

Årsberetning Region Øst i Norges Cykleforbund 2020

1. Styret

Region Øst fikk følgende styre etter årsmøtet 2020:

Stig Fjærli	Asker CK	Leder	Valgt for 2 år
Asgeir Mamen	Asker CK	Nestleder	Ikke på valg
Torunn Fagervold	SK Rye	Kasserer	Valgt for 2 år
Emma Kristine Kjærstad ¹	Asker CK	Styremedlem	Valgt for 2 år
Pål Kenneth Hangaard	Råde BMX	Styremedlem	Ikke på valg
Tone Kristin Larsen	SK Rye	Styremedlem	Valgt for 2 år
Samir Tawfiq	Smaalenene SK	Styremedlem	Ikke på valg
Heidi Sannes ²	Bærum OCK	Styremedlem	Ikke på valg
Jan Aagaard	Follo SK	Varamedlem	Valgt for 1 år

Styret har i løpet av året hatt 13 styremøter pluss ett e-postmøte. Det første møtet ble holdt i Oslo, resten via Teams.

2. Sportslig aktivitet

2.1. BMX

Rapport for 15+ rekruttgruppe region Øst sesongen 2020

Dette prosjektet ble startet opp av landslagstrener Sebastian Kartfjord og Kim-Erik Larsen før sesongen 2016 med den hensikt å sørge for tilfredsstillende oppfølging av unge, ambisiøse utøvere fra et klubbnivå og opp mot landslag. Prosjektet er basert på oppfølging av utøvere med treningsopplegg, ukentlige treninger og felles samlinger.

Følgende ryttere var med i gruppa 2020 sesongen:

Niklas Halvorsen, Junior Menn, Moss BMX (Landslag)
Sebastian Aslaksrud, Elite menn, Råde BMX
Phillip Olafsen, f. 2004, Junior, Gressvik BMX
Annika Pettersen, f. 2004, Junior, Gressvik BMX
Vegard Johannessen, f.2004, Junior, Moss BMX
Sixten Simonsen, f. 2005, 15/16 år, Moss BMX

Disse kom med høsten 2020:

Trym Arthur Øvrevåge, f. 2004, Junior, Råde BMX
Adam Wollmo Karlsen, f. 2006, 15/16 år Moss BMX
Aksel Stenberg, f. 2006, 15/16 år Gressvik BMX

Gruppa er nå noe større enn tidligere. Dette er utøvere som får oppfølging på trening, tester og programmer. Samtidig er det viktig å nevne at de fleste treningene også er åpne for de som

¹ Emma Kristine Kjærstad trakk seg fra vervet før første møtet grunnet liten tid. Jan Aagaard rykket derfor opp som ordinært styremedlem.

² Heidi Sannes sa fra seg vervet 1.10 av personlige grunner.

ønsker å være med. Dette for å ikke ekskludere potensielt aktuelle utøvere på sikt. (Ihht. forskning og anbefalinger.)

Treninger

Det kjøres en felles treningsøkt i uka for de aktuelle utøverne i gruppa der også det er åpent for flere å delta. I sesong kjøres denne økta hovedsakelig på mandager som en felles bane- og startøkt rullerende på de ulike banene i Østfold. Her er hovedfokuset startteknikk og tidtaking. Kim-Erik har også oppfølging av utøverne gjennom 13+ treninger (onsdager), skole (Wang Toppidrett) og utenom. Gjennom vinteren er fellesøkta hovedsakelig en bane- og startøkt i innehallen i Gressvik, men også oppfølging på styrke på Wang Toppidrett og hurtighet i Apenesfjellet. Dette kombineres med 13+ økt.

Utenom de fastsatte fellestreningene har undertegnede jevnlig dialog og oppfølging med utøverne både på og utenfor trening. Phillip og Annika begynte på Wang Toppidrett høsten 2020, hvor undertegnede jobber, og får trent bra der. Her har også de andre utøverne muligheter til å trene når det måtte passe dem. Fremgang dokumenteres gjennom målinger på trening og egne testdager. Vi jobber ut ifra arbeidskrav som er utarbeidet av Kartfjord og undertegnede.

