

Keerstroom

April 2012



Verenigingsblad
ESKV Okawa

Jaargang 30, nummer 1

Agenda

21 - 22 april	OLE weekend
29 april	Trip voor gevorderden
13 mei	Trip voor iedereen
26 - 28 mei	Voorjaarskamp
10 juni	Trip voor iedereen
1 juli	Trip voor gevorderden
Zomer	Zomerkamp

Wil je meedoen aan een van deze activiteiten, of zelf iets organiseren, laat dit dan weten aan het bestuur via bestuur@okawa.eu, of wacht op een mailtje van de organisatie van een bepaalde activiteit!

Colofon

Deze Keerstream is tot stand gekomen in de periode tussen december 2011 en april 2012. De stukjes zijn veelal geschreven in en rondom Eindhoven, de foto's daarentegen komen vanuit diverse hoeken van Europa.

De redactie bestaat uit Elise Moers en Irene Kaashoek en werd voor deze uitgave bijgestaan door een heel aantal vrijwillige en minder vrijwillige schrijvers van stukjes. Waarvoor de redactie deze schrijvers hartelijk wil bedanken!

De redactie is bereikbaar op keerstream@okawa.eu. Als je nog leuke ideeën hebt voor de volgende Keerstream, of een stukje of foto in wil sturen, aarzel niet om ze op te sturen!



Agenda	2
Inhoudsopgave	3
Van de redactie	4
Bestuur 2011 - 2012	5
Uit de oude doos	6
Dagje kanoën met Okawa	7
De commissies	8
Verkiezing mooiste foto	10
Freestyle rubriek	12
Okawanda	13
Puzzel	14
Wist je dat...	14
Interview met nieuwe leden	16
Freestyle rubriek	18
Recensie: helmen	20
Verjaardagskalender	23



Van de redactie

Beste Okawanen,

Een keerstroom is voor iedere Okawaan een bekend begrip; een heerlijke plek om uit te rusten, het verdere verloop van de rivier te bestuderen, bij te praten, grappen uit te halen, ... maar daarna wil je over het algemeen toch weer de hoofdstroom in. En dat een keerstroom uitvaren niet altijd even makkelijk is, kun je zien aan de foto van het keerstroom uitvaren op de voorkant van deze Keerstroom. Tijdens het introkamp aan het begin van dit academiejaar konden de beginners beleven wat wildwatervaren is, met het gemak dat foutief opkanten niet meteen werd afgestraft door een zwempartij. Want het was de taak van de wat meer "ervaren" vaarders achterin de Topo Duo hen heelhuids over de keerstroomlijn te loodsen.

Dat het voltooien van een keerstroom, als zijnde hét clubblad van de kanoënde student (en oud-student), ook niet altijd even makkelijk is, kunnen we wetenschappelijk onderbouwen aan de hand van het magere aantal edities keerstromen tijdens de afgelopen jaren. Voor velen van jullie is deze Keerstroom dan ook de eerste Keerstroom. Daarom voelde de redactie zich moreel verplicht er een extra goede editie van te maken. Wat hen het excuus geeft om wat extra tijd uit te rekken voor het maken van de Keerstroom. En dat heeft dan weer tot gevolg dat er nog meer te schrijven valt over de periode tussen de vorige en de huidige keerstroom. Daardoor zagen we ons genoodzaakt de keerstroomlijn wat te verleggen, met als gevolg dat er nog meer nieuwigheden opdoken die in de Keerstroom konden. Kortom, een waterval van schrijfstof. Maar met een flinke boefslag kwamen we eroverheen. En ziehier: u heeft eindelijk wat te lezen. Over alle zaken waar we overheen zijn geboofd, lezen jullie in de volgende editie: de enige echte Okawastatistieken, de geschiedenis van de Keerstroom, het verhaal van een wat oudere Okawaan, meer veiligheidstips, nog meer tochtverslagen en het Sinterklaasmysterie. Wanneer we het volgende keerwater tegenkomen dat groot genoeg is voor dit alles, kunnen we vanaf hier niet zien. We geven wel een teken! Maar voor nu eerst: veel leesplezier!

Met Okawaanse groet,

Irene en Elise
Keerstroomcommissie 2012



Hallo daar, laat ik eerst beginnen met ons voor te stellen. Wij zijn Ruud, Harm, Sander en Martijn oftewel het nieuwe bestuur. Nu zal je misschien afvragen wat is een bestuur en wat kan ik ermee? Daarom hier een typische week uit de agenda van een bestuurslid van Okawa om jullie een idee te geven hoe dat de besluitvorming in elkaar zit.

Dag	Actie	Waarom
Maandag	Training	De trainingen zijn een belangrijk moment in de week van een bestuurslid, bijna alle leden zijn dan namelijk bij elkaar. Het is dan ook een mooi moment om te peilen wat er gaande is in de club.
Dinsdag	Mailtjes, mailtjes en nog meer mailtjes	De belangrijkste taak van een bestuurslid is het beantwoorden en schrijven van mailtjes. Mailtjes met vragen, reacties op eerdere mailtjes. En soms moet er ook nog wat geschreven worden voor de Keerstream.
Woensdag	Schoolwerk	Naast dat wij bestuursleden zijn, studeren we ook allemaal nog. Dat betekent, helaas, dat je soms ook wat voor school moet doen....
Donderdag	Stappen	Zo, weer een dag hard gewerkt aan school. Tijd voor een avondje socializen in de bar!
Vrijdag	Bestuursvergadering	Tijdens de bestuursvergadering komen alle bestuursleden bij elkaar. Dit is het moment om te bespreken hoe dat het gaat met alles dat geregeld moet worden. Heeft iedereen zijn taken af die hij moest doen? Zijn er problemen? Was er nieuwe post die besproken moet worden? Het gebeurt allemaal tijdens de bestuursvergadering. Natuurlijk in een achterkamertje onder het genot van een sigaar en een whisky!
Zaterdag	Een vrije dag	Na al dat harde werk voor de club, voor school en in de bar is het tijd voor een vrije dag. Een mooi excuus om de ouders weer eens op te zoeken.
Zondag	Trip	We blijven natuurlijk een kanoclub en daar horen trips bij! En daar doen we het natuurlijk allemaal voor.

