

Årsrapport 2014 Kongsberg Padleklubb .

Rapporten lagt fram på årsmøte mangler innspill Freestyle og Rafting

Kort om Kongsberg Padleklubb

Kongsberg Padleklubb har ca 90 medlemmer og er tilslutta NIF gjennom Norges Padleforbund. Tradisjonelt har klubbens fokus vært tur- og leikepadling i elv, og tur- og treningspadling på flattvann. På elvegruppas ukentlige treninger har det sommeren 2014 vært jevnlig ca 20 padlere, i alle aldersgrupper og kompetansenivåer.

Vi har juniorer og yngre seniorer som konkurrerer innen freestyle kajakk og utgjør kjernen i det norske konkurransemiljøet innen denne grenen. Fire deltok i 2011 i VM (5. plass K1WJr) og i EM i 2012 med 4. og 5. plass i K1W. Sterkt resultat som førsteårs seniorer. Vi har også damelag som deltar i nasjonale og internasjonale raftingkonkurranser.

Klubben trener om vinteren med 1-2 kvelder pr uke i basseng.

Klubben jobber mye med rekruttering særlig blant barn og ungdom. For disse legger vi mye vekt på leikepadling (freestyle) som gir gode basisferdigheter, er sikkert og enkelt å organisere.

Vi har nybegynnerkurs, i år 2 kurs med til sammen 10 deltakere, unge voksne. Som del av klubbens rekrutteringsarbeid er det i 2014 utdannet 8 nye aktivitetsledere, med formell kompetanse til å gjennomføre nybegynnerkurs.



Årsbudsjettet for 2014 var på kr 87 060, til klubbstyr, rekruttering og kompetanseutvikling. Budsjettet i 2011 var på kr 28 000, veksten gjenspeiler klubbens aktivitetsøkning.

Klubben er ressurssterk med medlemmer som bidrar aktivt inn i NPF innen elvepadling.

Utvikling av medlemsmassen

Kongsberg padleklubb hadde i 2014 73 betalende medlemmer, en minskning på 19 fra 2013.

Imidlertid er det slik at selv om vi kun kunne rapportere 73 medlemmer i idrettsregistreringen (det antallet som hadde betalt innen 31/12/1) så var det reelle antallet flere. Per 16.2 har 87 betalt kontingent. Det er sannsynlig at ca 10+ medlemmer kommer til å betale 2014 kontingent slik at vi kan regne med at det var mer enn 97 reelle medlemmer i klubben i fjor.

Fordeling hittil: Elv:51 Flattvann:36.

Innetrening

Innesesong vinter -14 fortsatte på vanlig måte med halvt basseng tirsdager kl 2030 – 2200. Prosjektet med trenerstøtte i form av Øystein Resser og Halvor Heggem. Gutta driver treningene som del av skolearbeidet. Aldri før har vi hatt slik gjennomgående struktur og driv over treningene!

Årsrapport 2014 Kongsberg Padleklubb .

Høst/vintersesongen inne mangler litt på dette, nå som vi var blitt godt vant. Søndagene 1000 – 1200 var godt besøkt.

Aktivitet på elv

Klubbtrening

Har vært arrangert på tirsdager. Det er jevnt godt oppmøte på disse treningene. De padlerne som tok nybegynnerkurs i 2012 og 2013 har vært en ivrig og lærevillig gjeng som har vært fast inventar på treningene. Det er også en del padlere som har tirsdager som fast padlekveld men som velger å dra på andre turer disse dagene.

Vi jobber med å innføre et enkelt rapportskjema, det ligger på nettsida. Kan brukes mer flittig, og her er noen registreringer:

Dato	Antall	Rapport
02.04.2014	17	Grilling i Grettefoss var suksess. Mange oppmøtte og en fin myk start for nybegynnerene. Karsten og Odd stilte med griller. Til neste gang må vi huske å hente båtene i bassenget før første utetrening.
29.04.2014	10	En gruppe på 6 stk dro til Grettefoss. Vannføring på over 170 m3. Tiden ble brukt til å øve på strømskiller, traversering og noen av deltagerne tok turen ned på elv-høyre med bakevjer. De resterende deltagerne tok turen til nedre Jondalselva på ca 10 m3 og gjennomførte to turer ned.
13.05.2014	11	En gruppe padlet Jondalselva og en gruppe dro i Grettefoss. Mange smil på vei hjem. Litt store øyne på nybegynner i Jondalselva, men det gikk supert og alle var fornøyde. God trening på redning også.
27.05.2014	25	Oppmøte padlebua kl 1730. Sted:Grettefoss Reiste fra bua kl 1800, mange folk og ting tok litt tid. Mange nybegynnere stilte. Fikk etterhvert delt dem opp i ulike grupper slik at alle fant sitt nivå. Ingen svømmere. Fin dag med flott vær og godt humør på alle. Takk for god hjelp med å gjennomføre en treningskveld med så mange nye padlere.
01.07.2014	24	Grettefoss, besøk av LP som tok bilder. Veldig mange på elva! Nå starter det å bli fult i grettefoss med så mange. Jon og Marcus padla dynamic duo og ble hekta. Denne må brukes mer! Karsten
21.08.2014	13	Tur i tinn elven. Fra demningen til hengebrua.

