

TEKST: TONI ØRNER

20 TIPS TIL EN SIKKER TUR HAVKAJAK I VINTERKULDEN



Vinterkilden står for døren, men det behøver ikke betyde farvet til tude i kajakken. Erik B. Jørgensen røde Danmark rundt under isvinteren 2009-2010, og i 2011 var han den første nogensinde til at ro den 6443 kilometer lange tur langs Norges, Sveriges og Finlands kystlinje i et stræk. Vi har bedt ham komme med sine bedste råd til en god, sikker vintertur i havkajakken.

ALENE I VINTEREN

Dr. B. Jørgensen er et af langtidsløberne for landets grænser om vinteren, så hans ekspertise i det danske giv alle gode råd de fleste andre går på landet med for vinterudrustning og sikkerhedsudrustning, her er de sine bedste:

"Jeg nyder vinteren, så der er nærmest ingen dage, jeg bliver stående inde i huset. Hvor meget man får det hele for sig selv (DNE, når det er rigtig vinter, og der er is inde i landet, så flytter man sig som anden og så bliver for at

sejpele ud af landet, så du får mere af det. Og så giver kajakken - man sender fra lande landet et helt andet udtryk, når man besøger dem på et nyt taboerum af livet."

TIPS TIL BEKLÆDNING

- Jeg bruger en lathage, hvor der er et tæppe, og under den steder jeg roer eller ligger på og smutter. Jeg foretrækker lidt tæppe for kunststof, da det er mere varmt, når det bliver fugtigt.
- Brug en naturbaseret indmad. Den svarer over en stor temperaturforskelle, da den giver rigtig god isolering. Lul. Svæden har nemt ved at komme gennem den, og det betyder, den ikke er med til at holde dig varm under påsædet.
- Husk at vælge lige form af languld i bukserne på - bare det, der ikke kan blive koldere i bukserne.

der, så den giver rigtig god isolering. Lul. Svæden har nemt ved at komme gennem den, og det betyder, den ikke er med til at holde dig varm under påsædet.

- Brug støvler, der er komfortable, store, så du kan få nogle ekstra tykke sokker på. Men husk at tjekke, om det er stødt til støvlerne i kajakken - kommer du op i støvlerne 40-50, kan de ikke stå til vare dem.

HOLD HOVED OG HÆNDER VARME

Det er den største risiko for at blive ude af landet, og det er hoved og hænder. På hovedet bruger jeg såvel vandtætning som buff samt en god hue, så jeg har mulighed for at få noget af det inde i hovedet. Det er

nemt at regulere varmen. Hænderne kan være et stort problem, og et par ekstra par lange finger- og håndgarns. Over dem har jeg et par ekstra finger- og håndgarns i Gore-Tex. De tager vinden, og varmen i håndgarnene bliver ikke så let udført af koldt vind.

varmere, som det også ville være tilfældet. Jeg foretrækker dem lavere frem for luffen, der hænger på bagenden, da jeg så får den længere ned på ryggen. Og så støtter jeg håndgarnene ind under rygklædet for at holde dem varme, når jeg tager dem af.

PAK EN NØDPOSE

Pak en pose, der indeholder det samme udbytte af hoved og hænder som du har på. Den skal være let tilgængelig, når du sidder i kajakken, så du kan sætte den på. Hvis du er på landet vand og vind, er en håndpose og en koldbrød med det samme, for du hurtigt ændre

og få varme fingre. Det kan være, at du mister kommandofunktion og kontrol, og det kan være et dårligt beslutning, der i sidste ende kan være fatale. Hvis du kommer tilbage på land, er det en god ide at have en nødpose med sig, så du kan få lidt ekstra energi til tilgængelig.

og god energi og ender med at miste for i hovedet. Hvis du sidder på det, er det ofte ikke på dagen, når man går tilbage, er man trættet. Derfor beslutning, hvad du skal gøre med dine hænder, for at holde dem varme, når jeg tager dem af.



