

Baghjulsnyt

Klubblad for MCK Baghjulet



Nr. 1 · 15. årgang · Marts 2007

Motionscykelklubben



BAGHJULET



Udgiver: MCK Baghjulet, Middelfart.

Redaktion:

Ansvarshavende: Helle Stougård - 64418017 - hellest@baghjulet.dk

Redaktion: Leo Jensen - 64417336 - leo@baghjulet.dk

Annoncer: Peter Bull Mortensen - 75942725 - bull.mortensen@email.dk

Foto: Gert Lykke Jensen - 75926986 - gertlykke@gmail.com

Layout: Leo Jensen

Tryk: Elbo Grafisk A/S

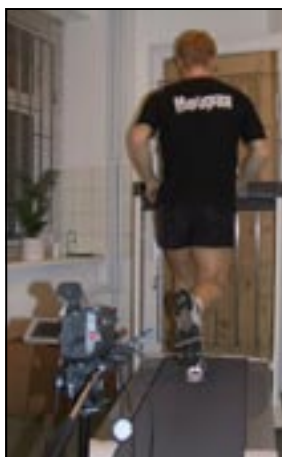
Distribution: Egne bude, samt postomdelt.

Oplag: 300 eksemplarer

Baghjulsnyt udkommer 4 gange årligt i marts, maj, august og oktober omkring den 20. Indlæg skal være redaktionen i hænde senest den 3. i udgivelsesmåneden.

Redaktionen forbeholder sig ret til eventuelt at redigere samt forkorte i indlæg og artikler. Udebliver klubbladet eller har du skiftet adresse, så kontakt Søren Kjærås (telefon og mail: se bestyrelsen side 6)

Forsiden viser Kim Konradsen i Blåbjerg MTB, foto: Gert Lykke Jensen



Dit løbecenter

HighSport END www.hesport.dk
Tlf. 75920345

Prinsessegade 18 7000 Fredericia

Tlf. 75920345

www.hesport.dk

E-mail butik@hesport.dk

Der følger altid en løbetest og fodanalyse med når du køber løbesko. Se mere på www.hesport.dk

Kom ind og prøv løbesko fra :SAUCONY / MIZUNO / PEARL iZUMi

Beklædning til løb og cykling fra: FUSION / VANGÅRD



Cykelsæsonen er på vej

Vi står på kanten af en ny og forhåbentlig dejlig cykelsæson. Men inden vi skuer fremad og tager hul på den egentlige sæson, så er det berettiget nok at foretage et hurtigt tilbageblik. Dette viser, at Baghjulet, vist nok for første gang i klubbens historie, har afviklet to generalforsamlinger inden for det samme regnskabsår. Bestyrelsen vil gerne sige tak til de mange medlemmer, som mødte frem til generalforsamlingerne, og som samtidig udviste en meget høj grad af ansvarlighed i forhold til driften af klubben, herunder også i relation til de indførte ændringer i vores motionslicens. Efterfølgende har DCU-Motion meddelt, at den eksisterende motionslicens formentlig vil undergå en større indholdsmæssig ændring i løbet af relativ kort tid, så dette kan vi jo så se frem til.

De økonomiske beslutninger på de afholdte generalforsamlinger har samtidig betydet, at Baghjulet kan opretholde det nuværende høje aktivitetsniveau med uændret økonomisk tilskud. På den baggrund har bestyrelsen ønsket at tildele klubbens mange aktive udvalg et rammebudget, dvs. et samlet årligt beløb, som det enkelte udvalg selv kan disponere over. Hensigten hermed er, at udvalgene fremover skal have den fulde beslutningskompetence, dvs. udvalgene skal ikke længere bruge tid og energi på at udarbejde ansøgninger inkl. budgetter til



bestyrelsen, men derimod selv have beslutnings-kompetencen og handlefriheden til at foretage sine ønskelige økonomiske dispositioner.

Dvs. fremover bliver det fuldstændigt op til de enkelte udvalg, hvordan og hvorledes udvalget ønsker at støtte de enkelte arrangementer økonomisk.

Udvalget kan selv vælge, om de ønsker at prioritere rammebeløbet på den måde, at det samlede beløb bliver uddelt som individuelle tilskud (som det ofte bliver gjort i dag), eller udvalget i stedet ønsker at prioritere beløbene på en helt anden måde, eks. betale en bestemt del af arrangementsudgiften, men fantasien rækker ganske givet længere.

Bestyrelsen har ganske enkelt ment, at tiden for længst er rendt fra ansøgninger/bevillinger og forklarende budgetter m.v. Nu kan beslutningskompetence og økonomi lige så godt følges af, så der også her kommer en større sammenhæng i tingene.

Sluttelig en rigtig god cykelsæson til Jer alle..

Jan



INDHOLD

Formandens side	3
Aktivitetskalenderen	5
Bestyrelsen	6
En tur i Vogerserbjergene	7
Baghjulet er ekset lidt	10
Dametur.....	12
MTB Melfar.....	14
Indbydelse til Århus Tour.....	16
Spot på et medlem.....	17
Nordkap - Lillebælt 2007	20
Stafetten - Op - og nedture i Vogeserne	24
DIF Sitecore - Platformen for de nye hjemmesider.....	30
Indbydelse til Claude Criquillion	34
Melfar 24 2007	36
Løbstilskud	37

Er du træt af, at du
ikke kan se Baghjulet

-så har vi

Cykelbriller med styrke

Et godt tilbud til Baghjulets medlemmer



Gøttingegade 2A • 7000 Fredericia • Tlf. 75 92 00 62

Melfar Posten

Aktivitetskalender

Hærvejsturen	31. marts-1. april
Sæsonstart. Suppetur	8. april
Tempo træning 1. afdeling	25. april
Fællestur til "Bakkeløbet" (Gruppe B tempo)	29. april
Lang tur på Melfar 24 ruterne	6. maj
Tempo træning 2. afdeling	9. maj
Tur til Harzen	17. - 20. maj
Melfar 24 Hour Cycling Challenge	2. - 3. juni
Tøserunden	2. juni
Tempo træning 3. afdeling	13. juni
Fællestur til Lady Tour	16. juni
Århus Tour	23. - 24. juni

Fyrretræ | Lærketræ | Mahogni | Sipo | Jatoba | Egetræ | PVC

Vinduer efter mål
compassvinduer.dk

compass | vinduer

Compass Vinduer | Hauløkkevej 4 | DK-7000 Fredericia
T +45 75 92 25 51 | F +45 75 92 25 18 | www.compassvinduer.dk



BAGHJULETS BESTYRELSE 2006

Formand

Jan Rasmussen
Fasanvej 38
5500 Middelfart
tlf. 64 41 11 75
jan.2.rasmussen@skat.dk



Næstformand

Kenneth Dini
Strevelinsvej 29, Erritsø
7000 Fredericia
tlf. 75 94 18 62
dini@teliamail.dk



Kasserer

Inger Alexandersen
Højskredvej 8
5500 Middelfart
tlf. 64 40 28 98
inger.alexander@vip.cybercity.dk



Sekretær

Søren Kjærås
H. C. Lumbyesvej 52
5500 Middelfart
tlf. 64 40 28 56
skj@ibc.dk



Bestyrelsesmedlem

Bjarne Beck
Møllebo Allé 9
7000 Fredericia
tlf. 75 94 03 69
b.beck@get2net.dk



Bestyrelsesmedlem

Helle Stougård
Omøvænget 24
5500 Middelfart
tlf. 64 41 80 17
hellest@baghjulet.dk



