



Norges Cykleforbund

UNION CYCLISTE INTERNATIONALE
NORDISKA CYKELFÖRBUNDET
NORGES IDRETTSFORBUND

ÅRSRAPPORTER

2018-2019

SPORTSLIG AVDELING

GRENUTVALG

ØVRIGE UTVALG

Rapporten omfatter i all hovedsak tidsrommet fra 01.01.18 til 31.12.19.



ÅRSRAPPORTER FRA SPORTSLIG AVDELING 2018 OG 2019

Årsrapport landslag menn junior landevei 2018

Sesongen startet også i år med kartleggings samling i desember 2017 på Olympiatoppen i Oslo. Der var målet å bli kjent med rytterne, sette oss mål, informere og inspirere. Utøverne ble også testet i testlabben. Det ble også gjort en re-test av de beste i mars.

Vi har nå kjørt 7 Nations cup ritt, Grand Prix Rüebililand, EM og VM som landslag, derav to endagers ritt og fem etapperitt. Vi har vært i vindtunnel og hatt samling i Innsbruck i forkant av VM.

Det er 16 forskjellige utøvere som har fått prøve seg på landslaget sesongen 2018.

Litt om de forskjellige rittene:

Gent-Wevelgem 25.03.2018:



Laget besto av fv: Daniel Årnes, Markus Korsnes, Dennis Gråsvold, Ådne Holter, Søren Wærenskjold og Ludvig Fischer Aasheim.

Årets første løp for alle, bortsett fra Daniel vi hadde med 3 debutanter. Jeg synes vi fikk gode forberedelser og fikk syklet de kritiske delene av løypa både fredag og lørdag.



Rittet ble preget av et tidlig tremanns brudd der vi hadde med Søren Wærrenskjold. Det viste seg at det var tre meget sterke ryttere i dette bruddet og det holdt helt til mål etter over 100km i brudd. Søren blir akkurat slått i spurten av italieneren Manfredi og blir nr. 2. Det blir hardkjør i feltet og en gruppe på 17 mann jager bak, der har vi både Daniel Årnes og Ludvig F. Aasheim.

Norske plasseringer: Søren Wærrenskjold 2. plass, Daniel Årnes 6. plass, Ludvig F. Aasheim 17. plass, Ådne Holter 79. plass, Dennis Gråsvold DNF, Markus Korsnes DNF

Paris-Roubaix junior 08.04.2018:

Laget besto av: Søren Wærrenskjold, Markus Korsnes, Ådne Holter, Vegard Stokke, Daniel Årnes og Erik Andre Lier.

Paris-Roubaix er som alltid et hektisk ritt og i år var det også regn i starten noe som gjorde det ekstra vanskelig. Og vi hadde mye uhell og velt allerede før første brosteinsparti hadde vi mistet tre mann. Så dette rittet ble en liten nedtur for oss i år, selv om Daniel og Erik kjører bra, var vi langt unna seieren.

Norske resultater: Daniel Årnes 15. plass, Erik Andre Lier 17. plass, Ådne Holter 51. plass, Søren Wærrenskjold, Markus Korsnes og Vegard Stokke DNF.

Course de la Paix Juniors (lille fredsløpet), Tsjekkia.03.-06.05.2018



Course de la Paix Juniors (Lille fredsløpet). Laget besto av: Ludvig Fischer Aasheim, Dennis Gråsvold, Magnus Brynsrud, Erlend Litlere, Preben Syversen og Ådne Holter.

Første etappen er hard og med stor fart. En veldig avgjørende etappe, til slutt så er det 8 mann som skal gjøre opp om seieren. Vi har Ludvig Aasheim med i tetgruppa og han blir nr. 3 på første etappe.

Etappe 2a er tempo. Ludvig følger opp med en ny tredje plass og viser at han også kan kjøre tempo.

Etappe 3 er kongeetappen. Ludvig er meget offensiv og blir nr. 4 på etappen, er nå nr. 2 sammenlagt kun 28 sek bak Remco Evenepoel.



4. etappe. Det var en ny etappe dette året og den var meget hard. Evenepoel fra Belgia viser seg helt overlegen og vinner etappen og sammenlagt. Ludvig blir nr. 7.på etappen og ender på 3. plass i sammendraget.



Trophée Centre Morbihan 19.-20.05.2018

Laget i Morbihan besto av Søren Wærrenskjold, Daniel Aarnes, Vegard Stokke, Preben Syversen, Andreas Hatlestad og Andre Heggø.

På første etappe går det et tidlig to manns brudd som vi aldri henter, i spurten bak om tredje plassen vinner Preben Syversen og får sin første internasjonale pallplass.

På tempo etappen vinner Søren Wærrenskjold foran Remco Evenepoel, og kjører seg opp til tredje plass i sammendraget.

På den siste etappen håper vi på samlet spurt, men en rytter kommer alene til mål. Søren Wærrenskjold vinner spurten bak og blir nr. 2 på etappen og nr. 3 sammenlagt.

Tour du Pays de Vaud,Sveits. 24.-27.05.2018

Denne gangen besto laget av: Audun Gautestad, Andre Heggø, Vegard Stokke, Magnus Brynsrud, Ådne Holter og Ludvig Aasheim.

Vi startet løpet med en lagtempo prolog, der vi blir nr. 7, 9 sek bak vinnerlaget Nederland. Det er en hard etappe to, der det tilslutt står mellom 15 ryttere og vi har med både Vegard Stokke og Ludvig Aasheim. De blir henholdsvis nr. 8 og 9 på etappen.

Etappe 3 ender med stort felt til mål der Ludvig blir 8 og Vegard 10.



Etappe 4 er tempo og Ludvig blir nr. 3 og kjører seg opp til tredje plass i sammendraget. Den siste etappen ender med stort sett samlet felt og Ludvig ender som nr. 3 i sammendraget og Vegard Stokke blir nr. 10.

LVM Saarland Trofeo 07.-10.06.2018

I LVM Saarland Trofeo (tidligere Trofeo Karlsberg) stilte vi med Søren Wærrenskjold, Ludvig Aasheim, Magnus Brynsrud, Andre Heggø, Marcus Korsnes og Dennis Gråsvold.

For første gang siden Gent-Wevelgem stiller vi med både Søren og Ludvig og vi har to veldig sterke kort å spille på.

Vi åpner med en andreplass til Søren på første etappe.

Etappe to går det et brudd på seks mann der vi har med Ludvig, så skjer det en alvorlig velt bak i feltet og etappen blir nøytralisert. Alle 6 i bruddet blir tildelt seieren, deriblant Ludvig.

Tredje etappe vinner Søren etter en overlegen spurt og får to sekunder, pluss bonussekunder på feltet. Senere på dagen er det tempo som Ludvig vinner foran Karel Vacek og Søren på 3plass. Etter tempoen leder Vacek med 4 sek på både Ludvig og Søren.

På den siste etappen holder Simmons fra USA akkurat unna og vinner etappen, Søren klarer å vinne spurten bak og får nok bonus sekunder til å vinne sammenlagt. Søren vinner og Ludvig blir nr. 3 sammenlagt.





GP Général Patton 07.-08.07.2018

Dette rittet gikk i etterkant av NM og i forkant av EM, Vi stiller med Søren Wærrenskjold, Ådne Holter, Tord Gudmestad, Magnus Brynsrud og Fredrik Finnesand. Ludvig Aasheim var til stede, men pga. en ankelskade stilte han ikke til start.

Dette er et ritt med to fellesstart etapper i kupert terreng. Søren blir nr. 3 på første etappe, på den andre og siste etappen henger vi ikke godt nok med.

EM 12.-15.07.2018



Søren Wærrenskjold og Ludvig Aasheim er de to som kjørte tempoen. Vi hadde store forventninger til gutta etter at begge hadde vunnet tempo ritt tidligere i sesongen. Men dessverre så var ikke formen der denne dagen og begge havner langt bak.

Fellesstarten kjører i tillegg Vegard Stokke, Ådne Holter, Dennis Gråsvold og Fredrik Finnesand. Dette var en meget hard løype som ble vunnet av den suverene Remco Evenepoel fra Belgia, der Ludvig Aasheim blir vår beste mann med en 10n plass.



Grand Prix Rüebliand 31.08.-02.09.2018



Dette er et UCI-ritt utenfor Nationscup, men med veldig bra deltagelse.

Vi stiller med: Ådne Holter, Ludvig Fischer Aasheim, Fredrik Finnesand, Dennis Gråsvold, Daniel Årnes og Vegard Stokke.

Første etappen blir det etter vært samlet til mål og Daniel Årnes blir nr. 10.

Andre etappe ender også med samlet felt uten at vi blander oss inn i tetkampen.

Tredje etappe er tempo der vi kjørte bra, Daniel blir nr. 2 på etappen og Ludvik nr. 4.

Dermed er Daniel også nr. 3 før siste etappe.

På den siste etappen er det aktiv kjøring, men det samler seg slik at Daniel ender nr. 3 sammenlagt.

Etter Rüebliand reiser vi direkte videre til Innsbruck for å se og teste VM løypene.

VM Innsbruck

VM Tempo

Her stiller vi med Fredrik Finnesand og Søren Wærrenskjold. Vi mener vi har reelle medaljesjanser. Søren ender som nr. 5 og Fredrik er uheldig og velter fra sin mulighet.



VM Fellesstart:

Her stiller vi med Søren, Fredrik, Daniel, Dennis, Ådne og Ludvig.
Vi starter i Kufstein og skal inn til Innsbruck å kjøre to runder i den harde runden der.
Dessverre får vi for mange velt på vei inn til runden, Ludvig blir vår beste med en 15 plass.

Oppsummering:

Ette suksessen i 2017 var det en tøff oppgave å skulle forsvare de resultatene i 2018. Laget har gjort en kjempe jobb og vi har vært nesten like gode i 2018.

Vi har totalt 22 pall plasseringer, alt medregnet.

Vi er på pallen i alle etapperitt sammenlagt, bortsett fra GP Patton.

Gent-Wevelgem: 2. plass til Søren Wærenskjold

Fredsrittet: 3. plass første etappe, 3. plass, tempo, 3. plass Ludvig F. Aasheim

Morbihan: 3. plass Preben Syversen første etappe, 1. plass Søren W. Tempo, 2. plass 3. etappe, 3. plass sammenlagt.

TPV: 3. plass tempo, 3. plass sammenlagt Ludvig F. Aasheim

Trofeo: 2. plass Søren 1. etappe, 1. plass (delt med 4 andre) Ludvig, 1. plass Søren 3a. etappe, 1. plass tempo Ludvig, 3. plass Søren Tempo, 2. plass Søren 4. etappe og 1. og 3. plass sammenlagt for Søren og Ludvig.

GP Patton: 3. plass Søren Wærenskjold på 1. etappe.

GP Ruebliland Daniel Årnes 3. plass sammenlagt og 2. plass på tempoetappen.

VM tempo: 5. plass Søren Wærenskjold



VM felles: 15. plass Ludvig Fischer Aasheim.

Vi går inn i VM som leder i NationsCup og ender på andre plass i NationsCup sammenlagt!

Belgia vinner med 213 poeng, Norge 190 poeng, Italia 185 poeng.

Ser vi på enkeltryttere så har vi to topp 5 i verden.

1. Evenepoel BEL 192 poeng.
2. Wærrenskjold NOR 115 poeng.
3. Vacek CZE 88 poeng.
4. Skeldmose DEN 86 poeng.
5. Aasheim NOR 70 poeng.

Jeg vil rette en stor takk til trenere rundt om i landet og til støtteapparatet som har vært med oss i 2018 sesongen, Henrik Askjem, Osteopat, Karl Fredrik Lillesteth og Thomas Didriksen, Mekanikere.

Kai Lexberg

Landslagsleder, Menn Junior landevei





Årsrapport landslag menn junior landevei 2019

Sesongen startet også i år med kartleggings samling november 2018 på Olympiatoppen i Oslo. Vi var 16 utøvere på samlingen. Der var målet å bli kjent med rytterne, sette oss mål, informere og inspirere. Utøverne ble også testet i testlabben. Vi hadde også foredrag fra antidoping Norge. Vi hadde også en test samling for 5 utøvere på Lillehammer 3.-5. januar 2019. Det ble også gjort en re-test av de beste i mars.

Vi har nå kjørt 6 Nations cup ritt, Grand Prix Rüebililand, 23^o Trofeo Comune di Vertova-18^o Memorial Pietro Merelli, 49^o Trofeo Emilio Paganessi, EM og VM som Landslag. I tillegg er det kjørt GP Patton, GP Luxemburg og Giro Lunigiana som mix lag.

Det er 13 forskjellige utøvere som har fått prøve seg på landslaget sesongen 2019.

Litt om de forskjellige rittene:

Gent-Wevelgem 31.03.2019



Laget besto av fv: Fredrik Finnesand, Tord Gudmestad, Preben Syversen, Dennis Gråsvold, Sakarias Løland, Oskar Johansson.



Årets første løp som landslag. Vi fikk gjort gode forberedelser og syklet de kritiske delene av løypa både fredag og lørdag.

Vi mistet Fredrik i en velt inn i Kimmel første gang, Sakarias og Dennis sitter i feltet bak de 3 i front enn mot mål og Sakarias blir nr. 5. Vinner av rittet ble Quinn Simmons USA foran 3 mann fra Storbritannia.

Norske plasseringer: Sakarias Løland 5. plass, Dennis Gråsvold 25. plass, Tord Gudmestad 55. plass, Preben Syversen 58, Oskar Johansson 78, Fredrik Finnesand DNF

Paris-Roubaix junior 14.04.2019

Laget besto av Oskar Johansson, Tord Gudmestad, Preben Syvertsen, Sindre Brein, Magnus Sørbø og Sakarias Løland.



I år hadde vi fått med oss Thor Hushovd på forberedelsene til Paris-Roubaix og han var med oss på trening og ga gode råd i forkant.

Paris-Roubaix er som alltid et hektisk ritt, vi hadde noen uhell og velt i år også. Vi fikk fire av seks mann i mål. Vår beste mann bli Sindre Brein på 17. plass.

Norske resultater: Sindre Brein 17. plass, Sakarias Løland 52. plass, Oskar Johansson 54. plass, Magnus Sørbø 55. plass.

Course de la Paix Juniors (Lille Fredsløpet), Tsjekkia 12.-16.05.2019

Course de la Paix Juniors (Lille Fredsløpet). Laget besto av Vegard Stokke, Johannes Staune-Mittet, Dennis Gråsvold, Fredrik Finnesand, Sakarias Løland og Sindre Brein.

Første etappen er hard og med stor fart. Etappen vinnes av franskmannen Hugo Toumire som kommer 16 sek foran et stort felt på ca. 50 mann, Sakarias blir vår beste mann på 9. plass.

Etappe 2a er tempo. Johannes Staune-Mittet blir vår beste mann på 10. plass.

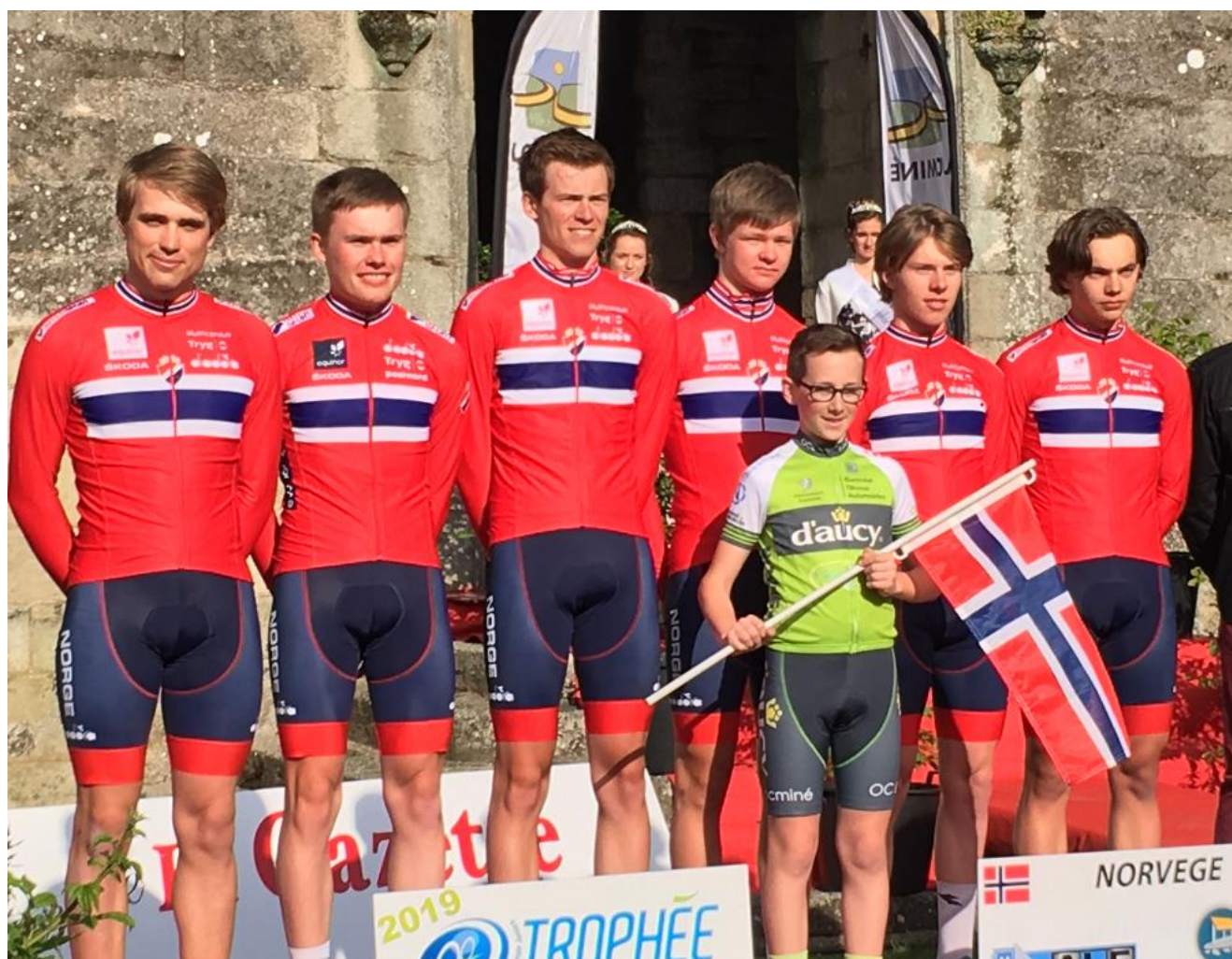
Etappe 2b blir meget spennende da vi har Sakarias i brudd på slutten, men blir hentet 50m før målstreken og han blir nr. 7 på etappen.



Etappe 3 er kongeetappen, og det blir en våt og kald dag. Italieneren Antonio Tiberi vinner 20 sek foran en gruppe på 17 mann, der både Dennis Gråsvold og Fredrik Finnesand sitter, og de blir nr. 9 og 16.

4 etappe: Blir en god etappe for oss, der Vegard Stokke er meget revansjesulten etter «missen» på 3. etappe. Vegard går i brudd ca. 20 km før mål og får med seg danske Andreas Byskov Sarbo. Dansken vinner etappen foran Vegard og Sakarias spurter inn til en 8.plass, 7 sek bak vinneren. Sammenlagt blir Fredrik Finnesand vår beste med 10.plass

Trophée Centre Morbihan, 25.-26.05.2019



Laget i Morbihan besto av Oskar Johansson, Dennis Gråsvold, Thomas Sundlisæter, Tord Gudmestad, Johannes Staune-Mittet, Sindre Brein.

På første etappe kommer Oskar seg i brudd og blir nr. 3 på etappen. På etappe 2 (tempo) følger Johannes opp med en 4. plass, Oskar blir 9 og Sindre 11. Siste etappe er det Oskar som blir beste på en 13. plass og sammenlagt blir det en fin 3. plass samt at han vinner trøya som beste første års junior!



Tour du Pays de Vaud, Sveits 24.-27.05.2019



Laget besto av Vegard Stokke, Fredrik Finnesand, Tord Gudmestad, Sakarias Løland, Johannes Staune-Mittet og Dennis Gråsvold.

Prolog: Johannes Staune-Mittet ble vår bestemann med 5. plass.

1. etappe: var en lang og hard etappe med en bakkeavslutning som vi hadde studert godt på forhånd. Vi bestemte oss for å prøve oss i siste bakke. Det endte med 3. plass til Vegard og 4. plass til Dennis, i tillegg fikk Tord prisen for mest aktive rytter.

2. etappe: en hard etappe der Vegard kjører meget offensivt. Blir nr. 2 på etappen.

3. etappe tempo: Johannes kjører sterkt og blir nr. 6 kun 16 sek bak vinner.

4. etappe: kupert etappe der vi kjører sterkt og jobber meget godt som lag. Vi klarer ikke helt å sprengte feltet nok så det er ca. 50 mann inn til mål. Vegard blir nr. 6. og Johannes velter dessverre i siste sving. Sammenlagt blir Vegard Stokke nr. 4 og Johannes Staune-Mittet nr. 9.



LVM Saarland Trofeo 20.-23.06.2019

I LVM Saarland Trofeo (tidligere Trofeo Karlsberg) stilte vi med Thomas Sundlisæter, Sakarias Løland, Oskar Johansson, Marcus Korsnes, Vegard Stokke og Tord Gudmestad.

På første etappe får vi både Sakarias og Vegard i det avgjørende bruddet på 11 mann. Vegard drar opp spurten for Sakarias og han tar seieren på første etappe.

På andre etappe gjør vi noen taktiske feil og vi er ikke sterke nok til å rette opp feilene. Vi mister trøya til Sakarias og Tord som satt i dagens brudd blir nr. 7.

Etappe 3a kjører vi bra og har Vegard i brudd med den sterke tyskeren Marco Brenner. Vegard får en pungtering og etappen blir ødelagt for han. Det ble til slutt samlet inn til mål og Sakarias blir nr. 9. Etappe 3b er lagtempo på 31,6km en øvelse som vi ikke kjører ofte, vi hadde trent i løypa og sett utfordringene. Det var en meget hard og teknisk løype. Vi ender på 6. plass.

Etappe 4 kontrollerer det tyske laget hele dagen og det blir samlet mot mål. Vegard blir nr. 9. Sammenlagt ender Sakarias Løland på 13. plass og Vegard Stokke på 15. plass.

EM tempo 07.08.2019



Det var Oskar Johansson og Johannes Staune-Mittet som kjørte tempo EM, Det endte med Johannes på 10. plass og Oskar på 12. plass. Begge gutta er førsteårs juniorer, så de får flere sjanser.



EM Fellesstart 09.08.2019



EM fellesstart ble ingen god dag for oss. Det startet ganske bra med Vegard i brudd med flere av favorittene, men mave trøbbel satte en stopper for Vegard og han måtte stå av rittet. Tord Gudmestad kjører bra denne dagen, men får en dobbel punktering når det er en runde igjen. da sitter vi kun igjen med Sakarias i feltet bak utbryterne. Sakarias blir til slutt nr.15

Trofeo Comune di Vertova - Memorial Pietro Merelli og Trofeo Emilio Paganessi 24. og 25.08.2019

Nytt av året var at vi kjørte to UCI endagersritt i Italia.

Vi stilte med: Embret Svestad-Bårdseng, Dennis Gråsvold, Johannes Staune-Mittet, Vegard Stokke og Sakarias Løland.

Det første var Trofeo Comune di Vertova - Memorial Pietro Merelli som gikk 24. august. Dette var et rundbaneritt med en liten bakke. Det var stor fart og et samlet felt til mål.

Dag to i Italia var det Trofeo Emilio Paganessi som sto for tur. Et herlig ritt med masse bakker. Dette bør passe våre gutter godt. Vegard kommer seg nok en gang med i det avgjørende bruddet på 8 mann. Med en skikkelig bakkeavslutning prøver Vegard å gå tidlig, men blir hentet og ender på 8. plass.



Grand Prix Rüebliland 30.08.-01.09.2019



Dette er et UCI-ritt utenfor Nationscup, men med veldig bra deltagelse.

Vi stiller med Fredrik Finnesand, Thomas Sundlisæter, Johannes Staune-Mittet, Tord Gudmestad, Oskar Johansson og Sakarias Løland.

Første etappen blir meget spennende, Vi har Johannes i brudd sammen med amerikaneren Garrison og det ser lenge ut til at seieren skal stå mellom disse, men så begynner franskmennene å kjøre og 11 mann jager bak, deriblant Fredrik Finnesand. Johannes og Garrison blir hentet 500m før mål og i spurten bak havner Fredrik på 4. plass.

På Etappe 2a dominerer amerikanerne stort og tar hele pallen.

Etappe 2b er tempo i en meget teknisk løype, amerikanerne dominerer igjen og vi blir 10 og 11 med Johannes og Fredrik.

På 3. etappe skiller det seg ut en gruppe på 10 mann, der vi har både Fredrik og Sakarias med. Amerikaneren Quinn Simmons gjør som han vil og kjører fra de andre. Bak spurter Sakarias inn til 5. plass og Fredrik blir nr.10. Sammenlagt blir det en meget sterk 2. plass til Fredrik Finnesand. Ingen tvil om at Fredrik og amerikanerne nærmer seg VM form!



VM Harrogate

VM Tempo kjøres av Johannes Staune-Mittet og Fredrik Finnesand.

Juniorene kjører to runder i samme løype som de også skal kjøre i de avsluttende rundene på fellesstarten. Altså en hard og teknisk løype. Vi mangler litt på tempo i år og havner ca. der vi har vært tidligere i år Johannes blir nr. 11 og Fredrik nr. 14. Helt godkjent, men litt bak de beste i verden.

VM Fellesstart blir en skikkelig manndomsprøve for juniorgutta. 148km i dårlig vær og i et meget kupert landskap igjennom Yorkshire. Laget gjør en god jobb og mot slutten sitter vi igjen med Vegard Stokke som også var vår antatt beste på forhånd. Vegar blir nr. 6, noe som er den beste norske plasseringen for menn junior i VM noen gang. Så det er vi fornøyd med.

Oppsummering:

Etter to meget sterke sesonger i 2017 og 2018 var dette en sesong litt mer på «det jevne». Vi ender på 6. plass i NationsCup sammenlagt!

Av årets høydepunkter vil jeg nevne seieren til Sakarias Løland på første etappe i Trofeo Sarriand, Vegard Stokkes andreplass på siste etappe i Fredsrittet, Vegard Stokkes to pallplasser på etapper i TPV, andreplassen sammenlagt til Fredrik Finnesand i GP Ruebliland og 6. plassen til Vegard Stokke i VM.

Vi har totalt 6 pall plasseringer, alt medregnet.

Gent- Wevelgem: 5. plass til Sakarias Løland

Fredsrittet: 10. plass sammenlagt på Fredrik Finnesand

Morbihan: 3. plass Oskar M.Johansson første etappe, 4. plass Johannes Staune-Mittet, 3. plass sammenlagt på Oskar M. Johansson.

TPV: 4. plass sammenlagt og 2. plass på 2. etappe og 3. plass på 1. etappe av Vegard Stokke, 4. plass på Dennis Gråsvold på 1. etappe, 5. og 6. plass på etapper av Johannes Staune Mittet.

Trofeo Sarriand: Sakarias Løland vant første etappe, og endte på 13. plass sammenlagt.

Trofeo Emilio Paganessi: Vegard Stokke nr. 8.

GP Ruebliland: 1. etappe, 4. plass på Fredrik Finnesand og 10. plass på Johannes Staune-Mittet.

På etappe 2b (tempo) ble Staune -Mittet og Finnesand 10 og 11, på etappe 3 ble Sakarias Løland 5 og Fredrik Finnesand nr. 10 Sammenlagt ble Fredrik Finnesand nr. 2

VM tempo: 11. plass på Johannes Staune-Mittet og 14. plass på Fredrik Finnesand.

VM felles: Vegard Stokke 6. plass

Det er 7 forskjellige ryttere som har tatt poeng i UCI Nationscup for Norge i 2019.

Tyskland vinner med 240 poeng, Norge 117 poeng på 6. plass.

Ser vi på enkeltryttere så er Vegard Stokke vår beste mann på 10. plass i verden.

Jeg vil rette en stor takk til trenere rundt om i landet og til Henrik Askjem, Karl Fredrik Lilleseth, Thomas Didriksen og Rune Lexberg som har vært støtteapparatet i 2019 sesongen.

Kai Lexberg

Landslagsleder, Menn Junior landevei



Landslag kvinner junior landevei 2018

En fantastisk norsk sesongåpning i Belgia



Juniorjentene var strålende fornøyd etter tredjeplass i sesongåpningen. Foto: Håkon Mæland / MLandPictures

Morgendagens Helter landslagene på landevei sesongåpnet 25. mars med Nations Cup Gent-Wevelgem. Det ble en fantastisk norsk dag med pallplass i kvinner junior.

I juniorjentenes ritt endte det med massespurt. Til tross for problemer underveis spurtet Pernille Feldmann inn til en imponerende tredjeplass. Laget besto av Thale Sofie Kielland Bjerk, Silje Mathisen, Elise Marie Olsen, Amalie Lutro, Natalie Irene Midtsveen og Pernille Feldmann.

- Jentene har kjørt veldig bra og ligget godt plassert gjennom hele rittet. På slutten var planen å kjøre opptrekk for Pernille, og vi lykkes bra med det. Pernille var faktisk involvert i en velt cirka 11 km fra mål, og fikk noe girtrøbbel som en følge av dette. Derfor var dagens tredjeplass ekstra imponerende, oppsummerer Carl Erik Pedersen, landslagsleder for Morgendagens Helter landslaget for kvinner.



Healty Ageing Tour

Jentene gjorde det godt også i dette etapperittet i Nederland 6.-8. april med 130 ryttere på start. Dette var et NationsCup ritt for juniorene. Pfeiffer Georgi fra Storbritannia vant, og vår beste rytter Silje Mathisen endte på en god 11. plass. Hun fikk også en 6., 7. og 12. plass på etappene.

Laget besto av Silje Mathisen, Amalie Lutro, Martine Gjøs, Natalie Midtsveen, Pernille Feldmann og Elise Marie Olsen. Det var noen uhell underveis og Pernille Feldmann måtte stå av etter 1. etappe, noe som gjorde at de helt store resultatene uteble.

EPZ Omloop van Borsele (2.NCup)

Laget var også med i Nationscup rittet EPZ Omloop van Borsele i Nederland 20.-22. april. Dette var et mix landslag. Britt Knaven fra arrangørlandet vant sammenlagt. Det var 147 jenter på start, og vi skal vel ikke være så misfornøyde med en 21. plass til Silje Mathisen, en 25. plass til Martine Gjøs og 26. plass til Amalie Lutro sammenlagt. Thale Kielland Bjerk kom inn som nr. 47, Pernille Feldmann nr. 51 og Natalie Irene Midtsveen nr. 80. Beste enkeltprestasjon sto Amalie for, med 14. plass på 3. etappe (fellesstart). I tillegg ble Silje nr. 19 på tempo (1. etappe) og nr. 16 på 2. etappe (fellesstart).



EM

Europamesterskapet ble arrangert i Brno i Tsjekkia for juniorer og U23 fra 12.-15. juli.

EM startet med tempo for Kvinner Junior. Det ble ikke noe topp plasseringer for de norske jentene. Martine Gjøs kjørt inn på en 19. plass og regjerende Norgesmester Silje Mathisen kom inn på 23. plass. Kjøppest av alle i den 11,5 km lange løypa var Vittoria Guazzini fra Italia.

På lørdagens fellesstart ble det en flott 17. plass til Amalie Lutro i juniorklassen. Silje Mathisen og Martine Gjøs ble tatt ut på siste runden, mens Thale Bjerk måtte bryte etter en runde på grunn av et illebefinnende. Russiske Aigul Gaeeva ble Europamester.

Boels Ladies Tour

1.-2. september kjørte junior jentene i Boels Ladies Tour i Nederland, med gode resultater. Silje Mathisen endte på en 8. plass sammenlagt, Amalie Lutro nr. 11, Natalie Irene Midtsveen nr. 19, Thale Kielland Bjerk nr. 30 og Martine Gjøs nr. 56. Amalie ble nr. 5 på 1. etappe, og Silje nr. 10 på 2. etappe.

VM

Mesterskapet ble gjennomført i Innsbruck, Østerrike fra 24.-30. september 2018. Jentene møtte en meget tøff løype, hvor vi manglet litt på å være med de beste til mål. På tempoen ble det en 23. plass til Martine Gjøs og en 35. plass til Silje Mathisen, tross god innsats.

På fellesstarten var det ingen som utpreget seg ved å ha dagen, og feltet sprakk opp relativt tidlig. Når det heller ikke var noe initiativ i hovedfeltet for å prøve å ta innpå utbryterne, ble også våre norske liggende i bakevja. Martine Gjøs ble nr. 44, Amalie Lutro nr. 45, Silje Mathisen nr. 50 og Thale Kielland Bjerk nr. 78.

Landslag kvinner junior landevei 2019

Startet sesongen i Belgia

Equinor og Norges Cykleforbund gikk inn i sin tredje sykkelsesong som partnere for talentutvikling innenfor landeveissykling. Norges Cykleforbund er stolte av samarbeidet vi har med Equinor. Med god støtte fra Equinor har juniorlandslaget for menn blitt et av de beste lagene i verden

I rittet Gent-Wevelgem 31. mars, stilte Norge med seks jenter som syklet en 150km lang løype. Anne Dorthe Ysland plasserte seg best i spurten blant de norske og tok med det en flott 11. plass. Natalie Midtsveen ble nr. 21, Nora Tveit nr. 33, Tuva Byberg nr. 26, Rikke Enstad nr. 53, Mari Hole Mohr nr. 54. Alle de norske var med i hovedfeltet og fikk samme tid i mål, 16 sekunder etter den britiske vinneren Elynor Backstedt, som kom alene til mål.

Healthy Ageing Tour 12.-14. april

Morgendagens helter landslaget for kvinner junior var i Nederland 12.-14. april, og kjørte etappeløpet Healthy Ageing Tour. Anne Dorthe Ysland ble beste norske i sammendraget med en 16. plass og 6. plass i ungdomskonkurransen. I løpet av rittet ble det to topp 20 plasseringer derav en 15. plass på en etappe som beste for Ysland.



EM i Nederland 7.-11. august – Tuva nr. 7 på tempoen i Alkmaar

Dagens øvelser startet med tempo for Kvinner Junior. Løypen som skulle sykles var 22,4 km, i en relativt flat løype. Norge hadde to ryttere på start med, Anne Dorthe Ysland fra Gauldal SK og Tuva Byberg fra Stavanger SK.



Tuva Byberg

Byberg kom inn på en fantastisk 7. plass, 55 sekunder bak vinneren, men kun 13 sekunder unna bronseplassen. Ysland kjørte også en strålende tempo og ble nummer 11, kun 1 minutt og 30 sekunder bak vinneren. Det var Shirin Van Anrooij fra Nederland som vant foran Aigul Gareeva fra Russland og Wilma Olausson fra Sverige.

Midtsveen og Ysland like utenfor topp 10 under EM Fellesstart



Anne Dorthe Ysland



Under dagens fellesstart for Kvinner Junior under Europamesterskapet i landeveissykling i Alkmaar var det et spent norsk lag som stod på startstreken. Det norske laget bestod av: Natalie Irene Midtsveen (Ringerike SK), Rikke Enstad (Horten og Omegn's CK), Anne Dorthe Ysland (Gauldal SK) og Tuva Byberg (Stavanger SK). Løypen gikk i en runde på 11,5 km og de skulle sykle 6 runder i den krevende løypen. Det var svært mye regn i starten av rittet. Det ble kjørt hardt fra start og etter hvert delte feltet seg i flere mindre felt. Enstad veltet på brosteinen i runde to, og mistet dermed sjansen for å være med i fronten. Ysland var også i bakken, men kom seg heldigvis raskt tilbake på sykkelen. Ut på siste runde satt Midtsveen og Ysland i den fremste gruppen som var på ca. 30 ryttere. På siste runde rykket Ilse Pluimers fra Nederland fra gruppen og klarte å holde på en knapp ledelse foran resten av feltet helt til mål og vant rittet. Feltet bak kom i mål 4 sekunder bak Pluimers og her tok Sofie van Rooijen fra Nederland sølv og Kristina Nenadovic fra Frankrike bronse. Midtsveen kom inn på en 13. plass og Ysland på en 14. plass.

Silje Mathisen og Amalie Lutro vant ritt i Irland (ikke landslag)



På 6. etappe tapetserte jentene pallen; 1. Silje Mathisen (TeVeBu) 2. Pernille Larsen Feldmann (Sør) 3. Amalie Lutro (Sør).

Fra 4.- 8. september deltok NCF Region Sør, NCF Region TeVeBu og CK Victoria i det irske etapperittet "Rás na mBan" i Kilkenny. Dette var ikke et UCI-ritt, men deltakelsen var på hele 21 lag fra Irland, England, Holland, Slovakia og Norge. Jentene gjorde det bra og slo til på de to siste etappene. På 5. etappe ble det seier til Amalie Lutro fra NCF Region Sør og på 6. etappe tapetserte jentene pallen med vinner Silje Mathisen, Pernille Larsen Feldmann og Amalie Lutro, i tillegg til en 7. plass for Marie Flataas fra CK Victoria.. Det ble britisk sammenlagtseier til Claire Steels fra Brother UK Fusion RT.



