

Årsberetning for 2018

Styrets sammensetning i perioden har vært som følger:

Leder: Erik Ramstad
Nestleder: Emil Inversini
Styremedlem: Benedikte Bølling
Styremedlem: Øyvind Bergersen
Styremedlem: Paal-Erik Strande Olsen
Styremedlem: Marianne Mowe
Styremedlem: Lars Kjølseth

Kasserer: Brede Udahl
Revisor: Trond Holter

Klubben har pr 31.12.2018, 237 medlemmer. Dette er en økning på 13 medlemmer fra 2017

Økonomi

Nesodden sykkelklubb har en sunn økonomi, regnskapstallene viser:

Driftsinntekter	kr. 226 812
Driftsutgifter	kr. 136 433
Finansielle inntekter	kr. 1 527
Resultat	kr. 90 379

Samt en egenkapital pr 31. desember 2015 på kr 587 847,-

Klubbens overskudd er redusert med med om lag kr. 30 000 i forhold til resultatet i 2016. Årsaken til dette er bl.a.

- Redusert overskudd fra Vårtesten
- Noe høyere utgifter til barn og unge
- Støtte til Daniel Ekløf

Kontingent

Styret foreslår å holde årskontingenten uforandret:

Enkeltmedlem kr. 450,-

familiemedlemskap (husstand) kr. 900,-

Grupper og treninger.

Alle undergruppene innen sykkel har vært aktive i perioden. Tilbakeblikk på 2018 med trening og aktiviteter gjennomført av undergruppene i Nesodden Sykkelklubb er vedlagt i [Vedlegg 1](#).

Ritt

I år ble det gjennomført klubbmesterskap i enduro for første gang. En ivrig kjerne på Fagerstrand gjennomførte et lavterskel enduromesterskap der tid på utvalgte stravasegment la grunnlaget for kåring av klubbmester. 19 syklister deltok på konkurransen. Tilbakemeldingene på arrangementet var udelt positive.



Sammen med våre venner i DSK arrangerte vi i år for første gang treningsritt på Rudskogen racebane. Dette var et åpent arrangement uten tidtaging. Det ble syklet i 1 time, deretter 3 runder før førstemann over mål ble kåret som vinner. Her gikk det fint å bli tatt igjen med 1 runde, for så å henge seg på feltet igjen. En morsom nyvinning vi har ambisjon om å gjenta, med fokus på å få med flere fra barn og unge.

Karusellritt

Nesodden sykkelklubb har i år arrangert 4 terrengkarusellritt, 2 før sommerferien og 2 etter. Siste karusellritt var også klubbmesterskap. I årets terrengkarusell har det vært omlag 75 unike startende, noe som er en liten nedgang fra i fjor. Noen har deltatt en gang mens andre har deltatt i samtlige. Det har vært startende i alle klasser fra jenter/gutter 6 år og oppover til Veteran 50+.

Vårtesten 2016

Vårtesten arrangeres i samarbeid med Drøbak sykkelklubb. Vårtesten ble gjennomført i april med fantastisk god og uvurderlig hjelp av klubbens medlemmer, tusen takk. I 2018 ble det innført nye regler for løypevakter, der gjennomført kurs er obligatorisk. Mange ritt ble lagt ned i år, og vi er stolte over å ha kunne gjennomføre rittet med over 30 vakter. Her er vårt samarbeid med Team Rynkeby uvurdelig. Vi har for 3dje året valgt å støtte Rynkeby med deres innsamling til kreftsaken mot at de stiller som løypevakter. Dette bidrar sterkt til at Vårtesten nå har blitt et fast, populært, innslag i terminlista. Tilbakemeldingene fra deltagerne er også i år positive, og vi har et stabilt antall deltakere. Årets overskudd, kr 20.000, er noe lavere enn tidligere år. Dette skyldes økt betaling til Rynkeby for å stille med løypevakter med godkjent gjennomført løypevaktkurs.

Samarbeid med andre klubber

Klubben samarbeider med Drøbak SK om Vårtesten og klubbmesterskap på landevei. NSK har ansvar for bakketempo og tempo og DSK har ansvar for fellesstart. Vi gjorde som i fjor og arrangerte KM fellesstart for oss selv. Først en felles runde der alle henger med og praten sitter løst. Så en runde der tempo skrur opp, og ungdommen avgjør seg i mellom. Og i tredje runde er det full gass med kåring av klubbmester. Bakketempo ble også i år avlyst pga. lav oppslutning.

Premiefest

Nesodden sykkelklubb arrangerte felles premiefest for deltakere i terrengkarusellen, samt klubbmesterskap for barn og unge. Vi gjorde som i fjor og la premiefesten til siste trening. Etter litt lek i skogen og stafetter var det kaker, saft og premieutdeling i kantina på Nesodden Videregående Skole. Mange blide barn og unge fikk en velfortjent premie som bevis på deltagelse i karusellritt. Like viktig for de litt eldre barn og unge er pokalen som bevis på 1-3 plass i klubbmesterskapet.

