



Ryeposten

Turritsstyrets
info-telefon:
22 49 68 99

Utgitt av Sportsklubben Rye. Nr. 4, 8. mai 2000

Klubben trener deg på dugnad!

Det er to «utgifter» ved å være medlem i Sportsklubben Rye: medlemskontingenten og dugnader. Uten dugnadene forsvinner inntektene for klubben - og mulighetene for å drive aktivitet blir dårligere!

Nå nærmer det seg klubbens kanskje to viktigste dugnader: Nordmarka Rundt 21. mai og Styrkeprøven i helgen 23.-25. juni. Begge steder trengs det flere frivillige fra klubben - og spesielt haster det for Nordmarka Rundt! Ta kontakt med Gunnar Bøhmer for Nordmarka Rundt på telefon 22696982 (p) og Else Marie Grotterød for Styrkeprøven på telefon 22519199 (p) eller 22871356 (a). I tillegg trenger klubben flere personer til innsats under Ryeløpet som går av stabelen torsdag 25. mai. Kontakt også her Else Marie Grotterød eller Sigurd Allern på telefon 22444645.

Det er også helt fritt frem for å melde seg til dugnadsinnsats på de andre av Ryes arrangementer i år 2000. Alle som ønsker å gjøre en innsats, kan enten ringe eller sende e-post til Ketil Heyerdahl på tlf. 22158035 eller ketil@nj.no.

Årets øvrige arrangementer er som følger:

Scott Cup 7. juni og 9. august, Oslo Triathlon 12. august og Øyeren Rundt 20. august.

Vi minner også om at dersom du deltar på en dugnad i år 2000, vil du være med i en trekning av en reisesjekk til verdi kroner 3 000. Hovedstyret vil til høsten foreta et lotteri blant alle de som har gjort en innsats for klubben. For hver dugnad du stiller opp på, vil du få et lodd i reisesjekk-lotteriet. Så her er det bare å melde sin interesse for å gjøre dugnad(er) snarest! Husk at vi kan få for mange frivillige til enkelte dugnader, og blir dermed nødt til å avvise noen!

Hovedstyret

Deltagelse i startpuljen til Rye under Styrkeprøven

Ved inngangen til mai måned var det påmeldt over 100 personer til start i Ryepuljen under årets

utgave av Styrkeprøven. Av disse 100 rytterne var det om lag 25 fra Frøy. I år har Ekspresslaget til Rye og Frøy inngått et samarbeid om å kjøre hurtig og sikkert mot Oslo - og målet er selvsagt å vinne Den Store Styrkeprøven! I tillegg til samarbeidet på ekspresslagnivået, ser det ut til at pulje 2 til Rye og tilsvarende i Frøy vil kjøre et felles opplegg mot Oslo. Dette er utvilsomt positivt for sykkelmiljøet både i Rye og hos Frøy.

Etter at jeg ba om innrapportering av påmeldinger til Styrkeprøven fra Rye i vinter, har det kommet veldig mange svar. Alle disse som både har betalt startkontingenten og meldt seg til undertegnede, vil få plass i startpuljen til Rye i programmet. Alle navnene er overlevert til arrangøren av Styrkeprøven.

Nå vil antagelig mange melde seg på Styrkeprøven i siste litten. Disse personene - dersom de er medlem i Rye - vil selvsagt få plass i startpuljen sammen med resten av klubben. Men disse vil få startnumre som indikerer etteranmelding. Dette innebærer at de også må betale puljeskiftegebyr til arrangøren i Trondheim.

Derfor er alle ryktene om at medlemmer av Rye ikke får anledning til å starte i Ryepuljen ganske enkelt helt feil! Alle Rye-medlemmer skal få starte i puljen vår! Ingen av medlemmene til Frøy presser Ryemedlemmer ut.

Dersom du har noen spørsmål omkring Styrkeprøven og startpuljen til Rye, kan du kontakte undertegnede på telefon 22316459 (a) eller 22679252 (p).

Thomas Svane Jacobsen

Sentrumsløpet 2000

Sentrumsløpet gikk av stabelen søndag 30. april, med god deltakelse fra Ryes løpere. Beste Ryejente ble Margrethe Sem med 39.36. Hun ble nr. 10 i klasse 21-39 og nr. 15 av alle kvinner som startet i Sentrumsløpet (inkludert de fem i eliteklassen). De beste herrerne ble Ivar Morken (36.17) og Egil A. Aasheim (36.30). Ellers noterer vi en meget sterk innsats i kvinner klasse 45-49, med Tove Kurås (42.53) som vinner (og nr. 24 av alle deltagende kvinner), samt Ingebjørg Hoftaniska og Grete Foss Aaamodt på delt annenplass og

Marit Undstad som nr. 5. Vi noterer ellers at fire av våre kvinnelige løpere slo HKH Haakon i klasse M21-39, han løp inn på 44.01. Hvis noe savner sitt resultat på listen, er årsaken sannsynligvis at de ikke har oppgitt klubbnavn.

