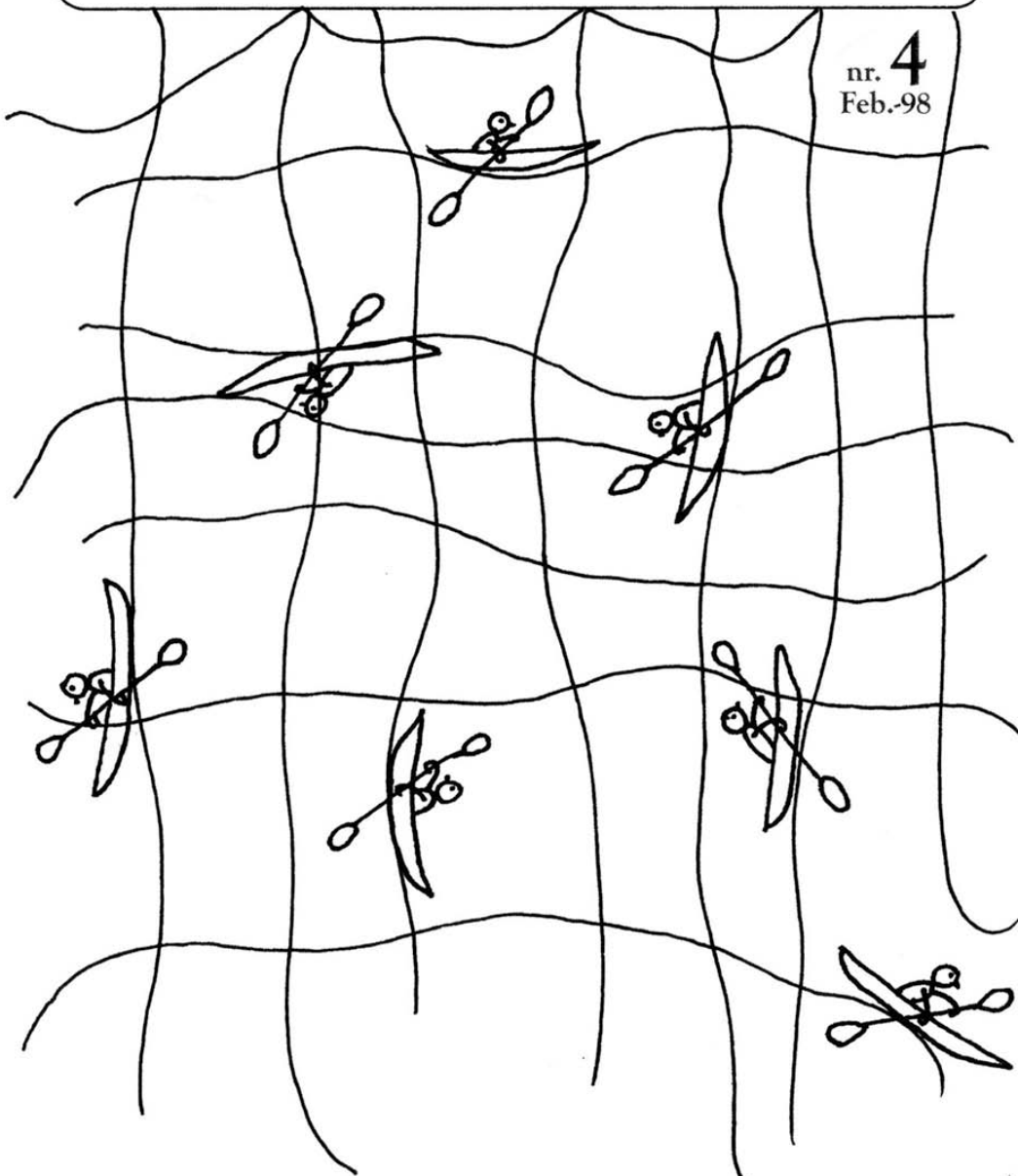


NYHETS BREV

Kontakt nät för kajakfärdspaddlare

nr. 4
Feb.-98



Karin & Alien, rakt in i verkligheten

Alien is still going strong och under de tre månader vi levtt tillsammans har jag forslats från tillvarons utmarker rakt in i IT-verkligheten.

Vi börjar så smått komma överens, Alien och jag, och är vi åtskiljda i mer än ett dygn, så funderar jag mycket över vad som kan ligga och vänta i min elektroniska brevlåda. Jag börjar faktiskt undra över hur det ska gå när turpaddlingssäsongen tager sin början. Går Alien ner i packluckan, tro? Och var får jag tag i ett telefonjack mitt ute i den svenska vildmarken? Kan jag koppla upp mej via min mobiltelefon?

Sämt åsido, men himla trevligt är det, detta att kunna kommunicera ganska billigt, snabbt och obehindrat med kajakister runt om i världen.

Jag har oxå skaffat mej en hemsida där man kan läsa om Kontaktnätet, Symposiet och en del annat. Adressen är: <http://w1.155.telia.com/~u15502544/index.htm>

Med detta fjärde nummer av Nyhetsbrevet, följer ett häfte om Kajakutsjukvård. Jag frågade Kontaktnätets egen husläkare, Mattias Linde om han kunde ta och skriva någon liten artikel om sjukvård i fält. Några månader senare dimper det alltså ner ett helt häfte i ämnet!!

Häftet är kortfattat och lättbegripligt, men täcker ändå det mesta som kan tänkas inträffa där ute i tassemarkerna.

Jag föreslår att Du genast lägger ner det i din sjukvårdslåda!

Med Nyhetsbrevet följer oxå en separat medlemsförteckning och i fortsättningen fyller jag endast på med nytillkomna medlemmar i varje Nyhetsbrev.

Antalet medlemmar övergår i skrivande stund 75! Inte illa, tyckte jag, tills James Venimore på Kajaktiv berättade hur många deras Newsletter går ut till.....

Nåja, vi kommer snart ikapp!!!

Jag åtnjuter numera "arbetsmarknadspolitisk åtgärd" (d.v.s. dold arbetslöshet) i form av ALU (ArbetsLivsUtveckling) och deltar i ett projekt kallat "Skrivarverkstad".

På skrivarverkstaden får vi prova på alla tänkbara sätt att uttrycka sig i skrift och bl.a. ägnade vi en dag åt olika diktformer. En av dessa diktformer kallas "Allitteration" och innebär att varje ord börjar på samma bokstav.

P.g.a. mitt förnamn och mitt största intresse i livet, tog jag mig raskt an bokstaven K. Resultatet av detta kan Du se här intill.

Slutligen vill jag åter uppmana alla er medlemmar att fatta pennan, skrivmaskinen, datorn eller annat skrivarverktyg och dela med er av upplevelser, erfarenheter, upptäkter o.s.v. Utan allas vår medverkan blir det inte mycket till Nyhetsbrev!

Vid tangentbordet: Karin Mentzing

Krockhopping

Karin kajkar käserande kring
Kollar kustens kulna karga klimat
Kontrollerar kursen
Korrigerar kraftigt
Kaotiskt kluckande kring kajakens kropp
Koordinationen klickar
Karin kontrar katastrofalt knalt
Kläpare!
Kajaken kommer kantra
Kanhända kasta Karin kull
Karins krävande kajak kapsejsar kontinuerligt
Knäande, kravlande kryper Karin kala klinten kring
Kajaken kraschar klippans klyfta
Krossas, kröks kvalfullt
Kajakens konstitution kommer kräva kontroll
Kalibrera kajakens kroppskonstruktion
Kanske konstatera kostsamt kalas
Krocken kan komma kosta kontanta kronor
 kalkylerar Karin kallt
Kanske kallblodigt kassera kajakens kantstötta kropp
Kasta kadavret
Kunde kvällstid knycka kompisens
 konstigt karaktäristiska kajak,
kallar Karins korp-karaktär
Knappast klokt
Klandervärt, kriminellt!

Ja, så kan det gå.....

Det går dock att på alla möjliga sätt gardera sig mot dylika katastrofer.

En god början kan vara att vända på sidan och läsa vad Björn Thomasson har att säga om stabilitet hos kajaker.

Initialstabilitet eller inte?

”På tok för mycket initialstabilitet”, sa han och skakade, efter en snabb titt på den flata botten, bekymrat på huvudet. Sedan tog han på sig (som det heter) sin engelska eskimåepigon och paddlade iväg, lycklig i förvisningen att ha klarat alla sina fördomar igenom ännu ett möte med nya idéer.