Årets NSK'er

Årets NSK'er er Benedikte Bølling.

Dugnad og løypevakter

Styret vil gjerne benytte anledning til å takke alle som har bidratt til at vi har klart å gjennomføre ritt og treninger. For en liten klubb som NSK er vi avhengige av engasjement



og bidrag fra dere som stiller opp for klubben. Vi har en solid økonomi, og det er takket være deres innsats slik at vi kan arrangere karusellritt og Vårtesten som gjør dette mulig.

Årsfest

Tradisjonen tro arrangerte i høst en sykkelfest for voksne. Dette er en hyggelig avslutning på sesongen der gode sykkelvenner møtes uten hjelm. Alle hadde med mat til felles bord, bobler i glassene, god mat, musikk og god stemning ble det. Store og små sykkelopplevelsene ble delt og nye mål og planer for neste sesong ble luftet.

Nesodden 07.02.2019
Styret i Nesodden Sykkelklubb

Erik Ramstad
Leder

Emil Inversini
Nestleder

Marianne Mowe
Styremedlem

Lars Kjølseth
Styremedlem

Benedikte Bølling
Styremedlem

Paal-Erik Strande Olsen
Styremedlem

Øyvind Bergersen
Styremedlem

Vedlegg 1 Tilbakeblikk på 2017 - Referat fra Gruppene

Terrenggruppas tilbakeblikk

Terrenggruppa er en god blanding av kos på sti, intervaller med blodsmak og mye et sted midt i mellom. Vi har en aktiv kjerne som stiller opp uansett vær, og det logges Go´økter, Go´runder og mye annet på Strava som ser riktig så hyggelig ut. På FaceBook dukker det stadig opp bilder og film av blide stisyklister med fete glis. Med så mye sykling i marka er det er smått utrolig at det fortsatt dukker opp små stier som er nye for mange av oss. Den som leter den finner. Vinteren 2018 var magisk for sykling på vinterstier. Det er lite som slår Tomåsan et par uker etter snøfall, når hundelufferne har tråkket brede flotte løyper. På Fagerstrand tar de saken i egne hender og går trugetur der de sleper bildekk for å lage brukbare sykkelløyper i snøen. Det hele toppet seg i påsken da det var mulig å sykle på skaren bortover jordene hele veien ned til Son.

Klubbens terrengsyklister viste frem den flotte drakta vår i en stor variasjon av ritt. Vi deltok i Terrengsykkelrittet, Stomperudrittet, Trans Østerdalen, Grenserittet, Birken, Halvbirken, Ultrabirken, Utflukt, Enduro både her og der. Årets lengste var Offroad Finnmark 300, 20 timer på Finnmarksvidda

Barne- og ungdomsgruppa

Barne- og Ungdomsgruppa startet etter påske med første trening. Vi har hatt et godt oppmøte på treninger hele sesongen - med over 50 barn og unge på det meste. Det er gledelig at vi har en stor yngre flokk som ser ut til å være ivrige. Det har i alt blitt arrangert 11 Terrengtreninger og 5-6 landeveistreninger før og etter sommerferien. Vi har også etablert kontakt med Drøbak og Rye for felles B/U landeveistrening der vi har hatt deltagere.

Trenerne har i år som i fjor fått bidrag fra de eldste som trenere, noe som er både gøy og inspirerende for både gamle og unge.

Det har blitt arrangert 4 ritt i Terrengkarusell med god deltagelse fra den yngre garde og opp til 73 påmeldte i alle aldre. Dette er et lokalt tilbud for de som ønsker seg en utfordring i terrenget i konkurranse med andre.

De mest ivrige har deltatt i Kalascup, en terrengkarusell med terrengritt som samler syklister i alle aldre fra region Øst. Region Øst har i 2018 også arrangert en landveiscup med god deltagelse fra de unge i NSK, NSK arrangerte bakketime med meget gode tilbakemeldinger. Her er det verdt å få med seg at NSK har 5 stk sykler i juniorstørrelse til gratis utlån til unge, noe som vi tar sikte på å øke i 2019. Vi skal også forsøke å organisere mer landeveistrening for B/U i 2019.

Vi registrerer med glede at to av våre B/U medlemmer har tatt steget opp og fram og begynt på NTG Lillehammer. Ådne Finset har begynt på landeveislinja og Leo Solland på downhill! Lykke til begge to!

Vi ser fram til 2019 med nye og gamle fjes!



