



Ryeposten

Sportsklubben Rye
1920 - 2000
80 år

Utgitt av Sportsklubben Rye. Nr. 5, 17. juli 2000

Sportsklubben Rye har satt ny norgesrekord på sykkel på distansen Nordkapp - Lindesnes!

Torsdag 6. juli 2000 ble en fantastisk dag! Nøyaktig klokken 09.24 var det endelig over. 5 døgn med smerter, slit og lite søvn hadde satt sitt preg på de 5 staute Ryekarene som syklet inn på parkeringsplassen ved Lindesnes fyr.

Rekordforsøket mellom Nordkapp og Lindesnes startet lørdag 1. juli klokken 06.00 fra et iskaldt Nordkapp. Det er 9 Ryekarer, Willy Steffensen, Agnar Moe, Thomas Svane Jacobsen, Tom Inge Solvang, Dag Haug, Sturla Rusånes, Roy V. Brunstrøm, Carl Erik Pedersen og Henning Sørnum, som alle er klare for å slå den eksisterende rekorden, 5 døgn 18 timer og

33 minutter, på den ca. 2 600 km lange veien mellom Nordkapp og Lindesnes.

Etter 5 døgn, 3 timer og 24 minutter triller Dag Haug, Sturla Rusånes, Roy V. Brunstrøm, Carl Erik Pedersen og Henning Sørnum inn til Lindesnes. Disse 5 klarte å slette BOCs rekord på distansen. Sportsklubben Rye har klart å sette ny rekord på distansen Nordkapp - Lindesnes! Det ble fire syklister som måtte stå av, men hva gjør nå det når rekorden nå tilhører 80 års jubilarer Rye - og ikke minst tilhører rekorden Dag, Sturla, Roy, Carl Erik og Henning! Men rekorden må deles med flere. Det er mange som har bidratt

med sin støtte. Først og fremst er det mannskapet på følgebilen som fortjener ros og ære! Uten innsatsen til Jo Daniel Liseth, Sissel A. Bjaanes og Kjell Sandaker hadde den turen vært nesten umulig å gjennomføre. I tillegg må Rekordgruppen få takke sponsorene på turen: Scandinavian Airlines, Rema 1000 Norge AS, Brødfakta, Oslo Sportslager, Extran, TeleComputing og Sport1-gruppen. Samtlige deltagere takker for alle de hyggelige hilseringene som ble sendt inn til vår hjemmeside under rekordforsøket. Totalt kom det inn mer enn 130 A4-ark sider - og dette var hilser som motiverte rytterne underveis! Tusen hjertelig takk! Les

mer om rekordforsøket og se bilder på hjemmesidene: www.50milomdagen.com

Dette var etappene:
Dag 1: Nordkapp - Skibotn, 540 km, 19 timer.
Dag 2: Skibotn - Russånes, 520 km, 20 timer.
Dag 3: Russånes - Steinkjer, 510 km, 21 timer.
Dag 4: Steinkjer - Elverum, 500 km, 21 timer +.
Dag 5: Elverum - Lindesnes, 570 km, 23 timer +.

Sportsklubben Rye gratulerer:

**DAGHAUG
STURLA RUSÅNES
ROY V. BRUNSTRØM
CARL ERIK PEDERSEN
HENNING SØRNUM**

med den nye rekorden på distansen Nordkapp - Lindesnes!

Rye vant lagpokalen i Styrkeprøven både for herrer og damer!

Etter at BOC har vunnet lagkonkurransen i Den Store Styrkeprøven 3 år på rad, var det endelig Rye sin tur igjen! Det ble til og med kjørt så hardt og bra hele veien at Egil A. Aasheim, Bjørn Hamre og Carl Erik Pedersen "stakk" fra feltet rett før Minnesund for å prøve seg på tidsrekorden på 13 timer og 54 minutter. Dessverre ble dette litt for tøft for de tre, men tiden 14 timer og 21 sekunder er meget bra! Snittfarten ble på utrolige 38,55 km/t! Når vi så tar med at 20 mann fra Rye kom inn på 14 timer 6 minutter, så blir Styrkeprøven år 2000 et meget minneverdig ritt! Totaltidene for de tre beste 10-mannslagene er uoffisielt: 1. Rye 140:47:50, 2. Brumundal 144:27:00 og 3. BOC 144:31:49, basert på UCI/NCF's reglement (samme tid som på førstemann i puljen over mål).