Rapport og resultater sesongen 2020

Som for alle andre idretter så har dette vært et annerledes år med kansellerte samlinger og konkurranser. Til tider har det også vært restriksjoner mot å ha felles treninger. Stort sett alle konkurranser ble kansellerte bortsett fra et par lokale løp, samt NM. I NM fikk vi følgende resultater:

Elite Menn

2 plass Sebastian 3 plass, Niklas

16 år Menn

2 plass Phillip, 4 plass Vegard, 5 plass Trym

15/16 år Damer

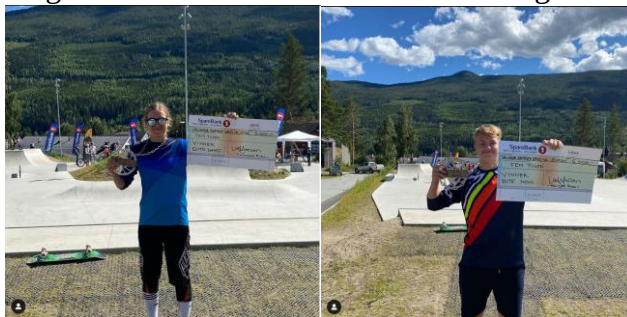
1 plass Annika 1.plass

15 år Menn

4 plass Sixten

Det er moro å se at vi hevder oss i toppen i ulike klasser.

Som et alternativ til avlyste BMX konkurranser deltok mange av utøverne på en «Pumptrack» serie i Hallingdal som pågikk gjennom sommeren. Her stakk de stort sett av med toppplasseringer og gode pengepremier i alle konkurransene. Det ble sosiale og hyggelige turer i minibuss, samt litt vekking av konkurranseinstinkt. BMX fikk også vist seg frem som idrett.



Vi dro også på en liten samling i Hafjell der vi testet DH-sykling. Det ble en flott sosial tur der vi fikk utfordret andre sider av sykling. Dette er noe vi ellers ikke har mye mulighet til å gjøre i en normal sesong.

Ellers har utøverne jobbet godt med egentrening og har vist god utvikling på banen og på fysiske tester, som vi har gjennomført gjennom sesongen. I november kjørte vi felles tester på Wang for å sjekke status før vintertrening og sesongen 2021. Tallene lover godt.

Niklas er eneste i gruppa som er tatt ut på landslag, sammen med Tore Navrestad fra Rogaland, for 2021 sesongen. Han viser god utvikling og har trent godt gjennom sesongen.

Sebastian har hatt noen trøblete sesonger der formen og det mentale ikke har stemt, men det kan virke som han er tilbake til gode gamle takter med en vanvittig fysikk og motivasjon.

Hvis dette fortsetter, så kan vi forvente store ting. **Phillip og Annika** er nå Junior-utøvere, noe som innebærer SX format og stor internasjonal deltakelse i konkurranser. De er begge seriøse i treningsarbeidet og viser god utvikling. De har fått trent godt ifm. skole, 15+ og egentrening.

Vi satser og håper på at 2021 sesongen kan innebære flere konkurranser, slik at utøverne får utfordret seg nasjonalt og internasjonalt og får høstet mye god erfaring.

Av investeringer har jeg gått til innkjøp av mobilt tidtakersystem som kan brukes i trening og tester. Dette gjør at jeg kan følge utvikling av utøverne og gi så presise tilbakemeldinger som mulig i treningsarbeidet. Jeg har også gått til anskaffelse av en hurtighetsmåler som brukes i styrketreningen.

Dette, i kombinasjon med banefasiliteter, styrkerom på Wang, testutstyr og midler fra Region Øst mener jeg at vi har alle forhold tilrettelagt for god utvikling av miljø og utøvere i fremtiden. Nå håper vi bare på at vi kan få trent godt fremover, uten store restriksjoner og at utøverne kan få syklet konkurranser igjen.



2.2. Landevei

Sportslige resultater

Flere av regionens ryttere har tatt Norgesmestertitler og pallplasser i NM, styret gratulerer med mesterskapsdeltagelsen!