Bestyrelsesmedlem

Jarle Eriksen
Anchersvej 95
7000 Fredericia
tlf. 75 91 21 51
jarle.eriksen@tdcadsl.dk



Suppleant

Jan Borges
Søndergade 11
5500 Middelfart
tlf. 64 41 11 49
kildevæld@stofanet.dk



En cykeltur i Vogeserbjergene

Af John Nielsen

En dag blev jeg kontaktet af Hans Guldbæk, der havde talt med vores nye medlem, Svend Rasmussen fra Strib. Han havde fortalt, at han var ejer af et hus i Vogeserbjergene ca. 35 km vest for Colmar i Alsace. Svend sagde, at der var et udmærket cykelterræn i omegnen af huset, og at han skulle derned alene i ugerne 41 og 42, og at han gerne så, at nogle af cykelkammeraterne ville besøge ham, og da han selv var der, fremsatte han et særdeles generøst tilbud, nemlig at dem der ville komme ikke skulle betale husleje, men kun kost og forbrug.

Hans og jeg syntes godt om ideen, men ville gerne have en mere med, hvorfor Arne Wind blev kontaktet, og også han var helt med på ideen, hvorfor vi tre mødtes med Svend en aften i Strib, hvor de nærmere detaljer blev aftalt.

Vi blev enige om at vi ville støde til Svend i huset i Vogeserne mandag d. 16/10 om aftenen, hvorefter vi ville blive en uge.

Hans ville lægge bil til, og vi skulle selv lave mad, så alt i alt ville det blive en absolut økonomisk overkommelig tur.

Endelig oprandt mandag d. 16/10, og vi startede hjemmefra kl. 6 med cykler og bagage i bilen, så der var læs på, men alligevel fin plads, så de 1100 km's kørsel ned gennem Tyskland og Frankrig ikke virkede særligt anstren-

gende, og uden at køre ret meget forkert, ja det vil sige; Hans syntes lige at vi i Alsace skulle kikke på en golfbane, men vi fandt dog hurtigt vejen igen og nåede frem til huset omkring kl. 19, hvor Svend bød os velkommen, fik os installeret og bespist, hvorefter vi hyggede lidt, men det bedste af dagen var jo brugt, så den første aften fandt vi forholdsvis hurtigt til køjs.

Tirsdag var sat af til at lære området at kende, så den dag foregik i bil med Svend som chauffør, vejviser og guide, og vi kørte rundt og så det smukke område og fik en fornemmelse af, hvordan det ville være at køre på cykel der - uha, der var nogle store og lange 'bakker', der ikke helt lignede dem, vi kendte fra Fyn og Jylland, og da hverken Arne eller jeg nogensinde havde prøvet at køre i bjerge før, var vi jo noget spændte på, hvordan det skulle gå, men som sagt: første dagen gik i bil, så det klarede vi jo fint.

Vi var også på besøg hos en vinbonde i Alsace, hvor Svend var godt kendt, idet han gennem flere år havde arbejdet som vinplukker på stedet, så vi blev godt modtaget og vist rundt over det hele, hvorefter vi jo smagte lidt på produkterne og købte lidt med hjem.

Vi havde lavet en arbejdsdeling, så madlavning, oprydning, optændning, rengøring og cyklevedligeholdelse ikke var noget problem, alle hjalp til, og det gik fint.



Dog må jeg sige, at min vægt tilsyneladende ikke passede til den seng, jeg havde valgt. I hvert fald kunne den ikke bære mig, så de 2 første nætter lå jeg på gulvet, hver gang jeg skulle vende mig, men ved hjælp af godt humør og nogle praktisk anlagte kammerater blev problemet dog løst, således jeg resten af nætterne kunne forblive i sengen.

Onsdag gik det så løs på cyklerne, og vi startede seriøst, må jeg sige, idet vi startede med en 18 km lang opstigning til la Schlucht, men det lyder dog værre end det var, idet de første 10 km ikke steg mere end 2-4% i snit, mens de sidste 8 km nok steg 7-9% i snit. Disse til er dog lidt på slump, da der ikke var skilte, der viste stigningerne i procenter.

Denne tur var Arnes og min første tur i bjerge, men det gik nu fint med et lille hvil ind i mellem, og vi kom op på toppen med en imponerende gennemsnitshastighed af omkring 8 km/t, men

hvad, vi skulle jo heller ikke vinde noget, blot nyde turen, hvilket vi alle gjorde i fulde drag.

Vi fortsatte i rimeligt kuperet terræn gennem skoven til la Bonhomme. Ca. 15 km - ikke fladt, men heller ingen stigninger, der med rimelighed kunne kaldes bjerge. Fra la Bonhomme var der derefter 9 km uafbrudt nedkørsel til byen hvor vi boede, og så var den dag brugt.

Vi kunne konstatere, at en tur på 50-55 km i bjergene ikke havde helt samme tidsramme og gennemsnit som en træningstur om søndagen på Fyn, men en oplevelse var det helt bestemt.

Det var i øvrigt 'på denne første tur, at de 3 gode 'kammerater' gav mig tilnavnet Kyllingen, ikke på grund af mine store evner til at køre i bjerge, men fordi jeg ikke turde køre ned fra la Bonhomme, idet de var en hovedvej med stærk trafik af store lastbiler og ingen plads til cykler, så jeg måtte

hentes ned i bil, hvilket jeg ikke syntes var så fedt, men sådan var det nu.

Også de øvrige dage gik med kortere eller længere cykelture i området, idet Hans hver aften tog landkortene frem, hvorefter han planlagde næste dags tur, og da disse tures nedkørsler ikke var på hovedveje, men mindre veje, hvor der ikke var stor trafik, ja - så kørte jeg også ned, men stærkt gik det ikke, men til gengæld uden uheld af nogen art. De andre var også opdraget i en god cykelklub, så de ventede troligt på mig for foden af bjerget.

Turene var utroligt dejlige, og der var smuk natur med udsigter, skove, klipper og søer, og da vejret også viste sig fra sin pæne side - sol, varme og kun 1 time med regn - og da det jo var i efterårsferien, havde skoven iklædt sig sin gyldne efterårspragt, så alt var perfekt.

Afterne gik med spisning, hvortil vi indtog passende mængder af den lokale drue i forarbejdet stand, hvilket medførte megen hygge og social adfærd, og ingen skal være i tvivl om, at som aftenen skred frem blev vi alle

klogere og klogere, og når vi nåede sengetid, kunne vi kun beklage, at det ikke var os, der var verdens ledere, idet vi havde gode og retfærdige løsninger på alle problemer.

Nå, alt godt får en ende, og lørdag morgen kl 6 startede Svend hjemad, hvilket havde været planen hele tiden, hvorefter vi andre 3 blev weekenden over, således vi fik endnu 2 ture på cyklen. Vi sluttede af søndag med at køre de 18 km op til la Schlucht, hvor vi drak en enkelt øl og så på motorcykler. Der var mange der brugte turen til søndagsudflugten, hvilket især Arne satte stor pris på.

Vi kunne konstatere, at vi ikke var blevet ringere i ugens løb, idet vi denne gang tog de 18 km opkørsel med 11 km/t i snit.