Naast dit alles helpt een bestuurslid nog wel eens met een commissie of met het organiseren van trips etc. Het bestuur regelt dus een hoop achter de schermen zodat wij met z'n allen lekker kunnen varen en trainen. Mocht je dus een probleem of vragen hebben kun je altijd bij ons terecht, maar ook als het goed gaat en je zin hebt in een biertje kun je ons vinden!

Groeten,

Ruud, Sander, Harm en Martijn: het bestuur



Uit de oude doos...

Het Droevige verhaal van de Erft

Op de eerste dag van het "oliebollenweekend" van kanovereniging "De Gennep Molen" gingen we op de Amblève varen. Ik had al eens eerder op de Amblève gevaren, maar nog nooit met zo'n stoffige bedding. Daarom besloten Steven en ik om op zondag naar de Erft te gaan, terwijl de rest van "De Gennep Molen" een wandeling in de omgeving ging maken.

Toen we bij Neuss aankwamen viel het op dat er een deel van de kant beschadigd was, maar goed, Steven ging even de auto wegbrengen en ik ging alvast wat in het kleine walsje spelen. Sinds de laatste keer (eind december) was er toch wel wat veranderd: hij was in het midden breder en aan de instapkant was er een stuk keienbedding, vreemd...

Nadat Steven terug was gekomen en we nog even hadden gespeeld, en naar een paar stuntelende (en later zelfs een zwemmende) Duitsers hadden gekeken lieten we ons verder afzakken. Vreemd genoeg (want er stond genoeg water) liepen we allebei in het keerwater aan de grond. Na een paar stroomversnellinkjes af te zijn gehobbeld viel ons een patroon op de kant op: er waren overal graafmachinesporen te zien die recht het water inliepen. Sterker nog, er lag op sommige stenen in de bedding droog zand. Hier was een vandaal de Erft ingereden en die had ALLE stroomversnellingen systematisch geëgaliseerd. Het leuke loopversnellinkje was ook finaal gesloopt, en bij een van de laatste versnellinkjes

zagen we de boosdoener op de kant staan. Een lompe graafmachine, op de grond van een landgoed vlak bij de Rijn. Terwijl wij ons stonden om te kleden kwamen de Duitsers die we hadden zien zwemmen er aan gereden. Ook zij waren met stomheid geslagen, ze woonden vlak bij de Erft, dit was voor hen de enige echt interessante beek in de buurt. Zo iets hadden ze nog niet eerder meegemaakt, ze dachten dat het was gedaan om het kanoën tegen te gaan Tja, waarom zou je anders zoiets doen. Het is maar te hopen dat er vandaag of morgen een paar flinke hoosbuien over dat gebied komen die de bedding weer in de natuurlijke staat "herstellen". Tot die tijd is er de grote(-re) wals bij de Eppinghover Mühle om leuk in te surfen, het kleine surfgolfje onder de brug met de twee boven en het walsje bij instapplaats 2. Je kunt nog wel gewoon de Erft afzakken, maar keerwatertjes pakken is er niet meer bij, en op sommige plaatsen lig je halverwege de stroomversnelling ineens stil.

Wilko

Noot van de redactie:

Volgens de laatste berichten zijn de vernielingen in de Erft weer grotendeels gerepareerd. Er kan nu weer leuk gevaren worden. Tijdens het ESAC/Okawa-weekend gaan we er waarschijnlijk weer varen.

Keerstroom Jaargang 15, nummer 1, september 1997



Dagje kanoen met Okawa

Kajakken met Okawa, de eerste reactie van een buitenstaander is: 'leuk, beetje varen, mooie natuur'. Als ik er dan bij vertel onder welke weersomstandigheden ik gevaren heb, verklaren ze me voor gek. Als ik dan ook nog even vermeld dat ik ben gaan zwemmen, kijken ze me met open mond aan. Dat is natuurlijk ook de reden dat ik een stukje voor jullie blad mag schrijven.

Voor diegene die er niet bij waren, ik ben Suzanne en ik ben 18 december met Okawa meegegaan naar Monschau om te varen op de Rur. De weersomstandigheden waren, zacht uitgedrukt, 'koud'.

Ik zit op de Fontys sporthogeschool, waar René mijn leraar is. Doordat ik samen met Ellen van Kleij deelgenomen heb aan de wereldkampioenschappen raften had ik wat achterstand opgelopen op school, waaronder voor het kajakken. Via René en Ellen heb ik geregeld dat ik een dagje gezellig met Okawa mee mocht gaan varen. Hier had ik me natuurlijk op verheugd totdat ik het weer zag: -2° C, 20cm sneeuw en de voorspelling was... sneeuw. Ja niet echt de lekkerste omstandigheden om in een bootje te stappen.

Echter zat ik toch 18 december in de auto op weg naar Monschau. Nadat we aangekomen zijn in dit mooie witte gebied, hebben we ons snel omgekleed, met de gedachte dat we snel de boot in zouden stappen. Na twee uur wachten in de sneeuw was het dan zo ver, het water op. Via een mooie sneeuw glijbaan, zo het water in. Yes, ik ben niet omgegaan ☺. De tocht gaat verder, samen met René, Irene en Polo gaan we voorop. De omgeving is prachtig, het bruisende water, de witte bomen die over de rivier heen hangen en het witte landschap. Echter heb ik in het begin niet heel veel gezien van het landschap, is toch wel weer even wennen zo'n klein bootje in plaats van een groot raft. Na vijf minuten wilde ik toch iets meer spanning en besloot ik maar met deze kou te gaan zwemmen. Nou ik kan jullie zeggen, goede kleding doet wonderen! Ik heb het namelijk geen moment koud gehad. Dus na mijn zwempartij ben ik weer de boot ingestapt en heb de rest van de rivier, lekker relaxt uitgevaren. Uiteindelijk kwamen we in het mooie Monschau aan waar de kerstmarkt bezig was, erg gezellig al die mensen. Na de eerste uitstap zijn we doorgevaren, naar het eindpunt. Met een kopje warme soep hebben we de dag afgesloten en zijn we weer naar huis gegaan. Het was een super leuke en leerzame dag! Als ik diegene mag adviseren die niet mee zijn gegaan: laat je nooit tegen houden vanwege het weer, met de juiste kleding kan je een super mooie dag beleven!

Iedereen nog super bedankt dat ik mee mocht, ik vond het erg gezellig!

Groetjes Suzanne



De commissies...

