

## Årsberetning, Hammel CK 2019

En mandag aften midt i august var jeg en tur i skoven. Tankerne kredsede om denne forestående beretning. Opmærksomhedspunkter fra sidste års generalforsamling, konkrete aktiviteter i 2019 og fokusområder for klubben i 2020.

På sidste års generalforsamling var der en livlig debat om, hvad det vil sige at være en klub, og hvordan motionister og licensryttere i alle aldre forenes under mottoet: "Vi Cykler Alle".

Netop som mine tanker kredsede om, at en cykleklub, ligesom det omkring liggende samfund, ændre sig over tid mødte et særligt syn mig. 1, 2, 3,...44 mandfolk på mountainbike midt på min rute.

Mandfolk på mountainbike er det nyeste tilbud i klubben. Det er en helt ny målgruppe for Hammel CK. Voksne mænd som ikke rigtig har dyrket motion tidligere, vejer lidt for meget og gerne spiser 2 portioner til aftensmad. Det at cykle handler ikke om hårde intervaller, men om det sociale og fællesskabet. Mandfolk på mountainbike er startet i samarbejde med DCU og DGI under initiativet "Bevæg dig for livet". Holdet drives af Holger, som er erfaren træner i klubben, og 4 nye mandfolk i klubben. Holdets gruppe på Facebook har i dag 150 medlemmer, og foreløbig har klubben fået godt 20 nye ryttere med dette tilbud. Træningen mandag og torsdag er stoppet for sæsonen, med til gengæld træner mandfolket hver lørdag kl. 10.00 gennem hele vinteren. Mindst en gang om måneden vil holdet tage på eventyr på et "ukendt" MTB-spor i Danmark.

Tom og Ola har på 3. sæson kørt tirsdagshold for mænd på mountainbike. Niveauet har i år været højere end tidligere både fartmæssigt og teknisk. Holdet har fået hjælp til teknikken af Kim og Claus, der gennem flere år har været trænere i vores ungdomsafdeling. På en normal træningsaften har fremmødet typisk været 10-12 ryttere, og alle har bidraget til den gode stemning. Ud over den normale træning på sporerne i kommunen har holdet også testet sporerne i Gjern og Silkeborg. Sæsonen har desværre også budt på et alvorligt styrt. På en træningstur styrtede en af rytterne så uheldigt, at han pådrog sig brud på flere ribben og ryghvirvler. Holdet fik tilkaldt ambulance via 112 Appén og guidede redderne frem. Episoden foranledigede, at der blev afholdt et førstehjælpskursus her i klubben, og den uheldige rytter er nu godt på vej tilbage på cyklen.

Hen over vinteren mødes holdet "ved bænken" kl. 10.00 hver lørdag, ligesom rytterne opfordres til at deltage sammen med ungdomsafdelingen i lygteture til Gjern om mandagen.

Ud over mandfolk og mænd har vi også et kvindehold på mountainbike. I den forgangne sæson har der dog været et mindre fremmøde end de foregående år og hen over vinteren, er der ikke planlagt fællestøtning i skoven.

Det er i år 45 år siden Hammel Cykleklub blev etableret. Motionstilbuddene til voksne på mountainbike er først indenfor de seneste 10 år blevet en del af klubbens tilbud. Bevæger vi os til gengæld fra de brede dæk og singletrack til de smalle dæk og asfalten, nærmer vi os klubbens rødder. Klubben blev stiftet som en eliteklub indenfor landevejscykling, der gennem

årene har markeret sig med flotte resultatet, store profiler og det traditionsrige Pinseløb. I 2019 har vi sagt farvel til elitesatsning for landevejsryttere og Pinseløbet. En beslutning som har gjort ondt på mange medlemmer med dybe rødder i klubben, men som vi i bestyrelsen har vurderet, var nødvendighed for at bevare én fælles Hammel Cykleklub på tværs af motionister og licensryttere i alle aldre under mottoet: "Vi Cykler Alle".

Vi har med den beslutning kun få eliteryttere på landevejen i dag. Til gengæld har vi fastholdt gruppen af motionister, fordelt på hold 1,2 og 3 samt seniorcykling for de arbejdsfrie om torsdagen.

Tirsdag og lørdag på landevej har igen i år været omdrejningspunktet for fællestræningen. Her er rytterne typisk opdelt i tre holdt efter tempo og selvtillid. I sæsonen køres faste tirsdaysruter, hvor rollen som kaptajn går på skift mellem rytterne. Om lørdagen har kaptajnen haft frit spil til at arrangere ruten, og gennem sæsonen er der næppe mange små veje indenfor en tur på 3-4 timer fra Hammel, som ikke har haft besøg af en HCK rytter. I foråret blev den normale træning suppleret med struktureret torsdagstræning, hvor Asbjørn som er uddannet træner gennem klubben, stod for intervaller og fartlege. Det var et sjovt initiativ, men svært at trække mange ryttere til denne træningsform. Til gengæld var der godt fremmøde ved klubaften i marts, ved fællestur til løbet: "En forårsdag i Gudenådal" og den traditionsrige Dollerup-tur i maj og lagkagetur i august. Som tidligere år tyvstartede de 20 mest ambitiøse ryttere med træningslejr på Mallorca i marts og i juni var 15 ryttere kommet i form til at tage på tur til Harzen.

