

## Charlottenlund Kajakklub PALO – Vinteraktiviteter 2021-22

- Det er dejligt at ro i vinterhalvåret. Du har stort set Øresund for dig selv. Vær opmærksom på vejret. Lad være med at ro, hvis du er usikker på vejr, bølger eller din egen form og erfaring. Ro tæt ved kysten, så du hurtigt kan komme ind til land, hvis du kæntrer. Ro ikke alene i havnene eller rundt om Tuborg Havn, hvor det kan være svært at komme i land. Du skal ro iført svømmevest i perioden 1. oktober – 30. april. Sørg for at være iklædt ordentligt vintertøj, så du ikke bliver kold og kan komme ind til kysten uden at komme i alvorlig knibe på grund af kulde. Det er individuelt, hvad folk foretrækker, men det kan eksempelvis være kajakanorak med tætsluttende hals, håndled og talje, neopren kajakbukser, neopren støvler/sko, neopren kajakhandsker eller luffer til at sætte omkring pagajen. Enkelte ror i våddragt/tørdragt. Spørg klubbens vinterroere om råd.
- Svømning i Kildeskovshallen onsdage kl. 20-22 fra ca. 1. oktober til ca. 1. maj. Kommunen har taget et nyt system i brug, som blandt andet indebærer, at "svømmekort" bliver personlige og kan bruges i de efterfølgende år. Er du interesseret i at svømme onsdag aften, så skriv til [info@palo.dk](mailto:info@palo.dk) inden den 12. september, hvorefter klubben sørger for "svømmekort" med navn, som kan afhentes i klubben efter den 1. oktober.
- Vintergymnastik starter tirsdag d. 5. oktober kl. 18-19. Palo har fået 7 pladser. Pladser tildeles ved lodtrækning. Der er sendt mail ud til medlemmerne om dette og postet nyhed på hjemmesiden. Prisen er 350 kr. og klubben refunderer halvdelen mod forevisning af kvittering.