Trainingscommissie

Dit jaar zal de taak van de trainingscommissie vervuld worden door Bram en (kleine) Harm. Bij het voorstellen van het bestuur stonden er al twee actiepunten voor ons klaar. De eerste is het voortzetten van de manier waarop de trainingen, waar René niet bij is, worden ingevuld. Voor de mensen die niet weten hoe het werkt even een korte uitleg. Er komt een schema met daarop de data van de verschillende trainingen. Bij iedere training hoort een thema bijvoorbeeld: conditie, wildwatertechniek, freestyle techniek/conditie, kanopolo of teambuilding. We trainen op allerlei niveaus, van mensen die kunnen eskimoteren met twee vingers in de neus tot mensen die dat bijna kunnen. We hebben trainingen op ieder niveau nodig, dus ook trainers op ieder niveau. Mocht je 's nachts nou wakker liggen omdat je nog een fantastisch thema of ander grandioos idee hebt, dan mag je dat natuurlijk altijd laten weten! En dan nu het tweede actiepunt, dat is het verbeteren van de doorstroming binnen de vereniging. Het idee vanuit het bestuur is dat René zich meer gaat richten op het trainen van gevorderden en dat er per training één of enkele gevorderde(n) zich bekommeren over minder-gevorderden. Aan ons als trainingscommissie de taak om daar een concrete invulling aan te geven. Op het moment van schrijven kunnen we die helaas nog niet. In de eerste week van januari zullen we onze hersens laten kraken over hoe we dit gaan invullen. In ieder geval wensen we jullie heel veel kano-plezier. Jullie horen nog van ons!

De Bier, Wijn en Destillaten Comissie,

Als één van de belangrijkste commissies van Okawa zorgen wij voor het hydrateren van de dorstige Okawaan!

Wanneer je de hele dag op het koude water zit, ben je wel toe aan een opwarmertje!

Voor de koude dagen in het jaar organiseren wij dan ook de sterkere edities, zoals whiskeyproefavonden en een SBDA* met de zwaardere winterbiertjes. In de warmere perioden van het jaar komen de frissere dranken aan bod, bijvoorbeeld tijdens een wijnproefavond en een SBDA met een paar lekkere Weizen.

De BWDC is opgericht om de Okawaan eens uit de boot te halen en sterke verhalen te laten vertellen onder het genot van een goed uitgezocht drankje!

Met bierige groet,

De Bier, Wijn en Destillaten Commissie

Harm Niekus en Tom van Haaren

*SBDA: Speciaal Bier Drink Avond. Opgericht in het jaar voor de BWDC, om Okawa uit de vertrutting te halen en meer bier te laten drinken.



Zomerkampcommissie

Zon, wildwater, kampvuur. Ja, van dit alles en nog veel meer kunt u genieten tijdens een minimaal 6 daagse vakantie ergens in juli. Inclusief geïmporteerde pindakaas en Kronenburger. Verder kunt u kajakles van ervaren instructeurs op uitdagende rivieren verwachten en natuurlijk een hoop gezelligheid. En dat alles tegen studententarieven!

The Owaka Summer Camp Travel Agency

Lees onze voorwaarden op http://www.tripadvisor.nl/LocationPhotos-g1450267-Owaka_The_Catlins_South_Island.html . Behaalde resultaten uit het verleden geven geen garanties voor de toekomst. De organisatie is niet verantwoordelijk voor ontwrichte schouders, gecompriemde ruggengraten, geblutste boten of voedselvergiftigingen.



Webcommissie

Als webcommissie regelen wij alle zaken rond de website van Okawa. Of het een tochtverslag dat geplaatst moet worden is of nieuwe foto's van een trip, niets is te moeilijk voor de webcommissie. De taak van de webcommissie lijkt dan ook sterk op die van deze keerstroom: zorgen dat iedereen geïnformeerd wordt over de leuke dingen die we met z'n allen doen.

Dit bestuursjaar heeft de webcommissie nog een extra missie, namelijk het uitbreiden van de rivieren encyclopedie met daarin alle interessante rivieren die we met Okawa kunnen varen. Hiervoor zijn wij op zoek naar bekende maar vooral ook nog minder bekende rivieren die wij als Okawa kunnen varen. Dus als je een rivier of super vette playspot kent die we zeker niet mogen vergeten op de website te zetten, stuur dan even een mailtje naar bestuur@okawa.eu!!!

Materiaalcommissie

Slagveld! Een ravage was het. De van Lint week heeft de boten gesloopt. Boten zijn geknakt, schroeven zijn gezonken en ook voetsteunen hebben het begeven. Het lijkt er op dat er dit jaar dus weer genoeg werk is voor de materiaalcommissie. Nog voordat wij als commissie werden aangesteld was al bekend dat ook de trailer het nodige onderhoud nodig heeft. Daarnaast vinden we de loods wat rommelig en zouden we graag een duidelijke

Nog meer commissies...

duidelijke scheiding zien tussen het materiaal dat geschikt is om mee te nemen op een trip en het oude afgekeurde materiaal. Uiteraard gaan wij er als materiaalcommissie ook op toezien dat de loods er netjes uit blijft zien. Mochten jullie trouwens zelf iets tegen komen dat er ondeugdelijk of zelfs onveilig uitziet, bijvoorbeeld rammelende voetsteunen of gescheurde zwemvesten, meld het dan vooral even aan ons.

Groetjes van Polo, Irene en Bram
Alias, de Materiaalcommissie

Lustrumcommissie

Aangezien het bestuur van vorig jaar elkaar nog niet compleet beu was en we wel zin hadden om een feestje te organiseren, zijn we met z'n allen lustrumcommissie geworden. Dit jaar in oktober bestaat Okawa alweer 30 jaar, daarom willen we iets organiseren dat te maken heeft met kanoen, barbecuen en een feest (bij voorkeur in die volgorde). Maar voor het zover is, moeten er eerst nog heel veel jamsessies ehhhh vergaderingen gehouden worden!

Groetjes van de Lustrumcommissie: Bram, Thijs, Ellen en Irene



Fotowedstrijd



Heb jij nog een supergave kanofoto of een andere mooie foto die op enige wijze gerelateerd is aan kajakken of Okawa?
Stuur deze dan op naar de Keerstroomredactie (keerstroom@okawa.eu) voor de fotowedstrijd in de volgende Keerstroom.

