

Hvordan er det nu, man kommer *op* i kajakken eller robåden igen?!

Det anbefales at alle roere løbende får trænet og genopfrisket sikkerheden ved kæntringsøvelser.

Derfor afholder vi sikkerhedsdag **søndag 13. august kl. 10.00**, mens vandet stadig er varmt.

Denne dag vil der være mulighed for:

Kajak:

- Øve selvredning, enkelt- og dobbelt makkerredning
- Aflægge havkajakprøve

Inrigger:

- Øve kæntring og entring, svømning mellem to årer og iførelse af redningsvest.



Vi ror til Ndr. Bådelaug, og udfører øvelserne, hvor der er mulighed for at komme i land.

Praktisk: Medbring tøj med lange ærmer og lange bukser, varmt skiftetøj og håndklæde. Gerne en termokande med lidt varmt at drikke. Evt. lidt dukater til saunaen.

Kæntringsøvelsen aflyses ved upassende vejr, og afholdes da i stedet søndag 20. august kl. 10.

”Store badedag” – prøv noget nyt!

Samme dag, **søndag kl. ca. 12**, afholder vi ”Store badedag”, hvor der vil være mulighed for at prøve andre og nye bådtyper, fx

- Kapkajak
- Havkajak
- Outrigger (single sculler og dobbelt sculler)
- GIG-både (2x- og evt. 4x-)

Skriv dit navn og telefonnr. på listen herunder, hvis du ønsker besked i tilfælde af aflysning pga. vejrlig.