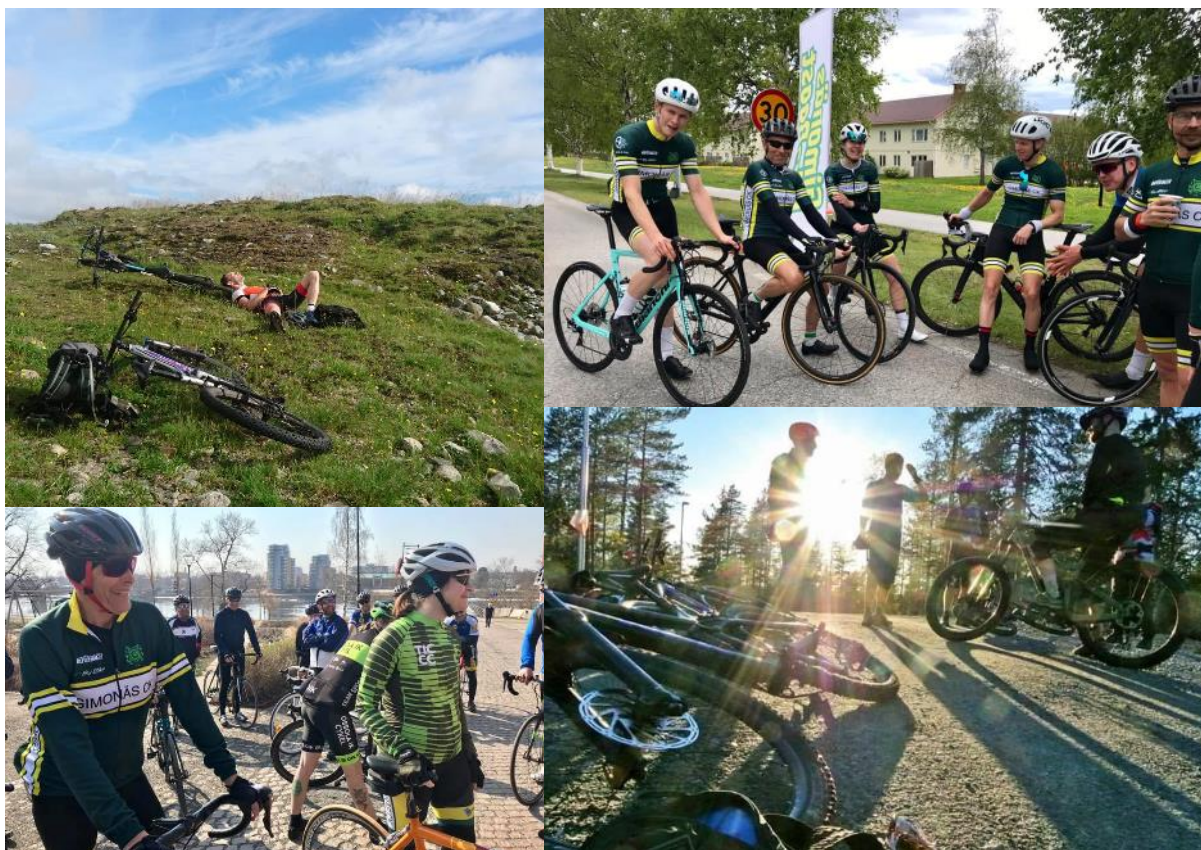




Verksamhetsberättelse Gimonäs cykelklubb 2019



Styrelsearbetet

Styrelsen 2019

Ordförande	Anders Olsson
Sekreterare	Gudrun Eirell
Kassör	Anna Grankvist
Ledamot, MTB	Johan Hagberg
Ledamot, Landsväg	Hans Perneholm
Ledamot, Skridsko	Anders Janson
Ledamot, MTB/Enduro/Downhill	Niclas Store
Suppleant, Webb och kommunikation	Maria Wetterlöv
Suppleant, Landsväg	Martin Gunhaga

Under året har styrelsen haft sex (6) protokollförda styrelsemöten.

Styrelsen har under verksamhetsåret ägnat mycket arbete, tid och energi på att få ordning på klubbens ekonomi, verksamhet och en stor mängd åtaganden från föregående år. Stora delar av styrelsen byttes ut vid årsmötet 2019 och det har varit mycket nytt att sätta sig in i. Styrelsen uppfattar dock att verksamheten har kunnat bedrivas ostört, trots detta.

Vid årets slut var vi 198 medlemmar.

Cyklar

Vid inventering räknade styrelsen ihop att klubben hade ca 30 cyklar som vi köpt eller hade hyresavtal på. Vi har avslutat projektet "Cykelskola för nyanlända". Vi har återlämnat cyklar inköpta för projekt-pengar. Dessa finns nu på Umeå Fritidsbank att låna gratis för umeborna. Vi har också avslutat avtalet med kommunen gällande pumptracken på Nydala. Avtalet om hyrcyklar via Cykelförbundet är på väg att avslutas. Eventuellt tar Obbola IK över detta avtal. De cyklar som Gimonäs nu äger och hyr ut är två landsvägscyklar hos Umeå cykelsport. Vi har också sex barncyklar som vi kan använda vid barnträningar och/eller sälja.