Disse var med fra NCF Region TeVeBu: Hennie Engebretsen, Tiril Jørgensen, Silje Mathisen, Natalie Irene Midtsveen og Elise Marie Olsen. Disse deltok fra NCF Region Sør: Pernille Larsen Feldmann, Amalie Lutro, Mari Hole Mohr, Ann Helen Olsen og Hedda Kristiansen. Disse kjørte for CK Victoria: Margrethe Kjeøy, Martine Gjøs, Marie Flataas, Mirjam Kjøraas og Stine Marie Snorheim.

God kjøring av jentene i Watersley Ladies Challenge, 13.-15. september

Morgendagens Helter landslaget kvinner junior gjorde en god oppkjøring før VM i Watersley Ladies Challenge i helgen. Det var et stort og sterkt startfelt i Nederland, og juniorjentene gjorde en god innsats. Anne Dorthe Ysland ble beste norske jente sammenlagt med en 13. plass, Silje Mathisen ble nr. 22 og Natalie Irene Midtsveen nr. 24.

På de tre etappene var Anne Dorthe Ysland beste norske med hhv. 12. plass, 22. plass og 11. plass.

Ysland beste norske i VM Tempo i Harrogate – 18.-22. september



Det var duket for VM tempo for K Junior. Jentene skulle kjøre en runde inne i den tekniske løypen inne i Harrogate. Runden var på 13,7 km og var svært teknisk. Det hadde regnet dagen før og det var fortsatt svært vått på veiene da første rytter startet, selv om solen startet å titte frem. Norge hadde to ryttere på start, Anne Dorthe Ysland fra Gauldal SK og Tuva Byberg fra Stavanger SK. Det var Ysland som var første startende av de norske jentene. Allerede i starten kjente Ysland at det var glatte og krevende forhold i løypen, og ved det første tekniske partiet begynte bakhjulet å skli og Ysland fortsatte rett frem i en sving, måtte stoppe og tapte flere sekunder. Dermed mistet Ysland rytmen, men fortsatte hardkjøret inn til mål.



Neste ut var Byberg som hadde en 7. plass i tempo fra det europeiske mesterskapet tidligere i år. Hun startet godt, men fikk kjenne på den krevende løypen i Harrogate og fikk det tungt inn til mål. Ysland endte til slutt på en 29. plass, 1,38 bak vinneren og Byberg endte på en 32. plass, 1,51 bak. Seieren gikk til Gareeva fra Russland foran Van Anrooij som tok sølv og Backstedt som tok bronse.

Flott 9. plass til Silje Mathisen i VM fellesstart



Silje Mathisen og Elise Marie Olsen – klubbvenninner fra Halden CK

Løypen var på 86 km og gikk fra Doncaster til Harrogate. Løypen gikk nordover og hadde en flat start før det kom flere bakker mot slutten og man gikk rett i mål i Harrogate. Norge hadde følgende på start: Silje Mathisen, Halden CK, Elise Marie Olsen, Halden CK, Anne Dorthe Ysland, Gauldal SK og Natalie Midtsveen, Ringerike SK. Jentene satt aktivt med i front av feltet i starten, men det var preget av nervøs kjøring og kamp om posisjoner. Ved ca. 2 mil kjørt, gikk Ysland og Midtsveen i bakken. Ysland måtte bytte sykkel, men kom seg tilbake på sykkel og var med i rittet videre. Midtsveen fikk seg en skikkelig trøkk i hodet, brystet og et kutt bak øret, hun stod av rittet og ble fraktet til mål for medisinsk sjekk. Ysland prøvde å komme seg opp til hovedfeltet, men klarte ikke å komme i kapp med feltet. I hovedfeltet stakk Mathisen og Olsen og var med inn til finalen i Harrogate. Jentene fikk regn underveis i rittet og veiene ble glatte da finalen skulle avgjøres. Olsen skled på et kumlokk og var dermed ute av medaljekampen. Inn i siste sving var det to ryttere i front, og bak kom gruppen til Mathisen. Det gikk et nytt velt på oppløpet, men Mathisen kjempet seg inn til en flott 9. plass. Olsen endte på en 47. plass, Ysland ble nr. 71 og Midtsveen stod av rittet. Gullet gikk til Jastrab fra USA, sølv til de Wilde fra Belgia og bronse til Nooijen fra Nederland.



Landslag menn U23 og Elite landevei 2018

Vi hadde store forhåpninger til U23 landslaget, som har prestert svært godt de siste årene. Når vi oppsummerer sesongen så kan vi konstatere at det ble en flott sesong også i år. Vi nådde ikke helt opp til tidligere års plasseringer, men vi ble til tross for det 7 nasjon i NationsCup. U23 landslaget har i år kjørt 4. st Nations Cup ritt samt VM og Menn Elite laget kjørte EM samt VM.

Gent-Wevelgem

Rasmus Tiller, Syver Wærsted, Lars Saugstad, Hans Christian Rudland, Håkon Lunder Aalrust, Torjus Sleen.

Årets utgave av Gent-Wevelgem åpnet relativt rolig da to ufarlige syklisterte fikk gå i brudd og opparbeidet seg en ledelse på sju-åtte minutter. Avstanden ble jevnt kappet ned på vei inn mot første passering av grusveispartiene. På grusveis partiene gikk Håkon Lunder Aalrust sammen med syv andre i fra hovedfeltet. Gruppen holdt unna fra hovedfeltet over Kemmelberg, men det kom flere angrep bakfra over løypas mest utfordrende stigning. I etterkant av Kemmelberg tok flere ryttere seg opp til gruppa der Aalrust satt. Det endte med at nordmannen fikk innpass i en ny gruppering. Men inn mot målgang i Ieper var det de ni rytterne lengst der framme det skulle stå imellom. Norge tok ansvar bak i det jaktende hovedfeltet. Feltet klarte ikke å kjøre inn hele gruppa der framme, og til slutt var det Ziga Jerman (Slovenia) som tok seieren. Aalrust ble beste norsk med en 6. plass. Norske Resultat: 6. Håkon Aalrust, 32. Syver Wærsted, 45. Rasmus Fossum Tiller, 74. Lars Saugstad, DNF Hans Kristian Rudland og Torjus Sleen

Ronde van Vlaanderen U23

Rasmus Tiller, Syver Wærsted, Jonas Hvideberg, Erik N Resell, Håkon Lunder Aalrust, Torjus Sleen

RVV U23 tjener sammen med Tour de l'Avenir som de virkelige høydepunktene i U23 kalenderen og er dermed ett av våre prioriterte mål.

U23-utgaven av Flandern rundt ble vunnet av australieren James Whelan. 21-åringen gikk solo da det var over tjue kilometer igjen å sykle og opparbeidet akkurat en stor nok luke for å holde unna mot det jaktende feltet. I det svært reduserte feltet som jaget bak, satt vi med Rasmus Fossum Tiller, Erik Resell og Torjus Sleen. De kjørte godt og offensivt underveis, men klarte dessverre ikke å blande seg i spurten om andreplassen og havnet utenfor topp ti. Til slutt endte Rasmus Tiller på 14.plass som beste nordmann. Erik Resell ble nummer 16, mens Torjus Sleen ble nummer 25. Alle disse var seks sekunder bak vinneren. Max Kanter (Sunweb U23) og Robert Stannard (Micheltoun-BikeExchange) kompletterte podiet. Syver Wærsted endte på 42.plass, 2.30 bak den ensomme rytteren i tet, mens Jonas Iversby Hvideberg ble nummer 58, 6.13 bak. Hans Kristian Rudland brøt rittet.

Norske Resultat: 14. Rasmus Fossum Tiller, 16. Erik Nordsæter Resell, 25. Torjus Sleen, 39. Syver Wærsted, 58. Jonas Iversby Hvideberg, DNF Hans Kristian Rudland

Grand Prix Priessnitz spa

Rasmus Tiller, Iver Skaarseth, Andreas Leknessund, Syver Wærsted, Torjus Sleen, Håkon Lunder Aalrust

Fredsrittet har en ganske annen karakter enn rittene på våren, så laget var satt sammen av noen klatrere og sterke arbeidskarer.

Prolog

Ritte kjent som Fredsrittet for U23, innledet med en to kilometer lang prolog i Tsjekkiske Krnově. På den korte prologen var det naturligvis små marginer, men til slutt var det den regjerende norgesmesteren, Rasmus Tiller, som stakk av med seieren på etappen. 21-åringen var sekundet



raskere enn portugisiske Ivo Oliveira, mens nederlandske Nils Eekhoff ble tredjemann, to sekunder bak. Syver Wærsted fikk også en god start da han tok åttendeplassen, tre sekunder bak Tiller. Norske Resultat: 1. Rasmus Fossum Tiller, 8. Syver Wærsted, 34. Håkon Aalrust, 39. Torjus Sleen, 51. Andreas Leknessund, 74. Iver Skaarseth

Etappe 1

Et brudd på fire ryttere gikk inn på den første etappen. Samuele Battistella (Italia), Jonas Vingegaard (Danmark), Kobe Gossens (Belgia) og Håkon Lunder Aalrust slet seg løs ut på den siste runden og gjorde så opp om seieren i en spurt mellom de fire. I den slake motbakken opp til mål ble det lurekjøring, før italienske Battistella viste seg som den raskeste. Aalrust ble andremann på den 133 kilometer lange etappen, og sørget for en ny norsk topplassering. Aalrust var fornøyd med det. Men det hadde selvfølgelig vært deilig å ha fått en etappeseier. 23 sekunder bak kvintetten triller Syver Wærsted, Andreas Leknessund, Rasmus Fossum Tiller og Torjus Sleen i mål med feltet, mens Iver Skaarseth var noen minutter bak der igjen. Battistella tok også over ledelsen i sammendraget med sin etappeseier, der Håkon Lunder Aalrust nå er andremann og vil sykle med ungdomstrøya på neste etappe.

Norske Resultat: 2. Håkon Aalrust, 17. Syver Wærsted, 65. Andreas Leknessund, 98. Rasmus Fossum Tiller, 100. Torjus Sleen, 113. Iver Skaarseth

Etappe 2

Den andre etappen sørget for at de ble en ordentlig omrokking av sammendraget. I finalen skulle rytterne klatre den drøyt ti kilometer lange stigningen til Dlouhé Stráně to ganger. Det var et stort felt som kom inn i bunnen den første gangen og etter en utskillelse i løpet av den første forseringen kom mange ryttere seg tilbake før den avsluttende klatringen. Deretter fulgte en ny utskillelse anført av det belgiske laget. Til slutt stod det mellom sveitsiske Marc Hirschi og baskeren Zuban Errazkin, der Hirschi viset seg å være den sterkeste. Andreas Leknessund, kjørte in til en solid 7. plass, 14 sekunder etter vinneren. Foran siste etappe ligger tromsøværingen som nummer åtte i sammendraget, 37 sekunder bak lederen.

Norske Resultat: 7. Andreas Leknessund, 57. Torjus Sleen, 95. Håkon Aalrust, 103. Rasmus Fossum Tiller, 106. Syver Wærsted, 107. Iver Skaarseth

Etappe 3

På den avsluttende etappen maktet de norske U23-rytterne ikke å være med å kjempe om hverken etappe- eller sammenlagtseier. I bakkeavslutningen ble det en utskillelse og noen mindre grupper kom inn og kjempet om de første plassene. Rasmus Fossum Tiller som var den skarpeste av de norske gutta og spurtet inn til en 11. plass, over et minutt bak vinneren. Etter gårsdagens etappe lå Andreas Leknessund som nummer åtte i sammendraget. Tromsøværingen tapte noe tid til konkurrentene foran ham på listen, men holdt resten bak seg og beholder dermed åttendeplassen sin. Inne på de siste 35 kilometerne gikk Tadej Pogačar (Slovenia) til og fikk med seg en fransk rytter, men 19-åringen skulle raskt gå alene. Han opparbeidet seg raskt en betydelig ledelse og bakfra prøvde blant annet tsjekkiske Jakub Utruba å ta opp jakten. I hovedfeltet la både Italia, Sveits og Norge ned innsats, men ingen av de maktet å nærme seg sloveneren. Opp den siste bakken til målgang i Jeseník fortsatte han å øke ledelsen sin og på toppen kan han juble for en strålende seier, ett minutt og tre sekunder foran Zuban Errazkin. Etter femteplass på gårsdagens toppfinish til Dlouhé Stráně sikret han også sammenlagtseieren i rittet.

Norske Resultat: 11. Rasmus Fossum Tiller, 13. Torjus Sleen, 17. Andreas Leknessund, 39. Håkon Aalrust, 81. Syver Wærsted, 103. Iver Skaarseth

Sammenlagt 8. Andreas Leknessund, 39 Torjus Sleen, 59. Håkon Aalrust, 67. Rasmus Tiller, 95. Syver Wærsted, 106. Iver Skaarseth

Tour de l'Avenir

Rasmus Tiller, Andreas Leknessund, Torjus Sleen, Tobias Foss, Lars Saugstad, Håkon Lunder Aalrust

Etappe 1

Rittet som også kalles «Ungdommens Tour de France» innledes med en spurtvennlig profil. Dermed



ble det de håpefulle spurtere som kjempet om seieren. Det tyske stortalentet Max Kanter var blant de største favorittene før etappen, og unggutten leverte. Et samlet felt kom inn på de siste kilometerne, og Kanter sørget for tysk etappeseir. Det norske laget har fokus på sammendraget i året opplaga og alle kom inn med hovedfeltet.

Norske Resultat: 23. Tobias Foss, 44. Torjus Sleen, 45. Håkon Aalrust, 106. Andreas Leknessund, 140. Rasmus Fossum Tiller, 141. Lars Saugstad



Tre av rytterne på U23 landslaget, her representert ved fra v.: Rasmus Tiller, Torjus Sleen og Andreas Leknessund.

Etappe 2

Den andre etappen ble et spurtoppgjør mellom Magnus Bak Klaris (Danmark), Alan Riou og Håkon Lunder Aalrust. Sammen kom de tre av gårde i dagens brudd og det ble tidlig klart at de ville gå hele veien. Med en mil igjen hadde de en ledelse på fem minutter og selv med taktisk kjøring på slutten, var de over to minutter foran hovedfeltet i mål. Inn på oppløpet kom de tre samlet og det hele skulle avgjøres i en spurt. Der gikk det ikke helt veien for Aalrust, som måtte se at franske Riou vant foran Bak Klaris. Likevel nok et sterkt resultat for Aalrust, som har vist seg som en rytter som er god til å komme med i de rette bruddene.

Norske Resultat: 3. Håkon Aalrust, 31. Tobias Foss, 38. Torjus Sleen, 95. Andreas Leknessund, 97. Rasmus Fossum Tiller, 134. Lars Saugstad

Etappe 3

Det ble fransk etappeseier på den tredje etappen mellom Le Lude og Châteaudu. Etappe ble vunnet av Alan Riou, etter at nok et brudd gikk inn. Det ble kjørt tøft på de to innledende timene av rittet, hvor man hadde over 47 kilometer i timen i snittfart, og da bruddet endelig ble etablert fikk de raskt tre minutters ledelse. De norske U23-gutta gjorde sin del av arbeidet for å holde bruddet i tøylene, men de holdt godt stand.

Norske Resultat: 25. Tobias Foss, 58. Andreas Leknessund, 63. Torjus Sleen, 80. Håkon Aalrust, 113. Rasmus Fossum Tiller, 134. Lars Saugstad



Etappe 4

På programmet for dagen så var det 40 km lagtempo. Norge suste inn på tredjeplass, kun slått av Danmark og Belgia, og kunne dermed innsette Håkon Aalrust i den gule ledertrøya. Danskene tok etappeseieren, 13 sekunder foran Belgia, som var tre sekunder raskere enn Norge. Etter mandagens lagtempo leder Aalrust med elleve sekunder på franskmannen Alan Riou, som overmannet Aalrust på den andre etappen.

Norske Resultat: 3. Norge

Etappe 5

En ny dag for spurtraske unggutter ventet på den femte etappen av Tour de l'Avenir.

145 kilometer fra Beaugency til Levroux i nesten 30 grader, med mange ivrige nasjoner med spurtambisjoner, førte til at kun et lite brudd gikk av gårde. Slovenske Ziga Horvat var første angriper. Etter tolv kilometer hadde han fått over minuttet, med polske Filip Maciejuk i midten. Etter hvert kom polakken opp til Horvat, og de to fikk 3:20 før feltet begynte å kontrollere avstanden. Dermed var Norge en av nasjonene som etter hvert begynte å øke tempoet i feltet. Med drøye 20 kilometer igjen av den femte etappen deiset store deler av hovedfeltet i bakken. Håkon Aalrust i den gule ledertrøya var blant de uheldige. Rasmus Fossum Tiller var også i bakken. Et hovedfelt som jaktet en brudduo hadde ikke tid til å vente, og det tok tid før Aalrust kom seg i gang igjen. Fortsatt hadde Horvat og Maciejuk en ledelse, men den sank inn mot siste mil. Åtte kilometer fra målstreken hadde duoen et minutt ned til neste gruppe. Det var dog ikke nok til at bruddet gikk inn. Det ble massespurt der britiske Matthew Gibson vant. Aalrust ble sendt til røntgenundersøkelser etter målgang for å undersøke mulig brudd i kinnbeinet.

Norske Resultat: 22. Tobias Foss, 100. Andreas Leknessund, 120. Torjus Sleen, 133 Lars Saugstad, 144. Rasmus Fossum Tiller, 145. Håkon Aalrust

Etappe 6

Håkon Aalrust veltet på den 6. etappen og på grunn av de skadene han pådrog seg klarte han ikke å starte den 7. etappen. Etter en fartsfylt start så klarte en større gruppe på elleve mann å slite seg løs fra feltet, hvor Rasmus Tiller satt. Feltet ville imidlertid aldri slippe gruppen ordentlig av gårde og de ble etter hvert kjørt inn. Dermed kom det nye angrep og nye ryttere forsøkte seg. Etter drøyt 70 kilometer av etappen begynte et brudd på åtte ryttere å etablere seg, med blant annet tre dansker. Feltet slet med å få opp farta. Selv om feltet fortsatte å hente tid på utbryterne kom innsatsen for sent. Inn på de to siste kilometerne var avstanden fremdeles på 20 sekunder og kampen om etappeseieren skulle etter hvert stå mellom de åtte utbryterne. Til slutt var det italienske Allesandro Covi som håndterte finalen best og spurtet over streken til etappeseier.

Norske Resultat: 21. Tobias Foss, 51. Andreas Leknessund, 65. Torjus Sleen, 123. Rasmus Fossum Tiller, 127. Lars Saugstad, DNF Håkon Aalrust

Etappe 7

De ble som ventet ventet en forrykende start da rittets første fjell etappe skulle avgjøres. De første 500 meterne var flate. Men så startet brutaliteten. Colombia sørget for et meget utstrakt felt på de første kilometerne, tauende på resten av rytterne med Ivan Ramiro Sosa som en av de største favorittene. Etter bare fem kilometer var feltet redusert fra over 140 rytter, til bare 50. Det allerede reduserte feltet ble smadret til enda mindre biter opp den siste stigningen. Ivan Sosa var godt skjult bak flere landsmenn inn mot de siste kilometerne, med stadig avskalling bakerst i gruppa. 30 mann satt i feltet med ni kilometer igjen. Det colombianske toget fortsatte på skinnene, mens noen ryttere forsøkte å angripe. Den colombianske utmattelseskrigen bar frukter. Med snau fem kilometer igjen satt kun elleve mann igjen i teten. Fire kilometer fra toppen kom angrepene igjen. Det var ingen overraskelse at Ivan Ramiro Sosa (Colombia), Tadej Pogacar (Slovenia), Marc Hirschi (Sveits) og Brandon McNulty (USA) var kvartetten som skilte seg ut. Sosa angrep igjen, og da måtte Hirschi gi seg. McNulty og Pogacar klamret seg fast. Avstandene ble dog ikke store. Elleve mann fulgte åtte sekunder bak med to kilometer igjen. De tre fremste gjorde opp om seieren, der Brandon McNulty lenge så ut til å ta det. Men på de siste meterne seg Ivan Sosa forbi. Tobias Foss ble bestemann på 28. plass, med 1:28 opp til etappevinner Sosa. Foss punkterte i utforkjøringen etter første stigning, og fikk en vanskelig inngang til siste bakke.

Norske Resultat: 28. Tobias Foss, 33. Torjus Sleen, 44. Andreas Leknessund, 103. Rasmus Fossum Tiller, 105. Lars Saugstad



Etappe 8

Selv om den åttende etappen ikke var like ekstrem som torsdagens 35 kilometer lange etappe, var også den andre fjelletappen i årets Tour de l'Avenir av det korte slaget. 81,1 kilometer Der var de første 25 kilometerne til den innlagte spurten i Albertville flate, før det gradvis gikk oppover. Den første av de to kategoriserte stigningene var Col des Saïses (15,6 kilometer à 5,7 prosent), hvor man kom til toppen med 15 kilometer igjen.

Før dess var førsteårssenioren Andreas Leknessund i et åttemannsbrudd, som han selv gikk solo fra på vei opp Col des Saïses. Nordmannen ble etter hvert hentet inn av flere av de andre rytterne i bruddet og bruddet i seg selv ble kjørt inn like før toppen av bakken. Derfra bar det raskt utfor ned mot den avsluttende bakken på 2,1 kilometer à 7,2 prosent. Over toppen av bakken var det rundt 35 ryttere i feltet og blant dem Gino Mäder (Sveits), som stakk fra gruppa i utforkjøringen. Den talentfulle sveitseren holdt unna hele veien og tok seieren på den åttende etappen.

Norske Resultat: 11. Tobias Foss, 20. Torjus Sleen, 49. Andreas Leknessund, 92. Lars Saugstad, 107. Rasmus Fossum Tiller

Etappe 9

Det var med 25 kilometer igjen av etappen at sammenlagt lederen Pogacar tok skjebnen i egne hender, da den slovenske sammenlagtlederen angrep de andre favorittene. Han allierte seg med Michel Reis (Luxembourg). duoen skulle holde unna for et betydelig redusert hovedfelt men i tett satt allerede spanjolen Fernando Barcelo som klarte å vinne etappen etter et heroisk soloutbrudd på etappen i fjellene. Åtte sekunder etter Barcelo knep Reis andreplassen foran Pogacar, mens Robert Stannard (Australia) ledet hovedfeltet over målstreken på fjerdeplass, 1:13 bak. Tobias Foss fordelte kreftene smart i den siste stigningen til Val d'Isère og brukte etappen til å styrke sin stilling sammenlagt. Nordmannen tok en 10.plass på etappen, 1:13 bak Barcelo, og klatret opp to plasser i sammendraget. Med kun én etappe igjen er 21-åringen nå 11.mann, kun ett sekund bak en topp ti plassering. Torjus Sleen bidro på det som var en fin norsk dag i fjellene og klatret fem plasser i sammendraget. Foss sin lagkamerat ligger nå på 18.plass i sammendraget.

Norske Resultat: 10. Tobias Foss, 20. Torjus Sleen, 42. Andreas Leknessund, 80. Rasmus Fossum Tiller, 104. Lars Saugstad

Etappe 10.

Den avgjørende etappen av Tour de l'Avenir ble noe kortere enn planlagt. Col de l'Iseran ble fjernet på grunn av været, og dermed ble det ikke de store utskillelsene før Col du Chaussy. Dermed ble det kun 114,7 kilometer på siste dag av U23-rittet. Flere ryttere forsøkte å gå av gårde på de første milene, men i lett kjørt terreng var det vanskelig å få den store ledelsen. Damien Touze (Frankrike) og Max Kanter (Tyskland) ledet med ett minutt, og fikk selskap Joseph Areruya (Rwanda) og David Villareal (Ecuador). Ledelsen vokste til 1:45, før feltet roet seg litt. Edward Dunbar (Irland) angrep i klatringen opp Col du Chaussy, og alle favorittene fulgte i en gruppe 20 sekunder bak iren med tre kilometer igjen til toppen. Aleksander Vlasov (Russland) kjørte seg opp til Dunbar, og over toppen ledet de med 15 sekunder. Pogacar slet i utforkjøringen, og plutselig var han nesten minuttet bak teten. Før siste bakke hadde Gino Mäder (Sveits) kjørt heftig i utforkjøringen, og ledet med 20 sekunder på en kvartett. I siste stigning fikk Ivan Ramiro Sosa (Colombia), Aleksander Vlasov (Russland) og Edward Dunbar (Irland) kontakt med sveitseren. Men Tadjé Pogacar forsvarte seg mesterlig. Sloveneren klatret inn forspranget sakte, men sikkert, og med 300 meter igjen dro han med seg franske Clement Champoussin opp til teten. Det ble en spurt mellom de seks, der Mäder tok sin andre etappeseier. Tobias Foss leverte jevne og solide prestasjoner på de siste etappene av Tour de l'Avenir. På den siste harde dagen i fjellene tok nordmannen sin andre strake tiendeplass. Med det avanserte han til 9. plass i sammendraget. Den norske U23 mesteren, Torjus Sleen klarte seg også bra på de siste etappene og ble nummer 20 på etappen, og endte blant de 20 beste i sammendraget.

Norske Resultat: 10. Tobias Foss, 20. Torjus Sleen, 45. Andreas Leknessund, 105. Rasmus Fossum Tiller, 109. Lars Saugstad

Sammenlagt: 9. Tobias Foss, 19. Torjus Sleen, 35. Andresa Leknessund, 110. Rasmus Fossum Tiller, 115. Lars Saugstad



U23 VM-Tempo

Tobias Foss, Andreas Leknessund

Løypa var 27,7 kilometer lang og startet i Wattens. Underveis passerte man Hall-Wattens og videre inn mot Innsbruck. Det ga en småkupert temposløyfe, men de mest krevende partiene mot slutten. Tobias Foss åpnet med fjerde beste passeringstid ved 18,1 kilometer. Han avsluttet også sterkt, og la seg på en fjerde plass før den seedet gruppe, med de fleste forhåndsfavorittene kommet i mål. Andreas Leknessund gjorde sine saker bra, og avsluttet sterkt i den småkuperte løypa. Det skulle holde til 13.-plass. Seieren gikk til den regjerende danske U23 verdens mesteren Mikkjel Bjerg, belgiske Brent Van Moer tok sølv og danske Mathias Norsgaard Jørgensen bronse. Norske resultater: 6. Tobias Foss, 13. Andreas Leknessund

U23 VM-Fellesstart

Rasmus Tiller, Tobias Foss, Andreas Leknessund, Idar Andersen, Torjus Sleen

Fellesstarten for U23 bestod av en 179,5 km lang løype, med først en strekningen fra Kaufstein til Innsbruck som inneholdt flere tøffe stigninger, og 4 runder i den lokale runden inne i Innsbruck. Etter kun noen små brudd i starten kom feltet samlet inn til de avsluttende rundene og kjøret startet da på allvor. Det falt av ryttere etter hvert og til slutt var det kun Tobias Foss av de norske som satt med i den avgjørende gruppen ut på de to siste rundene. Siste gang opp mot Igls tok Bjorg Lambrecht (Belgia) endelig inn Mark Padun (Ukraina) som angrep alt ved andre forsering av den 7,9 kilometer lange bakken. Finske overraskelsesmannen Jaakko Hänninen hang seg på. Det samme gjorde Marc Hirschi (Sveits). Den regjerende U23 Europamesteren, angrep bruddkompisene på vei nedover mot Innsbruck sentrum. Han er også en meget god. På de siste kilometerne grov Lambrecht dypt for å samle det hele, men han hadde rett og slett ikke nok krefter igjen. Seieren gikk dermed til Hirschi. Lambrecht tok sølv, mens den finske overraskelsesmannen Hänninen skaffet seg en overraskende bronsemedalje. Tobias fikk det tungt alene ut på siste runde og endte på en 22 plass.

Norske Resultat: 22. Tobias Foss, 59. Torjus Sleen, 61. Andreas Leknessund, 90. Idar Andersen, DNF Rasmus Fossum Tiller



U23 laget: fra v. Rasmus Tiller, Idar Andersen, Torjus Sleen, Tobias Foss, Andreas Leknessund



EM-Fellesstart

Sven Erik Bystrøm, Alexander Kristoff, August Jensen, Kristoffer Halvorsen, Sondre Holst Enger, Rasmus Fossum Tiller

I en 14 kilometer lang, teknisk og småkupert løype ble det en svært krevende affære når Europa Mesterskapet avgjordes i Glasgow. Når så regnet i tillegg lå tungt over rytterne hele dagen ble rittet preget av mange punkteringer. Med syv av 13 runder igjen så satt fremdeles alle den norske startende i hovedfeltet, og Alexander Kristoff var omkranset av Rasmus Fossum Tiller, Sondre Holst Enger, Sven Erik Bystrøm, Kristoffer Halvorsen og August Jensen. Kjøret hadde imidlertid krevd sin pris og en etter en forsvant de norske rytterne, etter at Belgia akselererte i front av hovedfeltet. Da Kristoff hadde en punktering fikk han hjulet til Bystrøm, mens Jensen hjalp ham opp igjen til feltet men det kostet på kreftene og til slutt var det bare Rasmus Tiller igjen av hjelperytterne, men med 70 kilometer til mål var det også slutt for ham og Kristoff satt da igjen alene og isolert. Kristoff følte seg ok før han punkterte, men etter det at han åter fikk kontakt med feltet var det tungt. I et stadig krympende hovedfelt var det Italia, Belgia, Frankrike, Nederland og Tyskland som var toneangivende og i overtall, og prøvde å slite seg løs. Med 55 kilometer til mål kom flere suksessive angrep og til slutt hadde elleve mann gått av gårde, hvor alle de store nasjonene var representert. Alexander så bruddet gå, men hadde ikke helt beina til å følge med dem. Bak gikk farten kraftig ned og plutselig hadde gruppen halvannet minutt. Frankrike var ikke helt fornøyd med situasjonen og satte opp folk til å jobbe i feltet, men var sjanseløse mot de sterke rytterne i front. Til slutt var det en gruppe på seks ryttere, bestående av Mathieu van der Poel (Nederland), Xandro Meurisse, Wout Van Aert (Belgia), Jesus Herrada (Spania), Davide Cimolai og Matteo Trentin (Italia), som endte opp med å kjempe om seieren. Cimolai ledet an gjennom den siste svingen og Trentin startet spurten fra hjulet hans. Sykkelkross-stjernene Van Aert og van der Poel forsøkte å utfordre ham, men maktet ikke å tukte italieneren, som dermed sikret seg tittelen og overtar europamestertrøya fra Alexander Kristoff. Kristoff kjørte aktivt på slutten og var den raskeste i sin gruppe, han spurtet inn til 11. plass, to minutter og 22 sekunder etter Trentin.

Norske resultat. 11. Alexander Kristoff, DNF på de øvrige norske

VM-Tempo

Kristoffer Skjerping

Vi hadde kun Kristoffer Skjerping på startstreken. Løypen var 52,1 km lang og var flat i starten, før man etter 30 km gikk inn i en lengre bakke. Bakken var på ca 5 km og steg ca 400 meter opp. Etter toppen var det en god utforbakke før man kom inn til mål. Skjerping, startet midt blant de 61 deltakerne. Han åpnet på entusiastisk vis, og var foreløpig tiende raskest da han passerte 16,6 kilometer. Etter at alle ryttere hadde passert var 25-åringen dyttet ned til 35. plass. Skjerping taklet den krevende stigningen bra, men merket at Gnadenwald-stigningen ble litt for tung og han tapte ytterligere litt tid inn mot mål. Til slutt ble rittets eneste nordmann nummer 40. Rohan Dennis, Australia åpnet sterkest av alle og hadde ledelsen ved førte mellomtid. Suverene Rohan Dennis gjorde ingen feil inn mot mål, og økte ytterligere på de siste kilometerne. Tom Dumoulin klarte akkurat å forsvare sølvmedaljen som var halvsekundet foran belgiske Victor Campenaerts som tok bronset.

Norske resultat. 40. Kristoffer Skjerping

VM-Fellesstart

Edvald Boasson Hagen, Carl Fredrik Hagen, Odd Christian Eiking, Markus Hoelgaard, Vegard Stake Laengen, Sven Erik Bystrøm

I den knallhard VM-løype, var ikke de norske herrerne levnet store sjanser på søndagens fellesstart. Edvald Boasson Hagen og Sven Erik Bystrøm måtte begge slippe tidlig i rittet, mens Markus Hoelgaard forsvant fra feltet etter å ha brukt mye krefter på å kjøre seg opp igjen etter en velt på nest siste runden. Ut på den siste runden satt Norge likevel med både Odd Christian Eiking og Carl Fredrik Hagen i feltet, mens Vegard Stake Laengen sammen med danske Kasper Asgreen var de eneste igjen fra bruddet på elleve ryttere. Opp til Igls for syvende gang gikk det ikke helt Norges vei. I bunn av bakken punkterte VM-debutant Hagen, mens Eiking ble frakjørt halvveis opp den 7,9 kilometer lange stigningen. Med halvannen kilometer igjen av bakken var også de siste restene av forspranget til Stake Laengen kjørt inn. Her ble duoen altså hentet igjen, og dermed ble det en hard tur opp «Highway to Höll» etter over 20 mil i brudd. I mål endte han på en 43. plass. Et hederlig resultat, samtidig som prestasjonen og opplevelsen nok var mer tilfredsstillende enn plasseringen.



Best av de norske ble nå Odd Christian Eiking som falt av siste gang opp den lange bakken kjørte inn til en 30. plass og var ikke mer enn 2'42 bak gullvinner Valverde. Etter en utrolig rekke med seks VM-medaljer siden 2003 uten gull, tok Alejandro Valverde (Spania) endelig edelt metall av høyeste valør da han spurtet inn til seieren. Romain Bardet (Frankrike) knep sølvet foran overraskelsen Michael Woods (Canada), mens Tom Dumoulin (Nederland), som fikk kontakt med teten i utforkjøringen ned til mål, endte på den sure fjerdeplassen. I en finale med forbausende få angrep tok Valverde full nytte av sin hurtighet i den avgjørende spurten, som 38-åringen ledet ut og vant forholdsvis komfortabelt. Ikke overraskende fant den avgjørende utskillelsen sted i den brutale bakken Höttinger Höll, som med sine 11,5 prosent over 2.8 kilometer, og 27 prosent maks, pekte ut de sterkeste i rittet.

Norske resultat: 30. Odd Christian Eiking, 43. Vegard Stake Laengen, 54. Carl Fredrik Hagen, DNF. Edvald Boasson Hagen, Markus Hoelgaard og Sven Erik Bystrøm.

Landslag menn U23 og Elite landevei 2019

Vi hadde store forventninger til U23 landslaget, som har prestert svært godt de siste årene. Når vi oppsummerer sesongen så kan vi konstatere at det ble de innfridde forventningene og det ble en fantastisk bra sesong også i år. Med seier sammenlagt for første gang noensinne i Tour de l'Avenir, Grand Prix Priessnitz spa og U23 Nations Cup, så ble i tillegg flere topp plasseringer på EM og VM. Mange fantastiske prestasjoner av laget, men ikke noen mesterskaps medaljer.





Laget i Gent Wevelgem; Søren Wærrenskjold, Martin Bugge Urianstad, Andreas Leknessund, Torjus Sleen, Tobias Foss, Jonas Iversby Hvideberg. FOTO Hans Falk

Gent-Wevelgem

Tobias Foss, Andreas Leknessund, Jonas Iversby Hvideberg, Martin Bugge Urianstad, Søren Wærrenskjold, Torjus Sleen

Det norske laget kjørte aktivt direkte fra start i den vindfulle utgave av rittet. Leknessund var del av et brudd på 14 ryttere som rev seg løs omtrent halvveis i rittet. Idet utbryterne fikk en ledelse på ett minutt, ble også hovedfeltet splittet i to deler. Over bakkene Baneberg og Kemmelberg var både teten og hovedfeltet godt spredd utover, et kontra angrep prøvde å støte seg opp der både Foss og Martin Bugge Urianstad var representert. Man etter en ny runde Baneberg og Kemmelberg, og bare 25 kilometer til mål, hadde det en sjumannsgruppe med både Foss og Leknessund fått en betryggende ledelse til feltet. Med to nordmenn blant hovedaktørene ble det en spennende finale. På de siste kilometerne ble tetgruppen splittet i to deler, med Leknessund og tysken Jonas Rutsch aller fremst. I en nervepirrende tomannsspurt var det tyskeren som trakk det lengste strået, mens Leknessund endte opp med en sterk andreplass. Foss syklet inn til sjuendeplass.

Norske Resultat: 2. Andreas Leknessund, 7. Tobias Foss, DNF Jonas Iversby Hvideberg, Martin Bugge Urianstad, Søren Wærrenskjold, Torjus Sleen



Andre plass til Andreas Leknessund, Gent-Wevelgem.