Föremålet för hans kommentar var min egen kajak – KAVAT. Den har mycket hög initialstabilitet – så långt var vi överens – och det skall ju inte havskajaker ha. Eller?

För ungefär tusen år sedan (åtminstone känns det så) förkunnade Derek Hutchinson – HAVSKAJAKER FÅR INTE VARA INITIALSTABILA, HAVSKAJAKER SKALL VARA RANKA!

För att läxan riktigt skulle sitta förklarade han så här...



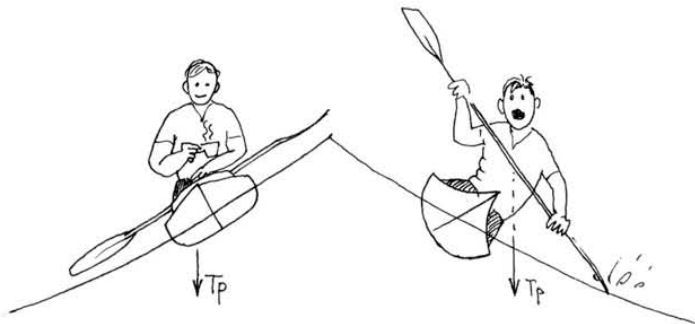
...och för att ingen någonsin skulle tvivla överdrev han en smula (även en GURU är mänsklig). Han ritade den flatbottnade båten ca 65 cm bred och den rundbottnade ca 45cm. Och alla såg att stabila kajaker var livsfarliga.

Men så lättlurade är vi ju inte längre i vår upplysta, sekulariserade tid – inte vi självständiga, kritiskt tänkande kajakentusiaster, eller hur? Utom min vän i eskimålådan, förstås.

Sedan långt innan Derek var påtänkt har man känt till de naturlagar som styr vattnets uppträdande. Man visste att vågor inte kan bli högre än en sjundedel av våglängden och att vågens toppvinkel inte kan understiga 120° . Händer det kollapsar vågen under sin egen tyngd – den bryter. Worst Case



Design – maximal våghöjd, minimal toppvinkel, cykloidal vågform – innebär att en kajak aldrig lutar mer än 30° (vi pratar tills vidare om icke brytande sjö). Då kan vi rita så här i stället:



I den initialstabila kajaken kan man hålla balansen genom att låta båten röra sig fritt i sjöarna medan man med stöd i båten håller överkroppen lodrät och i balans. Även i krabb sjö kan man släppa paddeln och ta en kopp te eller fotografera sina mindre lyckligt lottade paddlarkompisar. Balansprocessen blir passiv och bygger på följsamhet och smidighet snarare än på råddiga ingripanden.

En kajak med liten initialstabilitet måste däremot lutas ytterligare $10 - 20^\circ$ för att ge stöd och då är även slutstyvheten överspelad – överkropp-

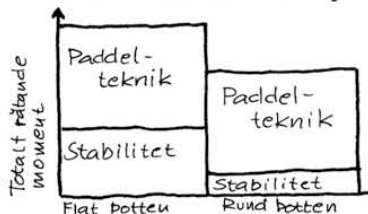
ens tyngdpunkt är redan utanför stödytan. Balansen blir en fråga om paddelakrobatik och koncentration redan vid ganska måttlig sjögång. ”Men”, skulle min vän i eskimålådan säga, ”om nu vågen

plötsligt bryter när du sitter där i din båt som lutar 30° åt fel håll?”

Inte heller det är något problem. Oavsett vilken båt man sitter i eller hur den lutar eller lutas händer samma sak med en brottsjö från sidan. Kajaken flyttas snabbt mot lä, kroppens höga tyngdpunkt och trögheten gör att man ramlar in mot vågfronten och hamnar, vare sig man avser det eller inte, i utgångsläge för ett högt stöd. I vridningen lyfts lä reling upp och den plana botten surfar på vågens framsida i god kontroll och utan överraskningar.

”Men om du lagt ifrån dig paddeln och sitter och fikar just när det händer?”

Okej då, helt utan omdöme och sunt förnuft klarar man sig inte ens i en initialstabil kajak.

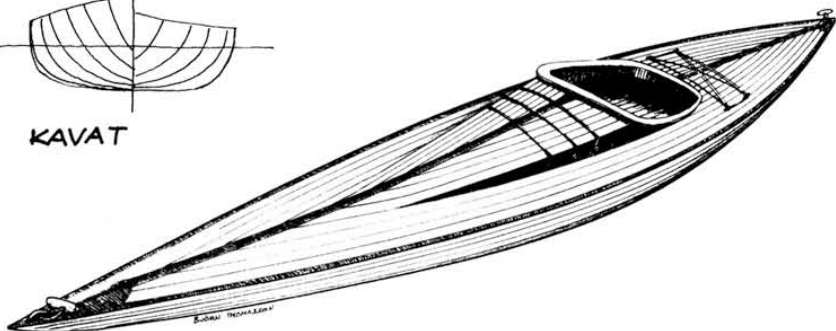
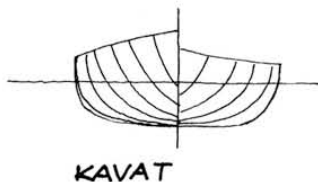


Har då Derek, Frank och Nigel m fl fullständigt fel? Nej, det fina i kråksången är att det inte finns en enda allena salig-görande sanning, nerskickad på stentavla till de församlade kajakpaddlarna. Det finns flera fungerande idéer som på ett personligt plan och i ett givet sammanhang kan vara bättre eller sämre. Men utan öppet

sinne och vilja att prova och ifrågasätta hamnar man lätt i händerna på falska profeter. Gamle managementkonsulten Townsend sade:” när många propagerar för samma uppfattning kan man utgå ifrån att den är förlegad. Börja då i motsatt ända och leta dig fram till en hållbar idé”.

För mig, med syd- och västkusten som geografisk hemvist och förkärlek både för långpaddling och klippiga kuster med sjögång, är KAVAT den hållbara idén. Jag har ännu inte testat någonting som fungerar bättre.

Björn Thomasson
Skånevägen 4
222 70 Lund



Slutstyvhet och utfallande sidor

I diskussioner har det ofta hävdats att min KAVAT skulle ha bättre slutstyvhet om sidorna hade varit utfallande. Sådana generaliseringar döljer ofta tämligen dimmiga begrepp om vad stabilitet egentligen är.

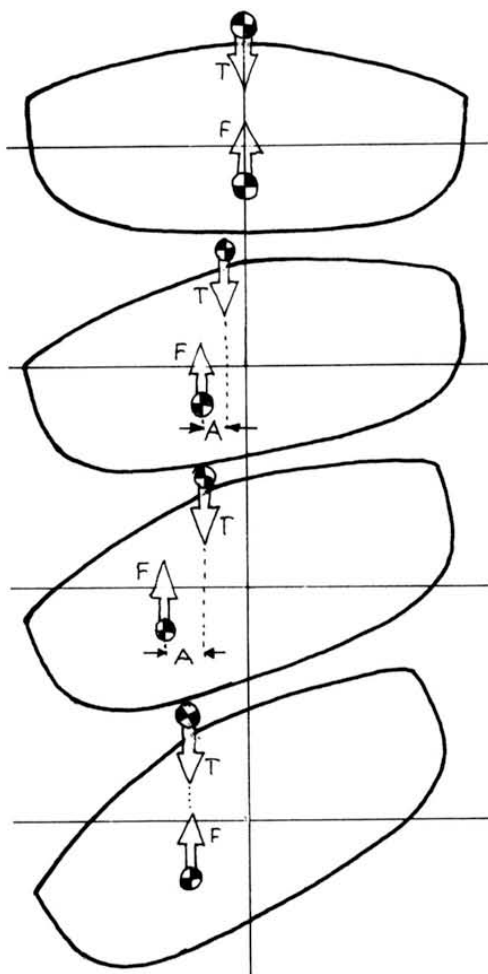
Det här är vad som händer när en kajak lutar. För att förenkla resonemanget tänker vi oss att paddlaren är utbytt mot en fast vikt med tyngdpunkten 25 cm ovanför sitsytan och 25 cm framför bakkanten på sitsen (samma antagande som vid datorsimuleringar av hydrostatiska data).

0 graders lutning: Tyngdkraften T och flytkraften F är i balans. Ingen rätande eller krängande kraft finns.

