

MELLEM KASTENE

HAVØRREDEN
SPINFISKERI PÅ KYSTEN

Overskudet af denne bog går til
Den fynske grusbande

Mellem kastene
havørreden - spinfiskeri på kysten

Tekst & design: Christina Bergholdt
Bidrag: Irena Mathiasen og Mads Davidsen
Illustrationer: Christina Bergholdt
Fotos: Christina Bergholdt, Irena Mathiasen,
Mads Davidsen, Søren Rajczyk
Produktbilleder: Pure Fishing (Savage Gear & Sölv)

Tryk: ScandinavianBook – 1. oplag, 2025

© Christina Bergholdt, 2025
Alle rettigheder forbeholdes

INHOLD

HVEM ER VI.....	9
Christina.....	10
Mads.....	11
Irena.....	12

TANKER FØR KYSTEN	15
Vælg dine agn med omtanke.....	16
Den gode spise fisk.....	17

HAVØRREDEN	19
Fra æg til havet.....	21
Væskt og modning	22
Livet i havet, jagt og vækst.....	23
Grønlander	24
Overspringer	25
Gydedragt	26
Sådan genkender du en gydeklar fisk.....	27
Nedfaldsfisk.....	28
Sådan genkender du en nedfaldsfisk.....	28
Næste generation	29
En værdifuld og sårbar ressource	29
Den fysiske grusbånd.....	30

VALG AF PLADSER.....	33
Årstider	34
Foråret	34
Sommeren	35
Efteråret	37
Vinteren	37
Vejr og vind.....	38
Bundforhold	39
Rev, jagtens perfekte ramme.....	39



Miljømærket tryksag

Lever op til skrappe
miljø- og klimakrav i hele
produktets livscyklus:

- Råvarer fra ansvarlige kilder
- Begrænset brug af kemikalier og energi
- Trykmaterialer og trykproces med lavt miljøaftryk
- Kan genbruges og genanvendes

Tangbælter	40
Mudderbund	41
Leopardbund.....	41
Badekar og revler.....	42
Strøm	43
Strøm om sommeren	43
Strømbælter.....	43
Hvirvlende strøm & cirkulation.....	44
Bølger	45
Fiskens fokus.....	45
Bedre kontrol over agnet	45
Mere naturlig præsentation	45
Find kystpladser	46

GREJET 49

Endegrejet	53
Vinter	54
Forår	54
Sommer	54
Efterår	54
Bombarda fiskeri.....	55
Generelle tips til endegrej	55
Rotationsblink	55
Kystwobler.....	56
Fastmonteret blink.....	56
Kroge	57
Line og forfang	57
Knuder	59
Improved Clinch Knot.....	59
Rapala knuden.....	60
blodknuden	61
Ophængerknuden	62

CATCH & RELEASE 65

Den gode rækkefølge.....	67
Tid ude af vandet.....	68
Fight og udtrætning.....	68
Årstider og havtemperatur	68

DEN GODE LYSTFISKER 71

Hjælp og hep på hinanden.....	72
Ryd op efter dig selv.....	72
Den gode tone	73

KONDITIONSTABEL..... 75

Hvad siger tallet	76
Tabel	77

FORORD

Denne bog er mit svendestykke som grafiker. Det var oplagt for mig at forene to ting, jeg virkelig brænder for: det grafiske håndværk og havørredfiskeriet.

Resultatet er denne lommebog, som jeg håber kan blive en praktisk lille makker på kysten og give den viden og inspiration, jeg selv ville have ønsket at kende i starten.

Ideen opstod under en snak med Irena om, at det kunne være rigtig sjovt at lave en lille bog om havørredfiskeri. Mads har jeg kendt helt fra begyndelsen af mit eget fiskeri, mens Irena kom til lidt senere. Begge har de delt godt ud af deres mange erfaringer, og jeg har haft mange gode samtaler med dem om, hvad der var relevant at have med i denne bog.

En stor tak går også til Savage Gear og Abu Garcia Sölv for at stille grej og billeder til rådighed, samt til Kaare Manniche Ebert og Linda Bollerup Høgh, der har bidraget med værdifuld viden om havørreden.

Bogen er derfor ikke kun et svendestykke, men også et resultat af passion, fællesskab og ønsket om at give noget tilbage til fiskeriet. Tak fordi du valgt at tage bogen med dig. Jeg håber at den kan inspirere dig og måske gøre dine ture endnu bedre.

Christina Bergholdt



HVEM ER VI

HVEM VI ER

Christina: Jeg er fra en familie, hvor lystfiskeriet altid har haft en særlig betydning. Det begyndte med min oldefar, som lærte min farfar at fiske, som lærte det videre til min far og derefter videre til mig. Som barn var jeg ofte ude med min familie, og det meste af min barndom gik med hornfisk, fladfisk og torsk. Som 7-8 årig fangede jeg min første havørred. Jeg husker tydeligt hvor stort et øjeblik det var, og oplevelsen satte sig fast i baghovedet.



Det var dog først da jeg blev 20 år, at jeg for alvor begyndte at dyrke havørredfiskeriet sammen med min far og mor. Siden da har jeg været på mange eventyr rundt omkring i Danmark og Sverige, i jagten på denne pragtfulde fisk.

Jeg holder rigtig meget af sommerfiskeriet, på de åbne kyster med stærk strøm. For mig er havørredfiskeriet indbegrebet af at være omstillingsparat. Jeg synes at havørreden er en fantastisk sportsfisk, og det der virker i dag, behøver ikke at virke i morgen. Det er en fisk, man kan blive ved med at nørde og hele tiden lære nyt om.

Mads: Jeg har været lystfisker siden jeg var helt lille, og som 12-årig blev jeg medlem af en lokal lystfiskerforening. Her blev jeg introduceret til havørredfiskeriet. Først primært i åerne, hvor jeg fangede mine aller første havørreder, og senere også på kysten. Siden da har jeg fisket efter mange forskellige arter, men særligt har havørredfiskeriet har altid haft en helt speciel plads hos mig. Jeg har fisket på mange forskellige kystpladser rundt om i hele Danmark, og en enkelt gang på Gotland, hvilket jeg kun kan anbefale.

Noget af det, jeg holder mest af ved netop havørredfiskeriet, er dets afveksling. Selvom det i bund og grund er den samme fisk, føles fiskeriet vidt forskelligt alt efter, hvor man befinder sig. Nogle pladser kan til tider holde utrolig mange fisk, ikke nødvendigvis de største, men tit rigtig mange. Andre pladser gemmer ofte på få,

men rigtig store fisk. Og andre gange er det hele omvendt. Der findes ingen 100 procent opskrift på fiskeriet, og det er netop det, der gør det så spændende. Jeg brænder for, at vi også i fremtiden har fisk at fange.



I dag er jeg en del af Savage Gears Pro Staff, hvor jeg har været tilknyttet siden 2019.

Irena: Som barn fiskede jeg med min far, helt klassisk med prop og orm i den lokale sø efter aborre. Den gang var det ikke selve fiskeriet, der trak mest, men mere hyggen ved at være afsted og den ro, det gav. Jeg forstod det nok ikke helt dengang, men i dag betyder den ro alt for mig.



I 2016 fangede jeg min aller første havørred, og det ændrede alt for mig. Det var et virvar af følelser, men jeg husker mest, at jeg fik den der følelse af, at hvis jeg kunne fange en havørred i det store hav, så kunne jeg alt. Siden da er det stukket helt af, og i dag fisker jeg efter næsten alle arter hele året rundt, og nyder de mange forskellige teknikker og muligheder, fiskeriet byder på. Det er fedt at nørde og udvikle sig hele tiden.