WANTED



DEAD OR ALIVE

Nieuwe rivieren

We zijn opzoek naar nieuwe rivieren voor okawa om te varen. Iedereen die informatie heeft dient zich direct



melden op bestuur@okawa.eu

Beloning: \$\$\$

KONO SAKIMIN HA FICTION DETHINODE JITSUZASURU JINBUTSU DANIAI
SONOTA NO SOSHIKI TO DOITSU NO MEISHOU GA GEKICHI NI TOUJYOU
SHITOTOSHITEMO JITSUZAI NA MONOTOHA ISAI MUKANKEIDETH.

MARINE

Okawanda: Help! Wat moet ik aan?

Lieve Okawanda,

I k schrijf deze brief omdat ik helemaal ten einde raad ben. I k heb al vanalles geprobeerd maar ik kom er gewoon niet uit... I edere keer is het weer hetzelfde liedje. A ls ik op zondagochtend heel vroeg voor m'n kledingkast sta weet ik gewoon niet wat ik aan zal trekken. I k heb al geprobeerd om het op zaterdagavond alvast klaar te leggen maar ook dat werkt niet. Soms denk ik dat ik gevonden heb wat ik nodig heb, maar als ik dan later zie wat de anderen allemaal aan hebben voor ze de rivier in duiken blijkt dat ik het weer mis heb...

Op de andere dagen van de week is het heel simpel: een Okawonderbroek met daarover een nonchalante spijkerbroek en een Okawa-polo in de zomer of een Okawa-trui in de winter, je weet wel zo'n fijne grote trui met capuchon... En als het heel koud is heb ik nog altijd m'n Okawa-fleecetrui en Okawa-muts. Over kleuren hoeft ik me ook nooit druk te maken, zolang het maar geen blauw is valt het onder het Okawa-spectrum en staat het dus prima! Maar als ik dan ga varen zijn al deze kledingstukken overbodig en moet ik nadenken over wetsuits, thermoshirts, sokken, schoenen, anoraks, droogbroeken, caps, badmutsen, zwembroek, en of dit alles lang of kort moet zijn, en hoe het gecombineerd dient te worden. En dan kom ik er gewoon niet meer uit... kun jij mij helpen???

Groetjes,
Kano0tje

Beste Kano0tje,

Tja, je zou natuurlijk aan de Okawear kunnen vragen om een kanokledinglijn te beginnen, maar het zal wel even duren voordat die compleet is. Daarom zal ik proberen om je hieronder wat adviezen te geven. Om te beginnen is het belangrijk om te onthouden dat je kleding aangepast moet zijn aan het weer, de rivier en je kwaliteiten als vaarder. Als het heel warm weer is en de rivier is ook niet koud, dan hoeft je natuurlijk minder aan te trekken dan wanneer het vriest en het water nog maar net vloeibaar is. Hetzelfde geldt voor je vaarkwaliteiten; heb je veel kans op zwemmen, dan is warme kleding belangrijker dan wanneer je altijd boven water zult blijven. Maar over het algemeen geldt voor je kanokleding hetzelfde als voor kleding op een feestje; beter slightly overdressed dan underdressed! Je kan namelijk altijd nog iets uittrekken.

Als je denkt vaak te gaan zwemmen is het verstandig om sowieso een wetsuit aan te trekken. Het neopreen van je wetsuit zorgt er niet alleen voor dat je goed geïsoleerd bent, het beschermt je ook wanneer je tegen de stenen butst. Daarnaast gaat het niet zo gauw kapot en verliest het zijn werking niet wanneer er een gat in komt, dit in



tegenstelling tot bijvoorbeeld een droogbroek of een droogpak. In plaats van een wetsuit kun je ook kiezen voor een neopreen broek en een (neopreen)top. Het grote voordeel hiervan is dat je gemakkelijker naar de wc kunt, het grote nadeel dat er een ruimte tussen je top en de broek kan ontstaan waar geen kleding meer zit, dat kan erg koud worden. Zorg bij een losse top en broek dus voor een goede overlap van de kledingstukken. Wil je helemaal stoer voor de dag komen, trek dan een lange zwembroek over je wetsuit aan, het helpt niks tegen de kou maar schijnt er stoer uit te zien.

Onder je wetsuit kun je het beste een thermoshirt dragen. Een thermoshirt zorgt ervoor dat het vocht van je huid afgevoerd wordt zodat je huid zo droog, en daarmee warm mogelijk blijft. Stoffen die deze eigenschappen hebben zijn onder andere: polyester, fleecce en wol. Katoen doet juist het tegenovergestelde en is dus niet geschikt! Je kunt de warmte van je thermolaagje aanpassen door verschillende shirts te combineren. Er zijn in de winterperiode bij bijvoorbeeld Scapino of de Hema voor weinig geld al thermoshirts te krijgen. Let er op dat deze shirts als een tweede huid om je lichaam moeten zitten. In de winter zijn 2 laagjes thermo zeker aan te raden. Het is dan ook verstandig om een muts onder je helm te dragen, dan houd je warme handen... 30% van je lichaamswarmte verlies je als je goed aangekleed bent namelijk via je hoofd, als je door een muts dit verlies kunt beperken houd je dus meer warmte over voor je handen. De muts moet dun genoeg zijn om onder je helm te passen. Je kunt caps (mutsen) kopen van verschillende neopreen-achtige materialen. Maar een fleecce- of wollen muts of een latex badmuts werkt ook en is wat minder duur. In de zomer, in warm water kun je kiezen voor minder laagjes thermo en eventueel een kort neopreen, dit laatste beschermt alleen minder tegen botsingen met stenen. Vaar je in de Alpen, dan is het water zo koud dat je toch beter lange kleding aan kunt trekken.

Over je wetsuit en thermoshirt(s) draag je een anorak. Deze zorgt ervoor dat je minder last hebt van de wind en dat je minder nat wordt van het opspattende water. Heb je een dry- of een semidry anorak, dit zijn jacks met latexmanchetten en een latex (dry) of neopreen (semidry) kraag, dan zorgt het jack er ook voor dat je (bijna) niet nat wordt tijdens het eskimoteren, en minder nat tijdens het zwemmen. Deze jacks zijn wel erg duur en kwetsbaar. Als je nog veel zwemt zijn jacks met goed aansluitende neopreenmanchetten net zo goed, nat word je toch wel. Naast water en wind beschermt je anorak je ook tegen aanvaringen met takken en scherpe rotsen, in de zomer is een anorak met lange mouwen dus aan te raden als je echt wild gaat varen.