Turer elv

KPK har arrangert to terminfestet turer i år. Østerdalsrunden som var igjen en flott tur med mange padlere fra andre miljøer som møtte opp ved hytta til Ingar. Øvre lmsa var en fin pååvarming, og Hira ble padla to dager. Setninga hadde et sporty nivå, så gruppa med 50+, + en ung, fikk vist hvorfor det er lurt å være i god form (bære juvet uten grunnform...). Juniorgruppa (29-40) viste ad bæringa var unødvendig. En laaaang svømming etter juvet. «I've been on continuous stretches before, but never 8km» henger igjen som en av kommentarene. Flott vær alle dager, god stemning.

Årsrapport 2014 Kongsberg Padleklubb .

En tur gikk til Sjoa III, parallelt med OSI og OEK.

Det har vært stor aktivitet med turer i privat regi. De tidligere nevnte nybegynnerne har deltatt på både Sjoa River Festival og på Dagali River Festival, sammen med mer etablerte padlere i klubben. Det kan se ut til at det har vært organisert mellom 30 og 40 turer i år.

Litt fra enkeltturer:

Dato	Antall	Rapport
15.06	3	Nedre Austbygd. Tom-Andrè, Steven, Odd
22. juni	4	Bøelva, Sagafossen til nedenfor Beverøya camping. Marianne, Helene, Karsten, Odd. Marianne ruller og redder!
05.08.2014	6	Bøelva fra Oterholt til nedenfor Beverøya camping. Mina, Helene, Fredrik, Anders, Lars Erik og Karsten padla. Litt svømming, men OK.
06.09.2014	12	*12 stykker på tur: Asbjørn, Kai, Thomas, Marianne, Helena, Helene, Mina, Melker, Geir, Håvard, Lars Erik og Karsten. To stk under 16 og fire nybegynnerne. *Lørdag ble Finna (Geir, Håvard og Lars Erik), Otta og Normalen padlet. Søndag Bru til Bru og Normalen. *Felles tilbehør til middag og felles frokost var et bra da det var veldig samlende for gruppa.
23.09.2014		Vrangfoss, det er ikke mørkt før det er mørkt! Mye fin padling, mange strømskiller og god trening. Mina, Helene, Elena, Kai, Mira, Håvard, Øystein, Karsten, Steven, Lars Erik, NN, Odd

Kurs og tildeling av våttkort.

Det har vært gjennomført:

- Teknikkurs
- Sikkerhetskurs
- 2 Nybegynnerkurs

I samarbeid med NPF har det vært gjennomført:

- Aktivitetslederkurs elv
- Aktivitets-og veiledersamling elv
- Aktivitetslederkurs kano

Litt fra rapporteringene

Dato	Antall	Rapport
26.04.2014	11	Teknikkurs Kloppfoss, høyt vann. Konge kurs med Dag Sandvik.
27.04.2014	11	Fortsettelse på kurset med Dag Sandvik. 1. økt i Kloppfoss. 2. økt i Jondalselva ved brua til Gravningsgrenda. Ca 10 cms. To sett porter satt opp, en ved brua og en ved vannmåleren. Skal ikke mye til for å øke vanskelighetsgraden!
09.05.2014	9	Nybegynnerkurs Kloppfoss, bak elvebua. Teori, framdrifts- sveipe- og støttetak
10.05.2014	9	Nybegynnerkurs Kloppfoss, bak bua og i Klekkeristryket. Basisøvelser, terping
11.05.2014	9	Nybegynnerkurs Turdag. Tinnelva halvannen gang. All big smiles!

Årsrapport 2014 Kongsberg Padleklubb .

Med de gjennomførte kusene er det i 2014 utdannet 10 nye elvepadlere og 8 nye aktivitetsledere, de siste med formell kompetanse til å gjennomføre nybegynnerkurs.