Jeg nyder alle årstider, men jeg har en særlig forkærlighed for vinterfiskeriet. Hvis jeg kun måtte fiske efter én art resten af livet, ville det uden tvivl være havørreden. Jeg elsker det opsøgende vadefiskeri, det er noget helt særligt for mig. Det er et regnestykke der skal gå op: hvor er fiskene i dag, og hvordan får jeg dem til at hugge, under de forhold dagen byder. Og når det så lykkes, så er det den fedeste følelse.

Ved siden af står jeg bag Facebook gruppen „Kvinder i waders - lystfiskeri i fokus“ hvor vi er en masse seje passionerede kvinder der deler den samme glæde for fiskeriet. Gruppen er fuld af god stemning og har skabt en tryk og inspirerende base, uanset hvor man er i sin fiskerejse. Jeg er meget taknemmelig og rørt over hvad gruppen er blevet til.





JANKER FØR KYSTEN

TANKER FØR KYSTEN

Før du pakker din taske og skynder dig ud på kysten, kan det være en rigtig god idé at bruge et øjeblik til at mærke efter: hvad vil du gerne med turen i dag?

- || Er det for at koble af fra hverdagens travlhed og bare nyde naturen?
- || Er det for at lære noget nyt, øve teknikker og blive bedre til fiskeriet?
- || Eller har du et klart mål om at fange en fisk – måske endda tage en med hjem?

Uanset hvad, så kan det hjælpe rigtig meget at sætte en intention for turen. Det behøver ikke være stort eller ambitiøst, bare en retning. Så ved du bedre, hvilket grej du skal tage med, og det gør oplevelsen mere fokuseret og tilfredsstillende.

Husk: Inden du pakker tasken, så sørg for at have det statslige fisketegn i orden.

VÆLG DINE AGN MED OMTANKE

Det kan være fristende at tage hele grejboksen med, men ofte er det en fordel at begrænse sig. Prøv i stedet

at udvælge 3-5 agn, som du har tillid til, og som passer til årstiden og forholdene den dag.

Tænk over, hvor i sæsonen du er i:

Er det tid til tobiser, eller er børsteormene fremme?

Lad dine agn afspejle det byttedyr, havørreden naturligt jager netop nu. Når du kun har få agn med, bruger du mindre tid på at skifte frem og tilbage, og mere tid med linen i vandet. Samtidig lærer du dine agn bedre at kende, hvordan de bevæger sig, hvornår de virker bedst, og hvilke forhold de virker i.

DEN GODE SPISEFISK

Hvis du vælger at tage en fisk med hjem, er det vigtigt at overveje både dens længde og kondition. De bedste spisefisk ligger som regel mellem 45 og 55 cm. Det er også vigtigt at se på, om fisken er en nedfaldsfisk eller en farvet fisk.

For at vurdere fiskens sundhed og kvalitet, kan du bruge konditionsskalaen (s. 77-79). Den hjælper dig med at vurdere, hvor velnæret og kraftig fisken er.

Husk: at mindstemålet for havørred er 40 cm, men tjek altid lokale regler.
- Nogle steder kan det være højere.



HAVØRREDEN

HAVØRREDEN

Som lystfisker er det klart en fordel at kende den fisk, man går og fisker efter. Jo bedre forståelse man har af havørredens liv og adfærd, desto større er chancen for en god oplevelse ved vandet. Men det handler ikke kun om at fange noget, det handler også om respekt. At man respekterer naturen og den fisk, man måske vælger at tage med hjem.

Det giver mening at vide og forstå, hvordan havørreden lever sit liv. Fra det øjeblik den ligger som et lille æg i gruset på bunden af en å, til den vender tilbage som en stærk og gydemoden fisk. Det er en rigtig fascinerende rejse, og den fortæller noget vigtigt om, hvor meget der skal gå godt, før at vi kan møde fisken langs kysten.

Havørreden har på mange måder fået bedre vilkår i dag end for bare halvtreds år siden. Der er kommet større fokus på vandløbene, flere frivillige projekter og en øget bevidsthed om bæredygtigt fiskeri. Men havørreden er stadig en begrænset ressource. Noget vi har til låns og som skal bevares for fremtiden.

Havørreden hører til arten *Salmo trutta* og betegnes som en anadrom fisk. Det betyder at fisken klækkes i ferskvand og på et tidspunkt svømmer ud i havet for at vokse op. Senere vender den tilbage til sit oprindelsessted i åen for at gyde. Det gør den til en alsidig og stærk fisk, og en elsket fangst blandt mange lystfiskere.

Langs de danske kyster kan du møde havørreden hele året rundt. Men dens adfærd og tilstedeværelse ændrer sig med årstiderne. Det er netop dét, der gør fiskeriet efter havørred så spændende. Der er altid noget nyt at lære og opdage.

FRA ÆG TIL HAVET

Gydesæsonen begynder typisk i november og varer til december-januar, men tidspunktet kan variere afhængigt af vejret og de lokale forhold. I denne periode søger havørrederne op i åerne for at finde strømmende, iltrigt vand med grusbund. Her graver hunnen en gydegrube med halen og lægger sine æg, som straks befrugtes af én eller flere hanner og dækkes med grus.



Smolt

Æggene klækkes efter cirka 400 graddage, hvilket ca. svarer til 3-4 måneder, alt efter vandets temperatur. Herfra klækkes æggene til små larver. I den første tid lever de af deres blommesæk, men efter ca. 3 ugers tid svømmer de op på vandløbsbunden, hvor de begynder at jage smådyr og finde skjul mellem sten og planter. Når de når dette stadie kaldes de fingeryngel. De tilbringer som regel ét til tre år i åen, hvor de vokser og tilpasser

sig livet i strømmende vand. Der klækkes omtrent lige mange hunner og hanner, så kønsfordelingen i starten er nogenlunde ligelig. Før de forlader ferskvandet, gennemgår ynglen en biologisk tilpasning, nemlig det der kaldes smoltificering. Her bliver fiskens krop sølvblank, og fisken udvikler evnen til at leve i saltvand. Når foråret kommer, vandrer smoltene nedstrøms og påbegynder livet som havørreder i de kystnære områder.

VÆKST OG MODNING

Havørreden vokser typisk mellem 15 og 20 centimeter om året i perioden fra april til november. I denne fase kaldes den ofte for en grønlænder, da den endnu ikke har været oppe for at gyde. Efter gydning falder væksten markant. Fisken vokser herefter kun omkring 10 centimeter om året. Det skyldes, at havørreden bruger en stor del af sine ressourcer på at genopbygge kropsvægt og komme sig efter den krævende gydevandring. Først når den igen er i god kondition, genoptager den sin vækst.

Når havørreden har opholdt sig mellem halvandet og fire år i havet, vender den som regel tilbage til det vandløb, hvor den selv blev klækket for at gyde for første gang. Nogle få gyder dog allerede efter mindre end et år i havet. Det er især hunnerne, der søger ud i havet. For dem kan det bedre betale sig at trække mod de næringsrige kystområder, hvor de har større mulighed for at vokse sig store og producere flere æg.

Hannerne vælger i højere grad at blive i åen og blive kønsmodne som bækørreder. Det er en mere risikabel strategi, men stadig giver dem mulighed for at deltage i gydningen.

LIVET I HAVET, JAGT OG VÆKST

Idet havørreden når ud i havet, begynder en ny fase i dens liv. Her bliver den en sulten og tilpansningsdygtig jæger, som spiser det, der er lettest at fange. Det kan være småfisk som tobis, sild og hundestejler, men også krebsdyr og havbørsteorme.

Havørreden står ofte med hovedet imod bølgerne og strømmen, hvor den er klar til at snuppe det, der kommer forbi. Havørreden tilpasser sin jagt efter årstid og forhold. Om sommeren, hvor der er mere føde at vælge imellem, kan den fokusere på én bestemt art og jage meget effektivt.

