

# Beretning for ØCK,

marts 2010 til marts 2011.



Velkommen til alle nye og "gamle" medlemmer.

"Vi har i dag en velfungerende klub der gør det muligt for dem der har interesse i cykling, at deltage og køre på flere niveauer"..

Og igen som sidste år vil jeg starte med at rose og takke den siddende bestyrelse for et godt og arbejdsomt år der er gået, med mange nye tiltag og aktiviteter i 2010.

En af de helt store nye events som - hovedsagelig Jens - har tilført os i 2010 er deltagelsen i CyklistForbundets "StoreCykeldag" i juni. Turene på hhv 25 og 15 km var godt planlagt i samarbejde med kommunens livsstils værksted og blev afviklet med rimelig god tilslutning, til trods for det tvivlsomme vejr. Efterfølgende har B-holdet nærmest 'skovlet' medlemmer ind i bundter.. Så mange at der sidst på sæsonen ofte var flere B-ryttere end A-ryttere til start på søndagsturene. Godt arbejde B-hold og ikke mindst Jens!

Vi har også fået os et Oldboys hold i 2010. Det er ikke så meget fordi de specielt meget ældre end os andre, men de træner torsdag formiddag så holdet består medlemmer der alle har forladt arbejdsmarkedet. Jeg har indtrykket af at der også trænes hårdt på dette hold og at der lægges stor vægt på det sociale aspekt. En stor tak til Jens og Torben der er initiativtagere til dette hold. Vi har i bestyrelsen besluttet at gøre det officielt at Torben Hansen fremover betragtes som kaptajn for O-holdet.

Her føler jeg det naturligt at komme med en helt general betragtning om træningstilstanden i klubben. Vi er i 2010 begyndt at køre stærkere end vi har gjort før. Både på A-holdet og på B-holdet. Det er dejligt at se at der blive gået til stålet ude på landevejen og at medlemmernes kondi blir bedre. Men det efterlader også et område som vi nødvendigvis må fokusere på i 2011. Nemli at det kan være sværere at komme ind i klubben som ny utrænnet rytter, især hvis B-holdet kører så stærkt som det er tilfældet. Derfor er vi nød til at fokusere på at gøre plads til de langsommeste. Dette vil ske ved at gradvist sluse nogle af B-holdets skarpere ryttere videre på A-holdet hvor der så skal fokuseres på at gøre plads her. Med andre ord temet for 2011 bliver **Fastholdelse**.

Vi har i år fastholdt et par traditioner på den træningsmæssige side: Vi gentog turen til Hallandsåsen under Karstens kyndige ledelse og 1.maj tager vi derover igen. Så var der jo 'Store fjordtur': i juni Her kørte vi 135 km på 4½ time + En frokostpause lidt før Rørvig. Og i august kørte både A og B hold en lang tur for at mødes på Halsnæs bryghus på Hundested havn.

Årets tur til frankrig gik som altid godt. Under Axels altid kyndige planlægning fik deltagerne en fed uge på de franske landeveje. Der er allerede nu tilmeldt fuldt

deltagerhold til 10års jubilæumsturen i 2011. I løbet af denne sommer skal vi i fællesskab finde ud af om vi skal planlægge en lignende tur i de kommende år.

### **Vinterens træning:**

Vejret denne vinter har naturligt sat en begrænsning for træningsmængden. Sneen har gjort det besværligt at køre i skoven. Ikke desto mindre har der hele vinteren igennem været været et lille trofast hold der har trodset vejrets luner. B-holdet har trofast holdt fast på søndagstræningen og enkelte A-ryttere har ligeledes holdt ved.

### **Spinning :**

Fra oktober til marts har Kristian pisket os hårdt hver tirsdag aften i lokalet hos Fit4fun's. Igen i år har tilslutningen været god. Vi er meget glade for Kristian indsats og der har da også været et par gæste-indpiskere på podiet. Også tak til dem. Og så en tak til Fit4Fun for at vi kan låne lokalerne til den favorable pris.

### **Enkeltstart:**

Vores enkeltstart / klubmesterskab blev som tidligere år kørt på ruten fra Græstedgård til Store Rørbæk, ud forbi Snostrup kirke, til Solbakken og tilbage til Græstedgård via Store Rørbæk. Og i år fik vi så en ny mester: Tillykke til Bjørn!

### **Klubfest 2010:**

Et brag af en fest !

Årets rytterfest fik en bedre tilslutning end vi har set i mange år. Vi havde udvidet festen med levende musik og var rykket ind i den store sal - kæmpe success! Det er ikke sidste gang vi bruger den skabelon til festen. Tak til festudvalget og tak til de fra bestyrelsen der stillede deres erfaring til rådighed.

### **Juleafslutning:**

En hyggelig aften, hvor alle gør sit yderste for at 'griske' pakker fra hinanden - slet ikke i julens ånd, men dog en dejlig afslutning på året. Også her stor tak igen til bestyrelsen og især Preben for at stå for maden, dække bord, rydde af osv

### **Tøjleverandør:**

Vi købt vinterjakker i klubfarverne. Her skulle vi bestille mindst 10 stk, så det blev koordineret inde frosten satte ind og der blev købt ialt 16 jakker til medlemmerne. Her vil jeg rette en tak til Find for sit store arbejde med at organisere tøjsalget i 2011.

### **Fremtiden 2011.**

Vores Hjemmeside er blevet et hyppigt anvendt talerør for bestyrelsen og vi har også fået adskillige henvendelser fra nye medlemmer og andre interesserede, hér igennem.

Træning på både B- og A-holdet har god tilslutning og vi har som tidligere nævnt, kunnet tiltrække en del nye medlemmer til begge hold i år. Denne udvikling skal vi fastholde, men vi skal blive bedre til at fastholde medlemmer med forskellige tiltag i 2011.

Vi er i dag næsten 75 medlemmer, og det er en god størrelse for at fastholde et aktivt og alsidigt klubliv.

Vi skal fortsat bakke op om vores sport, og selvfølgelig hygge og være sociale som vi har gjort i 2010. Og blive endnu bedre til det i år. Jeg vil igen understrege hvor vigtigt det er at overholde regler for kørsel på vore veje, tag hensyn til andre trafikanter, og passe på os selv, vi på cyklen er de mest udsatte. Vi vil i foråret lave en eller flere temaaftener om hvordan man cykler sikkert i hold og hvordan man træner bedst.

Til vore sponsorer skal også lyde en stor tak de gør det muligt for ØCK at blive/være ens klædt i nyt cykeltøj, dette med velvillig støtte fra Danske Bank, JK-Tagentreprise, CykelXperten, JK-Service Olie & Gasfyr VVS, PH-el og CyclingShop. Så støt vore sponsorer, de støtter os.

Til slut vil jeg gerne sige tak for godt samarbejde i klubben's bestyrelse, 2010. Tak for jeres overbærenhed med mig.

Og så ikke mindst en stor tak til jer... klubbens medlemmer - for det er jo dét I gør, som gør klubben til det den er!

Bestyrelsen 2011  
v/ Tony Holgersen