NM Fellesstart kvinner senior

1. plass Mie Bjørndal Ottestad (Asker CK)
3. plass Emilie Moberg (Halden CK/DROPS)

NM Fellesstart menn senior

2. plass Jonas Iversby Hvideberg (Fredrikstad SK/UNO-X Pro Cycling Team)
3. plass Carl Fredrik Hagen (Sagene IF Sykkel/LOTTO SOUDAL)

NM Fellesstart menn senior U23

2. plass Anders Halland Johannessen (Drøbak-Frogn IL Sykkel)

NM Tempo kvinner junior

3. plass Amalie Christensen (Eidsvoll SK)

NM Tempo kvinner senior

1. plass Katrine Aalerud (Vestby Sykkelklubb/Movistar Team Women)
3. plass Elise Marie Olsen (Halden CK/DROPS)

NM Lagtempo kvinner senior

1. plass Halden CK – Elise Marie Olsen, Ann Helen Olsen og Emilie Moberg
3. plass Asker CK – Line Marie Gulliksen, Mie Bjørndal Ottestad, Birgitte Andersen Nilssen

NM Gateritt kvinner senior

3. plass Emilie Moberg (Halden CK/DROPS)

Ungdomslekene/Ungdomsmesterskapet (UL/UM) landevei 2020

Asker Cykleklubb arrangerte 8. og 9. august mesterskapet hvor tempo øvelsen ble avholdt i Hyggen og fellesstarten i Sylling. Styret takker rittledelsen og klubben for et flott arrangement og oppfordrer andre klubber i regionen om å søke ungdomsmesterskapet på landevi. Norges Cykleforbund har fått med seg Joker, og arrangementet vil fremover hete Joker-mesterskapet. Det mest gledelige ved samarbeidet er at klubben(e) som arrangerer mesterskapet vil i fremtiden motta en økonomisk støtte fra Norges Cykleforbund.

Regionaktiviteter for barn og unge - Landeveiscup

I korona-året 2020, ble, som alt annet, Landeveiscupen 2020 rammet av smittevernstiltakene; Det resulterte i at vi måtte avlyste de rittene som var planlagt på vår-parten av sesongen. Likevel gjennomførte vi de rittene som var planlagt på høst etter at samfunnet åpnet seg. I tillegg til at vi ble med Holmenkollen Sykkelfestival som IF Frøy arrangerte, her ble det to ekstra tellende ritt i cupen.

Landveiscupen passer på at det blir enklere for klubbene å arrangere ritt, og at det også blir økonomisk forsvarlig og uten økonomiskrisiko. Dermed får unge syklister, og særlig de som sykler ritt for første gang en god og trygg arena for å øve seg på ritt – og mulighet til å utvikle seg som syklister. Det er med glede vi ser at årets U23 europamester i landevei har syklet sine første ritt i Landveiscupen. Jonas Iversby Hvideberg er også vår ambassadør. Det er vi veldig stolt av. For første gang i cupens historie utdelte vi sammenlagt-trøyer på cupens avslutning. Det ble en stor suksess som de håpefulle syklister satt stor pris på.

Landeveiscupen vil fortsette med full styrke i 2021. Det er veldig gledelig at nye klubber har meldt sin interesse som arrangører. Rittdatoene er allerede klare. Vi tror at 2021 versjonen blir spektakulær med tanke på steder vi besøker og type ritt. Det er også lagt opp til et eget avslutnings ritt/fest med premieutdeling, sammenlagt trøyer om mye mer. Samir Tawfiq er ansvarlig for Landeveiscupen i styret, og fortjener stor takk for innsatsen.

Styret vil takke våre sponsorer Braatens Byggfornyelse AS, Optimera Monter og SVVS AS, arrangørklubber i 2020 SK Rye, Follo SK, IF Frøy, Drøbak SK for godt samarbeid. Sist, men ikke minst, våre kommisærer i region øst som gjør en formidabel jobb og tillegger seg også rollen som veiledere og rettleidere for unge uerfarne syklister.



Ritt 4 Drøbak SK



Ritt 2 Holmenkollen Sykkelfestival



Ritt 6 Avslutning i Lillomarka

Morgendagens helter/Uno-X development weekend

Region Øst stilte med regionlag i UCI-rittene som utgjorde Uno-X development Weekend, første helg i september. Dette har vi gjort siden 2018. Deltagelsen ble en stor sportslig suksess og vårt lag gjorde seg bemerket både i feltet og på TV. Særlig under Lillehammer GP på lørdagen imponerte gutta, og vi var faktisk det nest beste laget den dagen, kun slått av UNO-X Pro Cycling Team, men foran profflaget Riwal Securitas Cycling Team og kontinentallaget Joker Fuel of Norway og Team Coop. Dette satte selvsagt en spiss på det hele, men det var like gledelig å se hvordan syklister som til daglig sykler i sine klubber, fant sammen og fungerte som et lag, både på og av sykkelen. Ved å bidra til at klubbrytterne kan utvikle seg gjennom å konkurrere på et nivå som dette, har virkelig regionen en misjon med å bidra til utvikling av klubbmiljøene gjennom å skape rollemodeller.