Havørreden er desuden utrolig god til at omsætte føde til vægt. Omkring 20 procent af det, den spiser, bliver til kropsmasse. Når vandtemperaturen ligger omkring 14 til 15 grader, stiger stofskiftet markant, og den kan optage op til ti gange så meget føde end som ved de kolde temperaturer.

GRØNLÆNDER

Inden havørreden bliver kønsmoden, kaldes den ofte for en grønlænder. Det er en sølvblank havørred i vækst, som endnu ikke har været oppe for at gyde. En grønlænder er typisk under 60 centimeter og befinder sig stadig i den fase, hvor den lever og vokser i havet.

Grønlændere færdes ofte i små stimer, især i de kolde måneder. Når det er rigtig koldt om vinteren, søger en del grønlændere op i åerne for at overvintre.

De er kendt for at være livlige, kampglade og hugvillige, hvilket gør dem til en populær fangst blandt kystfiskere. Selvom de nødvendigvis ikke er de største fisk, leverer de masser af energi og spænding.



grønlænder

ØVERSPRINGEREN

En overspringer er en havørred, der tidligere har gydt, men som vælger at springe en gydesæson over. I stedet for at gå op i åen, bliver den i havet og fokuserer på at genopbygge styrke og tage på i vægt.

Overspringere er ofte i fremragende kondition og blandt de mest eftertragtede fisk blandt kystfiskere. De er letgenkendelige på deres stålblanke og ofte med et svagt violet skær og løse skæl, som let falder af ved berøring. Mange lystfiskere bruger betegnelsen overspringer om fisk over 60 centimeter, selv om størrelsen ikke nødvendigvis afslører noget om fiskens gydehistorik.



overspringer

Gydedragt

Allerede i sensommeren begynder havørreden at ændre udseende i takt med, at gydetiden nærmer sig. I løbet af efteråret, typisk fra oktober til december, udvikler fisken sin gydedragt.

Farverne bliver dybere og mere markante, ofte rødlig, kobberbrune eller mørkt gyldne, og skællene bliver grovere. Hanner bliver ofte rødlig, mens hunnerne får brunlige nuancer. Hos både han- og hunfisk bliver skællene grovere. Samtidig danner fisken et kraftigere slimlag, som beskytter den under gydningen og opholdet i ferskvand. Farvetegningen varierer fra fisk til fisk og afhænger både af genetik og det vandløb, den stammer fra. Hannerne farves som regel hurtigere og kraftigere end hunnerne, som ofte forbliver mere neutrale i længere tid.



Farvet hanfisk

Sådan genkender du en gydeklar fisk

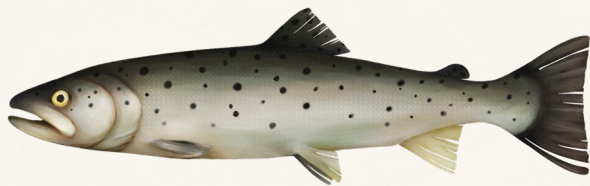
- Grovere og mere ru skæl
- Tyk og glinsende slimlag på kroppen
- Hanner får en kæbekrog
- Gattet bliver udvidet og blødere
- Dybe, mørkere farver, ofte rødbrune eller kobberagtige



Farvet hunfisk

NEDFALDSFISK

Når gydningen er overstået, går havørreden nu ind i en fase, hvor den skal restituere. Den kaldes nu for en nedfaldsfisk eller en falder. I denne periode er den ofte afmagret, og har synlige skader og en lav kondition. Selvom den gradvist bliver blank igen, er den ikke nødvendigvis i god form. Mange vælger at genudsætte en nedfaldsfisk, så de får mulighed for at komme sig og måske gyde igen senere.



nedfalds fisk

Sådan genkender du en nedfaldsfisk

- Slank og langstrakt kropsform
- Mærker eller sår fra gydningen
- Lav kondition, især tydeligt på bugen

NÆSTE GENERATION

Store fisk spiller en vigtig rolle i gydningen. En hunfisk på 40 cm. producerer omkring 500 æg, mens en stor hun på 5 kg kan indeholde op mod 8.000 æg. De store hanner er også vigtige i gydespillet. Set fra et biologisk perspektiv har det ingen betydning, om det er en stor eller lille han, der befrugter æggene. En lille hanfisk kan have lige så gode og stærke gener som en stor, hvor begge typer bidrager til at sikre en sund og varieret havørred bestand.

Ny forskning viser dog, at længden af opholdet i havet før første gydning er genetisk betinget. Hvis man systematisk tager de største fisk ud, kan det derfor med tiden skabe en forrykning i bestanden, så der bliver færre af de store havørreder. Derfor giver det god mening at lade de største fisk svømme videre, både for naturen og for fiskeriets fremtid.

EN VÆRDIFULD OG SÅRBAR RESSOURCE

Havørreden er ikke en udtømmelig ressource. I 1980 blev der kun registreret et naturligt smoltudtræk på ca. 166.000 fisk. I dag er der et udtræk tæt på en million, og der udsættes også omkring en million smolt om året. Dette arbejde er en del af en stor, vedvarende og vigtig indsats, som du kan læse mere om hos Fyns Laksefisk. Her spiller både faglighed, frivillige hænder, et stærkt sportsfiskerforbund og støtte fra staten en afgørende rolle for havørredbestanden.

Danmarks Sportsfiskerforbund har i mange år kæmpet, og kæmper stadig, for flere vilde fisk og bedre forhold i vores vandløb.

Som lystfisker kan du også gøre en forskel. Du kan tage hensyn til fiskens kondition, årstid og gydetidspunkt. Du kan vælge at genudsætte de store fisk, undgå at fiske på gydepladser og støtte de lokale vandløbsprojekter, der er med til at holde bestanden sund.

Sidst men ikke mindst, kan du melde dig ind i en af de mange danske lystfiskerforeninger eller i Danmarks Sportsfiskerforbund, der gennem mange år har kæmpet for et bedre lystfiskeri for alle. Du kan være med til at sikre fremtidens fiskeri for både dig selv og den kommende generation.

– Det er en investering i både naturen og mange gode fiskeoplevelser, nu og i fremtiden.

DEN FYNISKE GRUSBANDE

Den Fynske Grusbande er en frivillig indsats under Havørred Fyn, som i samarbejde med Vandpleje Fyn arbejder for at skabe bedre forhold i de fynske vandløb til gavn for havørreden. Grusbanden er ikke én fast gruppe, men et fællesskab af frivillige, der varierer fra projekt til projekt. Her mødes lystfiskere, naturinteresserede og lokale borgere om et fælles mål: at styrke naturen og fiskebestandene.

Arbejdet spænder vidt fra udlægning af gydegrus og skjulesten, til restaurering af vandløb, hvor de naturlige strukturer er forsvundet. Målet er at skabe flere gydepladser, bedre skjul og mere varierede strømforhold. Det gavner ikke kun havørreden, men hele økosystemet i og omkring vandløbene.

Grusbanden gennemfører hvert år en række projekter på Fyn og Øerne, ofte i samarbejde med kommuner og lokale sportsfiskerforeninger. Deltagelsen er helt uforpligtende, og alle kan være med uanset ens erfaring. Hver indsats samler nye hold af frivillige, som sammen gør en mærkbar forskel.

Vil du være med, kan du følge med i aktiviteterne og melde dig til projekter via Facebook-gruppen: Den Fynske Grusbande.



© Steffen Stamp



VALG AF PLADSER

VALG AF PLADSER

HVOR FINDER DU HAVØRREDEN?: Det handler ikke kun om held, at finde havørreden. Det handler om at forstå, hvor og hvornår fisken trækker og hvad der får den til at slå til. Havørreden bevæger sig i takt med årstiderne, reagerer på vejrets skift og benytter kystens bundvariationer aktivt under sin fødesøgning.