De 20 som kom inn på 14.06 var: Marius Ralger, Njål Erik Haug, Lars Randem, Tom Inge Solvang, Thomas Svane Jacobsen, Magnus Hofstad, Tronn Å. Skjerstad, Dag Haug, Knut Jo Strømsborg, Roy Victor Brunstrøm, Stein Morten Storrø, Bjørn Skaug, Henning Sørnum, Knut

Øverberg, Bjørn Grimstad, Sturla Rusånes, Bjørn Ragnar Kjærnsmo, Jarle Mæhlum, Terje Lund og Stein Mæhlum.

Rye vant også lagpokalen for damer. Lagpokalen blant damene tildeles den klubben med best tid for 5 damer. Disse 5 er (plassering total/tid):

Erna M. Bergsdóttir (2/16.34.42), Trude Kvamli (3/17.42.54), Anette Bunde (3/17.42.54), Kirsten Dotssetsveen (9/19.47.02) og Susanne Karlsson (10/19.47.03).

Uoffisielt hadde Rye også flest fullførende ryttere med 86. BOC ser ut til å ha 54 og Brumundal 26 fullførende. I Trondheim-Oslo var det totalt 2 331 påmeldte inkludert etteranmeldte. Lillehammer-Oslo passerte tusen-tallet med 1 057 påmeldte. Dette lover bra for neste år!

Turritstyre

Styrkeprøven 2000 for pulje 2 og 3

I vårmånedene har det vært uvanlig god oppslutning om treningene i pulje 2. Dessverre har det ikke vært like bra i pulje 3, men til sammen har vi vært rundt 20 kvinner og menn som jevnlig har trent tre ganger i uken. Treningsiver, humor og vilje har preget hele laget. Rye har

mange medlemmer og venner over det ganske land. Det er både hyggelig og utfordrende. Vi møtte disse på kvelden i Trondheim hvor vi på nytt gikk igjennom taktikk og opplegg. Vi var på forhånd blitt enige om å danne tre kjeder på ca. 12 syklister som skulle føre i 15 minutter hver slik at alle kunne få ligge bak og "hvile" i 30 minutter. Pulje 3 skulle ligge på halen så lenge de orket.

I Trondheim utstyrte vi de tre kjedene med henholdsvis rød, gul og blå tape på hjelmene slik at ingen skulle være i tvil om hvilket kjede de enkelte rytterne hørte hjemme i. Til sammen startet 36 ryttere i pulje 2 og 8 (tror jeg) ryttere i pulje 3. Etter at flere hadde vigslet kirkegrunnen rundt domene i Nidaros med sin nerveskvett, gikk de fleste med et noe stivt ansikt mot start. Vi må huske at mange var førstereisgutter/jenter med skårungens naturlige ydmykhet for oppgaven.

Vi lot som avtalt ekspresslaget sykle sin vei, mens vi syklet den samme, i vårt eget tempo. Vi fant raskt rytmen, og computerne viste at vi holdt fin fart. I snitt skulle vi ha 31,5 km/t, noe som skulle bringe oss inn på 17 timer og 30 minutter. Trøndersk sommer er ikke å spøke med, men timene på bønneteppet i ukene før start var ikke bortkastet: Medvind, opphold og overskyet uten ge-

nerende varme. Stemningen i laget var svært god. Noen tillot seg til og med å spøke, og selv avsang jeg flere ganger vers av nasjonalromantisk karakter.

Første stopp var matstasjonen på Oppdal. Stor trengsel foran tønene med drikke. Her gjaldt det å bruke de tilmålte fem minutter effektivt. På kommandorop "På sykkel", ble flere observert med skive i munnen og uvevnelige kroppsdeler i friluft i fortvilet forsøk på å få ut den siste halvliter'n.

