

Cykelklubben Master i Göteborg



Verksamhetsberättelse för år 2017

Ordföranden har ordet

Då var det dags att summera ännu ett år med CK Master. Så här mitt i vintern får jag personligen erkänna att cyklingen känns lite avlägsen då jag och familjen lägger största delen av fritiden på skidåkning. Det finns dock ett starkt släkte vintercyklister i klubben, vilket visade sig tydligt på cyclocross-SM alldeles nyligen. Grattis alla till fina prestationer och extra grattis medaljörerna Felicia, Agnes och Tove, samt vår senaste svenska mästare Pierre!

Under 2017 har en hel del roliga saker hänt. Först och främst kan vi konstatera att vi har en fantastiskt stark tillströmning av nya medlemmar som bidrar till en ännu roligare verksamhet. I år har klubben fått 129 nya medlemmar. Hjärtligt välkomna alla! Kul att ni vill vara med oss!

En starkt bidragande orsak till att vi har lyckats locka till oss fler cyklister är att vi har ett bra gäng med engagerade tränare som ställer upp i ur och skur för att cykla, framförallt med barn och ungdomar, men även med elit/senior/veterangänget. Det är otroligt viktigt för oss att vi fortsätter att få in nya tränare och andra funktionärer för att klara av att hantera allt fler deltagare på träningarna och för att berika verksamheten med lite nya perspektiv, kunskaper och erfarenheter från andra idrotter. Är du sugen på att hjälpa till? Ta kontakt med någon av tränarna eller någon i styrelsen så kan de berätta lite mera om hur det går till och vad som finns att göra.

Vid sidan om träningar och det vanliga tävlandet har vi slagit deltagarrekor i "världens kanske minst viktiga tävling" (citat Markus Lindén) Master Cup. Jag minns inte hur många vi var, men det var i alla fall fler än 100 deltagare och en mäktig syn att se alla uppradade i hästhagarna. Vi har också försökt visa övriga klubbar i närområdet att det inte behöver vara så komplicerat att fixa en lokal tävling i och med vår improviserade träningstävling strax före vår stora MTB-tävling. Hoppas att det kan inspirera andra klubbar så att vi kan få lite fart igen i distriktet och får fler tillfällen att prova olika banor runt omkring Göteborg.

Ett projekt som upptagit en ganska stor del av vissa medlemmars tid under året är byggandet av vår nya "lekplats", dvs vår pumptrack i Skatås. Flera var engagerade i bygget i olika grad, men ett alldeles särskilt tack vill jag rikta till Jenny och Anders Enwall som verkligen jobbade hårt och engagerat med detta tillsammans med Jan-Erik från Göteborgs Stigcyklister. Projektet kröntes av en invigning som kombinerades med klubbens 80-årsjubileum som också blev en synnerligen lyckad tillställning med inspirerande träning tillsammans med Emil Lindgren, olika plojtävlingar på nya banan, och en föreläsning av Emil som avslutning.

Det var några (men långt ifrån alla) roliga saker vi upplevt tillsammans under året. När vi blickar framåt inför 2018 har vi, förutom själva cyklandet, flera spännande och viktiga saker att ta hand om. Bland annat har vi fått möjlighet att byta till en ny klubbstuga. Stugan ligger alldeles vid pumptracken och förutom att flytta in i den har vi tänkt bygga ut med förråd på baksidan, samt kanske en altan där man kan hänga och kolla på kompisarna som kör i banan. När det gäller själva banan behöver vi göra klart några saker som vi inte mäktade med i höstas och dessutom hitta en bra rutin för underhållet av den.

Som ni märker finns det även nästa år gott om roliga saker att engagera sig i och tack vare ert deltagande och engagemang finns det goda möjligheter att 2018 blir minst lika kul som 2017!