ÅRSTIDER

FORÅRET: Om foråret trækker havørreden ofte tæt på kysten, hvor det lave vand hurtigt varmes op og føden er rigelig. Det lunere vand sætter gang i havørredens stofskifte og aktivitetsniveau, samtidig med at småfisk, havbørsteorme og krebsdyr samles i det lave for at yngle eller finde føde.

De kystnære områder bliver derfor attraktive jagtpladser. Havørreden udnytter netop det varme, lave vand til at fylde depoterne op efter en lang vinter og det gør den

mere aktiv og ofte mere hugvillig. Her møder man også de såkaldte nedfaldsfisk, der netop er vendt tilbage fra gydepladserne og har brug for energi til at komme sig.

Særligt i fjorde og vige med lavere saltindhold kan de trække tæt på land. Det lave saltindhold belaster ikke fisken i samme grad som det åbne hav og giver derfor et roligere og energivenligt miljø. Perfekt til restitution og jagt.

SOMMEREN: I sommermånederne, hvor temperaturen i det lave vand kan stige betydeligt, søger havørreden ofte ud på dybere og køligere vand i løbet af dagen. Her spiller strømmen en vigtig rolle. Havørreden opholder sig gerne i områder med gennemstrømning, hvor iltindholdet er højere, og hvor strømmen fungerer som et transportbånd, der bringer fødeemner som småfisk og krebsdyr med sig.

Områder, som for eksempel strømrender, revkanter og badekar med tilknytning til åbent vand, kan fungere som naturlige samlingssteder for føde og gør jagten mere effektiv for havørreden. Sommeren er også særligt højsæson for en af havørredens absolutte favoritsnacks: nemlig tobisen. Tobiserne svømmer typisk i stimer over sandbunden og bliver et let bytte, især i områder med strøm hvor de presses sammen. Agn, der ligner tobiser i både bevægelse og farve, er derfor blandt de bedste valg til sommerfiskeri.

I takt med at solens stråler kommer til at stå lavere, vil fisken typisk trække ind mod kysten igen. Det er især morgen og aften, hvor temperaturen falder, og fiskens aktivitet stiger. Her kan strømmen også variere mere, og små koncentrationer af føde kan drive tæt på land.

På varme sommerdage kan fiskeriet være trægt i dagslys, men når solen går ned, vågner havørreden for alvor. Det køligere vand og lavere lysniveau giver den ro til at søge ind på lavt vand og jage aktivt. Natfiskeri kræver tålmodighed og koncentration, men belønningen kan være store fisk tæt på land. Brug mørke agn med tydelig silhuet og fisk i et roligt tempo.

Husk at medbringe en pandelampe

Den er uundværlig i mørket.

Men brug den med omtanke:

sluk den, når du fisker, så du ikke skræmmer fiskene med lyset.

Husk, at dine øjne tilpasser sig mørket over tid. Derfor kan det være en god idé at bruge rødt lys i stedet for hvidt.

Det røde lys forstyrrer nemlig ikke nattesynet i samme grad og hjælper dig med at bevare dit udsyn i mørket.

EFTERÅRET: Om efteråret tager havørreden typisk mindre føde til sig. Den er ved at gøre sig klar til sin opgang i åen og begynder at ændre adfærd. Det skyldes ikke mangel på føde, men at fisken hormonelt er et andet sted – gydningen nærmer sig, og kroppen prioriterer energi til den kommende rejse.

I sensommeren og i det tidlige efterår kan du stadig finde fisk i god kondition, som stadig jager meget aktivt. Men jo tættere vi kommer på gydeperioden, jo mere selektiv og tilbageholdende bliver havørreden. Den har brugt sommeren på at spise sig tyk og fed, og nu begynder den i stedet at trække i mod gydepladser i åerne.

Det betyder ikke at den ikke kan fanges, men det kræver ofte lidt mere finesse, tålmodighed og de rette agnvalg. Prøv med naturlige bevægelser, mindre agn og gerne spinstop tæt på bunden. Hugget kan komme pludseligt og forsigtigt, så vær opmærksom.

VINTEREN: Det er vigtigt at holde øje med vandtemperaturen, da få grader kan være det afgørende for havørredens aktivitet. Her kan havørreden nemlig spare på energien og samtidig finde føde, i det ellers barske og kolde vintermiljø. De rolige strømforhold giver fisken mindre stress, hvilket er vigtigt i den kolde årstid.

Fisk i et langsomt tempo og brug gerne agn med skarpe farver som pink, hvid eller sort og rød, der kan vække fiskens nysgerrighed, selv når den er trægt og ikke aktivt

på jagt. En ophængerflue kan give ekstra chance for et hug, fordi havørreden ofte vælger det bytte, der kræver mindst mulig energi. Vinterfiskeri kræver tålmodighed, men kan give store belønninger.

Til vinterfiskeriet hører også jagten på overspringeren. Den har både energi og appetit og er derfor ofte mere hugvillig end andre vinterfisk. Overspringeren holder sig gerne i det åbne vand nær kysten eller i yderområder af fjorde, hvor der er en smule strøm og adgang til føde som rejer og småfisk. Men den kan også stå inde på lavt vand, især i badekar med mørk bund og lidt højere vandtemperatur. Her gælder det om at fiske roligt med agn, der ligner naturlige byttedyr. Finder du en overspringer, er det en oplevelse du sent vil glemme.

VEJR OG VIND

Grå, overskyede dage med let vind skaber ofte gode betingelser for havørredfiskeri. Når himlen er dækket af skyer, reduceres sollyset, og vandet bliver mindre klart, hvilket gør havørreden mindre sky og mere villig til at jage. En let brise som blæser ind mod kysten, skaber uro på vandoverfladen og kan netop presse bytte tættere på land. Denne bevægelse samler fødeemnerne, hvilket tiltrækker havørreden og gør den mere jagtlysten.

Omvendt kan solrige dage med stille vejr og krystalklart vand gøre havørreden mere forsigtig. Når vandet er helt klart, bliver fisken lettere opmærksom på både rovdyr og fiskere og den kan trække sig længere væk eller skjule

sig mere effektivt blandt tang og sten. Især midt på dagen, når solen står højt, og vandtemperaturen ofte er varmest, er havørreden tilbøjelig til at være mindre aktiv og søge skygge eller dybere, køligere områder.

Dette kan dog være anderledes om vinteren, hvor solens opvarmning af vandet, kan have den helt stor betydning for ens fiskeri. Her kan vandtemperaturen stige en grad eller to i de lavvandede områder, og det kan være nok til at tiltrække havørreden, som søger disse lune zoner

BUNDFORHOLD

REV, JAGTENS PERFEKTE RAMME: Revet er et godt og oplagt skjulested for både byttedyr og havørreden. Småfisk søger beskyttelse mellem stenene og tanget, hvor de kan gemme sig for større rovdyr. For havørreden er disse områder ideelle jagtpladser, fordi byttet samles og bliver lettere at fange. Stor sten i strømmen skaber lommer af roligt vand, hvor havørreden ofte står på læsiden af revet eller i områder med strømskel, mens fødeemner passerer forbi. Derfor er revene ofte særdeles effektive fiskepladser, især ved moderat til kraftig strøm.

Revet er også godt sted at finde fisk der trækker forbi, som skal ind og finde føde, før de trækker videre igen. Man kan stå i lang tid på det samme rev, uden at mærke meget, men med tålmodighed, kan det godt betale dig.

ET GODT TIP ER AT HUSKE AT GIVET VANDET RO.

TIPS TIL FISKERI PÅ REV:

- || Husk at affiske revet helt fra starten, da fiskene kan stå spredt langs hele revet.
- || Fisk langs kanten af revet og i overgangen mellem forskellige bundtyper.
- || Brug agn der går højt og let i vandet, som f.eks. kystwoblere.
- || Enkeltkroge for at undgå at hænge fast i højtstående blæretang.
- || Hold øje med ændringer i strøm.