10 graders lutning: Flytkraftens angreppspunkt har flyttats bordvarts genom att undervattenskroppen är osymmetrisk – en rätande kraft har bildats. Sträckan A kallas för rätande arm – multipliceras denna med totalvikten (kajak+paddlare+last) får man det rätande momentet som kan anges i kilopondmeter.

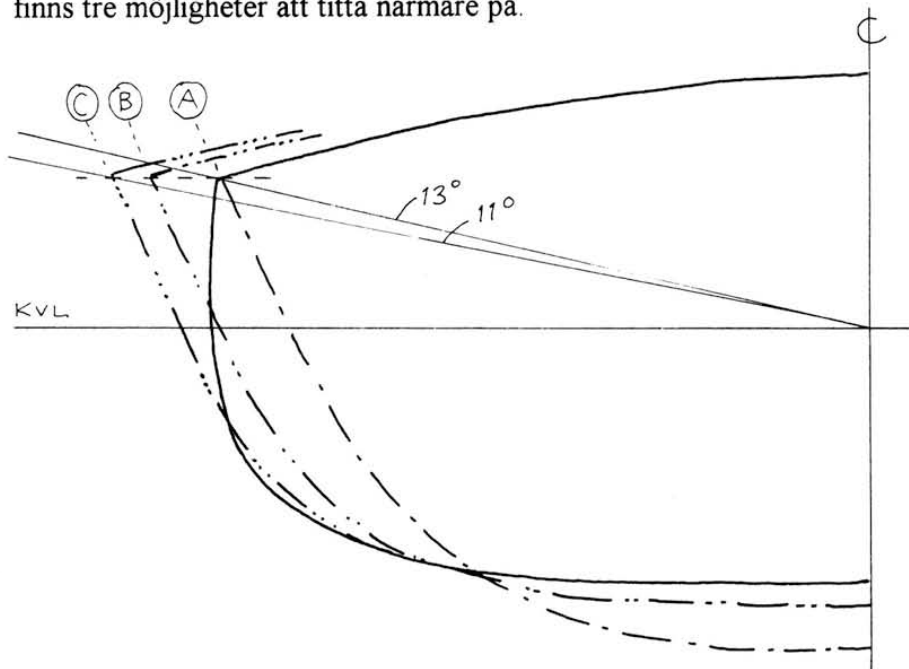
20 graders lutning: Rätande momentet har ökat ytterligare. Maximalt moment brukar nås när relingen är i vattenlinjen.

30 graders lutning: Här minskar det rätande momentet snabbt genom att vattnet är på väg in på däck samtidigt som tyngdpunkten förskjuts bordvarts genom lutningen. (I verklig-



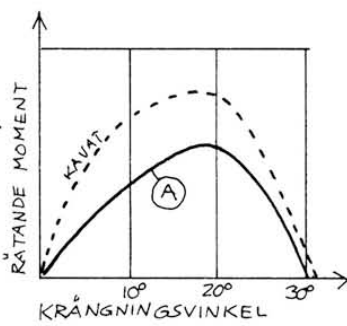
heten hade naturligtvis paddlaren lutat sig lite åt höger och totalt kullkastat hela teorin).

Om vi återgår till vad som hade hänt om Kavats fått utfallande sidor så finns tre möjligheter att titta närmare på.



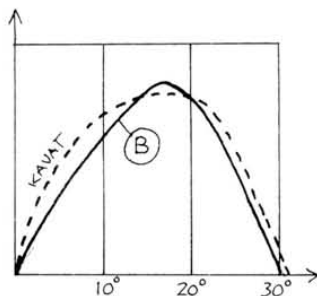
A: Samma totalbredd som Kavats (56cm).

En mycket rank båt med relativt dålig slutstyvhet – kommer att påminna om en tävlings K1 (mycket rank olastad, något stabilare med last). Våta ytan är något mindre. Den kommer därför att ha något högre toppfart. Men den sticker 3 cm djupare i vattnet – 14 cm istället för 11. Man får gå längre ut från stranden för att sjösätta.



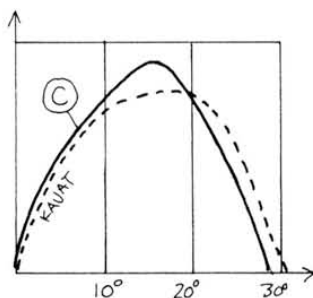
B: Samma bredd i vattenlinjen (56 cm).

Initialstyvheten är fortfarande lägre men slutstyvheten är nu ifatt (t.o.m. aningen förbi). Bredden har ökat till 61 cm och djupgåendet till 12 cm. Farten blir ungefär densamma. Stabiliteten faller ca 1 grad tidigare än för Kavats genom att relingen når vattenytan tidigare p.g.a. den större bredden. Detta kan undvikas om relingen höjs ca 8 mm men ger då ytterligare obekvämare paddelvinkel än vad bredden redan gör.



C: Samma bredd på botten.

Här är både initial- och slutstyvheten bättre än Kavats. Men priset är en 65 cm bred båt. Skall slutstyvheten dessutom hänga med till lika hög vinkel som för Kavats måste relingen höjas ca 15 mm. C blir långsammare genom större bredd i vattenlinjen och större våt yta och därmed friktionsmotstånd.



Så därför finns det, kära diskussionsglada paddlarkollegor, flera goda skäl för ett nollspant som Kavats.

- Minimalt djupgående för en given lastkapacitet.
- Maximal stabilitet, både initial- och slutstyvhet, för en given bredd.
- Stabilitetskurvan har ungefär samma utseende oavsett om kajaken är fullastad eller går tom – man behöver inte vänja sig vid två olika beteenden.

Björn Thomasson

Om paddlar.

av Karin Mentzing.

Att välja ut en passande paddel åt sig, är ingen lätt uppgift i den uppsjö av modeller och material som finns på marknaden. Inte ens för den som har paddlat några år är det alldeles självklart vad som passar en bäst, än mindre för förstagångsköparen.

Att paddeln känns rätt, anses av många som t.o.m. viktigare än att själva kajaken gör det. Kajaken kan man ju trots allt möblera om litegrann.

Det är också viktigt att man har en paddel som passar till den kajak man har samt till den sortens paddling man mest ägnar sig åt.

Kort paddel c:a 210 - 220 cm skall Du välja om Du har en hög paddelstil - händerna nästan i axelhöjd - och för paddelbladen nära kajakens sidor. Har Du hög paddelstil och väljer en för lång paddel, så måste Du lyfta armarna högt över axelhöjd för att kunna sätta paddelbladet i vattnet.

En kort paddel med paddelföringen nära kajaken förutsätter en ganska smal kajak. Paddlar Du normalt en smal kajak med kort paddel och tar med dig paddeln ned i t.ex. en bred tvåmanskajak, så kommer Du antingen att slå paddelbladen i kajaksidorna eller tvingas föra armarna långt ut åt sidorna, vilket inte är särskilt bra för din paddelteknik.

Kort paddel brukar i allmänhet medföra ganska stora paddelblad, som ger ett bättre grepp i vattnet. Köper Du en paddel med kol- eller glasfiberblad, så är det bättre att välja rejält stora blad. Märker Du så småningom att Du vill ha mindre blad, så är det bara att ta fram sandpappret. Plastbladen kan man däremot inte göra ingrepp på. Träblad kan gå bra att slipa ner, men en del träblad är limmade i olika träslag med ett hårdare trä längst ut runt kanten. Med en kort paddel accelererar och manövrerar Du snabbt och kraftfullt - hävarmen är kort.

Hur kort paddel Du skall ha beror på hur högt upp dina axlar hamnar i förhållande till vattenytan när Du sitter i din kajak. Prova med fullastad kajak, för det är bättre att paddeln blir en aning för kort när kajaken är tom, än tvärt om.

Lång paddel c:a 235 - 260 cm väljer Du om Du har en låg paddelstil - händerna alldeles ovanför kajakens däck - och för paddelbladen långt ut från kajakens sidor.

Med lång paddel tar Du ganska korta paddeltag, med paddeln i 90 graders vinkel till kajaken. Om Du tar långa paddeltag, kommer kajaken att svänga och slingra sig fram. Särskilt om Du har en kortkölad, lättmanövrerad kajak utan roder.

Med korta tag blir frekvensen i paddlingen hög, ungefär som att cykla på en hög växel; benen går som "trumpinnar", men framfarten är inte särskilt kraftödande.