Endelig har der været stort fremmøde fra hele motionsafdelingen på tværs af MTB og landevej både til nytårskur med kransekage, sommerafslutning med grillpølser og klubfest med øl i oktober.

Mottoet for Hammel Cykleklub er som bekendt: "Vi cykler alle". Hertil kan vi tilføje i alle aldre. Vi har nemlig aktive cyklister på vores hold i alderen 7 til 72 år. De yngre ryttere hører selvsagt hjemme i vores "Børn- og ungeafdeling". Vi har knap 40 ryttere under 18 år i klubben. En håndfuld af disse kører landevej mens hovedparten kører mountainbike. Landevej kører selvsagt i en gruppe, mens mountainbikerytterne er opdelt på 3 hold. Flere ryttere har skiftet hold i takt med udvikling og interesse gennem sæsonen.

Hold 3 er en masse glade børn, der gerne vil cykle, men hvor fokus også er at have det sjovt sammen. De er super gode til at opmuntre og rose hinanden, også på tværs af alderstrin. På hold 2 er der også masse af social samvær, men rytterne er typisk mere erfarne, lidt stærkere og får mere fart i cyklen på både op- og nedkørsler.

På hold 1 kører de ryttere, der primært har fokus på at køre licensløb. Her er træningen mere struktureret med fokus på at udvikle teknik og fart. Ud over de frivillige trænere har vi her stor gavn af samarbejdet med Allan Bachmann, der ud over vores talenter også er træner for vores fire U23 eliteryttere, der gør sig flot bemærket i toppen af dansk mountainbike. Succesen er resultatet af vedvarende fokus og prioritering i Hammel Cykleklub, og de yngre talenter arbejder hårdt for også en dag at gøre sig gældende i eliten. I år var hele seks ungdomsryttere udtaget til ungdoms-EM for U15 og U17, der blev afholdt i Pila i Italien, mens vi har en U23 rytter, der kører for Hammel i nationale løb og for landsholdet i internationale løb.

I en sportsgren som vores, er de vigtigste træningsfaciliteter vejen og skoven. Som tidligere nævnt, er der næppe mange små landeveje indenfor en turrute på 3-4 timer fra Hammel, som ikke har haft besøg af en HCK landevejsrytter i 2019. Når det kommer til skoven kræver fede træningsfaciliteter mere end allerede anlagte veje. Favrskov kommune har i den forbindelse ikke alene fastholdt sit engagement med at sikre gode rammer for sporbygning, men udvidet med nye områder i hele kommunen. Vi indgår i et yderst konstruktivt samarbejde med andre sporbyggere, hvor støtten til sporarbejdet bliver fordelt fra en fælles pulje. En del af puljen går til nye spor og en anden del til vedligeholdelse.

I 2019 har vi som nyt spor etableret Lars Vegas sløjfen på Klintholm. Det er et rødt spor med forskellige features og en skrap opkørsel. For et år siden startede vi rytmen med sidste lørdag hver måned som fast spordag. Det har været en hyggelig, overkommelig og effektiv måde at bygge og vedligeholde sporet på. Der har været et stabilt fremmøde, men vi vil gerne have mange flere med til at yde en frivillig indsats både for at bygge nyt, og for at vedligeholde de fede spor vi allerede har. Sidste nye projekt er genopbygning af sving og berms på flowstykkekerne i Mølleskoven - det vil der være fokus på de næste spordage gennem vinteren.

Vores spor bliver hyppigt brugt af "gæster" fra hele Østjylland, og der er altid stor interesse for de løb vi arrangerer på sporet. I 2019 har vi afholdt motionsløb i form af "KvindeCup", "Allbike løb" og "Kidsliga" hvor der til sidstnævnte deltog knap 100 børn. I 2020 vil vi også afholde motionsløb på sporet og samtidig går vi med tanker om at afvikle et DCU licensløb i 2021.

Tilbage til klubbens rødder har vi også i år arrangeret løb på højeste sportslige niveau for landevejsryttere. For 3. år i træk har Hammel Cykleklub nemlig været arrangør af Hadsten Gade Grandprix. Favrskov Kommune er også på det område en helt uvurderlig samarbejdspartner, som muliggør dette arrangement, som profilerer Favrskov som et attraktivt område i det Østjyske, samtidig med at Hammel Cykle Klub kommer på landkortet. Årets løb var det hidtil bedste af de tre, som klubben har arrangeret - målt på både sportslig kvalitet og på rammerne for afviklingen. Vi trak et pænt antal tilskuere og fik god medieomtale både lokalt og nationalt, hvor TV2 Sporten dækkede løbet.

