

Årsberetning

Namdal sykkelklubb

2016



Styret har i 2016 bestått av:

Leder: Kurt Selnes
Nestleder: Nils Sigur Klykken
Kasserer: Roger Johansen
Sekretær: Geir Øie
Styremedlem: Håvard Davidsen
Styremedlem: Bård Håvard Rygh
Styremedlem: Arne Seierstad

Revisor: Roger Hasselvold

Valgkomite: Harriet Engesvik og Oddgeir Grindberg

Medlemstall:

Namdal sykkelklubb hadde 167 registrerte medlemmer i 2016, mot 133 året før. I løpet av 2 år har vi økt medlemsmassen med 33% noe som gir tilskudd i klubbkassa. Det har vært jobbet godt på rekruttering samt å sende ut faktura.

År	Kvinner	Menn	Totalt
2013	55	100	155
2014	23	89	112
2015	26	82	133 (15 barn)
2016	*26	*141	167 (30 barn)

*Tallene på fordeling er cirkatall.

Kl	Type	Nivå	Oppmøte	Start
Man	18:00	Offroad	1	Shell Hylla
Tirs	18:00	Racer	2	Shell Hylla
Ons	18:00	Offroad	2	Shell Hylla
Tors	19:00	Racer og offroad	2 og 3	Shell Hylla
Lør	09:00	Racer	Rolig langtur	Shell Hylla
Søn		Avtales	Rolig langtur	

Fellestreninger:

I 2016 har vi kjørt fellestrening hver dag foruten fredager og søndager. Harriet, Børre og Robert har hatt ansvaret for opplegget og turene har syklet ut fra det prinsippet at alle skal være med fra start til mål. Vedlagt kan dere lese hva som er skrevet om

hver enkelt nivå. Det virker som vi har funnet en form på treningene som gir noe for en og en hver, samtidig som man har det både sosialt og at man får pushet seg selv.

Det har også blitt gjennomført et eget treningsopplegg med tanke på veteran nm ledet av Kim.

Oversikt over treningsnivåer

Vi velger å dele treningene i forskjellige nivå for at alle skal kunne finne "sitt treningsnivå" og at man har valgmuligheter. Det vil være lurt å prøve seg på forskjellige nivå avhengig av treningstilstand og dagsform.

Trim: Lett trening med off-road eller hybridsyssel. Det vektlegges at det skal være mulig for alle å være med.

Nivå 1: Her går det i større tempo enn i trim. Det kjøres middels stor fart og varierte treninger 1,5 - 2,5 t.

Nivå 2: Her går det i litt større tempo enn i nivå 1. Variert trening. Intensitet styres av en fra klubben. Du bør ha syklet en del for å delta her.

Nivå 3: Her er det lov å dra på litt mer. Drag i bakker og på flata. Passer godt for de som ønsker å hevde seg i konkurranser. Gruppa bestemmer selv fart og løype

Ritt:

Gjennom 2016 har medlemmer fra Namdal Sykkelklubb markert seg godt i mange turritt rundt om i landet. Vi kan nevne DSSP (Trondheim – Oslo) der Roar Guldbrandsen også i år deltok, for 32. gang.

Noen syklet også Lillehammer – Oslo, bl. annet Oddgeir Grindberg.

I sykkel NM for veteraner hadde vi også med medlemmer. Kim Riseth, Tor Åge Grindberg og Thomas Westgård deltok. Thomas og Tor Åge var inne med hovedfeltet, henholdsvis 21. og 30. plass, en sterk prestasjon.

Tour de Tomtvatnet var vi godt representert med seier til både Geir Staldevik og Sigrun Eidshaud.

Snåsavatnet rundt var det også mange fra klubben med.

Birken er et høydepunkt og treningsmål for mange, også i 2016 dro en buss ned til Lillehammer. Vi takker Karstein for jobben han gjør som reiseleder ☺ Mange sterke resultater blant annet Kjell Hildrum 1. plass klasse M80 og Hege Galguften 12. plass i eliteklassen og 2. plass i sin klasse K45.