Väljer Du en lång paddel, så bör bladen vara ganska smala för att Du ska orka paddla. Med smala blad och låg paddelföring kan Du ha bladen ovinklade, vilket är skonsammare för framförallt handlederna.

Ett vanligt argument för att använda en lång paddel, är att man får en låg profil - blir mindre exponerad för vinden. Man brukar framhålla att eskimåerna använde långa paddlar av detta skäl.

Mindre vindkänslighet var kanske ett av skälen till att eskimåerna ville hålla en låg profil, men det handlade också mycket om att kunna paddla tyst och osynlig. Har Du nån gång försökt att smyga dig på en säl, så vet Du att sälen i allmänhet vet att Du är där, långt innan Du har upptäckt den. Eskimåernas paddlar var i allmänhet inte särskilt långa heller, för deras kajaker hade oftast betydligt lägre däck än våra moderna friluftskajaker. Så för att uppnå samma effekt - en låg profil - behöver våra paddlar vara betydligt längre än eskimåernas.

Det finns ett antal smalbladiga paddlar på marknaden, men en variant är att snickra ihop sin egen paddel av trä. Du kan snickra många paddlar för priset av en köpepaddel!

En lång paddel är skonsam för kroppen om Du tycker om att sitta länge och paddla. Paddlingen blir också torrare med en lång paddel och Du får en längre utriggare och därför ett bättre stöd för balansen.

Medellång paddel c:a 220 - 235 cm. Många paddlare väljer att gå nån sorts gyllene medelväg och på så vis få lite av allt: c:a 224 - 230 cm lång paddel med halvstora blad. Jag har beskrivit ytterligheterna och Du kan utifrån detta känna dig fram, till vad som passar dig bäst.

Wingpaddel har länge använts av tävlingspaddlare, men börjar nu även dyka upp bland långfärdspaddlare.

Med en wingpaddel kommer Du snabbt fram när Du lärt dig tekniken, men tekniken skiljer sig en hel del från den med en traditionell paddel. Om Du väljer att använda wingpaddel, så rekommenderar jag att Du vänder dig till erfarna tävlingspaddlare och får råd om teknik.

En wingpaddel skall vara kort och Du behöver ha en ganska smal kajak.

Lågt stöd fungerar bra med wingpaddel, men alla andra manövertekniker, eskimåsväng o.s.v. är mycket svårt att utföra. Du får experimentera dig fram och träna mycket.

Utförande, material o.s.v. är ofta en kostnadsfråga.

När det gäller material, så finns det för- och nackdelar med allt. Det handlar om vikt, slit- och slagtalighet, stumhet/spänst i blad och skaft, kalla och varma skaft o.s.v.

Jag brukar dock alltid rekommendera att man köper åtminstone sin första paddel med delbart skaft. Så småningom börjar man kanske att paddla på egen hand och behöver då en reservpaddel. Vid det laget kanske man också vill prova en annan modell av paddel eller byta till ett lättare material. Då är det himla bra att kunna ta isär sin gamla paddel och förvisa den till akterdäcket.

Största problemet med delbara paddlar är ihopsättningsmekaniken. Den vanligast förekommande är en knapp som ploppar upp ur ett hål på den andra paddeldelen. Förr eller senare brukar hålet nötas upp med följd att paddeln börjar glappa.

Det finns dock flera paddeltillverkare som erbjuder ett alternativ med hylsa som dras upp över skarven och skruvas ihop så att skaftdelarna kläms ihop. Denna ihopsättningsanordning medför också möjlighet till steglös vinkling av paddelbladen. Du kan då prova dig fram till en vinkling som känns behaglig för handleden och till hur hög paddelstil Du har. Ju högre paddelstil Du har, desto mer behöver bladen vara vinklade för att de skall hamna rätt vid isättning.

Rakt skaft är fortfarande det vanligaste och det brukar vara lite tjockare för högerhanden. Dock finns en annan modell som kallas ”crankshaft” och blir alltmer populär. ”Krokarna” på skaftet gör att handlederna vickas mindre i sidled än med ett rakt skaft och många finner att dom får ett vilksamare grepp om paddeln med dessa krokar. Är man van vid ett rakt skaft, så tar det dock en stund att vänja om sig. Och vice versa.

Det är svårt att få prova olika paddlar, för uthyrarna brukar - av naturliga skäl - bara hålla med de billigaste och mest hållbara modellerna. Dom skall tåla att hanteras av många människor och i bland ganska ovarsamt, tyvärr.

Passa på när Du är ute med paddelkompisarna. Ser Du någon som har en paddelmodell Du inte provat, så fråga om ni kan byta en stund.

Och framför allt: Ha ett öppet sinne. Ju fler olika varianter Du provar, desto större blir din möjlighet att hitta det som passar dig bäst. Tänk också på att det som passar dig, inte nödvändigtvis passar alla andra.

Paddelmiljö i Malmö!!!

Av Bengt-O Bergman

För er som inte varit med kajak i vattnen kring Malmö, kommer här lite information från en amatör, till alla paddlande poeter.

I alla fall så har jag ett par iakttagelser från mitt paddlande, som jag vill dela med mig av.

Jag har paddlat i c:a 4-5 år, de första åren i kanalen, men det blir mer och mer långfärd.

Nu i Lördags (17/1), blev jag lite besviken. Jag hade försökt att ta mig ut på havet, men blev brutalt inspolad av stora vågor med vitt skum och hård vind 14-15 m/s.

-Ja, ja, tänkte jag, det får väl bli ett varv i kanalen i stället.

Vattnet i Malmö kanal brukar normalt inte vara speciellt inbjudande, utan mycket grumligt.

Denna blåsiga januaridag, är det emellertid kristallklart!

Mitt intresse för fåglar har aldrig varit stort. Däremot fiskar, tycker jag är roligt.

Blicken söker sig automatiskt nedåt. Brukar fiska upp cyklar då och då. I dag ser jag inga cyklar. Ej heller några fiskar, men.....en sak finns det gott om.....

Omkringflytande, liggande på botten eller sakta simmande genom vattnet. 1, 2, 3, 4, 8, 9, 12....massor att räkna.

Malmö kanal kan faktiskt vara mycket varierande. Man har skyfflat undan många liter vatten, varv efter varv, men jag tror aldrig jag tröttnar eller att det blir enformigt.

Kanalen har stor variation i sitt utbud och ger stor omväxling, allt från det värsta köphelvetet i innerstan, till lummig grönska och hängpilar och vackra parker intill.

Vi har inte mindre än 27 broar att paddla under och studera arkitekturen på.

Om dessa broar har min och många, många andras kanotlärare, Lars Svensson, skrivit en trevlig bok: "Malmös kanalbroar".

Denna aktuella januarilördag paddlar jag långsamt fram i det kristallklara vattnet, studerar botten och gör en, kanske något suspekt, iakttagelse, men av nån anledning kan jag inte låta bli att räkna!

(vi har väl alla våra sidor)

Jag studerade statistik på 70-talet och efter en snabb huvudräkning och "normalfördelningskurvan" blir resultatet att i Malmö kanal finns inte mindre än 10-15 000 TROSSKYDD.

Det går inte en meter utan att man ser dessa hela tiden.

-Flickor! Flickor! Varför slänger ni dessa i kanalen?? tänker jag.

Det finns kanske någon naturlig förklaring.....vad begriper jag, en gift tvåbarnspappa??

Vi lämnar detta åt dem som har ansvar för renhållningen i kanalen.

Nämligen Malmö Kanotklubb!!

Om man drar sig ut från kanalen, till ytterhamnen, så är det mest sten, sten och åter sten. Ett eldorado av rivningsbetong och stenar, gamla betongslipers, betongplättar från byggarbetsplatser m.m.

Man fattar inte riktigt vart allt kommer från.

Vilken kapitalförstörelse, eller....?!

Och snacka om att bli förvånad! Mitt i all denna röra av sten och bråte, hittar jag en liten, c:a 20 kvadratmeter stor, sandstrand.

Vi stannar för att fika. Med lite blandade känslor sitter jag och studerar de olika föremålen.

Där ligger en hög med betongslipers. Kan det vara från någon nedlagd järnväg, eller blev de för korta i tillverkningen? På andra sidan ser jag rester av ett betonggolv. Kanske från nåt av 60-talets fuskbyggen....

Ska man skratta eller gråta? En liten idyll bland cementklumpar!?

Jag vet inte. Men en sak vet jag; att det känns lite fattigt att paddla här, när man varit på väst- och ostkusten.

Men....man tager vad man haver.

