

Velkommen

Ryttermøde, torsdag 29.Feb.2024

SOLRØD CYKLING



Agenda

- Præsentation af trænere for sæson 2024
- Træninger
- Hold Q
- Løb
- Udvalg
 - Weekendture
 - Enkeltdagsture
 - Klubmesterskab
 - Klubfest
- Holdsport
- Tøjbestilling



Trænere 2024

HOLD 1A

Jens Larsen
Peter Holmberg

HOLD 2

Brian Tholstrup Andresen
Kim Høse
Tom Andersen

HOLD 1B

Britt Falskov
Michael Falskov
Michael Pheiffer

HOLD 3

Brian Brødsgaard
Dennis Lund
Kim Høse

Træninger

- **Søndage kl. 9-12, fra 3.marts** (første søndag i marts)
 - Der inddeles i 4 niveauer: Hold 1A, 1B, 2 og 3 (max. 12 ryttere pr. hold)
 - Der køres Long-(Slow)-Distance. Typisk omkring 3 timer +/-
- **Onsdage kl. 17:30-20, fra 3.April** (første onsdag efter sommertid)
 - Der køres sædvanlige Hold 1A, 1B, 2 og 3
 - Der køres normalt lidt flere intervaller end om søndagen. Typisk 2-2.5 time (kortere i starten pga. dagslys)

Hold Q (kun for kvinder)



Der er intet hold Q i 2024-25 sæsonen, grundet mangel på Q trænere

Motionscykelløb m. SC trænere

- Der påregnes trænere på følgende løb (og distancer), hvis ønsket og hvis muligt:
- 26.Maj Skjoldenæsholmløbet (80 km ruten)
- 23.Juni Hedebo løbet (95 km)
- 11. August Rishøj løbet (ca. 85 km)

* <https://motionscykellob.dk>

Weekendture



· **18.-19.maj**
(Pinse)

Vejle-Tour
(Tovh.: Britt Falskov)

· **25.aug**

Bornholm rundt (103 km)
(Tovh.: ?)



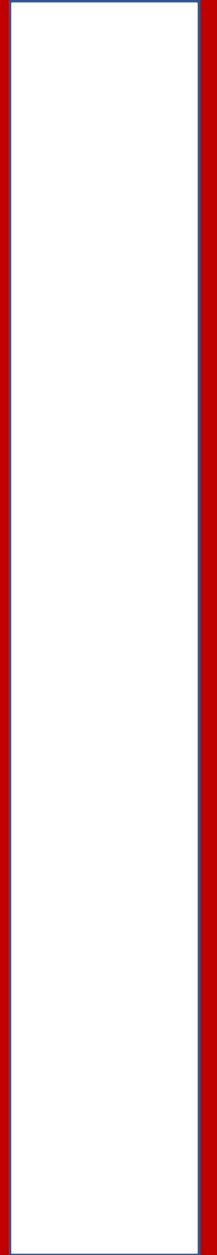
Dagsture

Dato **Hallandsåsen, Sverige ???**
(Tovh.: ?)

Dato **Fårevejle**
(Tovh.: ??)

Dato **Nordsjælland ???**
(Tovh.: ?)

Dato **Andet?**
(Tovh.: ?)



Klubmesterskab 2024 ???

Hvem vil stå for det - Tovholdere?

(ideer/løsninger fra tidligere år KAN genbruges, men det står gruppen frit for at afvikle mesterskabet)

**Seneste
Klubmesterinde 2019:**

Britt Falskov



**Seneste
Klubmester 2019:**

Niels Jørgensen



Klubfest 2024 ?

Tovholdere: Dorte Dyssegaard og Peter Holmberg



Holdsport

HOLDSPORT.DK

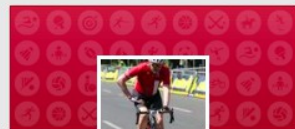


Oversigt Kalender Medlemmer Chat Email Opslagstavle Galleri Statistik Forum Flere ▾

🏠 Solrød Cykling ▾

👤 Solrød Cykling La... ▾

👤 ▾



Henrik Bøgesø
Træner

Solrød Cykling
Solrød Cykling Landevej

Se opslag for

👤 Solrød Cykling Landevej

👤 Alle mine hold



Hvad har du på hjerte?



Kun synligt for trænere på Solrød Cykling Landevej



Peter Gas Andreassen kommenterede Vintertræning

3 DAGE SIDEN · 🗨️

03

nov

Vintertræning

🕒 9:00 - 12:00

📍 Skolegården

👤 12



Peter Gas Andreassen

3 DAGE SIDEN

Jeg kommer ikke er på udstilling i Ballerup

Svar



Kommentér

🗨️ Slå op

Kun synligt for trænere på Solrød Cykling Landevej



Peter Ladefoged kommenterede Vintertræning

7 DAGE SIDEN · 🗨️

27

Vintertræning

Solrød Cykling

Velkommen til Solrød Cykling
Læs mere her :

Facebook officiel: www.facebook.com/SolrodCykl...

Chat: www.facebook.com/groups/sgf... (kræver du anmoder om at komme ind)
ZWIFT gruppe: www.facebook.com/groups/199... (kræver du anmoder om at komme ind)

Vedtægter: solrodcykling.dk/klub/solro...
Sådan kører vi alle sammen:
solrodcykling.dk/klub/solro... Læs mere

Kommende aktiviteter

03

nov

Vintertræning

🕒 9:00 - 12:00

📍 Skolegården

👤 12

05

nov

Ryttermøde

🕒 19:00 - 21:30

📍 Solrød Bibliotek 1. Sal

👤 40

👍 Du er tilmeldt

Extra tur

SOLRØD EL
56 14 10 90
Flasken 3 · 2680 Solrød
www.solrod-el.dk

Cykeltøj

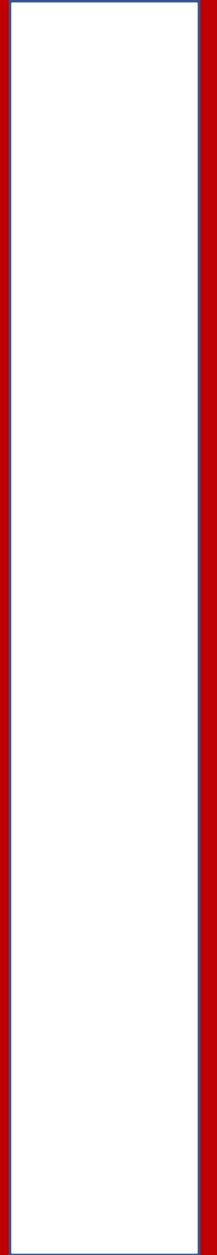
- **Bestillinger**

- **Forv. Bestilling: Medio Marts**
- **Forv. Levering: Juni**

- **Forv. Bestilling:**
- **Forv. Levering:**



Andet / Eventuelt:



Tak for i aftern