Vi kørte samme vej tilbage, så det var jo en ren svir at køre nedad lige til husets dør, faktisk uden at træde. På vejen ned havde vi turens eneste uheld, idet Hans blev ramt af en punktering. Det skete heldigvis ikke på et af de stejle stykker nedkørsel med stor hastighed, så det medførte ikke andet end det nødvendige skift af slange.

Mandag morgen kl 6 startede vi så turen hjem i rusk og regn, men det var jo helt perfekt at omslaget i vejret først kom da vi skulle hjem. Turen hjem forløb glat, og ved 19-tiden var vi i Taulov.

En god og begivenhedsrig uge var slut, og jeg vil da bestemt ikke afvise at jeg kan overtales til en ny tur, men nu må vi se, hvad fremtiden bringer.





Baghjulet er ekset lidt

Jeg har været medlem af klubben i vel ca. 10 år – jeg kom ind i klubben i de glade dage med VM i cykelcross, Storbæltsløbet, Øresundsløbet og senere Kruså-Skagenturene, Ry / Falsledturene og andre gode begivenheder.

Klubben, der den gang kunne karakteriseres ved gode relationer indadtil og udadtil, har ændret sig de seneste par år.

Klubånd er afløst af en ”stakånd”, – det er som om der nu næsten alene er tale om en centrering m.h.t. at kunne køre hurtigere og hurtigere – er det motionscykling?

I klubbens formålsparagraf står der at det er formålet at dyrke cykling på motionsplan!

Motion er for mig ikke et spørgsmål om at træne – for mig er det et spørgsmål om at motionere og ikke træne for at kunne komme til at køre hurtigere og hurtigere fra punkt a til punkt b.

Denne skarpe fokusering på træning har tilsidesat klubbens ånd godt og grundigt – og det er i høj grad gået ud over den sociale del af klublivet (synes jeg).

Et halvhjertet forsøg på at holde klub-aftener faldt til jorden – bestyrelsen ydede ganske enkelt ikke det, der skal til for at klub-aftener bliver til en hyggelig oplevelse som f.eks. at mødes med ligesindede til en god gang ”sladder”, en tekniksnak over bordet, kursus i vedligehold af cyklen eller



lærerige indlæg f.eks. fra gæster – det kommer bare ikke af sig selv, nogen skal være iværksættere og tovholdere, det synes jeg ikke har været kendetegnende for bestyrelsen.

Forvirringen med nyt klublokale og et ordentligt lager har jo ikke gjort det bedre.

I min lille (nogen vil sikkert sige snævre) verden, er det dræbende for en klub at man glemmer at fokusere på den sociale del.

Jeg tror faktisk, der er nogen der spekulerer på, hvad man egentlig får for det kontingent vi betaler.

Jeg har ikke et svar på det spørgsmål – jo, et klubblad til 100,- kr. pr. stk., det er da lidt dyrt, ikke?

Måske vil det være passende at slutte af med en konstatering: - Ved de førnævnte store begivenheder var det ikke umuligt at skaffe 2-300 hjælpere. Nu om stunder er det svært at skaffe 10 – mon ikke grunden skal søges i



det forhold at ingen føler et ægte tilhørsforhold til klubben - men i det store og hele betragter Baghjulet som et serviceorgan, der sørger for turledere, tilmeldinger til løb, yder tilskud, skaffer cykeltøj o.s.v..

Jeg er sikkert ikke alene om disse tan-

ker, men spørgsmålet er jo, hvad kan man gøre for at ændre det?

Det er ikke alene bestyrelsens ansvar, det er også vores!

Palle Christensen

Har Palle fat i noget her ?

Med ovenstående indlæg lægger Palle op til en spændende debat !

Værner vi godt nok om vores klubånd eller har vi tilsidesat den i vor iver efter at komme hurtigere fra A til B? Har vi det sociale klubliv vi gerne vil have eller er vi for dovne og ligeglade? Bidrager vi nok eller betragter vi Baghjulet som et serviceorgan? Er den gal med tilhørsforholdet? Og hvad får vi egentlig for vores kontingent? Hvad er det i det hele taget for en klub vi gerne vil have - og hvad kan vi gøre for at opnå den?

Redaktionen opfordrer medlemmerne til at fortsætte debatten. Klik ind under Forum på www.baghjulet.dk og giv dit besyv med.

MVH Redaktionen

Sæsonstart landevej

Søndag d. 8. april kl. 9.30 starter landevejssæsonen med turleder. Turen er ikke særligt lang, da vi skal mødes og afslutte med suppe som traditionen foreskriver.



Dameturen

Idéen om en MTB tur for damerne opstod i omklædningsrummet under en af sæsonens vintercupafdelinger. Baghjulets Dameudvalg besluttede sig for at lægge ud. Vi inviterede alle damerne i de klubber, der var repræsenteret i klasserne E, F og G på en guidet cykeltur omkring Middelfart. Arrangementet skulle markere afslutningen på damernes vintercup og blev datasat til lørdagen efter vintercupens afslutning. Det skulle være mens vintercyklen endnu var smurt og i form og før sommercyklerne for alvor kommer på landevejen.

Planlægning var forholdsvis enkel. Vi bookedede Hyllehøjhallen, så vores gæster kunne få et bad efter turen. Lotte og Else arrangerede depot med varm kakao, hjemmebagt kage og bananer.

Bruno lagde en rute for os og Helle og Vibeke agerede turledere.

Vi blev 20 damer – en fantastisk flot opbakning! Vi synes, det blev en god tur. Tempoet var moderat, så snakken gik lystigt. Depotet var rigtig populært - varm kakao under en vintercykeltur, det er slet ikke så ringe endda! Sådan en MTB dametur tåler en gentagelse - enten her hos os eller i andre dele af Sydjylland/Fyn. Hvem ved, måske har vi inspireret de andre klubber? Nogle af gæsterne begyndte i al fald at fortælle om de dejlige steder, vi burde se der hvor de bor.

Tak til Gert, som kom forbi med sit kamera. I kan se mange flere billeder på www.baghjulet.dk







MTB Melfar blev en stor succes!

Af Bruno Hausgård

Jeg er sikker på at foråret 2007 startede i dag søndag d. 11 marts. Vejret var skønt, vel en ca. 10 °C og solskin, hvad mere kan man ønske sig til en god gang MTB løb. Skovbunden var meget mindre våd, end jeg havde frygtet. Dermed ikke sagt at den var tør, for det var den bestemt ikke, men for årstiden absolut fin at køre på de fleste steder.

Faktisk var optimismen for fremtidige MTB-løb ikke den allerstørste efter 2006-udgaven af MTB Melfar. Der var ikke ret mange deltagere, og slet ikke ret mange fra vor egen klub og interessen for at hjælpe til ved arrangementet var heller ikke overvældende. Ja faktisk var vi flere der ikke mente at grundlaget var til stede for at fortsætte med løbet.

Men heldigvis er vores formand Jan

stædig. Han mente at vi skulle fortsætte med MTB Melfar og satte sig i førersædet for 2007 udgaven, og efter dagen løb kan jeg da kun sige hurra for det. Godt gået Jan!

Med mere end 100 startende ryttere, og heraf ca. 17 fra vor egen klub, kan vi da konstatere at MTB Melfar 2007 blev en stor succes. En fordobling af deltagerne, både i alt og af klubbens egne ryttere er glædeligt, og ser da lovende ud for løbets fremtid.