Ronde van Vlaanderen U23

Tobias Foss, Jonas Hvideberg, Søren Wærenskjold, Håkon Lunder Aalrust, Torjus Sleen, Lars Saugstad

RVV U23 tjener sammen med Tour de l'Avenir som de virkelige høydepunktene i U23 kalenderen og er dermed ett av våre prioriterte mål. Til tross for offensiv hardkjøring opp Achterberg og Boigneberg var det ikke noen som klarte å sørge for en stor utskillelse, og opp mot Wolvenberg satte seg Tobias Foss sseg i front og gav det han hadde og sørget for å strekke gruppen, men heller ikke Foss hadde kreftene til å rive seg løs. inn mot Oudenaarde så hadde to man fått noen sekunders forsprang, men da britene satt seg i front og kjørte et forrykende opptrekk, ble duoen hentet. Tobias Foss kjempet om å komme seg i posisjon i spurten, men da en velt gikk i gruppen ble han litt hindret. Britene åpnet spurten, men hadde Andreas Stokbro (Danmark) på hjul. Dansken var raskest av alle og kunne dermed juble for seier. Tobias Foss syklet etter hvert over streken til en 14. plass, og Håkon Aalrust ble nummer 16.

Norske Resultat: 14. Tobias Foss, 16. Håkon Lunder Aalrust, 25. DNF Torjus Sleen, Jonas Iversby Hvideberg, Lars Saugstad og Søren Wærenskjold



Søren Wærenskjold, Lars Saugstad, Jonas Iversby Hvideberg, Torjus Sleen, Håkon Aalrust og Tobias Foss.



L'Etoile d'Or

Andreas Leknessund, Idra Andersen, Håkon Lunder Aalrust, Torjus Sleen, Lars Saugstad, Iver Skaarseth

Dette var et nytt ritt på NationsCup programmet. En relativ flatt profil på rittet med en del vindutsatte steder. Det var et høyt tempo fra start og mange forsøk for å komme i brudd. Når det til slutt blir samlet inn mot mål setter italienerne seg i front og klarer å dominere spurten totalt og tar tre av de fire fremste plasseringene med A Konychev som vinner. Leknessund blir vår fremste med en 21. plass

Norske resultater: 21. Leknessund, 31. Sleen, 34. Andersen, 43. Aalrust, 65. Skaarseth, 76. Saugstad

Entre Brenne et Montmorillonnais

Andreas Leknessund, Idra Andersen, Håkon Lunder Aalrust, Torjus Sleen, Lars Saugstad

Dette var et Elite ritt dagen etter Nations Cup og begrenset til 5 ryttere per lag. En helt flatt profil og uten noe særlig vind ble dette et ritt som endte opp i en massespurt der vi hadde 3 man med i hovedfeltet. Her hadde vi ikke så mye å sette mot de be fremste spurtene og rittet vans av A. Dainese, Italia.

Norske resultater: 31. Aalrust, 33. Leknessund, 54. Andersen, 104. Saugstad, DNF Sleen

Course de la Paix Grand Prix Priessnitz spa

Idar Andersen, Tobias Foss, Andreas Leknessund, Jonas Iversby Hvideberg, Torjus Sleen, Martin Bugge Urianstad

Course de la Paix Grand Prix Priessnitz spa eller mer kjent som Fredsrittet har en ganske annen karakter enn rittene på våren, så laget var satt sammen av noen klatrere og sterke arbeidskarer.

Prolog

Rittet innledet med en to kilometer lang prolog i Tsjekkiske Krnově. På den korte prologen var det naturligvis små marginer, men til slutt var det nederlandske Nils Eekhoff som stakk av med seieren på etappen. Leknessund fulgte opp med en god, norsk prestasjon, da han tok 7. plassen, fire sekunder bak.

Norske Resultat: 7. Andreas Leknessund, 17. Tobias Foss, 30. Torjus Sleen, 37. Idar Andersen, 46. Martin Bugge Urianstad, 74. Jonas Iversby Hvideberg

Etappe 1

Et farlig brudd på seks ryttere fikk gå hele veien til mål på den første etappen. Seiersmarginalen til feltet ble et drøyt minutt. Martin Bugge Urianstad var representert og spurtet inn til fjerde plass. Seieren gikk til Sveitseren Stefan Bissegger så tok over ledelsen i rittet.

Norske Resultat: 4. Urianstad, 22. Foss, 30. Andersen, 35. Leknessund, 46. Hvideberg, 47 Sleen

Etappe 2

Den andre etappen sørget de norske for at de ble en veldig hard etappe. I finalen skulle rytterne klatre den drøyt ti kilometer lange stigningen til Dlouhé Stráně to ganger. Det var et stort felt som kom inn i bunnen den første gangen og etter en utskillelse i løpet av den første forseringen kom mange ryttere seg tilbake før den avsluttende klatringen. Vi hadde med Leknessund og i tett til slutt og Andreas ble nummer fire og klatret til fjerde plass i sammendraget.

Norske Resultat: 4. Leknessund, 18. Sleen, 48. Foss, 62. Urianstad, 70. Andersen, 91. Hvideberg

Etappe 3

Det norske landslaget var meget aktive under den siste etappen. Urianstad var først over de fire første stigningene og kunne dermed ta med seg klatretrøya hjem til Norge.



Fremdeles gjenstod det fire stigninger og det norske laget satte også fart inn i den femte, til Hvezda. Der startet favorittene å bevege på seg, men fremdeles hadde sammenlagtleder Stefan Bisegger krefter til å respondere på angrepene.

Da Leknessund angrep i den neste stigningen til Lyra, måtte imidlertid Bisegger la nordmannen få en luke. Med ti kilometer igjen hadde Leknessund fått 30 sekunder ned til Bisegger, som selv hadde angrepet fra feltet i et forsøk på å hente inn nordmannen. Fremdeles gjenstod den avsluttende bakken opp til Jeseník på 2,4 kilometer à 7,2 prosent. Før starten på etappen var Leknessund 1:13 på Bisegger i sammendraget. Dermed lå det an til en meget spennende kamp om sammenlagtseieren, spesielt etter at Leknessund økte ledelsen sin til 45 sekunder inn i bunn av bakken. Oppover bakken økte han bare forspranget og dermed ble Andreas den første nordmann som vant U23-utgaven av Fredsrittet. En svært viktig rolle i seieren hadde det norske laget, så dette var en virkelig lagseier

Norske Resultat: 1. Leknessund, 18. Sleen, 42. Urianstad, 43. Hvideberg, 45. Foss, 49. Andersen
Sammenlagt 1. Leknessund, 16. Sleen, 51. Foss, 58. Urianstad, 69. Andersen, 70. Hvideberg



Andreas Leknessund sammenlagt vinner GP Priessnitz Spa.

U23 EM-Tempo

Andreas Leknessund, Iver Johan Knotten

Leknessund startet først av de to norske på den 22,4 kilometer lange tempoen. Han tok ledelsen ved første passeringspunkt og senere også i mål, men allerede syv startnummer bak ham kom danske Johan Price-Pejtersen i en rasende fart. Ved passering halvveis var han 21 sekunder foran Leknessund og der hvor nordmannen kjørte raskere enn de øvrige konkurrentene inn mot mål, var Price-Pejtersen enda raskere og var 30 sekunder foran Leknessund i mål. Når så den neste gruppen



favoritter kom til plasseringspunktet var Knotten kun ett sekund bak Price-Pejtersen og meldte seg på i medaljekampen. Knotten klarte ikke å holde det samme trøkket hele veien inn mot mål, men han kjørte inn til en andreplass, 21 sekunder bak den danske gullvinneren. Til slutt ble han skjøvet ut av podiet og endte på en fjerdeplass og Leknessund på femte.

Norske resultat. 4. Knotten, 5. Leknessund



Andreas Leknessund og Iver Knotten FOTO: Hans Falk

U23 EM-Fellesstart

Iver Johan Knotten, Jonas Iversby Hvideberg, Lars Saugstad, Søren Wærrenskjold, Erlend Blikra, Håkon Aalrust

Den 11,5 km lange gateritts lignende løypa inne i sentrale Alkmaar skulle kjøres 12 ganger. De ble et ritt preget av offensiv og ukontrollert kjøring, et hektisk løp fra start til mål. Hvideberg gjorde en fenomenal jobb med å initiere et brudd. Uno-X-rytteren angrep utallige ganger og ga seg ikke før han hadde fått luka. Da det gjenstod om lag seks mil fikk han med seg italieneren Alexander Konychev. De to opparbeidet seg en luke tilbake til hovedfeltet, men fikk aldri mer enn et snaut minutt. Bak var det ikke noe særlig organisert kjøring fra noen lag, men det var flere som prøvde å støte seg opp til duoen i front. Med 13 kilometer igjen var det over for Hvideberg syklisten da Konychev satte inn et rykk og fortsatte solo. Han holdt lenge, men med halvannen kilometer igjen var det slutt også for italieneren. Dermed lå alt til rette for en massespurt om EM-gullet. Blikra hadde hjulet til Wærrenskjold, men i den tekniske finalen, klarte de ikke å plassere seg langt nok frem og Blikra fikk krampe. Lynraske Alberto Dainese (Italia) var helt suveren og vant med flere sykkellengder.

Norske resultater: 15. Wærrenskjold, 19. Blikra, 36. Aalrust, 43. Hvideberg, 44. Knotten, DNF Saugstad



Tour de l'Avenir

Torjus Sleen, Tobias Foss, Martin Bugge Urianstad, Søren Wærenskjold, Ludvik A Holstad, Idar Andersen

Etappe 1

Åpningsetappen startet med et minutts stilhet for den avdøde Bjorg Lambrecht. Belgieren som så tragisk gikk bort under Polen rundt sto på podiet i Tour de l'Avenir i 2017. Det belgiske landslaget sto først i feltet da minnesmarkeringen fant sted. Mathias Jørgensen (Danmark) vant åpningsetappen etter en lang dag i brudd. Dansken var del av et tomannsbrudd som gikk av gårde tidlig på den 128 kilometer lange etappen, og leverte en råsterk soloprestasjon inn til mål de siste 30 kilometerne. De norske gjorde ikke så mye for å samle det til en spurt i dag med tanke på å spare krefter til lagtempoen neste dag.

Norske Resultat: 9. Sleen, 18. Foss, 28. Holstad, 94 Andersen, 103 Wærenskjold, 128 Urianstad

Etappe 2

Den 32,5 kilometer lange lagtempoen til Bergerac ble en første test for sammenlagtrytterne i årets Tour de l'Avenir. Det norske laget kom sammen til mål og med en superavslutning kjørte de inn til andreplass, 28 sekunder bak det vinnende sveitsiske laget.

Norske resultater: 2. Norge

Etappe 3

Den 162,3 kilometer lange etappen mellom Montignac-Lascaux og Mauriac er langt fra rittets mest utfordrende profil, men bød likevel på en tøff avslutning. 40 kilometer før mål lå en seks kilometer lang klatring, før kupert terreng ventet foran avslutningen opp Côte de Mauriac (3,8 kilometer à 4,7 prosent). Til slutt endte etappen i en spurt i en redusert gruppe, hvor det var britene som trakk det lengste strået. Ethan Hayter spurtet inn til etappeseier Foss og Torjus Sleen kjørte bra og hekket av konkurrentene foran Foss på sammenlagtlisten, mens han spurtet inn til femteplass på etappen og overtok ledelsen i sammendraget.

Norske resultater: 5. Foss, 16. Sleen, 96. Holstad, 112. Urianstad, 113. Andersen, 140 Wærenskjold

Etappe 4

På den 158 kilometer lange, kupert etappen mellom Mauriac og Espalion gikk Wærenskjold i brudd sammen med syv andre og gruppen skulle til slutt holde hele veien. Wærenskjold spurtet inn på tredje plass. Norge var villig til å ofre ledelsen i rittet, etter at bruddet hadde fått etablert seg og Foss mistet sammenlagt ledelsen.

Norske Resultat: 3. Wærenskjold, 11. Foss, 40. Sleen, 106. Holstad, 121. Urianstad, 136. Andersen

Etappe 5

Det ble et hardkjør fra start på den femte etappen med snaut 1000 høydemeter på de første 22 kilometerne opp fra Espalion. Mange ryttere falt av i bakken, blant dem Søren Wærenskjold, som senere på etappen brøt rittet. Etter fire mils kjøring ble et femmanns brudd etablert. De hadde på det meste en luke på fire minutter og hadde fremdeles tre minutter ned til feltet da de gikk inn på de siste tre milene. I det kupert terrenget var det flere angrep fra hovedfeltet gjennom etappen, men det ble ingen større luker og dermed var det kun de fire bruddrytterne som var foran da rytterne startet på den slake stigningen opp mot mål de siste fem-seks kilometerne. Hovedfeltet klarte ikke å nærme seg ytterligere. Inn på de siste fem kilometerne ledet bruddet med 1:40. Til slutt stakk irske Ben Healy av med seieren.

Norske Resultat: 6. Foss, 31. Sleen, 66. Andersen, 85. Holstad, 98. Urianstad, DNF Wærenskjold

Etappe 6

Det ble det fullt kjørt fra start på den sjette etappen. Det som kunne se ut som en relativt lett etappe, ble til en etappe med store avstander i sammendraget. Med fem mil igjen brøt en gruppe på 23 ryttere ut av feltet. Der satt Norge godt plassert med både Tobias Foss og Torjus Sleen. I samme gruppe satt også flere av de øvrige sammenlagtfavorittene, men ikke den gule ledertrøya. En duo kom seg av gårde, men ble hentet i utforkjøringen inn mot mål. Til slutt var det sveitsiske Stefan Bissegger som vant etappen. Foss avansert opp til andre plass i sammendraget.

Norske Resultat: 8. Foss, 41. Sleen, 43. Holstad, 57. Andersen, 74. Urianstad



Etappe 7

Rytterne hadde forflyttet seg inn i Alpene og de fikk virkelig testet hverandre, med nærmere 3000 høydemetere på de 106 kilometerne fra Grésy-sur-Isère til målgang på skistedet La Giettaz. De første 40 kilometerne var stort sett flate og feltet var fremdeles relativt samlet da de kom inn i den første kategoriserte stigningen, men over toppen var en meget sterk gruppe på elleve ryttere etablert. I takt med stigningene ble gruppa stadig tynnet ut, men de holdt samtidig meget bra unna for den jaktende gruppa og hadde to minutter inn i den nest siste stigningen. I gruppa bak hadde Torjus Sleen lenge gjort en jobb for Foss oppover, men måtte til slutt gi seg. Da var det Foss selv som tok over og krysset toppen av bakken først. Oppe i bruddet var det kun to mann igjen. Foss' gruppe klarte å samarbeide godt og dermed var det to ryttere som gjorde opp om etappeseieren, hvor colombianske Tejada gikk seirende ut.

Norske resultater: 10. Foss, 48. Sleen, 97. Urianstad, 107. Andersen, 112. Holstad

Etappe 8

Den åttende etappen var en kort og eksplosive fjelletappen på kun 23 kilometer.

Norge var en av nasjonene til å ta kontroll i front og kun 25 ryttere var igjen i gruppen med den gule trøyen midtveis på etappen. Torjus Sleen gjorde en lang og utrettelig jobb for kaptein Foss før han seks km fra toppen måtte slippe. Det kom en rekke angrep, som sprengte favorittgruppen totalt. Med fem kilometer igjen, i de bratteste partiene av stigningen, måtte Foss slippe de andre favorittene, idet tetgruppen ble redusert til kun ti ryttere. En trio gikk til slutt av gårde oppover stigningen og gjorde opp om seieren, der australieren Evans var ført over streken. Foss krysset målstreken på femteplass, like bak og tidsnok til å ta over sammenlagtledelsen.

Norske resultater: 5. Foss, 69. Sleen, 81. Urianstad, 83. Andersen, 109. Holstad

Etappe 9

Det var en meget kupert løype over 67,2 km fra Villaroger-Tignes som splittet feltet i mange små grupper. Med 17 kilometer igjen av nest siste etappe i Tour de l'Avenir sveipet sitter kun syv mann igjen i tetgruppa hver av to norske. Sleen gjør en fantastisk jobb for Foss. I den siste stigningen opp mot mål blir det hardkjør og rytterne kommer i stort sett i mål en og en der Foss blir andre man på etappen og utøket sin ledelse i sammendraget.

Norske resultater: 2. Foss, 23. Sleen, 62. Urianstad, 74. Andersen, 91. Holstad

Etappe 10.

En etappe på 78 kilometer fra Saint-Colomban-des-Villard til Le Corbier. På den avsluttende dagen tok Norge kommando i front med en gang.

I likhet med de fleste varmet de norske rytterne opp på rulle før etappen, som med eller mindre gikk rett inn dagens første kategoriserte stigning, HC-fjellet Col du Glandon. Her gikk et brudd av sted med 16 ryttere. Bruddet var som mest oppe i fire minutters ledelse. Etter hvert ble bruddet dog kraftig redusert. Anført av et sterkt norsk laget nærmet feltet med favorittene seg mye på slutten, men bruddet holdt unna og Cepede fra Ecuador tok seieren. Norge hadde full kontroll og som best av sammenlagtrytterne krysset Foss målstreken på 7. plass. Dermed vant Foss sammenlagt med 1:19 min til italienske Giovanni Aleotti, mens belgiske Ilan Van Wilder ble nummer tre, 3:34 bak. Tobias Foss er historiens første norske vinner av Tour de l'Avenir. I tillegg til Foss sin formidable prestasjon har også lagkameratene måtte levere på øverste hylle, for at Foss skulle kunne lykkes, dette var meget imponerende.

Norske resultater: 7. Foss, 14. Sleen, 23. Andersen, 77. Urianstad, 78. Holstad

Sammenlagt: 1. Foss, 23. Sleen, 64. Andersen, 81. Holstad, 88. Urianstad, DNF Wærenskjold



Tobias Foss ble historisk da han vant Tour de l'Avenir 2019. FOTO: Tour de l'Avenir

U23 VM-Tempo

Tobias Foss, Iver Johan Knotten

Et øsende regnvær satte sitt preg på den 30,3 kilometer lange tempoen fra Ripon til Harrogate der noen av rytterne veltet i de store vann ansamlingene. De første 13-14 kilometerne var ganske flate, mens det var det en rekke bakker på de avsluttende 16-17 kilometerne av tempoen. Dermed var det særlig i siste halvdel av rittet det ble store forskjeller. Ved passeringpunktet etter 14,2 kilometer lå Knotten på andre plass kun regjerende verdensmester Mikkjel Bjerg (Danmark) som var foran. I en utforkjøring like etter fikk Knotten problemer på den humpete veien og kjedet hoppet av, men til alt hell klarte han selv å få hektet det på igjen, men kjeden datt av en gang til og bak giret ble ødelagt og han måtte bytte til reservesykkelen og da var forhåpningen om medalje gruset. Foss som ved mellomtiden var på 22. plass hadde ikke noen toppdag men kjørte seg opp på den andre delen av rittet og sluttet på 12. plass.

Norske resultater: 12. Foss, 18. Knotten

U23 VM-Fellesstart

Tobias Foss, Idar Andersen, Torjus Sleen, Martin Bugge Urianstad, Jonas Iversby Hvideberg, Ludvik Holstad

U23-rittet startet Doncaster og de 100 første kilometerne var mer eller mindre flate. Etter det kom flere tøffe stigninger, der den tøffeste var Greenhow Hill, 3,3 kilometer å 7,9 prosent, som kom 25 kilometerne før slutt rundene i Harrogate, I Harrogate skulle det opprinnelig bli kjørt tre runder (på 13,8 kilometer), ble det kuttet det ned til to runder. Den totale distansen ble dermed 173 kilometer. Norge ønsket et hardt ritt i Yorkshire og sørget selv for at det ble det. Direkte fra start var de norske fargen til å se langt fremme i feltet. Holstad og Hvideberg var representert i de brudd som gikk før man kom til den kritiske delen av løypa, Greenhow Hill. Klatringen kom med snaue seks mil til mål. Like før toppen dunket Andersen, Sleen og Foss til og feltet ble sprengt i sidevinden etter toppen. De



tre norske satt langt framme ut på den første av de to avsluttende rundene sammen med 20 andre ryttere. I hardkjøret som fulgte hang nordmenn med på de fleste angrep og like før siste runde i Harrogate satt Andersen og Foss med i tetgruppa på seks mann. Så fikk Andersen trøbbel. skruen på forhjulet løsnet og plutselig var Foss eneste norske i gullkampen. De fem som satt igjen jobbet lenge bra sammen, men begynte å lure på hverandre med noen kilometer til mål. Tre ryttere blant annet Eekhoff (Nederland) kjørte seg opp like etter kilometersmerket. Nederlenderen spurtet best og var først over målstreken, men ble siden diskvalifisert for å ha fått for mye hjelp fra følgebilen. Seieren gikk italienske Battistella med Foss på 6. plass. I gruppen bak teten kjørte Sleen inn på 10. plass.

Norske Resultat: 6. Tobias Foss, 10. Torjus Sleen, 43. Andersen, 87. Urianstad, 88. Holstad, 97. Hvideberg

European Games ME

August Jensen, Sondre Holst Enger

Det var andre gang European Games arrangeres av de Europeiske Olympiske Komiteene. Første gang, i Baku 2015. Rittet gikk inne i sentrale Minsk med 12 runder á 15 km, totalt 180 km. Runden var mestedels helt flatt, men 2 km før mål var den en 200 meter lang bratt brosteinsbakke som så ut å kunne by på utfordringer. Et ufarlig brudd fikk gå direkte etter starten og arbeidet seg opp til over 5 minutters forsprang. Sondre begynte å jakte helt alene og lå flere runder mellom feltet og bruddet. Når farta skruddes opp på de siste rundene klarte feltet fort å hente inn bruddet. Et nytt avgjørende brudd gikk på siste runden. Siste gangen i brosteinsbakke klinte Ballerini Italia til og fikk en luke og kunne kjøre solo inn i mål. Bak i feltet ble det spurt om 12. plass, Jensen som da var vår eneste igjen i feltet da Enger måtte slippe noen runder før mål, klarte ikke å komme seg helt frem i og spurtet inn på 19. plass.

Norske resultater: 19. Jensen, 116 Holst Enger



Trening innfor European Games i Minsk; Sondre Holst Enger, Emilie Moberg, Susanne Andersen og August Jensen. FOTO: Hans Falk



EM-Fellesstart ME

Sven Erik Bystrøm, Alexander Kristoff, August Jensen, Kristoffer Halvorsen, Rasmus Fossum Tiller, Markus Hoelgaard, Anders Skarseth

Med sterk vind i Nederland ble det kjørt fra start. Det ble umiddelbart viftekjøring på den innledende, 48 kilometer lange runden, og feltet ble splittet opp i fem store grupper. Halvorsen var den eneste fra det norske laget som kom seg med, men etter hvert som man kom inn i den 11,5 kilometer lange runden i Alkmaar, som skulle sykles 11 ganger, kom en større gruppe opp, med Kristoff og de andre norske ryttere unntatt Tiller. Det italienske laget tok kontroll i front av feltet, og med 60 kilometer til mål klinte de til i det mest tekniske partiet i rundløypen. Det sørget for stor strekk i feltet og plutselig var en splitt et faktum. 13 ryttere, deriblant fire italienere inkludert Elia Viviani, Italienerne gav full gass og fikk raskt en solid luke. Etter hvert som de norske rytterne fikk samlet seg bak la de ned en solid innsats for å prøve å tette luken, men det var ikke godt nok samarbeid eller kjørestyrke i gruppen, til å få samlet det. Luken var på et tidspunkt nede i 20 sekunder, men etter at en trio i front hadde revet seg løst økte luken ganske mye, og dermed ble oppgaven for stor. På oppløpet var Viviani den raskeste og ble europamester. I et større felt bak satt Kristoff, men gruppen maktet som sagt aldri å komme helt tilbake til fronten. Kristoff tok spurten enkelt og ble nummer 4.

Norske resultater: 4. Kristoff, 36. Halvorsen, DNF på de øvrige norske

VM-Fellesstart ME

Edvald Boasson Hagen, Carl Fredrik Hagen, Amund Grøndahl Jansen, Alexander Kristoff, Vegard Stake Laengen, Sven Erik Bystrøm

Den 285 kilometer lange fellesstarten ble redusert til 260 kilometer på grunn av værforholdene, med massivt regnvær over Yorkshire natta før rittet. Man måtte kutte ut den nordligste delen av løypen, med de to stigningene Cray Hill og Buttertubs. Samtidig måtte man legge på to lokale runder i Harrogate, for å nærme seg noe av den opprinnelige totaldistansen. Med de store nedbørsmengdene ble rittets vanskelighetsgrad forsterket og i tillegg til den fysiske og mentale slitasjen, ble det også en rekke velt underveis. Danske Mads Pedersen angrep ut på den sjette av ni lokale runder i Harrogate, og det ble etablert en gruppe med Stefan Küng (Sveits) og Gianni Moscon (Italia). Den neste runden satte storfavoritten Mathieu van der Poel fart fra feltet og nederlenderen fikk heng av Matten Trentin (Italia), og duoen kjørte seg opp til teten. Kvintetten la ut på den siste runden med over minuttet, men noe overraskende var det van der Poel som sprakk først, med 12 kilometer til mål. Etter hvert måtte også Moscon slippe og trioene Trentin, Küng og Pedersen kom inn på oppløpet sammen. Trentin var den klart mest meritede rytteren i gruppen og storfavoritt til gullet. Italieneren gikk selvsikkert til med 200 meter til mål, men stvnet raskt og da kom Pedersen sigende, og seilte ifra til seier. Ut på de siste rundene var det bare Grøndahl Jansen og Kristoff av de norske som satt igjen i det svært reduserte feltet, som talte rundt 30 mann. Det norske laget hadde ingenting å bidra med i jakten på gruppen i front, og etter at Michael Valgren (Danmark) og Peter Sagan (Slovakia) hadde angrepet var det til slutt en syvendeplass det beste resultatet det norske laget kunne ende opp med. I kjent stil bet Kristoff tenna sammen og spurtet best fra feltet, til en ny topplassering i verdensmesterskapet.

Norske resultat: 7. Kristoff, 17. Grøndahl Jansen, 34. Bystrøm, DNF Hagen, Boasson Hagen, Laengen



Landslag kvinner elite landevei 2018



Landslaget landevei kvinner elite startet opp med samling og tester på Lillehammer i februar og fortsatt med samling i Alicante samme måned. I april var det ny samling, denne gang i høyden i Sierra Nevada.

Festival Elsy Jacobs

Sesongens første ritt for landslaget landevei kvinner elite skulle gjennomføres 27.-29. april i Luxemburg. Etapperittet besto av en kort teknisk prolog på 2,8 km og to fellesstart etapper på ca. 110 km i småkupert til kupert terreng. Uttaket ble basert på den sterke lagkjøringen jentene viste i fjor høst. Det var et spennende landslaglag på strek, som hadde mange forskjellige egenskaper. Laget besto av Susanne Andersen, Hitec Products – Birk Sport/Stavanger SK, Stine Borgli, CK Victoria, Ingrid Lorvik, Hitec Products – Birk Sport/CK Victoria, Ingrid Moe, Hitec Products – Birk Sport/Bergen CK, Katrine Aalerud, Team Virtu Cycling/Vestby CK og Line Gulliksen, Hitec Products – Birk Sport/Bærum OCK.

Det ble et greit resultat for jentene. Italienske Letizia Paternoster vant sammenlagt og Susanne Andersen ble nr. 20. Ingrid Lorvik tok en 30. plass i sammendraget og Stine Borgli ble nr. 42. Ingvild Gåskjenn nr. 64, Line M. Gulliksen nr. 80 og Ingrid Moe nr. 81. På prologen ble Stine nr. 20, og Susanne ble nr. 16 på 1. etappe og nr. 6 på 2. etappe.



EM U23 og EM Elite

Europamesterskapet for kvinner U23 ble arrangert i Brno i Tsjekkia. Her ble det en oppløftende 11. plass til Ingvild Gåskjenn på fellestarten. Den andre norske jenta i feltet var Mie Bjørndal Ottestad, som kjørte på det hun kunne til hun ble tatt ut.



Mie (t.v.) og Ingvild klare for start i EM for U23.

Europamesterskapet for eliteklassene ble gjennomført i Glasgow i august. Dessverre ble mulighetene for gode resultater amputert av uhell og kramper underveis. Disse var tatt ut:

Susanne Andersen, Hitec Products – Birk Sport / Stavanger SK

Stine Borgli, CK Victoria

Emilie Moberg, Team Virtu Cycling / Halden CK

Line Gulliksen, Hitec Products – Birk Sport / Bærum OCK (+ tempo)

Det ble ingen store resultater hverken på fellesstart eller tempo. Etter uhell for både Stine og Emilie, samt at Line var i ulage, var det kun Susanne igjen til å forsvare Norges ære. For første gang fikk Susanne kramper i en avslutning og måtte slippe feltet. På tempoen hadde ikke Line dagen og ble nr. 33.

Ladies Tour of Norway

Ladies Tour var et ritt i kvinnes WorldTour i 2018 og hele verdenseliten var med 17.-19. august. Det norske landslaget besto av stort sett unge og fremadstormende jenter, bortsett fra Stine Borgli og Ingrid Moe, som hadde vært ute en vinternatt før. De øvrige fire rytterne var Birgitte Ravndal, Caroline Thorvik Olsen, Hedda Wallstrøm Johansen og Karina Birkenes. Hitec Products var selvsagt med, og laget besto av Emilie Moberg, Vita Heine, Thea Thorsen, Ingrid Lorvik, Susanne Andersen og Ingvild Gåskjenn. I tillegg kjørte Kathrine Aalerud for Team Virtu Cycling. Det unge landslaget gjorde sitt beste og ble en erfaring rikere. Beste landslagsrytter ble Stine Borgli på en 30.plass totalt. Beste norske kvinne sammenlagt var Susanne Andersen på 27. plass. Hun fikk også det beste



norske enkeltresultatet med en 11. plass på 3. etappe (nr. 12 på 2. etappe). Marianne Vos fra Nederland ble igjen best sammenlagt, og beste norske på landslaget var Stine Borgli på 30. plass.



Strålende kjøring av damene i Ardeche - Topp 10 på fem av syv etapper



Det var sterk kjøring av det norske damelandslaget under Tour Cycliste Féminin International de l'Ardèche i Frankrike 13.-18. september. Rittet besto av syv etapper, med ulik vanskelighetsgrad og



distanse. Totalt var det 26 lag bestående av ca. 140 ryttere fra 20 nasjoner med i etapperittet. Disse damene deltok i Ardeche:

Susanne Andersen (Stavanger SK/Team Hitec Products – Birk Sport)

Karina Birkenes (Bergen CK)

Stine Borgli (CK Victoria)

Vita Heine (Bergen CK/Team Hitec Products – Birk Sport)

Ingrid Lorvik (CK Victoria/Team Hitec Products - Birk Sport)

Katrine Aalerud (Vestby SK/Team Virtu Cycling Women)

Susanne Andersen fikk ut kjørestyrken sin på de to første korte og flate etappene, der hun ble nr. 4 på åpningsetappen og fikk siste pallplass på 2. etappe. På dag tre ble beste resultat en 19. plass til Katrine Aalerud, men hun tok det igjen på 4. etappe der hun ble nr. 7 over mål på Mont Serein. Hun satt for øvrig godt med på alle etappene, og tok også en 14. plass på 5. etappe. Det var ikke bare Susanne og Katrine som hevdet seg. Stine Borgli ble nr. 8 på 6. etappe og Ingrid Lorvik tok 7. plassen på siste etappe i rittet.

Sammenlagt ble Katrine Aalerud nr. 9, og Norge ble nr. 5 i nasjonskampen. Katarzyna Niewiadoma fra Polen ble vinner av etapperittet.

- Dette var en perfekt oppkjøring til VM og meget sterk kjøring av hele laget, sier en entusiastisk landslagsleder Carl Erik Pedersen.



Susanne Andersen med ungdomstrøya etter 2. etappe.



Susanne i fint driv på 2. etappe, der hun tok tredje plassen.

VM i Innsbruck

Vita Heine var eneste norske startende på dagens tempo for K Senior og fikk en tung dag i den 27,7 km lange tempoløypen. Heine endte opp på en 24. plass. Det ble trippel nederlandsk med Annemik Van Vleuten, Anna Van Der Breggen og Ellen Van Dijk på podiet.

På den 155,6 km lange fellesstarten kjørte Susanne Andersen, Stine Borgli, Vita Heine, Ingrid Lorvik og Katrine Aalerud. Det var en hard løype som inneholdt tøffe stigninger.

I starten av rittet var både Lorvik og Heine aktivt fremme og forsøkte å lage brudd. De var i brudd flere ganger, men ble hentet etter hvert. Kun noen kilometer før den store stigningen inn til Innsbruck kom havnet Aalerud og Lorvik i en velt. Begge kom seg opp til en av gruppene bak hovedfeltet, men grunnet velt valgte Aalerud å stå av rittet når de kom til den første langesonen. Hun ble kjørt på sykehus for en sjekk, men det avklart at det ikke var noen alvorlige skader.

Heine og Andersen ble tatt ut av rittet med 2 runder igjen, mens Lorvik og Borgli kjørte godt sammen i hovedfeltet. Borgli endte på en 29. plass og Lorvik ble nr. 43. Anna Van Der Breggen fra Nederland vant rittet foran Amanda Spratt fra Australia og Tatiana Guderzo fra Italia.



Landslag kvinner elite landevei 2019

Kvinner Elite klar for sesongens første landslagsoppgave

Det spanske etapperittet Setmana Valenciana gikk av stabelen i perioden 21.-24. februar og besto av 4 fellesstart etapper, hvorav etappe 1 og 3 som de tøffeste og da spesielt avslutningen på etappe 3 med en 4km lang stigning med 11,6 % i snitt.

Ingrid Moe, Ingrid Lorvik, og Vita Heine kjørte rittet i 2017 og var kjent med løypene. Katrine Aalerud var tilbake etter halebensbruddet i VM og Emilie Moberg tilbake etter en kraftig hjernerystelse høsten 2018.

Katrine Aalerud ble beste norske kvinne sammenlagt med en 12. plass, fulgt av Vita Heine på 21. plass. Stine Borgli ble nr. 9 på både etappe 1 og etappe 4. Katrine ble nr. 9 på 3. etappe. Jentene på laget var; Emilie Moberg, Stine Borgli, Ingrid Lorvik, Vita Heine, Ingrid Moe, Katrine Aalerud og Line Gulliksen.

Healthy Ageing Tour 12.-14. april

Kvinner elite kjørte etapperittet Healthy Ageing Tour i Nederland denne helgen. Susanne Andersen blir beste norske, akkurat utenfor topp 20 med en 21. plass i sammendraget. I løpet av rittet kjørte hun inn tre 6. plasser og kom på 5. plass i ungdomskonkurransen. For Hitec var det Julie Solvang som sikret seg den beste plassen i laget med en 58. plass i sammendraget. Emilie Moberg på Team Virtu ble til slutt 28. plass i sammendraget.

Mix landslag i Tour of Uppsala ble en suksess – Moberg med seier på 2. etappe

Første dag i UCI rittet Tour of Uppsala ble litt stang ut. Det var første UCI ritt for mange og Emilie Moberg kom rett fra treningsleir i høyden. Den første etappen 8. mai gikk med stor fart og det var stadige bruddforsøk. Siste brudd hadde dessverre ikke Norge noen ryttere fra mix landslaget med, og det ble mye jobbing for Emelie Røe Utvik og Emilie Moberg på å kjøre det inn, men det lyktes ikke. Heldigvis var det en annen norsk jente fra Hitec Products som lyktes bedre denne dagen. Vita Heine kom på podiet som nr. 3, etter knallhard jobbing på den 105 km lange etappen.

Dag to ble mye lik dag en, med stor fart fra start. Hedda fikk ett uhell og måtte stå av. Før vi var kommet oss på plass i servicekøen fikk Emilie en punktering, men fikk rask hjelp fra nøytral service og tapte ikke så mye tid. Emilie klarte å kjøre seg opp til utbrytergruppen og posisjonerte seg bra for en slutt spurt som hun løste på mesterlig vis og hun vant andreetappen.

På 3. etappe vant Vita Heine fra Hitec, og Emilie Moberg kom på 4. plass. Sammenlagt ble det seier til svenske Sara Mustonen, og beste norske kvinne ble Emilie Moberg på 11. plass.

Bergen CK tok på seg ansvaret for mix landslaget. Disse stilte på laget;

Emilie Moberg, Emelie Røe Utvik, Caroline Thorvik Olsen, Hedda Samsing, Emma Skjerstad og Ingrid Moe (skadet seg rett før rittet og stilte ikke til start).



Mix landslaget i Tour of Uppsala

Stine Borgli vant Vuelta a Burgos sammenlagt

Stine Borgli deltok med mix-landslag i det spanske etapperittet Vuelta a Burgos Femeninas 16.-19. mai, der hun vant rittet sammenlagt. Etter 2. plass på nest siste etappe, ledet hun i sammendraget foran Soroya Paladin fra Italia. På siste etappe ble Borgli nr. 6, og det holdt til seier i rittet foran Paladin og den spanske mesteren Mavi Garcia. Dette er første gang en kvinnelig norsk syklist har vunnet et internasjonalt etapperitt på tre år. Ingrid Lorvik gjorde også en meget god figur i Spania - hun ble nr. 5 sammenlagt.

Mix-laget i Spania besto av:

Stine Borgli, CK Victoria

Ingrid Lorvik, CK Victoria

Marie Flataas, CK Victoria

Emilie Moberg, Halden CK

Julie Meyer Solvang, Kristiansands CK

Birgitte Ravndal, Grimstad SK



Kjørte GP de Plumelec/La Classique Morbihan og Tour de Bretagne

Landslaget damer elite kjørte to ritt i starten av juni. Begge rittene gikk i Bretagne-området. I Grand Prix de Plumelec syklet damene to endagsritt (31. mai og 1. juni). Så gikk turen til Tour de Bretagne Feminine og etapperitt 5.-9. juni. Fire ryttere kjørte alle rittene, mens to ryttere ble byttet ut.

