

Aktivitet Terrengsykling senior - 2024

Patrick Eriksen og Antonio Moen hadde også dette året ansvaret for fellestreningene innen terrengsyklingen i klubben.

Som vi har gjort de siste årene har vi utenom sykkelsesongen hatt fellestreninger på Family Iseveien. Onsdager med styrketrening (Patrick) og torsdager med spinning.(Antonio og en fra sarpsborg annenhver uke) da vi i høstsesongen gikk vi inn med samarbeid med Sarpsborg sykkelklubb rundt disse treningene. Oppmøte har vært veldig bra , spesielt på spinning med så å si full sal. I styrkerommet har det ligget på snitt 10 stk.

Utesesongen startet med Kick off på Aspedammen lørdag 13 april med felles tur og grilling på stadioen.

Ellers arrangerte vi mtb langintervall mandager med røy løype i Syverstad og kortintervall fredager i Rognemyr bakken.

Litt statistikk fra fellestreninger :

- Det har vært ca. 25 stk. personer innom treningene i løpet av sesongen
- Det er 5 stk. personer som har deltatt 10 ganger eller mer på fellesøktene
- Det er 10 stk. personer som har deltatt 5 ganger eller mer på fellesøktene
- Snitt deltagere i april/mai/ juni – 10-12 deltagere , begge dager

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

I år ble det også arrangert felles tur til Sverige for Cykelvasan. . Totalt 10 stk. fra klubben var representert i tillegg til vår trofaste sjafør Steinar B. Været var vesentlig bedre og alle for fornøyde med vel gjennomført. Nytt av året var at vi overnattet i Mora etter rittet, noe som gjorde logistikken mye bedre.

Ved Klassikeren Grenserittet 17 august var vi representert med totalt 11 påmeldte deltagere hvorav 2 av disse syklet Grenserittet midt.

Vi var også representert i ritt som 1 Mai rittet , Stenhogger`n og Birkebeinerrittet.

