

Nieuwsbrief Kanovereniging Odysseus: januari 2023 (2)



KANOVERENIGING ODYSSEUS

Herinnering: stampottocht!



Beste leden van Odysseus,

Wij willen jullie herinneren aan de Stampottocht die in de Nieuwsbrief van december aangekondigd stond. Zaterdag 28 januari staat deze Stampottocht gepland.

Alle informatie over de tocht en inschrijving kunt u vinden op de website (zie de link hieronder).

We verzamelen om 14:15 uur en we zullen om 14:30 uur vertrekken. Na afloop van de tocht om circa 16:30 uur is er een borreluurtje in de kantine en rond 18:00 uur wordt door onze chefkok een overheerlijke boerenkoolstampot met worst geserveerd.

De bijdrage voor deze tocht is € 5,00 pp inclusief glaasje glühwein, 1 drankje en stampot met worst spekjes en jus. (er wordt rekening gehouden met vegetariërs). Opgeven kan [via de website \(deze link\)](#).

Zwembadtraining

Frank Frugte

Nadat ik deze zomer voor het eerst een kajaktrektocht heb gemaakt met Klaas Hofman in Mecklenburg, heb ik de smaak te pakken gekregen. Dus werd het tijd voor de volgende stap: zeekajaktochten. Daarvoor heb je natuurlijk een zeekajak nodig, dus Marktplaats maar eens in de gaten houden. Niet veel later kon ik mijn eerste zeekajak ophalen, diegenen die wel eens met Klaas zijn meegeweest, zal het niet verbazen dat dat een x-dehands NorthShore (Shoreline) is geworden.

En een mooie voorbereiding op de zeekajaktochten is natuurlijk het meedoen aan de reddingsoefeningen in het zwembad. Door een misverstand liep ik de eerste avond nog bijna mis, maar na een berichtje in de zondagochtend-whatsapp groep en een mailtje naar Simon was het vervolgens alsnog snel geregeld.



Wat kan je nou eigenlijk leren in 1 uurtje, dat is toch zo om? Nou, heel veel dus. Er waren koppels gemaakt en ik was aan Kiek gekoppeld. Dat kwam neer op een uurtje privéles, wat een luxe! Vooral geoefend met reddingen waarbij je gered wordt door een ander. Heel nuttig, Kan ik ook aanraden aan iedereen die alleen op klein(er) water vaart.



Opeens wilde Kiek van me weten hoeveel kleinkinderen de koningin heeft. Wat, wie, waarom, heb ik de laatste nieuwtjes op het juice channel van Yvonne Coldeweijer gemist? Maar nee, het bleek een check te zijn of ik nog bij zinnen was. Kiek, vraag de volgende gewoon hoeveel 1 plus 1 is of steek een paar vingers op 🤔
Op het eind nog een aanvang gemaakt met de hoge steun.

De tweede training was ik gekoppeld aan Marian. Voor Marian was dit de eerste keer dat ze zelf instructie ging geven. Marian mocht gelijk de rol-redding voordoen, met mij als 'slachtoffer'. Ze was een beetje bezorgd of ze mij wel boven zou krijgen maar dat was nergens voor nodig, ze trok me vlot weer overeind. Daarna mocht ik nog even het onder water verlaten van de kajak laten zien.

Vervolgens weer verder met de hoge



steun. Na de zoveelste demotiverende opmerking ("Je moet je kop laten hangen!") viel uiteindelijk het kwartje en verliep de hoge steun redelijk soepel. De laatste stap, de volledige eskimorol, viel nog een beetje tegen, onder water is de oriëntatie toch wat lastig.

En ik had graag mijn kajak de schuld gegeven, maar Marian wilde op het eind nog even mijn kajak proberen. Linksom, rechtsom, met peddel, zonder peddel, in de lengterichting, Marian rolde er lustig op los.

21 Januari dus maar weer vrolijk verder oefenen. En ik kijk al uit naar de eerste tochtjes op groot water.



Met de kano in het zwembad?

Stukje van Frank gelezen?

- Wekken de foto's behoefte op mee te gaan doen?
- Wil je wel eens omgaan met de kano in lekker warm water?
- Oefenen balans zoeken?
- Proberen te eskimoteren?

Geef je dan op voor een techniekavond in zwembad De Hoornse vaart. De eerstvolgende techniekavond is op 21 januari om 19:00 uur. Opladen kano's bij het botenhuis: 18:00 uur

Vragen en aanmelden bij Kiek per e-mail: klik [HIER](#).

Dragontrek 2023

Op 18 februari wordt na 2 jaar afwezigheid weer een Dragontrek georganiseerd in het 50 meterbad van zwembad De Hoornse Vaart.



Dragontrek is een directe confrontatie tussen twee teams van vier personen, samen in één boot. Voor de wedstrijden zijn nog plaatsen vrij, dus mocht je het een keer willen beleven, schrijf je dan in.

Voor meer informatie zie de vorige nieuwsbrief of neem contact op (per e-mail) met [Fred Heemstra](#).

Neem je niet deel, maar lijkt het je leuk om te komen kijken? De wedstrijden beginnen om 12:45 uur.

Kanopolonieuws

Martijn Rol

Onderstaande berichten staan op kanopolo.nl. Een link naar deze website vind je onderaan deze nieuwsbrief.



Scheidsrechterscursus

Op zaterdag 25 februari organiseert de Kanopolocommissie bij de DKV in Deventer een scheidsrechter-instructieochtend. In grofweg 2,5 uur word je als beginnende scheidsrechter helemaal bijgepraat over de belangrijkste spelregels en hoe je deze in de praktijk moet toepassen. De instructie ...

[Lees meer...](#)

Toekomst kanopolo

Kanopolo is een dynamische balsport met veel groeipotentieel, het spreekt zowel jongeren als volwassenen aan die anders dan anders willen zijn en houden van actie, water, scoren en in teamverband grenzen willen verleggen. Elke kanovereniging in Nederland zou kanopolo moeten ...



[Lees meer..](#)

Kanovereniging Odysseus

Opgericht: 4 september 1973
Goedgekeurd bij koninklijk besluit van 15 februari 1974

Clubgebouw: Vondelstraat 86, 1814 KT Alkmaar

Contact: [e-mail](#)

Downloads:

[Statuten](#)

[Huishoudelijk Reglement](#)

[Contributie-inning en stallingsvoorwaarden](#)

[Gebruik van verenigingskano's](#)



Website Odysseus



Website Kanopolo



Odysseus



KanopoloNL



Kanopolo Ody-jeugd



Ody Drakenboot

Deze e-mail is verstuurd aan vanunenhardy@gmail.com. • Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich [hier afmelden](#). • U kunt ook uw [gegevens inzien en wijzigen](#).
• Voor een goede ontvangst voegt u nieuwsbrief@akvodysseus.nl toe aan uw adresboek.