I La Classique Morbihan 31. mai gikk beste norske prestasjon til Stine Borgli på en 30. plass. Mie B. Ottestad ble nr. 69, Birgitte Ravndal nr. 72 og Thale Kielland Bjerk ble tatt ut på tidslimit. I GP de Plumelec 1. juni, var det nok en gang Stine Borgli som ble best sammenlagt med en 5. plass. Beste enkeltresultat (på etappe 5) var en 6. plass av Borgli.

Tour de Bretagne 5.-9. juni

Følgende syklist var tatt ut til løpet; Stine Borgli, Birgitte Ravndal, Line Marie Gulliksen, Julie Solvang, Ingrid Moe og Emilie Moberg.

Stine Borgli ble igjen beste rytter på laget med en 12. plass sammenlagt etter fem etapper i Frankrike. Hun fikk også beste enkeltresultat med 6. plass på siste etappe, og vant klatretrøya sammenlagt. I sammendraget tok Emilie en 25. plass, Julie Solvang 27. plass, Birgitte Ravndal nr. 47 og Line Marie Gulliksen nr. 52. Emilie fikk en 10. plass som beste på etappene.

European Games i Minsk 22. juni

Disse kvinnene forsvarte de norske fargene under European Games 2019 på landevei:

Emilie Moberg, Halden CK/Team Virtu Cycling Women

Susanne Andersen, Stavanger SK/Team Sunweb



European Games er den europeiske motsatsen til det mer kjente Commonwealth Games, Asian Games og Pan American Games. Det er de europeiske olympiske komitéene som står bak mesterskapet i Minsk, og det må ikke forveksles med Europamesterskapet til UEC som går av stabelen i nederlandske Alkmaar i begynnelsen av august.



Jentene syklet 8 runder á 15 km, totalt 120km 22. juni. Susanne tok en akseptabel 6. plass på fellesstarten. Vinner ble hollandske Lorena Wiebes. Emilie ble nr. 50.

Vi hadde kun 2 ryttere til start i både herre- og kvinneklassen på landevei, så det var litt vanskelig for å kontrollere rittet, men vi benyttet oss av at andre nasjoner tok større ansvar.



4. plass til Vita Heine under EM Tempo 8. august



Vita Heine syklet EM Tempo i Alkmaar, Nederland. Det var kun Heine som var på start fra det norske landslaget. Heine startet som nr. 13 av 31 deltakere under tempoen for kvinner senior. Løypen som skulle sykles var 22,1 km og Heine fikk en god start i den flate løypen i Alkmaar. Etter mellomtiden etter 11 km tok Heine ledelsen. Det var svært gode ryttere som ikke klarte å måle seg med mellomtiden til Heine og inn til mål tok Heine en foreløpig andreplass på tiden 29.01, kun 2 sekunder bak lederen Lucinda Brand fra Nederland. Inn mot mål kom de store favorittene i høy fart og Lisa Klei fra Tyskland gikk inn til en ledelse. Sist startende og forhåndsfavoritt Ellen Van Dijk fra Nederland gikk inn til en klar seier på tiden 28.07, kun 54 sekunder foran Heine. Dermed falt Heine ned på den sure 4 plassen, kun 1 sekund bak bronsemedaljen.

Ingvild Gåskjenn inn til 6. plass i U23 EM 12. august

Under dagens fellesstart for Kvinner U23 under Europamesterskapet i landeveissykling i Alkmaar var det et sterkt norsk lag som stod på startstreken.

Det norske laget bestod av: Thale K Bjerk (Bærum OCK/ Hitec Products – Birk Sport), Ingvild Gåskjenn (Horten og Omegn's CK/ Hitec Products – Birk Sport), Pernille L Feldmann (Stavanger SK/ Hitec Products – Birk Sport) og Amalie Lutro (Stavanger SK/ Hitec Products – Birk Sport). Løypen gikk i en runde på 11,5 km og de skulle sykles 8 runder i den krevende løypen. Regnet hadde avtatt, men veien var fortsatt våt og glatt. Det ble kjørt hardt, men det ble ikke de store utskillelsene før sent i rittet. Inn på den siste runden hadde Norge fortsatt Gåskjenn, Feldmann og Lutro med i hovedfeltet. Inn på det siste brosteinspartiet satt Frankrike sitt lag opp farten og det var kun Gåskjenn og Lutro som hang med det stadig minkende feltet. Inn på den siste kilometeren



kjørte Italia opp farten og Gåskjenn kjempet hardt for å komme i en god posisjon før oppløpet. Italia sin taktikk lyktes og Letizia Paternoster fra Italia vant foran Marta Lach fra Polen og Lonneke Uneken fra Nederland. Gåskjenn gikk i mål til en fantastisk 6 plass. Lutro kom inn til en flott 25 plass. Feldmann kom i mål på en 44 plass og Bjerk stod av rittet.



Ingvild Gåskjenn

Susanne Andersen nr. 8 i EM Fellesstart

Under dagens fellesstart for Kvinner Elite under Europamesterskapet i landeveissykling i Almaar var det et svært spent norsk lag som stod på startstreken lørdag morgen. Laget bestod av: Emilie Moberg (Halden CK/ Team Virtu Cycling Women), Susanne Andersen (Stavanger SK/ Team Sunweb), Julie Solvang (Kristiansands CK/ Hitec Products – Birk Sport) og Birgitte Ravndal (Grimstad SK). Kvinnene skulle ut på 10 runder i en 11,5km lang løype som var svært teknisk. Solen tittet etter hvert frem, men det var svært mye vind. Vinden satte sitt preg på løpet med hard kjøring i sidevinden og mye bevegelse i feltet. Etter start sprakk hovedfeltet opp og Solvang og Ravndal havnet i gruppe nr. 3. Moberg havnet i gruppe nr. 2 og Andersen var med helt i fremste gruppe. Det ble klart at gruppe nr. 3 ikke ville klare å hente de andre gruppene. Da det var 85 km til mål, hadde Moberg et stygt fall inn i gjerdet på siden av veien. Hun satt som nr. 3 i feltet, men ble låst bak to italienere og kjørte dermed rett i gjerdet. Hun måtte stå av rittet etter frykt for brukket håndledd, men undersøkelser på sykehuset viste ingen brudd, kun forslått. Etter hvert ble det fremste feltet større og ved 76 km til mål gikk tre ryttere fra feltet. Bruddet bestod av Amy Pieters fra Nederland, Elena Cecchini fra Italia og Lisa Klein fra Tyskland. Trioen representerte alle de store sykkelnasjonene og dermed stoppet det litt opp i hovedfeltet og de fikk raskt en ledelse på 2 minutter. Etter hvert klarte ikke hovedfeltet å hente de og inn mot mål hadde de fortsatt en ledelse på over et minutt. Klein ledet gruppen inn mot mål, men her gikk Pieters til og spurtet inn til seier



foran Cecchini og Klein. I gruppen bak kom Andersen og gode en flott spurt og havnet dermed på en 8. plass.



Moberg og Andersen før start på EM fellesstart.

Landslaget til World Tour ritt i Sverige

World Tour rittet "Postnord UCI WWT Vårgårda" gikk av stabelen i Sverige 18. august, og Norge stilte med et sterkt lag på startstreken. Løypa var i år tøffere enn tidligere, med mer bakker og flere grus strekk, noe som passet laget godt. Kvinner Elite landslaget besto av følgende ryttere:

Vita Heine, Fana IL Sykkel
Birgitte Ravndal, Grimstad SK
Mie B. Ottestad, Asker CK
Ingvild Gåskjenn, Horten OC
Thale Kielland Bjerk, Bærum OCK
Vibeke Lystad, Grimstad SK

Landslaget kjempet i den tøffe løypa, og bare to jenter kom i mål. Vita Heine imponerte med en 17. plass. Vibeke Lystad ble til slutt nr. 58. Beste norske resultat i rittet sto Stine Borgli for, med en 9. plass for FDJ Nouvelle Aquitaine Futuroscope.



Ladies Tour 22.-25. august

Den nederlandske syklisten Marianne Vos tok sin tredje seier sammenlagt i Ladies Tour of Norway, dette året for CCC-Liv Team. Beste norske deltaker ble Susanne Andersen fra Team Sunweb. Ekstra gøy var det at Emilie Moberg vant den grønne poengtrøya for Team Virtu i årets utgave.

Susanne Andersen fikk også det beste norske enkeltresultatet med en 6. plass på 1. etappen, som gikk over 128 km fra Åsgårdstrand til Horten. Vita Heine ble nr. 10 og Stine Borgli nr. 11 på 3. etappe. Team Sunweb ble beste lag sammenlagt.

NCF stilte med et ungt landslag, bestående av; Marine Fon, Vibeke Lystad, Emelie Røe Utvik, Mie Bjørndal Ottestad. Birgitte Ravndal og Hedda S. Samsing. Beste sammenlagtrytter her ble Vibeke Lystad på en 47. plass.



Tre damer topp 10 i Belgia

Det var sterk kjøring av elitelandslaget damer i Lotto Belgium Tour 10.-13. september. På tredje etappe ble det nesten etappeseier til Susanne Andersen, men hun måtte ta til takke med 2. plass etter amerikanske Coryn Rivera. Både Susanne og Emilie Moberg satt med når spurten gikk, men med drøye 25 ryttere som sloss om å komme først over målstreken blir det trangt om saligheta. Det ble allikevel en veldig god plassering for både Susanne og Emilie, med 2. og 4. plass.

Sammenlagtresultatet ble en 8. plass til Susanne Andersen, 9. plass til Emilie Moberg og 10. plass til Stine Borgli. Dette er mer enn godkjent, og lover godt for VM om en drøy uke.

Det ble også en haug med topp 10 plasseringer på etappene:
Prolog - Emilie Moberg nr. 10



- 2. etappe - Susanne nr. 7 og Stine Borgli nr. 8
- 3. etappe - Susanne nr. 2 og Emilie nr. 4
- 4. etappe - Stine nr. 6 og Emilie nr. 9



Damene i Lotto Belgium Tour

Vita Heine beste norske i VM Tempo (22.-27. september)





Det var i dag duket for VM tempo for K Elite. Løypen var på 30,3 km og hadde start i Ripon og målgang i Harrogate. Løypen var teknisk krevende med tøffe stigninger, tekniske utforkjøringer og smale veier. Norge hadde to ryttere på start, Katrine Aalerud, Vestby SK/Team Virtu Cycling Women og Vita Heine, Fana IL Sykkel/Hitec Products – Birk Sport. Da M U23 kjørt tidligere på dagen var det svært mye nedbør flere steder, med store vanddannelser i løypen. Heldigvis letnet det og nedbøren avtok litt utover dagen da K Elite skulle starte. Aalerud var første norske ut fra start og fikk en god start, men fikk ikke tryggheten og rytmen i løypen, med de krevende forholdene. Aalerud kom i mål og endte til slutt på en 31. plass, 6 min bak vinneren. Heine startet godt, men fikk det tungt i den krevende løypen. Hun endte til slutt på en 21. plass, 4.57 bak vinneren. Seieren gikk til Dygert fra USA, Van der Breggen fikk sølv, og Van Vleuten tok siste pallplass.

Ikke helt dagen for de norske damene i VM fellesstart



Susanne Andersen ble beste norske på en 29. plass på fellesstarten, men vi satt med 3 ryttere i hovedfeltet inn til rundene.

Løypen var på 149,4km og gikk fra Bradford til Harrogate. Løypen var svært kupert, men en hard stigning etter ca. 44 km. Rittet ble avsluttet med 3 runder i rundløypen i Harrogate. Norge hadde følgende på start: Susanne Andersen, Stavanger SK / Team Sunweb, Stine Borgli, CK Victoria / FDJ Nouvelle Aquitaine Futuroscope, Vita Heine, Fana IL Sykkel / Hitec Products – Birk Sport, Ingvald Gåskjenn, Horten OCK / Hitec Products – Birk Sport og Katrine Aalerud, Vestby SK / Team Virtu Cycling Women. Det ble et hardkjør i starten og så ble det satt hard fart i bakken etter 44 km. Hovedfeltet ble delt opp i flere mindre grupper. Gåskjenn hadde ikke dagen og stod av rittet. Borgli fikk mekaniske problemer og måtte over på reservesykkelen. Hun klarte ikke å ta igjen hovedfeltet som holdt en svært høy fart. Van Vleuten fra Nederland satt her en svært høy fart og gikk på et solo brudd. Bak jaget en gruppe på 6 ryttere. I hovedfeltet satt Andersen, Aalerud og Heine. På nest



siste runde fikk Heine mekaniske problemer og falt av hovedfeltet. Aalerud ofret seg for Andersen, men de klarte ikke å ta igjen de 3 enslige solobruddene som var foran. I spurten om fjerdeplassen fikk Andersen kramper og fikk ikke ut sitt potensiale, hun endte på en 29. plass. Aalerud kom inn på 40. plass og Heine ble nr. 51.

Gullet gikk til van Vleuten fra Nederland, sølv til van der Breggen fra Nederland og bronzen gikk til Spratt fra Australia.

Det må til slutt nevnes at Vita Heine hadde en super sesong for Hitec denne sesongen. Hun startet med å vinne 3. etappe i Lotto Thüringen Ladies Tour i Tyskland 30. mai. Dessverre veltet hun på 4. etappe, men kjørte allikevel etappen ferdig i de neste 80 kilometrene til mål med brukket finger.



Vita i Lotto Thüringen Ladies Tour

Helgen 12.-14. juli gikk UCI etapperittet Tour de Feminin av stabelen i Tsjekkia, med ca. 150 deltakere. Her vant Vita tredje etappe (tempo) og ble nr. 5 på siste etappe. Det holdt til sammenlagtseier i etapperittet. Det nevnes at Ingvild Gåskjenn også var sterk i dette løpet, med en 5. plass på 2. etappe og en 4. plass på 4. etappe, samt en 7. plass sammenlagt. Laget i Tsjekkia besto av foruten Vita Heine og Ingvild Gåskjenn, Marta Tagliaferro, Ingrid Lorvik, Thale Kielland Bjerk og Amalie Lutro.

I sesongoppkjøringen til VM deltok Vita også i Chrono Champenois UCI 1.1. temporitt 8. september i Frankrike, der hun vant med 4 sekunder til tyske Mieke Kruger. Marlen Reusser fra Sveits ble nr. 3, 27 sekunder etter Vita.



Vita Heine (til høyre) og Katrine Aalerud i VM.



Landslag Terreng 2018



Sesongen 2018 ble en formidabel sesong og en videreføring og en solid utvikling fra 2017. Kort oppsummert oppnådde vi to mesterskapsmedaljer, med gull til Gunn-Rita Dahle Flesjå i EM maraton og bronse til Mille Johnset i utfor VM. Videre VC sammenlagtseier til Petter Fagerhaug, og beste nasjon ved tre VC ritt. VM maraton ble også et gjennombrudd for de norske fargene på herresiden. De historiske gode prestasjonene ble levert av Ole Hem som kjørte inn til 10. plass og Petter Fagerhaug endte opp med 18. plass. Gunn-Rita leverte igjen en sterk prestasjon med sin 4. plass.

En legende takker også av denne sesongen, en eventyrlig karriere er nå kommet til en ende. Gunn-Rita Dahle Flesjå gir seg på topp. Sesongen 2018 bevitner dette med gull i EM maraton og sin 30 VC seier i Andorra i juli. Hun var også med i medaljekampen i Europeiske leker, men et kjedebrudd ødela den muligheten. Gunn-Rita og Kenneth Flesjå har bidratt inn mot landslaget de siste årene og har hatt et brennende engasjement for å bidra til nye norske topputøvere. Når de nå legger opp passer det godt med at to av våre ryttere nå går inn i den profesjonelle verden kommende sesong.

VC Stellenbosch (11. mars)

Vi reiste med store forhåpninger om solide prestasjoner, da utøverne som reiste ned har hatt en solid treningsvinter. Det er allikevel ikke alltid forhåpninger slår ut i resultater. Det gjorde det til fulle med Petter Fagerhaug i spissen.

Petter Fagerhaug var fra start med i en liten gruppe på 5 stykker som fort ble etablert. Disse lå og knivet i 3 runder, da takket Petter for seg og reiste i fra uten å snu seg noe mer. Han vant med over 1 minutt og nesten 2 minutter ned til 3. mann. Martin Siggerud gjennomførte også et meget sterkt ritt. Han klatret hele veien og hadde to kruttsterke siste runder, med nest beste rundetid på siste, med bare vår Petter som raskere. En solid 7. plass og beste 98 årgang rytter. Erik hadde veldig lik utvikling av sitt ritt og endte til slutt på en 14. plass. Norge ble klart beste nasjon, en posisjon vi ønsker å forsvare. Vi har nå to mann på første rekke i VC i Albstadt og en mann på 2. rekke. Det er viktig for å komme godt i gang i terrengsykkel ritt.

Gunn-Rita Dahle Flesjå kjørte også her nede, men representerte her sitt lag, Team Merida Gunn-Rita. Hun kom greit ut og lå i 10-11 posisjon med relativt kort vei framover. Rittet ble dessverre



sterkt preget av punktering som ødela muligheten for et godt resultat. Gunn-Rita kommer sterkt tilbake og har 4 mesterskap foran seg denne sesongen, hvor vi vet at Gunn Rita er kapabel til sterke prestasjoner. Fjorårets to medaljer i mesterskap viser at hun er med der framme.

HC ritt Nalles (15. april)

Vi stilte med tre utøvere i Italienske Nals i helgen. Petter Fagerhaug, Erik Hægstad og Martin Siggerud skulle teste seg mot den ypperste eliten med noen få som manglet.

- Våre utøvere hevder seg helt i toppen i U23, men har godt av å komme litt utav komfortsonen for å utvikle seg videre. Løypa var krevende fysisk og passet guttene godt. Startloopen var en bakke på 150 høydemeter på ca. 1 1/2 km. Det ble satt fullt trøkk og gutta var samlet rundt 20 på toppen. Erik Hægstad punkterte ned første utforkjøring og fikk aldri vist hva det bor i han. Han kjempet imidlertid godt, klatret framover i feltet og endte som 49 av 120 startende. Martin og Erik lå så og si sammen de første to rundene. Martin kjente startfarten og slet de siste 4 rundene, men holdt seg noenlunde i posisjon og ble til slutt 32, 6. beste U23 rytter, rett bak fjorårets vinner av verdenscupen. Petter kviknet til siste to rundene og ble 21. Sterkt i et solid felt. Han hadde en litt tung dag, men viser stayerevne og presterer meget godt på en ikke 100% dag.

Gunn-Rita Dahle Flesjå syklet rittet for sitt eget lag, og klinte til med en pallplass i søndagens ritt. Gunn-Rita syklet et uhyre sterkt ritt med sin 3. plass i et nesten toppet elitefelt, sett i lys av litt luftveisplager den siste tiden.

EM Maraton (22. april)

Årets EM Maraton gikk i år i Italienske Spilimbergo, 1 times kjøring nord for Venezia. Et fantastisk område for terrengsykling, med høye fjell og fine flytstier på flatene. Et meget godt egnet sted for treningsleiere.

Vi kom direkte fra et HC ritt i Nals hvor Gunn-Rita kjørte inn til en 3. plass med meget god deltakelse. Det var derfor gode forhåpninger om et sterkt ritt i EM, dog hadde helsa vært skrall tett inn på Nals, så en viss usikkerhet var det.

Løypa som skulle kjøres var svært krevende og gikk over 104 km i terreng. Den inneholdt det meste av utfordringer og hadde 3250 høydemeter som skulle overvinnes. Den som skulle vinne her måtte være en komplett terrengsyklist og mestre det meste. Alt fra flate partier med høy fart, teknisk krevende utforkjøringer (den lengste tok 25 minutter), bratte tekniske kneiker for å nevne noe. Vi vet at Gunn-Rita kan prestere på alle disse parameterne og vi var svært spente på om hun kunne klare å vinne sin 20. gullmedalje i mesterskap.

Undertegnede ville ofre sveisen om det ble seier, og det altså en realitet. For å få til en slik prestasjon som Gunn-Rita gjorde i helgen er det få som skjønner alt som ligger bak en slik ytelse. En skamklipt landslagssjef har lært mye i uken inn mot dette rittet. Forskjellen fra et rundbaneritt er stor for oss i støtteapparatet. For det første går rittet over mye lengre tid, her over 5 timer. Informasjonen underveis er sparsommelig, og det er nerve hele veien. Vi må hele tiden ligge i forkant på alle de 7 langestasjonene. Vi var nær ved å misse den andre langingen og det kunne blitt skjebnesvangert, da temperaturen var høy, og tilstrekkelig energi- og væskeinntak er svært avgjørende i et så langt og krevende ritt. Undertegnede sto alene i sone med ansvar for det tekniske om noe skulle skje, og med ti tommeltotter har jeg sjelden vært så langt utenfor komfortsonen. På toppen av det hele kom Gunn-Rita sammen med Maja Moskowskaja, som til slutt ble nummer 2. Hadde det vært hjulbytte der, kunne hele rittet vært avgjort i vår disfavør. Det skjedde heldigvis ikke. Det gjenstod imidlertid 20 km med en tøff stigning igjen og rittet var på ingen måte over.

Ved målgang tikket minuttene i sneglefart og vi ante ingenting om utfallet. Her forteller Gunn-Rita hvordan slutten var: "Jeg fikk noen metere opp en grasstigning da vi hadde bare 4-500 meter igjen til mål. Det var gnisten som trengtes for å få til en rå spurt med de siste dråpene av krefter som var igjen etter noen intense timer på sykkelen". Det var et stort øyeblikk for oss alle.



Det er tidlig i sesongen og vi har allerede dratt i land den første mesterskapsmedaljen, og i gull. Det er enda tre mesterskap igjen og vi håper og tror det kan komme mer.

Vi ønsker også til slutt å trekke fram Ole Hem, som reiste ned på egenhånd med støtte fra oss under rittet. Han leverte en meget imponerende 19. plass. Det var svært gledelig, og vi gleder oss til fortsettelsen.



VC Albstadt (20.-21. mai)

Dette ble ingen «høydare» for de norske. Erik ryker kjedet på første runde og står av. Martin får en god start, men labba er ikke 100 og det blir en tung dag på sykkelen. Petter leverer solid og blir 4. Han beholder da ledelsen i WC sammenlagt. Gunn-Rita Dahle har heller ingen god dag og ender som nr. 14.

VC Nove Mesto (27.-28. mai)

Petter fortsetter å være i toppen og økte ledelsen i verdenscupen igjen denne helgen. Han leder nå med 53 poeng og er den mest stabile rytteren i VC'en så langt. Det var en relativt tung dag, men med en stålvilje sikret han 4. plass etter å ha vært på retur en periode.

Tobias ble nest beste norske. Imponerende etter sykdom og minimalt med trening. Han viser med 30. plass at det bor mye i han. Martin sliter seg gjennom til en 48. plass. Erik er uheldig og punkterer på startloopen og er 1 min bak siste mann ved teknisk sone. Han viser tål og kjemper seg igjennom til en 60. plass til slutt. To fryktelige helger for Erik, men han kommer sterkt tilbake!

Gunn-Rita kjemper seg inn til en 6. plass og viser at det kan bli spennende de neste helgene.

VC Val Di Sole (8. juli)

Vi reiste til Val Di Sole med gode forventninger, men i dette gamet er det ikke bare å hente resultater. Mye kan skje og man må være skjerpet.



Det ble kjapt klart for oss at våre forventninger kunne innfris. Petter tok tidlig kommandoen og bidro sterkt til at en gruppe på fem mann ble etablert. Han stresset gruppa utfor og skapte luke i utforkjøringene. Ut på 2.-3. runde klemte han på i et tyngre parti og reiste gradvis fra og tok seieren. Martin, Tobias og Erik kom godt ut, men Erik Hægstad hadde to ulykksalige fall og fikk aldri vist hva som bor i han og ble 34. Han er sterk og har gode erfaringer fra Andorra så vi håper han klinker til der. Martin Siggerud og Tobias Johannessen kommer etter hvert i sammen etter å ha klatret oppover i feltet og ender opp i spurttoppgjør med to andre. Martin trekker det lengste strået og blir 7, mens Tobias blir 10.

Gunn-Rita Dahle Flesjå starter meget sterkt og er først inn i den første lange bakken. Det blir raskt etablert en gruppe på fem ryttere som skal avgjøre rittet. Det blir rykk og napp og Gunn-Rita kjører rutinert og sterkt hele rittet. Hun oppnår med 5. plass sin smått utrolige 70. podiumsplassering. Hva skal man si.... utrolig!

Petter øker med dette ledelsen i verdenscupen og har en solid ledelse før neste helg i Andorra!

VC Andorra (15. juli)

Gunn-Rita Dahle Flesjå er tøffere enn de aller fleste. I Andorra tok hun sin trettiende seier i World Cup sammenheng, denne gang i Vallnord i Andorra. Den 45-årige terrengsyklisten slo regjerende verdensmester Jolanda Neff med 25 sekunder. Til informasjon er sveitsiske Neff regjerende verdensmester og tyve år yngre enn vår "Jern-Gunda". På siste pallplass kom kanadiske Emily Batty (30). Gunn-Rita er allerede en levende legende i terrengsykkelsporten med sine 23 gullmedaljer i OL, VM og EM.

For U23 gutta våre endte rittet med god laginnsats og alle topp 30. Erik Hægstad revansjerte seg etter knall og fall i Val Di Sole og ble vår beste mann som nr. 7. Petter ble 10, Tobias Johannessen 21 og Martin Siggerud 30.

EM Graz, junior og U23 (26.-29. juli)

Vi gikk inn i EM med store forhåpninger, men leverte ikke opp mot vårt beste. Vår beste ble Petter Fagerhaug ned 7. plass. Martin ble 22. Erik startet greit, men kokte etter hvert i heten her og ble 45. Tobias kom dessverre aldri inn i matchen, da veksleren sviktet.

Jørgen Anmarkrud kjørte inn til en 18. plass, etter en solid start. Han falt bakover, men knallet til bra på siste to rundene. Dette viser at man hele tiden må jobbe for å være med i toppen. Ingenting kommer av seg selv.

EM Glasgow elite (7. august)

I Andorra viste Gunn-Rita Dahle Flesjå at hun fremdeles er den sterkeste terrengsyklisten i verden. Forhåpningene var store, og Gunn-Rita tok kommandoen tidlig i rittet og lå i en tre rytters gruppe. Hun angrep flere ganger og var sprek. Ut på 3. runde ryker kjedet og dermed medaljen, sabla bittert når hun var i stand til å kjempe om gullet.

VC LA Bresse (26. august)

Det var med stor spenning vi reiste til verdenscupfinalen i franske La Bresse. VM nærmer seg med stormskritt og vi har levert godt stort sett fra starten i Stellenbosch, som beste nasjon og verdenscupseier nr. 1 til Petter. Videre har Gunn-Rita en europamester tittel og verdenscupseier så langt. Spenningen dreide seg om to ting: Hvordan formen var inn mot VM og ikke minst om Petter skulle klare å kjøre seg inn til verdenscupseier sammenlagt.

På første gjennomkjøring var det smil fra øre til øre på utøverne. De likte løypa svært godt og følte seg i meget god form. Vi fikk raskt svar på dette når rittet var i gang. Petter tar kommandoen fra start og har 15 sekunders ledelse allerede før halvkjørt ritt, men skyller litt kaldt vann i årene våre når han punkterer rett før teknisk sone. Han er rolig som skjæra på tunet, Sam skifter meget raskt hjul og han hopper inn som 6. mann med 15 sek opp til tet. Foran han ligger Tobias Johannessen og

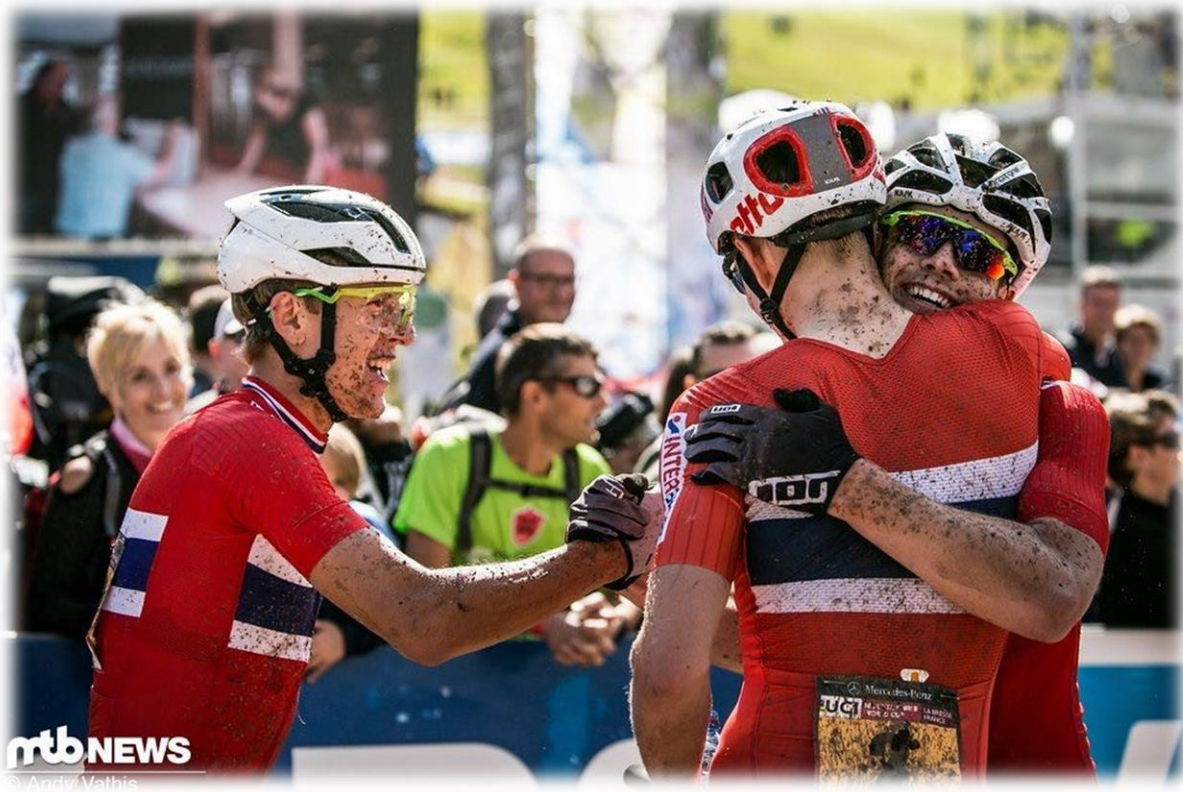


Martin Siggerud som har fått en knallstart og er med i matchen. Erik halser langt etter på ca. 37. plass med 1.20 min opp til tet. Det tar lang tid før han virkelig får slippe løs sine kjempekrefter og kjører fantastisk de siste 3 rundene. Han var tydeligvis i form og i stand til å kjempe helt i toppen, men alt må klaffe også i starten. Erik kjører inn til en solid 12. plass som kunne blitt så mye mer, men han viser at han er meget sterk om dagen.



Petter kommer seg i gang og etter siste halvdel av første runde er han igjen i tet. Han mater i filler teten og opparbeider seg en solid ledelse som holder seg helt til mål. Et mesterlig ritt som viser at gutten takler press og begynner å bli tørr bak øra. Bak ligger Martin og Tobias og kjemper om en 6. plass og har los på 3. plass. Tobias klinker til og moser gruppen han ligger i og er på nærmeste 2 sekunder opp til 3. plass, men går på snørre og kommer seg aldri opp dit, men leverer et klasseritt. Martin er den nest sterkeste i gruppa og kjører inn til en glimrende 6. plass

Så vi fikk noen gode svar på det vi ønsket og må holde fokus inn mot det kommende VM. Det var stor opplevelse for oss alle. Jeg vil takke laget, først og fremst utøverne, men også øvrig støtteapparat som gir alt hele tiden.





VM Lenzerheide (5.-9. september)

Vi reiste til årets VM i Lenzerheide med mange svært gode prestasjoner i bagasjen. Fire verdenscupseire, en europamester og beste nasjon i flere av årets verdenscuper. Det var derfor store forventninger i troppen. Fokuset lå imidlertid som vanlig på så gode forberedelser som mulig.

Først ut av våre utøvere var Jørgen Anmarkrud i M-junior. Jørgen har hatt en tøff vinter med kneoperasjon. Han kom sent i gang med sesongen, men har vist at han holder høyt nivå. Han stod med en dårlig startposisjon og slet første runden med å komme seg fra. Etter en runde passerte han som nr. 49. Han kjempet imidlertid svært hardt og kjørte seg opp til 18. plass. En meget god prestasjon.

Våre U23 gutter har vist i år at de hører til det absolutte øverste sjiktet i sin klasse. Petter som vinner av årets verdenscup og tre enkeltseire. Petter kommer godt ut, men blir litt passiv. Han blir liggende i en tetgruppe på 4-8 mann, men er litt for sløv i avgjørende deler av rittet og en duo stikker av gårde, uten at han får kommet seg opp for å jage. Han følte seg sterk, men var skuffet over taktiske vurderinger. Han kjører inn til en 4. plass, det beste resultatet for han i mesterskap, og leverer som vanlig i denne sesongen ritt helt i verdensklasse. Martin Siggerud, kjører et jevnt godt ritt og blir 15. Erik Hægstad og Martin ligger lenge sammen, men Erik må etter hvert slippe og blir 19. Begge følte at de fikk ut det de er gode for i rittet.

Vår yngstemann og første års U23 rytter klemmer til fra start og får tidlig kjenne på at han ikke er på sitt sterkeste denne dagen. Den knallharde starten sitter i kroppen resten av rittet, og han blir nr. 40.



Sist ut av våre rundbanesyklister er Gunn-Rita Dahle Flesjå. Hun slet inn mot mesterskapet med luftveier og to brukne ribben. Langt fra optimalt inn mot et mesterskap. Hun kjemper iherdig som vanlig og ligger halvveis i rittet og kjemper om en topp 3 plassering. Hun sigrer etter hvert litt bakover i feltet, men sikrer en god plassering med sin 9. plass.



Norge stilte med to utforsyklister i VM. Mille Johnset i junior og Brage Vestavik i eliteklassen. Mille har flere topp plasseringer i årets verdenscup og leverte årsbeste med sin 3. plass. Dette var norsk sykkel sports første medalje i VM utfor noensinne. Brage kvalifiserte seg til finalen og leverte årsbeste med sin 59. plass.

VM maraton (16. september)

Dette ble et meget godt VM for oss. Historisk beste notering på herresiden, med Ole Hem sin 10. plass og Petters 18. plass. Plasseringen bidro til proffkontrakt for Ole Hem i det italienske profflaget Willier. Gunn-Rita avsluttet sin karriere på topp nivå med en 4. plass. Et verdig punktum på en ubeskrivelig karriere.



Fra v. Petter Fagerhaug, Gunn-Rita Dahle Flesjå og Ole Hem.

Landslag Terreng 2019

Det ble en innholdsrik sesong med mange sterke prestasjoner i den ypperste verdenseliten i forskjellige klasser. Kort sagt sitter vi igjen med et gjennombrudd med Erik Hægstad i elite klassen. Beste første års elite rytter og flere topp 10 plasseringer i VC. Bronse medaljen til Helene Marie Fossesholm og sølvet til utforsyklisten Mille Johnset i VM var også noe av høydepunktene i årets sesong. Videre en rekke topp ti resultater i VC for U23.

Et skår i gleden med årets sesong er Petter Fagerhaugs (vinner av VC sammenlagt i 2018) langtidssykdom, videre Tobias Johannessens kneskade. De kjemper på videre og de kommer tilbake i kommende sesong.

Her kommer en rapport basert på rapporter fra hvert enkelt ritt.

HC ritt i østerrikske Haiming



Helgen i Haiming vitner om at vi er godt i rute til sesongen. Juniorene leverte meget godt. Ole Sigurd Rekdahl ble 5 og Emil Ravnåsen Vangen 6. Emil var skikkelig nedpå med kom seg til mål, om enn litt forslått.

I U23 ble Tobias Johannessen vår beste med 6.plass. Martin Siggerud og Tobias Johannessen lå i tet et par runder før Martin hadde en kraftig velt og ble liggende for å summe seg litt. Det tok et par runder før han var seg selv igjen, men kjørte inn til 8.plass. Tobias Johannessen kjempet lenge om seieren, men "rattrusten" preget rittet hans. Løypa krevde en finslepen teknikk, noe Tobias ligger litt bak skjema i forhold til grunnet kneskade i vinter og lite tid på terrengsykkelen. Den fysiske formen er det imidlertid lite å utsette på. Anders Johannessen ble 15. Han punkterte på 1 runde og tapte en del på det, men er godt i slaget etter litt sykdom for et par uker siden. Jørgen Anmarkrud, vår første-års U 23 rytter, debuterte med en god 18.plass.

Erik Hægstad stilte i eliteklassen i et meget sterkt felt. Han lå rundt 20 med kontakt opp mot 15, en punktering ødela for den muligheten og han ble 25.

HC ritt italienske Nals

Juniorene leverte i helgen. Helene Marie Fossesholm ble 2. Junior jenter og Ole Sigurd Rekdahl ble 3 i gutteklassen. Emil leverte også godt med sin 16.plass. Det er godt å se at det er sterke juniorer på gang etter våre uhyre sterke U23 ryttere.