22/6 ble det arrangert «Test & try» med noe mindre framømte enn i 2013. Tidsplassering og Næringsforeningens annonsering ventes å ha hatt mye å si for fremmøtet.

Kursprofilen bør videreføres, det gir både rekruttering og inntekter.

Freestyle og slalåm 2014- sesongen

Avventer innspill. Det som ligger lang fram i panna er:

- Tora deltok på 2xWC i Spania
- Halvor deltok på Veko og sjoafestival
- Flere – hvem – deltok på NM Slalom på Voss

Flattvann og hav

Håkon Eide har tatt åra på hav/flattvann og jobber bra med å få opp aktivitet og fellesskap på flattvann og hav. Han holder også orden og driver vedlikehold på buer og område.

Aktivitet 2014:

Flattvannsfolket som har kajakkene sine i klubbens båthus ved Hellebæk har jevnlig vært på vannet for turer og trening. Flere har gjort det bra på konkurranser dette året. Det er lite organiserte fellertreninger men folk har treffes tilfeldig på elva og padlet sammen.

Havpadlerne som har kajaker i båthus har brukt dette primært til oppbevaring og henter kajakkene for padling andre steder. Vi har hatt noen fellespadlinger/samling for nybegynnere på onsdager i sommer med opptil 10 deltagere. Medlemmer i klubben har delt på å ta ansvar for dette.

Båthus

Porten til garasjen for privatbåter er reparert og det er foretatt reparasjoner på takene. Om rådet har vært jevnlig vedlikeholdt med gressklipping og rydding.

Det planlegges bygging av boliger i Hellebækområdet. Grøntområdene langs Lågen skal beholdes og utvikles. Kongsberg Padleklubb er med i planlegging av dette. Det er tegnet inn både båthus og brygge.

Utstyr

Det er fullt i privatbua og klubbua. For å tilby plass til aktive padlere må vi fjerne kajaker som ikke er i bruk. Det er behov for oppgradering av havkajaker.

Nettside

Klubbens nettside har vært oppdatert med nødvendige dokumenter. Den kan fortsatt brukes mer aktivt. Det er lagt inn nytt rapportsystem.

Årsrapport 2014 Kongsberg Padleklubb .

Kompetanseplan KPK 2014 – 2015

På årsmøtet 2014 ble det vedtatt en kompetanseplan for å fremskaffe flere aktivitetsledere og flere som kan håndtere en raft på greie elver. Vi trenger også flere veiledere. Alle katagorier må være stabilt boende i Kongsberg, eller med stabil tilstedeværelse på treninger og turer.

Det ble vedtatt å støtte kursavgifter som følger:

3 stk aktivitetsledere, dekker kursavgift

2 stk veiledere, dekker kursavgift

2 stk raftingguide, delvis utgiftsdekning (30 - 50%?). Det er ønskelig at folk fra raftingmiljøet stiller her, men ikke et krav.

Vilkår:

For aktivitetsledere og veiledere: Gjennomføre kurs for klubben to helger pr sesong, på dugnadsbasis, de kommende to sesonger.

For raftingguider: Guide for klubben to helger pr sesong de kommende to sesonger på elver en er kvalifisert for (Den elva en tok kurset, om en består kursets evaluering, samt Tinnelva. Andre elver må vurderes enkeltvis)

Vi har nå et tilskudd på 8 aktivitetsledere, 6 boende i Kongsberg.

Veiledere og rafteguider er neste på lista.

Kongsbergbølga

Den store utfordringen nå er finansiering. Anlegget ble tatt inn i Kulturanleggsplan for Kongsberg kommune etter høringsrunden. Klubben leverte en gjennomarbeidet høringsuttalelse som argumenterte for dette, og fikk tydelig støtte fra Kongsberg Idrettsråd (KIR). KIR så hvor viktig det var for videre troverdighet og finansiering, og mente at Kongsbergbølga var ett av få anlegg som måtte innarbeides i planen. Nå står Kongsbergbølga på prioritert liste med kr 700 000, rett nok i 2017.

Finansieringsarbeidet er utfordrende, og prosjektet jobber fremdeles for å finne andre måter å profilere seg på enn å gå ut i avisa og si at nå må bedriftene kjenne sin besøkelsestid. I 2014 er det søkt midler hos Sparebank 1, det er ikke mottat tilbakemelding på søknaden.