TANGBÆLTER: Tangbælter er rige på smådyr som rejer, tanglopper, havbørsteorme og småfisk, der både søger føde og beskyttelse i de tætte plantelag. For havørreden er tangbælter populære jagtmarker, især i foråret og efteråret fordi fødeemnerne er mange og tæt samlet.

TIPS TIL FISKERI I TANGBÆLTER:

- || Fisk langs kanten af tangbæltet, hvor byttet ofte samler sig og bevæger sig ud.
- || Vær opmærksom på strømmen. En moderat strøm der bevæger tangplanterne, kan gøre agnen mere attraktiv.

MUDDERBUND: Er ofte dækket af organisk materiale og tiltrækker mange små bunddyr som havbørsteorme og små krebsdyr. Det gør mudderbund til et vigtigt spisekammer for havørreden, især om vinteren når føde er knap andre steder.

TIPS TIL FISKERI PÅ MUDDERBUND:

- || Brug agn med langsom og dragende bevægelse
- || Vær forsigtig med at fiske for aggressivt, da havørreden ofte er mere forsigtig her.

LEOPARDBUND: Er en særlig type sandbund med mørke pletter af alger eller tangpletter, der er med til at skabe et mønstret udseende. Denne variation i bundens struktur giver skjul og føde for smådyr som havbørsteorme, kutlinger og rejer, som ofte samles i de mørke områder. Det gør leopardbunden til et attraktivt og vigtigt jagtområde for havørreden.

TIPS TIL FISKERI PÅ LEOPARDBUND:

- || Vær opmærksom på vandets klarhed.
- || Fisk i vifteformation.

BADEKAR OG REVLER: Badekar er små lavninger tæt under land, som er omgivet af lavere vand og ofte har en mørkere bund. Her samler fødeemner sig og vandet holder ofte en lidt højere temperatur om vinteren, og en lidt lavere om sommeren. Netop derfor er badekar et populært opholdssted for havørreden, både når den søger varme i de kolde og barske måneder og det kølige vand på de varme sommerdage.

Store overspringer kan tit findes her om vinteren, hvor de trækker tæt på land i jagten på føde.

TIPS TIL AT FISKE BADEKAR:

En af de mest effektive måder at affiske et badekar på, er ved at kaste på langs af karet. Dette giver nemlig havørreden mere tid til et hug. Start yderst og arbejd dig systematisk indad, så du kan dække hele området. Brug agn med god kasteevne og gerne med lidt vægt, så du kan nå dybere ned i karet. Fisken står ofte lige foran dig, så det første kast skal tages med omtanke.

Husk: Et badekar kan ofte findes længere ude og kaldes her en revle. Nogle steder kan du vade derud i lavvande, men vær opmærksom på stigende vandstand, så du ikke bliver afskåret fra kysten.

Prøv forskellige indspinningshastigheder og brug gerne spinstop, især hvis du fisker med blink eller kystwoblere. Havørreden bruger tit kanten af badekarret som jagtzone, hvor den patruljerer frem og tilbage, så vær tålmodig og fisk det grundigt igennem.

STRØM

Strømmen i vandet er en af de vigtigste faktorer, når du fisker havørred. Den bringer føde med sig, skaber bevægelse og ilt. Den får havørreden til at stille sig i venteposition, klar til at slå til, når byttet passerer forbi. At forstå strømmen er nøglen til at finde fisken.

STRØM OM SOMMEREN: Strømmen særligt vigtig i de varme måneder. Når vandtemperaturen stiger, falder iltindholdet. Den søger derfor ofte mod områder med strøm, hvor vandet er køligere og mere iltrigt, og hvor føden kommer til den. Her kan du ofte finde aktive fisk, selv midt på dagen.

STRØMBÆLTER: Strømbælter opstår, når vand helt naturligt presses langs kysten eller ud gennem snævre passager. Her samles fødeemner som tobiser og andre småfisk, hvilket tiltrækker havørrederne.

Strømbælterne kan ofte genkendes som lange, rolige striber i overfladen, hvor strømmen bevæger sig anderledes end det omkringliggende vand.

SÅDAN KAN DU FISKE STRØMBÆLTER:

- || Fisk på langs af strømmen, så agnet føres naturligt ind i strømmen og hen foran fisken.
- || Det kan være en fordel at bruge et agn med lidt vægt, som kan holde kursen i strømmen.
- || Varier tempo og spinstop. Om sommeren kan speedspin dog være en fordel.

HVIRVLENDE STRØM & CIRKULATION: På visse kyststrækninger, især i bugter, ved rev eller i vige, opstår der cirkulær strøm, hvor vandet bevæger sig i cirkulation eller "vender om sig selv". Det kan virke rodet, men for havørreden er det en buffet. Her bliver føden fanget i cirkulationen, og fisken kan patruljere og samle op.

SÅDAN KAN DU FISKE CIRKULÆR STRØM:

- || Kast ind i midten eller kanten af strømmen, og lad agnen følge med.
- || Hold øje med, hvor bobler, skum eller tang driver, det viser strømretningen.
- || Ofte vil fisken stå i læsiden, hvor den sparer energi og stadig har overblik over føde, der driver forbi.

Hvis vandet står helt stille, er havørreden ofte passiv. Men selv en let strøm kan sætte gang i fødekæden, og i en hugperiode. På stille dage kan du finde strømmen ved næs, fremspring, mellem småøer eller hvor bundforholdene skaber naturlige smalle passager.

Tip: Strøm = liv

BØLGER

Når vinden blæser ind mod kysten og skaber bølger, kan det være en fordel. Bølgerne pisker vandet op og løsner fødeemner op fra bunden og skaber uro, som får havørreden til at jage mere aktivt og mindre forsigtigt. Ved at kaste imod bølgerne, altså ud i den retning bølgerne kommer fra, opnår du flere ting:

FISKENS FOKUS: Havørreden står ofte og jager imod bølgerne, så ved at fiske imod dem, præsenterer du agnen direkte i dens synsfelt.

BEDRE KONTROL OVER AGNET: Her er det en god ide at bruge et agn der kommer godt ned i dybden, så den ikke kommer opover bølgen og der bliver skubbet rundt.

MERE NATURLIG PRÆSENTATION: Fødeemner driver typisk med strømmen ind mod kysten, så agnen bevæger sig mere naturligt, når du fisker imod den.

FIND KYSTPLADSER

Fiskeapps giver adgang til kort og data, der kan hjælpe dig med at finde gode fiskesteder. Et godt sted at starte er appen **Fishing in Denmark**, som er et effektivt værktøj til at udforske forskellige pladser. Hver plads har en kort beskrivelse, hvilke arter og hvilke sæsoner der er bedst for havørrederne. Derudover kan du nemt følge tidevand, vejrudsigt, strøm, vind og meget mere direkte i appen.

FIND OG FORSTÅ PLADSER MED APPS

Se bundtyper: Mørke områder på kortet kan indikere sten eller tangbælter, mens lyse områder ofte er sandbund. Havørreden søger ofte skjul i områder med tang, sten eller dybe render.

Planlægge adgang: Kortene viser adgangsveje, parkeringspladser og stier, så du nemt kan finde vej til din fiskelokalitet. Husk at respektere private veje og grunde, og gå aldrig bare gennem en mark eller over et hegn uden tilladelse. Mange fiskepladser ligger tæt på private områder, og det er vigtigt, at vi som lystfiskere viser hensyn, så vi fortsat er velkomne.

Fredninger: I appen kan du se, hvor der gælder halv- og helårsfredninger. Halvårsfredning betyder forbud i en bestemt periode, ofte under gydevandringen, mens helårsfredning gælder hele året. Tjek altid kortet før turen, så du fisker lovligt og skånsomt.