Seniorene satt veldig farge på rittet fra start. Petter Fagerhaug ledet etter 2 runder og Erik var også langt oppe blant de 10-15. Etter hvert seg de litt bakover, mens Anders Johannessen knep plasser hele veien. Petter ble 14, Erik 26 og Anders 28 i et kruttsterkt elitefelt. Dessverre måtte Tobias og Martin se rittet fra sidelinjen, grunnet skade og litt småsykdom. De kommer sterkere tilbake.

VC i tyske Albstadt

Det ble en dag under hva vi trodde på forhånd i dag, men gutta jobber så godt de er mann om. Petter er med framme en god stund, men må etter hvert slippe gruppen som kjemper om seier. Han har 8 innen rekkevidde, men er ikke sterk nok i dag og blir 15. Løypa her er ikke optimal for Petters styrker, men formen er ikke helt der i dag og da blir det tøft å være med å kjempe i toppen. Martin starter fornuftig fra 2. rekke som var planen, men kjenner at han ikke er helt i støtet og må safe igjennom til 35.plass. Anders starter i 7 rekke og kjemper seg oppover hele veien og ender som 30 mann. Et godt gjennomført ritt av Anders

VC i tsjekkiske Nove Mesto

Det ble en god dag for noen og en mindre god for andre i gårsdagens VC i Nove Mesto.

I menn U 23 leverte Petter et godt løp ut ifra forutsetningene den siste tiden. Han har vært litt overbelastet, men viser at han er god på å forvalte det han har inne på en god måte. Knut Røhme kjører et meget sterkt ritt og kommer inn til 26.plass. Anders har en forferdelig dag, uvisst av hvilken grunn etter god kjøring forrige helg i Albstadt. Jørgen får en dårlig start og kommer aldri inn i rittet, men får med seg god erfaring. Martin Siggerud kommer aldri til start grunnet sykdom.

I junior dame klassen kjører Helene et meget godt ritt. Hun ligger i tet etter startloop og reiser bare i fra ut på 1.ordinære runde og ender først i mål med 1 minutt og 38 sekunders margin.

I m junior leverer Ole Sigurd et meget sterkt igjen og blir 13. Emil er seig i dag og ender som 42.

VC i andorranske Vallnord

Det ble en middelmådig norsk helt i Andorra. Martin Siggerud, Anders Johannessen og Knut Røhme stilte i U23. Her ble Anders 14. og leverte et meget godt ritt. Martin kjører bedre enn noen gang i høyden og ble 21. Knut fikk en blytung dag, sterkt plaget av allergi.

Erik Hægstad debuterte i menn elite og kjørte seg sterkt oppover i feltet, men måtte sakke av litt på grunn av en **rygg** som slo seg vrang. Erik har normalt kjørt meget sterkt i høyden, med topp 7 i U 23 i fjor. Han ble til slutt nr, 60 i dag etter å ha kjempet opp mot 30 før ryggen tok kvelden.



VC i franske Les Gets

God kjøring av landslaget i dag. U 23 gutta startet dagen med Anders Johannessen som vår beste på 11.plass. Martin Siggerud hadde en forrykende avslutning siste to rundene og ble 12. Knut Røhme fikk en liten opptur etter svart dag forrige helg grunnet allergi plager og ble 45.

Erik Hægstad kjørte inn til en solid 47.plass i eliten og slo flere store navn bl.a. den franske mesteren Carou. Alt i alt en dag vi er godt fornøyd med. Da er EM neste stopp om to uker og to påfølgende verdenscuper.

EM i tjekkiske Brnno

Det ble en god avslutning på EM. Anders startet dagene med en 13.plass etter et veldisponert ritt. En litt skamslått Anders viser for tredje gang på høyeste nivå at han hører hjemme på dette nivået, etter flere år med mye sykdom og problemer.

Erik Hægstad, første års eliterytter, leverte en klasse ritt med sin 21.plass. Opp til topp ti var det kun 1 min. Erik disponerte også rittet godt med 7. beste sisterunde. Han kjørte svært jevnt og klatret framover i feltet hele rittet.

Ole Sigurd Rekdahl kjørte i junior og var ikke på hugget som tidligere i år, men kom inn på en habil 36.plass på en tung dag.

VC i italienske Val Di Sole

Det ble en stor helg her i Val di Sole i helgen. Mille Johnset som første norske kvinne som vinner verdenscup i utfor noensinne. En formidabel prestasjon som hadde holdt til topp 12 i elite. Videre leverte Erik Hægstad et meget solid løp i herrer elite med sin 19.plass. Nest beste av første års gutta. Neste helg starter han mest sannsynlig i short track og kan kjempe seg inn til en startposisjon blant de 24.

I U23 ble det en ikke prima dag. Martin Siggerud ble 18. og Anders Johannessen 40. Gutta har mer inne og er ikke fornøyd med helgen.

VC i sveitsiske Lenzerheide

Helgen i Lenzerheide startet prima med et klasseritt igjen av Erik Hægstad i dagens Short track i verdenscupen i Lenzerheide. 11.plass og 2 rekke på søndag gir gode muligheter for nok et bunnsolid ritt.

U23 gutta leverer igjen mer på sitt nivå. Martin disponerer godt med sin 11.plass. Han har normalt slitt noe i mellomhøyde, men viser at han begynner å knekke koden i høyden. Anders starter godt, men får en skikkelig stopp i starten og er sist ut etter start pga en som ryker foran. Han kjemper seg oppover hele rittet og blir til slutt nr. 19. uten stoppen i starten kunne dette blitt en beste notering for Anders.

VM i kanadiske Mount Saint Anne

Vi reiste til VM med håp og tro på medaljer. Det ender opp med en sølv og en bronse. Det var jentene som leverte denne gangen med Helene Marie Fossesholm bronse og Mille Johnset med sin sølvmedalje.

Gutta leverte også godt. Martin kjempet lenge om en topp 5 plassering, men en kraftig velt ødela og han ble 10. Et av de beste rittene for Martin sin del i 2019 sesongen, godt å se at det kom i VM. Anders Johannessen fikk luffveisproblemer igjen og ble 40, under pari for en meget sterk rytter.

Erik Hægstad i menn elite leverer en knallprestasjon igjen. Han blir beste ikke proff og først års senior elite. 21.plass var veldig sterkt.



VC i amerikanske Snowshoe

En fenomenal prestasjon igjen av Erik Hægstad i dagens short track her i Snowshoe USA. 7.plass og i selskap med de råeste terrengsyklistene i verden. Første rekke på søndagens rundbaneritt gir mulighet til å være med fra start.

Martin kom til verdenscupen med en sterk 10.plass i VM i bagasjen, men lett luftveisinfeksjon reduserte hans mulighet til å følge opp det gode VM. Når han i tillegg, sammen med lagkompis Anders, velter tidlig på startloopen er muligheten for et toppløp ødelagt. Han ender opp på 31. Anders kjører seg imidlertid tid opp hele veien og blir 12, til tross for problemer med luftveiene igjen.

Erik starter på første rekke etter en fantastisk short track. Han er med i matchen hele veien og blir 9. fenomenalt av en så ung rytter.

VM maraton i sveitsiske Grächen

Ole Hem var vår eneste deltaker i årets VM. Han kjører til daglig for det italienske laget Willier. Ole har etablert seg som en av de beste maraton rytterne i verden. I 2018 ble han 10 i VM. I årets VM var han nesten der igjen, men ble 13. han gjennomførte et sterkt ritt og hadde en positiv utvikling i hele rittet.

Landslag Utfør 2018 og 2019

Det har ikke vært noe offisielt landslag i utfør i perioden, da de fleste norske rytterne på toppidrettsnivå blir ivaretatt i internasjonale teams. Brage Evensen Vestavik var 1. års senior i 2018 og har kjørt på MS Mondraker de siste to sesongene. Han deltok i både VM og WC i 2018. For 2020 blir han ikke med i noe team, men skal heller utvikle sykkel løypene i Trysil i samarbeid med GT.

Mille Johnset var junior i 2018-2019 og kjører for Atherton Academy. Hun tok bronse i VM i 2018 og sølv i VM 2019. I tillegg rasket hun med seg fire 3. plasser og en seier i World Cupene i 2019, og fikk fire 3. plasser og en 5. plass i 2018. Det er bare å glede seg til sesongen 2020!

Frida Helena Rønning har også deltatt i to WC-ritt i 2018, med en 9. og 15. plass i kvinneklassen. I 2019 deltok hun i VM og ble nr. 16, i tillegg til en 13. plass i WC, USA i september.





Landslag BMX 2018

Landslaget 2018:

Tore Navrestad	Elite Menn	Sviland BMX
Sebastian Aslaksrud	Elite Menn	Råde BMX
Marita Laksesvela	Elite Damer	Sandnes BMX

(Silje Fiskebekk ble tatt ut i troppen, men valgte senere å gi seg med BMX)

Samling

Landslaget hadde 3 ukers samling på det amerikanske treningscenteret i Chula Vista. Her fikk alle lagt ned et godt stykke arbeid mot sesongen.



Tore Navrestad og Sebastian Aslaksrud i Chula Vista, CA, USA.

Europacup

Europacupen startet litt tregt med noe stang ut i Verona og Zolder. Noe krasj og litt sykdom. Aslaksrud slet med formen i starten av sesongen og landet på hodet en gang for mye som ødela mye for hans del. Høydepunkt var nok semi i Kampen, Nederland.

Marita kjørte noen semifinaler og var veldig nære finale. Med det kvalifiserte hun seg til både EM og VM i 2018.

Tore hang med i topp 16 sjiktet de første løpene, men løsnet litt utpå året med en 2.pl i Kampen, Nederland. Til slutt endte han som nummer 4 sammenlagt og da uten å stille på alle løpene.



Landslaget deltok på følgende europacup:

Verona, Italia

Zolder, Belgia

Kampen, Nederland

Verdenscup

Den beste helgen var løpene i Paris med en semifinale og finale. Etter denne helgen lå Tore på en 7.plass sammenlagt. Mot slutten av året var han inne blant topp15 men måtte stå over de to siste rundene etter en skade fra EM. Dermed ble han 19 sammenlagt.

Marita fikk også muligheten i verdenscup og var veldig nære en topp30 plassering som førsteårs som er godkjent.



EM

EM var for første gang med i European Championships som samlet flere idretter i Glasgow, Skottland. NRK gjorde meget bra dekning av konkurransen. Kun Tore og Marita var kvalifisert. Marita klarte ikke ta seg videre til dag2 mens Tore krasjet i ¼ finalen og skadet seg.



VM

På samme kriterier som EM var Tore og Marita med i VM i Baku Aserbadsjan. Basert på tidligere løp var målet topp 16 og 30 på de to. Marita klarer å ta seg helt til en ¼-finale, men ikke lenger, her er farten rett og slett for stor. Men veldig bra gjennomført og topp30 som førsteårs elite i et VM er noe å ta med seg videre.

Tore har en litt dårlig dag, men skjerper seg etter hvert og kommer seg helt til semifinale der han bare er 2 plasser unna en finaleplass. 11 i verden! Sammen med verdenscup i Paris er dette årets høydepunkt.

Samling Bane, oktober

Som en del av vintertreningen drar landslag + rekrutt på banesamling i Odense, Danmark. God trening og moro med en ny sykkelgren!

Saint Etienne

Klassikeren i Saint-Etienne i desember. Innendørs og alltid mye action. Tore kjemper om seieren men blir til slutt 4 som helgens høydepunkt.

Landslag BMX 2019

Landslaget 2019:

Tore Navrestad	Elite Menn	Sviland BMX
Marita Laksesvela	Elite Damer	Sandnes BMX
Sebastian Aslaksrud	Elite menn	Råde BMX
Niklas Halvorsen	Junior Menn	Moss BMX

(Aslaksrud ble tatt ut i troppen, men var kun med på vårens samling pga skader og form)

Samling – Paris trening – Løp Caen

Landslaget hadde sammen med utøvere fra rekruttgruppa samling i Spania i februar. Etter Spania reiste landslag direkte videre til Paris for å trene på worldcup banen som arrangerer worldcup senere på året. Vi fikk en hel dag med god trening på banen. Direkte fra Paris bar til UCI løp i Franske Caen. Utøverne begynte å bli slitne etter en lang tur men Marita tok seg til semi og Tore i finalen. En hekt på første hoppet satte en stopper for topplassering.



Marita på trening i Spania

British Open, Manchester

Før sesongen virkelig startet var vi innom Manchester for litt trening og et UCI løp. Tore 3.plass.



British Open



Europacup

Landslaget stilte på Verona, Zolder, Råde og Peer rundene. Vi sto over Sarraïns. Junior Niklas Halvorsen fikk en tøff start i Verona, men nærmet seg topp20 ila sesongen. En skade på trening midtveis i sesongen satte en stopper for deltakelse og måtte dermed stå over mye løp. Sebastian var ute av form og stilte kun til start i Råde. Marita har aldri vært bedre, men sliter litt med å få det ut i løp. Veldig gode treninger, men så har bremsa stått på noe i løpene. I siste runde var hun veldig nære å ta seg til finale, kun 1 plass i fra.

Tore har sin beste Europacup noensinne og er stort sett i finaler hver helg. 4.pl i Verona, 3pl i Zolder, 2.pl og seier i Råde og finale i Peer. Selv om han står over rundene i Sarraïns tar ingen han igjen sammenlagt og han vinner Europacupen 2019 sammenlagt. Det har ingen nordmann gjort før i Eliteklassen.

Landslaget deltok på følgende europacup:

Verona, Italia
Zolder, Belgia
Råde, Norge
Peer, Belgia



Tore vinner Europacupen

Verdenscup

Mens Europacupen gikk strålende har Verdenscupen i 2019 vært tyngre. Det er stort sett Tore som har kjørt Verdenscup, og Niklas har vært med på noen etter at skaden ga seg. Siden 2016 har han kjørt finaler hvert år, men klarer det ikke i år. De første rundene ble han syk, videre gjorde vi en feilvurdering med for mange løp på rappen godt hjulpet av flystreik som gjorde at vi ikke kom oss hjem for å trene. 4 helger på rad ble for mye og også Papendal runde 3 og 4 gikk under pari. I Paris løsner det litt med 2x ¼ finale og trenden fortsetter gjennom Rock Hill rundene og til slutt ender han i semi som årsbeste i siste verdenscuprunde i Argentina. Sammenlagt 26.



Verdenscuper 2019:
Manchester, UK
Papendal, Nederland
Paris, Frankrike
Rock Hill, USA
Santiago del Estero, Argentina



Manchester

EM

EM ble arrangert i Latvia og var et løp vi virkelig prioriterte formmessig i år. Kun Tore til start (uttakskriterier). Flere mislikte banen, men den passet Tore bra. Vinner alle runder men sklir i 2 sving og dagen slutter før det engang var spennende.

VM

Etter uttakskriterier er det kun Tore som kommer seg til VM i år. Under vanskelige forhold tar han seg igjen til en semifinale. Meget god start, men hekter med Gendt (– som senere på dagen vinner finalen) på førstehoppet. Det gjør han taper noen plasser og blir til slutt nummer 13 i VM. 2 semier på rad i 2018 og 2019, hva kan han få til i 2020?

Nordisk Mesterskap

Kun Niklas til start da Marita skadet seg. Niklas vinner junior menn klassen i Sverige.

Prøve OL Tokyo

Tore reiste til Japan for å teste banen før OL neste år. Der er det laget en bane med 10+ sekunder lenger konkurransetid enn normalen. Noen runder er 45sek +. Tore har en kjempedag og vinner alle runder mot meriterte ryttere. Får likevel kramper før ¼ finalen og kommer seg ikke til start. Banen viser seg å koste mer enn man trodde. Gode erfaringer ble gjort og han skal være mer forberedt neste år!



Landslag Parasykling 2018 og 2019

UCI Para World Cup i Italia

Suzanna Tangen er foreløpig vår eneste utøver på det norske paralandslaget. I mai måned deltok hun i World Cup for parasyklister i italienske Corridonia, med vår egen Jason Dyck som støtteapparat. NCF dekket noen utgifter for henne også i 2018, men var ikke i støtteapparatet.

Hun kjørte i kvinnesenes håndsykkel (H4) klasse og plasserte seg som nr. 7 av 9 deltakere. Løypen var tøff og utfordrende med mye bakker og svinger. I fellesstarten ble hun nr. 6 av 8 deltakere.

Dette World Cup rittet er det første av tre denne sesongen. I Corridonia er atmosfæren upåklagelig og hele 335 parasyklister fra 41 nasjoner deltar. Allerede til helgen er det ny World Cup i Ostend i Belgia, der hun feirer nasjonaldagen. Det siste rittet går i Canada 8.-11. august, hvor Suzanna for tiden bor og trener.

I stadig utvikling

Det har vært en god sesong for Suzanna Tangen i 2019. Hun har deltatt i ritt for håndsyklister både i Europa, USA og Canada. Sesongen startet med ritt i Montreal, Canada hvor hun fikk en 2. plass på fellesstarten. Deretter deltok hun i World Cup i Italia hvor hun ble nr. 5. Hun har også fått en god 6. plass i World Cupen i Ostend, Belgia. I tillegg har hun konkurrert i flere mindre ritt i Canada og USA denne sesongen.

Suzanna med 6. og 7. plass i VM





Suzanna Tangen gjennomførte et meget godt VM i Parasykling denne helgen. Konkurransene i Emmen, Nederland var intense og de aller beste parasyklister i verden sto på startstreken. Mange av de beste rytterne var fokusert på å kvalifisere seg til Paralympics i Tokyo neste år.

Vår eneste representant i VM gjennomførte tempo over 21 km på fredag. Løypa var flat og hastighetene høye. Det ble satt rekorder for håndsykler i tempoløypa - de beste kvinnelige håndsyklistene hadde en gjennomsnittsfart på 37 km i timen, og herrene på 44 km. Utrolig imponerende når man kun kan bruke armene! Suzanna ble nr. 7 i denne disiplinen. På søndag var det duket for fellesstart og en teknisk løype over 7 runder og 52 km. Suzanna gjorde en god jobb teknisk og hang med gruppe 2 til mål, der resultatet ble en flott 6. plass. Suzanna var fornøyd selv, ganske utslitt, men med et strålende smil. Hun kjørte i klasse WH4. Jason Dyck var med i støtteapparatet.

Suzanna og trener May Britt Våland er godt fornøyd med progresjonen og Suzanna er motivert for å trene hardere og bedre for å forberede seg til 2020 sesongen.





Landslag Bane 2018 (+ samlinger i regi av, eller med støtte av NCF)



Med tredje plass i Minsk sikret 25-åringen sammenlagtseieren i poengritt-cupen.

Den siste runden i UCI sin verdenscup på bane 2017-2018 gikk av stabelen tredje helg i januar 2018. I poengritt-cupen lå Anita Yvonne Stenberg i god posisjon før den siste konkurransen, og drammensjenta leverte bunnsolid under rittet i Minsk.

Nederlandske Kirsten Wild plukket flest poeng gjennom de 80 rundene, tolv poeng foran italienske Maria Giulia Confalonieri. Den eneste norske deltakeren var fem poeng bak italieneren, og dermed tok Stenberg sin første pallplass i en konkurranse på verdenscup-nivå.

Hang med i avgjørende brudd

– Jeg startet hardt ut med å vinne den første spurten. Så prøvde jeg å få poeng på spurt nummer to, og det klarte jeg. Det brukte jeg mye krefter på. – Så kom jeg meg opp igjen, og klarte å komme meg på hjul til de tre som jeg fikk tatt en runde med.

Wild og Confalonieri dro med seg Stenberg og mexicanske Sofia Arreola Navarro, og tok igjen feltet. De sikret seg alle 20 poeng, og var de eneste rytterne som klarte å ta en runde i fredagens ritt.

Vant poengritt-cupen

Før det siste rittet i poengritt-cupen var Stenberg nummer to sammenlagt. Tredjeplassen på fredagens konkurranse førte henne helt til topps.

– Det er veldig stort det og. Det er første gang jeg har ligget som nummer en i worldcupen. Både i worldcupen og på UCI-rankinglisten. Så du kan si det er ikke tilfeldig. Jeg har tatt et veldig stort steg i forhold til i fjor. Min utvikling har vært veldig god, og det gir selvfølgelig en boost på selvtilliten, konstaterer Stenberg.



Lørdag ble det kjørt omnium og scratch, som er øvelsene Anita satser spesielt på. Her ble det en 11. plass i omnium og en 13. plass i scratch.



I perioden mars til august har Anita Yvonne Stenberg og trener Kenneth Berner hatt en treningsperiode innlagt konkurranser, både i Tsjekkia, Russland, Polen og Danmark. Det har blitt kjørt både landevei og bane. Banesesongen er fra september/oktober til januar.

Nora Tveit tok 8 gull av 8 mulige i Nordisk Mesterskap på bane

Totalt 23 medaljer til Norge i Odense





Vi skulle gjerne ha hatt enda flere norske deltakere i Nordisk mesterskap på bane i Odense helgen 9.-11. februar, men de som var der fikk forsynt seg godt av premiebordet.

Flest gullmedaljer fikk Nora Tveit fra Stavanger SK. Hun gjorde rent bord i klasse U19 for kvinner og dro hjem med åtte medaljer av åtte mulige. Anita Stenberg i Kvinner Elite vant fem gullmedaljer i disiplinene Scratch, Sprint, Keirin, 500 m og Omnium.

Søren Wærenskjold fra Ringerike SK tok gullmedaljer i klasse U19 for herrer i disiplinene Scratch, Poengløp og Omnium. I tillegg ble det sølvmedalje i Sprint. Anders Oddli ble mester i Omnium og fikk sølv i Scratch. Vi gratulerer så mye til alle våre flotte utøvere på bane!

Foreløpig uoffisielt, kan vi skilte med to nye rekorder i Odense. Søren Wærenskjold på 200m flying (Sprint kval.) på 11,23 (M-jun) og Nora Tveit på 500 m på 38,68 (K-jun).

Her er de norske medaljene i Nordisk mesterskap på bane 2018:

Scratch

Gull, Nora Tveit, U19 Kvinner
Gull, Anita Yvonne Stenberg, Kvinner Elite
Sølv, Anders Oddli, Menn Elite
Sølv, Søren Wærenskjold, U19 Menn

Sprint

Gull, Nora Tveit, U19 Kvinner
Gull, Anita Yvonne Stenberg, Kvinner Elite
Sølv, Søren Wærenskjold, U19 Menn

Keirin

Gull, Nora Tveit, U19 Kvinner
Gull, Anita Stenberg, Kvinner Elite

Poengløp

Gull, Nora Tveit, U19 Kvinner
Gull, Søren Wærenskjold, U19 Menn

500 m/1000 m

Gull, Nora Tveit, U19 Kvinner
Gull, Anita Yvonne Stenberg, Kvinner Elite
Sølv, Preben Jenssen Matbeig, U19 Menn
Sølv, William Ljökel Steffenak, U17 Menn
Bronse, Håkon Grude, Menn Elite

TeamSprint

Gull, Nora Tveit (m/ Ellen Klinge fra Danmark), U19 Kvinner



Parløp

Gull, Nora Tveit (m/Tuva Richter fra Sverige), U19 Kvinner

Bronse, Anders Oddli (m/Robin Skivild fra Danmark), Menn Elite

Omnium

Gull, Nora Tveit, U19 Kvinner

Gull, Anita Stenberg, Kvinner Elite

Gull, Anders Oddli, Menn Elite

Gull, Søren Wærenskjold, U19 Menn

VM i Appeldoorn, Nederland

Anita deltok i VM Bane i Appeldoorn 28. februar til 4. mars. Her ble hun nr. 8 i Omnium og nr. 19 i poengløp.

Vel gjennomført EM for Anita i Glasgow

Fra 2.-12. august ble det arrangert Europamesterskap i Glasgow, der vi hadde med utøvere fra fire sykkel disipliner. Anita Yvonne Stenberg gjorde en god figur. Hun fikk 15. plass i 10 km Scratch og ble nr. 18 totalt i Omnium. Første øvelse i Omnium var Scratch, der hun ble nr. 13. I andre øvelse tok hun en 18. plass på tempoen. Tredje øvelse var Elimination Race, og her ble hun nr. 20. I den siste Omnium øvelsen Points Race ble det en 11. plass.

Anita med to seiere i Frankrike

Ble nr. 3 i Omnium i den franske cupen





Helgen 5.-7. oktober tok Anita Yvonne Stenberg seieren i både scratch og poengløp i den franske cupen i Bordeaux (Coupe de France). I scratch ble det et tøft løp for Anita, der hun knivet med irske Lydia Boylan om å vinne runder. Med fire runder igjen var det franske Marion Borrás som stakk av og fikk et forsprang på 50 meter. Anita kjørte etter med 3,5 runde igjen, fikk tatt igjen Borrás og vant løpet. I poengløpet vant Stenberg foran franske Pascale Jeuland og irske Lydia Boylan.

Anita ble nr. 4 i sprintøvelsen, og i omnium ble det en tredjeplass etter de franske syklistene Pascale Jeuland og Valentine Fortin. Det er stor deltakelse i den franske cupen, også for kvinner. Syklister fra både Irland, Spania, Brasil, Norge og Sør-Afrika deltok.

Anita har hatt en meget god september måned. 8.-9. september deltok hun i et internasjonalt UCI ritt i Litauen (International Track Race - Panevezys), der hun ble nr. 2 i omnium og vant poengløpet. Helgen etter vant hun omnium i Grand Prix Favorit Brno i Tsjekkia.

Gratulerer til Anita med supre resultater i september og kvalifisering til world cupen.

World Cup 1 Frankrike, (Saint-Quentin-En-Yvelines, Paris) 19.-21. oktober

Fredag kjørte Anita points race. Planen var å kjøre avslappet, uten press. Det startet godt og kontrollert med 2 plasser i de 2 første spurtene. Så lot Anita den tredje være og tok en sikkert og kontrollert 3. plass i fjerde spurt. Deretter kjørte 8 damer og de tok en omgang. Favorittene og Anita endte fra 9. plass og ned (Anita nr. 9).

I Omnium var planen å holde hjulet til Italia og kjøre spurten derfra i Scratch. Det ble dog et rolig løp hvor alle ville ha fellesspurt. Med 4 runder igjen, slipper Anita hjulet til Italia. Anita får kjørt de siste 5 rundene helt oppe ved barrieren og får en 10. plass, noe hun er veldig skuffet over. Skuffelsen fortsatte i de øvrige omnium øvelsene. På tempoen tok ikke Anita de riktige beslutningene og endte opp uten poeng. I eliminasjon feilet hun også og ble nr. 15. Så gikk det galt også i poengløpet, og hun tapte en plassering og endte på 17. plass.

World Cup 2 Canada, (Milton) 26.-28. oktober

Omnium øvelsene:

Scratch

Anita lette etter en mulighet for å stikke av, men farten var høy og ingen ville la noen komme avsted.

Anita fikk en utmerket 12. plass.

Temporace

Planen var å få 2 poeng i alt og ikke la noen komme rundt, men de 3 gangene Anita kjørte etter spurterne ble hun slått på streken. Anita endte uten poeng på en 22. plass. Anita var så lei seg og skuffet, at det var tett på totalt sammenbrudd.

Elimination

Igjen ble det en nedtur. Anita røk ut tidlig og lå samlet på en 18. plass. Humøret var på bunn. Vi taper klart på løpstrening. Vi klare ikke at ligge tett når farten er meget høy, og samtidig må vi skubbe opp og ned.

Pointrace

Anita ventede og så løpet an. I siste halvdel ble det klart for Anita, at formen hennes er god nok og



at hun er meget hurtig. Så med 1 poeng i en hard spurt og en meget flott avsluttende spurt, klatret Anita 2 plasser frem, og endte på en samlet 16. plass.

Oppsummering på de to siste world cupene:

Resultatet ble ikke som vi hadde drømt om. Nivået er fantastisk høyt og bare det å være en del av verdenseliten er vi meget stolte av. Vi har meget at lære, og podieplassen kommer nok ikke i år, i World cupen. Fysisk er Anita hvor hun bør være. Så mangler vi bare resten :-). Vi må se fremover og fortsette med å tro på drømmen om OL. Vi er utrolig stolte av å være Norges største sjanse for en topp 10 plassering under OL 2020. *Kenneth Berner, trener*

6-dagers i Gent, Belgia 17.-18. november

Selv med litt motstand er jeg ikke typen som gir opp, og jeg fortsetter å jakte podieplasseringer og høste løpserfaring! Denne gangen gikk turen til Gent i Belgia, for å delta i det klassiske 6-dagers løpet i Gent!

Datoen var 16-17. november for oss damer.

Det er 3. gang jeg er med i damenes versjon, som går over 2 dager. Vi sykler ikke det samme som herrene, da vi sykler UCI CL1 løp; poengløp og omnium. Altså ikke madison som dem.

Banen er i tillegg morsom, hard og spesiell, da den er 166 meter i forhold til 250 meter som er standard. Det er høy fart hele veien og utrolig gode sykkelløp!

Første dag var det poengløp på programmet, med start kl. 23:30. 120 runder, med 8 spurter. Jeg fikk kjørt et bra og aggressivt løp, og endte på en veldig tilfredsstillende 5. plass.

Etter noen mindre gode løp, ønsker jeg bare å finne tilbake til meg selv, finne gleden og roen på sykkelen, og bare ha det gøy og nyte hvert øyeblikk på banen. Det gjorde jeg, og derfor var jeg også fornøyd med min egen prestasjon :)





Dagen etter var det omnium, med første start kl. 18.00 og siste start kl. 23.30. I alt 4 løp. Og det gikk strålende! Jeg fikk en fantastisk start som ikke kunne vært bedre. Jeg syklet taktisk og teknisk utrolig flott, fikk timet mine angrep, fikk plassert meg der jeg skulle, og kjørte en kongespurt, hvor jeg ble nr. 2 bak regjerende verdensmester Kirsten Wild. Temporace var, som alltid, et løp med mye fart, og vanskelig å komme forbi. Jeg klarte å kapre 2 poeng, nok til en 5. plass. I eliminasjon fikk jeg igjen kjempet med plasseringer og kjørte et fantastisk løp hvor jeg ble nr. 3. Men ingenting kan overgå poengløpet jeg kjørte. Spurtene mine var fantastiske, og jeg følte virkelig at jeg var med og var meg selv igjen!

Jeg endte på en fantastisk 3. plass, og kunne ikke vært mer fornøyd!

World Cup 3 Tyskland (Berlin) 30. november – 2. desember

I det tredje WC løpet gjorde Anita det slett ikke dårlig. Hun ble totalt nr. 10 i Omnium og forbedrer seg stadig.

World Cup 4 England (London) 14.-16. desember

Vi hadde ikke den beste oppkjøringen, da Anita har vært syk siden Berlin. Ikke alvorlig, men nok til at hun ikke har kunne trene ordentlig.

Omnium

Vi hadde satset på en god start, og den fikk vi ikke. Damene kjørte ikke så hurtig og med 9 omganger igjen stikker 3 damer fra. De bliver alle hentet 1 omgang før mål. I spurten sitter Anita med Amy Cure helt oppe i banen, og de kan ikke kjøre sig frem da farten er for høy. De to ender som nr. 20 og 21.

Intet mindre enn en katastrofe, og Anita får en hard psykisk knekk. Da det ikke blir bedre i Temporace, er Anita meget lei seg. Nå ligger hun på en 22. plass sammenlagt.

I utskilling er Anita direkte uheldig. Hun burde ikke ryke ut der, men fordi hun nok trekker sig i klumpen, så ryker hun ut. Stadig nr. 22 samlet.

Anita er meget langt nede, men hun kjemper. Og med en godkjent innsats rykker Anita frem til en samlet 19. plass. Jeg vet at det er langt fra hva vi hadde håpet, men alt tatt i betraktning så er stadig godt kjempet.

Jeg kunne skrive mye om alt hva vi trenger for å ligge i topp 3 konstant, men vi får det beste ut av de muligheter vi nå en gang har. Og jeg er sikker på at planen vil holde og at Anita kvalifiserer seg og Norge til VM, Worldcup og OL. (det neste VM er Anita kvalifisert til)

Så etter `juleferien` trener vi hardt og blir klar til de neste Worldcups og VM.

Banesamlinger 2018

Ti engasjerte jenter brynte seg på Odensebanen 28.-30. september

Helgen 28.-30. september arrangerte Norges Cykleforbund og Grenutvalg Bane en samling rettet mot jenter. Ti jenter tok utfordringen til den første samlingen på Odensebanen i Danmark. Allerede på den første økten fikk vi alle jentene til å våge å være øverst i banen. Samlingen ble ledet av May



Britt Våland og Tone Hatteland Lima. May Britt har stor erfaring som banesyklist og trener, og ledet gode økter for jentene, der trygghet og regler på banen ble terpet.

Fokuset på øktene var trygghet på sykkel og feltferdigheter, som er en viktig egenskap for omniumøvelsene og direkte overførbart til landeveien.

Ved å bo i brakkene ved banen som de fleste jentene gjorde, ble det også tid til både foredrag og sosialt samvær.



Deltakere:

Rikke Steen Enstad, Horten og Omegn CK
Martine Gjøs, Horten og Omegn CK
Hennie Rosalie Engebretsen, Horten og Omegn CK
Tuva Byberg, Stavanger SK
Pernille Larsen Feldmann, Stavanger SK
Natalie Irene Midtsveen, Ringerike SK
Hedda Kristiansen, CK Nittedal



Marie Flataas, CK Victoria
Lillian Løyning, Bryne CK

NCF Region Sør arrangerte samling for ungdom 26.-28. oktober

Om 15 måneder står den nye velodromen på Sola klar, Sola Arena. NCF Region Sør ønsker å være i forkant både sportslig og arrangementsmessig. Som et ledd i forberedelsen arrangerte regionen banesamling i Odense siste helg i oktober for å gi regionens ungdommer en innføring i grenen.

31 ungdommer i alderen 13-16 år fra 10 klubber i Region Sør var representert. Selv om velodromen bygges på Sola deltok rytterne fra klubber i hele regionen, fra Gjerstad i øst til Stavanger i nordvest. Det vitner om stor interesse for banesykling! May Britt Våland, Sola CK, profesjonell sykkeltrener og den eneste kvinnelige syklist i Norge som har vunnet VM medalje i banesykling, hadde ansvaret for det sportslige programmet med assistanse fra Tone Hatteland Lima, Bryne CK og Espen Slemdal fra Kristiansands CK. Tone er også utdannet trener og UCI Sportsdirektør for Team Hitec Birk Sport og Espen er ungdomstrener i Kristiansands CK. I tillegg var Åse Fyksen (Arendal CC), Martin Lunder (Stavanger SK) og regionleder Terje Johnsen med som ledere.



May Britt Våland instruerer deltakerne

Målsettingen med samlingen var å gi ungdommen, som fra før er erfarne er erfarne landeveis- og terrengsyklist, en innføring i banesyklingens ABC. Banesykler har i motsetning til andre sykler kun ett gir i tillegg til at tannhjulet på bakhjulet sitter fast, såkalt fast nav. Sykkelen har heller ikke brems. Farten justeres med å trække hardere eller holde igjen. Dette er en kunst i seg selv. I tillegg er velodromen dosert med ca. 12 grader på langsidene og 43-48 grader i svingene for å kunne kjøre fort.

Programmet for samlingen bestod av 4 treningsøkter hvor en startet fra bunnen med teoretisk innføring i banesykling, for så å utøve teori i praksis. Vi tok et steg om gangen med hovedfokus på sikkerhet og etiketten for hvordan utøvere forholder seg i en velodrom i med hensyn til alle i treningsgruppen. For å unngå ulykker er det uskrevne regler som må følges. Allerede på fredagens



økt hadde alle ryttere kommet seg fra sort strek og opp til vantet – øverst i velodromen. Utviklingen fortsatte lørdag med flere intervaller og innøving av konkurranser. Etter 3 strukturerte økter ble samlingen avsluttet på søndag med konkurransen Omnium som er en olympisk øvelse består av 4 forskjellige ritt som gir et samlet sluttresultat.

Ekstra stas var det at vi fikk låne parløpstrøyene til velodromen for å kunne skille utøverne fra hverandre. Jentene og guttene fikk sykle i trøyer fra andre land med kule farger og design. To felt ble basert på nivå som sikret jevn konkurranse. Omnium ble kjørt med tre øvelser; scratch race, eliminasjon og poengløp. Resultatlisten var basert på poeng fra hver enkelt øvelse og den som til slutt hadde høyest poengsum ble vinner. Under rittet fikk Tone, Espen, Åse, og May Britt øvd på å være sykkeldommere!



Noen av de håpefulle i velodromens parløpstrøyer

Med et hektisk program ble det ikke mye fritid, men lørdag kveld tok Tone Hatteland Lima ansvar for en sykkel-quiz. Alle ble delt inn i lag og konkurranseinstinktet var stort og premiene lukrative drikkeflasker og barer fra Team Hitec Birk Sport. I tillegg tok ungdommen selv ansvar for det sedvanlige karaoke-innslaget om Tore Tang.

Samlingen kan utelukkende beskrives som en suksess da det runget unisont om ny samling neste år!