Jag har en egenhändigt byggd Kavat 520 "Lisa kavat".

Och ett helt Öresund att paddla i.

Väl mött på böljan!

Kajakpaddling med variation

Om havspaddling, naturbetingelser o.s.v. i bl.a. Nya Zeeland och Storbritannien samt några andra platser i stora vida världen.

Av Karin Mentzing

Sverige är fantastiskt, men åker Du någon gång utomlands så passa gärna på att prova lite annorlunda sorts paddling.

Sju tiondelar av jordens yta täcks av vatten, så det finns mycket för en sjöfarare att undersöka.

Detta kommer att handla om några fåtal av dessa ställen och jag hoppas att det skall kunna inspirera dig till egna upptäcktsfärder.

Vi svenska kajakister är bortskämda med vad som förmodligen är något av världens snällaste och finaste paddelvattnen.

Vi har inget tidvatten, med allt vad det innebär av förrådiska strömmar, race, svåra landstigningar/sjösättningar, svår navigering o.s.v.

Vi har mycket stora möjligheter att välja skyddad skärgårdsmiljö för våra paddelutflykter. Det är ju i stort sett bara Hallands- och Skånekusten och norra delen av Östersjön som har öppen och oskyddad kust.

Det svenska vädret är i allmänhet mycket stabilt. Särskilt på sommaren då ju det mesta av paddlingen försiggår. Sedan ska vi bara inte tala om våra underbara klippor, som inlandsisen slipat så mjuka och fina åt oss.

En annan sak som man kanske inte tänker på innan man har upplevt det, är saltvatten. Inte ens västkustens vatten är särskilt salt i jämförelse med många andra platser.

När man vistats ute i saltvatten några dagar, så är alla ens ägodelar täckta av ett tunt lager salt. Även det som inte varit i direkt kontakt med vattnet. Saltet finns liksom i hela tillvaron och det är alldeles omöjligt att få saltindränkta saker torra. Efter en vecka är även insidan av sovsäcken fuktig och allt ruttnar sakta, ackompanjerat av stanken av surt hav....

Vi har en världsunik allemansrätt som innebär att vi kan slå upp våra tält nästan var vi vill.

Man kanske kan tycka att det är väl mycket folk ute i skärgårdarna under sommaren, men jag kan intyga att det är **ingenting** i jämförelse med Tyskland, Holland, Frankrike, och delar av Medelhavskusten och Storbritannien! I egenskap av kajakister har vi dessutom förmånen att kunna landstiga där inga andra båtar kommer intill.

Dock är ju vintern hiskligt lång.....

Nu är det ganska många kajakister som ingalunda låter sig hindras av en eller annan minusgrad, men dit hör **inte** jag.

Ett bra sätt att lura den svenska vintern, är att ge sig av till andra sidan jordklotet. Det går nämligen alldeles utmärkt att paddla där också, även om det blir upp och ned. Man varken faller av vattenytan eller får blodstörtning. Icke heller behöver man paddla med huvudet upp i vattnet och på så vis få svårt att andas.

Nya Zeeland är så vackert att man blir alldeles andlös. Kajakpaddling är enormt populärt här och det finns flera områden som är mycket lämpade, även för nybörjaren. Kajakcentren ligger tätt och det kommer ständigt nya.

Skillnaden mellan låg- och högvatten är lite olika på olika platser, men ligger mellan 1 -3 meter. Detta ställer i allmänhet inte till några bekymmer eftersom man mestadels landstiger på sandstränder. Tänk bara på att dra upp kajaken ovanför högvattensmärket.

Det finns ett fåtal tidvattensrace runt Nya Zeelands kuster, men inte i dom områdena som man normalt paddlar, so no worries.

Vädret är betydligt nyckfullare än vi är vana vid i Sverige. Det kan blåsa upp mycket hastigt och regnbyarna kommer oväntat. Det kan också vara så att Du paddlar en hel vecka utan att uppleva annat än varmt, vindstilla solskensväder. Sommarvädret är ganska pålitligt, höst till vår kan bli rättsä vätt och blåsig.

Camping är oftast inga problem. Det finns ingen allemansrätt, men det är allmänt accepterat med tältning om man håller sig undan från bebyggelse och ställen där folk vistas och passerar. Tänk ungefär som Du gör i Sverige, så går allt bra.

Hela Nya Zealands västkust ligger öppen mot Tasman Sea som är ett av världens stormigaste vatten. Här härskar ett vädersystem som går under namnet "The Roaring Forties" och redan namnet säger en del.... Det finns dock ett undantag: Fiordland längst ner i sydväst. Som namnet antyder, finns här ett antal fjordar som ligger skyddade från havets raseri. Doubtful Sound och Milford Sound har vägförbindelser och åtminstone i Milford, finns ett kajakcenter.

Sydöns populäraste områden för kajakpaddling heter Marlborough Sounds och Abel Tasman National Park och ligger utmed den norra kusten, mot Cook Strait.

Marlborough Sounds är ett system av fjordar och sund som omges av höga berg. Jag tyckte nog att det kändes som att paddla på en stor insjö och det blev i längden nästan lite tjatigt med alla bergen som såg likadana ut och liksom skymde utsikten.

Nå, jag kom raka vägen från Abel Tasman National Park och var väl lite bortskämd med detta paradiset. Branta berg täckta av ogenomtränglig djungelvegetation, kantade med gyllengula paradisstränder och azurblått vatten.....kan det bli bättre?!

I vattnet finner man nyfikna sälar -Du kan faktiskt hoppa i och simma tillsammans med dom- och det finns gott om rockor som seglar fram som stora fåglar under kajaken. Glid tyst och försiktigt in i en grund vik, så kan Du med lite tur få se hundratals rockor ligga utspridda som en matta över botten och gona sig i solen. På land härskar Cikadornas gnissel hela dagarna och frampå kvällskvisten hörs de mest otroliga fågellåten. Kvitter, drillar och hela flöjtserenader gör dig sällskap till kvällsmålet. En fågel som Du definitivt kommer att stifta bekantskap med, är en sorts skogshöns som kallas Weka. Wekan är nyfiken och totalt orädd. Dom har setts knalla rakt in i öppna tält för att provsmaka invånarens tår i sin ständiga jakt på godsaker.

Det är inga problem att campa i Abel Tasman, men vill Du vara för dig själv, så försök att hitta ett ställe som inte kan nås via vandringslederna.

Nog kan man tillbringa uppemot en vecka med att paddla från Marahau upp till Separation Point och tillbaka igen, men man kan också klara sträckan fram och tillbaka på två dagar om man ligger i som sjutton. Det finns åtminstone 4 - 5 kajakcenter i området. Dom erbjuder både guidade turer och uthyrning av en- och tvåmanskajaker och det är inga problem att paddla här. Vattnet är oftast lugnt och skillnaden mellan låg och högvatten är inte mer än 1 - 1,5 meter.

Om vi sedan tar ett kliv över till Nordön, så finner vi dom finaste paddelvattenen på öns nordöstkust från trakterna kring Auckland och norrut. Bay of Islands och Northland blev mina klara favoriter.

Hela området bjuder på fantastiskt natursceneri. De svarta taggiga lavaklipporna är ofta genomkorsade av grottor och tunnlar som man kan paddla in och ut i. Sandstränderna är många och ofta får Du dom för dig själv. Det är stor chans att Du får sällskap av delfiner här och är dom på lekhumör, så är det inga problem att överge kajaken för en stund och göra dom sällskap. Vattnet är varmt.

Hela Nya Zealand är ganska buckligt, eftersom det är ett vulkaniskt land, men här uppe i norr är terrängen mer låglänt än i söder. Bergen är lägre och flackare och ligger glesare. Det är lätt att hitta campingplatser i dom vänliga gräsbevuxna dalarna och man tar gärna en kvällspromenad över kullarna för att strax finna sig stående högt över havet och med ro i själen blicka ut över detta oerhört vackra och vilda stycke natur....

Paihia och Russell i Bay of Islands är fullständigt nedlusade av kajakcenter med guidade turer och uthyrning på programmet. Jag rekommenderar definitivt Mark & Pauline Hutson på "N.Z. Adventures, Ocean Kayaking", tel: 00964 (0)9402 8596. Dom finns alldeles utanför Paihia och är inte bara mycket erfarna friluftsmänniskor, utan också enormt kunniga och erfarna havspaddlare.

Hauraki Gulf öster om Auckland är också ett fint område för paddling.