Som altid kan sådanne arrangementer kun lade sig gøre fordi at en masse frivillige hjælpere stiller op når der bliver kaldt. Et stort tak og tillykke til alle der gjorde en indsats for at MTB Melfar i dag blev en god dag for mange på MTB i skoven.

På gensyn i 2008.





Fotos: Gert Lykke



Indbydelse til Århus Tour

Den 23. - 24. juni 2007 køres Århus Tour - en cykeltur fra Middelfart til Århus.

Turen køres i moderat gruppe C-tempo, så alle kan være med. Det sociale samvær vil være i højsædet. Ruten vil i store træk følge den afskiltede cykelrute nr. 5. Udturen er ca. 160 km og hjemturen lidt kortere.



Program:

Start fra P-pladsen ved Den Gamle Lillebæltsbro lørdag kl. 08.00. Vi starter ud i kendt terræn via Trelde, Hvidbjerg, Brejning, nordsiden af Vejle Fjord, Daugaard Strand mv. til Juelsminde. Over Horsens (eller måske krydse fjorden med den lille færge til Alrø) og herfra videre nordpå via Hov, Norsminde og Marselisborgskovene.

Sidst på eftermiddagen når vi frem til vandrerhjemmet i Århus, hvor der indkvarteres, forplejes og er mulighed for skovtur og evt. badetur ved Bellevue strand.

Hjemturen følger en mere vestlig rute inde i landet. Vi har en følgebil med til bagage og forplejning.

Overnatning:

På landets smukkeste vandrerhjem i Risskov ved Århus har vi booket et antal 4-sengs soverum.

Pris og tilmelding:

Der skal betales kr. 300 for at deltage. Prisen dækker forplejning på udturen, overnatning, leje af sengelinned, håndklæder og morgenmad på vandrerhjemmet. Herudover kan forventes udgift til et aftensmåltid samt cafeteria- og bagerbesøg om søndagen.

Tilmelding og betaling skal ske senest den 1. april til Børge Iwersen, Kirstensvej 15, Middelfart, tlf. 64414496, e-mail: iwersen@stofanet.dk.

Betaling kan ske til klubbens konto, reg. nr. 0755 konto nr. 3222777002, - husk at anføre dit navn.

Glød dig til sommerens smukkeste cykeltur





Spot på et medlem

Knud Andersen
Cykler i gruppe: C-D



4 steder jeg har cyklet

- Tour de Vestfyn 50 km var min debut i 2005, jeg var pavestolt.
- Alpetramp, som afslutning på min første sæson som Baghjuler.
- At deltage i Grejsdalsløbet er for mig noget særligt (jeg er født og opvokset i Grejsdalen) jeg er med igen den 13 maj.
- Vattenfall Cycloclassics, en mega oplevelse, jeg kørte sammen med Pernille og Maja. Synd løbet i år er samme dato som Tour de Vestfyn.

**Cykler jeg har haft:**

Jeg lagde ud med en lysegrøn "Banani" specialbygget til Niels Henry Andersen, af hvem jeg købte den i 1977.

Min landevejsracer, en blå LeMond.

Den sidste nye i stalden, er en Radon ZR MTB, så jeg også kan være med til Vintercup.

Træningskammerater som jeg sætter pris på:

Jeg vil fremhæve turlederne og alle i D og C, som jeg har kørt sammen med. De har alle været utrolig hjælpsomme. Der hersker en god sportsånd på holdene, når vi cykler derud a.

4 gode råd til klubkammeraterne:

- Tilmeld jer til næste Vintercup, det er rigtig sjovt.
- Deltag i tempotræning. (se i aktivitetskalenderen)
- Kom til cykelløb i Strib onsdag d. 20. juni
- Pas godt på jer selv og holdkammeraterne ude på landevejen.

Vi ses den 8. april.

TDV 2005 - Fotos: Gert Lykke Jensen





Når jeg
bli'r stor
vil jeg
også være
medlem af
Baghjulet...



...Min første
cykel købte
jeg hos Kai
og Winnie
i Fredericia
og det bliver
garanteret
ikke
den sidste.



v/WINNIE OG KAI JENSEN
www.cykelservice.dk

T
B

THERKILDSSENS BOGHANDEL
Middelfart Papir og Boghandel

www.therkildsens.dk · Algade 69 · 5500 Middelfart · Tlf. 6441 0050

B
B

BILLUNDS BOGHANDEL
Fredericia Papir og Boghandel

www.billunds.dk · Gothersgade 24 · 7000 Fredericia · Tlf. 7592 0162



Når dette marts nummer af Baghjulsnyt udkommer er der kun ca. 4 måneder til nogle af Baghjulets medlemmer skal ud på den nok hårdeste, men også mest spændende cykeltur her i livet, nemlig motionscykelturen Nordkap-Lillebælt.

For at dette kan ske vil jeg tillade mig at bruge en af vore gode sponserers slogan:

Viljen til at ville – uden denne indstilling tror jeg ikke at turen var planlagt og kan gennemføres.

De oprindelige overvejelser/drøftelser om en tur Nordkap-Gibraltor kunne ikke realiseres dels på grund af nødvendigheden af en meget lang ferie og dels økonomisk.

På et møde i februar 2005 blev det derfor besluttet at arbejde for den nuværende tur Nordkap-Lillebælt.

En arbejdsgruppe blev nedsat, og indimellem har det flere gange set ud til, at man måtte opgive af forskellige årsager.

Men, Viljen til at ville. – Turen bliver en realitet.

Gruppen har indgået et samarbejde med Det Rullende Hotel v. vognmand Jørgen Larsson, som hele året, bortset fra vintermånederne, kører med

sportsfolk, efterskoler m.v. over hele Europa. Det Rullende Hotel, som består af en bus m. trailer indrettet med sovekabiner, vil således være vor transportør og overnatningssted på turen fra Middelfart til Nordkap og på turen fra Nordkap til Lillebælt vor base – overnatnings-sted – forplejning m.v..

Afrejse fra Middelfart er tirsdag, den 26. juni d.å., og efter 4 dages kørsel over Sjælland gennem Sverige og Norge, når vi Nordkap. Et pragtfuldt sted, som alle bør opleve, og hvor midnatssol

len i den periode, som vi vil være der (håber vi), næsten ikke går ned før den på ny står op.

Cykelturen fra Nordkap påbegyndes den 30. juni og ankomst til Middelfart vil finde sted fredag, den 20. juli.

Baghjulets bestyrelse har påtaget sig at lave lidt arrangement ved tilbagekomsten.

Ruten, der p.t. er under udarbejdelse af Per Allan, er anslået til at være 2500-2700 km. Det vil sige, at dagsdistancerne i gennemsnit vil blive 130 til 150 km, idet der også skal være tid til at opleve seværdighederne i den skønne norske natur.

Bussen vil af praktiske grunde hver dag køre frem til ”målbyen”, medens cykelholdet har følgebil med, som kan medbringe forsyninger, skiftetøj, reservedele m.v.

Man behøver således ikke at cykle hver dag. Hvis man ønsker en hviledag kan man således tage bussen, eller



ønsker man at være turist på hele turen, er der således også mulighed for det.