Ook belangrijk zijn je schoenen, deze moeten in je boot passen, maar ook stevig genoeg zijn om over een rotsachtige bodem en kant te kunnen lopen. Ook moeten ze je voeten beschermen tegen kou. Er zijn speciale kanoschoentjes te koop van neopreen, deze schoenen hebben redelijke grip en houden je voeten behoorlijk warm (zeker de hoge schoenen). In het begin kun je ook voor sportschoenen of sandalen kiezen, die moet je dan wel combineren met warme sokken van polyester, wol of neopreen.

Naast deze basisuitrusting heb je altijd een helm, zwemvest en spatzeil nodig. Hierbij zijn pasvorm en functionaliteit het belangrijkste. Een helm moet niet over je hoofd kunnen schuiven, en zowel je voor- als achterhoofd bedekken. Een zwemvest moet goed aansluiten, het is handig als er vakjes voor bijv. chocoladereepjes op zitten. Een spatzeil moet voornamelijk om de kuip van je boot passen.

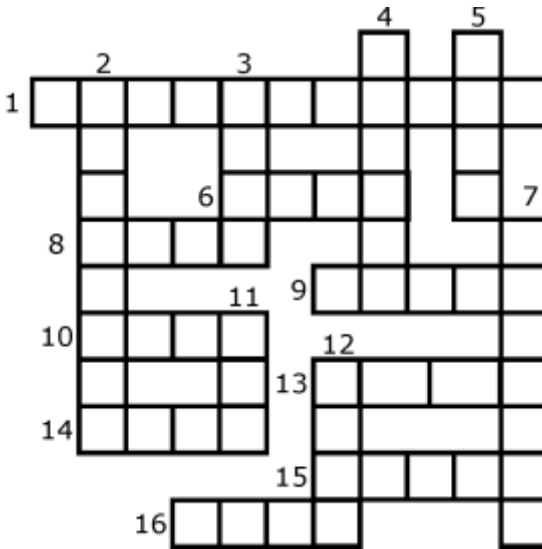
Ook kun je, als je veel geld hebt, heel veel vaart of genoeg hebt van de karakteristieke neopreenlucht, kiezen voor een droogpak, of een droogbroek. Die laatste wordt meestal gecombineerd met een dry-anorak. Deze pakken zijn waterdicht en hebben overal latexmanchetten zodat er geen druppel water binnen komt. Daarnaast houden ze ook de wind goed tegen. Ze zijn dus ideaal als je vaak langs de kant of in het water staat met slecht weer. De pakken zijn wel kwetsbaarder dan neopreen, ga je veel zwemmen, met risico dat je takken en scherpe stenen tegenkomt, dan is neopreen dus een betere keus. Onder een droogpak draag je verschillende lagen thermo en/of fleecce ter isolatie, het pak zelf isoleert namelijk niet. Ook is het heel belangrijk dat je alle lucht uit het pak laat voor je gaat varen, anders heb je als je gaat zwemmen de kans dat de lucht in het pak zich verzamelt rond je enkels en zo een omgekeerde dobber van je maakt.

Mocht je na al deze adviezen nog altijd twijfelen of je de goede kleding meegenomen hebt, vraag het dan vooral even aan je medevaarders. Zij hebben vast ook bruikbare adviezen!

Groeten, Okawanda



Puzzelpagina



1. Het verschil tussen varen en zwemmen
2. Dit onderdeel van de kano uitrusting wordt vaak vergeten.
3. Het resultaat van een Franse WW6
4. Met dit voorwerp kun je jezelf voortbewegen op het water
5. Dit beest kun je soms in grote getale vinden op de Rur
6. De officiële Okawakleur
7. Hier traint Okawa wekelijks
8. Nuttig op meerdaagse trip of Zomerkamp
9. De inofficiële Okawakleur
10. Belangrijk om altijd bij je te hebben voor als er iets vervelends gebeurt.
11. Naam van een weekend dat Okawa

binnenkort heeft samen met 2 andere studenten kanoverenigingen.

12. Dit lijken sommige Okawanen te sparen, wat resulteert in een propvolle loods.

13. Voor elke Okawaan een gevaar, maar ook vaak de redder in nood.

14. Rivier in de Ardennen

15. Naam van de gaafste vereniging in Eindhoven, excuseer, de hele wereld!

16. Meest bevaren freestylespot voor de meeste Okawanen

Wist je dat...

- Okawa dit jaar officieel 30 jaar oud wordt?
- Het 3 keer verkeerd invullen van een bankrekeningcode kan leiden tot financiële problemen van autobezittende Okawanen?
- Okawa het leuke uithangbord weer terug heeft, maar graag zou willen dat All Terrain het weer zou jatten, omdat er te veel dikke boot bezittende Okawanen zijn tegenwoordig en de hele loods vol ligt?
- De zelfmoordtrailer van Okawa na een bezoekje aan de aanhangerpsychiater niet meer suïcidaal is?



Okawa heeft er weer een paar super gave nieuwe leden bij. Om deze leden te vereeuwigen, hieronder een kort interview...

Sander Giunta d'Albani

Hoe lang zit je al bij Okawa?

We beginnen wel weer met de moeilijke vragen, dat wil zeggen ik zit sinds september bij Okawa, dat is nu 7 maanden (201 dagen) Als je dit morgen leest zelfs 202 dagen (red: dit schreef Sander op 20 maart 2012)

Waarom ben je bij Okawa gegaan?

Ik ben bij Okawa gegaan na een mooi avontuur op de Scoharie Creek in Upstate New York. Het was daar erg mooi weer, al 6 weken zon en 35 tot 40 graden, wat zorgde voor lekker warm water in de "creeks". Eenmaal terug in Nederland, zou mijn studie in Eindhoven beginnen. Voor mij een totaal onbekende stad, met onbekende mensen. Maar vanwege de vakantie in "The States" ben ik dus in Eindhoven beland. Leren voor de toelatingstoetsen van TU Delft lukt namelijk niet op vakantie. De rest is allemaal vrij logisch en kunnen jullie zelf wel invullen.

Wat is je allergaafste kajakervaring?