Mahurangi en bit norr om Auckland, är ett bra ställe att sjösätta. Området är ganska lättpaddlat med öar nägorlunda tätt liggande.

Det finns också ett kanotcenter inne i Auckland som ligger alldeles vid vattnet. Där finns en liten övärld nära till hands, där Du kan campa på några olika ställen, men det är anlagda campingplatser, så förvänta dig inte någon avskildhet.

Coromandel Peninsula, öster om Auckland är ett annat populärt ställe för kajakpaddling. Jag tror att där ser ut ungefär som området kring Auckland.

Närmare till hands för oss svenskar, ligger Storbritannien och Irland. Där råder ju dock samma årstider som här i Sverige. Juli och Augusti är vädermässigt de säkraste månaderna.

I Storbritannien utvecklades havspaddlingen så som vi känner den i dag. Som en sport och fritidssysselsättning. Här började man producera havskajaker i glasfiber och än i dag kommer en stor del av våra glasfiberkajaker från Storbritannien.

För en kunnig och leklysten paddlare är dessa områden ett eldorado. De mest spännande vattnen med mycket vacker natur, finner Du utmed Scotska och Walesiska västkusten, samt Irlands syd- och sydvästkust. Dessa vatten är dock **ingenting** för nybörjaren och även om Du är en mycket erfaren och skicklig kajakist, ska Du **aldrig** ge dig ut och paddla här, utan sällskap av någon som är väl förtrogen med hur havet fungerar. Tidvattnets förflyttning är oerhört kraftig runt hela Storbritannien och Irland och det märks särskilt i områden där strandlinjen är oregelbunden och bryts av vikar, "locher", öar och uddar. Där uppstår så kallade tidalrace som närmast är att jämföra med en gigantisk fors, fast mitt ute i havet. Vattenmassorna som skall flyttas är så stora att dom inte får plats, utan välter över ända och kastas upp i luften. Detta resulterar i höga, branta, ofta brytande vågor och kallas på engelska för "overfalls". Det bildas också virvlar i vattnet. Den mest kända av dessa virvlar kallas för "The Hag" (Haggan/Kärringen) och återfinns i the Gulf of Corrywreckan på Scotska västkusten. Denna virvel har dragit ner stora segelbåtar och vrakdelar har återfunnits många kilometer ut i havet. Inget ställe för en kajakpaddlare, kan man tycka. Men där misstager man sig, för Corrywreckan är en mycket populär lekplats för många brittiska paddlare. Man måste bara veta **när** man ska vara där och **var** i gattet man ska befinna sig, så går allt bra. Kajakpaddlare använder dessa tidalrace att leka och surfa i och det är ganska praktiskt att slippa bli uppsköld på grunt vatten, som man blir vid strandsurfing.

Höjdskillnaden mellan låg- och högvatten varierar mycket från område till område. På vissa platser kan det handla om tolv meter vid springtide. På andra ställen skiljer det bara ett par - tre meter.

Storbritannien och Irland har mängder med outdoor centers där man kan hyra kajaker och en kunnig följeslagare eller deltaga i någon arrangerad tur.

Det finns ingen motvarighet till allemansrätt i dessa länder och man förväntas fråga markägaren om lov ifall man vill campa. Ger markägaren lov, så blir denne också ansvarig för eventuella skador som kan uppstå i samband med campingen, t.ex. brand o.s.v. så frågar man får man i allmänhet nej. I tätbefolkade områden är man därför hänvisad till campingplatser eller inkvartering på t.ex. ett outdoorcenter, vandrarhem eller BoB. Färdas man i mer obebodd terräng, så campar man utan att fråga om lov, men man sköter det snyggt och diskret, så att ingen förnärmas.

Ska Du paddla i Norra Wales, så rekommenderar jag A.S.S.C. utanför Holyhead på Anglesey. Den mycket erfarna kajakpaddlaren Nigel Dennis driver detta outdoorcenter och håller turer, kurser och symposier för kajakpaddlare. Tel: 00944 (0)140 776 25 25.

En bit väster om Cork på sydvästra Irland finns Beara Kayaks, som drivs av Frank och Vic Conroy. Dom erbjuder också havspaddling i alla dess former. Tel: 009353 (0)27 70 692.

Detta är center som jag känner till, men det finns som sagt många fler. BCU (Brittish Canoe Union) har säkert förteckning över kajakidkande outdoorcenters. Tel: 00944 (0)155 982 11 00.

Europas Atlantkust är nog också att betrakta som vatten för den mer erfarna kajakisten, men det finns många guldorn, särskilt utmed Frankrike och Portugal.

Även här är man i avsaknad av allemansrätt och i stort sett hela kusten är så tätbefolkad att det överhuvud taget inte finns något utrymme att slå upp ett tält, utan att befinna sig inom synhåll från bebyggelse. Man är alltså hänvisad till offentliga campingplatser eller annan inkvartering.

Friesiska öarna är ett band av sandöar som sträcker sig utmed Tyska och nordliga Hollandskusten. Detta är ett mycket populärt område bland tyska och holländska paddlare. Här handlar det mestadels om paddling i öppet hav och landningar i surf. Man måste också tjäma landstigning och sjösättning med

högvatten, för havet försvinner ibland flera kilometer ut vid lågvatten och på många ställen blottas då ett brett bälte av lera som är omöjligt att ta sig över.

Ovanstående gäller även för resten av den holländska kusten. Här paddlar man antingen längsmed stranden och tittar på tyska solbadare, eller också paddlar man rakt ut i havet och lunchar på en sanddyn som dyker upp vid lågvatten. Dessa sanddyner flyttar hela tiden på sig, så holländska paddlare måste köpa nya sjökort vart och vartannat år, för att hitta sig en lunchplats.

Franska Atlantkusten bjuder på en hel del vacker natur, men även här ligger bebyggelsen tätt och paddlaren är hänvisad till offentliga campingplatser. Tidvattenskillnaden är på sina ställen så mycket som tolv meter och stora områden torrläggs vid lågvatten. Ofta är dessa områden jämnhöga, så vattnet försvinner snabbt över en stor yta samtidigt. Man har alltså inte en chans att fly ut på djupare vatten om man märker att det börjar bli grunt där man paddlar och områdena som torrläggs är på intet sätt forcerbara per fot, så man blir sittande där emellan några tängtäckta stenblock, tills vattnet kommer tillbaka. Det kan i värsta fall ta 8 - 10 timmar....

Jag tillbringade en dryg vecka i Bretagne och paddlade en sektion av kusten där, som kallas "Den Röda Granitens Kust". Graniten var mycket riktigt röd och ofta formad till ofantligt vackra skepnader som satte fantasin i spinn, men ohhhh så vass den var vid_närkontakt. Här inser man verkligen istidens positiva inverkan på naturen!

Du har kanske sett dom populära affischerna på ett vackert gammalt fyrtorn, byggt i sten, som står mitt ute i havet och är omgärdat i hela sin bredd och höjd av en gigantisk brytande våg. Dom bilderna är tagna utanför Granitkusten! (Nåja, havet är inte **alltid** så vilt där.)

I Medelhavet finns fina ställen att paddla på och här behöver man inte oroa sig för tidvatten. Dock kan vindarna vara enormt starka i vissa områden och under vissa tider på dagen.

I Grekiska övärlden är det många som paddlar och vill man inte göra överfarterna mellan öarna per kajak, så kan man ta färjan i stället. Grekerna är ett mycket vänligt och hjälpsamt folk, så dom ordnar säkert så att Du kan ta med kajaken ombord på färjan.

Turkiska kusten lär ska vara mycket vacker också. Och det lär även finnas kajaker att hyra där. Fråga på turistbyrån, så kan dom nog tala om var.

Det är i dag så billigt att åka på charterresa till Thailand, att många svenskar hamnar där på semester. Och även i Thailand kan man faktiskt paddla.

Längsmed hela västkusten av Burma, Thailand och Malaysia ligger paradisoarna som på pärlband. Vattnen här är under sommartid snälla och trygga. Det kan dock blåsa upp ganska snabbt, så gör inga långa överfarter om Du inte känner dig säker på att Du kan klara hård vind.

Tidvattensskillnaden är inte mer än någon meter och det är inga problem att komma i land vid lågvatten, för sandbotten är i allmänhet stabil att gå på.

I Ao Nang, utanför Krabi finns ett litet kanotcenter som ordnar turer och hyr ut kajaker. Dom har även sit-on-tops för dig som bara ska ut över dagen och vill bli solbränd om benen också.

