



Cykelklubben **MASTER** Göteborg



Verksamhetsberättelse för år 2011



Ordföranden har ordet

Jag vill börja med att tacka er, tack för 2011 och allt jag har fått lära mig under året. Jag har utvecklats på många sätt och framförallt har jag fått många insikter i vem jag själv är. Jag har också fått lära känna fler medlemmar som jag kanske inte hade träffat annars. Vi har haft ett år som både haft uppförsbackar och mer lättrullande partier men det är väl det som gör att man lär sig det hela.

Det som varit riktigt glädjande är att vi ytterligare ett år lyckats växa, både på ungdomssidan och bland seniorer. Vi lyckades också med en av de stora utmaningar vi ställdes för under året, Nationaldagsloppet, som återigen slår rekord i antal deltagare. Att vi lyckades arrangera hela tävlingen på egen hand är riktigt starkt och förhoppningsvis kan vi skapa ett nytt kapitel i framgångssagan 2012. Även ekonomiskt blev NDL riktigt bra vilket är väldigt viktigt för klubben då Nationaldagsloppet är den största enskilda inkomstkällan. Till 2012 kommer man göra förändringar i loppet som ska lyfta det ytterligare ett snäpp, det ska bli väldigt spännande att se hur det kommer tas emot!

Något som inte gick så bra under året var Kvibergs GP där vi till slut fick ställa in eftersom banan inte var i ok skick. Vi är väldigt besvikna att vi inte kunde anordna loppet och har dragit igång arbetet för att säkra Kvibergs GP 2012 eller i annat fall hitta ett alternativ. Vi anordnade dock serietävling på MTB-sidan och även vårt klassiska MTB-race Nightmare Classic. Ett lopp som vi inte kommer köra som nationell tävling 2012. Eftersom de flesta deltagarna ändå var från Master kan vi lika gärna köra det som klubbävling eller träningstävling. Istället ska vi köra en deltävling i Västgötacupen och jag hoppas att du vill vara med och skapa ett nytt och bra arrangemang!

Vi har under året fått förfrågningar från folk som vill engagera sig i klubbens verksamhet och göra den ytterligare ett strå vassare. Detta är naturligtvis väldigt roligt och behövligt. Vi har naturligtvis en knippe föräldrar som ställer upp i ur och skur, en del ungdomar, en del veteraner och en del seniorer. Det engagemang som visades upp i samband med genomförandet av NDL visade verkligen att det finns många i klubben som kan. Jag kan förstå att det kan tyckas vara en belastning att ta på sig något inom verksamheten, men jag lovar att det ger väldigt mycket tillbaka och att det utvecklar dig som person och oss som förening. Jag har en uppmaning till er alla, låt 2012 bli året då DU testar på att göra något för klubben, det finns något för alla!



CK Master 2011

Styrelse och funktionärer

Ordförande	Martin Rosqvist
Vice ordförande	Mikael Forsby
Sekreterare	Merve Müller
Kassör	Fredrik Wennerberg
Styrelseledamot	Markus Lindén, Mikael Forsby
Suppleanter	Martina Thomasson, Markus Lindén
Föräldrarepresentant	Karin Nelander
Representanter för de aktiva	Pierre Stjernman

Revisorer och valberedning

Revisorer	Henry Eriksson och Fredrik Bistedt
Revisorsuppleanter	Sture Svensson och Reimond Emanuelsson
Valberedning	Andreas Eriksson (smk.), Björn Rosander, Inger Blomqvist

Funktionärer

IT-ansvarig	Tobias Eriksson
Tävlingsansvarig	Björn Rosander, Fredrik Bistedt
Utbildningsansvarig	Björn Rosander
Rekryteringsansvarig	Fredrik Bistedt
Seniortränare	Pierre Stjernman, Göran Töyrä
Ungdomstränare	Björn Rosander
Tjejtänare	Martina Thomasson, Catarina Eliasson, Merve Müller
Licenser	
Kläder	Patrik Ekemalm
Bidrag	Merve Müller
LOK-stöd	Merve Müller
Anmälan Lvg/MTB	Göran Töyrä
Kontaktperson Motion	Reimond Emanuelsson
Motionsansvarig	Göran Töyrä
Nationaldagsloppet	Joakim Adolfsson, Göran Töyrä, Joakim Ryttsén
SCF Distriktskommisarie	Fredrik Bistedt
GCF styrelse	Björn Rosander, Martina Thomasson, Timo Ohrankämme

Styrelsemöten

Styrelsen har haft ordinarie styrelsemöten varje månad med undantag för juli.