Alt i alt håber vi på en meget stor oplevelse. Vi er bevidste om, at det kræver en god forståelse, når 25 mennesker skal være sammen i 24 dage. Vi har derfor allerede afviklet flere fællesture med efterfølgende socialt samvær, og det samme er planlagt her i 2007. Vi opfordrer stærkt gruppen til at deltage i de ture, som Baghjulet arrangerer, ligesom vi selv har planlagt dels endags ture dels weekend ture.

Træning gør det ikke alene. Der er også økonomi.

Hver enkelt deltager betaler kr. 10.000,- et beskedent beløb, når man tænker på oplevelsen, samt at beløbet tillige dækker overnatning og bespisning. Vi skal naturligvis selv forestå madlavning m.v.

Takket være mange meget velvillige sponsorer har det været muligt at bestille cykeltøj forsynet med alle sponserors navne og logoer. Disse vil endvidere pryde bus og trailer samt den følgebil, som cykelkammerat Steen Pedersen stiller til rådighed.

Vi er vore sponsorer meget taknemmelig for den støtte, som vi har fået, og som tidligere nævnt gør det os muligt, efter aftale med bestyrelsen for Baghjulet, at få fremstillet 3 sæt cykeltøj specielt til denne tur.

Der er naturligvis altid plads til en til, og det gælder såvel cykeldeltager som sponsor. Vi er i skrivende stund 23 tilmeldte, og vi har således fortsat 2 ledige pladser og vedr. sponsorer har vi plads til mange flere på bus, trailer som følgebil.

Og hvad så:

Vognmand Jørgen Larsson foreslår, at der i 2008 køres/cykles Lillebælt-Gibraltor, men den tid den glæde...

Altå – VILJEN TIL AT VILLE – det betyder noget.





Tempotræning

Middelfart Cykel Club inviterer på tempotræning i form af enkeltstart, som køres på en 15 km lang rute ved Føns. Der køres 4 afdelinger, og de bedste tre tider lægges sammen. Der vil være fine præmier til første 3 placeringer, som bliver overrakt ved den sidste afdeling.

Der køres på en ud-og-hjem rute med start i krydset Fønsvej / Assensvej, første start kl 19.00.

Der trækkes lod om startplacering.

Der startes med et minuts mellemrum og 30 m. reglen skal overholdes. Der må ikke køres på hjul.

Lang tur på Melfar-24 ruterne

Træningsudvalget arrangerer en trænings tur for alle Baghjulere same tilmeldte til Melfar 24 2007. Vi kører alle ruter igennem: Først rute 1, som stadig er ca. 127 km lang, men er ændret lidt omkring Odense, derefter mellemrutens 30,7 bakkede kilometer, så natrutens små 16 km og endelig slutruten på 3.6 km. Vi kører søndag d. 6. maj, med samling og start 9.30 fra den gamle Lillebæltsbro.

Af hensyn til proviantering vil vi gerne have forhåndstilmelding til Leo Jensen på leo@baghjulet eller 6441 7336

Bakkeløbet 2007

Bakkeløbet er som bekendt aflyst for 2007, men vi har imidlertid fået en invitation fra cykelvennerne fra Skanderborg:

Søndag den 29. april inviteres medlemmer af Baghjulet til at deltage i en træningstur på Bakkeløbets rute - 118 km med masser af højdemeter.

Vi forventer at køre i et gruppe B tempo, men der er også masser af udfordringer til Gruppe A. Hvis vi bliver mange nok, kan en opdeling i flere grupper komme på tale.

Vi mødes ved broen kl. 07.30 - Vi starter i Skanderborg kl. 09.00

Der er selvfølgelig ingen depoter, så husk at fylde lommerne hjemmefra. Indtil den 22. april 2007 kan du tilmelde dig på leo@baghjulet.dk - 6441 7336



I SAMARBEJDE MED HJERTEFORENINGEN



INVITATION TIL GOD FORPLEJNING

Morgenkaffe, rundstykker, energidrik, vand, frugt, boller, chokolade, kylling, salat, endnu en bolle, øl og vand .

Lyder det godt og har du lyst til at være sammen med andre friske piger, så reserver datoen den 16.6.07.

Du kan vælge om du vil cykle 63 km eller 102 km, og ydermere få et bad efterfølgende.

Dameudvalget vil samle trådene omkring en tur til Herning, hvorfra starten går. Prisen for alt dette er kr. 125 (63km) eller 195 (102km) herudover vil der komme et bidrag til transporten, som vi forsøger at arrangere i private biler.

Læs mere på www.LadyTour.dk

Tilmeld dig senest den 23. april til

Else Hartmann, Brændeskovvej 9, 5500 Middelfart – hartmann@stribnet.dk
eller

Helle Stougård, Omøvænget 24, 5500 Middelfart – hellest@baghjulet.dk

Husk at angive hvilken rute du vil cykle samt om du har mulighed for at køre

Enkeltstart - for Damer

Vi (som er: Damer fra Baghjulet, Middelfart Cykelclub og Fredericia CC) har snakket sammen om at deltage i Henrik Andersens tempotræning, som foregår 4 onsdage aftener hen over sommersæsonen. Pt. ser det ud til vi kan samle en flok, så vi kan lave vores egen "dameklasse". Vi cykler for sjov og for at få en anderledes træningstur. Har du også lyst til at være med, så mød op. Du finder dato, tid og sted på www.baghjulet.dk.

Helle & Helle
Baghjulet & Middelfart Cykelclub



Stafetten - Op- og nedture i Vogeserne

Af Svend Rasmussen

Lad mig straks slå fast at disse op- og nedture intet har at gøre med sygdom – tværtimod. Det vender jeg tilbage til.

Mit navn er Svend Rasmussen. Jeg er født den 27. oktober 1938 og er i dag folkepensionist.

Jeg har gået i skole i Middelfart, men efter 7. klasse må jeg have følt at nu kunne det være nok. Måske fordi jeg samtidigt om eftermiddagen gik med aviser og tjente 1 krone om dagen - nu ville jeg tjene lidt mere.

Svajer på Long-John

Jeg blev ”svajer” i farvebøtten hos Flemming ”Farvebøts” forældre. Her bragte jeg tapet og malerverer ud til malmestrene og private. Udbringningen foregik selvfølgelig på en ”Long John”, en temmelig tung ”maskine”. (I øvrigt blev denne ”maskine” opfundet af en dansk cykelsmed fra Vanløse).

Jeg husker ikke hvor mange gange jeg sagde pladsen op, men hver gang blev jeg lokket tilbage med højere løn. Til sidst måtte jeg dog fortælle fru Jensen, at nu var det slut.

På ”havelåge” i det krigshærgede tyskland

Herefter pakkede jeg som 16-årig den cykel, jeg fik i konfirmationsgave (en Hamlet uden nogen form for gear) – en rigtig ”havelåge” - med telt, sovepose og hvad der ellers hører til en længere cykeltur.



Svend Rasmussen mellem John Nielsen og Hans Guldbæk (fotos:Arne Wind)

Turen gik mod Flensburg og Kiel. Dengang i 1953-54 lå alt endnu i ruiner efter 2. verdenskrig. Jeg cyklede mod Lübeck, Hamborg og Bremen og i Bremen fik jeg problemer med et dæk. En cykelsmed måtte skaffe et nyt fra Danmark, så i tre dage lå jeg her i Bremen, hvor de for øvrigt dengang fabrikerede Lloyd og Borgward bilerne.

Jeg glemmer aldrig den stank som min medbragte rullepølse efterhånden havde fået. Om den røg i floden Weser husker jeg ikke.