Årets siste banesamling 9.-11. november – stort fokus på jentene



Helgen 9.-11 november arrangerte Norges Cykleforbund og Grenutvalg Bane årets siste banesamling med 27 utøvere – veldig moro å ha med elite BMX syklist og profesjonelle landeveissyklist sammen med Morgendagenshelter ungdom!

Hele 14 BMX syklist (9 gutter og 5 jenter) deltok og ble ledet an av BMX landslagsleder Sebastian Kartfjord sammen med Rolf Morgan Hansen, GU Bane, med fokus på sprint.

Det var igjen stort fokus rettet mot jenter. I denne sammenheng ble det kombinert en samling for K10-16 år fra Region Øst/Innlandet som hadde 8 jenter med på samlingen. Totalt talte jentegruppen 17 jenter (herav 2 fra BMX og øvrige fra landevei og terreng).

May Britt Våland og Tone Hatteland fulgte opp suksessen fra første samling og ledet jentene igjennom vel organiserte økter. May Britt Våland hadde hovedansvar for det sportslige og gav jentene solid innføring av banesykling i teori og praksis. Jentene viste stor iver og pågangsmot for å lære seg banesykling og overføringsverdier til sine grener som landevei, terreng og bmx sykling. Foruten fokuset på trygghet og sykkelopplæring for hvordan man oppfører seg på en velodrom under trening og konkurranse, fikk jentene lært seg organisert oppvarmingsrutine for banesykling, spurt fokuserte intervaller, lagkjøring, og øvelser som poengløp og eliminasjon. Rask læringskurve og stor mestringsfølelse hos alle.

Samlingen ble avsluttet søndag formiddag med treningskonkurranser hvor alle storkoste seg! Sosiale aktiviteter ble ledet av Tone Hatteland som gjorde en formidabel jobb med å organisere leker for jentene og hadde et kort foredrag om viktigheten av en årsplan, hvor målsetting og treningsdagbok ble diskutert. Små drypp av kunnskap for ungdommen er gull verdt!



Framtiden for norske banesykling er lys med så stor iver for sykkelgrenen og med nye sykkelvelodromer rett rundt hjørnet, ledet an med Sola Arena vinter 2020!

May Britt Våland



Landslag Bane 2019 (+ samlinger i regi av, eller med støtte fra NCF)

Anita Yvonne Stenberg gjør seg klar for VM i Polen

Anita Yvonne Stenberg har kvalificeret sig og Norge til VM i banecykling. Det er en lang og hård kamp, men det er et stort skridt på vejen til OL. VM går av stabelen 27. februar til 3. mars i Pruszkow, Polen.

Det har vært svært at kunne forberede sig optimalt til dette års verdensmesterskaber. Så i samarbejde med Hans Falk, kontaktede undertegnede (træner Kenneth Berner) chefen for Irlands banelandslag, Brian Nugent og lavede en aftale om at tage på træningslejr sammen på Mallorca.

Her på Mallorca har vi fantastiske forhold nå i februar. Vi trener udenfor på landevejen, vi trener i styrkelokalet og vi trener på banen, 2 gange hver dag. Og vi trener med alle de irske landslagsryttere som skal til VM. Det er store navne som Felix English, Lydia Gurley, Shannon Mccrley, Lydia Boylan, Marc Potts og det nye Team Pursuite hold for kvinder.

En sjov historie fra træningen

Mandag havde vi træning på banen. Træningen var 3 x 20 min bag derny, med sprint hver 5 min. Dernyen blev kørt af David Muntaner (tidligere verdensmester) og gruppen som spurtede var Anita Stenberg, Marc Potts, Felix English, (en hvis navn jeg ikke kan, men han er professionel) og Mark Cavendish. Anita kæmpede godt og gav drengene kamp til strengen.

Onsdag var det samme træning og samme hold, + 2 x Lydia og Shannon. Denne gang kørte Anita alene mens de andre kørte parløb. Alt sammen bag derny som blev kørt af Juan (også en tidligere verdensmester). Endnu en gang gav Anita drengene kamp til strengen i alle spurterne.

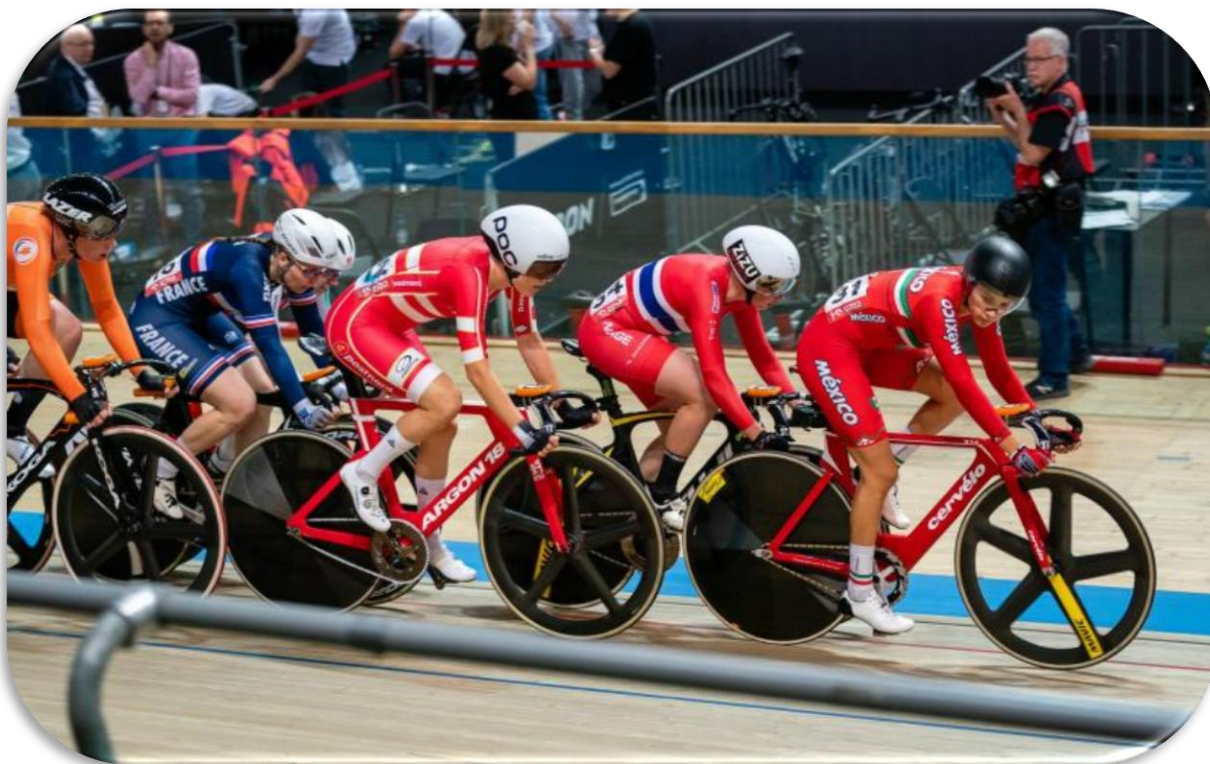




Lige efter træningen onsdag, tager Mark Cavendish hjem til hotellet og lægger et indlæg på Instagram hvor han bare taler. Mark fortæller om hvordan han genfandt glæden ved banetræning, netop ved de 2 omtalte træninger. Mark fortalte os, at om mandagen var han overrasket over så flot og hurtigt alle kørte, og at han var specielt imponeret over Anita. Han var ekstra opsat og glædet sig meget til onsdagens træning, hvor han ville vise hvor dygtig han er, og endnu en gang ble han imponeret over Anita. Det må nævnes at Anita kørte ALLE spurter i alle intervallerne, og hvor alle andre sprang nogle over. Anita vandt kun få spurter i alt, men hun pressede alle de andre verdensstjerner.

Rapport fra VM Bane i Polen

Anita kjempet på skyhøyt nivå



Træningen op til at gået super godt. Anita var fysisk og psysisk på toppen. Alle testene viste at Anita var bedre end nogensinde. Så vi var klar denne første helg i mars.

Første løb var Scratch:

Planen var enten et udbrud med ca 10-12 omg til mål eller en god fælles spurt. Der var et par farlige udbrud undervejs og Anita hold sig tilbage i feltet og overlod alt til de andre. Men med ca 12 omg til mål, stikker Irland af. Anita venter kort og så træder hun igennem. Hun kommer for hurtigt op til Irland og må vente før de kan samarbejde. De får en halv omgang forspring. Men med 6 omganger til mål kommer felter meget stærkt. Og med 3 omg til mål er Anita hentet. Hun kæmper for at holde hjul selv om spurten er startet. Og så med 2 omg til mål styrter den Danske rytter og tager 9 andre med ned. Anita kommer over styrtet og slutter på en samlet 10 plads. Humøret var højt og vi var meget tilfredse med indsatsen.



Omnium

Scratch:

Anita holder sig til planen om at følge Frankrig i en placering kamp op til spurten. Den franske pige er ikke blevet dårligere end nr 3 i et scratch løb, inden for de sidste 2 år. Men lige præcis denne dag, sidder hun bagerst. Kun med Anita bagved.

Og da feltet kørte 63 på sort, så kom Anita op på 68 km/t, 8 m oppe i banen. Det var ikke nok til at Anita kom forbi feltet, og hun sluttede på en 22 plads. En meget uheldig start, men hun viste utrolig høj fart. Men hvor Anita viste stor moral og fighter vilje, så knækkede nogle af de store stjerner psysisk.

Tempo:

Anita holdt sig fremme og vinder 2. spurt. så lægger hun sig i 6. position for at være klar. Men uheldet rammer (Anitas forhjul rammer en pedal) og hun styrter. Jeg griber reserve syklen og løber en halv omgang, så Anita er oppe i feltet på 1 min. Men farten er høj og der er udbrud. Anita kører en meget flot sidste spurt for at sikre placering. Så Anita slutter på 11 pladsen. Ganske flot, alt taget i betragtning.

Elimination:

Anita kører et af sine bedste Eliminations løb. Hun sidder beskyttet uden at ligge forest, men selvfølgelig bliver første uopmærksomhed straffet. Anita bliver nr 10, og det var godkendt.

Pointløb:

Vi viste at det ville blive svært, men hun prøvede. Og hun kæmpede. Anita bliver nr 9 i pointløb.

Samlet bliver Anita nr 15. Men med normal held i scratch, så var det blevet til en top 10 samlet.

Det var et meget hårdt VM, hvor mange lande føler at de skuffede. Niveauet fra world cuppene, var kun en forsmag på hvad som ventede. Alle var på toppen og det var fantastisk at være med.

Hvad lærte vi så?

- Vi lærte at Anita har talent og at hun kæmper som en besat.
- Hun har en sindsyg dygtig træner. :-)
- Fysisk er hun helt i top. 10 sek er hun top 2. 30 sek top 4. 1 min fantastisk og vo2max er hun imponerende, og hendes udholdenhed er også temmelig god.
- Psysisk er hun bedre end nogensinde. Hun har også haft sine udfordringer.
- Men teknisk mangler vi stadig en del. Hun er ikke så tryk ved at køre 58-65 km/t med ryttere på begge sider som skubber. Det er noget som er temmeligt svært at træne, når man er alene. Det lyder flot med banen i Norge som måske er færdig om 1 år. Desværre får vi ikke glæde af den frem mod OL. Dertil mangler der for meget.



Anita og trener Kenneth med fullt fokus under VM. Alle foto: Jesper Skovbølle

Økonomien er stadig vores største udfordring. Alt koster. Vi må køre alle løb for at kvalificere os til world cup, og vi må køre alle world cups for at kvalificere os til VM og OL. Norge med Anita ligger stadig ganske flot, men intet er sikkert. Og selv om Anita er den højeste placeret Nordmand på World ranking, er hun ikke hel sikker på at kvalificere sig til OL. Men kvalificere hun sig, så er hun sikret en top 24, og det er der vel ikke andre som kan sige :-)

Tusind tak for jeres støtte, det betyder så meget for Anita (og meg)

mvh
Kenneth Berner (trener)



Tretten medaljer til Norge i Nordisk Mesterskap



Anita først over mållinjen i Odense. Foto: Jesper Skovbølle

Det ble et godt gjennomført Nordisk mesterskap i Odense, Danmark helgen 4.-6. oktober. Rundt 50 deltakere hadde tatt veien til Odense Cyklebane og naturlig nok var det flest dansker påmeldt. Norge hadde med 7 deltakere, og 5 av disse sto for 13 medaljer til moderlandet. Vi kan ikke annet enn å applaudere og gratulere med innsatsen. Anita Yvonne Stenberg (IK Hero) ble Nordisk mester i Sprint og Keirin i klasse Elite Damer. Aasmund Groven Lindtveit (IK Hero) ble mester på 1000m og Teamsprint i klasse Elite Menn. Preben Matberg (IL Stjærdals-Blink) ble Nordisk mester på 1000m i klasse U19 og Andreas Vileid Kleive (Sandefjord SK) ble mester i Keirin i klasse U19.

Medaljefangsten ble som følger:

Nordisk sprint:

Elite Menn:

Nr. 2 Aasmund Groven Lindtveit, IK Hero (Tyskeren teller ikke)

Elite Damer:

Nr. 1 Anita Yvonne Stenberg, IK Hero

U19 Menn:

Nr. 2 Andreas Vileid Kleive, Sandefjord SK

Nr. 3 Sondre Peder Kristensen, Horten OC



500/1000m

U19 Menn:

Nr. 1 Preben Matberg, IL Stjørdals-Blink tid: 1.07.47

Elite Menn:

Nr. 1 Aasmund Groven Lindtveit, IK Hero 1.05.91

Omnium

Elite Damer:

Nr. 1 Amalie Didriksen 153 poeng (1 runde) Danmark

Nr. 2 Julie Leth 144 Poeng Danmark

Nr. 3 Anita Stenberg, IK Hero 127 poeng Norge

U19 Menn:

Nr. 1 Ian Millenium 141 poeng Danmark

Nr. 2 Silas Bolund Falkø 130 poeng Danmark

Nr. 3 Preben Matberg, IL Stjørdals-Blink 125 poeng

Keirin

Elite Damer:

Nr. 1. Anita Stenberg

U19 Menn:

Nr. 1 Andreas Vileid Kleive

Nr. 2 Sondre Peder Kristensen

Poengeløp

U19 Menn:

Nr. 2 Preben Matberg

Teamsprint

Elite Menn:

Nr. 1 Aasmund Groven Lindtveit, IK Hero



Super 7. plass til Anita i World Cup

Ligger godt an for deltakelse i OL neste år



Første World Cup rittet i banesesongen 2019-2020 ble avholdt i Minsk, Hviterussland helgen 1.-3. november. Her ble Anita Yvonne Stenberg nr. 13 i Omnium, med en god 5. plass i poengløpet. Fire øvelser på under fire timer, er ganske tight.

I helgen (8.-10. november) var det duket for World Cup ritt nr. 2 i Glasgow, Storbritania. Anita tok en suveren 7. plass i Omnium, med en 3. plass i poengløpet og en 4. plass i Scratch som beste resultat i øvelsene. I tempo ble hun nr. 11 og i elimination nr. 15.

Anita ligger nå godt an for en deltakelse i neste års OL i Tokyo, men hun kan ikke hvile på laurbærene. Hun må derfor delta i alle World Cup rittene denne sesongen, for å være sikret en plass blant de 21 landene som må kvalifisere seg, og hun er alene fra Norge.

Neste World Cup ritt er i Hong Kong 29. november - 1. desember. Deretter følger New Zealand 6.-8. desember, Australia 13.-15. desember og til slutt Canada over nyåret (24.-26. januar). I tillegg blir hun med til VM i Berlin i slutten av februar.

Først er det NM Bane i Odense, Danmark som står på programmet. Til helgen skal hun forsøke å raske med seg ni gull av ni mulige. Vi håper å kunne arrangere NM på Sola Arena i 2020.



Anita Yvonne Stenberg med seier i Hong Kong



Anita Yvonne Stenberg (27) deltok i World Cup på bane i Hong Kong første helgen i desember, og tok sin første verdenscupseier noensinne i øvelsen Scratch. Øvelsen vinnes ved å være første rytter i mål når 40 runder er syklet. Østerrike Verena Eberhardt forsøkte å få et forsprang, men Anita hang seg på og fikk en runde, og klarte å holde stillingen til mål. Eberhardt klarte så vidt å henge på, og kom på 2. plass. Tredje pallplass fikk Maria Martins fra Portugal.

Dette er stort for Anita og Norge, når vi vet at hun er eneste norske deltaker som kjører banesykling internasjonalt. I tillegg ble Anita nr. 5 i Omnium. Vi bøyer oss i hatten og gratulerer Anita så mye med sin første World Cup seier!





World Cup 4 i New Zealand

Anita nr. 8 i Omnium



Det ble ikke helt det store jubelbruset i Cambrigde, som forrige helg i Hong Kong, men en 13. plass i Scratch og 8. plass i Omnium er mer enn godkjent. Anita Yvonne Stenberg var ikke i slag, og hadde vært syk om natten. Rittene gikk 7.-8. desember.

Anita og trener Kenneth Berner er i skrivende stund i Brisbane, Australia for den femte og nest siste World Cup konkurransen som skal gjennomføres nå til helgen. Siste World Cup går av stabelen i Milton, Canda 24.-26. januar 2020.

Vi heier på Anita i de to siste World Cupene som hun kjører for å få nok poeng til å kvalifisere seg til OL i Tokyo neste år.

Anita med 8. plass i Omnium

Er fortsatt med i kampen om OL plass

Anita Yvonne Stenberg fikk nok en bra plassering helgen 14.-15. desember under det neste siste World Cup arrangementet i Brisbane, Australia. Hun ble nr. 8 i Omnium, og fikk 4. plass i Elimination som beste resultat, i tillegg til en 6. plass på Scratch.

Siste og sjette World Cup konkurranse for sesongen 2019-2020 blir i Milton, Canada 24.-26. januar. En måned etter rundes det av med VM i Berlin, Tyskland 26. februar - 1. mars. Disse to konkurransene blir spesielt spennende og viktige for Anita, som fortsatt ikke er helt trygg på OL plass i Tokyo neste år.



OL rankingen går på nasjon og ikke på utøveren. Anita kjører som kjent alene som utøver på dette nivået, og må sørge for alle poengene selv. De 13 høyest rankede nasjonene får en plass, men her må også alle kontinenter være representert. I tillegg er det 8 syklister som er kvalifisert for Madison, som automatisk får en plass i Omnium.

Vi krysser fingre og tær for Anita i de kommende månedene!

BANESAMLINGER 2019

Rapport fra jentesamling på Odensebanen

God og fartsfylt opplevelse for 11 ivrige syklister



8.-10. februar var 11 sykkeljenter på jentesamling og treningstur i den velrennomerte Velodromen i Odense.

Jentene som var på tur representerte større deler av vårt langstrakte land, da fra klubber som Rye, Frøy, Follo og Eidsvoll, men også fra Bergen, Bokn og Elverum.

Jentesamlingen bestod denne gangen av jenter i alder 9-16 år med bakgrunn i forskjellige sykkelgrener og svært ulik sykkelerfaring. Jentene på tur var en god og jevn blanding av terreng- og landeveissyklister. Eidsvoll-jenta på 16 år og Rye-jenta på 9 år har akkurat startet som aktive syklister.



Selv med ulik sykkelbakgrunn og erfaring ble turen en flott og fartsfylt opplevelse for alle deltagerne, hvor alle fikk individuell tilpasset opplæring, men også fellesopplegg som samlet skaper mestringsfølelse og adrenalin-kick "DELUX"!

May Britt Våland styrte og gjennomførte jentesamlingen og hadde planlagt innholdet på en veldig god og samlende måte. Det må legges til at May Britt er en inspirerende, motiverende og kunnskapsrik ildsjel i norsk sykkelport. Hun har med lang og svært innholdsrik erfaring fra sykkelverdenen som hun deler med seg på en engasjerende og inspirerende måte. Hun er tydelig i formen og vet å skape treningsglede og opplegg for barn og ungdom! På samlingen hadde May Britt planlagt i alt 5 økter på banen samt at hun holdt ett innholdsrikt innlegg om barn og ungdom i idrett.

Jentene sov på anlegget tilhørende Velodromen på sovebrakker. Flere av jentene hadde med foreldre, men ikke alle. Odense sykkelbane sto for frokost og lunsj, dette med en dansk vri der blant annet hjemmelaget lun leverpostei sto på menyen. En middag ute på et hyggelig spisested i Odense Sentrum ble det også tid til. Treningssamlingen var den andre turen til Danmark i regi av Regionen og Forbundet med fokus på å samle jenter til sosialt samvær og etablere treningsmiljø på tvers av klubber.

Jentene som var samlet på turen er en flott gjeng som raskt fant tonen og har etablert vennskap, så den støtten både forbundet og regionen har bidratt med ser ut til å gi det resultat man ønsker.

Jentene ønsker og håper at flere jenter vil bli med på neste samling. Det diskuteres en ny tur allerede, en samling som mulig avholdes en helg i første halvdel av april 2019. Nærmere info kommer.

Følg med på sykling.no, regionenes hjemmesider, og ikke minst: Meld på jentene deres på disse samlingene.

Samlingene blir opplevelser barna og ungdommene aldri vil glemme og nye og flere relasjoner til likesinnede kan ikke være feil noen gang.

Mvh
Torbjørn Sven Stokke



RAPPORT FRA BANESAMLING I ODENSE

28 syklistere imponerte med innsats og lærevilje



Norges Cykleforbunds banesamling ble arrangert på Odensebanen i Danmark helgen 18. - 20. oktober. Ledere var Geir Henning Larsen, Tamas Lengyel og Martin Feldmann. De hadde til sammen stor kunnskap på ulike områder, både som utøvere på bane, ledere, trenere, kommissærer og mekanikere. De 28 deltakerne var fra ulike deler av Norge, både Vestfold, Telemark, Oslo, Hedmark, Oppland, Hordaland og Rogaland.

Dag 1

Vi startet NCF sin banesamling med 28 forventningsfulle ryttere i alle aldre. Kjekt å se at så mange jenter deltar. Etter en rask innføring i banesykling, og hvordan kjøre sikkert på banen var det tid for trening. Vi delte inn i to grupper, en med nybegynnere og en med de som hadde syklet på bane før. Nybegynnere fikk god innføring i start og stopp, og hvordan regulere farten med pedalene. De fikk også kjenne på hvordan det er å bevege seg oppover i banen. Det var utrolig å se hvor fort de lærte. De mer erfarne fikk etter god oppvarming kjøre noen sprintøvelser. Dagen ble avsluttet med lekeløp.

Dag 2

Lørdag morgen startet vi med en kort samling i brakken. Her ble det info om dagens program og litt om de forskjellige øvelsene. På banen startet vi med felles oppvarming kl 9, men de fleste var allerede igang på sykkelen. Avsluttet oppvarmingen med økende tempo en del runder før 5 runder med stor fart og veksling i svingene.

Etter oppvarming kjørte vi lagtempo med innlagt 100m flying start. En grei start på å øve på stor fart. Etter dette var det tid for whistle sprint, eller fløytesprint. Her kjørte 2 lag på den blå linjen i



moderat tempo, med konstant en halv runde avstand. Ved blås i fløyta spurtet første rytter opp til gruppa foran, og la seg så bakerst. Etter at alle hadde gjort dette en gang, ble det blåst med korte mellomrom slik at alle spurtet samtidig. God trening på reaksjon, akselerasjon og spurt. Så ut som mange likte denne øvelsen.

Etterpå ble det kjørt Scratch. Dette er fellesstart hvor det gjelder å være først over mål etter x antall runder. Selv om det her er lett at det blir lureløp, var det i alle grupper aktiv kjøring fra start.

Vi avsluttet økten med 200m flying start med tidtaking. Her hadde vi fokus på teknikk og det å mobilisere maks ut fra start.

Etter en velfortjent lunsjpause, var det klart for 3 nye timer på banen. Startet med oppvarming som tidligere på dagen. Første øvelse denne økten var 4000m lagkjøring med fast start. Neste på programmet var igjen Whistle sprint, som vi hadde suksess med tidligere på dagen. Denne øvelsen er

grei å gjennomføre med relativt mange ryttere på banen, og en får trent på mange ting samtidig. Lagkjøring, justere fart i forhold til annet lag, reaksjon, akselerasjon, stupe ned mot sort linje og langspurt.

Vi avsluttet dagen med øving på fast start. Igjen var det fokus på teknikk på hvordan man fortest mulig skal få opp farten på sykkelen.

Dag 3

Vi startet som vanlig dagens økt med oppvarming, med stigende tempo og vekslinger i svingene.

Vi delte så inn i 3 grupper og kjørte poengløp fra 25 til 40 runder. Det ble spurtet hver 5. runde (i løp er det flere runder og spurt hver 10. runde). Det ble som vanlig kjørt hardt, men gledelig veldig strukturert og sikkert.

Så at en del begynte å bli slitne etter poengløpet, så rytterne fikk lov å velge selv mellom å kjøre 2000m lagkjøring eller 500m fast start. Noen hadde ikke fått nok, og kjørte begge deler. Vi så at øvelse gjør mester, og gjennomføring av lagkjøring ble utført så det var en fryd for øyet. På 500m var det en del av rytterne som utfordret sine fedre til duell. Da var det ikke noe å si på innsatsen.

Helgen oppsummert fra oss instruktører, så er vi veldig imponert over innsatsen, læreviljen og fremgangen. Enkelte hadde aldri syklet på bane før, men det gikk ikke lang tid før de så veldig drevne ut. Jeg tror vi hadde en del stolte øyeblikk på vegne av rytterne. Det var en veldig kjekk gjeng å være sammen med, og vi gjentar gjerne dette igjen. Håper vi ser mange av dere igjen enten til NM, eller på Sola når banen står klar.

Takk til alle for innsatsen og at det ble en kjekk samling.

Mvh Geir, Martin og Tamas





Landslag Trial 2018



Vår hardt satsende utøver i grenen Trial har for femte gang blitt Norgesmester og er vinner i NorgesCupen Trial for syvende gang.

Eirik Ulltang har deltatt i samtlige World Cup konkurranser i Trial dette året, men har til gode å matche toppåret 2016.

Det ble arrangert fire verdenscuper denne sesongen:

Østerrike, Vöcklabruck 7.-8. juli
Italia, Val di Sole 25.-26. august
Belgia, Antwerpen 22.-23. september
Tyskland, Berlin 13.-14. oktober.

Sesongen ble bare min nest beste, da jeg manglet å matche topplasseringene mine fra 2016. Det ble tre semifinaler, og plasseringene 17, 18, 23 og 28. Det holdt til en 17. plass sammenlagt, og rankingen min blir stadig bedre. Per nå er jeg rangert som nummer 20 i verden.

Knut Fosse og Mads Lexander deltok i Val di Sole i august. De ble hhv. nr. 33 og 37.

Om noen uker reiser vi til Kina og sykler VM. Jeg har trent veldig hardt og målrettet den siste tiden, og har mål om å forbedre 14. plassen min fra 2017!

UCI Urban Cycling World Championships blir gjennomført i Chengdu i Kina i begynnelsen av november. Dessverre ble det ikke tangering av plasseringen, men en 19. plass i dette selskapet er mer enn godkjent. Britiske Jack Carthy ble verdensmester.





Landslag Trial 2019

Vinner av norgescupen

Som nevnt over, var det to N-cupritt i Norheimsund. Vi hadde en helg med N-cup to uker før dette, i Tomter i Østfold. Jeg vant begge rittene her også, noe som gjør at jeg vant min åttende norgescup sammenlagt (av åtte mulige). Jeg har faktisk ikke blitt dårligere enn førsteplass siden 2015, men jeg tror snart vi får opp noen nye talentfulle syklister som kan utfordre meg i årene framover.

Norgesmester for sjette gang

Historiens sjette norgesmesterskap i trial ble arrangert av oss i Hardanger SK på KBT Trialarena i Norheimsund helga 31. august til 1. september. Dette var en dobbel ritthelg, der vi hadde norgescup på lørdagen, og kombinert norgescup og NM på søndagen. Jeg klarte det som var målsettingen, og vant begge rittene. Det betyr at jeg nå er norgesmester for sjette gang. Og jeg skal ikke gi meg før jeg er blitt det minst ti ganger!



To verdenscupritt

Det var vært to verdenscupritthelger i sommer. Første var i juli i Salzburg, Østerrike. Før dette rittet hadde hovedfokus mitt vært sykkelshow, og forventningene var lave. Jeg var ikke sikker på om jeg kom inn blant de 25 beste. Men, kvartfinalen gikk veldig bra, der jeg fekk en av de beste poengsummene av samtlige. I semifinalen merke jeg at sykkelshow ikke er den beste treningen for verdenscup, så jeg måtte ta til takke med 23.plass.

I august var det verdenscup i Val di Sole i Italia. Før verdenscupen hadde jeg en av mine beste trenings måneder noensinne, og jeg har utviklet meg mye. Der gikk likevel kvartfinalen litt dårligere, men jeg klarte å kvalifisere meg. I semifinalen syklet jeg veldig bra, men feil på de samme to hinderne begge rundene, gjorde at jeg gikk glipp av mange poeng. Det ble en 20.plass, som er et steg i riktig retning.

Neste internasjonale ritt er i oktober, i Toscana i Italia. Der er det EM og verdenscupavslutning.



Eirik Ulltang satser videre mot 2020 sesongen

Har hatt over 30 show i 2019 sesongen

Etter en litt skuffende avslutning på 2019-sesongen med EM og VM (som jeg har forbigått i stillhet), bestemte jeg meg for å gå rett i gang med forberedelsene til 2020. Fysiske tester viser at jeg ikke er noe svakere nå, sammenlignet med rett før sesongstart, som betyr at jeg kan bygge videre på dette grunnlaget, og ha framgang inn mot 2020. Spensten har vært min dårligste side tidligere, men nå er jeg endelig i stand til å klare mange av de høyeste hindringene i verdenscup og mesterskap.



ÅRSRAPPORTER UTVALG OG KOMITÉER 2018-2019

Årsrapport fra Grenutvalg Landevei 2018-2019

Tingvalgte medlemmer:

Marianne Riste, Ringerike SK
Rune Torkildsen, Fana IL Sykkel
Kirsti Ruud, Økern CK (engasjement i administrasjonen - dispensasjon)
Caroline Vamnes, BOC
Henning Andresen, Grenland SK
Jan Oluf Jæger, Bodø Ck

Styrets representant/leder: Solveig Skottene

Administrasjonens representant: Hans Falk

1. Gjennomførte aktiviteter

GU Landevei har i perioden avholdt 1 fysisk møte, der også arrangementsansvarlig, sportsjef og GS deltok, i forbindelse med fellesmøte 9.3.2019. I perioden før og etter har vi saksbehandlet og ekspedert det som er blitt forelagt oss fra adm. og klubbene via Skype, telefon, SMS og e-post. Det meste har hatt korte høringsfrister. Grunnet endring i administrasjonen, arbeidsmetode og arbeidsfordeling har vi vært lite involvert i søknadsprosessen vedrørende NM/NC på et tidlig stadium.

Hovedaktivitet i perioden har vært:

- Rådgivning ved spørsmål relatert til terminlistefastsettelse av NM/NC og rankingritt
- Regelendring skivebrems – justert til også å gjelde aldersbestemte klasser fra 1.1.2019. Vi har også sett på om utstyrsreglementet for målgruppen bør endres, men avventer til vi ser hva vi kan bli enige om i Norden.
- Reglejustering for lisensholdere med UCI Elite Pro lisens for deltagelse i turritt sammen med GU Terreng
- Henning Andresen oppnevnt som medlem til Nordic Cycling – Road race Committee
- Deltagelse på arrangørseminar; opplevd påtrykk for mer temporitt, bedre arrangørmanual, tydeligere sikkerhetsguide og ikke minst ønske om en felles plattform for å søke ritt og nødvendige tillatelser.
- Innspill til ny SPD
- Tempo inkludert ved alle Norgescuphelgene kategori 4.

2. Utvalgets forslag til fremtidige tiltak

- Sørge for at jentene får maks ut av sykkelporten og rettferdige forhold i forbindelse med ritt. At de får kjørt opp mot maks distanse og en mer opplevd rettferdig starttid.
- Viktig at man tydeliggjør arrangørtrappa – opparbeidelse av nødvendig arrangørkompetanse.
- Holde trykket oppe for å få likt regelverk for aldersbestemte klasser i Norden.
- Utarbeide spørreundersøkelse til alle rittarrangørene og deltagere. GU Terreng har hatt stor suksess med sin, og dette er et ypperlig verktøy for videre planlegging og justering.
- Forenkle søknader –oppdatere sjekklister, arrangørmanualer
- Unngå forvirring om hva som gjelder; ta i bruk den engelske utgaven av UCI reglene og kutt ut den norske oversettelsen som er utdatert før den er ferdig oversatt. Kun ha de norske tilpasningene på norsk.
- GU LV må være mere «på» sammen med adm. kan være mentor, observatører og bistå arrangørene.



Årsrapport fra Grenutvalg Terreng 2018-2019

Grenutvalgets (GU) sammensetning

Erik Sæther (TVK/Region Midt), Ingrid Sofie Bø Jacobsen (Halden CK/Region Øst), Lena Øverbye (Romeriksåsen/Region Øst), Haakon Faanes (Lillehammer CK/Region Innlandet), Kent Siggerud (Soon CK/Region Øst), Ole Kristian Rudland (Kvam IL/Region Innlandet) og Tord Bern Hansen (leder/styret). Eddy Knudsen Storsæter har vært kontakt for NCF administrasjon.

GU har hatt en sammensetning av medlemmer som har god kjennskap til sporten. Kunnskapen om både øvelsene maraton, sprint og rundbane, og utøver innen elite, mosjon og master er ivaretatt. I tillegg har grenutvalget erfaringer både som arrangører og støtteapparat på nasjonale og internasjonale konkurranser.

GU har i perioden gjennomført 13 fysiske møter i tillegg til enkelte avklaringer på epost. Det har vært mulighet for å delta på skype. Samhandlingen med administrasjonen har vært god. Alle møter har hatt dagsorden og referat, og referatene er lagt ut på sykling.no etter kort tid. Grenutvalget har også gjennomført kommentarrunder i viktige saker hvor det er vært åpent for alle i miljøet å komme med innspill.

Planer for å sikre god styring og utvikling

For å skape forutsigbarhet i arbeidet og legge til rette for en god samhandling med administrasjonen etablerte grenutvalget tidlig i perioden et årshjul hvor aktivitetene var tilpasset tidsmessig til NCF sitt sentrale årshjul.

	Januar	Februar	Mars	April	Mai	Juni	Juli	August	September	Oktober	November	Desember
	Forberede sesongstart			Sesong						Sesong-evaluering	Planarbeid neste år	
Hendelser		Arrangør- og anleggsseminar	Sykkelting / årsmøte				Søknadsfrist UCI ritt			Trenerseminar Søknad NC-ritt		Budsjett-behandling i NCF
GU-møter	#1	#2		#3		#4				#5	#6	
Fremtidsbilde, plan og budsjett	Handlingsplan for tiltak i 2019	Forberede årsmøte / sykkelting								Status 2019 tiltak	Justere fremtidsbilde Fokus/tiltak neste år	Budsjettinnspill
Rapportering og evaluering	Evaluering (f.eks spørreundersøkelser) av årets sesong: beslutte temaer, målgrupper og plan			Evaluering: Beslutte spørsmål og tidspunkt						Gjennomgang av resultater fra evaluering - forslag til kortsiktige og langsiktige tiltak		
Karrierevei										Gjennomgang av uttakskriterier for landslag og representasjon		
Treningsmiljø		Sette ned program-komite trenerseminar				Beslutte program trenerseminar				Gjennomgå evaluering fra trenerseminaret		
Ritt, anlegg og utstyr	Justere kjøreplan Program for arrangørseminar	Rammer neste sesongs øvelsesprogram og UCI kategorier		Søknadsprosess/ ønsker neste års ritt		Koordinering UCI ritt i Norden	Utvelgelse av UCI ritt og NM (epost/skype)				Utvelgelse av NC ritt som ikke har UCI kategori	
Administrativt				Nytt GU blir kjent Rollen til GU Innføring i NCF (hvert annet år)							Oppdatere årshjul Neste års møter	

For å bidra til en prioritert og planlagt utvikling av sporten, laget GU et fremtidsbilde (målbylde) for hvilken retning vi ønsket å utvikle grenen, og det ble laget en tiltaksplan for å starte utviklingen. GU har arbeidet med hovedområdene ritt, karrierevei, treningsmiljø og anlegg med tilhørende mål:

- Ritt
 - Attraktive internasjonale (UCI) ritt i Norge
 - NC ritt skal ha et variert øvelsesprogram
 - Øke antall utlendinger fra Norden og resten av verden, og nivået på disse i våre ritt
 - Bidra til at våre beste norske ryttere stiller i norske UCI ritt
 - Øke publikum på UCI ritt
 - Geografisk spredning av NC
 - Flere regionale Cuper
- Karrierevei:
 - Tydelige trinn i utviklingstrappen for treningsmiljø fra klubb til landslag



- Rytterne har et tilbud/støtteapparat å strekke seg etter / kvalifisere for som bidrar til matching i ritt på riktig nivå
- Kjente og tydelige uttakskriterier på landslag
- Økonomi til å kunne satse på idretten
- Treningsmiljø
 - Trenerne med god kompetanse
 - Øke antall trenere som har trenerarbeidet som hovedinntektskilde
 - Flere toppidrettsgymnas med terrengsykkellinje
 - Øke antall klubber med robuste aktive miljøer av ungdommer over 15 år
 - Utdanningstilbud (trenerkurs, seminar, mentorordninger)
 - Regioner som har systematisk klubb samarbeid om trening
- Anlegg
 - Tilgang på stinettverk for alle syklister
 - Øke antall klubber med treningsanlegg med relevante løyper
 - Bidra til flere destinasjoner som egner seg for sykkelsamlinger
 - Øke antall anlegg som tilfredsstiller UCI ritt

Nedenfor følger en oversikt over GU sitt viktigste arbeid på de ulike områdene.