De gaafste ervaring zal dan ook wel in Amerika geweest zijn. Waardoor ik geïnteresseerd geraakt ben. Qua temperatuur ook de tot nu toe meest aangename trip *Stel, je kunt een activiteit organiseren waarvoor je onbeperkt budget krijgt, wat zou je dan organiseren?*

Dit zijn de gevaarlijke vragen, maar ik denk dat dit dan weer een trip word naar de andere kant van de oceaan gewoon omdat je daar niet snel komt met okawa.

Jeroen Keeris

Hoe lang zit je al bij Okawa?

Vanaf januari 2012

Waarom ben je bij Okawa gegaan?

Nu kan ik een boot bij het TU sportcentrum leggen. Voor mij is dit makkelijk want dan kan ik 2 keer in de week een duurtraining doen op de dommel in Eindhoven in plaats van bij de Volmolense Kano Club in Waalre (recht door afzien geeft op beide plekken de zelfde beleving). Ook ben ik steeds meer bezig met het varen in plastic bootjes buiten het normale slalom trainen om. Bij de VKC zijn hiervoor geen mogelijkheden en bij Okawa genoeg.

Wat is je allergaafste kajakervaring?

In oktober 2011 heb ik in Costa Rica de Reventazon rivier gevaren (pascua en florida section) . Echt een lekkere dik volume beek met hoge golven en walsen waar je een



stadsbus in kan parkeren. In mijn slalom bootje was ik wel wat gewend maar dit was even 4 keer meer volume als ik ooit gevaren had!

Stel, je kunt een activiteit organiseren waarvoor je onbeperkt budget krijgt, wat zou je dan organiseren?

Een Slalom trainingsstage tijdens de Europese winter die door Zuid Amerika trekt met regelmatig een tripje naar een dikke beek in een tupperware boot.

Heb je verder nog dingen die je graag kwijt wil in de Keerstroom?

Ik doe mijn duurtrainingen nu alleen op de Dommel op donderdag en zondag, als iemand een keer zin heeft om mee te varen is die altijd welkom (tijden liggen niet vast).



Barbora Scheibova

For how long have you been a member of Okawa?

7 months

Why did you join Okawa?

Because you made us (me, Vit and few others) :-). I didn't have any experience with local being in a club or you can't train with us, so when it first came with cycling club, i was suprised. With Okawa it was different, there were few train-

ings for beginners, then nice introduction weekend when me and Vit were doubting the membership thing might not come. It did, but we were already caught. I remember short flashback from the very beginning, chatting in showers and Thijs asking So you will stay these 5 months with Okawa? I said maybe and strangely I am still here :).

What is your coolest kayak experience?

I don't think I have some supercool kayak experience, just few strong moments.. like surfing with Polo at introduction weekend, eskimo roll in Topo Duo - first position - doing nothing - just enjoying (successful) rotation; the moment we managed to roll with Topo Duo with Vit for the first time trying both in same time to master the move we almost didn't know (desperate effort not to laugh when looking to Vit underwater for sign to start rolling), jumping with Vit on the edge of swimming pool, then both being pressed by own boats and looking like half-dead fish etc.

If you could organize an activity for which you would get an unlimited budget, what would you organize?

Few days horse-ride travelling. No race, just getting the best from the journey. Are there any other things you want to say in the Keerstroom? I already forgot what Keerstroom is, so hm maybe something generally useful like Czech variation on good luck: Zlom vaz!



Inge Kuijpers

Hoe lang zit je al bij Okawa?

1 jaar

Waarom ben je bij Okawa gegaan?

Eigenlijk wist ik helemaal niet dat je kon kanoën in Nederland totdat Tom mijn nieuwe huisgenoot werd. Het leek mij leuk en ik ben een paar keer meegegaan en eigenlijk nooit meer weg gegaan

Wat is je allergaafste kajakervaring?

Als het over alle ervaringen gaat dan wel het varen in Slovenië. Maar als het gericht is op Okawa dan denk ik het slalom pakoer in Duitsland wat we hebben gevaren. Ook al was het maar een klein stukje het was wat wilder en Nyke leerde me er veel in een korte tijd.

Stel, je kunt een activiteit organiseren waarvoor je onbeperkt budget krijgt, wat zou je dan organiseren?

Een vakantie met zijn alle naar Slovenië om daar op de Soca te varen. Mooi helder water en als je geluk hebt een heerlijke zon en uitdagende stromingen.

Ruud Jilesen

Ik ben Ruud, ben 18 jaar, en nu de jongste persoon bij Okawa, en tevens dus ook jongste bestuurslid. Ik zit nu sinds september bij Okawa, dus dat betekent dat ik nu maandje of 7 bijna lid ben bij Okawa.

Voor de intro kreeg ik een hele stapel papieren thuis gestuurd, met allemaal informatie over sportverenigingen, binnen 5 min had ik er al uit gevist wat ik mogelijk leuk vond. Hier zat natuurlijk ook de flyer van Okawa bij, dus zodra het kon heb ik proeftraining mee gedaan, en dat beviel zo goed, met leuke gezellige sfeer dat ik sindsdien bij okawa ben blijven hangen. Mijn allerleukste kajakervaring is eigenlijk gewoon de gezelligheid en mogelijkheid jezelf te zijn, zonder dat andere je er op afrekenen. Als ik wat voor okawa kon terug doen in de vorm van activiteit, dan zou ik met okawa graag keer in zuid Amerika gaan varen en duiken op de Amazone. Aangezien hier veel mooie vissen en mooi oerwoud te zien is. Verder die ik nog graag kwijt wil, bedankt voor alle gezelligheid tot nu toe!

Groetjes Ruud



Freestyle clinic: de cartwheel

Ik lig regelmatig in het zwembad te dromen over mooie moves die allemaal mogelijk zijn in onze kleine geliefde bootjes. Vaak word ik dan even wakker geschud door een mede Okawaan die de alom bekende, maar nog lang niet door iedereen beheerste cartwheel wil leren. Vaak moet ik dan kijken naar de inzet van een double pump leidend tot verschillende varianten van eskimoteren.

Dit kan constructiever, dacht ik bij mezelf. Vandaar de aftrap van een hele reeks super gave "brown" moves!

De cartwheel is een move waarbij de boot een radslag maakt in het water. Zoals de regels van de "International Canoe Federation" stellen:

[Two consecutive ends in the same rotational direction, and both ends at a vertical angle between 45° and 100°.]