Innehåll

CK Master 2017	4
Träning.....	5
MTB-träning för ungdomar	5
LVG-träning för ungdomar	5
MTB-träning för tjejer	5
LVG-träning för seniorer.....	5
MTB-träning för seniorer.....	6
Inomhusträning på Nordic Wellness	6
Styrketräning/innebandy	6
Träningsläger	6
Ungdomsläger Kinnekulle.....	6
Endagsläger inför MTB SM	6
Övriga aktiviteter	6
Bygge av pumptrack.....	7
80-årsfirande med invigning av Pumptrack-banan den 16 september.....	7
Verksamhet riktad mot allmänheten	Error! Bookmark not defined.
Klubbens arrangemang	8
Sammanfattning av Master Cup 2016 - Kanske världens minst viktiga tävling	8
Mastertrofén	8
CK Masters MTB Race.....	8
Nightmare Classic	9
Göteborg cyclocross weekend	Error! Bookmark not defined.
Medarrangör till Göteborgsgirot 2017.....	9
Tävlingar och resultat.....	10
Mountainbike SM i Värnamo	10
Resultat.....	11
Sponsorer och bidrag	12
Kurser/utbildning	12
Medlemmar och ekonomi	13
Ekonomi.....	13
Utmärkelse och resultat	13
Styrelsens slutord	14

CK Master 2017

Styrelse och funktionärer

Ordförande	Erik Svenske
Vice ordförande	Viktor Recina
Sekreterare	Emil Backlund
Kassör	Carolin Forslind
Styrelseledamot	Per Wallentin
Suppleanter	Sofia Dandenell, Carl Ryttsén och Anders Leire

Revisorer och valberedning

Revisorer	Mikael Forsby och Erik Waldner
Valberedning	Markus Lindén (sammankallande), Andreas Simonsson, Merve Muller, Pierre Stjernman

Funktionärer

IT-ansvarig	Tobias Eriksson
Tävlingsansvarig	Viktor Recina
Utbildningsansvarig	Sofia Dandenell
Seniortränare LVG	Björn Calavin
Seniortränare MTB	Pierre Stjernman
Ungdomstränare	Marcus Lindén, Erik Svenske, Mats Abrahamsson, Hans Pettersson, Per Wallentin, Daniel Dandenell, Jenny Enwall, Anders Enwall, Frida Lindén, Andreas Simonsson, Berndtsson, Anders Leire, Simon Kusagård, Jonas Mellby
Kläder	Erik Waldner
Bidrag	Emil Backlund, Carolin Forslind
LOK-stöd	Erik Svenske
GCF styrelse	Markus Lindén
Materielansvarig Klubbcyklar	Markus Lindén

Styrelsemöten

Styrelsen har haft 11 protokollförda möten

Medlemsmöten

Flera medlemsmöten har hållits under året.

Träning

MTB-träning för ungdomar

I år har ungdomarna liksom tidigare år tränat utomhus i Skatås på torsdagar och lördagar. Under året hade vi rejält med ungdomar på träningarna, ofta så många att vi fick dela upp grupperna i mindre grupper. Träningarna fortsatte i enligt plan och vid Nightmare avslutade blå grupp sin utesäsong. Gul och röd fortsatte fram till jullovet då även de fick ett avbrott.

LVG-träning för ungdomar

På landsvägssidan har ingen specifik ungdomsträning erbjudits. De ungdomar som tränat landsväg i klubbens regi har gjort det tillsammans med seniorerna

MTB-träning för tjejer

Detta år har vi inte haft resurser för att bedriva tjej träning. Dock har vi haft flertalet tjejer som tränat med de ordinarie grupperna.

LVG-träning för seniorer

Inför säsongen 2017 satte vi ned ett antal mål med träningarna.

- Träningarna skulle vara; Utmanade, Tävlingsinriktade, Roliga & Säkra.
- Vi ville också ha en större uppslutning på träningarna under hela säsongen för att bibehålla kvaliteten på träningarna.
- För att nå detta tog vi beslutet att hålla träningarna öppna för alla Göteborgscyklister med tävlingslicens.

Vi skapade en grupp på Facebook där alla träningsrundor kommunicerades någon dag i förväg med tänkta segment o upplägg för passet. Ett regelverk för att delta på träningarna sattes upp och kommunicerades i Facebook gruppen. Tisdagsträningarna startade när vi gått över till sommartid och i början av säsongen kördes kortare rundor, ofta en rundbana för att med längre kvällar också lägga in längre rundor. Vi försökte även få till lite nya rundor som variation på Masters "standard rundor" vilket har uppskattats av deltagarna.

