

19

**VINTERBADEKLUBBEN  
HOLBÆK***Østmolen ved Marinaen***kl. 10.00**

Kom og vær med til yoga med den smukkeste fjordudsigt.

**kl. 11.00 – 14.00**

Vær med til saunagus og isbad.

Det er uden tilmelding, du dukker bare op.  
Husk badetøj og håndklæde.

21

**HOLBÆK LØBE- OG  
MOTIONSKLUB***Sejlkлубben/Holbæk Marina*

Løb med når startskuddet går til løbeklubbens to løb. Vælg mellem hhv. 4 km eller 14 km løb. Begge løb har start ved Sejlkлубben på Marinaen og mål ved Ishuset Sonny Boy.

På 14 km løbet, som går til Hørby Havn, sejler Hørby Bådelaug og Holbæk Dykkerklub dig gratis tilbage til startområdet på Marinaen. Alle løbere kan - når målstrengen er passeret - indkassere en is hos Ishuset Sonny Boy.



Fjordens Dag skydes i gang kl. 10.00 - hos Holbæk Sejlkлуб på Holbæk Marina.

Kl. 10.00 - Ole Hansen, Formand for Kultur og Fritidsudvalget, byder velkommen.

Kl. 10.20 - Løbere og gående sendes afsted på Holbæk Løbe- og Motionsklubs to ruter på hhv. 4 km og 14 km.

Find tilmeldingslink til løbene på [Holbaek.dk/fjordensdag](http://Holbaek.dk/fjordensdag)**HOLBÆK MARINA**Begge løb er gratis. Tilmelding på [Holbaek.dk/fjordensdag](http://Holbaek.dk/fjordensdag)

Starten går kl. 10.20 fra Marinaen.

20

**HOLBÆK SEJLKLUB OG  
HOLBÆK TURSEJLERKLUB***Klubhuset på Marinaen*

Sejlerskolen fortæller om aktiviteter og viser både frem. Mød de specialtrænede vandsøgehunde og hør om arbejdet med hunde. Kom med på vandet med J70.

**Kl. 12.00**

Politiet har gummibåde med i vandet. Hør om deres arbejde og se deres materiel. Langtursejlerne Isefjorden fortæller om deres arbejde

**Kl. 11.00**

Pølser på grill og live musik. Slushice og hoppeborg for børnene.



22

**POPUPSURFSHOP***På strandområdet ved Marinaen*

Kom og prøv kræfter med wing &amp; kitesurfing og test dine evner som surfer.

23

**HOLBÆKS GRØNNE LUNGE***Østmolen ved Marinaen*

Kom og prøv Stand Up Paddle med hjælp fra instruktører.

- det er sjovt!

**FJORDENS DAG***- til lands, til vands & i forening***ORØTOGET KØRER  
"ISHUSRUTEN"  
(FRA SONNY BOY  
TIL KABYSSEN).****DET ER GRATIS  
AT KØRE MED.****FIND RUTE OG  
STOPPESTEDER PÅ**[HOLBAEK.DK/FJORDENSDAG](http://HOLBAEK.DK/FJORDENSDAG)**FJORDENS DAG***- til lands, til vands & i forening*

Kom og prøv de mange gratis aktiviteter og oplevelser

**PROGRAM****Fjordens Dag 2023  
Søndag d. 20. august  
kl. 10.00 - 15.00**

1

**HOLBÆK ROKLUB**

Kalundborgvej 54F

Vi holder åbent hus med mulighed for rundvisning og fortælling om klubben, materiel, muligheder i klubregi og klubbens historie. Bliv introduceret til træning og prøv ergometerroning.



3

**HOLBÆK GANGSPORT**

Mød os i vores pavillon på havnen ved Kystliv

Kom og få en snak i vores bod og hør om gåture i Holbæk Gangsport. Se alle vores gode og sociale tilbud i klubben.

**Kl. 10.00**

Kom til åbning af Fjordens Dag og gå med på hhv. 4 km turen eller den 14 km lange tur til Hørby Havn og bliv sejlet tilbage.

Tilmelding til 14 km turen skal ske til Holbæk Gangsport på mail: ganghgs@gmail.com

5

**MÆNDS MØDESTEDER HOLBÆK**

Værftsbygning, Havnevej 7

Vi inviterer alle indenfor i vores mødested i den gamle værftsbygning.

Mænds Mødesteder er et åbent tilbud for alle mænd over 18 år. Hør om hvilke aktiviteter vi har, og hvorfor mændene kommer i mødestedet tre gange om ugen.

7

**UNGHAVN OG NATIONALMUSEET**

Nationalmuseets Værftshal Kanalstræde 23

Børnenes bådverft er åbent. **Kl. 11.00 – 15.00**

Kom og byg din helt egen modelbåd. Se vores nybyggede mini fuldrigger. Vi laver også sjove sømandslege. Lav din egen maritime nøglering.