Deze levert per kant 30 punten op, hierbij kun je ook nog eens bonus punten verdienen door deze "clean" of "super clean" uit te voeren. Hierdoor kun je nog eens 10 of 20 punten per move erbij verdienen!

Allemaal leuk en aardig, maar hoe gaat het nou allemaal in zijn werk: Hoe krijg je zo'n cartwheel nou correct uitgevoerd? We delen hiervoor de Cartwheel in een aantal stappen op:

- inzet van de voorpunt
- kantwissel
- inzet van de achterpunt
- het verbinden van meerdere cartwheels

Inzet van de voorpunt

Het inzetten van je voorpunt om een cartwheel te maken opent de opzet voor je volledige move, het is dus erg belangrijk dat je dit dus goed onder controle hebt!

Neem een paar slagen voorwaarts om een beetje snelheid te krijgen, kant daarna je boot op tussen de 45 en de 75 graden. Belangrijk is hierbij dat je ten alle tijden stabiel blijft, en niet in een hoge steun moet vallen! Tordeer hierna je romp zo ver mogelijk zodat je schouders evenwijdig aan het water komen te liggen. Plaats nu je peddel parallel aan je boot in het water met het achterste blad plat op het water.

Nu kun je al je opgespaarde energie los laten: Duw je voeten nu het water in door je gewicht naar voren te verplaatsen, je romp terug te draaien en met je peddelblad druk te zetten OP het water.



Kantwissel

Nu je achterpunt omhoog komt zul je ervoor moeten zorgen dat je je achterpunt netjes het water in kunt snijden. De truc hierbij is om je boot geleidelijk naar de andere kant op te kanten. Dit noemen we de kantwissel. Dit geeft hetzelfde gevoel als tijdens de alom bekende buikspier oefening.



Inzet van de achterpunt



Nu je op je voorpunt staat moet je verder draaien om je achterpunt in het water te snijden. Gebruik hierbij je andere peddelblad dan waarmee je begon en kijk over je schouder naar de kant waar je naar toe wilt draaien, tordeer hierbij je bovenlichaam in de draai richting van je cartwheel. Let bij het insteken van je achterpunt goed op dat je boot tussen de 45 en de 75 graden blijft. Ga je elke keer over de kop bij deze stap, dan is je kantwissel te groot geweest. Is je cartwheel te laag, dan is je kantwissel te klein.

Het verbinden van meerdere cartwheels

Zodra je achterpunt in het water is gedraaid is het tijd om je peddel weer klaar te leggen waar het allemaal begon: vlak op het water, parallel aan je boot. Tordeer je romp weer in de draai richting van je cartwheel en leg je peddelblad weer voor op het water. Ook hier vind weer een kantwissel plaats. Vanaf hier begint alles weer van voor af aan!



Komende training zal ik jullie natuurlijk nog niet allemaal honderden cartwheels zien maken, het blijft een move waarop je moet trainen, de spieren die je tijdens het cartwheelen gebruikt zul je zeker moeten trainen!

Suggesties voor de uitleg over de volgende move kunnen jullie de redactie van de keerstroom mailen!

Tot op het water!
Mr. Freestyler!

Recensie: helmen

Een goede helm is een must voor elke kajaker. Maar er is zoveel keus! Wat te kiezen??? Hieronder zie je het resultaat van een enquête gehouden onder Okawanen. De slalom wedstrijd helmen zijn eruit gelaten, wegens beperkte ruimte in deze Keerstroom... Voor meer informatie daarover kun je natuurlijk altijd de redactie contacteren die je naar desbetreffende eigenaren kan doorverwijzen. Iedereen heel erg bedankt voor het invullen van de enquête!

Sweet Protection Rocker Full Cut.

Pasvorm: deze helm wordt alom geroemd om zijn perfecte pasvorm. Als je een heel groot hoofd hebt kan hij wel wat knellen (of überhaupt niet passen), want ze hebben de helm niet groter dan maat L/XL. Verder blijkt deze helm ook lekker warm te zijn, groot voordeel in de winter! Er blijft een laagje water in staan dat je hoofd isoleert van de buitentemperatuur.

Bescherming: Deze helm beschermt je hoofd prima, ook aan de voorkant, zijkanten en achterkant. De helm verdeelt de klap erg goed. Door de goede oorkleppen zijn ook je oren goed beschermd tegen stenen, maar ook tegen water dat erin spuit.

Duurzaamheid: De helm ziet er na een paar jaar gebruikt nog prima uit, maar moet wel vervangen worden als je er een flinke klap mee maakt. En dat is niet goedkoop met een kostprijs van rond de 200 euro... Na een tijdje laat de lijm binnenin wat los bij sommige eigenaren.

Verder: De helm heeft een klepje op de voorkant, wat er stoer uitziet, maar er ook voor zorgt dat de zon niet in je ogen schijnt.

Eindoordeel: Zoek je een echt goede kanohelm, dan moet je deze hebben. Je betaalt de hoofdprijs, maar krijgt wel waar voor je geld en je kunt een hele tijd vooruit (op voorwaarde dat je niet heel hard stenen gaat koppen).

Preditor Lee

Pasvorm: Moeilijk af te stellen, blijft wiebelen op je hoofd. Bij het nieuwe model schijnt dit wel beter te gaan. Goed passen dus!

Bescherming: Deze helm beschermt redelijk, maar door de dunne laag schuim beperkt zich dit tot botsingen met kleine impact.

Duurzaamheid: De helm heeft slagmoeren voor de bevestiging van de kinband, deze roesten. Verder erg duurzaam: een oud Okawaan heeft er wel eens met de auto overheen gereden en vaart er nog steeds mee...

Eindoordeel: Het is een leuke helm voor een kleine prijs die goede bescherming biedt naargelang de prijs. Deze helm is niet aan te raden voor stevig wildwater (IV en hoger).



Spreu Boote – Bumper

Pasvorm: Heb je een echt groot hoofd, dan is deze helm je enige keuze.

Bescherming: De helm beschermt ook je voorhoofd en oren. Het foam van de binnenkant zit vast met klinknagels door het foam heen. Als je precies een steen raakt met zo'n klinknagel tussen je hoofd en de steen, is dat vrij pijnlijk, want daar zit verder alleen de verstelband nog tussen.