Kvinner

Klasse 21-39

Nr. 10 Margrete Sem 39.36

Klasse 45-49

Nr. 1 Tove Kurås 42.53
Nr. 2 Ingebjørg Hoftaniska 43.32
Nr. 2 Grete F. Aamodt 43.32
Nr. 5 Marit Undstad 44.26
Nr. 28 Hege Grova 53.05
Nr. 29 Anne Fjeld 53.47

Menn

Klasse 21-39

Nr. 53 Egil A. Aasheim 36.30

Klasse 40-44

Nr. 11 Ivar Morken 36.17
Nr. 36 Kjell-P. Bøgwald 40.00
Nr. 58 Knut Erik Jahr 42.06
Nr. 120 Erland Volden 45.13

Klasse 45-49

Nr. 23 Svein Olav Lund 38.47
Nr. 35 Jan Olav Solberg 40.07
Nr. 107 Thomas Vermes 45.38
Nr. 122 Svein E. Mork 46.25

Klasse 50-54

Nr. 24 Trond Frøshaug 41.28

Klasse 55-59

Nr. 29 Tor Myrseth 44.11
Sigurd Allern

Medlemsundersøkelsen 2000

Styret i klubben har bestemt seg for å diskutere klubbens utvikling og planer litt grundigere enn vanlig, blant annet med hensyn til idrettslig satsing og rekruttering. Men for å kunne gjøre det på en litt grundig måte, trenger vi mer informasjon om medlemmenes idrettslige aktivitet, synspunkter og ønsker.

Derfor er det blitt sendt ut et spørreskjema til samtlige av klubbens medlemmer. Vi håper at du vil ta deg tid til å fylle ut spørreskjemaet. Resultatene vil bli gjort tilgjengelig gjennom Ryeposten og hjemmesidene til Rye, men for at undersøkelsen skal bli representativ er det viktig at svarprosenten er høy.

Sigurd Allern

Holmenkollstafetten

Deltakere på Ryes herre- og damelag møter hos Sigurd Allern, Observatoriegate 16 (i Vika), søndag 14. mai kl. 11.00. Start for begge herrelag er fra Bislet kl. 13.00 og for kvinnelaget fra Bislet kl. 13.10.

Løpegrupper

Lavere startkontingent for Ryemedlemmer i Styrkeprøven!

Det har kommet mange henvendelser til både undertegnede og andre i Turritsstyret om prisnivået for transport til og hotelloppholdet i Trondheim i forbindelse med Styrkeprøven. Det er flere årsaker til at prisene har steget mye fra 1999 til 2000.

Den viktigste årsaken til at overnatting er blitt dyrere, er at vi dessverre ikke representerer den beste kunden for de ulike hotellene i Trondheim. Vi skal kun ha en overnatting på hotellet (natt til lørdag), mens hotellet primært ønsker kunder som vil betale for 2 netter (fra fredag til søndag). Ved at vi reiser lørdag morgen, er det vanskelig for hotellet å få utnyttet samtlige rom natten mellom lørdag og søndag. Derfor har hotellet sluttet med å gi oss veldig gunstige avtaler.

Når det gjelder transporten til Trondheim ligger årsaken i at busselskapet har vært nødt til å oppjustere prisene sine en god del. Busselskapet skylder på økte dieselavgifter, skatter til myndighetene og press for bedret inntjening. Dette er vanskelig for oss i Turritsstyret å gjøre noe med. I tillegg har prisen på bespisningen på Alvdal gått litt opp. Alt i alt betyr dette at Turritsstyret må sette prisen opp for å få balanse i regnskapet. Det har antagelig også vært et lite underskudd for Turritsstyret i forbindelse med tidligere års transport til Trondheim.

I år sponser Turritsstyret hvert medlem med om lag 100 kroner for overnatting i Trondheim. Busstransporten er i utgangspunktet satt opp til å bli selvfinansierende med 45 deltagere.