Någon typ av tävlingsmoment har alltid funnits med på en runda men även lagtempo, back o tidsstyrda intervaller. Förändringarna slog väldigt väl ut och vid ett flertal tillfällen har det varit över 40 cyklister med hög kapacitet på träningarna utan att några allvarliga incidenter inträffat och deltagarna har följt reglerna som sattes upp. Att deltagarantalet ökat kraftigt har gjort att vi delat upp cyklisterna i grupper efter kapacitet vid ett flertal tillfällen. Detta har gjort att alla kunnat få ut sitt egna max på träningarna.

Ett par träningar har ersatts av tävlingar på Volvo Test track som varit ett roligt och säkert inslag under säsongen. Feedback som givits under säsongen har varit enhälligt positiv vilket ger oss ett kvitto på att vi gjort rätt val och kommer fortsätta på inslagen linje under 2018.

Huvudansvarig för Seniorträning landsväg under 2017 har varit Björn Calavin som tillsammans med Pierre Stjernman & Erik Karlsson Landén ansvarat för alla Tisdagsträningar som i vanlig ordning startat

kl. 18 från Tempo vid Delsjövägen. Björn, Pierre & Erik fortsätter som ansvariga för landsvägsträningarna under 2018.

MTB-träning för seniorer

Seniorträning på MTB under 2017 har bedrivits på torsdagar med samling i samband med ungdomsträningen. Främst har vi kört längre rundor med fri-fartsträckor men även några rundbanor och intervaller tidigt på säsongen. Dessutom så har cyklister från röd grupp anslutit sig på ett antal träningar.

Inomhusträning på Nordic Wellness

Liksom förra året så har CK Master haft möjlighet att träna testcykelträning på Nordic Wellness i Partille samt Nordic Wellness i Kviberg. Master har haft tillgång till 15 platser på båda passen. Samtliga pass har varit välbesökta med både Master och icke-Master medlemmar. Markus Lindén har hållit i merparten av cykelpassen i Partille medan passen i Kviberg har hållits av Pierre Stjernman, Erik Karlsson-Landén och Emil Backlund. Likt tidigare år så har ett träningsprogram som ger mycket god förberedelse för den långa cykelsäsongen använts.

Styrketräning/innebandy

Styrketräning flyttade under 2016/2017 till Lundenskolan och tiden utökades till varje vecka. Halva passet är styrketräning och andra halvan innebandy. Fokus har varit att öka deltagarantalet och att få vuxna och ungdomar att träna tillsammans. Det har lyckats och under 2017 har deltagarantalet ökat till en regelbundenhet på ca 20 ungdomar och 10 vuxna på passen. Rekordet är 37 deltagare. Det är tre olika pass med olika fokus. Allt för att ge en stabil grundstyrka med fokus på skadeförebyggande med en bra grund för att hålla hög fart en längre tid...

Träningsläger

Ungdomsläger Kinnekulle

Även detta år så genomfördes ett träningsläger för ungdomar i Kinnekulle. Totalt deltog ca 70 medlemmar varav 27 vuxna från CK Master. Likt tidigare år så skedde boendet på Falkängens vandrarhem i Hällekis. Detta året ordnades all mat på vandrarhemmet vilket fungerade väl. Ungdomarna delades in i de grupper som används på CK Masters träningar, dvs. röd, gul och blå. Alla grupper genomförde två pass på lördagen och ett pass på söndagen. Båda dagarna bjöd bra cykelväder, molnigt men inget ihållande regn. På lördagskvällen var det samkväm. Många ungdomar lär känna varandra bättre vilket stärker gemenskapen. Detta gäller också tränare och medföljande föräldrar. Kul att gul grupp cyklade hela Kinnekullerundan. De hann lagom kasta i sig lunch innan det var dags för nästa träningspass.

Endagsläger inför MTB SM

Klubben reste till Värnamo för att testa banan inför SM och vi hade bra uppslutning. Extra roligt i år var att cyklister som inte hade för avsikt att köra SM ville testa en riktig mästerskapsbana. Vi hade galet roligt och buffén var kunglig.

Övriga aktiviteter

Bygge av pumptrack

I och med att mountainbikesportens disciplin Cross Country de senaste åren blivit mer och mer teknisk växte tanken fram under 2016 om en teknisk träningsplats för att kunna hävda sig ännu bättre på tävlingar.

Det fans också tankar kring att öka andelen teknikträning för våra ungdomar då det oftast är skojigare och dessutom viktigt i unga år.