2.3 Terrengsykling

Sportslige resultater

Flere av regionens ryttere har tatt Norgesmestertitler og pallplasser i NM, styret gratulerer med mesterskapsdeltagelsen!

K Junior rundbane

1.plass Oda LaForce (IF Frøy)

K Junior kortbane

1.plass Oda LaForce (IF Frøy)

3. plass Helena Nyhus (IF Frøy)

M junior rundbane

1 plass Sondre Rokke (IF Frøy)

2 plass William Handley (Asker CK)

3 plass Martin Mobrårthen (Romeriksåsen SK)

M junior kortbane

1 plass Sondre Rokke (IF Frøy)

2 plass William Handley (Asker CK)

3 plass Eivind Fougner (SK Rye)

K Elite rundbane

3 plass Marit Sveen (Romeriksåsen SK)

M Elite rundbane

2 plass Knut Røhme (Romeriksåsen SK)

M Elite kortbane

3 plass Knut Røhme (Romeriksåsen SK)

Covid førte til at nordisk mesterskap i rundbane ble avlyst, EM i rundbane ble avlyst, ingen norske ryttere ble sendt til VM i rundbane. Ingen norske ryttere ønsket å reise til VM eller WC i sprint, eller til VM i maraton.

Terrengarrangement i regionen

Takk til klubbene som har tatt på seg å arrangere i en krevende tid!

Norges Cup

IF Frøy arrangerte Norges Cup 3 og 4 i august.

NM 12 og 13 september

Opprinnelig var Brumunddal tildelt NM, men covid-19 situasjonen førte til at de måtte trekke seg på kort varsel. Sportsklubben Rye tok på seg oppdraget med få ukers forberedelsestid og med dugnadshjelp fra mange klubber in Stor-Oslo. 13. september var det første offisielle Norgesmesterskapet i kortbane.

Regionmesterskap 3 august

Mesterskapet var i øvelsen rundbane. Vi har tradisjon for at en av Norges Cup rittene i regionen fungerer som Regionmesterskap. I år var det Frøys NC 3 og vi takker for at Frøy tok på seg dette.



Kalas Cup

Alle rittene i cupen ble avlyst grunnet covid-19. Kalas Cup er basert på kveldsritt og med opp i mot 400 deltakere ville det ikke latt seg gjøre å arrangere med covid-19 tiltakene som var påkrevet. Det er BOC, Follo, Asker, Frøy, Nittedal, Rye, FIF, og Driv som samarbeider om denne cupen og de har gjort en super jobb i veldig mange år.

Regionaktiviteter for barn og unge

Klubbsamarbeide

Høsten 2019 hadde klubbene ønsker om å samarbeide om nærsamlinger (13-14 åringer) og felles månedlige hardtreninger og samarbeid om noen samlinger (15 år og eldre). Siden det ble begrensninger på antall ryttere som kunne trene sammen ble det ikke samarbeidet i 2020 helt som vi hadde planlagt – men det ble aktiviteter!

- «Klubbsamarbeid i Stor-Oslo» (FB side) var i begynnelsen av sesongen for IF Frøy og Sportsklubben Rye. Hver lørdag har det vært intervalltrening etter opplegg fra Wang trener Ove Sollie, vekselvis på Skullerud og Langsetløkka. Etter hvert som de fikk erfaring med reglene for gjennomføring har disse treningene vært åpne for alle ryttere

i regionen som er 15 år og eldre. I perioden hvor smitten var lav ble klubber andre steder i regionen oppfordret til å invitere treningen på besøk til sitt nærområde.

- For de yngre var det en rekke klubbssamarbeid om hardøkter, testritt, og fellesturer for mindre grupper, flere av disse med fokus på jenter. Sportsklubben Rye arrangerte Rye-rittet for ryttere 9-16 år.

Styret berømmer klubbene for initiativ og samarbeide for barn og unge!