Men så den meget gledelige nyheten: Hovedstyret og Tur-

rittstyret har besluttet at samtlige deltagere i Rye som deltar i Styrkeprøven skal bli ytterligere sponset. Hvert medlem vil få tilbakebetalt 200 kroner av den innbetalte startkontingenten. Hvordan overføringen faktisk skal skje er foreløpig ikke klart. Det vil derfor komme ytterligere informasjon om dette på et senere tidspunkt. Både Hovedstyret og Turrittstyret ønsker med dette å tilbakeføre en god del økonomiske midler til de av klubbens medlemmer som deltar aktivt i turrittet Styrkeprøven! Det er gjennom dette arrangementet at klubben får vist seg skikkelig frem! Så finn frem Rye-trøyen og gjør deg klar for de 540 kilometerne mellom Trondheim og Oslo.

Thomas Svane Jacobsen

Etterlysning!

Er det noen av klubbens medlemmer som skal sykle Den Lille Styrkeprøven (Lillehammer - Oslo)?

Dersom du skal sykle denne distansen og du kunne tenke deg å være en slags «profesjonell» guide for nybegynnere på sykkel, så vil Turrittstyret gjerne høre fra deg. Ta derfor kontakt med undertegnede på enten telefon 22316459 (a), 22679252 (p) eller via e-post t@jacobsen.no

Thomas Svane Jacobsen

Transport til Trondheim og overnatting ifm. Styrkeprøven 2000

I forbindelse med Den Store Styrkeprøven vil det også i år bli en fellestransport til Trondheim med buss og et tilbud om overnatting på Comfort Home Hotel Bakeriet i Trondheim.

Det blir satt opp buss med avreise fra Valle Hovin (Hovin skole) fredag 23. juni. Sammen med bussen vil det være en lastebil for transport av sykler. Bussen og lastebilen kommer til Valle Hovin kl. 08.15, og avreise er presis kl. 08.45. Det blir stopp i Alvdal for inntak av karbohydrater og væske (spagetti med mild kjøttsaus, dessert og vann/melk).

Ankomst til hotellet i Trondheim er beregnet til kl. 16.30. Det vil være kveldsmat på hotellet.

Det vil i år ikke bli holdt noe felles informasjonsmøte for alle nivåer i Rye i forkant av Styrkeprøven. De ulike nivåene/lagene må selv organisere sine egne møter.

Når det gjelder betaling vil det bli tilsendt bekreftelse med giro for innbetaling. Betalingsfristen er 10 dager etter utsendelse. Gi-

roene vil bli sendt fortløpende etter at opplysningene er registrert.

Siste frist for påmelding er mandag 30. mai. Merk at det er et begrenset antall plasser på bussen, samt på hotellet. Våre priser på hotellet gjelder kun for de rommene vi har allerede har reservert. Vi kan ikke garantere for de samme prisene når vår kvote er brukt.

Våre priser er som følger:

Busstransport inkl. varm lunsj og sykkeltransport, kr. 650.

Transport av sykkel alene, kr. 150.

Overnatting dobbeltrom i Trondheim inkl. kveldsmat og frokost, kr. 550. Skriv eventuelt hvem du vil dele rom med.

Overnatting enkeltrom i Trondheim inkl. kveldsmat og frokost, kr. 690.

Overnatting dobbeltrom for følgebilmannskap i Trondheim inkl. kveldsmat og frokost, kr. 550.

Du må sende inn opplysninger om hva du ønsker av transport og overnatting til Thomas Svane Jacobsen, Enerhauggaten 5, 0651 Oslo. Eller bruk det ferdige skjemaet du finner på hjemmesidene til Rye. Merk at jeg ikke mottar telefonhenvendelser om transport/overnatting.

Siste nytt:

Det er snart fullt for enkeltrom, men fortsatt god plass i dobbeltrom. Bussen har fortsatt ledige seter! Vær vennlig å send din påmelding snarest! Den siste uken før Styrkeprøven vil det ikke være mulig å få ordnet nye overnattinger på hotellet via Rye.

Thomas Svane Jacobsen

Rye's Mallorca spin-off 2000

Lørdag 8. april befinner det seg en anselig gjeng Rye-syklister, noen med følge på Oslo Lufthavn, Gardermoen. Foran oss ligger to uker sommersykling på Mallorca. Er det rart vi er forventningsfulle?

Da vi ankommer hotellet i Alcudia nærmer det seg midnatt, så nattmontering av sykkel må til, men pytt hva gjør vel det? Her gjelder å være forberedt!