Sponsorer

Styrelsen valde att avsluta sponsoravtalet med O'Learys, då vi inte ansåg att det var förenligt med klubbens värderingar. Ytterligare tre sponsorer finns inte med under 2019 av andra skäl; Bike&Ski, Sambike och Cykelverkstaden.

Vi har en bra dialog med kvarvarande sponsorer:

- Sigr
- By Bike
- Team Sportia
- CM Cykel och fritid
- Cykel och mopedhandlaren
- Umeå Cykelsport
- Fronta

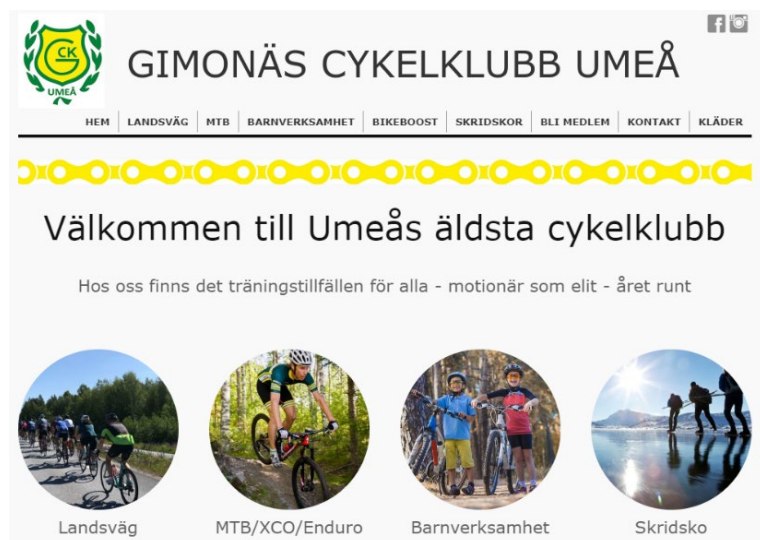
Kläder och design

Design för mtb/enduro-tröja togs fram under året, liksom en uppdaterad design på landsvägskläderna. I samband med det omarbetades även logotypen så att den blev tydligare på klädtryck.



Webben

Vi har gjort en tydligare struktur på webbplatsen www.gimonasck.se/www.gimonasck.nu. Innehållet är uppdaterat och tillgängligheten förhoppningsvis bättre. Vi har under året köpt det nya webbverktyget på hemsida.24 och kommer migrera webbplatsen i början av 2020.



Cardskipper

Under året har styrelsen beslutat att hålla medlemsregister, medlemsavgifter samt medlemserbjudanden via Cardskipper.

BikeBoost Gran Fondo



Den 2 juni 2019 arrangerade vi BikeBoost Gran Fondo, mest i sol och med lite besvärliga vindar. En särskild arbetsgrupp bildades där Ulrika Åström var sammankallande. Motionsloppet hade även i år två distanser; 50 km och 100 km. Det kom cirka 130 cyklister till start, varav endast 20 kvinnor.

För att marknadsföra loppet annonserade vi i Allt om Västerbotten, Instagram och skapade Facebook-event där vi också köpte visningar mot riktade målgrupper i Norrbotten, Västerbotten och Västernorrland för ca 400 kr.

Vi fick priser av våra sponsorer Team Sportia, ByBike, Bike&Ski och Fronta.



Vi uppmärksammade de snabbaste åkarna, även om det inte är en tävling. Amy Whyte, i Cykelintressents fina färger, var snabbast på 50 km. "Vår egen" Erik From, Ryska posten, var den första herren i mål efter 100 km och Ebba Granqvist, Team Norrbotten, den första damen.

Övriga händelser under året

Klubben hade säsong avslutning på Tapas Bar Deli den 28/10 2019, med ca 35 personer närvarande – ”Hamburgarmåndag”. Och Gimonäs färger har även figurerat i Västerbottenskuriren under året.



Verksamhet: Landsväg – Motion

De flesta vårar går de flesta cyklister och väntar på att vägbanorna ska bli torra. En del redan då isen börjar släppa. Våren 2019 visade inga undantag på den punkten.

Lördagscyckling

Säsongen började 2019 på lördagen den 27 april. Vi slog ihop distansträningen med uppstarten för motionscyklister. Det kom drygt 70 personer! Vi fick dela in oss i flera grupper och tog svängen förbi våra sponsorer på



Ersboda, By Bike och Bike&Ski för att plocka upp eventuella anslutande cyklister. Efter det följde sedvanlig motionscyckling med efterföljande fika på kajen vid Väven i solen för de som ville.