Medlemsmöten

Flera medlemsmöten har hållits under året, bland annat föräldramöten där träning har diskuterats.



Träning

MTB-träning för ungdomar

Under Björn Rosanders ledning har vi under året haft en gedigen ungdomsträning. I år hade vi en del aktiviteter även i juli som en uppbyggnad inför SM i Borås. Året inleddes med blandad inomhusträning dels i Skatås, testcykel och dels i Kålltorpsskolans gymnastiksal med gymnastik och innebandy, löpning samt vandring. Vid övergång till sommartid flyttade all träning utomhus. Två gånger i veckan, torsdagar och lördagar, har ungdomarna tränat. Glädjande nog har vi fått en hel del seniorer som deltagit i MTB-träning och gjort att de äldre ungdomarna fått bättre sparring. Som support har flertalet föräldrar, seniorer och äldre ungdomar varit till hjälp för att lära våra nya och yngre medlemmar mer om cykling.

Under året har det varit en jämn tillströmning av ungdomar. Under hösten hade vi ett rekordstort antal deltagare i de blöta höstträningarna. Men seniorer hade vi klubbrekord i antal träningsdeltagare i maj då vi var ca 50 stycken på en träning.

Ungdomarna uppmuntras att delta i tävlingar och några har med blandad framgång testat på både nationella tävlingar och serietävlingar inom distriktet. Vi lyckades också få iväg så många till SM att det blev en lagmedalj i P15-16.

LVG-träning för ungdomar

I år har lvg träningen skett på måndagar under maj till september för att inte krocka med seniorträningen. Detta har gjort att fler seniorer har kunnat medverka som ledare med Martin Rosqvist i spetsen. Ungdomarna delades upp i två grupper, en med de lite äldre och en med de lite yngre. Träningen har varit inriktad på att förbättra ungdomarnas teknik när man cyklar i grupp, det tränades på lagtempo, GP, backträning och olika typer av fartlek. Glädjande nog har fler provat på landsvägshojen i år. Flera av ungdomarna har också egna landsvägscyklar nu och därmed kan vi bli en grupp som liknar en cykelklunga.

MTB-träning för tjejer

Träningen för tjejer hölls varje torsdag under april till oktober med uppehåll under juli-månad. Två gånger hölls även ett intropass för tjejer som aldrig har cyklat i terräng förut. Samtliga träningar har varit väldigt uppskattade och det kom i snitt åtta tjejer vid varje träning. Varje tillfälle kördes ca två timmar på olika stigar runt Delsjön.

LVG Seniorträning

Under 2011 har vi fortsatt med liknande träningsupplägg som tidigare år. Detta innebär att vi kört mycket "rundbanerace", dvs. tävlingsliknande träning på runbanor i bl.a. Vallhamra, Bergsjön, Angered och Lerum. Då och då har vi också gett oss iväg på lite längre turer som delats upp i olika partier med "fri fart" samt lagtempo.

MTB Seniorträning

Under våren kördes några stycken seniorträningar på MTB. Passen kördes på torsdagar med samling tillsammans med ungdomsträningen, tyvärr kördes färre pass under sommaren och hösten men detta skall det bli ändring på till 2012. Passen som kördes på våren var mycket uppskattade.



Cykelklubben **MASTER** Göteborg

Provkörning av SM-banan i Borås

I början på juli åkte sex cyklister samt föräldrar till Borås för att provköra mountainbike banan där SM gick av stapeln 15-18 juli. Dagen bjöd på solsken och värme. Det visade sig att vi var ute i god tid då knappast några andra cyklister syntes och banans preparering var i full gång. Dagen bjöd på tuffa uppförsbackar, tekniska partier och roliga utförlöpor. Vi testade olika looparna som respektive klass skulle köra.