Det ska finnas åtminstone ett par kanotcenter till i Thailand och jag tror att det ena ligger ute på Kho Pi Pi och det andra någon stans på Phuket.

Till Florida kan man också köpa billiga charterresor. Söder om Floridahalvön, omkring Florida Keys, finns ett enormt område med c:a halvmeterdjupt 30-gradigt vatten som är som gjort för riktigt härlig glasspaddling. Djurlivet är fantastiskt, med bl.a. jätterockor och mycket annan fisk. Öarna paradisiska med vajande palmer och mangrove, flankerat av kritvit sandstrand.

Så många ställen, så lite tid.....

Men kan Du inte resa just nu, så kan Du i alla fall ta en tur på www. (Har Du inte tillgång till Internet hemma eller på jobbet, så finns ju biblioteket.)

Sök på "kajak" och ge dig ut i världen! Nästa gång är Du kanske på väg på riktigt.

Det var inte meningen, men jag gjorde det!

Min första kullerbytta framlänges

Det var mellan Härmanö huvud och Vallerö. Vi var sju stycken på kursen. Det var en surf och rockhoppin kurs med Nigel Foster som instruktör. Vi hade tömt våra kajaker på valleröns sandstrand. En väldigt bra basläger plats. Vi tömde kajakerna och plockade bort alla grejor uppe på däck, dom lossar lätt i översköljande sjö. Och det är lättare att manövrera havskajaken när den är tom. Nästan tre dagar av vattenlek med lagom enmeters dyning i början till tvåmeters dyning följande dagar. Det kunde inte bli bättre, ja kanske lite mindre vind sista dagen, men näst intill perfekt var det.

Andra dagen vid surfträningen gjorde jag det. Det bara blev så. Jag hade fångat en rejäl våg och lutade mig frammåt för att träna på att förflytta mig på vågen. Plötsligt gräver sig fören ner dupare och djupare, jag finner mig plötsligt stående på fotpinnarna och vattenytan vid min sittbrunnkant. Jag stöttar så mycket jag kan och jag lyckas vrida kajaken ett halvt varv en liten piruett alltså. Kajaken slår kullerbytta men jag blir kvar i upprat ställning, möter vågen som sköljer över hela mig och paddlar tillbaka mot vågorna för att försöka göra om samma sak igen. Jag behövde inte ens rolla upp! Ojoj detta är kul!! Jag lyckades tyvärr inte göra någon mer. Den första blev en ren lyckträff. Men många goda surfar och "hoppa" blev det.

Syftet med kursen var att kunna manövrera kajaken i de svåra förhållanden som blir runt grynnor och prång i exponerad ytterskärgårdsmiljö. Och samtidigt lära sig att ha överblick över sina medpaddlare så att man undviker skador på kajak och kropp. Det handlar mycket om tajming, placering, manövreringsskicklighet och att vara lugn när man hamnar upp och ner. Vilket man gör då och då. Att hantera höga och låga stöd är ett måste, samt gärna kunna rolla åt båda håll.

Det går ej att undvika att man blir rädd ibland.

Vågors dån när dom möter klippor kan få den mest kaxige att känna sig liten. Men desto skönare när man verkligen klarat en svår passage med helt fel tajming. Klarar man det inte och man inte lyckas rolla upp utan slits ut ur kajaken är det förhoppningsvis någon kompis som kommer till undsättning och drar in paddlare och kajak i lugnare vatten. Flera kursdeltagare förvånades över hur bra dom olika räddningarna fungerade i brytande sjö.

En våtdräkt och hjälm är bra att ha. Våtdräkten fungerar inte bara som kroppsvärmare, den ger också skrap och stötskydd mot berget. Vi har vassa havstulpaner på västkusten.

Lagarbete är oerhört viktigt för säkerheten och för att inte kajaken skall bli förstörd. Så att reka varje tänkbar passage, diskutera hur man tycker det är lämpligt att gå och var varje "räddare" skall vara placerad. Man bör vara minst tre personer. En som går in och två som tittar på. Sen väntar nummer två att gå in tills nummer ett har tagit hans position. Är man fler än sex personer är det bättre att dela upp i mindre grupper. Det blir långa väntetider annars.

Vissa passager går bara att passera i några sekunder, så det gäller att läsa vattnet rätt. Enklaste sättet är att titta på passagen i någon minut eller två, hålla koll på om vågorna är växande eller minskande.

Sedan får man också tänka på att det blir en liten fördröjning innan man är framme vid passagen. Man kan också välja mellan att fånga en våg och surfa över passagen, eller smyga sig på långsammare än vågornas fart in mot klipporna. Det kan bli besvärligt om man "fastnar i surfen" och kör med god fart in i klippor eller över stenar som man inte alls borde hoppa över. Eller när man smyger in och allt vatten plötsligt försvinner i ena sekunden och kommer in skummande, fräsande i andra och lyfta iväg dig in mot "fel" klippor. Det är inte lätt. Ju mer man "hoppas" desto duktigare blir man på att läsa och placera sig.

Det är lämpligt att börja på lättare passager där det inte händer så mycket om man har en dålig tajming. Det finns gott om lätta passager.

Stupande klippor är säkrare än lågsluttande, vågen vänder bara och kajaken kommer liksom ingenstans medan klippor som sköljs över kan du bäras med över och lämna en och annan repa i kajaken, och en räddning från kompisarna blir förmodligen nödvändig.

.Att surfa i branta vågor är en bra och rolig träningsform för att bli en duktig rockhoppare. Här gäller det att hitta en bra sträcka med branta vågor och en bra säkerhetszon efter vågorna där det är lugnt och enkelt att få i någon som kommit utanför kajaken.

Några bra saker att tänka på:

Kolla djupet så att man inte kör ner fören i botten om man slår en kullerbytta framlänges (kallas loop eller ending på engelska). Tre meter djupt är nog ett minimum vid våghöjder runt en meter, (horisonten försvinner precis ur ditt synfält)

Försök att ha öppna ögon vid översköljande sjö. Det skaver inte mindre än om man följer sina reflexer att knipa ihop ögonen. Man tappar lättare kontrollen om man blundar mycket.

Surfa aldrig rakt över en grynna. Starta hellre jämte den, där är vågen som brantast.

Placeringen vid starten är oerhört viktig. Den avgör om du kommer att surfa rakt med vågen eller gå diagonalt åt något håll.

Det är jättesvårt att ändra kurs mitt i surfen med havskajak. Det resulterar oftast i att man tappar surfen eller att man hamnar upp och ner.

Surfa diagonalt om våghöjden är mer än två meter om du inte absolut vill göra en loop.

Tänk på att gå åt det håll där vågen inte har kollapsat än. Surfar du diagonalt åt "fel håll" tar vågen slut ganska snabbt

Tänk på att ligga utanför kompisarnas surfzon när du paddlar

tillbaka mot vågorna. Hamnar man där i alla fall och en kollision syns oundviklig är det bästa att gå runt! Då kör förhoppningsvis surfaren bara över dig och du kan rolla upp igen när han har passerat. Om det är du som surfar kan du rolla mitt i surfen, kroppen bromsar då upp farten och du tappar surfen och stannar förhoppningsvis innan du kolliderar.

Har du fångat en surf kan du med din kropp påverka om du vill öka eller minska farten. Böjer du dig framåt ökar du farten och du kommer "längre ner i vågen" fortsätter du böja dig framåt kommer nosen att gräva ner sig och (om våghöjden är tillräcklig) kan du göra en loop. Lutar du dig bakåt minskar du farten och hamnar "längre upp på vågen" så småningom tappar du surfen helt.

Ta inte ut dig helt, det är lätt att ryckas med av vågornas dån och nöjet att lyckas fånga en våg då och då. Så vila lite emellanåt, du kommer att få träningsvärk nästa dag ändå.

God paddling på det nya året önskar Håkan Jernehov

PS. Det blir troligen en ny rockhoppin kurs med Nigel veckan efter kajaksymposiet på Orust i Augusti.

Om glädjen med att lära sig hantera sin kajak - vi tu bliva ett.

Av Karin Mentzing

Många kajakpaddlare kommer nästan aldrig att paddla annat än rakt fram och aldrig annat än på lugna vatten. Härliga semesterurer med huvudsyfte att tyst och med egen muskelkraft kunna nå ut i vacker skärgårdsnatur.

