



Medlemmer af Holmsland Friluftslaug brugte et par timer af deres weekend på at træne redningsøvelser forud for sæsonen. Foto Jørgen Kirk

# Opgiv at slippe elegant ud af en kajak

Kajakroere fra Holmsland Friluftslaug bruger vinteren til at træne kæntringsøvelser i Hvide Sande Svømmehal, så de er klar til at gå på vandet, når sæsonen begynder. Vi kiggede forbi til en formiddag med hårdt arbejde i vandet og hyggelige kaffepauser på land.

## FRITIDSLIV

Anne-Mette Skaanning  
skaa@dagbladetringkøbing.dk

**HVIDE SANDE:** Lykken er at padle ud af Røjklit Havn i en havkajak - med udsigt til stilhed og store naturoplevelser.

Det mener 78-årige Niels Lind, som for længst er begyndt at glæde sig til at tage hul på endnu en kajaksæson.

Sammen med sin kone var han med til at stifte Holmsland Friluftslaug i 2011, og siden har klubben fået en trofast medlemskare, som sammen dyrker sport og socialt fællesskab.

I weekenden tog kajakroerne forskud på glæderne med et par timers træning i Hvide Sande Svømmehal.

- Sikkerheden er utrolig vigtig. Alle skal selv kunne komme op i kajakken igen, hvis de skulle kæntre på fjorden. Derfor træner vi hvert eneste år i svømmehallen op til sæsonen. Jeg skal ikke



En makkerredning er den letteste måde at komme tilbage i kajakken efter en kæntring.  
Foto Jørgen Kirk

selv i vandet, i dag er jeg livredder, hvis der skulle blive brug for det, smiler han.

Ifølge Niels Lind skal der lige dele kræfter og teknik til at kravle tilbage i en kænret kajak. Flokken i vandet knokler så kvinderne bliver røde. For nybegynderne tager det adskillige forsøg først at komme op på den tomte

kajak og derefter krybe ned i kajakken. Der bliver også trænet makkerredning med to kajaker, hvor den ene sidder i sin båd og holder den andens båd, mens der bliver kravlet ombord.

Niels Lind erkender, at det godt kan se lidt sjovt ud, når det mislykkes at komme op i kajakken.



Det kræver både teknik og hårdt arbejde at redde sig tilbage i kajakken. Alle medlemmer skal i øvrigt bestå en prøve, inden de får lov at tage på fjorden. Foto Jørgen Kirk

Da der midtvejs i redningsøvelserne kaldes til kaffepause begiver den første sig mod land, hvor en ny udfordring venter. Det er nemlig også lidt af en opgave at komme ud af kajakken, selv om man kan holde fast i bassinkanten.

- Det kan ikke lade sig gøre at komme elegant op af en

kajak. Sådan er det bare. Man kan lige så godt opgive at forsøge, griner han.

Kaffen og rundstykkerne venter. Pauserne er mindst lige så meget værd, som turen på vandet for medlemmerne af Holmsland Friluftslaug.

Niels' kone Aase og Dorthe Christiansen er fast service-

“Sikkerheden er utrolig vigtig. Alle skal selv kunne komme op i kajakken igen, hvis de skulle kæntre på fjorden. Derfor træner vi hvert eneste år i svømmehallen op til sæsonen.

NIELS LIND, KAJAKROER

hold. På træningsdage sørger de for forplejning og snak, og holde nøgler og mobiltelefoner, mens roerne er på vandet. Bagefter er der kaffe på kanden. At de to damer er vigtig lim for klubbens sammenhold blev understreget ved en dåb af to nye både i januar. Bådene fik navnene Aase og Dorthe.