I Drivdalen fikk vi et velt hvor tre ryttere måtte overende. Vi hadde snakket om konsentrasjon på forhånd, men med små avstander mellom hjulene er det fort gjort, og det var det. Men vi var raskt på hjulene igjen uten skader. Dovrefjell ble besteget etter avtalen: Rolig i bakkene slik at alle blir med til toppen. Tempoet ble satt opp, og vi "blåste" over fjellet i stort tempo. På de få tilskuerne skjønte jeg at det ikke var sommer der oppe. De kunne like godt vært på vinterferie med sine hetter og anorakker og votter. Heiaropene var tynne og kalde de også. Men vi holdt varmen og humøret oppe fordi kjedene kjørte som smurt slik avtalen var. Her var de som orket med å gjøre sin del av jobben, og ennå var alle tre kjedene godt besatt med

sterke og flotte ryttere. Mine bøner hadde nok ikke vært sterke nok. I hvert fall holdt ikke været lenger enn til Kongsvoll. Da gjorde vi kollektivt stopp og kledte på oss det nødvendige før nedfarten til Dombås og Gudbrandsdalen. I et fryktelig regnvær lot vi sikkerheten styre: God avstand mellom syklene og en regjerlig fart forholdene tatt i betraktning. Godt avkjølte var det rett og slett godt å få begynne og trække igjen et stykke nedenfor Dombås.

Vi ankom Kvam omtrent etter skjemaet, og etter fem minutter var vi på syklene igjen. På nytt hadde vi et velt, men denne gangen var det kun en rytter som gikk i bakken. Han var raskt oppe igjen, og vi tapte ikke stort på dette. På turen hadde vi passert en Ceresgruppe flere ganger (de stoppet ikke på matstasjonene). Mellom Øyer og Tretten tok vi dem på nytt igjen. Vi bestemte oss for at de skulle få taue på oss til Lillehammer siden de hadde ligget på halen vår i store deler av løypa. Det ble en kald og sen etappe. De syklet rett og slett ikke fort nok! Men på Lillehammer ventet varm pizza, kald Cola og klesskift. Vi hadde tre følgebiler - en til hvert kjede - som på sin måte ytet oss fin service. De hadde kjøpt inn pizza og drikke slik at alle rytterne fikk noen stykker velsmakende, varm håndmat og oppkvikkende drikke i magen før siste tredel av løypa. På forhånd hadde vi avtalt å benytte oss så lite som mulig av bilene, og slik ble det også. Vi var var på godt bak skjemaet, og noen av oss antok av 18 timer og 30 minutter nok var en mer realistisk sluttid. Men det var fortsatt både krefter, solidaritet og humør i laget. Til tross for en punktering ved Moelv, hadde vi kjørt inn 15 minutter ved Hamar, og flere mange ryttere hadde nå funnet sin plass på halen. Siden det nå hadde sluttet å regne og Mjøsa lå Kittelsentrolsk og speilblank, økte farten. Jeg måtte på ny nynne og synge.

Vi syklet som en maskin: Jevnt, velsmurt og uten ulyder. På ny var det oppmuntrende og humørfylte kommentarer. Men vi ble stadig færre i de tre kjedene slik at vi nå slo oss sammen til to kjeder. Minnesund med varm fruktsuppe, brød og vannlating ble siste stopp. Derfra ble det bare ett kjede som tauet det store toget mot mål. Klokkene viste at vi nå lå an til å kunne komme under 18 timer hvis vi holdt tempoet oppe. Vi hadde mistet Sverre Lande på Kvam som ikke kunne fortsette fordi knærne rett og slett ikke tålte mer. Synd, fordi Sverre var en av de sterkeste i laget dette året. Farten mot vin- og sprittapperiet på Hasle økte. Det ble kjørt konsentrert og godt og været var på nytt på vår side. Flere ryttere hadde krefter igjen, og jeg tror nok vi var 12-14 stykker i kjedet som holdt god fart. Vi avviste ryttere fra kjedene våre. Det var to grunner til dette: Vi ville greie dette selv. Og vi

ville ikke risikere at ryttere som ikke kjente til kjedekjøringen vår skulle forårsake velt eller ulykker. Ryttere som vi tok igjen ble på pen Rye-maner henvist til halen vår. Fra Jessheim fikk vi politietsorte av politimotorsyssel med blålys helt til Olavsgård. Aldri har blålys vært mer velkommen...