Träningsläger

Mallis med Master

Den 2-9 april åkte ett gott gäng från Master ner till Mallorca för vad som skulle komma bli en riktig höjdpunkt för säsongen 2011. Resan var sammansatt av cykelresor.com och allt var styrt och klart med boende, mat och träningsturer som vi själv valt. Ett strålande väder med perfekta cykelförhållanden tillsammans med underbara vägar och ett gott gäng gjorde att vi lyckades skrapa ihop följande: 8 pass, 782 km, 28,5 h cykling och 9935 höjdmeter.

Träningsläger Härskogen 9-10 april

Årets träningsläger var en upprepning av fjolårets när det gäller lokal och tid. Lärdom av fjolåret hade tagits när det gällde programmet och i år samlades vi alla på plats i Härskogen för inkvartering i Lerums SOK:s fina klubbstuga. Vid samlingen dök 17 yngre cyklister med flera föräldrar, varav flera deltog med olika insatser för att få lägret att fungera. Vi kunde dessutom glädja oss åt två yngre gäster med fäder som ville pröva på hur det är att träna med CK Master. På lördagen var vi ute på cyklarna strax under 4 timmar och på söndagen 2,5 timmar. Några av de mer erfarna ungdomarna cyklade också hem efter lägret och fick ytterligare ca 4 timmar på sadeln. På lördagskvällen hade vi en lite genomgång av Elitplanen för svensk cykel. Den mesta diskussionen blev omkring vad man gör på träningen i den ålder som deltagarna representerade. Allt avlöpte mycket väl utan några olyckor förutom de, när man är så många, obligatoriska cykelproblemen, ett växelöra, ett kedjebrott, några dåligt fungerande skivbromsar och lite annat smått och gott. Ledare för lägret var Björn Rosander med kosthållningshjälp av framför allt Inger Blomqvist och Elisabeth Forsby. Vädret skötte sig fantastiskt liksom alla ungdomarna. En speciell eloge till Louise Heed Thom som var enda flicka i sadeln. Hoppas hennes exempel smittar av sig!

MTB skola

Påsklovs MTB-skola i Skatås, 18-21 april 2011

Den numera traditionella påsklovs MTB-skolan genomfördes i ett fantastiskt väder under fyra dagar mellan 9 och 12 april. Totalt deltog 26 ungdomar varav 9 var helt nya samt två återkommande. Glädjande nog var två av deltagarna flickor och utgjorde tillsammans med vår Louise under ledning av Martina Thomasson en flickgrupp på skogspassen. Pojkarna framfart leddes av Björn Rosander med hjälp av Mikael Andersson, Carl Blomqvist, Hannes Forsby, Petr Moldan, Fredrik Nilsson och Ludvig Smedstad. De ungdomar, som var nya i vår verksamhet, verkade trivas och vi får väl tolka att alla dök upp alla dagar som ett uttryck för att det var uppskattade dagar. Våra egna ungdomar ska ha ett stort tack för sin medverkan och det positiva sätt de bidrog. Fredrik och Karin Bistedt hade på ett förtjänstfullt ordnat att vi fick något att fika under dagarna.



Cykelklubben **MASTER** Göteborg

Sommarlovs MTB-skola i Skatås, 15-19 augusti 2011

Årets sommar-MTB-skola hade lockat 12 för klubben nya cyklister plus några av våra egna yngre förmågor. Som mest var vi 29 ungdomar och två vuxna en av dagar. Alla verkade trivas och ingen uteblev från något pass utan att meddela och ha skäl. Vi ägnade första delen av dagarna åt olika tekniska övningar och gjorde en lite längre cykeltur under eftermiddagarna. De mesta gick bra och vädret var oss nådigt även om det regnade en del, sista dagen till den milda grad att vi fick avbryta efter fiket. Det blev ganska blöt och halt ute i skogen. Det organisatoriska arbetet stod Björn Rosander med benäget bistånd av Steve Slättmyr, Robert Engström och Fredrik Bistedt. Övriga vuxna ledare var Martina Thomasson och Timo Ohrankämnen. Dessutom var våra mer rutinerade ungdomar Hannes Forsby, Ludvig Smedstad, Fredrik Nilsson, Petr Moldan och Martin Rihkrand mycket behjälpliga. Vi hade en liten studieaktivitet med de yngre ledarna i samband med passen. Vi kan dessutom glädja oss åt att redan på lördagsträningen dagen efter MTB-skolans slut dök en av de ny upp.