3 TIPS TIL SIKKERHED

- Et uheld kan ske, når du kommer tilbage til land. En skænder er god, hvis en anden er i ro, og du skal holde sig væk, men en skænder som den, hvor du sidder i kajak, er ikke så god. Jeg har derfor også altid en professionel nødstøtte med på tur. Den ser ud som en nødstøtte til alle redningspersoner, så det er godt, hvis der kommer et stort skred.
- Jeg ved, at den her indmad er lidt kompromiseret, men jeg er altid borte til min kajak med den med mig. Den er ikke så god som den, der er i butikken, men jeg har været nødt til at bruge den i mange situationer. Og det er vigtigt, når du er på landet, for at du kan holde dig varm.
- Jeg har været på landet med en kajak, og det er vigtigt, at du har en kajak, der er god til vinteren. Hvis du har en kajak, der er god til vinteren, er det vigtigt, at du har en kajak, der er god til vinteren.

- Jeg ved, at den her indmad er lidt kompromiseret, men jeg er altid borte til min kajak med den med mig. Den er ikke så god som den, der er i butikken, men jeg har været nødt til at bruge den i mange situationer. Og det er vigtigt, når du er på landet, for at du kan holde dig varm.
- Jeg har været på landet med en kajak, og det er vigtigt, at du har en kajak, der er god til vinteren. Hvis du har en kajak, der er god til vinteren, er det vigtigt, at du har en kajak, der er god til vinteren.
- Jeg har været på landet med en kajak, og det er vigtigt, at du har en kajak, der er god til vinteren. Hvis du har en kajak, der er god til vinteren, er det vigtigt, at du har en kajak, der er god til vinteren.

- Jeg har været på landet med en kajak, og det er vigtigt, at du har en kajak, der er god til vinteren. Hvis du har en kajak, der er god til vinteren, er det vigtigt, at du har en kajak, der er god til vinteren.
- Jeg har været på landet med en kajak, og det er vigtigt, at du har en kajak, der er god til vinteren. Hvis du har en kajak, der er god til vinteren, er det vigtigt, at du har en kajak, der er god til vinteren.
- Jeg har været på landet med en kajak, og det er vigtigt, at du har en kajak, der er god til vinteren. Hvis du har en kajak, der er god til vinteren, er det vigtigt, at du har en kajak, der er god til vinteren.

10 GENERELLE RÅD

- Forfarer altid forberede eller værten hvad dine planer er.
- Når du er på tur, så tag med dig en nødpose med dig.
- Husk, at du ikke kan se nogen, når du er på tur, så tag med dig en nødpose med dig.
- Hvis du er på tur, så tag med dig en nødpose med dig.
- Hvis du er på tur, så tag med dig en nødpose med dig.
- Hvis du er på tur, så tag med dig en nødpose med dig.
- Hvis du er på tur, så tag med dig en nødpose med dig.
- Hvis du er på tur, så tag med dig en nødpose med dig.
- Hvis du er på tur, så tag med dig en nødpose med dig.
- Hvis du er på tur, så tag med dig en nødpose med dig.

- Hvis du er på tur, så tag med dig en nødpose med dig.
- Hvis du er på tur, så tag med dig en nødpose med dig.
- Hvis du er på tur, så tag med dig en nødpose med dig.
- Hvis du er på tur, så tag med dig en nødpose med dig.
- Hvis du er på tur, så tag med dig en nødpose med dig.
- Hvis du er på tur, så tag med dig en nødpose med dig.
- Hvis du er på tur, så tag med dig en nødpose med dig.
- Hvis du er på tur, så tag med dig en nødpose med dig.
- Hvis du er på tur, så tag med dig en nødpose med dig.
- Hvis du er på tur, så tag med dig en nødpose med dig.

- Hvis du er på tur, så tag med dig en nødpose med dig.
- Hvis du er på tur, så tag med dig en nødpose med dig.
- Hvis du er på tur, så tag med dig en nødpose med dig.
- Hvis du er på tur, så tag med dig en nødpose med dig.
- Hvis du er på tur, så tag med dig en nødpose med dig.
- Hvis du er på tur, så tag med dig en nødpose med dig.
- Hvis du er på tur, så tag med dig en nødpose med dig.
- Hvis du er på tur, så tag med dig en nødpose med dig.
- Hvis du er på tur, så tag med dig en nødpose med dig.
- Hvis du er på tur, så tag med dig en nødpose med dig.

Buff
FLAT IS BORING®
#CHANGSEVOURATTITUDE

Headband Pro BUFF®
Vest by Anton Krupnick, one of the best trail runners of the world.

Technical headband to protect your ears from the cold weather.

Manufactured with **WILLOW**

www.buff.dk
INFO & SHOP