Regionlaget

Region Øst har i flere år hatt en satsing for Junior og Elite terrengryttere gjennom et regionlag. Normalt reiser regionlaget ut til to nordiske ritt. I år var det ikke aktuelt å reise ut av Norge på grunn av pandemien. Det ble planlagt to regionsamlinger høsten 2020. Kun den første lot seg gjennomføre og da i svært redusert omfang grunnet strengere covid-19 tiltak. Lørdag 7. november kjørte vi hardøkt i opplegget til Klubbssamarbeid Stor-Oslo. Søndag 8. november kjørte vi en rolig langtur. Samlingen var åpen for alle satsende ryttere i Junior og Elite klassene, samt de som blir Junior i 2021.

2.4. Cyclocross

Det har vært arrangert flere sykkelkross ritt i regionen i høst, både NorgesCup ritt, frittstående ritt og lavterskel treningsritt. Klubbene har vært svært flinke til å arrangere og skape aktivitet!

- Asker CK arrangerte NC1 og NC2 på Føyka
- BOC arrangerte NC3 og NC4 på Spikkestad
- Hasle Løren arrangerte Bjerkekross
- IF Frøy arrangerte Norwaykross
- Drøbak sykkelklubb/101 percent arrangerte Skansenkross på Seiersten

På Føyka har det vært lavterskel treningsritt midt i uka jevnlig på høsten.

2.5. Bane

Anita Stenberg (IK Hero) tok bronse i poengløp under VM i banesykling som ble arrangert i Berlin 26. februar - 1. mars 2020. Hun tok dermed Norges første VM-medalje i banesykling siden 1995.

Jentesamling på Velodrom – Odense 17-19 januar 2020 ble til en suksess. 16 ivrige jentesyklister fra alle sykkelgrener (BMX, landevei og terreng) var med på samlingen i velodromen i Odense. Formålet var å legge til rette for å styrke jenterekruttering innenfor sykkelsporten og å bygge et positivt treningsmiljø og sosialt nettverk på tvers av klubber, alder og grener for å skape treningsmotivasjon og -glede.

Region Østs representant, Samir Tawfiq, kunne rapportere om et vellykket arrangement både sportslig og sosialt. Det ble totalt 4 gode treningsøkter ledet av Danske Annika Sarah Rasmussen i tillegg til våre egne Anders Oddli og Tone Hatteland Lima på trener side. Disse sørget for gode planlagte økter og fartsfylte øvelser. På kveldene var det duket for sosial mingling initiert av jentene selv med stor hjelp av Kine Marie Braaten mor til Braaten jentene. En aldeles hyggelig og vellykket samling.

Region Øst vil rette en stor takk til initiativtakere og planleggere av denne samlingen, Pål Braaten og Torbjørn Stokke, fra henholdsvis SK Rye og IF Frøy.

Nå har vi fått vår egen Velodrom i Norge ved Sola. Region Øst har planer om å arrangere slike samlinger i fremtiden gjerne i samarbeid med klubbene i regionen. Byggingen av velodromen i Asker har startet og den er planlagt å stå ferdig i 2022. Ann-lise Katle, Jørn

Michalsen, Dag Schartum-Hansen og Hans Petter Gulbrandsen har levert gode bidrag til prosjektet. Styret takker for innsatsen og gleder seg til å besøke velodromen i Asker og arrangere aktiviteter i regi av regionen.



3. Anlegg

3.1. Sykkelanlegg i Oslo

Situasjonen for sykkelanlegg i Oslo er variabel, og for unge og med tanke på rekruttering er den dårlig. Oslo kommune vedtok i desember en ny behovsplan for idrett og friluftsliv. I forberedelsene til rulleringen har regionen gjennom godt arbeid tidligere år fått inn i planen at det skal utredes terrengsykkelanlegg blant annet øst og nord i byen. Regionen og flere av klubbene hadde sendt inn en rekke konkrete innspill og også hatt møter med politisk ledelse og Bymiljøetaten. Imidlertid ble ingen av disse innspillene tatt med i planen.

Banesykling: Ikke eksisterende anlegg eller planlagte anlegg. Velodrom er imidlertid under bygging i Asker. For de nærmeste årene anses dette som tilstrekkelig, og det er lite realistisk å ha ambisjoner om utvikling av velodrom i Oslo før sporten har solid erfaring med velodromen i Asker.