I oktober deltok Geir og Odd på et møte om utvikling av Kongsberg fram mot 2020. Vi ser muligheter med vannhopp (freestyle), bølga, badeplass og en wakeboard-bane som noen ildsjeler har på tegnebrettet. Kommunens planleggere har tatt poenget med å passe på at disse anleggene ligger såpass tett at de drar nytte av hverandre for å trekke folk og liv til byen. Avslutningsvis holdt Geir en kort og presis 2-minutter som fikk god mottakelse. «Hvem blir med oss på å bygge bølga, og så arrangere EM?» var spørsmålet til slutt.

Innenfor den tekniske delen av prosjektet fikk vi tillatelse fra NVE til å kunne eksperimentere med vannføringen i fossen, når den er liten. Vi må se hvor mye av en lav vannføring vi kan klare å kjøre gjennom kraftverket, og hvor liten vi da kan klare å få vannføringen i selve fossen. Kongsberg Energiselskap og Numedalslaugens Brugseierforening har signert søknaden som Geir Ølnes førte i pennen. Vinteren 2014 gikk Lågen for stor til å kunne teste dette, det er planlagt å gjøre dette ved første tilgjengelige lavvann.

Årsrapport 2014 Kongsberg Padleklubb .

Gjennom arbeidet med kostnadsreduksjon og kvalitetssikring av NCC kostnadsoverslag kom vi i kontakt med entrepenørselskapet Kruse-Smith. Selskapet ser andre muligheter for den tekniske gjennomføringen, og ønsker å jobbe sammen med oss på prosjektet.

Troverdighet, og da å kunne vise til en levende klubb som har mye og god aktivitet mot barn og unge, er viktig når vi nå skal ut og hente penger til prosjektet. Generell klubbdrift, kurs, ungdomsaktiviteter, samlinger og turer er derfor viktige forutsetninger for bølgearbeidet. Her er det plass til alle, og bruk for hele gjengen!

Rafting

Klubben fikk den nye etterlengtede raften i slutten av april 2014. Den har etter det vert brukt til trening og til morro.

Mål med treningen har vert å øke kunnskap, teknik og samarbeid i raften. Fysisk trening og morro. Andre mål før treningen har vari konkurranser. Treningen har under 2014 vert som planlagt nesten ukentlig.

Konkurranse: Deltagelse i Danish White Water Games (DWWG) i Lissfors Sverige. Med tre damer fra KPK og tre fra Heidal, så kunne vi stille med to lag under DWWG. Med flotte resultater, først og andre plass.

Det var også planlagt å delta i Sjoa raft race men den konkurransen ble avlyst.

Turer elv: Under Sjoa-festivalen ble den brukt til moro på Otta elven, der fikk flere nye mulighet til å få være med på elven.

For mer detaljer se Tur- og treningsrapporter -Rafting.

Årsrapport 2014 Kongsberg Padleklubb .