Tanken var att röja området bakom de röda stugorna men behålla flera större träd som man bygger banor och hopp runt för att få dessa att smälta in i miljön på ett bra sätt. Målet var en kombination av pumptrack, hopp och dropp samt en kortare criteriumbana. Kontakter togs med kommunens olika parter och CK Master fick möjlighet att arrendera marken bakom "de röda stugorna" samt löfte om bidrag mm. Vi kontaktade också Göteborgs stigcyklister för att få med dem kompetensmässigt avseende hur en pumptrack byggs samt som resurser då vi förstod att det krävs många timmars arbete.

Under 6 månader (maj-oktober) har klubben tillsammans med Gbg Stigcyklister anordnat ett 15 tal arbetsdagar. Dessutom var det ett antal eldsjälar som i stort sett varje ledig tid under perioden var uppe och jobbade på banan. I tillägg till detta har vi också lånat in bland annat grävmaskinist för att röja undan inför bygget. Att köra ut ca 50 lastbilslast grus i naturen och dessutom forma detta som en bana för hand är mycket tidskrävande.

Banan har skapat en naturlig mötesplats före och efter träning vilket skapat en bättre samanhållning bland klubbens ungdomar. Den har också resulterat i att våra träningar har ett betydligt högre teknikinnehåll och blir skojigare samt mer ändamålsenlig för framförallt barn och ungdomar. En ytterligare effekt som vi inte förutsett är att ett stort antal ungdomar och även en del vuxna som inte är med i klubben använder banan. Flera av dessa har också sökt sig till klubben och blivit medlemmar. Vi uppskattar att banan används så gott som dagligen av 15-20 personer, minst, av dessa är flertalet ej med i CK Master

På årsmötet 2016 beslutades om en investering för klubben om 150 Tkr samt att söka bidrag för ytterligare ca 90 Tkr. Utfallet blev en total kostnad för projektet om ca 200 Tkr och ett bidrag från kommunen om 110 Tkr. Dvs. en investering för klubben på 90 Tkr.

80-årsfirande med invigning av Pumptrack-banan den 16 september

I år har klubben haft ytterligare ett event i form av 80-årsfirande av klubben samtidigt som vi invigde pumptrack-banan formellt. Eventet hölls i Skatås med ett stort tält på gräsplanen framför klubbstugan, samt vid pumptrack-banan. Eventet startade klockan 12 med en uppvisning av Emil Lindgren, regerande svensk mästare i MTB. Det var också tal från nuvarande och tidigare ordförande i klubben, det fanns möjlighet till tävling på den nya banan och fler cyklister fick möjligheten att visa upp sina färdigheter på pumptrack-banan.

Vi hade en food truck och en kaffevagn på plats som sålde mat till besökarna och Emil Lindgren höll ett seminarium om sin karriär, om sin träning och kost.

Uppskattningsvis så kom ca 200 besökare under de timmar som eventet var igång och vädrets makter var på vår sida nästan hela tiden. En rejäl regnskur blev det men då kunde vi kura i tältet och lyssna på Emil Lindgren.

Klubbens arrangemang

Sammanfattning av Master Cup 2017 - Kanske världens minst viktiga tävling

Världens minst viktiga tävling samlade i vanlig ordning väldigt många cyklister av alla slag. Ingen vann men alla hade roligt men framförallt - hamburgare! Fler än hundra