Så fortsatte jeg mod Cuxhaven med færge over Elbmundingen og videre op langs vestkysten i strid modvind.

Efter denne cykeloplevelse var det tiden at finde en læreplads. Det var umuligt at komme i lære som mekaniker, som det ellers var min ambition, men jeg fik en læreplads som murer. Efter endt læretid kom jeg ind som soldat, derefter tilbage til faget og efter nogle år startede jeg



som selvstændig murermester i Strib. Her har selvfølgelig været nogle op- og nedture, men af noget anderledes karakter end dem jeg har haft på cyklen i Vogeserne.

Drueplukker i Alsace

Mit forhold til Vogeserne tog sin begyndelse under en bustur, som min kone og jeg var med på i maj 1987. Turen gik til Alsace og var arrangeret af Elbobladet. Vi besøgte vingårde og undervejs fortalte jeg journalisten fra Elbobladet, at jeg godt kunne tænke mig at deltage i sådan en vinhøst. "OK", sagde han. "Lad os undersøge muligheden på den næste gård vi besøger".

Her blev vi modtaget af vinbonden Christian Bas. Han følte mig på overarmen og sagde OK.

I oktober, da vinhøsten stod for døren, pakkede jeg min bagage og tog toget fra Fredericia til Colmar.

Nu var jeg Elbobladets udsatte medarbejder i Alsace i 10 dage.

Det var ment som en engangsoplevelse. Men disse vinmarker, med deres bronzefarvede, vogesiske, skovklædte baggrund, disse dugfriske vindrueklaser, der skulle afklippes sådan en skøn oktober morgen og ikke mindst det sociale samvær med disse glade, lokale plukkere – det virkede dragende!

Hus i Vogeserne

Jeg måtte af sted igen og det kom jeg. År efter år. Nu uden Elbobladets deltagelse.

I høsten 1994 så jeg en annonce om et hus til salg i Vogeserne, ganske vist temmelig renoveringsmodent. Jeg bad Christian Bas om fri en dag, for at køre op og se hvad det var for noget. Jeg havde de seneste år haft bilen med, så jeg kørte de 40 km op i Vogeserne og fandt det renoveringsmodne hus.

Det var nok mere naturen der betog mig - huset lignede en ruin. Hvis jeg skulle overtage det, var det i hvert fald godt jeg ikke var blevet mekaniker (og stadigvæk heldigvis for det).

Huset havde stået tomt nogle år og var nu blevet overtaget af en person, som opkøbte sådanne ruiner for videre salg. Selvfølgelig endte jeg med at få mig forhandlet frem til en acceptabel pris. I dag står jeg som ejer at dette hus og det er ikke længere en ruin!



Syends hus i Vogeserne.

Se www.vogeserne.dk for flere detaljer



Cyklen skal med

Selvfølgelig måtte jeg have en cykel med til dette skønne område. Den første jeg havde med, var en såkaldt "havelåge" med 3 gear. Den havde jeg mange gode ture på. Hvis det blev for anstrengende op af bjergene, måtte jeg stå af og gå.

Da jeg endelig fik købt min mountainbike (brugt), skulle den selvfølgelig også afprøves. Med 21 gear var det nu en fornøjelig udfordring at bestige bjergene i området. Jeg har været på lange ture, hvor 2 flasker vand var for lidt, når der ingen steder er man kan gå ind og banke på og bede om lidt vand. Begyndende dehydrering er ikke at spøge med.

"C'est la vie"

Jeg har haft nogle fantastiske oplevelsesrige op- og nedture i dette bjergområde. Der findes ikke noget bedre, end at vende hjem efter en tur på 50-75 km, sætte sig på den lokale bistro og købte en stor kop varm kakao og senere vende tilbage til huset og få et varmt bad. På fransk ville man sige: "C'est la vie!".

På tur med Baghjulet

Hjemme i Danmark havde jeg flere småture og cyklede Fyn rundt med telt (275 km over 2½ dage).

En dag, hvor jeg kom trækkende gennem Middelfarts gågade med min mountainbike, stødte jeg på Jan Lind, som jeg vidste var aktiv i Baghjulet. Jeg spurgte ham, hvordan det foregik i Baghjulet. Jo, fortalte Jan, hver søndag formiddag kl. 9.30 mødes klubben ved træfpunktet ved den gamle bro.

Det måtte jeg prøve, så en søndag mødte jeg op. Jeg kendte overhovedet ingen, men jeg sagde "Godaw – kan jeg være med her?" På mountainbike forstås – og "Ja, ja" var der én der sagde. Han hed Arne Vind, og jeg lagde faktisk ikke mærke til hans ansigtsudtryk, da han så min traktorlignende "maskine".

Men jeg husker, at Arne flere gange under turen spurgte mig, hvordan det gik. Han advarede om bilister ved at råbe "Forfra" og sørgede i det hele taget for, at jeg som nyt medlem følte mig godt tilpas.

Før jeg meldte mig ind i klubben, fo-



Redoffice I.K.

Strevelinsvej 16
7000 Fredericia
Telefon 70 20 20 02
Telefax 70 20 20 01
www.redoffice.dk/ik



Kvickly
MIDDELFART

- din egen butik



restillede jeg mig at disse faste mødetidspunkter nok ikke var noget for mig. Men Arnes modtagelse af mig som nyt medlem, ændrede min opfattelse af det.

Søndagen efter stillede jeg atter op, denne gang på min racer, en noget lettere cykel. Og så gik ellers derudaf.

Et styrt

På en af søndagsturene var jeg så uheldig, at komme for tæt på et forankørende medlem. Jeg styrtede ud over autoværnet, og 4 meter ned af en brombærbevokset skrænt. Hele gruppe D standsede og samlede mig op. Styret måtte efterspændes, men selv havde jeg ikke lidt nævneværdig overlast. Cykeltrøjen måtte vaskes 2 gange før den var ren på skulderen.

Det var på en af sæsonens sidste søndagsture, at jeg inviterede de andre i gruppe D til at besøge mit sommerhus i Vogeserne i uge 42. Der er plads til 8 og Hans Guldbæk var den første der meldte sig. Jeg ved at John beretter om denne "mandetur" andetsteds i bladet. En tur med fantastisk oplevelsesrige cykelture.

Det går bedst med turleder

Til slut må jeg lige berette om den eneste tur jeg har været med på uden turleder. Jeg må nok erkende, at havde det været min første tur i Baghjulet, var jeg nok blevet noget forskrækket og var sikkert ikke mødt op igen.

Det var et noget spredt felt og med en noget anderledes moral end den jeg kender fra gruppe D.

God sæson!

Bestyrelse og øvrige medlemmer ønsker jeg en rigtig god sæson 2007 – ikke mindst god tur den gruppe, som er ved at forberede sig til cykelturen Nordkap-Lillebælt.

Hermed overdrager jeg Stafetten til Kirsten Løndorf, som har takket ja og bringer sin artikel i majnummeret.



*Kirsten Løndorf står og kigger efter...
Stafetten måske ?*



CYCLING

BEKLÆDNING
KLUBTØJ

INTERSPORT /
HC SPORT

- din lokale løbe-
og cykelekspert...
- Fusion 2006
kollektion



FUSION





DIF Sitecore

Ny platform for Baghjulets webløsning

Baghjulet fik sin egen hjemmeside allerede i 1997, på et tidspunkt, hvor det at lave hjemmesider ikke var noget ret mange ”almindelige mennesker” begav sig af med. Den blev i sin tid etableret af Palle Christensen, og det var også ham, som ene og alene stod for det store vedligeholdelsesarbejde i årene frem.