BMX og pumptrack: Ingen BMX- baner i Oslo. For de som bor vest i byen, er det mulig å reise til en bane i Bærum. Øst/syd er banene i Moss eller i Råde nærmeste mulighet, og det anses ikke som et alternativ. BMX-anlegg gir en trygg og god introduksjon til sykkelporten, og situasjonen er ikke tilfredsstillende. Det bør etableres 1-3 baner fordelt i Oslo. Pumptrack er enkle og lite plasskrevende nærmiljøanlegg som skaper uorganisert aktivitet. Dette er sykkelportens ballbinge. Det bør være flere anlegg i hver bydel, og gjerne tilknyttet eksisterende idrettsanlegg eller skoler. Det er bare etablert en pumptrack i Oslo, og den er på Ammerud. IF Frøy la inn konkrete planer om både pumptrack og BMX-anlegg, men dette ble avvist av kommunens politiske ledelse.

Enduro og utfor: Markene rundt Oslo, og spesielt Frognerseteren, Tryvann, Vettakollen, Grefsenkollen, åsene i Maridalen og Røverkollen gir gode muligheter for endurosykling. I Tryvann er det på dugnad etablert konkurranseløyper. For utfor er situasjonen dårligere da ingen av skianleggene har sommerdrift av heisen. Utforsyklistene benytter seg derfor av shuttling med biler, T-banen til Frognerseteren eller de reiser til Drammen skisenter. Sommerdrift i enten Tryvann eller Grefsenkollen hadde vært å foretrekke.

Landevei: Innenfor Oslos grenser er det dårlige forhold for landeveissykling. Eldre utøvere med større rekkevidde legger treningsturene ut av Oslo. For barn og ungdom er det Maridalen og Sørkedalen som er alternativene i Oslo. Dette er strekninger med smal veibane, stedvis lav standard på veidekket, mye og blandet trafikk med biler, busser, syklist, rulleskigåing og joggere. For å få tilfredsstillende forhold for yngre utøvere bør utvalgte landeveier

tilrettelegges bedre. I tillegg kan det være aktuelt å etablere rulleskianlegg / sykkelanlegg med enkel profil.

Terreng: Det er et godt nett av grusveier og stier i marka, men grenen mangler trenings- og konkurranseanlegg. SK Rye har godkjente konkurranseløyper på Langsetløkka på Kjelsås, og trener i tillegg fra Sognsvann. På Sognsvann er det ingen tilrettelegging, og på Langsetløkka har kommunen stoppet videre utvikling siden det ligger i marka. IF Frøy trener fra Haraløkka og Skullerud, men har ingen godkjente konkurranseløyper eller tilrettelagte treningsarenaer. For byens største gren gjør dette treningssituasjonen for barn, ungdom og begynnere krevende.

Regionen ønsker å gjøre noe med den utfordrende anleggssituasjonen. Styret delegerte i desember 2020 til Tord Bern Hansen å ha dialog med Oslo kommune om anleggssituasjonen. Han har jobbet sammen med representant fra SK Rye og IF Frøy. Region Øst har hatt møte med Bymiljøetaten i Oslo kommune for å avklare hvordan kommunen og sykkelporten sammen kunne komme i gang med planleggingen. Til tross for forankring i behovsplanen, ønsket ikke Bymiljøetaten å sette i gang noe planarbeid før de fikk klar beskjed fra overordnet politisk ledelse (byrådsavdeling). Arbeidet mot politisk ledelse prioriteres høyt vinteren og våren 2021. Det er også opprettet god dialog med anleggsansvarlig i Oslo Idrettskrets.

3.2. BMX anlegg

Regionen har anlegg av god kvalitet, som det kan arrangeres internasjonale stevner på, men det er viktig at disse blir vedlikeholdt.

Dal IL vil ha et bmx anlegg som er klar i 2021 dette vil bli den 6 banen i Region Øst



3.3. Velodrom i Asker

Asker kommune forskutterer 60 mill. kr og garanterer for 170 mill. kr til velodromen i Asker. Dermed er alt klart til at byggeprosessen kan starte. I tillegg til velodrom og idrettsbygg, er det også kontorareal her. NCF planlegger et kompetansesenter her. Veidekke ASA står for prosjekteringen og oppgir en ferdigstilling til høsten 2022.