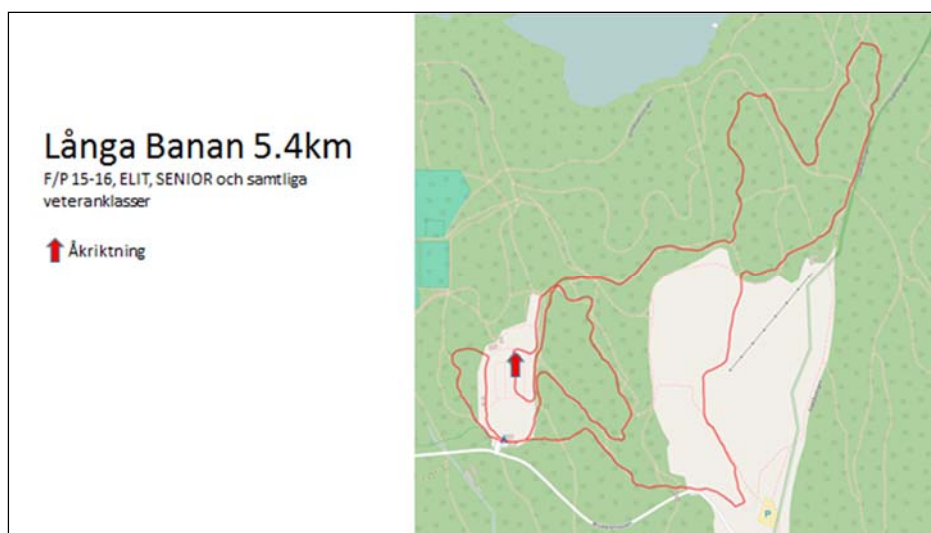
Mastertrofén

Har tyvärr inte arrangerats detta år.

CK Masters MTB Race

För sjätte året i rad anordnade klubben CK Masters Mountainbike Race, denna gång söndagen den 20 augusti. Även i år ingick tävlingen i SWE-cup och Västgötacupen och hade som tidigare år UCI klass 3 status.

Som innan var tävlingscentrum belaget vid hästhagarna i Skatås där Lisebergs Campings faciliteter för dusch och kafeteria används för ett smidigt arrangemang. Samma banprofiler som föregående år användes i alla klasser, en bana som uppskattas av åkarna. En skillnad mot föregående år var att den yngsta ungdomsklassen, F/P10-12 kördes som tempolopp för att öka säkerheten, minska tävlingshetsen och undvika komplicerade balansprov som Västgötacupen infört som seedningsgrundande i denna klass, en procedur som ogillas av många eftersom den skapar onödig stress.



Figur 1. Långa banan CK Master MTB race

I det stora hela fortlöpte tävlingarna bra. Den internationella kommissarien var nöjd med vår insats. Den internationella statusen medför en del merarbete, men är troligtvis en förutsättning för att ingå i SWE-cup. Vår ambition är att genomföra tävlingen på liknande sätt under 2018 med både UCI cat.3 status samt SWE-cup status. Tävlingen kommer inte att ingå i Västgötacupen. Nästa steg skulle kunna vara att ingå i Nordisk cup, men detta innebär troligtvis krav på UCI kategori 1 klassning, med ökade

krav på genomförande och ökade kostnader i form av avgift till UCI samt prispengar. Chansen att locka de bästa åkarna i Norden ökar förstås. Styrelsen är positiv till ett sådant steg.

Nightmare Classic

Liksom förra året genomfördes Nightmare Classic i form av en träningstävling, vilket vi som arrangerar tycker fungerar alldeles utmärkt för den här typen av arrangemang. I år hade vi bättre framförhållning i vår planering för att bland annat locka fler åkare än förra året. Trots det stod vi fyra dagar före tävlingen med endast fyra föranmälda (samtliga från CK Master!) och vissa av oss tänkte den förbjudna tanken att ställa in. Med vetskapen om att det ändå är vanvettigt trevligt att cykla och grilla hamburgare tillsammans en regnig novemberkväll bestämde vi oss för att köra ändå, vilket såklart visade sig vara ett vettigt beslut. Vi hade totalt 49 startande, varav 35 ungdomar som ville göra upp om ära och berömmelse i den svala novemberleran.

När nästa höst känns mörk och motig; Låt oss komma ihåg att vi med väldigt enkla medel och lite framförhållning ändå kan fixa en riktigt kul cykelkväll!

Medarrangör till Göteborgsgirot 2017

För fjärde året var CK Master delaktig i Göteborgs största cykelarrangemang och som tidigare i MTB loppet. Engagemanget från Masters sida bestod i banmarkering, och tillsättande av zonchefer i Skatåsområdet. Likt tidigare år så verkar cyklister och arrangörer nöjda med CK Masters insatts.

Tävlingar och resultat

Mountainbike SM i Värnamo

Flera dagars cykelfest! Trevligt häng och mycket bra cykling från klubbens medlemmar, såväl erfarna åkare som debutanter i mästerskapssammanhang. Som sagt mycket talangfull cykling på en tekniskt krävande bana men det var våra damer och flickor körde hem medaljerna i år genom Felicia, Merve och Frida.

Ledarna bidrog till att minska tävlingshets genom att komma sist på stafetten. Vi hade galet roligt för vi hade definitivt bäst hejklack! Detta var som vanligt lite av CK Masters signum, vi kanske inte alltid är snabbast men vi hejar intensivt på varandra!