Palle er som bekendt noget af en arbejdshest – vi har været heldige at have en ressource som ham siddende på denne store post i så mange år. Da Palle nævnte, at han indenfor en periode ønskede at blive afløst som webmaster, vidste vi i bestyrelsen, at det ville blive noget nær umuligt at finde én person, der kunne erstatte ham.

Derfor nedsatte bestyrelsen et webudvalg, der fik til opgave at se på en mulig alternativ platform til vores webløsninger. Vi havde en idé om at konvertere softwarefladen til et såkaldt ”content management” system.

”Content management” betyder egentlig bare ”indholdsstyring” og systemerne gør det muligt at sprede vedligeholdelsesopgaven på flere redaktører, uden at disse behøver at tænke i layout og design. Vi ønskede et dynamisk og brugervenligt system, med mindst muligt arbejdsbyrde for den enkelte.

Webudvalget gik i krig med at under-

søge muligheder og priser. Der blev lavet kravspecifikationer og Palle fortalte så meget som muligt om sidernes nuværende form og om de ting et nyt system skulle kunne leve op til. Mulighederne var mange og softwarepriserne lå lige fra 0 kr. og op til 50.000!

I august 2006 læser vi i Danmarks Idrætsforbunds klubblad Idrætsliv, at DIF har indgået aftale omkring content management systemet Sitecore og nu tilbyder forbundet systemet til klubber og foreninger til en yderst favorabel pris.

Efter en del samtaler med DIF’s IT afdelingen besluttede bestyrelsen at gøre brug af tilbuddet.

Herefter gik webudvalget i gang med at opbygge de 3 hjemmesider (baghjulet.dk, melfar24.dk og tourde-vestfyn.dk). Det foregik i tæt samarbejde med DIF’s supportafdeling, som stod til rådighed for os fra 09.00 – 20.00 hver dag. Medio december gik de nye sider i luften.

Når man er blandt de første til at tage sådan en løsning i brug, vil man uundgåeligt komme til at opleve lidt børnesygdomme, og det har vi da også gjort.

DIF’s installation af Sitecore, skal udover de normale opgaver et sådant system skal løse i en erhvervsvirksomhed, tilrettes til at sikre, at de en-



kelte klubber ikke kan se og rette i hinandens hjemmesider. Det har tilsyneladende været en lidt større udfordring end forventet. Meget fornuftigt vælger DIF ikke at frigive de dele af løsningen, hvor dette ikke er helt sikret, og derfor venter vi stadig på løsninger til forum og nyhedsbreve.

Vi har i mellemtiden fundet andre midlertidige, men ganske velfungerende løsninger til at dække disse behov.

DIF påstår hårdnakket at vi på mange områder er den klart mest avancerede bruger af systemet. Det er endnu et udtryk for, at Baghjulet har en flot hjemmesidetradition, for en lang række af de funktioner, som de betragter

som avancerede, betragter vi som selvfølgelige, f.eks. indmeldelses- og tilmeldingsformularer med mailfor-sendelse og opsamling i databaser.

I skrivende stund er omkring 10 redaktører oplært i brug af Sitecore, som ikke er sværere end at skrive i Microsoft Word. Denne oplæring er foregået mand-til-mand, kombineret med en stor sparring brugerne imellem - vi har alle sammen meget at lære og det er faktisk både sjovt og hyggeligt. Webudvalget forsøger at beskrive procedurer og informationsstruktur så godt som muligt, så det er nemt for nye brugere at komme til.

Alle brugere kan logge sig på Sitecore hjemme fra deres egen computer og de er beskyttet med rettigheder, så de

Cykelgården

v/ERIK PEDERSEN

Odensevej 18 · 5500 Middelfart

Tlf. 64 41 06 91

www.cykelgaarden.dk

Vi fører alle kendte mærker:

- **Trek**
- **Kildemoes**
- **MBK**
- **Batavus m.flere**

Cykelhelme:

- **Giro**
- **Bell**
- **Speciale:**
- Håndbyggede hjul**

- **Salg af nye og brugte cykler**
- **Din garanti for god service og faglig ekspertise**





kun han rette, redigere eller slette i de sider, som de hver især står for at vedligeholde. Redaktørerne sidder alle i et af arbejdsudvalgene og det er udvalgene selv, der har valgt hvem af dem, der skal stå for opdateringen af hjemmesiden, inden for det område de nu har med at gøre.

Hele idéen med den nye webløsning er, at skabe en så dynamisk og opdateret hjemmeside som muligt, med mindst muligt arbejde for den enkelte. Vi er her jo ikke for at lave hjemmeside - vi er her for at dyrke vores store hobby: At cykle! Det skal der være tid til og det bliver der.

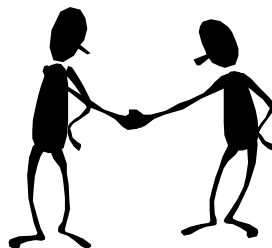
Vi ses på landevejen.

Bestyrelsen

Velkommen til 10 nye medlemmer

Baghjulet byder velkommen til:

Klaus Hansen
Lis Jensen
Tommy Jensen
Niels Pedersen
Jimmy Pagh
Gitte Hansen
Steen Andersen
Karin Kruse Andersen
Thomas Broe
Per Mayntzhusen



Lån af trailer og klublokaler

Hvis du skal låne trailer eller nøgle til klublokalerne, kontakt materialeudvalget:

Arne Wind Hansen tlf. 64412531

Egon Breed tlf. 64414676

(Alternativt: Jan Rasmussen tlf 64411175)

HUSK at trailer skal bestilles i god tid!



Tøjbutikken bugner af gode forårstilbud.

Vi har fået fyldt hylderne op igen efter et kanonsalg sidste år.

Åbningstider i foråret 2007:

Mandag den 2. april

Mandag den 7. maj

Mandag den 4. juni

Alle dage fra kl. 17.00- 17.30

Bemærk hele juli har vi ferielukket.

Jubilæumstilbud.

Cykeltricot med korte ærmer

Kr. 275.-

**Korte Cykelbukser
med hvid netoverdel**

Kr. 325.-

SÆTPRIS

KUN KR: 495.-

Følg med på www.baghjulet.dk, og se de øvrige aktuelle tilbud.

Yderligere oplysninger:

Carl Ove Knudsen, Bogøværnet 76.

Middelfart. Tlf. 6441 2994 efter kl.

18.00 eller mobil 2428 3773





Velomediane Claude Criquillion 2007

Løbet foregår i Ardennerne, - et bjerg-rigt område i det sydøstlige Belgien ved byen La Roche-en-Ardenne, 850 km fra Middelfart. Et udenlandsk motionsløb, som tiltrækker rigtig mange danskere. Og hvorfor det? - Måske den sportslige udfordring på de 24 stigninger, eller de 3.300 højdemeter (Cote nr. 10 - 1,8 km. 8,8 % og Cote nr. 11 - 1,3 km. op til 15,2 %) eller måske naturoplevelsen på den 172 kilometer lange strækning. I hvert tilfælde et godt mål for sommerens træning.

Løbet køres på 2 distancer. 172 km med 3300 højdemeter og La Petite Crique på 102 km med 1300 højdemeter.