CK Masters arrangemang

Nationaldagsloppet

För 7:e året i följd organiserades Nationaldagsloppet med start och mål på Kvibergs Kasern. Även i år hade vi tur med vädret och med varma temperaturer. Tack vare många efteranmälningar satte vi rekord med nästa 800 anmälda på tre olika banor. För de minsta organiserades Lilla Nationaldagsloppet.

Skillnaden mot de förra åren är att CK Master organiserade loppet helt själv utan Lyngnens Vänner samt att vi infört en Elitmotionsklass på 100 km banan. Utan insats av samtliga funktionärer innan, under och efter loppet och framför allt NDLS styrelse hade det aldrig gått att genomföra ett arrangemang som detta. Klubben har fått beröm från olika håll för bl.a. mat, säkerhet, vänlighet, resultatrapportering, banan och vädret.

Tack vare alla sponsorer hade vi ett gediget prisbord och många glada vinnare.

Nightmare Classics 8 oktober 2011

Under stjärnklar himmel och i fullmånens sken genomfördes Sveriges äldsta MTB-tävling under perfekta förhållanden. Klart och fint väder och en krävande, blöt och lerig bana. Av totalt 71 anmälda kom 60 cyklister till start. Arrangemanget flöt på bra även bakom kulisserna tack vare alla engagerade medlemmar.

Master Cup

Under året arrangerade vi sex tävlingar i Master Cup. Alla tävlingarna var på MTB, varav vår serietävling var en. Alla tävlingarna gick på delar av Skatåsbanan och arrangerades under våren och sommaren före MTB-SM för att utgöra en förberedelse inför SM-tävlingarna i Borås. Vi lyckades få upp deltagarantalet lite sedan föregående år men vi måste propagera för att fler ser det här som ett utmärkt träningstillfälle. Det var också till stor hjälp för ungdomarna att det dök upp seniorer att mäta krafterna med. Sammanlagda segrare blev Carl Ryttsén i P11-12, Ludvig Smedstad i P13-14, Carl Blomqvist i P15-16 och Per Lindberg i senior. I år sponsrade Sportspec Master Cup med fina priser.



Cykelklubben **MASTER** Göteborg

Klubbmästerskap

Klubbmästerskapen arrangerades i samband med vår egen serietävling i MTB den 8 juni. Tävligen gick på MTB-banan i Skatås. Mastercyklister var framträdande i flera klasser fram för allt P11-12, P13-14 och P15-16 där Carl Ryttсэн, Ludvig Smedstad och Hannes Forsby vann. I dam- och herrklassen blev Merve Müller respektive Per Lindberg bästa mastercyclist. I nybörjarklassen vann Josefin Bistedt och Jonathan Simonsson.

Tävlingar och resultat

Ungdoms SM och Veteran SM

Veteran SM gick i Galgerget, Halmstad. Tempobanan var relativt platt utan större backar. Det var lätt nerför från start och mycket medvind. Det förde med sig att det blev desto jobbigare hem. De sista fem var rent grymma. Linjebanan hade en kort brant backe och de sista kilometrarna var samma som på tempot och det vara samma jobbiga vind.