Samtidig har flere af klubbens medlemmer i år taget del i arrangementet. Det er meget glædeligt med så stor opbakning. Det var nemt at få hjælpere til forskellige opgaver før, under og efter løbet og de deltagende havde det sjovt sammen med opgaverne. Det skal der lyde en meget stor tak for, og vi håber på, at endnu flere medlemmer har lyst til at bidrage og tage del i festlighederne til næste år. Økonomisk kommer løbet også klubbens medlemmer til gode i form af indtægter, der kan bruges i de daglige aktiviteter henover året.

Ud over de lokale og nationale medier dækker vores eget medieudvalg også klubbens aktiviteter. Medieudvalget prøver så vidt muligt at dække vores egne cykleløb, men de vil også gerne dække både hverdag og andre arrangementer i klubben, og det er her hvor I, klubmedlemmer, skal komme dem til hjælp. Medieudvalget vil gerne have tilsendt; billeder, historier, film m.m. så de får noget materiale de kan ligge op på vores officielle Facebook side. Så hvis landevejsmotionisterne kommer forbi en bager og har en hyggelig komsammen, så tag et billede, tilføj lidt ord, og send det til en fra medieudvalget. Eller hvis vi har fået en podieplads til et løb, eller vi har spordage osv. osv. Alt som omhandler vores cykleklubs fælleskab, hygge, sejre m.m. kan vi bruge. Facebook siden har cirka 1.000 følgere, så vores

opslag bliver set af rigtig mange, i gennemsnittet ser 6.000 personer hvert af vores opslag. Dette er godt for klubben, da vi på den måde også viser vores sponsorer frem.

En særlig tak skal netop lyde til vores sponsorer, der igen i år har været afgørende for, at vi trods et samlet medlemstal på omkring 200 har kunne tilbyde en stor vifte af aktiviteter, der favner både breddeidrætten og eliten.

En særlig tak skal også lyde til alle i klubben, der yder en frivillig indsats, hvad enten det er ved at planlægge ruter til glæde for de mange, er aktive i de enkelte udvalg, stille op som trænere i både sol og slud, arrangerer klubfest eller andre sociale arrangementer som ex. sidste lørdag, hvor knap 40 motionister på tværs af landevejen og skoven spiste kage i klubhuset efter træningen. Et klubhus, der også bliver passet og plejet af klubbens frivillige.

Bestyrelsen tilstræber at have føling med, hvad der sker i hele klubben. Vi supplerer nemlig hinanden på tværs af de forskellige aktiviteter og hold. Det er dog i sagens natur vanskeligt at komme hele vejen rundt om 200 medlemmer. Nogle medlemmer er meget tydelige med både ris og ros til klubben, mens andre medlemmer er mere tilbageholdne med at dele deres mening.

Ved at gennemføre elektronisk medlemsundersøgelse, som vi gjorde her i september, får vi et repræsentativt billede på tværs af de mange meninger, der i sagens natur er til stede blandt 200 medlemmer, som samles under mottoet: "Vi cykler alle".

Tak til alle Jer der har bidraget i medlemsundersøgelsen, hvis resultater vi har haft lejlighed til at drøfte i bestyrelsen.

Generelt viser undersøgelsen en stor tilfredshed blandt klubbens medlemmer. Den højeste score af alle går til vores "spor", tæt forfulgt af "priser og produkter", "landevejsruter" og de "fysiske rammer og omgivelser". Det område der scorer lavest af alle er "cykelløb", og går vi et spadestik dybere, er den mest kritiske gruppe mænd i alderen 40-59 år, som kører landevej. Det er interessant, når motionsudvalget trods stor indsats, har svært ved at trække medlemmer til løb. Så går man som medlem og er utilfreds med mulighederne for løb, skal man endelig tage en snak med motionsudvalget. En anden interessant opmærksomhed er, at 44% af de trænere, som har svaret på medlemsundersøgelsen, er interesseret i yderligere trænerkurser. Det er rigtig glædeligt, at I der yder en indsats som trænere også ønsker at dygtiggøre Jer yderligere. Vi har gennem flere år afsat langt flere midler til uddannelse, end der er brugt, og måske har vi ikke været gode nok til at tydeliggøre mulighederne?

Alt i alt supplerer medlemsundersøgelsen den viden vi havde i forvejen. På den baggrund har vi besluttet, at have følgende fokuspunkter for bestyrelsens arbejde i det kommende år:

1. Ny strategi for sponsorarbejde i kombination med nyt klubbetøj i 2021
2. Udvikling af Hadsten Gadegrandprix til en event for hele klubben
3. Uddannelse og støtte til klubbens frivillige trænere med henblik på at fastholde, udvikle og rekruttere både trænere og ryttere.

På bestyrelsens vegne

Lars Toft Pedersen, formand