KOM GODT I GANG:

- || Kig på et område på kortet, du vil udforske, og læg mærke til fysiske strukturer som næs, rev og dybe render.
- || Tjek aktuelle strøm og temperaturdata på Fishing in Denmark.
- || Planlæg din fisketur ud fra temperatur strøm og vejr og lær at sammenligne dine egne oplevelser med de digitale oplysninger.
- || Hold øje med tidevandet. Vandskiftet kan afgøre, om havørreden trækker ind eller ud af pladsen. Nogle pladser fisker bedst ved højvande, andre ved lavvande. At kende forskellen kan være afgørende for fisketuren.





GREJET

GREJET

At have styr på sit grej, er en af de aller mest vigtige forudsætninger for succes ved kysten. Der findes et hav af udstyr og agn på markedet, og det kan hurtigt føles overvældende at vælge det rigtige. Sandheden er at næsten alle agn kan fange fisk, og enhver stang og hjul kan bruges med succes. Her deler vi vores erfaringer fra mange års lystfiskeri, som kan hjælpe dig med at optimere dine chancer og få mest muligt ud af din tid ved vandet.

Du behøver ikke det dyreste udstyr for at komme i gang. Faktisk kan et par gode sko eller gummistøvler tage dig rigtig langt og åbne døren til masser af fantastiske fiskeoplevelser langs kysten. I begyndelsen handler det mest om at komme ud og få føling med vandet og lære pladserne at kende.



Når du har fået smag for fiskeriet og er klar til at tage det næste skridt, så kig forbi din lokale grejforhandler. Her kan du få hjælp til at finde waders og tilbehør, der passer til netop dit behov. Det er vigtigt at dit udstyr sidder godt og gør dine ture mere behagelige, især når du begynder at fiske heldagsture eller på kolde dage.

At være klædt godt på gør turen sjovere, det giver dig også modet til at udforske nye pladser og tage fiskeriet til næste niveau.

Når det gælder hjul og stænger, skal du vælge udstyr, der passer til din fiskestil og de forhold, du fisker under. En spinnestang på cirka 9 fod med en kastevægt på 10-30 gram er meget alsidig og ideel til havørredfiskeri ved kysten. Kombiner den med et hjul i størrelse 2500-3000, der har en pålidelig bremse og en jævn lineføring, så du har kontrol og styrke under fighten med fisken.

Husk: Skyl dit grej efter brug, især hjulet. Saltvand og sand slider hurtigt på lejer og bremse. En kort skylning i rent vand og en aftørring gør en stor forskel og sikrer, at grejet holder længere og altid er klar til næste tur.

IRENA: På kysten bruger jeg en Abu Garcia Sölv AG1, i 9' 5–21 g, en let stang med masser af rygrad. Den kaster langt, giver god kontakt til agnen og lader selv forsigtige hug mærkes. Den hurtige aktion giver præcision, mens rygraden sikrer kontrol, også med større havørreder.

Jeg har fisket med alt fra små 5 til 6 fods stænger til længere modeller. Min rekord havørred på kysten, blev endda taget på en 5 fods stang med et 1000 hjul, et helt andet men sjovt setup.

I dag passer 8 til 9 fod mig bedst. Lige nu er kombinationen af Sölv AG1 og Abu Garcia Revo SX2500 min favorit, men grejvalget udvikler sig hele tiden, og det er en del af charmen.

CHRISTINA: På kysten skifter jeg mellem Abu Garcia Sölv AG1 på 9' 6–26 g og AG3 på 9' 10–30 g. AG1 er min primære stang, mens AG3'en tages frem på de dage, hvor jeg fisker med tungere agn. I fire år var AG3 min faste følgesvend på ture i Danmark, Sverige og endda en enkelt laksetur i åen, men siden har AG1 overtaget.

Jeg foretrækker disse stænger, fordi de har en hurtig aktion med en stærk rygrad. De er gode til præcise kast og et følsomt fiskeri, hvor selv små hug mærkes tydeligt.

Om sommeren bruger jeg primært et HG3000-hjul til speed spin, hvor det er vigtig med et godt lineoplæg og høj indspinningshastighed. I de kolde måneder skifter

jeg til et almindeligt 3000-hjul for at kunne fiske i et roligere og langsommere tempo.

MADS: På kysten bruger jeg primært en Savage Gear SG8 Salmonoid-stang på 9,2' og 10–30 g. Det er en super dejlig let stang med en god rygrad, som uden problemer kan håndtere store havørreder.

Til den bruger jeg et Savage Gear Fazor-hjul i størrelse 2500. Et sæt som dette vurderer jeg kan bruges til stort set alle typer af kystpladser.

ENDEGREJ

Et godt tip er, at bruge god tid på at lære dit grej godt at kende. Tag hellere færre blink med i tasken, når du tager afsted og brug tiden på at fiske dem grundigt igennem. Prøv i forskellige tempoer, korte og lange spinstop, og mærk hvordan agnen opfører sig. På den måde lærer du, hvornår og hvor hver agn fungerer bedst, og du bliver langt mere sikker i dine valg ude på kysten.

Havørreden jager primært småfisk som tobiser, små krebsdyr og havbørsteorme. Derfor er det en god idé at vælge agn, som efterligner disse naturlige byttedyr. Vælg agn med realistisk bevægelse og farver, der matcher årstidens byttedyr og vandets klarhed. Du behøver ikke en stor grejboks. Prøv at udvælge 3–5 agn som du har tillid til. Det gør det lettere at fiske fokuseret og hurtigt skifte taktik, hvis fisken ikke hugger.

VINTER: I det kolde vand gælder det om at provokere. Farver som pink, hvid og sort/rød virker godt. Gå gerne ned i størrelse, små agn og rotationsblink med spinstop kan gøre forskellen.



Savage gear seeker, pink pearl

FORÅR: Fødeemnerne vender tilbage, og vandet luner op. Kig på hvad der rører sig. Ved børsteorms-sværming virker f.eks. en brun sandeel rigtig godt. Naturlige farver begynder at tage over.



Savage gear sandeel, brown copper red dot

SOMMER: Fiskene jager større bytte som sild og tobis. Brug større agn og noget der kaster langt, så du kan nå ud til det køligere og dybere vand.



Savage gear sandeel, motorolie

EFTERÅR: Meget lig foråret. Kobber er typisk en rigtig god efterårsfarve. Eller en lille naturlig ophænger flue.



Abu Garcia Sölv Spirr, copper sandeel

BOMBARDA FISKERI: Bombardafiskeri giver en anden tilgang end klassisk spin og gør det muligt at fiske med helt lette agn som fluer, microblink, naturlige agn eller kunstagn som f.eks. Gulp, samtidig med at du kan kaste langt og dække meget vand. Man bruger ofte en lidt længere stang, som gør det lettere at håndtere det lange forfang. Et standardforfang er cirka en stanglængde. Vælg en stang, der ikke er for blød, for bedre kontrol og fuldt udstrakt forfang. Slå bøjlen ned lige før flåddet lander, så strækkes forfanget, og du er klar til at fiske med det samme.

GENERELLE TIPS TIL ENDEGREJ

ROTATIONSBLINK: Fiskes bedst med jævn indspinning og omkring 4-6 spinstop pr. kast. Ved spinstop sætter du farten meget ned, helt ned til lige før du stopper, men du skal stadig have kontakt med blinket, så du kan mærke rotationen.

Her vil vi anbefaler skarr, zerling og seeker.



Savage gear zerling, white pearl



Savage gear seeker, green silver



Abu Garcia Sölv Skärr, matte red

KYSTWOBLERE: En gode jævn indspinning. Her må du gerne lave et brat spinstop, så wobleren dykker mod bunden. Kystwobleren er særdeles god til speedspin. I foråret og efteråret kan den være rigtig god i varieret indspinning, hvor i vinteren i helt langsomt tempo.



