



# OSLO KAJAKKLUBB

## Velkommen som medlem av Oslo kajakklubb (OKK)

### Informasjon om utlån av kajaker:

**Åpningstid** (med nøkkelbrikke): 06.00 – 24.00

**Lån av kajak:** Skriv nummeret i protokollen, tidspunkt for når du padler ut og når du kommer tilbake

**Padleruter:** Se kart på vestveggen på A-hallen

**Bruk:** Til aktiv padling, ikke «badebåter». Ikke lov til å gå i land med skjærgårdskajak eller surfski (lette og skjøre). På langtur med havkajak kan du gå i land for å spise.

**Rengjøring:** Båter, vester, spruttrekk og årer skal spyles etter bruk.

**Legg tilbake på plass:** Alltid med baugen inn og skegen/roret ut! Tøm den for vann og bruk svamp for å få ut resten, så blir den tørr og fin til neste bruker.

**Sikkerhet:** Vær obs på båttrafikk, fergene (og kryssing av ro- og padlebanen!), kle deg godt hvis vannet er kaldt, padle nær land og sammen med andre dersom du er uerfaren.

### Aktiviteter havkajak:

- **Nybegynnere:** kl 17.30 hver torsdag for (klar på brygga, ingen ferdighetskrav).
- **Viderekomne:** kl 17.30 hver onsdag (klar på brygga)
- **Invitasjoner** og mer info på facebook «Havpadlerne Oslo kajakklubb».
- For turer med overnatting og andre aktiviteter, se terminlista og info på [www.okk.org](http://www.okk.org).

**Aktiviteter surfski:** [Surfski \(okk.org\)](http://www.okk.org)

**Aktiviteter mosjons- og masterpadling:** [Mosjons- og masterpadling \(okk.org\)](http://www.okk.org)

**Aktiviteter Kajakkpolo:** [Kajakkpolo \(okk.org\)](http://www.okk.org)

**Aktiviteter SUP:** [SUP \(okk.org\)](http://www.okk.org)

**Aktiviteter for barn og unge:** [Barn og unge \(okk.org\)](http://www.okk.org)

**Parkering:** Noen plasser bortenfor Ullern båtforening (se kart på bua ved veien), men sikrest å bruke sykkel!



# OSLO KAJAKKLUBB

## Utdypende informasjon om OKK og lån av kajakk

Her er den viktigste informasjonen om OKK og utlån av kajakk du fikk på introduksjonskurset. Se også informasjon på klubbens hjemmeside [www.okk.org](http://www.okk.org)

På introduksjonskurset fikk du nøkkelbrikke som gir deg tilgang til treningsrommene og garderobene mellom 06.00 og 24.00. Det er felles badstu mellom dame- og herregarderoben. Husk håndkle!

Dersom du har egen kajakk og ønsker plass til denne, kan du søke om plass på klubbens hjemmeside. Når du får plass kan du bruke nøkkelbrikken din for å få tilgang til plassen.

Vi oppfordrer alle til å sykle eller reise kollektivt til klubben. Det er noen få p-plasser utenfor klubben som du kan benytte, og flere dersom du kjører 150 meter videre bortenfor Ullern Båtforening på grusplassen. Men på fine dager er kapasiteten sprengt.

### Padleruter og sikkerhet

På vestveggen til klubbhuset henger det et kart som viser aktuelle padleruter fra klubben. Om sommeren er det mye båttrafikk på fjorden. Husk at du som kajakkpadler ikke alltid er så godt synlig og at du alltid er den svake part. Ikke regn med at båtene ser deg.

Når du padler fra klubben krysser du ro- og padlebanen. Vis hensyn og husk at de som ror ser feil vei!

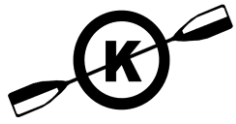
Krysser du hovedleden mellom Dyna fyr og Nakholmen er det særlig viktig å være obs på Nesoddbåtene (og Danskebåtene). De kommer fortere enn du aner. Hvis du ser Nesoddbåten i det fjerne, vent fem minutter til den har passert framfor å ta noen sjanser.

Oslofjorden er normalt ganske rolig, men blåser det kan bølgene også her bli røffe. Den vanligste vinden fra sør-vest og da kan bølgene ved Hukodden bli krappe. Du får en god føling med bølgene ved å padle ut mellom Killingen og Bygdøy.

Mange liker å padle også om vinteren, tidlig på våren og sent på høsten. Husk da at selv om det kan være behagelig temperatur i luften, er sjøen ofte kald. Går du rundt og ikke er skikkelig utstyrt med tørrdrakt eller vådrakt, er faren for nedkjøling (hypotermi) overhengende. Vi anbefaler å bruke tørrdrakt/vådrakt dersom vannet er kaldere enn 10-12 grader C.

Om vannet er kaldt eller det blåser, er det også alltid en sikkerhet å padle flere sammen slik at man kan hjelpe hverandre om uhellet er ute.

Du har nå tatt introduksjonskurs og fått våttkort. Vi vil sterkt anbefale at du går videre og også gjennomfører grunnkurs (16 timer) der du vil lære egenredning, kameratredning og mer padleteknikk. Jo mer du mestrer, jo morsommere blir padlingen. Så lenge du bare har introkurs anbefaler vi at du ikke paler lengre ut enn at du kan svømme til land hvis du velter.



OSLO KAJAKKLUBB



# OSLO KAJAKKLUBB

## Utlån av utstyr

OKK har over 100 kajaker til utlån. Som medlem kan du låne kajakk, åre, vest og spruttrekk. Klær og annet personlig utstyr må du skaffe selv. Klubbens tørrdrakter er kun til bruk på kurs eller utlån ved klubbturen.