Tur- og treningsrapporter – Rafting

Dato	Antall	Rapport
30.04.2014	3	Først trening for sesongen 2014 med den nye raftingbåten på Damtjern ved Liertoppen. 1,5 timers flattvannsøkt.
02.05.2014	3	Andre raftingtreningsøkt ved Damtjern ved Liertoppen. 1,5 timers flattvann.
07.05.2014	3	Tredje raftingtreningsøkt ved Damtjern ved Liertoppen. 1,5 timers flattvann.
14.05.2014	4	Fjerde raftingtreningsøkt ved Damtjern ved Liertoppen. 2 timers flattvann.
19.05.2014	5	Femte raftingtreningsøkt ved Damtjern ved Liertoppen. 1,5 timers flattvann. Fantastisk gøy og være 5 stk!
28.05.2014	4	Ukas trening ble på Eikeren/Fiskumvannet. Flott sommervær! 1,5 times økt. Oppvarming med barna. Bra økt:-)
11.06.2014	3	Trening i Lier på flatvann, teknikk og intervall, avsutet med bad og svinge sig opp i raft igjen.
18.06.2014	4	Trening på damtjern Lier. Teknikk, intervaller og opp i båt.
02.07.2014	2	Teknikk og intervall trening på damtjern lier.
07.07.2014	6	Tur i Otta elven under Sjoa festivalen. I Raft Markus, Lars -Erik, Åsa, Marianne, Melker og undreteknad. Med på turen var også flere i kajakk.
08.06.2014	5	Tur med Raften i Otta elven under Sjoa festivalen. I båten: Jag,Guri (OEPK), Marianne, Melker, Åsa. Det var også med flere kajakkpadlere.
09.07.2014	4	Tur i Otta elven under Sjoa festivalen. I raften underteknade, Hans-Emil (OEPK), Jorun (usikker på namnet) OEPK, Melker.Med på turen var flere kajakkpadlere.
10.07.2014	5	Tur i Otta elven under Sjoa festivalen. I raften Jag, Sven, Isac, Tone, Melker. Med på turen var også flere padlere i kajakk.
12.07.2014	6	Tur i Otta elven under Sjoa festivalen. I raft jag, Eivind (OEPK), Rose, Siri, Åsa, Melker. Med på turen var også en Kajakkpadler.
25.08.2014	4	Flattvannsøkt Damtjern Liertoppen. Fin temperatur, vindstille og 10 kanoer på vannet (Speiderne hadde samling) :-) Hyggelig å ha med ungdommen.
06.09.2014	5	Raftingtrening R4 og en sikkringspadler i kajak. Sjoa normalen. Teknikk og sammarbeds trening. Meget fin trenings økt.
18.09.2014	4	Damtjern, Liertoppen torsdag 18.september Kl 19-2030 Frammøtte: Rosie (datteren til Simon), Marit, Helena og Ella. Hvis vi skal få til flere treninger må dette skje i helgene fremover.
10.10.2014	2	Raftingtrening på kort varsel. R2 trening med Helena og Ella. 1 t og 15 minutter økt. Superhøy vannstand pga mye regn de siste dagene gjorde til at vi holdt oss på venstre side av øya mesteparten av økten.
16.10.2014	4	Tilstede: Håkon Eide, Marianne, Helena og Ella. Trening i Kloppfoss fra 1600-1815 Alle var super happy etter en flott treningsøkt med god puls! Håper sesongen ikke er ferdig enda...
23.10.2014	3	Kloppfoss Helena, Marianne og Ella (samt Tom Andre i kajak). God oppvarming og travers/evje bak bropilaren på Bølgen bru. Deretter ned til øya. Kjørte 3 runder i stryket. Utrolig gøy med så mye vann, kjempestore bølger og kiling i magen! Raft sesongen er ikke ferdig enda! Vannføring Holmfoss i Numedalslågen: 402.5849 [m³/s]. Cool!
31.10.2014	3	Kloppfoss kl 0930. 2 grader og regn. Helena, Marianne og Ella. Vannføring Holmfoss i Numedalslågen ; 88.2228 m3/s

Årsrapport 2014 Kongsberg Padleklubb .

Opptelling fra klubforumet (KPK prat):

Klubbtreninger Elv:

29.4.
6.5
13.5
20.5
27.5
3.6
10.6
17.6
24.6
1.7 (laagendalsposten på besøk)
8.7
15.7
29.7
5.8 Bøelva
19.8
26.8
2.9
9.9
16.9
7.10

I alt 20 klubbtreninger!

Åpen dag:

21.8 – Sommer i Kongsberg ☺

Impulsive treninger:

26.6 - Rulletrening
27.8 – Intervalltrening kloppfoss
29-31.8 – Port trening kloppfoss
27.10 – Rett etter jobb padling
30.10 - Rett etter jobb padling
12.5 – Teknikktrening Kloppfoss
24.5 – Grettefoss
1.6 – Grettefoss
30.7 – Nybrufossen
30.8 – Nybrufossen
21.9 – Gravenfoss

Flattvann:

26..3 – Fellespadling Hellebekk
4.6 - Fellespadling Hellebekk
3.9 - Fellespadling Hellebekk
17.9 - Fellespadling Hellebekk
5.11 – Kanotur fra Hellebekk
18.12 - Drammenselva

Turer Elv:

10.4 – Jondalselva
24.4 – Jondalselva
24.4. - Tinnelva
07.5 – Jondalselva
08.5 - Øvre Jondalselv
14.5 – Jondalselva
24.5 – Tinnelva – Ble til gravenfoss pga vannstand

28.5 – 1.6 – Østerdalsrunden
6-9.6 – Sjoatur med Asbjørn, Åsa og Petter
6.6 – Prestfoss/Simoa – Sammarbeid med Fritidstunet
12.6 – Austbygdåi
15.6 – Austbygdåi
22.6 – Bøelva
19.8 - Austbygdåi
23.8 – Austbygdåi
9.9. – Nedre Jondalselva
11.10 – Jondalselva
22.10 – Jondalselva
26.10 – Bingsen?
2.11 – Kanotur på Tinnelva
5-7.9 – Sjoatur
19-19. 10 – NM Slalom på Voss

Kurs

23.3 – Introkurs voksen
10-11.5 – Nybegynnerkurs
26-27.4 – Teknikkkurs Elv
16-17.8 – Aktivitetsledersamling / Slalomsamling
11-12.10 - Aktivitetslederkurs