Sticklebait Pencil, Brown trout smolt



Savage gear Sandeel, matt white tobis



Savage gear Sandeel pencil, sandeel ghost

FASTMONTEREDE BLINK: Fastmonterede blink giver god kontakt og føling med agnen. De fungerer godt med varieret indspinning og korte spinstop. I stoppet flakker de ud til siden eller daler, og det kan ofte udløse et hug.



Abu Garcia Sölv Spirr, matte red



Abu Garcia Sölv Pili, light sandeel

KROGE: Valget af kroge er vigtigt for både fiskens ve og vel og din succes. Skarpe, stærke kroge sikrer bedre krogning, og enkeltkroge kan være mere skånsomme for fisken, især hvis du vil praktiserer catch & release. Brug gerne kroge i rustfrit stål eller med en stærk belægning for at undgå rust og slitage.



Savage gear Sandeel
Ring rigget trekrog



Savage gear Sandeel
Ring rigget enkeltkrog

Et godt tip: En enkelt krog i størrelse #1/0 eller #2 kan være en rigtig god ide, hvor der kan være meget ålgræs der driver, samt hvis der er mange fioliner.

LINE OG FORFANG

Vi bruger fletline omkring 0,11 til 0,14 mm. og kombinér den med et fluorocarbon forfang, som er næsten usynligt i vandet og derfor svært for fisken at spotte. Et forfang på 0,25–0,38 mm er velegnet til havørred.

Hvis man vil fiske med en ophængerflue, er det en rigtig god idé at gå et par mm op i tykkelsen til når du binder en ophænger på. Læs mere på s. 62 om, hvordan man binder en ophængerflue på sit forfang.



KNUDER

At kunne binde stærke og pålidelige knuder er afgørende for, at du ikke mister fisken. Her finder du nogle gode klassiske knuder, som du bør mestre. Øvelse gør mester, så brug tid på at lære og træne dine knuder, inden du tager afsted.

IMPROVED CLINCH KNOT (FISKEKNUDE)

Denne knude er en af de mest populære fiskeknuder til at binde kroge eller blinket fast til linen. Den er nem at lære og er en stærk og pålidelig knude.



Før linen gennem krogøjet (10-15 cm fri ende).



Vikl frienden 5-7 gange om hovedlinen.



Før frienden gennem den lille løkke ved øjet.



Før den samme ende tilbage gennem den store løkke.



Fugt, stram knuden ind til øjet, og klip overskud.

RAPALA KNUDE

Denne knude er en fast løkke-knude, der giver agnen frit spil. Perfekt til fastmonteret agn eller fluer.



1
Lav en løs overhåndsknude 10-15 cm fra enden.



2
Før frienden gennem krogøjet og tilbage gennem overhåndsløkken.



3
Vikl frienden 3-5 gange om hovedlinen.



4
Før frienden tilbage gennem overhåndsløkken samme vej som før.



5
Før den videre gennem den lille løkke ved øjet.



6
Fugt, stram til ønsket løkke-størrelse, klip overskud.

BLODKNUDE

Blodknuden bruges til at samle to liner af nogenlunde samme tykkelse. Den er stærk, kompakt og populær til både flue- og spinfiskeri.



1
Læg linerne overlappende og vikl den ene ende 4-6 gange rundt. Før den tilbage gennem midten.



2
Gør det samme med den anden ende, i modsat retning.



3
Begge ender skal mødes i midten af overlappingen.



4
Fugt og stram langsomt til, så viklingerne samler sig pænt. Klip overskud.

OPHÆNGER KNUDE

Ophængerknuden bruges til at binde en ekstra flue på forfanget. Den giver en stærk forbindelse og lader fluen hænge frit i vandet.

1



Læg et stykke fluorocarbon (15-20 cm) parallelt med forfanget, så ca. $\frac{1}{3}$ er under knuden og $\frac{2}{3}$ over.

2



Lav en løkke, så de to liner krydser hinanden.

3

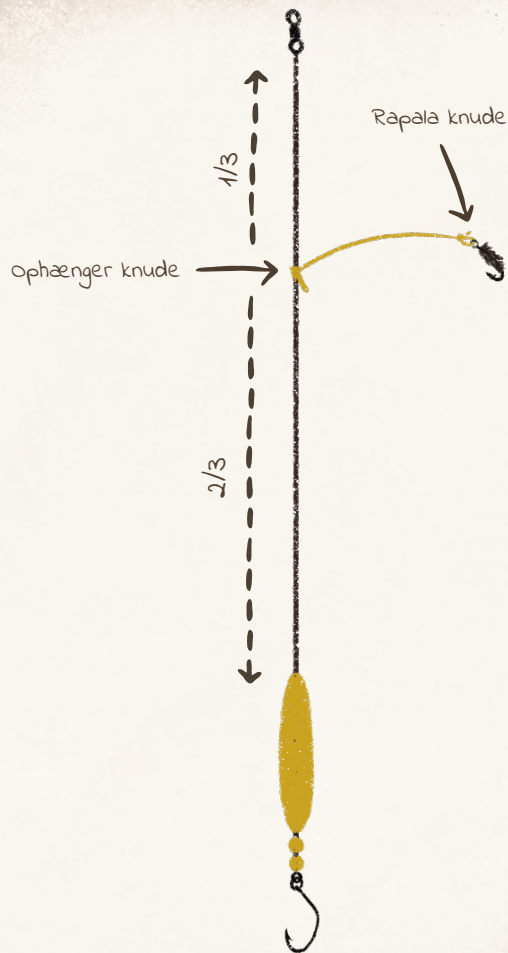


Vikl begge liner 3-4 gange rundt om løkken.

4



Fugt og stram til. Den lange ende bruges til ophænger, den korte klippes af.





CATCH & RELEASE

CATCH & RELEASE

Catch & Release handler om at give fisken den bedste chance for at komme godt videre efter fighten. Med lidt omtanke, kan du hurtigt og nænsomt genudsætte fisken og sikre, at den har det godt.

Store fisk er noget særligt. De har bevæget sig gennem både hav og å i flere år, undgået farer og vokset sig stærke. Disse ørreder har særligt nogle gode gener og bidrager ofte mere til gydningen end de mindre fisk. Ved at lade dem svømme videre, er du med til at sikre et sundt fiskeri på længere sigt.



Hold fisken i vandet så meget som muligt. Tag kun fisken kort op til et hurtigt billede.

DEN GODE RÆKKEFØLGE

- || **Klar før fighten slutter:** Hav kamera, tang og net klar på forhånd, så alt går hurtigt og roligt.
- || **Våde hænder:** Undgå at skade fiskens slimlag ved altid at gøre hænderne våde før berøring.
- || **Støt fisken korrekt:** Brug en blid hånd under bugen og et "O-greb" rundt om haleroden.
- || **Undgå gælleågene:** Rør aldrig gælleågene eller stik fingre ind i gælleåbningen, det kan skade fisken alvorligt.
- || **Hold den lavt:** Hold fisken lavt over vandet og klar til at blive sat ud igen.
- || **Tid over vand:** Maksimer chancen for fiskens overlevelse ved at holde den over vandet i højst 5 til 10 sekunder.
- || **Genudsæt i roligt vand:** Slip fisken nænsomt, gerne med hovedet mod strømmen, og lad den selv svømme afsted.

TID UDE AF VANDET

En havørred bør helst ikke være over vandoverfladen i mere end 5-10 sekunder ad gangen, og jo kortere tid, desto bedre.