Dag/Dato	Ritt	Damer	Herrer	Arrangør
28. april	Nyrunden	1	13	Børre Sagmo, Harriet Engesvik og Arill Hines
12.mai	Rundbane	1	7	Kurt A. Selnes, Bård Håvard Rygh
22.mai	Namsen Rundt	Se eget skjema		Kurt A. Selnes, Håvard Davidsen, Geir Øie, Tine Thomasli, Frode Skaret, Bård Håvard Rygh
26. Mai	Bangdalsrunden	3	13	Roar Gulbrandsen, Børre Sagmo, Harriet Engesvik, Arne Seierstad
2.juni	Tempo Klinga	2	13	Geir Kvello, Knut Håvard Lysberg
16.juni	Gateritt/ Rundbane	1	8	Arnt Magne Bergin, Morten Berntsen og Roar Gulbrandsen
11.aug	Lissbirken	2	10	Frode Skaret, Kurt A Selnes, Geir Øie
16.aug	Overhalla-runden		14	Morten Pedersen, Karstein Hammer
21. aug	Nye Engan Rundt	7	31	Kurt A. Selnes, Håvard Davidsen, Geir Øie, Tine Thomasli, Frode Skaret, Bård Håvard Rygh

Klubbritt:

Det har blitt arrangert 7 klubbritt i 2016. Til sammen 82 deltagere (10 damer , 72 herrer).

Engan rundt

Ny løype, start mål Bråten. I forbindelse med åpningen av pumptrackbanen i Bråten ble det besluttet å legge også start/målgang til Bråten. Vi flyttet også dag, fra lørdag til søndag i martnan. Ved å gjøre dette grepet hadde vi muligheter til å benytte vårt nye klubbhus, og enklere tilgang til å kunne

legge til rette for servering, toalett osv.

Tilbakemeldinger etter rittet var positive til den nye traseen.

År	Trim uten tid	Damer	Herrer	Sum
2013	17	2	48	67
2014	5	2	42	49
2015	12	2	27	41
2016	8	7	26	41

Selv om medlemsmassen øker, har vi et lavere antall deltagere i 2016 enn tidligere år. Det er viktig at vi kan klare å mobilisere flere deltagere til våre klubbritt i løpet av sesongen.

Engan rundt har et potensiale for å

kunne bli et fint familie-ritt, der vi har aktiviteter rundt start/målgang og kan skape en ramme som gir økt deltagelse.

Namsen rundt:

Dette rittet har vært gjennom flere forandringer de siste årene og ser ut til å ha funnet en form som har potensiale for å vokse i størrelse de neste årene.

År	Brurunden	Trimklasse 30 km	Overhalla runden	Grong runden	Damer	Herrer	Sum
2014			*23	*46	*4	*65	69
2015			*17	*55	*3	*69	72
2016	68	16	*24	*58	*6	*75	177

*Overhallarunden og Grongrunden, totale antall og splitt bak.

Arrangeres av en ritt-komite, uavhengig av styret.

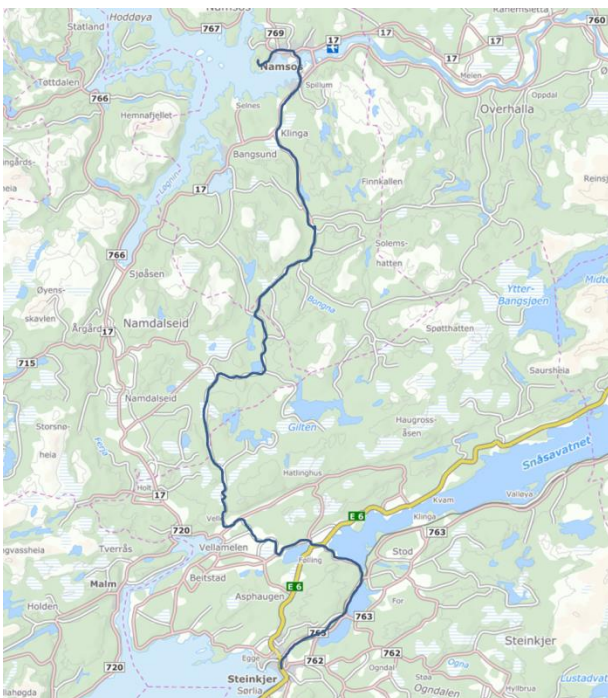
Ritt-komiteen består av: Kurt, Håvard, Geir, Harriet, Børre, Frode, Nils Sigurd. Disse har vært med å arrangert Namsen Rundt de siste 2 årene. Samme komite benyttes også til Engan Rundt.

