

## **Ny bog: Havqajaq – teori og praksis**

Af Niels Chr. Hansen

En mand, der siger, at roning i havkajak skal være en leg, er lige efter mit hoved. Og sådan en mand er Jes Lysgaard, der har skrevet og udgivet bogen ”Havqajaq –teori og praksis”.

Det er en dejlig, unørdet bog, der kommer omkring alle aspekter af friluftslivet ved kajaksporten – og det i et sprog, der formidler. Jes Lysgaard kan nemlig skrive, så man ikke bliver træt, og læseren mærker, at han har været omkring det, han skriver om.

Ind i mellem undervisningen giver han gode og malende eksempler på sit forehavende: At blive en god og sikker kajakroer med lysten i behold. Synes læseren, at nogle af bogens kapitler er velkendt stof, kan man bruge den som opslagsbog ved hjælp af den fyldige indholdsfortegnelse og i stedet gå direkte til det ønskede.

### **Havskaden**

Indholdet spænder vidt fra valg af kajaktype, gennemgang af udstyr, ro- og redningsteknikker, navigation, meteorologi, påklædning og strækøvelser og meget mere. Især afsnittet om træning og skadesforebyggelse fortæller om ofte oversete fænomener i klubberne, som på god gammel vikingemaner anser det for mandigt at være øm, gennembanket og værkbruden kort efter, at forårsroningen er begyndt. Men selv i vikingetiden var det ikke smart at være ukampdygtig længe efter det første slag, og derfor burde en sund rokultur være grundpensum i klubbernes træning. Desværre afslører omklædningsrummet ofte roere, der reklamerer for Matas på skulderbandager, albuebind og knæstrammere.

### **Artsbestemmelse**

Vi har stadig til gode at finde ud af, hvem den typiske kajakroer er. Eller snarere hvor mange forskellige typer, der findes. Der forskes på området (især Syddansk Universitet), og vi ved, at den moderne forbruger shopper rundt – også mellem idrætstilbud – og derfor ville det være interessant at få en nærmere kortlægning, der kunne målrette klubbernes evne til at tiltrække og fastholde medlemmer.

Selv sætter jeg pris på Jes Lysgaards afsnit om udstyr til turen med en rigtig god pakkedisse, men hvad hjælper det på medlemmer, der bare vil ro en tur efter fyraften og i årets løb ikke kommer over hundrede kilometer?

De spekulerer heller ikke på forskellen mellem BCU-stjerner og EPP-standarder og vil bare have lov at opleve verden fra det nye perspektiv i vandskorpen.

### **Man skal se det for sig**

Bogens svaghed er den grafiske side. Kajaksporten er en typisk ”hands on”-aktivitet, en slags mesterlære, hvor man bliver ved og ved at øve og lege, til man kan det.

Ligesom i redskabsgymnastik kan man ikke læse sig til spring over hest uden at gøre det i praksis.

Derfor bør illustrationerne i et trykt medie, der bruger så få sanser som bogen, være store, tydelige og i farver – med masser af ledsagende grafik hen over. For eksempel fortjener afsnittene ”Kantning af kajakken” og ”Redningsteknikker” en udførlig, grafisk fremstilling, så teksten ikke går i sort for læseren.

Det må komme i næste udgave, som jeg håber på, for Jes Lysgaard kan fortælle med begejstring om havkajakken, så det smitter. Vi trænger til flere, der er syge med at se vores kyst fra havsiden.

*"Havqajaq – teori og praksis" af Jes Lysgaard, Books on Demand GmbH, ISBN 978-87-7691-256-7*

*264 sider med illustrationer*

*278 kr.*