Start og mål er i centrum af La Roche lørdag den 1. september. Starten går kl 9. Læs mere på:

www.velomediane.com.

Transport

Der er 850 km til La-Roche-de-Ardenne. Transport forventes gennemført i privatbiler. Hvis du kan/vil lægge bil til, bedes du oplyse dette ved tilmeldingen.

Indkvartering

Der er reserveret sengeplads i 4-sengs apartments på Hotel FlorealClub La Roche, som er et lækkert, lækkert ho-



tel og feriecenter ved La Roche. Husets svømmepøl, bowlingbaner og øvrige faciliteter er til jeres rådighed. Se hotellets hjemmeside:

www.florealclub.be og find La Roche.



Program

Afgang fra Middelfart fredag den 31. august kl. 8.00. Indkvartering hen på eftermiddagen. Aftensmad og forberedelse til CC lørdag morgen.

Lørdag morgenmad og cykelløb. Bad og pastaparty, ølsmagning mv.

Søndag pakning og hjemtur. Ankomst Middelfart til aften.

Pris og tilmelding

Der skal betales kr. 850 for at deltage på den lange distance og kr. 700 på den korte. (et tilskud fra klubben kan forventes). Prisen dækker startgebyr og 2 overnatninger med morgenmad

på FlorealClub La Roche. Herudover kan forventes udgift på ca. kr. 600 for at køre med, samt udgifter til mad og drikke.

Tilmelding og betaling skal ske senest den 15. april til:

Børge Iwersen, Kirstensvej 15, Middelfart, tlf. 64414496, e-mail:

iwersen@stofanet.dk.

Betaling kan ske til klubbens konto, reg. Nr. 0755 konto nr. 3222777002, - husk at anføre dit navn.

EVENT-udvalget



Aktivitetsprisen og Årets Pedaltramper

Kaj Stougård, Palle Christensen, Kenneth Dini, Klaus Bruun Kristensen, Steen Pedersen samt undertegnede stod bag Melfar 24 Hour Challenge i 2006 og modtog aktivitetsprisen for vores arbejde. Laurent Vessaz blev kåret som Årets Pedaltramper. Jeg husker ingen blitz, da vi modtog priserne, så vi må nøjes med et billede af min kurv med specialøl...

Leo Jensen





Melfar



24 HOUR

BAGHJULET Cycling Challenge

Lørdag den 2. juni kl. 10.00 skydes 4. udgave af Melfar 24 Hour Cycling Challenge i gang. Der er allerede nu (først i marts) 137 tilmeldte, som har betalt, og det er næsten lige så mange som der var deltagere i 2006, så det ser ud til at løbet har fået sin plads i den danske løbskalender og i de danske motionisters bevidsthed.

Baghjulet har her et løb, der klart skiller sig ud fra alle de almindelige motionsløb, hvor man bare skal køre hurtigst muligt fra A til B.

24 timer er så lang tid at have til rådighed til at cykle i, at stort set alle har svært ved at overskue hvordan det skal gribes an med hensyn til hastighed, pauser, kost, grej og så videre. Efter at have deltaget 3 gange i Danmark og 1 gang i USA vil jeg endda sige, at erfaring ikke hjælper særlig meget.

Hovedkræfterne bag løbet er i år Kaj Stougaard, Kenneth Dini, Steen Pedersen og Leo Jensen.

Opgavefordelingen ser sådan ud:

- Kaj: Løbsledelse
- Kenneth: Løbsledelse, depot rute 1
- Steen: Pladsindretning
- Leo: Ruter

Vi vil opfordre alle Baghjule-re til at støtte op omkring projektet ved enten at deltage, være hjælpere eller bare komme forbi og give et skulderklap til deltagere og hjælpere.

Et af de områder, hvor løbet også skiller sig ud, er vores dygtige og glade hjælpere. En meget stor del af den ros, vi modtager efter løbet, er direkte stillet til hjælperne og den gode stemning, vi har under løbet

Der er brug for hjælpere til følgende opgaver:

- Ruteopmærkning, pile og skilte
- Indretning af plads og soverum
- Scanning af deltagere
- Klippe kontrolkort ude på ruterne
- Trykke diplomer og T-shirts





- Depoter
- Hjemmeside og foto (fotos på nettet løbende, måske webcam)
- Sekretariat (tilmeldinger, info)

En del af opgaverne falder før selve løbet, og nogle få også efter, men det er især i løbet af de 24 timer, der er brug for en hjælpende hånd.



Vagterne er for de fleste opgaver under løbet på 4 timer, så hvis du vil ud og opleve stemningen og se, hvordan motionister opfører sig når de er virkelig trætte, så er chancen her.

Hjælpere kan melde sig her:

Leo@baghjulet.dk - 6441 7336

Kaj@baghjulet.dk - 6441 8017

Hvis du har svært ved allerede nu med sikkerhed at sige, om du har plads i kalenderen i 1. weekend i juni, så skal du ikke være bange for at sige: 'måske kan jeg', tilmeldingen som hjælper er ikke bindende.

Leo Jensen

Fotos fra Melfar 24 2006: Gert Lykke Jensen

Bortfald af løbstilskuddet på 75 kr.

Som bekendt har vi ændret i ændret i principperne for tilskud til løb og arrangementer. Jan fortæller lidt om det på side 3 og de berørte udvalg har derudover fået direkte besked.

Som konsekvens heraf bortfalder de 75 kr. der hidtil har været ydet i løbstilskud. Det betyder ikke, at midlerne skæres væk - blot har vi valgt at kanalisere pengene over på arrangementer, som styrker sammenholdet og det sociale samvær før eller efter løbet.

Træningsudvalget har derudover planer at udvælge et eller flere motionscykel-løb hen over sæsonen, hvor der arrangeres en fælles klubtilmelding. Der vælges nogle relative lokale løb, med mulighed for deltagelse i både lange eller kortere ruter - kort sagt, noget for enhver smag. I forbindelse med disse fællesture arrangeres noget socialt før eller efter løbet, og til disse arrangementer yder klubben et tilskud.

Hold øje med hjemmesiden - hvor de forskellige tilbud vil blive offentliggjort.

Bestyrelsen



TOUR DE VESTFYN SPONSOR

Super Brugsen

Ejby

Super Brugsen

Strib

**Pedersen & Madsen a/s**Bogensevej 12 · 5500 Middelfart
Tlf. 64 41 54 61**Fredericia****Plæneklipperservice**

7000 Fredericia · Tlf. 75 93 08 66


INTERSPORT
...en verden af sport

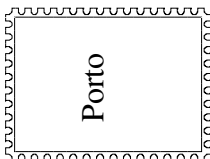
Fredericia

Melfar Posten**Cykelgården**

Middelfart

**MIDDELFART
SPAREKASSE***Lev livet længere...***Kvickly**

Middelfart



**Motionscykelklubben Baghjulet
v/ Søren Kjærås
H. C. Lumbyesvej 52
Strib
5500 Middelfart**

Jeg er blevet interesseret i BAGHJULET og vil gerne

- ☐ **Have tilsendt materiale om klubben**
- ☐ **Kontaktes på telefon**
- ☐ **Være medlem af klubben**

Navn:

Fødselsdag og -år

Adresse

Postnummer **By**

Telefon **E-mail**





- vi har overskud til dig

Gi' din motion Baghjul!