



**VILL HA SÄLLSKAP.** Catarina Eliasson, Martina Thomasson och Johanna Bistedt laddar för tejnarnas MTB-skola i Skatås, ett led i Cykelklubben Masters strategi att locka fler tjejer till sporten.

# De vill se fler tjejer i sadeln.

Cykelklubben Master ökar farten och trampar igång en kampanj för att locka fler tjejer till sporten. Stjärnan Martina Thomasson blir tränare för MTB-skolan.

– Mountainbike är en häftig gren med fart och fläkt, säger hon.

CK Master är en av landets ledande cykelklubbar med runt 70 licensierade åkare. Många tränar och tävlar Mountainbike (kallas kort och gott MTB) och några satsar mer på den traditionella landsvägsåkningen. Och en del dubblar.

Martina Thomasson är en av dem. Hon är elitcyklist i båda klasserna och har kört hem ett antal SM-medaljer under åren och även åkt för landslaget. Nu är hon 25 år och drömmen om nya framgångar lever i allra högsta grad.

– Målet är att plocka fler medaljer. Jag började med MTB som 10-åring och cyklandet är det bästa jag vet. Nu hoppas jag kunna inspirera fler tjejer att upptäcka hur roligt det är, förklarar hon.

Martina kommer att få hjälp av Catarina Eliasson, som tävlar i veteranklassen och vann sin första SM-medalj för två år sedan. Johanna Bistedt, 11, har redan anmält sig till MTB-skolan för tjejer om har premiär i påsk.

En träning i veckan väntar för de som törs testa. Det är kanske inte alldeles självklart att ge sig på MTB? Dels är det slitigt med kuperad terräng och dels är det risk för vurpor. Eller?

– Skaderisken är liten, det är en snäll sport. Går man omkull händer det inte så mycket, det kan bli några blåmärken här och där. MTB är jobbigt men samtidigt fartfylld och det finns ett stort spänningsmoment när man tävlar. Det är lätt att gilla den här sporten bara man provar. Vi kommer att ha mycket roligt i tjejgruppen, berättar Martina.

#### ● Vad behöver man tänka på som nybörjare?

– Man ska ha rätt skydd, det handlar i första hand om hjälm och handskar. I starten kan man låna cykel av klubben.

#### ● Hur och var ska ni träna?

– Vi har en träningsbana här i Skatås. I början blir det mycket teknikträning för att få in känslan.

Sedan bygger vi på med styrketräning för att få uthållighet. Då blir cyklingen ännu roligare.

CK Master har vuxit kraftigt under 2000-talet. I dag finns det cirka 200 medlemmar där runt 70 är aktiva. En av de drivande krafterna bakom den positiva utvecklingen är ungdomsledaren Fredrik Bistedt. Han kom till klubben för tio år sedan och har under åren startat flera nybörjargrupper och fått många ungdomar att intressera sig för cykling.

Men det har varit lättare att locka killar.

– Ja, så är det. Men vi vill jämna ut det nu. Den här sporten passar ju minst lika bra för tjejer, säger Fredrik.

Premiär för tjejgruppen i påsk, alltså.

Det kan bli succé.

Kurt Martinsson

## CK Master

- ✓ CK Master har cirka 220 medlemmar varav 30 med tävlingslicens.
- ✓ Klubben bildades 1937 och mest meriterade medlem har varit Gösta "Fågglum" Pettersson.
- ✓ Under vintern genomförs inomhusträning på bl a testcykel i klubblokalen. Klubben disponerar ett 25-tal testcyklar.
- ✓ Utomhusträning bedrivs året runt under helgerna samt tisdagar och torsdagar från mars till oktober.
- ✓ Klubben har ställt i ordning en MTB-bana (mountainbike) i Skatås. Banan är tillgänglig och öppen som träningsbana och användes vid tävlingar i samband med klubbens egna arrangemang.
- ✓ CK Masters klubbstuga ligger i Skatås.
- ✓ Hemsida: [www.ckmaster.com](http://www.ckmaster.com)