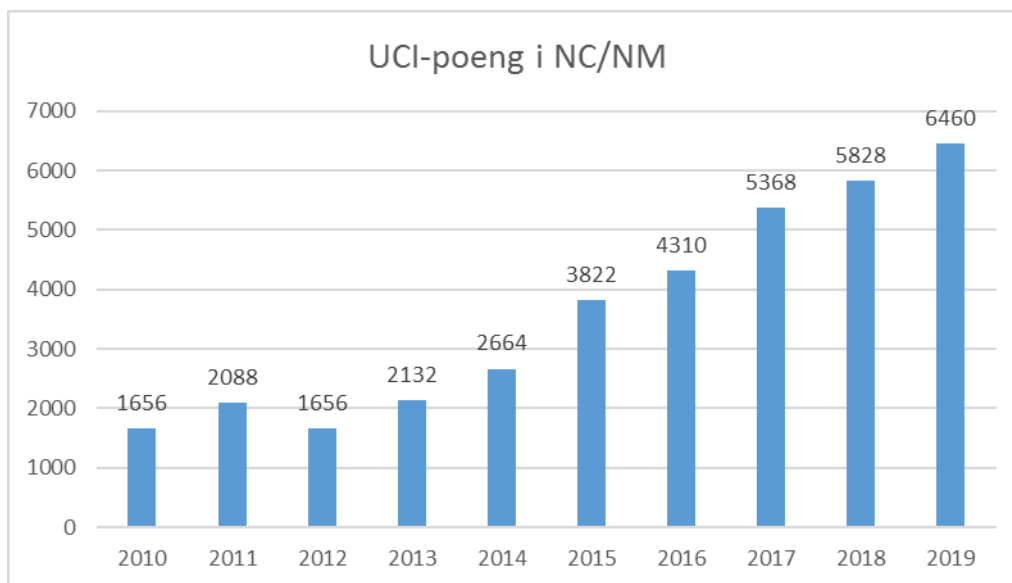
Ritt

Øvelsesprogram

GU har et bevisst forhold til rittformatene i rankingritt, NC og NM. Vi har en differensiering mellom øvelsene for å skape mer publikums- og medievennlige formater samtidig som det legger til rette for at flere ryttertyper kan hevde seg. Dette er viktig for en videreutvikling av sporten. Her har vi ligget foran UCI og det er gledelig å se at de går i samme retning for verdenscupen. I samarbeid med gode arrangørklubber har arbeidet ført til at Norges cupen nå består av ritt som inneholder tradisjonell rundbane, sprint, kortbane og tempo. Den olympiske øvelsen rundbane er alltid et fast innslag i konkurransehelgene. I aldersbestemte klasser gjennomføres også tekniske øvelser. For å utvikle sporten og rittformatene videre er det viktig at UCI setter flere øvelser på mesterskapsprogrammene og tillater høyere kategorisering av andre formater enn den tradisjonelle rundbaneøvelsen. Her har vi i NCF en jobb å gjøre opp mot UCI.

Norges cup og mesterskap rundbane sesongen 2018 og 2019

GU har initiert og vært pådriver til NC 2018 og NC 2019, både i forhold til arrangement og til å søke om UCI status for sine ritt. I 2018 var 8 av 10 NC-ritt UCI ritt og i 2019 var 10 av 11 NC rittene UCI ritt i Rundbane. UCI status på rittene er viktig for å trekke gode internasjonale utøvere til Norge for å gi våre utøvere utfordringer og for at våre utøvere og nasjonen som helhet avanserer på den internasjonale rankingen. Det høyest kategoriserte rittet i 2019 var et etapperitt med UCI status S1 hvor omkring halvparten av deltagerne var utenlandske, og flere av disse hadde topplasseringer i World Cup og OL.



Oversikten viser utvikling i antall UCI-poeng som er tilgjengelig ved UCI-registrerte ritt i Norge i perioden 2010 til 2019. Denne omfatter NM og NC Rundbane og Maraton. World Cup i 2013 og VM i 2014 er ikke med i beregningen. Oversikten forteller at det er lagt ned et betydelig arbeid fra arrangører for å legge forholdene til rette for satsing på terrengsykling i Norge. For å kunne opprettholde satsingen og fremgangen er det kritisk å opprettholde dette nivået på UCI-ritt i årene som kommer. Uten dette blir det langt dyrere å samle UCI-poeng for rytterne, det vil kreve mye mere tid og effekten tilbake i ny rekruttering vil bli borte hvis disse rittene mister sin status. For GU er det meget viktig at NC arrangeres i flere landsdeler. I 2018 og 2019 er NC Terreng Rundbane blitt arrangert i Region Øst, TeVeBu og Innlandet. NM er arrangert i en av de samme regionene. I NM og NC Terreng Maraton er den geografiske spredningen noe bedre med Region Sør har hatt arrangementer i tillegg til de nevnte for Rundbane. GU jobber for å få NM/NC arrangementene spredt på flere regioner. I 2020 vil det igjen arrangeres NC Terreng Rundbane i Region Sør.

GU vil fremheve den meget positive utviklingen i antall deltagere i NC og NM Terreng Rundbane. Deltagelsen har steget jevnt de senere årene og antall starter totalt har økt med drøyt 15% fra 2017 til 2019. Spesielt gledelig er det at økning i aldersbestemte klasser (13-16 år) har den høyeste andelen av økningen.





Arrangørseminar

Det årlige arrangørseminaret for NM og NC arrangører er viktig for å sikre kvalitet på, og samkjøre arrangementene. I 2018 ble dette gjennomført som et «Skype»-møte for NM og NC Terreng Rundbane grunnet stram økonomi. I 2019 ble det igjen arrangert som et heldagsmøte på Gardermoen med både Maraton- og Rundbanearrangører.

GU har en sentral rolle i planlegging og gjennomføring av seminaret sammen med arrangementsansvarlig i NCF/Adm. Fokusområder på seminaret er samkjøring av opplegg for å skape helhet i Norges cupen og NM. Et annet viktig område er erfaringsutveksling mellom arrangørene. Det har også vært fokus på påmeldings- og tidtakerløsninger for å sikre kvaliteten på disse tjenestene, men her gjenstår det dessverre et godt stykke arbeid.

Deltagelsen og engasjementet fra deltagerne har vært meget bra. Tilbakemeldingene fra deltagerne på arrangørseminaret er også veldig gode. Seminaret må videreføres i kommende periode for å bidra til jevn og høy kvalitet..

Spørreundersøkelse

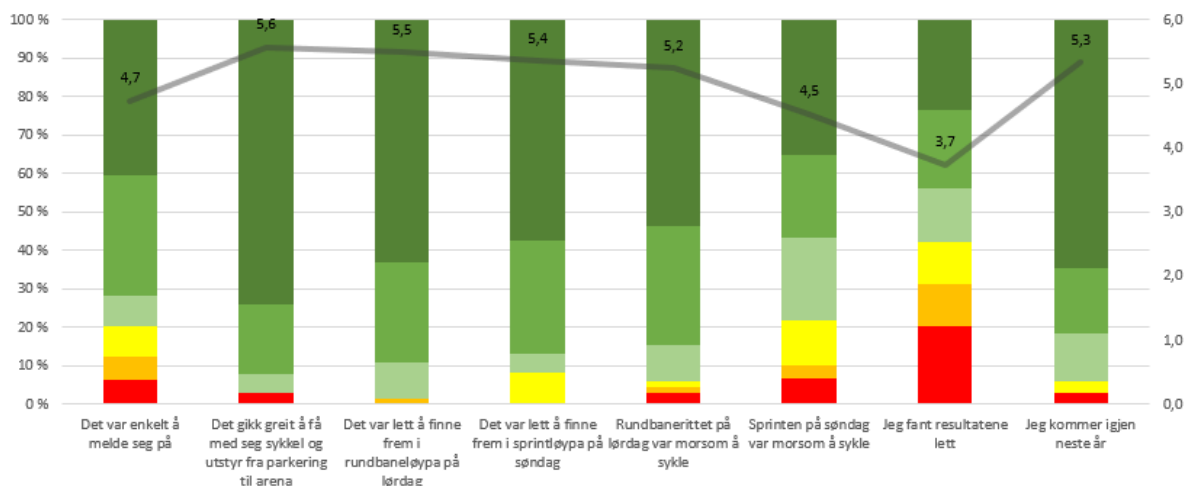
NCF ønsker å fortsette å utvikle Norges Cup og NM rittene i terrengsykling. For å få erfaringer og forslag til forbedringer har forbundet sendt ut en spørreundersøkelse etter hver rundbanehelg til alle som har deltatt. Spørsmålene er utformet i samarbeid mellom arrangørene, grenutvalg terreng og arrangementsansvarlig. Svarene ble behandlet anonymt.

Hensikten med undersøkelsen er at hver rittarrangør skal få verdifulle tilbakemeldinger for å utvikle sitt arrangement innenfor rammene gitt av NCF (regelverk, løypenorm, kjøreplan og felles tidtakingstjenester), og for at grenutvalg terreng kan legge til rette for gjennomgående forbedringer for våre nasjonale og internasjonale ritt. Eksempler på dette er tidsplan, starttrekkefølge, øvelser, tidtaking og påmelding.

Undersøkelsen inneholder noen standardspørsmål. I tillegg kan hver arrangør legge til noen få individuelle spørsmål, og rytterne har mulighet til å gi friteksttilbakemeldinger. Vi har sendt en oppsummering av undersøkelsen til rittets leder.

Etter sesongen har GU utført en gjennomgang av materialet som vi bruker som grunnlag for å vurdere endringer av kjøreplan, løypenorm, øvelsesprogram osv for neste sesong.

Basert på de erfaringer vi har gjort med årets spørreundersøkelse, ønsker vi å fortsette med spørreundersøkelse for neste sesong. Det har vært både bekreftelser på de antagelser vi har hatt i forbindelse med arrangementene, men også mange nyttige innspill på hvordan vi kan forbedre sporten.





Kjøreplan NC rundbane og maraton

Ut fra erfaringer og mottatte innspill har kjøreplanen for NM og NC terreng rundbane blitt videreutviklet. Dette for at alle deltagere skal få best mulige konkurranseforhold og for at logistikken for deltagere/støtteapparat skal være best mulig. Etter hvert som deltagerantallet har steget på arrangementene har det vært viktig å gjøre tiltak som gjør at det ikke blir unødige køkjøring og konflikter mellom deltagerne.

Et av tiltakene som er tatt gjennomført er å likestille jenter og gutter i forhold til hvilken vanskelighetsgrad de respektive løypene har.

Nye bestemmelser for anbefalte kjøretider er harmonisert mellom jenter og gutter i både maraton og rundbane. Bestemmelsene har minimum og maksimum estimerte vinnertider.

Nordisk koordinering av internasjonale ritt

I perioden har vi hatt et samarbeid med terrengkontaktene i de nordiske landene for å koordinere internasjonale terrengritt i Norden. Hensikten har vært å redusere at høyt kategoriserte UCI ritt havner på samme dato. Ved å spre viktige ritt bidrar vi til at nordiske ryttere får et bedre tilbud i nabolandene samtidig som deltagelsen og konkurransen blir bedre på rittene. Dette utvikler rytterne og gir bedre økonomi for arrangørene. Vi har fått til en bedring i perioden.

Utvikling av Norges cup maraton

Aktive ryttere i maraton-cupen har kommet med innspill til hva som kan gjøres for å forbedre cupen. Ideelt sett, ut fra et trening- og rytterutviklingsperspektiv, vil man kun ha lange og harde løyper, men det blir sett på som enda viktigere å ha en cup som faktisk er gjev å være med på så vel i enkeltritt og som en cup over flere ritt. Det har blitt fremmet interesser for å få til en rittsammensetning som ikke bare er gøy å sykle, men som også skaper blest rundt konkurransene, gjerne i form av mange deltakere.

Et tiltak som vurderes er å redusere på kravene til lengde og antall høydemeter. Dette gjør at enkelte ritt som for øyeblikket ekskluderes fra cupen kan vurderes aktuelle. Et annet, som det var stort ønske om fra de aktive rytterne, er å oppfordre til maratonritt som arrangeres i rundløyper på 15-20 km. Da kan løypene relativt enkelt tilpasses slik at både turryttere og NC-klasser får en god opplevelse. Det bør nevnes at det fortsatt er ønskelig å beholde noen ritt som oppleves som tunge maratonritt, både for variasjonens skyld og for å kunne gi et tilbud til de aktive rytterne som ønsker det.

GU terreng ønsker en sammensetning av rittene i Norges cupen som inneholder minimum 3 store ritt, rittene bør spenne fra enkle grusritt til krevende tekniske ritt. Etapperitt er også ønsket som en del av cupen.

Det har også blitt gjort en regelendring i forbindelse med UCI-rytteres deltagelse på turritt. Tidligere hadde ryttere med UCI-lisens ikke anledning til å stille i turritt. Denne begrensningen er ikke lenger gjeldende innenfor terrengritt, og disse rytterne kan nå stille til start.

Uoffisielt NM fatbike

Fatbike som sykkelgren har kommet som en vinteraktivitet de siste 4-5 årene og gjort sykling til en helårsidrett. GU har utviklet norm for grenen. Denne er godkjent av NCF styre. Fatbike ritt har blitt arrangert i perioden i vinterhalvåret og i 2019 var flere av rittene meldt inn på NCF terminliste. Rittene har vært et lavterskeltilbud, og hatt opp mot 60 – 100 påmeldte. I perioden har det vært arrangert uoffisielt NM i grenen. Lygna FATBIKE arrangerte i 2018 og Skaidi extreme arrangerte i 2019. Grenen utfordres med uforutsigbare værforhold, men arrangement nordpå synes som meget positivt for sykkelporten da hele landet blir engasjert. Å etablere offisielt NM i grenen mener GU at krever flere deltagere og et mer stabilt rittilbud.



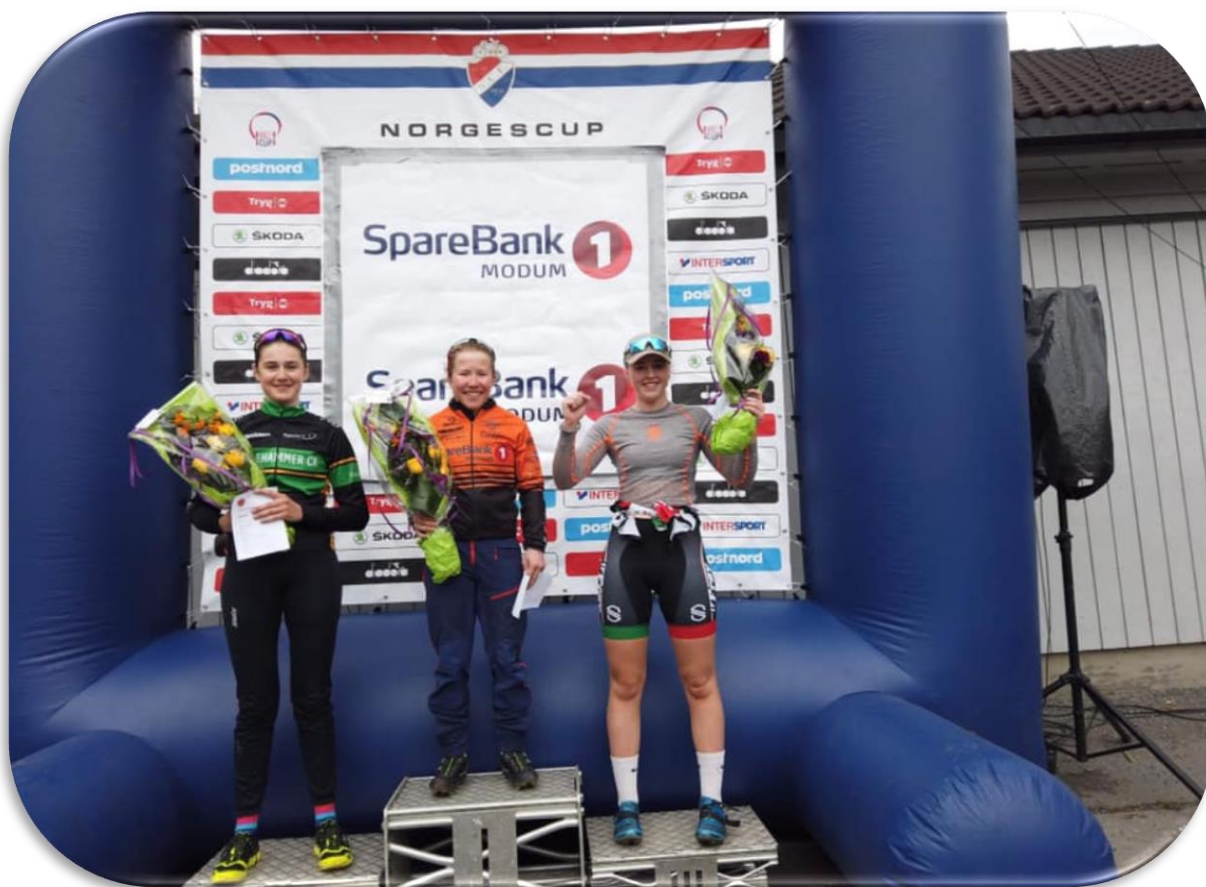
Karrierevei

Tydelige og kommuniserte uttakskriterier

GU og NCF administrasjon har samarbeidet om en revisjon av uttakskriteriene før 2019 sesongen. Hensikten var å skape forutsigbarhet og tydelighet og dermed redusere misnøye med uttak på landslag og til mesterskap i rundbane, sprint og maraton. Da det er forskjell mellom grenene, er uttakskriteriene differensiert. Erfaringen etter 2019-sesongen er at uttakskriteriene og kommunikasjonen av disse har skapt den nødvendige forutsigbarheten og tydeligheten som var ønsket.

Rekrutteringslandslag

Dagens ryttere på elitelaget presterer godt internasjonalt. På veien til elitelaget hadde disse rytterne et enkelt, men viktig tilbud som juniorer og U23 ryttere på et rekrutteringslandslag. I 2018 var det ikke et tilbud om et rekrutteringslandslag, og GU terreng er svært bekymret for at steget fra klubb til elitenivå blir for stort, og at gode ryttere forsvinner fra sporten eller ikke når sitt potensiale grunnet manglende matching på riktig nivå og et svært dårlig tilbud. I 2019 ble det igjen etablert et rekrutteringslandslag etter på trykk fra GU, men tilbudet er ennå for dårlig for å få tilfredsstillende utvikling av utøverne. Det er viktig at dette utvikles i årene som kommer for å sikre ettervekst. GU mener at strukturer, systematisk oppfølging, bygging av lagfølelse og synergier med elitelaget er viktigere enn fullfinansiering av et fullt rittprogram.



Iverksetting av vektgrense for terrengsykkel i aldersbestemte klasser

Utvalget har i perioden iverksatt nye utstyrsregler og vektgrense for terrengsykkel. Dette er markedsført på sykling.no og trådte i kraft på NC/UM ritt i 2019. Det synes som om reglene har blitt godt mottatt og iverksatt i sporten med vekt og veiemulighet før ritt og kontroll av enkeltryttere etter målgang. Reglene har medført konkurranse på likere vilkår. Effekten i forhold til prisnivået på utstyret bør analyseres i kommende periode.

Treningsmiljø

Trenerseminar

Det ble gjennomført trenerseminar med 50 trenere/deltagere høsten 2019. Målgruppe var trenere og sportslige ledere med ansvar for utøvere 15+.

Vi ser viktigheten av å styrke trenerkompetansen i terrengsykkelsporten, men også danne gode arenaer for utveksling av erfaring og knytte kontakter på tvers av klubber og miljøer. Det er også viktig for den sportslige ledelsen i NCF å kunne informere om, og forankre den filosofi som ligger til grunnlag mht utvikling av utøvere innen terrengsykling.

Temaer som ble gjennomgått på seminaret var:

- Arbeidskrav/kapasitetsprofil/testmetodikk/uttakskriterier
- Årsplanmodell/periodisering
- Utviklingstrapp/treningsprinsipper ung utøver til eliterytter med eksempler fra våre landslagsutøvere
- Watt-trening
- Mentaltrening, visualisering, målsetningsarbeid



Fair play regler for utøvere, støtteapparat og foreldre

Vi har sett noen tilfeller av både utøvere og foreldre som blir litt ivrige og glemmer god sportsånd. Det er nok ingen som ønsker å fremstå som utøvere med dårlig sportsånd eller overivrige foreldre, men det kan være raskt å glemme i kampens hete. Grenutvalget i terreng har derfor laget utkast til «Fair Play»-spilleregler for utøveren, og foreldre, trenere og ledere, og vi håper at disse retningslinjene kan bidra til at flere reflekterer over egen oppførsel. Vi ønsker på denne måten å sette fokus på respekt og gode holdninger, slik at vi kan unngå uheldige episoder i fremtiden og at terrengsykkelsporten er et godt sted å være for alle.

I arbeidet med spillereglene for god sportslig oppførsel i terrengsykling, har NCF blant annet sett på hvordan de store lagidrettene som håndball og fotball har jobbet på dette området.

«Fair Play»-dokumentet består av to sett regler: ett for utøvere og ett for foreldre, trenere og ledere

Fair Play for utøveren

- Vis respekt for trenere, kommisærer og arrangører
- Vis respekt for treningskamerater og konkurrenter
- Vi jukser ikke, men følger de reglene som gjelder
- Ikke vær med på mobbing, rasisme eller annen dårlig oppførsel
- Bidra til at alle trives og har det gøy med syklingen
- Stop og hjelp andre utøvere om du ser han/hun er alvorlig skadet
- Tap og vinn med samme sinn

Foreldrevettregler

- Gi oppmuntring til alle utøvere
- Gi oppmuntring både i medgang og motgang –ikke gi kritikk
- Hjelp ditt barn til å tåle både seier og tap
- Respekter gjeldende regelverk
- Støtt arrangører og kommisærer –ikke kritiser avgjørelser, men kom med konstruktiv tilbakemelding og forslag til forbedringer i egnede kanaler
- Vis respekt for det arbeid klubben og arrangører gjør –tilby din hjelp

Etablering av terrengsykkellinje på toppidrettsgymnas

Frem til 2018 var NTG på Lillehammer eneste videregående skole med terrengsykkellinje. NTG Lillehammer har vært sentral i utviklingen av utøvere og treningsfilosofi, og har vært et viktig tilbud, spesielt for utøvere i mindre klubber. Når aktive ryttere flytter fra sine lokale klubber ser vi også at foreldreengasjementet i de lokale klubbene daler. Det kan begrense etterveksten i klubbene, redusere treningsmiljøet og rittilbudet. GU terreng mener derfor at det er viktig at det etableres terrengsykkellinjer i beskjedent omfang noen flere steder slik at tilbudet kommer i rytternes nærmiljø og at færre flytter fra klubbene sine. Det er viktig at det ikke blir en overetablering ellers blir ikke rekrutteringsgrunnlaget godt nok. Et samarbeid med lokale klubber er viktig.

Sammen med klubber i Osloområdet og Region øst har NCF sin administrasjon bidratt i etableringen av et tilbud ved Wang i Oslo. Det er gledelig å se at dette er i ferd med å vokse frem som et robust miljø med en god trenerkapasitet.

Anlegg

Det er gledelig at flere klubber og destinasjoner etablerer permanente sykkelanlegg både for stisykling og for konkurranse. Dette er med på å skape gode rekrutteringsarenaer og er med på å fremme generell interesse for terrengsykling. To eksempler fra byer/klubber er Harstad og Nilsbyen i Trondheim der de har klart å skaffe mye midler til anlegg gjennom god planlegging og lokalt



engasjement. Blant skidestinasjonene har Trysil vært et foregangssted. Dette arbeidet inspirer til tilsvarende anlegg flere andre steder.

Veileder for rundbaneanlegg

Ut fra normen til terreng rundbane er arbeidet med en veileder for rundbaneanlegg startet. Normen i seg selv vurderes revidert for å tilpasse seg UCIs anbefalinger samt nye trender.

Årsrapport fra Grenutvalg Utfor 2018-2019

GU utfor har i denne perioden bestått av: Camilla Frederich (leder), Stine Haugom og Lise Burud Smestad. Thomas Dahlsrud fra administrasjonen har vært sekretær for utvalget.

Utvalget har hatt 2 fysiske møter i perioden- begge møtene i 2019.

Representanter i utvalget:

Camilla Frederich ble valgt inn på Forbundstinget 2018. Utvalget fikk mandat av tinget til å finne representanter til utvalget. Stine Haugom og Lise Burud Smestad ble forespurrt. De takket ja og ble en del av utvalget våren 2019.

Rekruttering

Største delen av utformiljøet er østlandsbasert, og det er god aktivitet i enkelte klubber. Det har ikke blitt gjort noe spesifikt for rekruttering, så det må det fokuseres mer på fremover. Der det er god aktivitet er det viktige nøkkelpersoner (foreldre), som skaper godt miljø. Vi bør motivere til mer samarbeid mellom klubbene.

Aktivitet/ arrangement 2018/2019

- Sykkelritt:
NM 2018- Drammen, arrangert av Drammen CK og KIF
NM/SM 2019- Hafjell, arrangert av Mysen IF

Deltagelsen på utforritt har vært lav i de siste årene, men vi så en positiv utvikling i deltager antallet (107 påmeldte) på NM i Hafjell 2019. Da ble rittet arrangert som både SM og NM, noe som førte til flere deltagere. Det var også satt opp en sport enduro- klasse med 10 deltagere.

GU utfor på styremøte august 2019 - Lise Smestad Burud deltok og fikk presentert hvilke utfordringer vi har som en liten gren, og vi fikk presentert våre tanker og visjoner for veien fremover.

Landslag

Det har vært lite aktivitet i landslaget grunnet manglende økonomi. Vi i GU ser det som viktig at det finnes et landslag for å skape motivasjon, noe å strekke seg etter, tilhørighet og samhold, samt et større fokus på rekruttering til landslaget, med mulighet for å delta på åpne landslagssamlinger for de i aldersgruppen 15-16 år.

Selv om utfor er en liten gren i norsk sykkelsport så har norske ryttere gjort seg bemerket i VM og verdenscupen. På juniornivå har Mille Johnset tatt bronse i VM 2018 og sølv i VM 2019, i tillegg til flotte plasseringer i verdenscupen bl.a. en verdenscupseier i 2019. Seniorgutta har noen gode resultater å vise til: Red Bull Hardline i Wales, IXS Europa Cup og Portugisisk Cup. Med ca. 200 startende er flere topp 10 plasseringer i Europeisk cup meget bra prestasjoner. En 1.plass i menn junior er også imponerende. 2 kvalifiseringer til finalen i World cup er også viktig å bemerke. Gutta



har deltatt på mange World cup, og har respektable plasseringer å vise til selv om de ikke gikk til finalen. Må minne om at her stiller 140-180 stk til start, så det er tøff konkurranse.

Med bedre og nærmere oppfølging, kontinuitet og forutsigbarhet er det absolutt mulig at norske ryttere kan hevde seg bedre.

Utfordringer med kontinuitet, stipend, delfinansiert landslag, forutsigbarhet er viktig for å tørre å satse, økonomiske ressurser.

GU utfor- veien videre

De siste årene har vi sett at det er en utfordring å få tak i arrangører til utfor ritt. Få deltagere gir røde tall for arrangørene, og klubbene er lite villig til å ta risikoen. Grenutvalget har jobbet med ulike tilnærminger til denne utfordringen.

- Make utfor great again- en Facebook side vi ønsker å bruke for å skape engasjement og informasjon ut til ryttere og andre interesserte i utformiljøet.
- Ønske om å forenkle arrangørmanual og norm- For å rekruttere arrangører så er det viktig at ikke oppgaven med å arrangere ritt blir så omfattende og vanskelig at arrangører synes oppgaven blir uoverkommelig og derfor sier nei til å arrangere.
- Se på muligheten for å opprette en ressursgruppe, for eksempel tidligere arrangører og personer med mye rutine som kan være tilgjengelig for nye arrangører, både i forkant, under og etter arrangement.
- Se på muligheten til å skolere egne tidtakere og kjøpe inn eget tidtakerutstyr- kostbesparende tiltak på sikt. Økonomisk er det tidtaking og kommisærutgifter som er de største utgiftsposten ved å arrangere utforritt.
- Lavterskelritt, open start, Aron cup konseptet- se på nye måter å arrangere ritt på for å rekruttere ryttere og ta vare på det lekne aspektet.
- Målet for 2020 er å arrangere 2 norgescupritt og NM

GU utfor er opptatt av at utfor består som egen gren. For oss er det viktig å ta vare på de rytterne som ønsker å satse stort, men også bidra til rekruttering, gjøre idretten kjent for nye ryttere. Løypene må tilrettelegges slik at alle rytterne får utfordringer tilpasset eget nivå. Å tilby et fullverdig konkurransetilbud for alle som ønsker å sykle utfor er vårt mål for de neste årene fremover.



Årsrapport fra Grenutvalg BMX 2018-2019

På Forbundstinget ble følgende valgt som medlemmer av GU-BMX:

Trond Olsen
Ken Olsen
Ann-Helen Stenberg
Thomas Müller Karlsen
Tove Gustavsen Thygesen (trakk seg høst 2018)

Helge Gunnar Garnes Nesse (styrets representant/leder av GU-BMX)

Det er blitt gjennomført 6 stk. GU-møter og nettmøte i. Møter er gjennomført i forbindelse med blant annet Norges Cupen løp. Det er også blitt arrangert klubbledermøte i 2018 og 2019, andre helg i november. Begge Klubbledermøtene har blitt avholdt på Gardermoen. Det har også vært kommunikasjon via telefon, e-post og under øvrige arrangement.

I tillegg er der sendt ut Informasjon om NC-klasser 2018 og 2019, Reglement klubbkonkurranse NC 2019 og 2020, Info om NM og NC 2019 og 2020 (BMX norm med tilpasninger til UCI reglement).

Terminliste

GU har utarbeidet et forslag på en god og variert terminliste.
I tillegg har GU vært rådgivende for hvordan Norm for NC og Norm for NM skal utformes.
Representanter fra GU har vært til stede ved alle Norges Cup løpene samt NM.

Alle baner som er brukt under NC og NM, har blitt kontrollert av hovedkommissær, løpsleder samt rittkoordinator utnevnt av GU. Det er blitt skrevet rapport med eventuelle pålegg om aktuelle utbedringer/avvik, og baner har blitt godkjent. Dette har blitt gjort i god tid før alle Norges Cup runder samt før NM. NM 2018 ble avholdt av Råde BMX og 2019 var Sola BMX arrangør for NM.

Nordisk Mesterskap

Nordisk mesterskap ble i 2018 avholdt i København i Danmark. Dette er en arena det har vært avholdt flere større løp tidligere, og alle de Nordiske landene støttet opp om løpet og bidro til at det ble et bra mesterskap. Det ble kjørt barneleker for Norske og Svenske barn under 11 år. For de andre nasjonene kjørte løpet som normalt. GU representant deltok i et møte sammen med de andre nasjonene i etterkant av løpet.

I 2019 ble Nordisk mesterskap arrangert i Ängelholm i Sverige. Det ble kjørt barneleker for barn under 11 år. Dette var første gang de baltiske landene var med i Nordisk sammenheng. GU representanten i Nordisk BMX komite deltok på et møte med representantene fra de andre Nordiske landene i forbindelse med løpet.

Nordisk Mesterskap i 2020 blir avholdt i Helsinki i Finland første helg i august. Det kjøres barneleker også der for Norske og Svenske barn under 11 år. For de andre nasjonene kjøres løpet som normalt. Baltisk Cup avvikler sin ene runde i forbindelse med dette løpet.

Rapport UEC BMX European Round 5 & 6 4-5 mai. 2019

We Are BMX som er et samarbeid mellom alle klubbene i Østfold inviterte til sitt første Europa cup arrangement 4-5 mai 2019 på Råde BMX Arena. Arrangementet samlet totalt 350 deltagere fra 22 nasjoner.

Råde BMX Arena har tidligere bevist at anlegget håndterer store løp i form av Succe' Cup. I forkant av løpet ble det lagt ned tusenvis av dugnadstimer og gjort flere utbedringer av anlegget. Her kan nevnes tribune, lydanlegg og oppgradert nettverk og internett.

Løpene ble gjennomført prikkfritt. Løpet ble sendt live av UEC sin faste produksjonspartner.

Tilbakemeldinger fra UEC var svært positive. Det kan nevnes at dette er eneste gangen de har fått



velkomstsenteret slik de vil ha det. Det er også beste internettforbindelsen de har hatt. Det kom også noen tilbakemeldinger ang selve banen. Dette er tatt tak i og det er bygget om de elementene på banen det gjelder. Herunder første hoppet på SX strekka som Junior og Elite Damer ikke ville bruke. Nå har ryttere helt ned i 9 år hoppet der.

Premieutdelingen ble gjort av bla den lokale Ordføreren i offisiell uniform, og som også var med på å rigge ned etter løpet. Fantastisk dugnadsinnsats innsats fra veldig mange gjorde dette arrangementet mulig.

Råde BMX Arena kjører også European cup 9-10 i 2020. Det ventes også på en tildeling av EM i 2021.

VM 2018 og 2019

VM BMX 2018 ble gjennomført i Baku i Aserbajdsjan. Her stilte Norge med bare to ryttere fra Landslaget

VM BMX 2019 ble gjennomført i Zolder i Belgia. Her stilte Norge med 23 Challenge ryttere i tillegg til Landslaget. Vi hadde Chef de Quipe med hjelpere og egen mekaniker. Dette ble det største VM som er gjennomført med ca 3600 deltagere og antagelig det varmeste. Den ene Challenge-dagen ble gjennomført i 44 grader som er den varmeste dagen i Belgias historie. For våre Challenge-ryttere ga dette oss uvurderlig erfaring i store løp med ca. 45 min staging og en god indikasjon på det internasjonale nivået. Vi ser tydelig at i Challenge klassene så er Europe Cup den desidert hardeste ligaen du kan stille i. Ryttere fra andre deler av verden som hevdet seg var det langt mellom. Når dette er sagt så ser vi tydelig at Norske ryttere mangler timer på sykkelen gjennom vinterhalvåret. Det er små vinteranlegg både i Øst og Vest, men det er tydelig at vi må jobbe for å få på plass noe som gir bedre uttelling. Dette henger selvfølgelig sammen med treningsmetoder mm. Dette er det en pågående prosess på. Alle ryttere og familier hadde en fin uke og det var god stemning med mange Norske drakter på banen og mange Norske flagg på tribunen. Det var spesielt moro med Hege Haga Idsøe, med sølv i Jenter 17-24.



De beste Norske i respektive klasser

Cruiser Menn 17-24: Martin Nordmark, 11 Plass
Cruiser Menn 25-28: Joakim Harr, 22 Plass
Cruiser Menn 30-34: Gunnar Engelsvoll, 28 Plass
Cruiser Menn 40-44: Ken Meland, Plass 30
Cruiser Menn 45-49: Rune Lutsi, Plass 45
Cruiser Menn 50+: Paul Bernard, Plass 19
Gutter 13: Adam Wollmo Karlsen, Plass 110



Gutter 14: Mathias Orstad, Plass 55
Jenter 14: Kristine Haukelid Larsen, Plass 39
Jenter 17-24: Hege Haga Idsøe, Plass 2
Menn 17-24: Martin Nordmark, Plass 43
Menn 25-29: Simen Nilsen, Plass 20



Anlegg – nasjonale anlegg

Råde BMX Arena (Region Øst) er bygget av Råde BMX klubb, og ferdig 2016.

Velde BMX Arena (Region Sør) er bygget av Sviland BMX, og ferdig 2013.

Råde BMX Arena og Velde BMX Arena tilfredsstiller alle de mål og normer som må til, for å arrangere alle typer store og små BMX løp. Begge banene er en såkalt kombi-bane, dvs. at det ligger i praksis to baner ved siden av hverandre. De har to forskjellige start bakker og tre doble strekker med ulik vanskelighets grad, slik at det kun er målstrekkene som er felles.

Begge banene tilfredsstiller de høyeste kravene til UCI, og derfor er baner som kan arrangere alle typer nasjonale og internasjonale BMX løp. De omkringliggende fasilitetene er også godt ivaretatt. Det skal også nevnes at Råde BMX Arena er det første interkommunale idrettsanlegget i Østfold, innenfor alle typer idretter.

Bærum OCK avd. BMX (Region Øst)

BOC har på kort tid klart og bygge opp et godt BMX miljø i klubben, og organiserer det som en egen avdeling i klubben. De har bygget en veldig fin BMX bane, med tilhørende fasiliteter, som kan arrangere de fleste nasjonale BMX løp.

BOC avd. BMX, hadde offisiell åpning september 2017.