Resultat

Nationella tävlingar

<u>Örestadstempot (Lvg)</u> 3:a Göran Töyrä (H60)	<u>Gottne Tempot (Lvg)</u> 3:a Göran Töyrä (H60) Tempo 3:a Göran Töyrä (H60) Linje
<u>Örestadsloppet (Lvg)</u> 2:a Göran Töyrä (H60)	<u>XCE Sprinttävling (MTB)</u> 3:a Markus Lindén (Senior) 4:a Ludvig Smedstad (P13-14)
<u>SMACK Tempot (Lvg)</u> 2:a Göran Töyrä (H60)	<u>CST MTB Festival Göteborg (MTB)</u> 1:a Ludvig Smedstad (P13-14) 3:a Hannes Forsby (P15-16) 3:a Merve Müller (DElit)
<u>Hovettempot</u> 2:a Göran Töyrä (H60)	<u>SM (MTB) LAG</u> 2:a Petr Moldan, Wictor Lindgren, Hannes Forsby (Lagtempo P15-16)
<u>Hökensåsracet (Mtb)</u> Ludvig Smedstad P13-14	<u>SM (MTB) XC</u> 31:a Oliver Rosander (P10-12) 6:a Ludvig Smedstad (P13-14) 11:a Hannes Forsby (P15-16) 21:a Petr Moldan (P15-16) 3:a Martina Thomasson (DElit)
<u>Billingeracet (Mtb)</u> 3:a Martina Thomasson D Elit 3:a Ludvid Smedstad P13-14	<u>SM (MTB) Stafett</u> 12:a Ludvig Smedstad Hannes Forsby Oliver Rosander 24:a Victor Lindgren, Petr Moldan, Jona Berndtsson
<u>SMACK Sigtuna Märsta Alanda CK Arlanda Test Track Race 2011</u> 3:a Göran Töyrä H60	
<u>Vårgårda MTB</u> 1:a Per Lindberg HSenior 1:a Ludvig Smedstad P13-14 Skånes 2-dagars 3:a Daniel Nyström HSenior Linje 2:a Daniel Nyström HSenior Etapp 2	



Cykelklubben **MASTER** Göteborg

Dynamitracet (Mtb)

1:a Ludvig Smedstad P13-14
4:a Oskar Recina P13-14
1:a Per Lindberg HS
3:a Markus Lindén HS
3:a Pierre Stjernman HELit

Södra Hestra Sparbanks GP

1:a Anton Johansson (HSport)

Marathon SM

2:a Martina Thomasson (DElit)

Götalandsmästerskapen Tempo

1:a Stefan Englund (H55)
2:a Göran Töyrä (H60)

Hökensåsloppet linje

1:a Göran Töyrä (60)
3:e Stefan Englund (H55)

Hökensåsloppet tempo

2:a Victor Torstensson (HSenior)
3:e Göran Töyrä (H60)

Ungdoms SM

16:e Hannes Forsby (P15-16)
17:e Oscar Recina (P13-14)
6:e Ludvig Smedstad (P13-14) Linje
14:e Oscar Recina (P13-14) Linje

Veteran SM

2:a Peter Berntsen (H30)
1:a Victor Torstensson (H40)
46:e Mikael Forsby (H40)
10:e Anneli Persson (D40)
16:e Peter Berntsen (H35) Linje
48:e Victor Torstensson (H40) Linje
17:e Mikael Forsby (H45) Linje
19:e Stefan Englund (H59) Linje
4:e Göran Töyrä (H60) Linje
6:e Anneli Persson (D40)

Svanesunds 3 dagars Tempo

6:e Ludvig Smedstad (P13-14)
10:e Oskar Recina (P13-14)
3:e Niklas Israelsson (HSenior)
5:e Pierre Stjernman (HSenior)

Svanesunds 3 dagars GP

7:e Ludvig Smedstad (P13-14)

MTB SM Tempo

5:a Martina Thomasson
6:a Ludvig Smedstad (P13-14)
12:e Hannes Forsby (P15-16)
22:a Victor Lindgren (P15-16)
28:a Petr Moldan (P15-16)
27:e Oliver Rosander (P10-12)
34:e Jona Berndtsson (P10-12)