Gruppen fikk til rittet i 2016 laget nye skilt, både retningsgivende skilt og km. Km teller ned fra 50 km fra mål og ned til 1 km før mål. Kamera for å filme målgang ble også kjøpt inn, samt en egen PC som er satt opp for å takle tidtakersystemet.

Løypa ble også i fjor lagt om på grunn av veiarbeid mellom Skage og Overhalla. Både 50 km og 110 km gikk opp sørsiden og inn til Overhalla sentrum. 50 km snudde i rundkjøringen og hadde samme vei tilbake ned til byen, mens 110 km fortsatte fra rundkjøringen og opp til Grong sentrum og nedover vis sørsiden av Namsen.

Nytt av året var også DJ Morty. Han kostet klubben kr. 3000.-men gjorde utrolig mye for å holde stemningen og publikum informert mens rittet pågikk. Røde Kors ble leid inn som sanitær og hadde egne bilder som kjørt bak hvert ritt. Vannpoloklubben var leid inn som vakter langs riksvei og E6.

For første gang hadde vi lagt opp til en pengepremie på kr. 5000.- som ble trukket ut blant de som deltok. Det var også mange andre flotte premier som skulle gi effekt. Vi var enig om at det å legge opp til en pengepremie trakk flere til å stille



Nytt ritt for 2017

Vi fikk spørsmål om å være med på å arrangere et nytt ritt som har fått navnet «Strade Statsskog», og arrangeres som et Grand Fondo-ritt. Det går fra Steinkjer til Namsos. Rittet går hovedsakelig på grus, og benytter de veiene som går nord for RV17. Vi ender opp i Bangdalen og ned til Klinga, der vi følger RV17 inn til Namsos sentrum. Det skal arrangeres lørdag i uke 33 (martnan) Kim som er «primus moton» kommer til å fortelle litt om rittet på årsmøtet. Dette blir et stort ritt og vi ønsker at mange kan stille seg til rådighet, for vi trenger sikkert mange som kan ta i et tak og hjelpe til der det trengs.

Vi vi kommet tilbake med mer informasjon.

Odd Arnes Bortgang

Odd Arne døde 24. desember i fjor og med dette mistet Namdal Sykkelkubb en bauta, Både som konkurransemann og i styrearbeid. Han var i mange år leder og en viktig person i oppbyggingen av klubben. Vi i styret har kommet med forslag om å se på å hedre Odd Arne med et minneritt. Vi er åpen for forslag til et slikt ritt.

Andre aktiviteter

Vi i styret har gjennom 2016 hatt 12 styremøter og møter i forkant av rittene som ble gjennomført i fjor.

Også i 2016 var Namdal sykkelklubb representert i borgertoget.

Det jobbes godt i klubben med å utvikle tidtakersystemet. Håvard Davidsen er pådriver på dette området og har fått med seg flere til å kunne systemet vi har kjøpt inn. Dette gjør at vi er mindre sårbare og at det er enklere å fordele oppgaver gjennom en sesong.

Det ble derfor besluttet at vi skulle sende noen på et kurs gjennom EQ timing som ble holdt på Stjørdal. De som dro var: Håvard, Kim og Bård Håvard.

Årsfesten ble i år holdt på Tinos 18. november. En hyggelig kveld, dessverre litt lite oppmøte. Festkomiteen besto av Børre, Oddgeir, Håvard Buvik og Lise Wennevik.

Avslutning

Styret vil takke for all dugnadshjelp både på ritt og andre områder gjennom 2016, og vi håper at dere medlemmer fortsetter å stille opp. Det vil også i 2017 være behov for masse god hjelp til blant annet Pumptrackbanen, rundbaneløypen som holder på å ta form, og ikke minst mang flotte ritt som vi ikke kan arrangere uten dugnadshjelp fra dere.

Håper alle har kommet godt i gang med oppladingen til en ny sesong og lykke til i året som kommer.

Namsos 21. februar 2017

Kurt Arve Selnes, Leder