Antall medlemmer er allerede opp i ca. 70 ryttere.

Deres medlemsutvikling viser at denne klubben vil trolig bli Norges største BMX klubb innen kort tid. Til sammenligning har Sviland BMX rundt 150 medlemmer.



Dal IL, avd. BMX er under etablering. Der er BMX bane under planlegging. (Region Øst)
Nå er det laget en liten «treningsbane»

Begge disse anleggene er viktige for BMX sportens fremtid i Norge.

Når det gjelder Bærum sitt BMX anlegg, er det slike anlegg vi ønsker å se flere av i fremtiden. Der en BMX klubb / avdeling integreres i en eksisterende sykkelklubb. Man vil således ha mulighet til en god synergi på klubbdrift og ikke minst rekruttering. Der man i stor grad har vesentlig yngre ryttere i BMX sporten en i f.eks. landevei.

Bmx sporten har ryttere fra 3 år og oppover.

Øvrige BMX klubber i Norge:

Solum BMX (Region TeVeBu)

Moss BMX (Region Øst)

Aremark BMX (Region Øst)

Gressvik BMX (Region Øst)

Sola BMX (Region Sør)

Klepp BMX (Region Sør)

Orstad BMX (Region Sør)

Sandnes BMX (Region Sør)

Totalt er der 12 BMX klubber i Norge, 9 nasjonal godkjente anlegg og 2 internasjonalt godkjente anlegg.

Klubbledermøtet

Klubbledermøtet har først og fremst til formål å samle lederne fra alle BMX klubbene i landet, Grenutvalg og NCFs administrasjon og sportslig ledelse for å utveksle informasjon, erfaringer og diskutere aktuelle temaer. Klubbene melder inn sine saker på forhånd, og Grenutvalget skaffer foredragsholdere både fra administrasjonen, fra styret og eksterne. Dette er et utrolig positivt og nyttig møte for BMX klubbene, hvor mange avklaringer blir gjort og mye informasjon blir gitt. Det lages egne referater fra disse møtene som legges ut på sykling.no under «BMX» og fliken «Grenutvalg BMX» og valg «Info fra Grenutvalg».

Diverse

Freestyle BMX og UCI BMX Freestyle Park har blitt diskutert i perioden. De fleste utøverne er friryttere uten tilknytning til noen organisasjon, litt som skatere. Noen få driver seriøst som sport. Mye handler om sosiale medier, ta bilder og filmer, samt å lage show. Wakeboard, rollerskates – alle mulige former for lek. Det har enda ikke skjedd noen konkret utvikling eller tiltak i fra NCFs side innenfor dette området. Dette vil derfor være en fremtidig utfordring.

UCI har et regelverk for UCI BMX Freestyle Park.

FAKTA

- *BMX står for Bicycle Moto Cross.*
- *Startet i USA på 60-tallet, da noen unge gutter ville drive med motocross, men ikke hadde penger til motorsykler.*
- *BMX-løp blir holdt på baner med runder på ca. 350 meter, som inneholder hopp, doserte svinger og andre hindringer.*
- *Under løp starter åtte ryttere i hvert heat, og de fire beste kvalifiserer seg til neste runde. Det kjøres kvalifiseringsrunder, kvartfinaler, semifinaler og finaler.*



Årsrapport fra Grenutvalg Trial 2018-2019

Grenutvalg (GU) trial har i tingperioden bestått av Eirik Ulltang, Erik Solbakken, Camilla Frederich, Beate Stenberg (sekretær/adm.)

Utvalget har kun hatt korrespondanse via epost og videolink i perioden. Dette for å begrense utgifter forbundet har hatt ifm. slike møter.

Rekruttering

Det er faste treninger i Norheimsund (Hardanger SK) og Hobøl (Hobøl IL Sykkel). Norheimsund har hatt stor økning i antall deltagere på treninger etter NM 2019. Deltagertallet på nasjonale ritt har vært stabilt i perioden.

Nasjonale ritt

Det har blitt arrangert fire årlige norgescuper, hvor en av disse norgescupene har hatt status som NM også.

Internasjonal deltagelse i ritt

Eirik Ulltang (Hardanger SK), Mads Lexander (VestkantTrial – Sykkel) og Knut Fosse (Hardanger SK) har deltatt på flere verdenscuper, og Ulltang har i tillegg deltatt på ett VM og ett EM.

Nytt regelverk

Det er implementert et nytt regelverk for nasjonale ritt i perioden. Dette har fungert, og det har blitt gitt opplæring til frivillige dommere i forkant av hvert ritt. Ingen offisielle kommissærer har fått opplæring, da grenen har benyttet seg av dugnadsbaserte dommere for å holde kostnadene til et minimum. Et dommerkurs skal utarbeides.

I perioden har også UCI lansert et nytt regelverk internasjonalt, og dette baserer seg på den samme ideen (fra straffepoeng til bonuspoeng) som det norske.

Årsrapport fra Grenutvalg Sykkelkross 2018-2019

På Forbundstinget ble følgende valgt som medlemmer av GU Sykkelkross:

Kathrine Hofstad
Marton Digernes
Harald Tiedemann Hansen

Tone Midtsveen (styrets representant/leder av GU Sykkelkross)
Administrasjonens representant: Thomas Dahlsrud (Cato Karbøl)

Det er blitt gjennomført 1 fysisk GU-møte og 6 Skype-møter i perioden. Det har også vært kommunikasjon via telefon, Messenger og e-post.

Arrangørmøter

Det har ikke blitt gjennomført noen arrangørmøter for Sykkelkross i tingperioden.

Terminlisten

GU har bistått NCFs administrasjon med å utarbeide en god og variert terminliste for 2018/19 og 2019/20 sesongen. Dette gjelder både rankingritt og Norgescup. Representanter fra GU har vært til stede ved noen av Norgescup-arrangementene.



Norgescup Sykkelkross

Det var totalt 259 «unike» deltakere totalt på de 7 ulike rittene i Norgescup og NM Sykkelkross i 2019. Dette er en liten nedgang fra 264 deltagere i 2018, se tabell nedenfor.

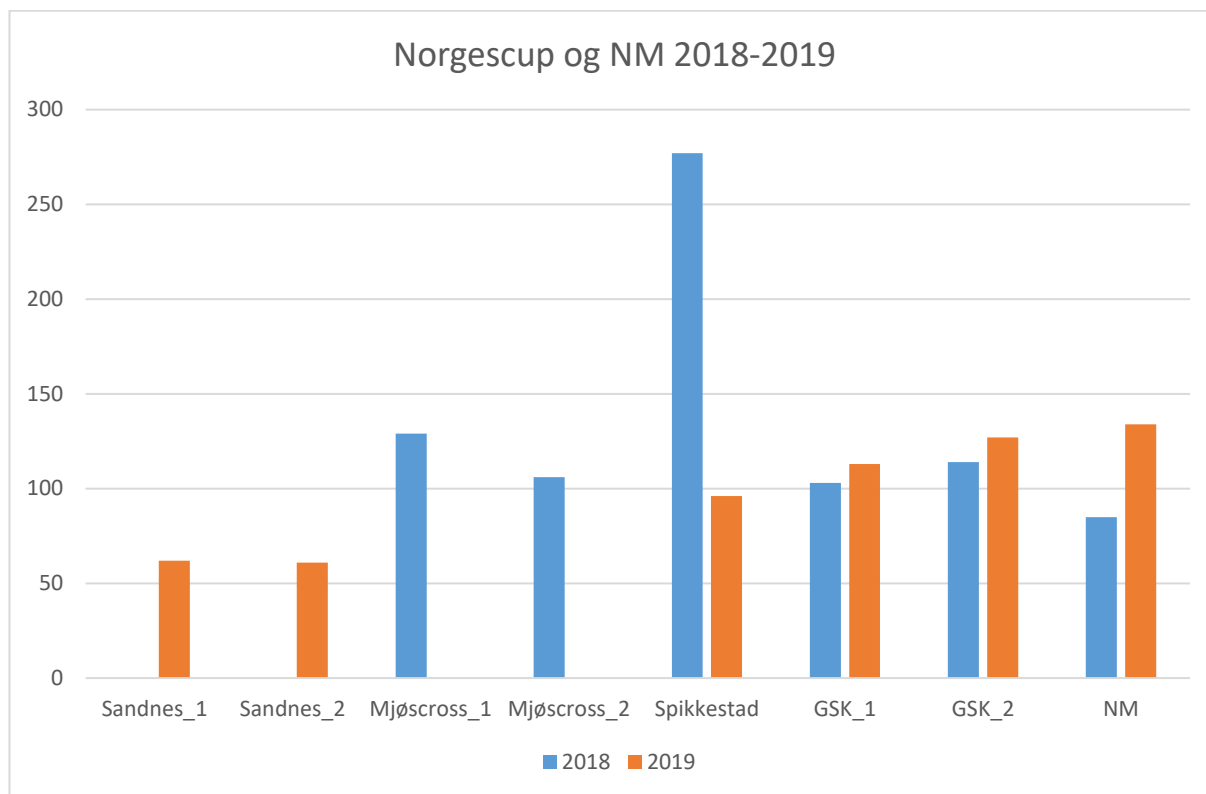
Kvinneandelen var i 2019 på 13% som er et prosentpoeng ned fra året før. GU CX har hatt et uttalt mål om å inkludere mer bredde og øke kvinneandelen. Dette vil fortsatt være en viktig arbeidsoppgave.

Totalt har 67 klubber hatt ryttere til start i 2019, mot XX i 2018.

Norgescup 2018-2019 statistikk

2018		Mjøscross 1	Mjøscross 2	Spikkestad	Fitness- cross	Grenland 1	Grenland 2	NM
Åpen klasse 6-12	K	1	1	8	0	0	0	1
	M	5	3	12	6	2	1	1
Ungdom 13-16	K	0	0	0	1	1	1	3
	M	12	8	43	15	19	20	15
Junior	K	3	2	5	3	4	5	5
	M	9	8	28	8	10	11	13
Senior	K	13	13	18	8	12	12	4
	M	36	31	53	27	20	25	17
Master&Sport	K	4	3	9	4	3	4	3
	M	46	36	101	30	32	35	23
TOTALT		129	105	277	102	103	114	85

2019		Føyka	Grenland 1	Grenland 2	Sandnes 1	Sandnes 2	Spikkestad	NM
Åpen klasse 6-12	K	0	1	1	0	1	0	0
	M	5	0	2	3	4	3	4
Ungdom 13-16	K	1	2	1	3	3	4	4
	M	21	25	28	12	11	16	24
Junior	K	1	1	2	1	0	3	3
	M	16	18	21	16	16	15	15
Senior	K	9	9	12	1	1	5	9
	M	25	21	24	8	7	18	24
Master&Sport	K	3	2	1	0	0	0	4
	M	52	34	35	18	18	32	47
TOTALT		133	113	127	62	61	96	134



Internasjonale resultater

7 utøvere har vært med i UCI ritt i 2018 og 2019. Beste resultater - M-Elite 2018: Tobias Johannessen (nr. 1 i Stockholm Cyclocross 21/10-18), Fredrik Haraldseth (nr. 3 i Kronborg Park Cross 7/10-18), Mads Tubaas Glende og Mathias Sundquist). M-Elite 2019: Henrik Lunder Aalrust.

W-Elite 2019: Mari Hole Mohr (3 i CX Täby Park) og Mie Bjørndal Ottestad (2 i Stockholm Cyclo-Cross)

Sykkelkross-utvalgets arbeid

Utvalget satte først fokus på å etablere en strategiplan for hvordan vi skulle utvikle Sykkelkrossen i perioden. Det ble laget en SWOT-analyse og deretter ble det satt opp punkter til en programerklæring, visjon og målsetting for arbeidet.



1. SWOT analyse

STRENGTHS/STYRKE	WEAKNESSES/SVAKHETER
• Attraktiv disiplin med et ideelt format: kort runde med utfordringer som gjør det spennende for publikum • Sykkelpross har styrket sin posisjon i Norge og det arrangeres NC og NM • Det selges flere CX-sykler • Sykkelpross er anerkjent for å styrke ferdighetene for landevei- og terrengsyklister	• Få konkurranser • Ikke Olympisk idrett • For lite kjent utenfor Belgia og Nederland • Lite attraktivt for sponsorer uten TV-dekning og lite publikum • Vanskelig å få til en hel CX-sesong pga klimatiske forhold
OPPORTUNITIES/MULIGHETER	THREATS/TRUSLER
• Utvikle egne klasser i turritt om sommeren som er egnet for CX • Utvikle "NCF Grandfondo Gravel", en serie turritt for Masters/Turryttere • Utvikle barnearrangementer som stimulerer til	• Snørike vintre • Fallende interesse for å delta i ritt

Programerklæring

NCF's programerklæring ble vedtatt på Forbundstinget i 2016

- Ekstra satsing på rekruttering av barn og ungdom
- Doble antall jenter/kvinner i sykkelklubbene
- Toppidretts- og prestasjonskultur i verdenstoppen
- Jobbe for tilfredsstillende anlegg i alle regioner
- Være en åpen og inkluderende idrett for alle
- Videreutvikle organisasjonen og styrke regionene og klubbene

Visjon for Sykkelpross

- Fortsette utviklingen av Sykkelpross slik at vi har Norgescup i alle regioner
- Følge opp regionene til å arrangere egne regionmesterskap på fastsatt dato
- Innføre Sykkelpross som egen turrittklasse i turrittene
- Organisere Sykkelpross treningsleir hvert år
- Få etablert permanente CX-løyper i alle fylker
- Gjøre Sykkelpross attraktivt for kvinnelige utøvere

Målsetting

SPORTSLIGE MÅL

Sykkelpross kalender

- Minst ett CX Norgescup i hver region
- Regionene arrangerer egne regionmesterskap hvert år
- Norge arrangerer et internasjonalt CX-arrangement (Nordisk eller Europeisk)
- Utvikle «NCF Granfondo Gravel» for Masters og turryttere.

Norgesmesterskap

- Utvikle NM til et attraktivt arrangement for arrangører, utøvere, publikum og media

UCI Cyclo-cross World Championships

- Minst én utøver kvalifisert til deltagelse i VM

UCI Cyclo-cross World Cup

- Etablere landslag som deltar i WC



Treningssamling

- Arrangere treningsleir for CX og MTB utøvere årlig
- Knytte kontakt med Sven Nys treningscenter for utvikling og samlinger

FINANSIELLE MÅLSETTINGER

Generelt er Sykkelkross en bærekraftig disiplin. Det kreves relativt lite ressurser i forhold til Landevei og man kan etablere permanente anlegg for lite midler.

Sykkelkross kan gi vekst til en fallende deltageretrend på MTB og Landevei og dermed gi tiltrengte midler til NCF i form av lisens og rittavgift.

ØVRIGE MÅL

- Livesending fra NM
- Innføre ranking for CX som også gir poeng på totalrankingen

NCF GRANDFONDO GRAVEL

- *GRUSRITT FOR SYKKELKROSS*

Konsept

Granfondo er ritt for Masters og kjøres på landevei. Tilsvarende modell kan også kjøres på Sykkelkross og flere turritt kan egne seg for denne typen arrangement.

UCI har i sin strategi å tilrettelegge for en Granfondo-serie på asfalt/grus for Sykkelkross, UCI Granfondo Gravel. Det kan kjøres flere distanser, men i hovedsak så er dette litt lengre grusritt på CX-sykkel, men man kan også bruke MTB-sykkel. Dette har blitt svært populært å arrangere dagen før aktive ritt og kan gi gode inntekter for arrangør.

Utvalget erkjenner at ambisjonene var høyere enn det vi har klart å få gjennomført. Utvalget er likevel av den oppfatning at man må ha høye ambisjoner for å løfte disiplinen til et internasjonalt nivå, men at det vil ta lenger tid enn man gjerne skulle ønske.

Årsrapport fra Grenutvalg Bane 2018-2019

Tingvalgte medlemmer:

Martin Feldmann, Stavanger SK

Thomas Fossum, IK Hero

Rolf Morgan Hansen, Sandefjord SK

Tone Hatteland Lima, Bryne CK

Geir Inge Ringen, Gauldal SK

May Britt Våland, Sola CK

Forbundsstyrets representant:

Marit Sælemyr, Bergen CK (leder)

GU bane har hatt 5 møter i perioden, hvorav to fysiske i Sola og øvrige på Skype/telefon. GU ble utvidet fra 4 til 6 medlemmer til denne tingperioden, og utvalget besitter stor faglig kompetanse som det har vært viktig å bruke i mange sammenhenger.

GU bane har utført vanlige rådgivende oppgaver både relatert til det sportslige og ifm. etablering av velodromen i Sola, og planlegging av velodrom i Asker. På begge GU-møtene som ble avholdt i Sola deltok representanter fra Sola Arena og/eller de lokale klubbene, og utvalget har jevnlig hatt kontakt med ansvarlige i Sola Arena i ulike sammenhenger. Administrativt har GU Bane vært representert i Asker velodromprosjekt ved Thomas Fossum, som banefaglig rådgiver i forhold til arkitektplaner og utforming av velodrom.



GU-medlemmer har utført en rekke oppgaver knyttet til arrangement av treningssamlinger, norske og nordiske mesterskap samt deltatt som ledere på samlinger og konkurranser. Rolf Morgan Hansen i GU har vært Norges representant og medvirkende arrangør av Nordisk Mesterskap de siste tre årene, og han og Sandefjord Sykleklubb v/Svein Erik Sneisen har stått for gjennomføringen av NM.

GU har siden forrige forbundsting jobbet i henhold til gjeldende målsetninger i SPD, der hovedmålsetting er å spre kunnskap om banesporten, drive rekruttering og opplæring samt å jobbe for å skape en landslagskultur. Det har vært

Dessverre har vi ikke lyktes med å få nok ryttere på et nivå som gjør det mulig å skape ønsket landslagskultur. Vi er imidlertid glade for at nye ryttere fra store deler av landet har tatt turen til Odense på samlinger, og vi ser at de lærer fort og trives med å sykle på bane. Både høsten 2018 og høsten 2019 ble det gjennomført to samlinger i regi av NCF/GU bane. Det har i tillegg vært en rekke private initiativ der klubber, regioner og toppidrettsskoler har arrangert egne samlinger.

Det er utvilsomt en begrensning for utviklingen av bane-sporten i Norge at vi ikke har treningsfasiliteter her i landet og må til utlandet for å trene og konkurrere. GU Bane er glade for å ha bidratt sterkt til at Nordisk Mesterskap ivaretas i konkurransetilbudet og vi ser fram til at både NM og Nordisk Mesterskap skal arrangeres i Norge i 2020.

Det er viktig at vi får mange nok norske kommisærer for bane, og at disse får praktisk trening. GU Bane har vært pådriver for gjennomføring av kommissærkurs på bane, og er glade for at fem norske kommissærer høsten 2019 bestod kurs gjennomført i Danmark.

Det har i perioden blitt satt flere norske rekorder:

09.02.18 Søren Wærenskjold, Ringerike SK, 200 m flying bane Menn junior på tiden 11,23
12.10.18 Anita Stenberg, IK Hero, 200 m flying bane Kvinner senior på tiden 11,83
12.10.18 Nora Tveit, Stavanger SK, 200 m flying bane Kvinner junior på tiden 12,44
11.10.18 Nora Tveit, Stavanger SK, 500 m bane Kvinner junior på tiden 38,77
12.10.18 Anders Oddli, Orkla CK, Ind. forfølgelse bane Menn senior på tiden 4.28,28
12.10.18 Tuva Byberg, Stavanger SK, Ind. forfølgelse bane Kvinner junior på tiden 2.35,71
05.09.19 Aasmund Groven Lindtveit, IK Hero, 200 m flying Menn junior på tiden 10,50
15.11.19 Anita Yvonne Stenberg, IK Hero, 500 m bane Kvinner senior på tiden 37,33
15.11.19 Nora Tveit, Stavanger SK, 500 m bane Kvinner junior på tiden 37,70

Anita Stenberg har fortsatt den gode utviklingen fra forrige tingperiode og har hevdet seg enda bedre på den internasjonale arena. Høsten 2019 kom den først seieren i verdens-cup (bortsett fra sammenlagtseieren i Omnium 2017/18) etter flere gode plasseringer gjennom 2018 og 2019. Hun fikk en flott 3. plass sammenlagt i Omnium WorldCup 2019. Anita ble innvilget Olympiatoppens B-stipend i 2017 og ligger an til å kvalifisere seg til OL 2020, etter å ha samlet mange verdifulle poeng i verdens-cup-ritt.

Nora Tveit, som har vært juniorrytter i denne perioden, har også fortsatt sin fine utvikling og levert mange gode prestasjoner.

GU Bane har vært opptatt av at utøverne får konkurrere ute på det nivå de er kvalifisert for.



Årsrapport fra Lovutvalget 2018-2019

Lovutvalget har i perioden 2018-2020 bestått av Stein Arne Hammersland, Bergen Cykleklubb leder, Inger Ness, Tønsberg Cykleklubb medlem, Ove Veum, Bergen Cykleklubb medlem og Jannike Byberg Stavanger Sykleklubb varamedlem. Både leder, medlemmer og varamedlem har fungert likeverdig i utvalget. Leder har hatt ansvaret for å koordinere arbeidet med utformingen av lovutvalgets uttalelse.

Utvalgets mandat fremkommer av NCFs lov §24:

- a) Lovutvalget skal være Forbundsstyrets rådgivende organ på det lovtekniske område i lov- og reglementsspørsmål.
- b) Lovutvalget skal avgi lovtekniske uttalelser til innkomne forslag til Forbundstinget vedrørende endringer av lov (L), reglement for utmerkelser (RU), reglement for norske rekorder (RR) og øvelsesprogram for mesterskap (ØPM)
- c) Redigere den del av Lovheftet som omfattes av LUs mandat. d) Lovutvalget avgir rådgivende uttalelser om tolkningen av lov eller reglementer, og om andre generelle spørsmål, som forelegges den av Forbundsstyret eller av de organer som er opprettet i medhold av denne lov, samt av NCF sine regioner.
- Lovutvalget kan også på eget initiativ avgi rådgivende uttalelser. – Forbundsstyret kan be lovutvalget om råd i enkeltsaker.
- e) Forestå innstilling og tildele utmerkelser som ikke er tillagt andre organer.

Utvalget har i perioden hatt 3 fysiske møter i forbindelse med jusseminar og fellesmøte. Øvrig kommunikasjon har foregått per mail og jevnlig telefonmøter.

Lovutvalget har i perioden behandlet 26 saker, 9 i 2018, 13 i 2019 og 4 per d.d i 2020. Sakene omhandler blant annet spørsmål om dobbeltroller, redigering av NCFs lover etter forbundstinget i 2018, inhabilitetsspørsmål, lisensavgift i mosjonsritt, regioners lover, valgbarhet, regiontingets oppgaver, endringer i tingoppnevnte utvalg, signaturmatriser og redigering av NCFs lov etter endringene i NIFs regelverk.

I noen av sakene har lovutvalget fått svært korte frister til å avgi en uttalelse. Det kan i enkelte tilfeller utfordre en forsvarlig behandling av saker. Utvalget har likevel vært tilfreds med å bli konsultert, men har i to saker måttet avstå fra å gi rådgivende uttalelser.

I tillegg har Lovutvalget blitt forelagt saker fra andre enn dem som kan be om Lovutvalgets uttalelser i henhold til Lovutvalgets lovbestemte mandat, så som idrettslag og medlemmer av idrettslag. Lovutvalget har likevel kompetanse til å besvare forespørselen på eget tiltak. Der hvor Lovutvalget har funnet grunn for det har spørsmålet blitt besvart. Det er også en økende tendens til at enkelte har ønsket å få Lovutvalget til å gi uttalelse i konfliktfylte saker, nesten som å avgjøre konflikter. Det er bare Forbundsstyret som kan be Lovutvalget om uttalelser om råd i enkeltsaker. Lovutvalget har funnet det riktig å være tilbakeholden med å ta stilling til slike spørsmål ved eget tiltak.

Utvalget har også forestått innstillinger til NCFs utmerkelser.

Lovutvalgets 4 medlemmer deltok på Idrettens jusseminar (tidligere NIFs lov og organisasjonsseminar) både i 2018 og 2019. Seminaret er et faglig forum for særforbundenes ulike lov-, doms- og appellutvalg. Seminarene byr på foredrag og innlegg av høy kvalitet og stor læreverdi. Lovutvalget finner stor nytteverdi i å få delta på seminarene.



Årsrapport fra Disiplinær- og sanksjonsutvalget 2018-2019

Disiplinær- og sanksjonsutvalget har i 2018-2019 bestått av Øistein Eriksen (leder), Per Inge Simonsen og Lisbeth Berntsen Huse. Varamedlem: Roar Sætherhaug.

Disiplinær- og sanksjonsutvalget har ikke hatt saker til behandling i 2018 eller 2019.

Årsrapport fra Turrittutvalget 2018-2019

Det har ikke vært noe aktivitet i utvalget i perioden.

ÅRSRAPPORT FRA MASTERSUTVALGET 2018-2019

I Masterscupen 2018 inngikk 42 ritt, der tempo og fellesstart fra NM teller med.

Master NM

Det var ny deltagerrekord i Master NM 2018, som ble arrangert av Torshov SK.

Mesterskapet ble avholdt på Løken i Aurskog Høland, hvor det var påmeldt 163 på tempo og 348 på fellesstart.

Nordisk mesterskap

Nordisk mesterskap 2018 ble arrangert av IF Frøy. Mesterskapet gikk i Ås.

I dette mesterskapet tok Norge 7 gull, 4 sølv og 5 bronse på damesiden. På herresiden ble det 13 gull, 11 sølv og 7 bronse.

Det ble også arrangert konkurranse i Tandem, og der tok Norge gull både i dame og herreklassen.

VM i Varese

I VM i Varese, Italia deltok det 34 utøvere fra Norge, 11 damer og 23 menn.

I dette mesterskapet oppnådde Norge en del sterke resultater, og det ble til slutt 5 medaljer.

Vi kan nevne sølvet til Jørn Fjeldavlie på fellesstart i M 55-59, Jan Bodin sølv på tempo i M60-64, Kaare Christoffersen bronse på tempo i M 70+, Kristin Falck bronse på tempo i K 45-49, Trine Hansen sølv på tempo i K 50-54.

Mastersutvalget 2019 har bestått av:

Jørn Michalsen	IF Frøy	leder
Geir Asbjørn Nilsen	Asker CK	medlem
Camilla Helen Landsverk	Eiker CK	medlem
Hugo Strand	CK Victoria	medlem
Øyvinn Wormnæs	IF Frøy	medlem

Mastersutvalget har hatt to fysiske møter, i tillegg til møte blant medlemmene som var til stede under NM landevei i juni. Lederen representerte Norge under det nordiske mastersmøtet på Åland januar, og har også vært til stede under ett forbundsstyremøte for å orientere om virksomheten i utvalget.



Utvalgets primæroppgave har som vanlig vært å legge til rette for Mastersritt på landeveien, i terrenget og i sykkelkross. Det inkluderer ansvar for mesterskap og gjennomføring av Masterscup på landeveien.

Utvalgets økonomiske ressurser er nært blitt halvert de siste årene, noe som setter begrensinger på muligheten til å gjennomføre omfattende initiativ. Vi håper likevel utvalget kan bidra med å utvikle Masterssyklingen i Norge. Det er viktig både for de aktive, for klubbene og for hele NCF.

For 2020-sesongen er det besluttet å gjennomføre en egen tempocup på landeveien, samt å innføre en Masterscup også i terrenget.

Mastersutvalget tror også banesykling blir spennende også for denne gruppen, nå når Norge får velodrom. Vi ønsker å gjennomføre NM i bane høsten 2020, og er i kontakt med grenutvalget for bane om det.

I 2019 ble Nordic Cykling etablert som en forlengelse av det nordiske sykkelforbundet. Det betyr at Litauen, Latvia, Estland og Island blir en del av nordisk Masterssykling – og også kan delta i nordiske mesterskap. Harald Tiedemann Hansen, som er koordinator for Nordic Cykling, var til stede på utvalgets høstmøte for å orientere. Nordic Cykling er fortsatt i etableringsfasen, og det er derfor uklart hvordan organisasjonen vil fungere.

Mastersutvalget takker alle arrangører for god innsats for sykkelporten i 2019.

Mesterskap landevei 2019

NM ble arrangert av Nordhordaland SK 29-30 juni. På tempo var det 115 deltakere, mens det på fellesstart var det 199 som startet.

Nordisk Mesterskap gikk på Åland i Finland første helg i august.

Norge tok i alt 10 gull, 6 sølv og 8 bronse. Sverige vant lagkonkurransen foran Norge.

Årets VM gikk i Poznan i Polen fra 29. august til 1. september. Norge fikk to verdensmestere i fellesstart, Elin Grønvik fra CK Victoria i klasse kvinner 50-54 og Fred Voldset fra Fiskeklev Landeveisclub i klasse menn 45-49.

Det ble sølv både i fellesstart og i tempo til Sissel Vien fra Follo SK i klasse kvinner 60-64. Adelheid Huuse fra Sp Rye fikk bronse i tempo klasse kvinner 40-44, mens Kristin Lucie Falck Sp Rye fikk bronse i tempo klasse kvinner 50-54.

Det ble også flere topp 10-plasseringer blant de norske deltakerne.

Masterscup landevei

Årets Masterscup har bestått av totalt 40 ritt, en nedgang på 25 ritt i forhold til 2018 sesongen. Vi håper en egen tempocup vil snu den utviklingen.

IF Frøy vant klubbkonkurransen i Masterscupen for sjuende år av seks mulige siden cupen ble innført.

Sykkelkross 2019

Det ble avviklet seks ritt i årets Masterscup. NM ble avviklet av BOC d17. november i skikkelig krossvær, kaldt og bløtt pluss en sur vind.

Det ble kåret NM vinnere i alle herreklasser, blant damene var det magert med deltakere.

Vi var også representert i EM og VM uten toppl plasseringer.

Det var litt tilbakegang i antall fullførte i cupen i år i forhold til 2018.



Masters terreng

Masters Cup følger Norgescupene, med få unntak.

1. En stor takk til arrangørene. Rittene i Masters Cup har i det hele vært velarrangerte og godt gjennomført.
2. Det var en betydelig nedgang i ritt i 2018, 14 ritt ble arrangert. Rittene som falt ut, var til dels de med høyest deltagelse. Dette gjenspeiler seg i deltagere i Masters Cup 2018.
3. Oppstilling i starten følger ikke vedtatt seeding, men oppstilling etter alder. Dette er påpekt også fra grenutvalget, uten forbedring på arrangementene. Flere i de høyere aldersklassene er blant de raskeste, og å sette disse bakerst skaper sportslig og sikkerhetsmessig uheldige situasjoner.
4. Det er behov for ryggnummer som viser klassetilhørighet for å unngå misforståelser i spurten, i hvert fall i NM der ryttere i mindre grad kjenner hverandre fra før.
5. Deltagelse fra masters i sprint-ritt er så lav at disse ikke tas med i Masters Cup.
6. Deltagelse i 2018 falt dramatisk, med hovedårsak avlyste ritt, men var tilbake i 2019. Det er stor fremgang i de som deltar i flere ritt.
7. Deltagelse i kvinneklassene fulgte samme mønster, men totaldeltagelsen er i 2019 på et litt høyere nivå enn i 2017. Kjønnfordelingen er stabil, og med rom for forbedring.

År	2018		2019	
Totalt	342	66	358	58
	Antall deltagere	Antall med 3 ritt eller mer	Antall deltagere	Antall med 3 ritt eller mer
Kvinner				
30-34	4		2	1
35-39	5	2	5	5
40-44	3		7	3
45-49	3	1	8	5
50-54	2	1	9	7
55-59	2	1	2	1
Sum	19	5	33	22
Kvinneandel	11,0 %		9,4 %	

	Antall deltagere	Antall med 3 ritt eller mer	Antall deltagere	Antall med 3 ritt eller mer
Menn				
30-34	16	7	25	15
35-39	24	6	33	17
40-44	36	8	62	28
45-49	30	6	87	40
50-54	37	7	68	29
55-59	6	1	27	18
60+	4		15	7
Sum	153	35	317	154
Herreandel	89 %		90,6 %	



Årsrapport fra Teknisk utvalg 2018-2019

Medlemmer:

Heidi Stenbock-Haakestad: Fagansvarlig landevei

Turid Foss: Ansvarlig for utvikling av MC/kjøring landevei

Kjell Ivar Larsen: Fagansvarlig BMX

Per Gunnar Hansen: Fagansvarlig bane

Bjørn Birkeland: Leder og fagansvarlig MTB (terreng, utfor og enduro)/Trial/Sykkelkross.

Nordisk samarbeid:

Bjørn Birkeland er også leder for det nordiske kommissærutvalget.

Administrativ kontakt:

Beate Stenberg

Heikki Dahle

Styrekontakt:

Dag Schartum-Hansen

Møteaktivitet:

Interne møter:

Utvalgets primære arbeidsform er mail/telefon/videomøter ved behov gjennom året.

Det ble ikke avholdt fysisk møte i 2018 og ett fysisk møte i 2019.

Eksterne møter:

Det har vært utstrakt kontakt mellom arrangører, administrasjon og TUs medlemmer, i form av møter eller videomøter, mail og telefon.

Nordisk kommissærkomite:

Bjørn Birkeland har vært på 2 møter med Danmark og Sverige vedr nordisk kommissærkomite. Fra 2020 vil baltiske stater, Finland og Island også være med i dette samarbeidet, og det har i den anledning vært ett felles videomøte i 2019.

Seminar:

Det har vært avholdt to felles seminar for nordiske kommissærer landevei, før sesongen 2018 og 2019. Det har vært avholdt ett felles møte for norske kommissærer, alle grener, før sesongen 2020.

Kommissæroppsett:

Det settes opp mer enn 350 kommissær oppgaver i alle grener på den nasjonale kalenderen. I tillegg kommer kommissærer til regionale ritt. Disse settes opp av regionene alene.

For at hver enkelt kommissær skal "bli sett", så er oppsett av den nasjonale kalenderen er et samarbeid mellom Nordisk kommissærutvalg, Teknisk Utvalg NCF og lokale kommissærutvalg.

Nordisk kommissærkomite setter opp UCI-ritt landevei, setter av plasser til nasjonale forbund og foreslår utvekslingskandidater.



Teknisk utvalg setter opp jury på nasjonale ritt; Norges Cup og rankingritt avholdt sammen med Norges Cup og NM. I tillegg setter TU opp SK for rankingritt som ikke er knyttet til NC, samt setter opp hjelpekommissærer på UCI-ritt landevei etter bestilling fra Nordisk komite. For hjelpekommissærer setter TU opp bestilling til lokale kommissærutvalg. I tillegg samarbeider vi med Sverige og Danmark om utveksling til hverandres nasjonale ritt.

Lokale kommissærutvalg setter opp hjelpekommissærer på nasjonale ritt etter bestilling fra TU, i tillegg til å sette opp kommissærer til regionens egne ritt.

Kompetanse:

Nasjonal elite:

Det har i perioden vært gjennomført ett UCI nasjonalt elitekurs landevei og ett for terreng.

Vi hadde 8 søkere til kursene, 7 til landevei og 1 til terreng. Dette har tilført god kompetanse.

Nasjonal kommissær:

Det er gjennomført ett kurs for nasjonale kommissærer, før sesongen 2019

Regionale kurs:

Regionene har ansvar for utdanning av regionale kommissærer. TU bistår ved behov med instruktører, og tilbyr Webinar der regionene selv ikke arrangerer kurs, som regionen så kombinerer med praktisk opplæring.

Kjørekurs:

TU har under utvikling et kjørekurs som skal lanseres før 2020-sesongen.

MC-kommissær:

MC-kommissær er en funksjon som dannes av et team: kommissær og fører av MC. Denne posisjonen er den mest fleksible kommissærposisjon, og den som kan gå tettest på rytterne. Det gjør at denne posisjonen også kan utgjøre den største risikoen i rittet. Norge har strenge regler for hva som skal til for å bli MC-kommissær og fører. Opplæring krever derfor mer ressurser og tid enn andre posisjoner. Funksjonen fylles i Norge av 2 ferdig utlærte norske kommissærer, samt samarbeid med de andre nordiske land. Vi har for tiden 1 kommissær under opplæring.

Analyseverktøy:

TU har sammen med Sverige utviklet og produsert et verktøy for å analysere situasjoner i landeveisritt, samt bruksanvisning for hvordan bruke det. Verktøyet er tatt i bruk i alle nordiske land. Vi jobber med tilsvarende for alle andre grener.

Rådgivning:

En viktig funksjon TU brukes til er regeltolkninger. I løpet av sesongen består mye av arbeidet i å gi råd til kommissærer, regioner, ryttere og GU om regelverk.

Avgrensninger:

Kommissærene skal etter beste evne forvalte gjeldende regelverk. TUs oppgave er å være en faggruppe som bistår og tilrettelegger kommissærenes arbeid, og samtidig gir faglig hjelp til andre grupperinger innen NCF vedr gjeldende regelverk. Der kommissærer eller TU ser behov for justering av regelverk skal dette tas via GU inn til styret der det gjelder de enkelte grener.

Ressursbruk:

TU forvalter et vesentlig budsjett. Alle GUs ressurser går til å få kommissærer i arbeid, enten ved direkte reisestøtte, eller for kurs/opplæring/etterutdanning. Selve driften av TU er rimelig.