Nightmare Classic

1:a Elisa Lindén (Nybör.8-10)
2:a Mårten Nordholm-Lindström (Nybör.8-10)
3:a Calle Nordholm-Lindström (Nybör.8-10)
1:a Carl Ryttsén (P11-12)
2:a Konstantin Lindner (P11-12)
3A. Arvid Öberg (P11-12)
1:a Ludvig Smedstad (P13-14)
2:a Oskar Recina (P13-14)
3:a Martin Rihkrand (P13-14)
1:a Carl Blomqvist (P15-16)
2:a Petr Moldan (P15-16)
3:a Fredrik Nilsson (P15-16)
2:a Fredrik Wennergren (HSport)
3:a Claes Alpsten (HSport)
1:a Pierre Stjernman (HElit)
2:a Per Lindberg (HElit)

Lundacrossen

3:e Rikard Runnberg (Superklassen)



Cykelklubben **MASTER** Göteborg

Internationella tävlingar

<p><u>NM Veteran (Lvg)</u> 2:a Göran Töyrä (H60)</p> <p><u>Het Nieuwsblad</u> 30:e Martina Thomasson</p> <p><u>Nacth van Hangelo, Holland</u> 17:e Martina Thomasson</p> <p><u>Omloop vd Ijsseldelta, Holland</u> 17:e Martina Thomasson</p> <p><u>Krasna Lipa, Tjeckien UCI 2.2</u> 20:e (tot) Martina Thomasson</p> <p><u>Tour Feminin en Limousin, Frankrike UCI 2.2</u> 77:a (tot) Martina Thomasson</p> <p><u>WC Vårgårda TTT</u> 14:e lag Martina Thomasson</p> <p><u>WC Vårgårda linje</u> 64:a Martina Thomasson</p> <p><u>TCFIA Ardeche, Frankrike, UCI 2.2</u> 23a (tot) Martina Thomasson</p> <p><u>VM Köpenhamn</u> 70:e Martina Thomasson</p> <p><u>Gracia Orlova, Tjeckien etapplopp UCI 2.2</u> 25:a (tot) Martina Thomasson</p> <p><u>Gooik Belgien UCI 1.2</u> 16:e Martina Thomasson</p>	
--	--



Cykelklubben **MASTER** Göteborg

Sponsorer och bidrag

CK Master har haft ett gott samarbete med idrotts- och Föreningsförvaltningen, Park- och Naturförvaltningen samt Stadsdelsnämnden i Härlanda.

Under året har klubbens verksamhet fått bidrag av följande:

Kommunala bidrag

Statliga bidrag

Göteborgs cykelförbund

Sportspec

AllTele AB

Sportlife Backaplan/Solarieinvest

Berma Elautomatik AB

Miforma AB

Stihl, Sverige Material

ACE

Ett stort tack riktas till dessa som har varit ett enormt stöd. Det hade varit svårt att genomföra klubbverksamheten utan alla bidrag.

Kurser/utbildning

I samband med MTB skolan har en studiecirkel för ungdomsledarna genomförts.

Medlemmar och ekonomi

Medlemsantalet

Vid årets slut fanns ca 260 medlemmar. Under året har 75 nya medlemmar valts in i klubben.

Ekonomi

CK Master har det gångna räkenskapsåret redovisat ett resultat om ca xxx Sek. De två stora intäktskällorna har varit bidrag och Nationaldagsloppet.

Utmärkelse och resultat

Årets prestation går till Björn Rosander för sina insatser i klubben, framför allt sitt engagemang som ungdomstränare och MTB-skolorna, träningsläger och Master Cup.

Läkerolbägaren delas ut till Martina Thomasson för bästa placering vid MTB SM.

Till hedersmedlemmar valdes Tuulikki Jahre, Göran Barkfors för SM-segrar samt Ritva Mykäänen för fantastiska prestationer genom åren.



Cykelklubben **MASTER** Göteborg

Styrelsens slutord

Styrelsen vill tacka för det gångna året och all hjälp vi har fått! Utan allas engagemang hade det inte varit möjligt att genomföra träningar och övriga arrangemang. Vi hoppas att vårt medlemsantal kommer öka ännu mer under året 2012 och att Master cyklister tar hem många segrar.

Martin Rosqvist

Fredrik Wennergren

Mikael Forsby

Merve Müller

Markus Lindén

Martina Thomasson

Pierre Stjernman

Karin Nelander