Spinning på E-huset

Også dette året har vi kjørt spinning på e-huset på tirsdager og søndager. Dette er et populært tilbud for våre medlemmer og en god anledning til å holde sykkelbeina i gang gjennom vinteren. Klubbens trenere legger ned en formidabel innsats med planlegging av øktene og få heklet sammen en passende spilleliste.

Landeveisgruppene tilbakeblikk på 2017

Gruppe 1

Gruppe 1 startet sesongen med en fin gjeng på Mallorca men enkelte burde ha vektlagt Velominati Rule #9 If you are out riding in bad weather, it means you are a badass. Med unntak av Mallorca så vi nesten ikke en regndråpe. Vårtesten vi arrangerer med Drøbak ble også i 2018 et meget vellykket arrangement og vi er stolte av å gjennomføre i en tid hvor mange ritt avviker. Jobben med 2019 utgaven (5. mai) følger planen og politiet har allerede gitt sin godkjennelse. Hold av datoen. Nytt av året var banesykling på Rudskogen, også dette i samarbeid med Drøbak, fantastisk gøy med god deltagelse. Planer om et lavterskel CX-ritt er på tegnebrettet. Antallet på fellestreninger bar litt preg av enkeltes satsing på tempo, Mastercup, Trondheim-Oslo med Follo og at enkelte innimellom henter frem stisykkelen. Igjennom høsten var vi en gjeng med flere langturer på grus, i nabolaget hjemme og i Nordmarka, flere grussykler med bukkestyre er på vei. Tempogjengen var aktive med gode resultater og Robert har stabilisert seg på et høyt nivå sammen med Kjetil og Roger. Mange rittdeltagelser også i 2018, alt fra Mastercup, Oslo Klassikerne, Trondheim-Oslo til Dragon Race i UK (James og Fredrik) osv. Igjennom høsten og vinteren har vi en sterk gjeng som legger ned mange timer i forkant av Lillehammer - Oslo med felles satsingen Team Follo, lykke til Paal-Erik, Kjetil, Lino og Erik !!!

Gruppe 2

Våren kom fort og asfalten kom frem etter en god vinter. Noen hadde allerede startet på klubbssamling på Mallorca. Godt oppmøte i alle grupper i starten av sesongen, kort-kort og gode venner er dypt savnet i gjennom vinteren. Fler av oss var med og bidro til gjennomføre «Vårtesten» sammen med Drøbak Sykkelklubb. Det ble en suksess som året før. Jon, Ådne og Øivind deltar i Follorittet, spennende løype med gruspartier slik en klassiker skal ha, heldigvis ingen punkteringer! I juni sykler Anita, Trine og Mona styrkeprøven i sammen. De starter på Eidsvoll og ender med å vinne sin klasse! Megakudos til den prestasjonen.

Oppsummert har det vært en fantastisk lang og varm sommer med varierende oppmøte. Mange søndagsturer i nydelig morgensol, svette bakkedrag og naturlige intervaller. Det ble i tillegg noen turer med lav kveldssol, kun for hyggen. Nå legges planene for en sterk gjeng som skal stille i Vätternrundan 2019 på 300km. Det er bare å glede seg!

Gruppe 3

Denne sesongen startet også for de fleste med fine sykkelturner på Mallorca.

Gruppe 3 har «invitert» til trening hver tirsdag, torsdag og søndag i vårsemesteret.

Det har vært noe ustabil oppmøte. Antall syklistene på trening har vært litt lavere enn tidligere.

I forkant av hver trening har det blitt lagt ut info på FB gruppe 3. Det har alltid vært en som har tatt ansvar for trening og ivaretagelse av frammøtte.

Treningene har for det meste vært «Nesodden på langs og på tvers». Noen av øktene med spesielt fokus på bakketrening. Søndagene har det bl.a. blitt turer til Son og ulike veier som har endt opp på Aker Brygge. Det har vært tatt initiativ til trening/turer utover de fastlagte treningstidene. I juni tok 11 damer (gr. 2/ 3) turen Nesodden/Vestby -

Grebbestad. I høstsemesteret har det møtt færre til trening. Flere av gruppas medlemmer har i denne perioden lagt treningene på sti i skogen.

Etter høstmørkets frembrudd har det også vært stor aktivitet med barmarkstrening i Brattbakken og skigåing onsdager. Damene gr.2/3 har også i år vært samlet til skihelg på Kvitfjell i februar.

Ritt:

I slutten av mai deltok 6 damer (gr.2/3) på Tøse-runden(110 km) i Køge, DK. Syklende ektefeller var støtteapparat med olje, pumping og høy musikk.

Grappa var representert med 5 damer i Styrkeprøven Gjøvik-Oslo.3 damer syklet Eidsvoll-Oslo. Gr.3 var også representert i Birken og Halvbirken i august. Det var også noen deltakere i «Vårtesten» og klubbmesterskapet.