Djupdalen gikk i rolig tempo slik at alle var friske til å sette inn spurtene nedover Østre Aker. Gleden var stor i målområdet da klokken stoppet på 17.42. osv. Gleden var enda større da det viste seg at hele 36 ryttere (uoffisiell res. liste) var kommet i mål på samme tid. Fra pulje 2 teller jeg 31 og fra pulje 3 gjenkjenner jeg fem navn. Skulle jeg ha oversett noen, er det med fullt overlegg siden jeg har gjort så godt jeg kunne og slett ikke kjente alle de nye som kom til i Trondheim.

Samtlige ryttere hos oss fortjener honnør for lojalt å fulgt opplegget og bidratt til at vi som lag fikk en respektabel tid. Pulje 2 var fattige 12 minutter etter skjemaet, mens pulje tre hadde sikket seg inn på en tid mellom 19 og 20 timer. Mange fikk ny personlig rekord og mange fikk respektabel plassering i sammendraget og ingen var lei seg. Skal vi skryte av noen i laget vårt, må vi fremheve Knut Sandell som kapret en annenplass i sin klasse, mens Trude Kvamli ble nr. 1 og Anette Bunde nr. 2 i klassen for kvinner 25-30 år.

Følgende ryttere i pulje 2 kom samlet i mål:

Erik Løkra, Jan Erik Hovdal, Erik A. Engenes, Erik Baardsgaard, Tore Sandell, Arnt Magne Hoflandsdal, Just Sekkenes, Arne Hansen, Terje Strøm, Terje Skandsen, Holger Sørheim, Erlend Aadland, Lars Gryttenholm, Erik Wang, Bjørn Erik Langtangen, Jan Rønningen, Håkon Skar, Petter Skar, Johan Normann, Einar Elboth, Jon Laake, Bjarne Sitter, Lars Åge Hjelseth, Olav Bjerve, Inge Jacobsen, Jan Erik Justnes, Tom Andersen, Arne Gustavsson, Knut Sandell, Trude Kvamli, Anette Bunde, Arthur Olsen, Svein Åge Hansen, Bjørn Ulsaker, Svein M. Thorsen, Odd Bjarne Kvernberg.

Takk til dere alle for godt samhold, godt humør, ypperlig innsats og fin tur.

Lars Åge Hjelseth

Holmenkollstafetten

Holmenkollstafetten ble arrangert i strålende sommervær søndag 14. mai. Rye har de siste årene deltatt med hele tre lag (45 løpere), to lag i herrer senior og ett i kvinner senior. Det gjorde vi også i år, men for mennenes vedkommende skjedd det med et nødsrik. Av de 30 som deltok på herrelagene i 1999 meldte nesten halvparten forfall i år pga skader/sykdom, utenlandsopphold eller reisefravær. Intense ringerunder og fin innstilling i Ryemiljøet (takk både til ferske "rekrutter" og garvete syklist) sikret imidlertid delta-

kelsen. Lagene avsluttet dagen med en hyggelig og uformell bankett på en av sentrumsrestaurantene.

Ryes kvinnelag, med start på Bislet, lå lenge an til en tid godt foran "skjema" (og nær ny klubbekord), men fordi en av løperne ikke stilte i vekslingsfeltet tidsnok, måtte løperen på den korteste etappen også slite seg gjennom nok en etappe (1330 m) som "dessert". Takk til Ingrid Hougsrud for sporty innsats! Sluttiden ble 72.12, som er 23 sekunder foran fjorårets tid. Ryes lag ble nr. 17 av de 32 i kvinneklassen. Prestasjonen forringes ikke av at det bare er to løpere på laget som ikke hører hjemme i veteran eller superveteranklassen. Klubbekorden er 70.42 og ble oppnådd i 1998.