HER ER HVORFOR:

- || **Iltmangel:** Når fisken er ude af vandet, får den ikke ilt gennem gællerne.
- || **Stress og indre skader:** For lang tid over vandoverfladen kan føre til forhøjet stressniveau, som i den grad kan påvirker overlevelseschancerne negativt.
- || **Skind og slimlag:** Fiskens beskyttende slimlag kan tage skade, især hvis den håndteres med tørre hænder eller handsker.

FIGHT OG UDTRÆTNING

Giv fisken en fair kamp, men undgå at trække fighten for langt ud. En udmattet fisk har svært ved at komme sig, især i varmt vand.

ÅRSTIDER OG HAVTEMPERATUR

Havørreden tåler bedst håndtering, når havtemperaturen er mellem 10 og 15 grader. I sommerens varme og i vinterens kulde, er fisken mere sårbar. C&R er mest skånsomt i foråret og efteråret.

Husk at have disse ting med dig:

Et landingsnet med gummimasker og flyderamme er en stor hjælp, når fisken skal landes skånsomt. Især hvis den skal genudsættes.
- Gerne en god dyb pose!

Hav altid en tang i lommen til afkrogning, den gør det både nemmere og mere skånsomt.

Et lille målebånd er også godt at have med sig, hvis du gerne vil måle fisken. Særligt hvis du overvejer at tage den med hjem.

Husk, at mindstemålet for havørred er 40 cm, men tjek altid lokale regler.
- Nogle steder kan det være højere.

Brug gerne et termometer, det er et nyttigt værktøj!



DEN GODE LYSTFISKER

DEN GODE LYSTFISKER

At være en god lystfisker handler ikke kun om at fange fisk, det handler også om at være en god del af et godt fællesskab og respektere både naturen og hinanden. Når vi møder hinanden ude på kysten, har vi et fælles ansvar for at bidrage til en positiv stemning. Det kan vi blandt andet gøre ved at holde en fornuftig afstand til hinandens fiskevand, både fra land og fra båd. Det er en god idé at hilse og eventuelt spørge, hvad den andens plan er, så man undgår at kaste hen over hinandens liner eller forstyrre hinandens fiskeri.

vis hensyn til andre fiskere og deres fiskevand,
undgå at gå ud foran, og hold gerne en
afstand på omkring 50-100 meter,
så alle kan nyde fiskeriet.

HJÆLP OG HEP PÅ HINANDEN

Det er en særlig oplevelse at fange en fisk, og det kan være mindst lige så meningsfuldt at hjælpe en medfisker med at lande og fotografere fangsten, hvis de ønsker det. At glædes med andre skaber fællesskab og minder, vi kan tage med os hjem.

RYD OP EFTER DIG SELV

Vi deler kysten med mange, både dyr og mennesker. Efterlad derfor aldrig dit affald, linerester eller kroge.

Det beskytter både miljøet og andre brugere af naturen. En ren kyst giver lyst til at komme tilbage for os alle.

DEN GODE TONE

En god tur starter med en god stemning. Det gælder både på kysten og hjemme i sofaen, når vi deler billeder og historier online. Hvis tonen bliver hård eller negativ på fiskepladsen eller på sociale medier, så husk at trække vejret, tage ansvar og gå forrest med en venlig og rolig tilgang.

Del viden og erfaringer, hjælp nye fiskere i gang og vis, hvordan vi sammen kan skabe et rummeligt, venligt og respektfuldt fiskemiljø. Det kommer vi alle længst med.





KONDITION

KONDITIONS TABEL

Konditionstallet er et tal, der viser, hvor godt en fisk er i form, lidt som et BMI for havørreden. Her skal vi dog husk på at vi ikke ønsker en tynd og slank havørred, men en fisk tyk og fed. Det fortæller noget om, hvor godt fisken har det og om den er værd at tage med hjem. Man beregner konditionen med Fultons formel:

$$K = (\text{VÆGT I GRAM} \times 100) / (\text{LÆNGDE I CM})^3$$

Jo højere tallet er, jo bedre stand er fisken i.

HVAD SIGER TALLET?

- UNDER 0,8:** Meget lav kondition – bør genudsættes
0,8–0,95: Slank fisk – ofte efter gydning
0,95–1,05: Fin kondition – typisk fisk i balance
1,05–1,2: God kondition – velegnet som spisefisk
OVER 1,2: Topform – stærk, rund og velnæret

- FORÅR:** Er ofte tynde efter vinter og gydning
SOMMER: Masser af føde, konditionen stiger
EFTERÅR: Topform før gydning
VINTER: Konditionen falder igen efter gydning og mindre føde

Det kan være besværligt at stå og regne på konditionen, mens fisken ligger i nettet, derfor har vi lavet en enkel konditionstabel, du kan bruge direkte på kysten.

LÆNGDE	VÆGT	LÆNGDE	VÆGT
40,00	640	40,50	665
41,00	690	41,50	715
42,00	740	42,50	770
43,00	795	43,50	825
44,00	850	44,50	880
45,00	910	45,50	940
46,00	975	46,50	1005
47,00	1040	47,50	1070
48,00	1105	48,50	1140
49,00	1175	49,50	1215
50,00	1250	50,50	1290
51,00	1325	51,50	1365
52,00	1405	52,50	1445
53,00	1490	53,50	1530
54,00	1575	54,50	1620
55,00	1665	55,50	1710
56,00	1755	56,50	1805
57,00	1850	57,50	1900
58,00	1950	58,50	2000
59,00	2055	59,50	2105
60,00	2160	60,50	2215
61,00	2270	61,50	2325

LÆNGDE	VÆGT	LÆNGDE	VÆGT
62,00	2385	62,50	2440
63,00	2500	63,50	2560
64,00	2620	64,50	2685
65,00	2745	65,50	2810
66,00	2875	66,50	2940
67,00	3010	67,50	3075
68,00	3145	68,50	3215
69,00	3285	69,50	3355
70,00	3430	70,50	3505
71,00	3580	71,50	3655
72,00	3730	72,50	3810
73,00	3890	73,50	3970
74,00	4050	74,50	4135
75,00	4220	75,50	4305
76,00	4390	76,50	4475
77,00	4565	77,50	4655
78,00	4745	78,50	4835
79,00	4930	79,50	5025
80,00	5120	80,50	5215
81,00	5315	81,50	5415
82,00	5515	82,50	5615
83,00	5720	83,50	5820

LÆNGDE	VÆGT	LÆNGDE	VÆGT
84,00	5925	84,50	6035
85,00	6140	85,50	6250
86,00	6360	86,50	6470
87,00	6585	87,50	6700
88,00	6815	88,50	6930
89,00	7050	89,50	7170
90,00	7290	90,50	7410
91,00	7535	91,50	7660
92,00	7785	92,50	7915
93,00	8046	93,50	8175
94,00	8305	94,50	8440
95,00	8575	95,50	8710
96,00	8845	96,50	8985
97,00	9125	97,50	9270
98,00	9410	98,50	9555
99,00	9705	99,50	9850

Uanset om kysten byder på sol, regn eller hård blæst, er det en tryghed at vide, at grejet virkelig kan holde til turen. Det udstyr, du har set her i bogen, er ikke bare vist for syns skyld, det er præcis det vi selv bruger, og som vi har haft i hænderne igen og igen. Grejet er testet i virkeligheden, under de samme forhold som du selv vil møde.

Alt grejet kan du finde hos **Justfishing.dk**, der gennem mange år har været et sikkert valg blandt lystfiskere. Her mødes erfaring med passion for fiskeriet, hvor du finder et bredt udvalg af grej til kystfiskeriet, men også en webshop med en super god service, hvor hjælp og rådgivning altid er klar.

Desuden deler Justfishing et væld af spændende og lærerige videoer på deres YouTube kanal, fuld af tips, tricks og inspiration til dit eget fiskeri.

JUSTFISHING
DENMARK