

Aktivitet Terrengsykling Skjeberg CK 2023

Vi som har ansvaret for aktiviteten for terrengsykling må si oss godt fornøyd med sesongen.

Vi startet og avsluttet sesongen (1 og 4 kvartal) med felles inne trening på Family Iseveien. Onsdager med styrketrening og torsdager med Spinning. Oppmøte i snitt 8-10 stk på styrke og 12-15 på spinning.

Utesesongen startet i uke 15 med første fellestrening i Syverstadbakken og lørdag samme uke ble det arrangert kick-off samling med en rolig 2 timers tur og avslutning med grilling på Bodalstranda.

Igjennom hele utesesongen hadde vi to faste treninger i uken, hver mandag og torsdag, med variasjon av rød løype (lang) samt bakke drag (kort) i Syverstadbakken.

Litt statistikk fra fellestreninger:

- Det har vært ca. 30 personer inntil treningene i løpet av sesongen
- Det er 10 personer som har deltatt 5 ganger eller mer på kortintervall øktene
- Det er 5 personer som har deltatt 5 ganger eller mer på langintervall øktene
- Snitt deltagere i mai/ juni – ca. 12 stk- kort
- Snitt deltagere i mai/ juni – ca. 8 stk.- lang

Vi ser at første del av sesongen (frem til ferien) har vi et jevnt og godt oppmøte, mens i august/ september faller det gradvis.

13. Mai avholdt vi vårt eget Skjebergritt med totalt 40 stk. startende i gruppen +17 år, hvorav 37 stk. kom i mål. I år var været med oss hele dagen og totalt sett veldig bra med god atmosfære og tilskuere som bidro til liv rundt Syverstad gård.

Nytt av året og kanskje det vi er mest fornøyde med, er hvor godt klubben var representert under Cykelvasan i Sverige. En gjeng på 16 stk inkl. sjåfør tok turen med minibuss og henger full av sykler til destinasjon Sälen Høyfjellshotell, hvor vi hadde base. Sykkelrittet gikk fra Sälen til Mora, drøyt 90 km. Etter ryktene var rittet dette året det tøffeste noen gang. Været «Hans» hadde herjet tidligere i august, og med kraftige regnbyger på rittdagen var løypa ekstremt våt og krevende. Likevel, ALLE kom i mål noe som imponerte oss alle. Vi ble fort enige om at dette er noe vi må prøve å gjenta i 2024, da rittet i seg selv og atmosfæren rundt er noe helt spesielt 😊

Klubben var også representert på Grenserittet med 11 deltakere og med 2 deltakere på Birken.

Vi var også deltakere med på blant annet Stenhoggerrittet og Furusjøen rundt.

/Antonio og Patrick