Værmessig blir den første dagen litt nedtur. 10-12 grader og regnbyger var ikke det vi hadde bestilt. Regnbygene er svært lokale, så vår ansvarlige for treningsopplegget og guide, Knut-Jo Strømsborg leder oss i slalom utenom regnbygene. Dag to går unna på samme vis, men så smiler værgudene til oss. Overtrekksjakker, løse armer og bein forsvinner bokstavelig talt som dugg for sola, og vi føler varm

luft på vinterbleke lemmer, både med og uten barbering.

De første dagene går med til turer i nærområdet, på småveier gjennom idylliske landsbyer. Det er overraskende hvor grønt og frodig det er overalt, enger av valmuer. Et utrolig tett veinett med godt asfaltdekket gir store valgmuligheter.

På dag 4, torsdag gis mulighet for de av oss som har ønsket litt mer. En 6 timers tur med mye klatring er dagens utfordring. Etter ca 20 km sykling starter en 8 km stigning som etterhvert tar oss forbi klosteret ved Lluc, Mallorcas helligste sted, og pilegrimsmaal allerede fra 1200 tallet. Roy Brunstrøm, turens etterhvert uheldigste, får etter et par tidligere tilfeller av eikebrudd, og nytt hjul, skikkelig uttelling: Bakgiret inn i eikene, og slutt på den turen (og sykkel-len?). Heldigvis er vi utstyrt med følgebil, og vår eminente sjåfør, Kjell, bistår med å bringe syklist og utstyr inn i bilen.

Turens langtur kommer på mandag. Den går langs østkysten av Mallorca. Vi kjører innom Steder som Porto Cristo og Lluçmajor. En 6 km. stigning tar oss drøyt 500 høydemeter opp til Puig de Randa som har vært et pilegrimssted helt fra 1200 tallet. Utsikten er verdt strevet. Uendelige områder med grønne marker og små landsbyer. Arealer med fiken-, appelsin- og sitrontrær. Ca 20 mil blir det innen hotellet er nådd. På alle langturer har vi med oss følgebil, og Kjell som vår faste sjåfør. Denne gangen er den "skadeskutte", men tross alt meget heldige Thomas Svane Jacobsen med som co-pilot. Frontkollisjon mellom sykkel og bil kan fort ende verre enn med vraket sykkel!

I treningsopplegget står det for torsdag å lese: "Max langtur, max fjell". Teksten alene burde gjøre en betenkt, men nei, ikke Rye! I nydelig varmt vær drar et kjempfelt av gårde.

Sigurd Røeggen og Knut-Jo er kjentmenn, og leder oss med utrolig stedsans langs alle de småveier som tenkes kan mot den lille byen Bunyola.

Etter Bunyola må vi over Coll de Soller. 5 km klatring over toppen og ned til byen Soller har tatt oss igjennom ikke mindre enn 57 hårnålsvinger.

Roy er uheldig igjen. Han har overtalt en heller skeptisk innhaver av sykkelverkstedet som har utført de tidligere reparasjonene hans til å låne bort sin private sykkel. Nå er forhjulet på sykkelens ødelagt. Det blir følgebilen igjen...

I utkanten av Soller blir det tid for lunch på en lokal bar, før vi går løs på selve stigningen oppover mot Puig Major, Mallorca

høyeste fjell på 1443 mtr. Vi skal ikke riktig så høyt, men en stigning på 13 km, med nærmere 800 høydemeter er jo litt det og. Nå får gutta på ekspreslaget i Styrkeprøven vise hva de er gode for, og det gjør de. 43 minutter bruker de opp til toppen. Det går unna...

Men ikke bare gutta. Erna Bergsdóttir, en av flere gode Rye-jenter viste imponerende klatre-evner. Rene fjelldronningen spør du meg.

Da gjenstår det bare å takke for en fenomenal turopplevelse, med en særdeles harmonisk gjeng, både med og uten sykler. Og ikke minst en stor takk til Line og Knut-Jo, som ved å ta initiativet gjorde det hele mulig!

Lars-Erik Løvdahl

(Red. anm.: Innlegget er noe forkortet. Hele innlegget er lagt ut på hjemmesidene til Rye.)

Neste nummer av Ryeposten

Frist for innsending av stoff til neste nummer av Ryeposten, er onsdag 28. juni. Ryeposten tar gjerne i mot bidrag - både reisebeskrivelser, sladder om Rye-medlemmer, innlegg om klubben, resultater m.m. Send dine bidrag til Thomas S. Jacobsen, Enerhaugt. 5, 0651 Oslo eller via e-post på t@jacobsen.cc.

Thomas Svane Jacobsen