

Opgave- og ansvarsfordeling til stævnerne i 2025

Silkeborg den 24.01.2025

Kære forældre,

På forældremødet blev vi enige om en ny og forbedret plan for stævnerne i 2025 – inspireret af den succes, vi kender fra lørdagsfrokosterne.

Sådan fungerer det:

Ansaret for forplejning, og praktiske opgaver bliver fordelt mellem grupper af forældre, som i fællesskab sørger for at få alt til at køre på skinner til de enkelte stævner. Hvis du er forhindret i den weekend, du er tildelt, står det dig frit for at bytte med en anden forælder – vi stoler på, at I selv kan finde en løsning, idet vi er opmærksomme på at vi har forældre, som arbejder i weekenderne.

Hvordan kommer vi i gang?

- Hver gruppe har en eller flere kontaktpersoner, som tager initiativ til at koordinere opgaverne.
- De står også som ansvarlige for, at alt er på plads til stævnet.
- For at sikre en god planlægning foreslår vi, at grupperne mødes senest to uger inden stævnet for at gennemgå opgaverne.
- En fælles besked fra kontaktpersonerne kan fastsætte dato og tid for dette møde.

Hvad skal vi huske?

- Grupperne står for at pakke traileren med det nødvendige køkkenudstyr, så det hele passer med weekendens planer.
- Trailerkørsel er ikke en del af gruppens ansvar – denne opgave løses på skift af alle forældre og koordineres særskilt af Lars/Farstad.
- Telte til stævnerne bliver bestilt af Hanne og Agnete
- I kan altid kontakte Lars/Farstad for at få oplyst, om der er kølevogn til rådighed.

Vi er her for at hjælpe

Hvis der opstår spørgsmål om madplaner, mængder eller andet, står vi – Agnete og Hanne – klar til at hjælpe jer.

Energi til roerne – gode forslag til mad og drikke til stævnerne

Kulhydrater: For at præstere deres bedste har roerne brug for masser af energi, og kulhydrater er en vigtig del af deres kost under stævnerne. Retter som pastasalat, wraps, pasta med kødsovs, bulgursalat og brød er både lækre og energigivende valg, der kan hjælpe dem godt igennem en travl dag.

Drikkevarer: Når det kommer til drikkevarer, **anbefaler vi varianter med sukker frem for aspartam**, så roerne får den energi, de har brug for, når de skal yde deres bedste.

Mellemmåltider

For at sikre, at roerne også får fyldt depoterne mellem løbene, er mellemmåltider som bananer, energibarar og kage perfekte valg. Disse kan med fordel serveres tæt på startområdet, så det bliver nemt og hurtigt for roerne at få noget at spise, uden at de behøver at gå tilbage til teltet mellem løbene.

Husk væske i varme

Hvis det er meget varmt, kan vi også støtte roerne ved at servere drikkevarer og evt. bananer og energibarar i målområdet, så vi sikrer, at roerne har gode væskedepoter gennem hele stævnet.

Vi håber, at disse forslag kan være til inspiration og hjælpe med at sikre, at roerne er godt rustet til en fantastisk stævnedag.

Sådan fungere udlæg til mad og betaling af mad og telt

Det er omkostningskrævende at leje telte, og vi skal samtidig have dækket omkostningerne til mad, og vi har derudover ønsket en lettere løsning.

Tilmelding, pris og betaling til de forskellige stævner findes her:

<https://www.silkeborg-kajakklub.dk/information-til-foraeldre>

Udlæg sendes til Christian Farstad på telefon 51240096 med billede af kvitteringen.

Ved Silkeborg Regatta medbringer roerne selv mad, og der laves en salgsvogn og serveres mellemmåltider. Vi håber, at I vil bakke op om betalingsløsningen, så trænerstaben kan bruge mere tid på vores unge menneskers træning fremfor administration.

Vi glæder os til skøn sæson

Vi håber, at opgavefordelingen bliver en anledning til hyggelig snak og godt samarbejde mellem forældrene. Vi håber, at disse forslag kan være til inspiration og hjælpe med at sikre, at roerne er godt rustet til en fantastisk stævnedag. Vi står altid klar til at hjælpe, og I er meget velkommen til at kontakte os.

Vi glæder os til en skøn sæson og ser frem til at dele gode stævneoplevelser med jer.

De bedste hilsner

Agnete Klitte & Hanne Maigaard

Stævne:	Spring 2025 2.-4. maj	Bagsværd reg. 2025 30. maj-1.juni	Silkeborg reg. 2025 16.-17. aug.	DM 2025 2025 29.-31. aug.
Ansvarlig:	Pors/Hinge	Rask	Klitte/Dyrvig	Astrid Vestergaard/Mads Frøslev
Gruppe:	1.Juul, 2.Hinge, 3.Bonney, 4.Klitte	1. Rask 2. Pors 3. Klitte 4. Bonney 5. Johanne Østergaard	Forældreudvalg køber ind til mellemmåltider som serveres i startområdet. Roerne medbringer selv mad til stævnet. Der skal laves salgsvogn/ madvogn/ pølsevogn Gruppe: Dyrvig Klitte Meyer (Stig) Maigaard	1.William Brask 2.Astrid Vestergaard, 3.Løvborg, 4.Lukas Hansen, 5. Frøslev Rasmussen 6. Klitte
Fredag	Bonney	Bonney		Astrid Vestergaard, Løvborg,
Lørdag	Hinge, Klitte	Rask,		Frøslev Rasmussen, Brask
Søndag	Juul	Klitte		Klitte
Link til stævnet:	Copenhagen ...	Bagsværd re...		DM Sjælland ...