Alle kajakkene som ligger nede på brygga er til utlån. I tillegg ligger det båter i «gorillaburet» ved siden av A-hallen og til venstre i A-hallen. Bruk nøkkelbrikken din. Alle hallene med båt plasser er merket fra A (nærmest brygga) til F (nærmest veien).

Når du låner kajakk fører du dette inn i utlånsprotokollen; navn, nummer på båten, når du reiste ut og når du kom tilbake. I tillegg skriver du hvor langt du padlet i aktivitetsprotokollen, og totalt utpadlet distanse dette året (lag eventuelt et kartotek kort for lettere å holde oversikt). Dersom du har privat båt plass må du padle minst 100 km pr år for å beholde plassen.

**Havkajakker:** De fleste båtene som er til utlån er av plast og tåler en støy. Disse båtene kan du sitte i på brygga når du justerer fotstøttene. Skegen (finnen bak) er det som er mest utsatt. Husk på at den alltid skal være inne når båten ligger på brygga. Når båten legges på plass etter bruk, skal baugen alltid ligge inn. Båten skal skylles og tømmes for vann. Bruk svamp for å få ut siste rest. Da er den tørr og fin når nestemann kommer. Mange av båtene er av typen Zegul. De gule er minst (low volume) og de røde er av mellomstørrelse (medium volume). Vi har også ekstra store kajaker for dem som trenger det.

**Surfski:** Det ligger noen surfski i plast ned på brygga. Disse er fine nybegynnerbåter. Det er også surfski i glassfiber til utlån. Disse ligger i F-buret nærmest elva. Før du kan låne disse må du ha en liten opplæring (gratis). Den foregår tirsdager kl 18.45 og bookes på nettet (Under okks kurskalender).

**Skjærgårdskajakk:** De fleste av disse ligger i A-hallen (og noen få på brygga). Pass på at ikke roret skades, - roret skal alltid ligge utenfor brygga og de tåler ikke at du sitter i dem hvis de ikke ligger på vannet. Legges med baugen inn etter bruk, ferdig spylt og tørket med svamp. Viktig! Husk teknikken for å tømme glassfiberkajakk. Den må aldri dras opp på brygga full av vann!

**SUP:** Klubben har også SUP-brett til utlån der du står oppreist og padler.

**Årer:** De fleste som padler havkajakk foretrekker euroåre (gul) da det gir god manøverbarhet. De som padler skjærgårdskajakk eller surfski bruker oftest vingåre (sort) som er overlegen når det gjelder framdriftstak. Lengden på åra? Ca fra gulvet opp til håndleddet ditt, men ikke kortere enn 205 cm.

**Vester:** Henger i A-hallen. Skylles etter bruk.

**Spruttrekk:** Henger i A-hallen. Kun nylontrekk som er lett å ta av om du skulle velte. Skylles etter bruk.



# OSLO KAJAKKLUBB

## Regler for bruk av kajakkene

Kajakkene skal brukes til padling, ikke som «badebåter». Bruker du skjærgårdskajakk eller surfski, har du ikke lov til å gå i land annet enn på brygga på klubben. Disse båtene er veldig skjøre og går fort i stykker.

Havkajakkene i plast er mer robuste. Er du på langtur kan du gå i land og spise matpakken din og hvile litt, men på fine dager er det mange som ønsker å bruke båtene og de skal ikke brukes som «badebåter».

På turer arrangert av klubben kan du låne utstyr også når turen går annet sted enn i Oslofjorden.

**Medlemskapet i klubben er personlig, og du har ikke lov til å la venner bruke klubbens utstyr eller fasiliteter.**

Dersom du oppdager en kajakk som det er noe feil med, er det fint om du skanner en av QR-kodene på brygga og registrerer skaden med båtnummer i skjemaet som du får opp.

## Organiserte aktiviteter

### Havpadling

Havpadlegruppa arrangerer fellestur for nybegynnere hver torsdag kl 17.30 (klar på brygga) i sommersesongen. Hvor turen går annonseres på havpadlernes hjemmeside på Facebook (søk etter Havpadlerne Oslo Kajakklubb).

For de som er litt mer erfarne arrangeres det fellesturer hver onsdag kl 17.30. Disse annonseres også på Facebook.

Ingen forhåndspåmelding.

Havpadlegruppa arrangerer også en mengde andre turer. Sjekk terminlista som ligger på klubbens hjemmeside [www.okk.org](http://www.okk.org)

### Flåten (mosjons- og masterpadling)

Flåten har tirsdaysrace hver tirsdag fra første tirsdagen i mai til siste tirsdagen i oktober. 500 m starter kl 17.30 og 5000 m kl 18.00

Meld deg inn i Facebook gruppen «Flåten – Oslo Kajakklubb» for mer informasjon om Flåtens aktiviteter

### Surfski

Surfskigruppen har trening hver mandag kl 17.30

Meld deg inn i Facebook gruppen «OKK Surfski» for mer informasjon om surfski gruppens aktiviteter.



# OSLO KAJAKKLUBB

## **SUP**

SUP gruppen har treninger torsdager kl 17.45.

Meld deg inn i facebookgruppen «SUP Oslo Kajakklubb» for mer informasjon om SUP gruppens aktiviteter.

## **Treningsrom**

Klubben har tre treningshaller med vekter, apparater og padlemaskiner medlemmer kan bruke fritt i åpningstiden. I vinterhalvåret arrangerer flere av gruppene fellestreninger inne.

## **Det hemmelige skapet!**

I rommet med utlånsprotokollene er det også et skap med varmt vann og kaffe. Spar en sjokoladebit til etter turen og nyt atmosfæren på brygga med sjokolade og kaffe. Der er det lett å få nye venner.

Sees på vannet – og på brygga!