Resultat

Även i år blev det många fina resultat för Master cyklister i alla åldrar. Här redovisas resultat från alla SM-tävlingar där CK Master varit representerade. Styrelsen har beslutat att Cyclocross SM skall i verksamhetsberättelse och vid utmärkelser följa den säsong som den tillhör. Därav presenteras inga Cyclocross SM resultat i denna verksamhetsberättelse.

<u>LVG SM Linje</u> 15 Carl Ryttsén H Jun <u>LVG SM Tempo</u> 19 Carl Ryttsén H Jun <u>SM Enduro</u> 24a Michael Andersson Herrar 27a Carl Blomqvist Herrar 15 Carolin Forslind Dam <u>Svenska Mästerskap XCE (Top 8)</u> 3:a Frida Lindén D40 5:a Mattias Rudklint H40 5:a Felicia Andersson F15-16 8:a Elias Lindén P13-14 6:a Olof Abrahamsson H Jun	<u>Svenska Mästerskap XCO</u> 12:a Agnes Abrahamsson F13-14 15:e Tove Dendenell F13-14 10:e Rasmus Lindén P10-12 21:a Tim Berntsson P10-12 48:a Joel Melby P10-12 52:a Viggo Rudklint P10-12 12:a Elias Lindén P13-14 2:a Merve Müller D30 4:a Frida Lindén D40 47:a Daniel Lägersten H40 46.a Jonas Melby H40 19:e Axel Abrahamsson P15-16 50:e Anton Engman P15-16 23:e Jona Berndtsson H Jun 10:a Olof Abrahamsson H Jun 3:a Felicia Andersson F15-16 20:e Emil Backlund H Elit <u>Veteran SM Linje</u> 6 Mikael Forsby H50 15 Thomas Nilsson H55	<u>Svenska Mästerskap XCM</u> 56:a Peder Boden H Elit
--	--	--

Sponsorer och bidrag

CK Master har haft ett gott samarbete med idrotts- och Föreningsförvaltningen, Park- och Naturförvaltningen samt Stadsdelsnämnden i Örgryte-Härlanda. Under året har klubbens verksamhet fått bidrag och varupriser för tävlingar av följande:

Kommunala bidrag

Statliga bidrag

Göteborgs cykelförbund

Knowit

Nordic Wellness

Rideaway

Teveo

Serneke

Grip Grap

ElitRehab

Idrottens Bingo!

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

Kurser/utbildning

- Inga utbildningar vad styrelsen är medvetna om.
- Pengar för utbildningarna har söks genom Idrottslyftet samt från Göteborgs kommun.

Medlemmar och ekonomi

Medlemsantalet

Vid årets slut fanns ca 400 aktiva medlemmar. Under året har 128 nya medlemmar valts in i klubben.

Ekonomi

CK Master har det gångna räkenskapsåret redovisat ett resultat om ca -76 000 SEK. Den i särklass största intäktskällan har varit bidrag.

Utmärkelse och resultat

Läkerolbägaren delas ut till Merve Müller för SM-Silver i XCO för Damer 30.

Mastertrofén delas inte ut då ingen tävling arrangerades. Nytt tag nästa år!

Klubbmästare MTB (KM 2017-08-20)

MTB F13-14
Tove Dandenell

MTB F15-6
Felicia Andersson

MTB D30
Merve Müller

MTB D40
Frida Lindén

MTB P10-12
Rasmus Lindén

MTB P13-14
Elias Lindén

MTB P15-16
Axel Abrahamsson

MTB H Junior
Olof Abrahamsson

MTB H-Elit
Emil Backlund

Styrelsens slutord

Styrelsen vill tacka alla medlemmar, sponsorer och övriga som stöttat oss under 2017. Tack vare era insatser har klubben kunnat fortsätta att utvecklas, genomföra stora och små arrangemang och inte minst kunnat sprida cykelglädje såväl innanför som utanför klubbens domäner. Nu ser vi alla framåt mot ett spännande 2018 och önskar er alla lycka till med träning och utveckling!

Erik Svenske

Emil Backlund

Carolin Forslind

Viktor Recina

Per Wallentin

Sofia Dandenell

Anders Leire

Carl Ryttsén