



Hørsholm-Rungsted Vikingelaug



Nyhedsbrev for de muntre helårsvinterbadere • nr. 132 september 2026 • 15. årgang

Foto: Erling Madsen



Fra ét af Laugets tidligere kurser, hvor hjerte-lunge-redning blev øvet på en dukke. Dét får du også mulighed for på de nye kurser, der udvides.

De førstehjælpskurser klar

Sæt kryds lørdag 10. oktober eller tirsdag 10. november

Sikkerheden vægtes højt i Lauget, som derfor genoptager en gammel tradition.

Men hvor det før »kun« handlede om hjerte-lunge-redning, så er der nu også kommet førstehjælp på.

Og arbejdsgruppen har, som meddelt i sidste nyhedsbrev, to kurser på trapperne:

Lørdag 10. oktober og tirsdag 10. november.

Der er maksimalt 14 pladser per kursus – så først til mølle.

Kursus 1 – 10. oktober:
Grundkursus i første-

hjælp med hjertestarter. Sted: Hørsholm Badmintonklub, Stadion Allé 7D, 2960 Rungsted Kyst Klokken 8-15:30.

Pris: 300 kroner.
Tilmelding inden 1. oktober til [Karen Prip](#).
Pris: 300 kroner.

Kursus 2 – 10. november:
Grundkursus i førstehjælp med hjertestarter. Klokken 8-15:30.

Sted: Hørsholm Badmintonklub, Stadion Allé 7D, 2960 Rungsted Kyst
Tilmelding inden 15. oktober til [Karen Prip](#).

Nyttig information

- Vi anbefaler, at du møder op i praktisk tøj, da der vil være praktiske øvelser. Vi sørger for sandwich til frokost og kaffe/te til eftermiddagen og du får Falcks førstehjælpsbog, fortæller Karen Prip.

Det får du ud af kurset: Du vil lære, hvordan du giver hjerte-lunge-redning til en voksen person og bliver trænet i både hjertemassage, kunstigt åndedræt og hvordan du lægger en bevidstløs person i stabilt sideleje.

Du får lov til at prøve teorien af i realistiske øvelser, som minder om de situationer du kan komme ude for, bl.a. ved at prøve at bruge en hjertestarter på en dukke.

Du vil bl.a. lære om:

- Fjerne fremmedlegemer i luftveje
- Give psykisk førstehjælp
- Give førstehjælp ved diabetes
- Stoppe livstruende blødninger
- Nødflytte en person
- Give førstehjælp ved kramper
- Genkende og yde førstehjælp ved et slagtilfælde.

Vent med betaling

Efter tilmelding får du hurtigt besked om du er kommet med på kurset.

Du får desuden besked om indbetaling af kursusafgiften.

Når den er betalt, er du optaget.

Såfremt din indbetaling ikke er inde til tiden får den næste på ventelisten din plads.



Dåben i 2024, hvor Lauget optog ekstra mange i anledning af 50 års jubilæet - og de kan nu blive døbt.

Standerhejsning og dåb venter forude

Mød op lørdag 3. oktober kl. 8.15 og vær med til at gøre dagen farverig og festlig - husk at bliver du døbt, stiger din status i Lauget betragteligt!

Er du blevet medlem af Lauget i 2024 eller før, så har du mulighed for at blive døbt i år.

Du vil dermed avancere fra begynderstadiet som skjoldunge til det noget mere attraktive skjoldmø/viking.

61 medlemmer blev optaget i 2024 - vi tømte ventelisten i anledning af Laugets 50 års jubilæum - og det kræver minimum to års medlemskab at blive døbt, så er du optaget før 2024 men aldrig er blevet døbt, så kan du også melde dig.

Badning med tøj på
Udover de to år er der endnu et krav for at

du kan blive døbt: Du skal møde i dekadent påklædning - og hvordan denne dresscode tolkes er helt op til dig selv - men du kan hente masser af inspiration i billedet herover!

Status plus to præmier
Dåben - som udløser et festligt diplom og et eksklusivt Dåbsklæde - indgår som et vægtigt indslag i Standerhejsningen lørdag 3. oktober.

En dag, hvor vi markerer starten på vikingåret og dermed badesæsonen.

Morgenbordet dækkes - og du skal ikke indtage ret meget af

vådt og tørt før dit konteringent er tjent hjem!

Lurendrejerne anduv-er ad stranden og trutter og synger dagen i gang på smuk og helt, helt unik vis.