4. Representasjon

- Samir var på banesamling i Odense, Danmark
- Stig har vært på fellesmøter mellom regionene og NCF og NCFs ting
- Tord Bern Hansen (Spkl. Rye) har representert Region Øst på møter med Oslo kommune i forbindelse med nye terrengsykkelanlegg

5. Kommissæraktivitet

Asgeir Mamen har også i år vært kommissæransvarlig i styret. Til å hjelpe seg har han hatt Anny Slettmoen og Heidi Stenbock-Haakestad. Terminlisten inneholdt opprinnelig 65 ritt, fra mars måned til september. I stedet ble det meste avlyst, f.eks Kalas cup, der kun ett ritt ble arrangert, og Oslo landeveiscup som fikk arrangert seks av rittene sine. Regionstyret vil få takke alle kommissærene som har bidratt i denne sesongen for den viktige jobben de har utført!

For kommissærene i Region Øst ble første store oppdrag i regionen UM i Asker i august. Sesongen ble derfor svært forkortet. Utvekslingen av UCI kommissærer til nordiske land ble det heller ikke noe av. Våre kommissærer gjør et viktig arbeid, og nyter god respekt for kvaliteten på arbeidet de gjør. De er også mye engasjert av NCF til Norges Cup og mesterskap. Dette gjør at vi har en kommissærgruppe som har god og bred erfaring. I forbindelse med regiontinget dekket Region Øst kostnadene for en kommissærsamling. Dette ble det satt stor pris på av kommissærene.

Regionstyret vil igjen oppfordre klubbene til å sende kandidater til både kommissær- og trenerkurs som arrangeres. Det er hele tiden behov for fornyelse og supplement av kompetanse.

7. Regionenes rolle i NCF

Til styremøtet 28.9 ble NCFs generalsekretær *Eystein Stokstad* invitert. Han gav en god redegjørelse for NCFs dokument om regionenes rolle i NCF. Dokumentet har blitt diskutert av styret i flere møter. Vi imøteser et tett samarbeid med NCF om rekruttering, og har klubber som kan gi gode innspill til rekrutteringsarbeidet. Dette arbeidet må i hovedsak gjøres fra NCFs side, men hvor regionene er støttespillere på det de er gode på.

8. Tanker om fremtiden

Region Øst har et godt utgangspunkt i form av en solid økonomi, dyktige tillitsvalgte og gode relasjoner til overordnede organisasjonsledd. Det er med stor spenning vi ser frem til ferdigstillingen av velodromen i Asker. Den og Norges Cykelforbunds kompetansesenter vil være positive innslag for vår virksomhet. Vi oppfordrer sterkt våre klubber til å ta grep for å markedsføre banegrenen blant sine medlemmer. I tillegg til aktive vil vi også trenge annen kompetanse, som trenere og kommissærer. Her må klubbene være seg sitt ansvar bevisst.

Også i de etablerte grenene vil Region Øst satse. Terrengsyklingen står sterk i mange klubber, og vi har lenge hatt et terrengutvalg som samordner den virksomheten. Dette ønsker vi å videreføre. For landeveisgrenen er det også aktuelt å etablere et utvalg som kan samordne aktiviteten i klubbene, det er mange talenter som må tas godt vare på. Oslo landeveis-cup er et slikt tilbud som har vært meget vellykket, og som vi vil fortsette å legge arbeid i. BMX har i lang tid etablert funksjonelle former for samarbeid, og vi registrerer med glede at BMX familien vokser, og nye baner kommer til.

Ingen kjede er sterkere enn det svakeste leddet. Alle trengs til å ta i et tak for en fortsatt positiv utvikling av sykkelidretten i Region Øst.

9. Takk til våre tillitsvalgte og ildsjeler

Styret i Region Øst vil få takke alle tillitsvalget og alle de som gjøre en jobb for sykkelporten i vårt område. Dere er avgjørende for at vi har kommet så langt som vi har. Stor takk til dere!

Stig Fjærli
leder

Asgeir Mamen
nestleder

Torunn Fagervold
kasserer

Pål Kenneth Hangaard
styremedlem

Samir Tawfiq
styremedlem

Tone Kristin Larsen
styremedlem

Jan Aagaard
styremedlem