Dock är det flera paddlare, även inom denna kategori som har upptäckt glädjen i att också kunna manövrera sin kajak smidigt. Att känna sig trygg med räddningsövningar och kunna hantera lite mer sjö när det behövs.

Vi är också ett växande antal kajakpaddlare som har upptäckt nöjet med "rockhopping", surfing och liknande äventyr som kräver en betydligt större färdighet i att manövrera och hantera kajaken.

Bara känslan att "bli ett med" kajaken, tycker jag ger en oerhört mycket större paddelglädje.

Att sedan omsätta det i praktiken genom att snirkla ut och in mellan stenar och klippor, medan dyningen rullar in och skickar mig högt upp i luften i en lek som vida överträffar alla världens tivolin sammantaget, är en härlig upplevelse.

Det är jag som styr karusellen och det är min skicklighet och bedömningsförmåga det kommer an på hur färden ska sluta. Någon kapsejsning då och då, hör liksom till. Man får välja en plats och tidpunkt då vattnet är varmt nog att ta sig ett dopp.

Med rätt utrustning och rätt nivå av svårighetsgrad utifrån dina erfarenheter är det inte farligt att leka i bränningarna på det här viset. Hjälms är absolut nummer ett. Det är också bra att ha våtdräkt på sig, eftersom den skyddar hyfsat vid krock och skrap emot berg och havstulpaner. Man ska också alltid vara minst tre personer, alla utrustade med lättåtkomligt bogsersystem när man ger sig i kast med rockhopping. Att surfa med kajaken ute på öppet hav eller bakom en gryna där vågor byggs upp och rullar ut över djupt vatten, är också ett sant nöje. Dessutom helt ofarligt förutsatt att alla i gruppen är väl förtrogna med kamraträddningar eller ännu hellre eskimåsväng och att det inte finns klippor som man kan sköljas upp på när man kapsejsar.

Det finns en mängd olika sätt att använda sin kropp och sin paddel för att manövrera och behärska kajaken i alla upptänkliga situationer och det krävs naturligtvis mycket övning för att bli skicklig.

Jag rekommenderar alltid att man börjar med att lära sig eskimåsvängen såpass hyfsat att man normalt kan ta sig upp efter kapsejsning i en träningsituation. Det behöver inte ta särskilt lång stund att lära sig detta om man bara inte lider av vattenskräck. Då måste man ju börja med att övervinna denna.

När man vet att man kan ta sig upp från u-läge, törs man också töja mer på gränserna och lär sig då mycket fortare att behärska stöttingarna och de olika styrtagen. Under tiden får man också mycket övning på eskimåsvängen och så småningom känner man sig mogen att ta itu med elementen.

Det är klokt att ge sig ut tillsammans med mer erfarna paddlare i början. Dels kan man lära sig mycket om hur man fångar en surfvåg och hur vattnet rör sig inne mellan stenarna, så att man slipper göra alla misstagen själv. Dels kan man förhoppningsvis slippa få sin kajak sönderslagen mot klipporna på grund av att ingen av ens paddelkamrater klarade av att bogsra ut en efter kapsejsning.

Känner Du att Du vill ge dig in i en ny dimension av paddling och börja lära dig mer om hur Du kan hantera din kajak, så finns många vägar att gå.

En bra "kick off" kan vara att deltaga i kajaksymposium. Där kan Du själv prova på manövrering och räddningstekniker under ledning och dessutom träffa mycket erfarna paddlare från hela landet och äse deras krumbukter och språng bland bränningarna.

Där kan Du också träffa ledare och utbildare från olika organisationer och kanotcentraler. Känna dom lite på pulsen och ta reda på vad dom har att erbjuda dig.

Manövrering - kurshållning.

Roder - skädda - paddel.

Av Karin Mentzing.

Så länge Du bara paddlar rakt fram, ska Du inte behöva bekymra dig särskilt mycket om manövrering av kajaken.

Har Du roder, så ska det räcka med bara små korrigeringar då och då. Det är vanligt att man ser nybörjare åka slalom över fjärdarna. Då har man gjort för stort roderutslag och dröjt för länge med att centrera rodet igen och blir strax tvungen att korrigera åt andra hållet.

De flesta roderförsedda långfärds-kajaker, har **pedaler** för att manövrera rodet. För att få en god och effektiv paddelteknik, ska man skjuta ifrån växelvis med fötterna för varje paddeltag så Du bör öva in ett sätt att göra detta, utan att samtidigt trycka på roderpedalerna.

Med en skädda kan man inte styra kajaken, utan den är till för att ställa in kursen med.

När kajaken drivs framåt, bildas ett område med turbulent vatten från kajakens bredaste punkt och bakåt. När vinden träffar kajaken från sidan påverkas alltså aktern mest. Aktern "slirar" i det turbulenta vattnet och får kajaken att svänga upp mot vinden. Du måste fälla ner skäddan såpass mycket att den sticker nedanför det turbulenta vattnet, för att den ska "sätta fast" kajaken i rätt kurs. När Du ökar farten, blir turbulensområdet djupare och Du måste då fälla ner skäddan ytterligare.

Under din tur kommer Du dock att behöva svänga kajaken i bland. Har din kajak ett roder, så är det enkelt: Trampa på höger pedal så svänger kajaken höger och vice versa.

Saknar kajaken roder, så får man ta till andra knep. Ska Du bara svänga litegrann, så räcker det oftast med att göra om några raktfrem-tag till svep. För paddeln i en halvcirkel rörelse från fören, långt ut från sidan och in mot aktern. Vill Du få en större effekt på svepet, så kan du kantställa kajaken ut från svängen. (Tvärt emot cykling, då man lutar in mot svängen.)

Ska Du manövrera snävt, så ska skäddan fällas upp helt, annars händer det inte mycket.

Roder ger en ganska flack sväng, så även om Du har roder, kan Du behöva ta i med ett svep vid snävare manövrering. Problemet som då uppstår är att om Du ska svänga höger, så kommer Du att trycka ifrån med vänster fot under svepet. Man kunde i ett sådant läge önska att roderlinorna vore korsade. Ska Du manövrera snävt inne mellan stenar o.s.v. är det alltså bättre att fälla upp rodet och bara använda paddeln och din kropp.

Utöver svep kombinerat med kantställning av kajaken, finns en mängd olika sätt att använda paddeln för att styra kajaken.

Sätt fart framåt och sätt sedan ned paddeln vertikalt i vattnet, alldeles invid sittbrunnen. Paddelbladets drivsida ska vändas in mot kajaken. Vinkla paddelbladet med framkanten utåt från kajaken, så kommer kajaken att svänga. Kombinerar med kantning, så blir svängen snävare. Prova att föra paddeln framåt till i höjd med dina knän innan Du vinklar ut bladet.

Experimentera på det här viset, med olika sätt att vinkla paddelbladet och olika positioner framåt och bakåt, så får Du snart en mycket fin känsla för samspelet mellan kajaken, paddeln och din egen kropp.

När det gäller manövrering i vind, så tänk på turbulensen: Ska Du svänga från vinden, så är det lättare att påverka kajakens akter och ska Du upp mot vinden, så är det fören Du ger dig på. Alla styrtag blir effektivare om Du kantställer kajaken. I detta sammanhang kan jag tillägga att en rank kajak oftast är lättare att manövrera, eftersom mindre kraft går åt till att hålla den kantad.

Skärgott. Häfte om matlagning för kajakister. Recept och tips. Pris: 40:-
Hild Lorentzi, tel: 08 590 347 18

Nästa Nyhetsbrev planerar jag att skicka ut frami April.

Det kommer bl.a. att innehålla rapport från BCU:s Canoe Exhibition i Birmingham, som går av stapeln den 21 - 22 Februari.

Första numret av en ny brittisk kajaktidning kommer att släppas i samband med mässan och jag tror att detta kommer att bli en mycket bra och innehållsrik tidning.

Chefredaktör är John Ramwell som var med när havskajaking utvecklades till vad den är i dag.

John har alltid varit mycket involverad i BCU, bedrivit paddelverksamhet för ungdomar, drivit ISKA i trettio år och mycket annat.

Han är en mycket respekterad och anlitad havspaddlare och har kontakter över hela världen.

Allt detta och vad jag i övrigt känner till om John, borgar för hög kvalitet. Närmare rapport om pris, innehåll, prenumeration o.s.v. kommer när jag har granskat underverket.

Tills dess: Ha det så gott det går i snöyran och skriv många fina artiklar om kajaking till nästa Nyhetsbrev!!

Karin Mentzing