Kort efter vil de nye medlemmer per 1. oktober 2026 danne Det Fremskudt Sangkor, der leder os mod en vigtig ting; nemlig en skål.

Høvdingen holder en lang og søvndyssende tale - dog afbrudt af nogle endnu længere og aldeles usyngelige sange fra Laugets sangbog.

Pligthuggerudvalget hejser vimplen for at markere, at nu starter badesæsonen endelig

efter en alt, alt for varm sommer i Øresunds varmtvandsbassin.

Der kommer senere opslag op i Vinterpaladset, hvor vi beder om at en hel del melder sig som medbringer af kaffe og te.

Vi forventer, at arrangementet vil vare en lille time i alt. Vi ses!

De 61 fra 2024 har fået en direkte mail og der hænger et opslag med navnene på Opslagstavlen i Vinterpaladset.

Er du blandt de medlemmer, som kan blive døbt i år, så meld dig senest mandag 14. september per [mail](#).

Bliver smukt til standerhejsningen

Pligthuggerne har en travl tid

Pligthuggerne sørger som altid for at Laugets vimpel kommer op til standerhejsningen for at markere, at badesæsonen starter.

Men udvalget har sørme travlt op til. Fra listen kan nævnes - men det er ikke sikkert alt nås inden lørdag 3. oktober:

Hullet på Sukkenes Bro elimineres, temperaturtavlen ved indgangen til Laugets badebro fornyes, de rustne kurve skiftes, og der skiftes belægning flere steder.

Skiltene, der fortæller om reglerne for brug af badebroen, fornyes, og der kommer en fodliste på badebroen, så fodtøj ikke ryger i vandet.

Desuden er der flere andre ting, som vil blive udført senere.

Børstepopularitet

Selvbetjeningsbørsten ved de to endetrapper er blevet populær:

Rigtig mange medlemmer giver trappetrinene en tur med stål-børsten, så trinene er algefri og sikkerheden dermed øges.

Foto: Erling Madsen



Selvbetjeningsbørsten bruges heldigvis af mange medlemmer, så sikkerheden øges.

Nu vil Pligthuggerne også give Dronningetrappen en tur med stål-børsten.

Formentlig fører det til, at der også hér kommer en permanent selvbetjeningsbørste.

Vinterpaladset lukkes
Pligthuggernes arbejds-

iver stopper ikke med ovennævnte:

En oliering af gulvet i Vinterpaladset er også på vej; det er noget som sker hvert andet år.

Det betyder, at der lukkes af i et par dage - dét vender vi tilbage med nærmere om, når vi kender datoen.

Kontingent i denne måned

September er måneden, hvor kontingentet for 2026-27 skal betales.

Beløbet er fortsat 375 kroner. Du kan betale på to måder:

1. MobilePay = TAST 16972 eller

2. Netbank = registreringsnr. 9570 kontonr. 0012618115 i Danske Bank.

Erfaringsmæssigt har mange svært ved at få betalt til tiden, så Skattemester Per Ebert har et godt råd:

- I Netbank og MobilePay kan du

oprette en fast betaling en dag i september til Laugets konto - men husk hvert år at tjekke om beløbet er ændret, opfordrer han.

»Glemmer« du at betale, så får du en rykker og er glemsomheden der stadig, så har du meldt dig ud af Lauget.

Malingrabat

Flügger giver medlemmer af Lauget 20 % rabat på alle Flügger-produkter.

Lauget får 5 % af dit køb - og har aftaler med Flügger-butikkerne i Hørsholm, Helsingør, Lyngby, Hillerød, Rødovre og Brøndby: Når du handler, så oplys Laugets kontonummer 642791.

Sæt **X** i kalenderen

Lørdag 3. oktober

Kl. 8.15 Stranderhejsning med dåb, Vinterpaladset.

Lørdag 24. oktober

Bestyrelsesmøde.

Mandag 23. november

Rungsted Havn har årsmøde, Rungstedgaard.

Torsdag 24. december

Kl. 8.15 Julebadning, Vinterpaladset.

Udgivet af Hørsholm-Rungsted Vikingelaug

Ansvarshavende
Erling Madsen
Bestyrelse:

Høvding Erling Madsen,
Næste Britt Vinderslev,
Skattemester Per Ebert,
Havfrue Susanne Becker
Mikkelsen og Dirigent og
Nøgle- og medlemsansvarlig
Kurt Elliot Larsen.

Mail:

post@vikingelaug.dk

Hjemmeside:

www.vikingelaug.dk