Duurzaamheid: De helm gaat al een aantal jaar zonder problemen mee.

Eindoordeel: met een hoofdomvang groter dan 61cm heb je geen andere keuze. Met een kleiner hoofd zijn er prettigere helmen te vinden.

Sweet Strutter

Pasvorm: Hij zit erg lekker ondanks dat het een petje is. Je krijgt er schuim bij om de helm goed passend te maken.

Bescherming: Je zou het niet zeggen als je de helm ziet, maar de demping is verrassend goed. De bescherming is wel beperkt omdat hij de nek en zijkant van je hoofd niet goed bedekt.

Duurzaamheid: Deze helm vertoont na 2 jaar nog geen tekenen van slijtage, op wat krasjes na.

Verder: Het klepje is erg fijn om de zon uit je ogen te houden maar als je bijvoorbeeld watervallen wilt varen, kun je er wel een klap van het water op krijgen.

Eindoordeel: Fijne helm voor freestylers en het wat minder wilde water. Voor echt dik water kun je beter een helm uitzoeken met bescherming voor de zij- en achterkant van je hoofd.

ACE helm

Pasvorm: Deze helm zit verschrikkelijk, de plastic outfitting is waardeloos.

Bescherming: waardeloos.

Duurzaamheid: ze blijven lang heel, maar dat is niet helemaal eerlijk want ze worden niet op wild water gebruikt

Verder: deze helm heeft geen CE keur. Okawa heeft er een paar en ze zijn prima voor een clinic op een meer (zonder stenen onder water) maar neem deze helmen niet mee op wild water.

Eindoordeel: Zeer geschikt als carnavalsdecoratie.

WRSI helm

Pasvorm: Deze helm moet bij je hoofd passen. Er zitten twee maten schuimpjes bij om hem beter af te stellen, maar menig Okawaan is toch niet helemaal tevreden over deze



helm omdat hij “net niet” past. Goed passen dus voor je hem koopt! Deze helm in de kleine variant is fijn voor mensen met een smal hoofd.

Bescherming: Als je een klein hoofd hebt, kun je de dikke schuimpjes gebruiken en dan is de demping redelijk. Met een wat groter hoofd (en dus de kleine schuimpjes) komen stenen nog vrij hard aan. De helm biedt redelijk bescherming op de zij- en achterkant van je hoofd. Er zijn aparte oorkleppen voor verkrijgbaar. De helm is goed stijf doordat hij gemaakt is van verschillende lagen plastic die op elkaar geplakt zijn.

Duurzaamheid: Deze helmen blijven prima. Na enkele jaren gebruik zijn er wat krasjes te zien, maar verder helemaal niks. Bij één Okawaan liet de bekleding van het schuim los.

Eindoordeel: Dit is een prima helm, zeker voor beginners, op voorwaarde dat je hem fijn passend kan maken.

POC Receptor plus

Pasvorm: deze helm is verkrijgbaar in 4 maten en per maat worden er twee verschillende diktes schuim mee geleverd. Daarmee zit deze helm heerlijk. Hij is wel groot (champignonlook) maar omdat hij licht is, merk je daar als drager niks van.

Bescherming: deze helm is goedgekeurd voor wildwater, wintersport, skaten en mountainbiken en biedt goede bescherming aan alle kanten van je hoofd. Ook je oren zitten goed ingepakt (2 soorten oorkleppen meegeleverd, extra warme voor het wintersporten en normale voor het kanoën). De demping is prima.

Duurzaamheid: Deze helm is binnen Okawa nog maar 2 keer gebruikt, daar is dus nog weinig over te zeggen.

Eindoordeel: deze helm komt in de buurt van de Sweet Rocker, qua bescherming maar ook qua prijs. Lijkt een prima helm te zijn voor wildwater maar is nog weinig getest, wordt vervolgd...

Wildwater

Pasvorm: De Wildwater helm heeft een verstelsysteem zoals je dat ook veel in klim- of bouwhelmen tegenkomt, in het begin werkt dit prima maar na verloop van tijd (jaar of 6) begint het systeem lossier te worden.

Bescherming: Prima bescherming, na ongeveer 8 jaar werd de helm wat minder stijf.

Duurzaamheid: Zie hierboven: na een jaar of 6 werd het verstelsysteem wat lossier, na een jaar of 8 werd de helm wat minder stijf.

Eindoordeel: Deze helm gaat heel lang mee, aangezien dit een goedkope helm is is de prijs/kwaliteit verhouding super.



Hieronder zie je de verjaardagskalender van Okawa. Zie je jouw naam niet in de lijst staan, dan miste jouw geboortedatum in de ledenadministratie. Geef die dus snel even door aan onze secretaris, zodat je er de volgende keer ook bij staat.

Dave Huisman	18 januari
Harm Niekus	2 februari
Jeroen Schutter	6 februari
Nyke Hagemans	19 februari
Inge Kuijpers	24 februari
Irene Kaashoek	14 maart
Sem Zilverberg	20 maart
Arno Haverkamp	25 maart
Michael Poluektov	31 maart
Martijn Doornbusch	1 april
Thijs Koster	2 april
Ruud Jilesen	21 april
Tom van Haaren	23 april
Barbora Scheibova	8 mei
Pascha van den Breekel	18 mei
Jasper Noort	18 mei
Harm Elbertsen	2 juni
Bart Verkoeijen	6 juni
Wieze Venderink	12 juni
Bram Nibbeling	28 juni
Ton Moers	5 juli
Anton de Koning	13 juli
Elise Moers	18 juli
Ellen van Kleij	30 juli
Elmar Jongerius	15 september
Polo van Ooij	24 september
Sander Giunta d'Albani	26 september
Gerrit Nijrolder	4 oktober
Tim Bouwens	11 oktober
Paul Koppelaar	2 november
Sinterklaas	5 december

En natuurlijk GEFELICITEERD!!! namens de redactie.



Voor al je kanospullen kun je terecht bij
Kanoshop in Bergschenhoek
of op www.kanoshop.nl



Alle Okawanen krijgen bij Kanoshop 10% korting, en bij elke aankoop spaar je automatisch mee voor aankopen van Okawa!

Kanoshop Bergschenhoek
Hoeksekade 141
2661 JL Bergschenhoek
T: 010-5214333
F: 010 522 0872
E: info@kanoshop.nl