

## Roskoler i Holbæk Kajakklub 2017

Vi udbyder i år 2 havkajak-roskoler for nybegyndere:

### 60+ havkajak forår

Roskolen er som navnet indikerer primært for 60+ men i princippet for alle, der kan ro om formiddagen. Vi tager det lidt mere roligt på dette hold og respekterer, at vi ikke nødvendigvis er lige så smidige, som for 40 år siden. Det primære er, at lære at beherske kajakken, så vi kan få nogle gode naturoplevelser i hyggeligt selskab. Efter roturen drikker vi kaffe og snakker om dagens oplevelser. Klubbens øvrige 60+ roere ror som regel med roskoleholdet, hvilket gør, at det absolut ikke bare er læring, men også socialt meget hyggeligt.

Max 8 deltagere.

### Havkajak forår

Roskolen kører over 14 gange og foregår på hverdagsaftener, tirsdag og torsdag. Der er fokus på, at eleven bliver stabil og god til at håndtere kajakken i forskelligt vejr samtidig med at roglæden bevares.

### Pris

"60+ havkajak forår" og "Havkajak forår": kr. 2.600,-

Prisen for en roskole dækker også kontingent for resten af året.

Efter roskolen tilbyder klubben adskillige muligheder for videreudvikling af ens egenfærdigheder som roer – for eksempel erhvervelse af et EPP2 bevis.

### Program (*Roskole-Program 2017*)

### Forudsætninger og detaljer omkring roskolerne (*Roskolerne generelt 2017*)

Har du yderligere spørgsmål, er du velkommen til at kontakte en af instruktørerne:

### 60+ havkajak forår

Grethe Rosendahl	24 40 77 74	rose@fr-kemi.dk
Lisbeth Bjørk	41 11 26 59	lisbeth.bjork@gmail.com
Birgit Svarre	23 24 08 87	birgit.svarre@gmail.com
Bolette Fokdal	40 32 32 52	bolette@fokdal.dk

### Havkajak forår

Merete Sivertsen	51 88 93 83	meretesivertsen@live.dk
Rúna Michelsen	21 24 89 85	runamichelsen@gmail.com
Morten Juel Skovrup	23 39 55 47	morten@juelskovrup.dk