfang.

Vedttaget af bestyrelsen d. 12/3 – 2012.

Dopingpolitik



Som medlemmer af Hvidovre Kajakklub under Dansk Kano-og Kajak Forbund (DKF) samt Danmarks Idræts Forbund (DIF) er vi omfattet af DIF's dopingkontrolregulativ.

HvK's medlemmer er som følge heraf forpligtet til at deltage i de dopingkontroller, som måtte blive foranstaltet af DIF.

HvK og dens medlemmer er forpligtet til at efterleve de anvisninger og sanktioner, som måtte blive givet af DIF i henhold til dopingregulativet.

Ethvert medlem er forpligtet til at følge de anvisninger, som gives af Anti Doping Danmark eller tilsvarende organisationer godkendt af DIF.

HvK anbefaler, at alle medlemmer holder sig ajour med, hvilke stoffer, der er på dopinglisten. Vær især opmærksom, hvis du tager medicin i forbindelse med sygdom, astma o.lign. Se dopinglisten på

http://www.antidoping.dk/da/Regler/Dopinglisten_2012.aspx

Dopingregulativet gælder alle medlemmer af HvK, både aktive, trænere, ledere, m.m. Ethvert medlem, som findes skyldig i doping, bliver med øjeblikkelig virkning sat i karantæne fra HvK, og indstilles efterfølgende til udelukkelse på førstkommende generalforsamling. Ved indmeldelse i HvK forpligter man sig til at efterleve ovenstående regler.

Vedtaget af bestyrelsen d. 12/3 -2012.

Roning om vinteren

Det er godt nok noget sent at komme med formaninger med hensyn til de farer, man udsætter sig for, når man ror i koldt vand.

Men bemærk at man kan opholde sig ca. i dobbelt så lang i vandet ved 0 gr. C med våddragt i forhold til vindtæt tøj.

Vi har været forskånet for ulykker i HvK – men jeg har mere end én gang set ret forkomne roere efter en tur i baljen i koldt vand.

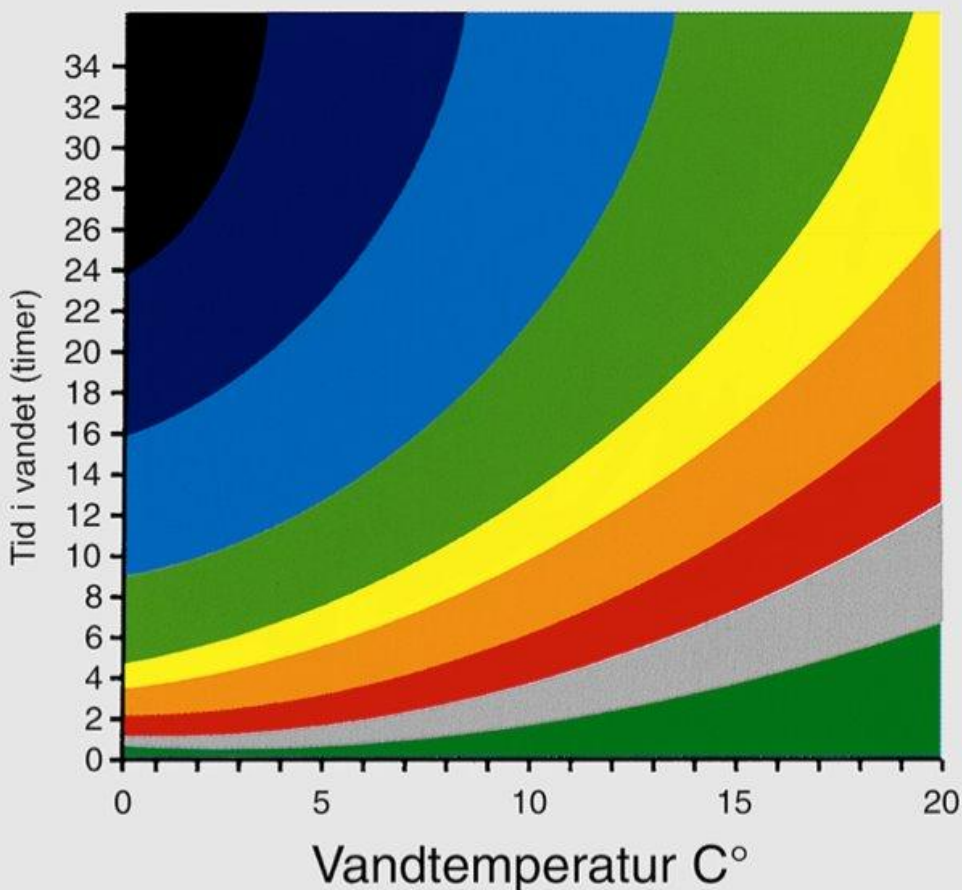
Overvej din påklædning!

Ro hvor du kan bunde.

Død på grund af kulde

Bevidstløshed indtræffer tit på halvdelen af den tid, der er angivet i skemaet.

-  Sandsynligvis død
-  Overlevelsesdragt med termoundertøj
-  Overlevelsesdragt med alm.undertøj
-  Tørdragt med termoundertøj
-  Tørdragt med alm.undertøj
-  Våddragt
-  Vindtæt tøj
-  Almindelig påklædning
-  Badetøj



Kvaliteten af en dragt og en persons fysik kan ændre den anførte rækkefølge. Kurvernes usikkerhed øges med stigende vandtemperatur.