Begge Ryes herrelag (senior kl. 2) startet i år fra Bislet. 1. laget endte på 58.59 (63 plass av 96 lag), mot 58.55 i fjor. Klubbekorden på 57.22 er fra 1998. 2. laget på 66.38 (94. plass), mens tida i fjor var 66.13.

Også våre seniorlag i herreklassen har en klar dominans av veteran og superveteranløpere (mange har deltatt på Ryelaget siden 80-tallet). Det store frafallet førte imidlertid til en intens jakt på nye løpere, og fem av de nye deltakerne i år var yngre Rye-medlemmer som alle bidrar til å heve kvaliteten på lagene. Løpegruppa vil foran neste års Holmenkollstafett diskutere om vi som alternativ skal stille ett (forynget) seniorlag og ett superveteranlag. Hvis vi unngår årets frafall (dessuten kommer to gode løpere som i år er i utlandet tilbake), er det realistisk at vi i begge disse klassene kan stille lag som vil hevde seg bra.

Sigurd Allern

Broløpet 2000

Vi meldte oss på tidlig (trodde vi), Einar og meg. I januar. Vi fikk startnummer noen og tretti-nitusen... Vi begynte å skjønne dimensjonene.

2. pinsedag ble veldig spesiell, særlig for meg som aldri hadde opplevd et slikt "menneskehav" av gående, joggende, løpende mennesker fra de helt yngre til de som godt hadde passert pensjonsalderen.

Over 100.000 påmeldte!! Verdens desidert største halvmaraton.

Opptakten til Broløpet var perfekt. Helgen i København startet med sør-amerikansk karneval!! Salsa, samba, rissel og rassel både her og der og Einar som "desperat" prøvde å lære meg salsa, he-he... Jeg har litt igjen å lære der.

Søndag kveld dukket Knut Erik opp, så da var tre Rye-løpere klare for den store oppgaven, eller... Knut Erik var i form, men hva med Einar og meg? Einar, som hadde/har hodet langt inn i doktorgraden, hadde ikke beveget seg mye med joggesko den siste tiden og jeg med et kne som ikke var helt slik det normalt skal være. Så, saken var enkel, Einar og jeg ble enige om å ha en hyggelig helg og dermed også en hyggelig løpetur (les: Søndagstur-

tempo), takk og lov... For øvrig hadde vi ikke trengt å planlegge et slikt tempo, i perioder var det fryktelig trangt om plassen og det ble mye slalomløping. Knut Erik startet litt tidligere og slapp den værste køløpingen.

4 km tunnel, 4 km kunstig øy, 8 km på en fantastisk bro og deretter 5 km inn til Malmø. Det må bare oppleves. Einar var den perfekte gentleman og "passet" på meg hele veien. Kneet holdt "nesten" til mål, men "pyttsann", litt vondt skal man vel ha etter et slikt løp... Persen må taes en annen gang, men gode tider hadde vi heller ikke regnet med.

Med til historien hører også at selv om arrangøren hadde gjort sitt ytterste, så var bagagehenting et eneste stort kaos. Vi fant sekkene våre først 2 timer etter målpassering... Deretter brukte vi noen timer hjem til Einar i København.

Så, dere som ikke var der, dere gikk glipp av en kjempeopplevelse.

Vi er i hvert fall kjempeglade for at vi fikk være med på dette.

Knut Erik Jahr, Einar Jonsbu og Heidi Smee.

Klubbmesterskapet

Husk: Tirsdag 22. august arrangeres klubbmesterskapet i både tempo (sykkel) og løp. Oppmøtet er Brekke-krysset i Maridalen fra kl. 17.00. Første start er kl. 18.00.

Styret

Returadresse: Keil Heyerdahl, Omsens gate 14, 0478 Oslo

Sendes til

Porto

B-post