8

**KYSTLIV HOLBÆK**

Kanalstræde 21

Se dig omkring i Kystlivs store hal med nybygninger, udstilling af Museum Vestsjælland og meget andet. Sejl med i Kystlivs Isefjordsjoller for sejl eller i motorjollen Hønen. Måske ender dagen med at du vil være medlem af Kystliv eller Kystlivs bådelaug.

Der er afgang i Kystlivs joller hver halve time. Tilmelding på dagen hos Kystliv.

10

**HOLBÆK SVØMME KLUB**

Bystranden

Holbæk Svømme Klub dyrker fællesskab, vandglæde og ambitioner for alle.

Kom og mød klubbens frivillige og hør om vores mange holdtilbud.



Joeanna Nielsen, triatlet

13

**HOLBÆK TRI**

Værftsbygningen, Havnevej 7 (Mænds Mødesteder)

Mød Holbæks lokale verdensstjerne og triatlet, Joeanna Nielsen. Joeanna ligger nummer 4 på verdensranglisten og er nykåret europamester. Hør hende fortælle om vejen til medaljerne, om vilje, drømme, disciplin og afsavn.

**Kl. 13.00-14.00**

Oplæg ved Joeanna Nielsen "hvad kræver det at komme til tops"

15

**SØSPEJDERNE**

Finsings Plads 1

Kom og sejl med os. Se hvad vi laver, mød os i vores klubhus.



17

**HAWILA**

På land ved Kultur Biografen

Kom til workshop og lav lineumsprint på tekstil eller postkort. Klip dit eget frimærke eller få frimærker med design af Hawila. Hør om vores arbejde på båden og vores mission. Vi byder på Fairtrade chokolade.

Medbring evt. tøj som må blive beskidd til workshop.



2

**TUSE ÅS ØRREDSAMMENSLUTNING**

Kalundborgvej 54F

Tuse Ås Ørredssammenslutning er en miljøorganisation, der er med til at sikre ørredbestanden i Fjorden. Hør om ørredens liv i og omkring Fjorden, om gydegrus, skjulesten og meget andet. Vi stiller akvarier op med levende ørreder, så du kan se "Fjordens sølvtøj" på tæt hold. Se ørreder, sten til skjul og gydegrus som ørrederne gyder i.

4

**TRYGFONDENS LIVREDDERPATRULJE**

Bystranden

I tidsrummet kl. 10.00 – 13.00 kan du møde Trygfondens Kystlivreddere.

Du kan opleve hvordan livredderne arbejder og prøve deres rescueboards, redningsveste, redningskranske mm.

**Kl. 11.00**

Kom til opvisning i livredning

6

**HJALM**

Gl. Havn

Hop ombord ved Gl. Havn. I tidsrummet kl. 10.30 til 14.30 sejler Hjalme dig gratis på en god times rundtur på fjorden.

Der kan være 36 ombord, så der er almindelig køkultur. Se afgangstider på kajen.



9

**BONAVISTA**

Krag's Brygge (ved SOHO)

Hop ombord på Bonavista ved Krag's Brygge. I tidsrummet kl. 10.30 til 14.00 sejler nationalmuseets Bonavista dig gratis på en times rundtur på fjorden.

Der kan være 32 ombord. Der er almindelig køkultur. Se afgangstider på kajen.

11

**HOLBÆK TRÆSKIBSLAUG**

Gl. Havn, Midtermolen

Kom til "Træf Fjordens Træbåde" og "Åben båd", hvor det formentlig også lykkes at få flag over top på de gamle træskibe.

Du kan også gå med på en rundvisning på havnen.

12

**LEGESKIBET**

Kanalstræde 21

Skibet er ladet med glade legematroser, der sætter gang i timevis af leg, sjov og bevægelse.

Legeaktiviteterne er for hele familien med fokus på fællesskab, sjov og bevægelse for alle.

14

**SIDESPØRET**

Hos Høkeren på havnen

Nyd en pause i selskab med Lars Grand, der spiller sømandssange.

**Kl. 11.00 – 13.00**

Lars Grand spiller sømandssange

16

**HOLBÆK KAJAK KLUB**

Finsings Plads 3 &amp; Bystranden

**Bystranden****kl. 11.00 – 14.00**

Kom og prøv en tur i kajak. Vi har alt udstyr, men du skal regne med at få våde tæer og sikkert også våde bukser, når du skal i kajakken.

**Finsings Plads 3****Kl. 10.00 – 15.00**

Åbent hus i klubhuset, hvor du kan se vores kajaker og udstyr, samt tale med klubbens medlemmer.

18

**HOLBÆK OG OMEGNS LYSTFISKERFORENING**

Krag's Brygge. Ved Fjordstjernen

Prøv at fiske og måske fange en fisk. Der vil være mulighed for at fange Kutling, Hornfisk, Havørred, Makrel og Skrubber, hvis vi er heldige.

Præmie til tungeste fisk. Prøv at røre ved de fisk, vi har i kar på dagen.