Onsdagscykling

Varje onsdag genomfördes under säsongen motionspass med start Brogatan 1, med några få undantag då det inte fanns möjlighet att tillhandahålla kaptener. Motionscyklingarna har under våren/ försommaren varit relativt välbesökta, 15–20 personer/ gång. Det innebär att vi vid varje tillfälle behövt minst två kaptener. Rundorna har oftast varit bestämda enligt det som framgår på facebook-eventet eller hemsidan, men ibland har rundor valts på plats.

Under säsongen har Hans Perneholm (verksamhetsansvarig) haft mycket stor hjälp av Jessica Edqvist, Jan Elfving, Maud och Jan Steneberg och Erik Johansson, samt andra klubbmedlemmar som ställt upp och varit behjälpliga. Inga missöden har rapporterats under säsongen. Vi har följt regelverket och så även bilisterna.

Andra event

Vi anordnade den traditionella Nationaldagscyklingen till Överrödå. En kylslagen onsdag (3 juli) bjöd vi in till en fikarunda med destination Tavelsjö vårdshus. 15 personer slöt upp. En trevlig kväll, trots den lite kyliga kvällsluften.



Nu ser vi fram emot säsongen 2020 och hoppas på ett stort deltagande, fler kaptener, men framför allt att fler upptäcker njutningen med cykling.

Verksamhet: Elit- och Masterklass

Under året har klubben haft representation i Dam Elit samt i flera Mastersklasser med mycket goda resultat och fina prestationer. Klubbens cyklister har vid ett flertal tillfällen klivit upp på prispallen eller presterat toppresultat i sina respektive klasser.

SWE Cup Elit

Eva Lagrange gjorde en övertygande debut i Dam Elit och presenterade sig redan på sin första tävling, Nationaldagsloppet, där hon som helt okänd visade framfötterna när hon körde ifrån klungan och bryggade upp till utbrytningen där hon sedan var med och spurtade om segern. I övriga tävlingar i dam Elit där Eva deltog höll hon sig väl framme och visade att kapaciteten finns.

SM Elit

En otroligt tuff, teknisk och utslagsgivande varvbana i Båstad stod värd för årets SM. Eva Lagrange låg bra med de första varven men fick bryta efter en vurma i en mycket teknisk och snabb utförskörning. Hon klarade sig tack och lov utan några större skador.

SWE Cup Masters

Tom Pietilä deltog i sju av H65-cupens deltävlingar. Fyra vinster, en andraplats och två tredjeplatser gav en slutlig 3:e plats i slutcupen, av totalt 13 poängplacerade deltagare. Vinsterna kom på tempoloppen i Västerås och Gottne samt på linjeloppen i Södertälje och Gottne. Därutöver en andraplats på linjeloppet i Arlanda samt tredjeplatser på linjeloppen i Västerås och Nyköping. Kent Edström deltog i linjeloppet i Gottne och spurtade där övertygande hem en andraplats i H55. Krister Selling deltog i linjeloppet i Gottne och höll sig väl framme och spurtade om pallplatserna i H55. Martin Gunhaga deltog i 7 st av H40-cupens deltävlingar. En vinst, två tredjeplatser samt därutöver tre poängplaceringar gav en slutlig 9:e plats i slutcupen, av totalt 95 poängplacerade deltagare. Vinsten kom på linjeloppet i Gottne och tredjeplatserna på tempoloppet i Gottne samt på linjeloppet i Västerås.

SM Masters

Mastersklasserna körde samma tuffa varvbana i Båstad som Elitklasserna gjorde, dock färre varv tack och lov. Tom

Pietilä var helt överlägsen på den utslagsgivande banan och defilerade ohotad hem guldmedaljen i H65.

Kent Edström och Krister Selling körde starkt i H55 och var båda med i den sexmannagrupp som spurtade om tredjeplatsen. Kent var där imponerande stark och knep bronset. Krister kom in på en fin sjätteplats. Martin Gunhaga slutade på 14:e plats i gruppen H40.



Eva Lagrange körde ifrån klungan vid debuten i Dam Elit.



Tom Pietilä vann fyra, kom tvåa en gång och trea två gånger i SWE Cup Masters.



Martin Gunhaga stod på pallen tre gånger i SWE Cup Masters.



Jessica Edqvist knep silvret i NM på Åland.

Nordiska Mästerskap Masters

Jessica Edqvist, Tom Pietilä och Kent Edström representerade GCK när NM avgjordes på Åland. Tom vann linjeloppet i H65 och tog silver på tempoloppet. Jessica tog hem silvret på linjeloppet i D35. Kent fick bryta linjeloppet i H55.

Övrigt

Tom Pietilä körde starkt på Cyperns kvaltävlingar till Masters VM och vann samtliga tre lopp som arrangerades. VM-platsen i Polen var därmed säkrad. Tyvärr visade det sig vara svårt att resa till VM i Polen varför Tom fick ställa in deltagandet där. Jessica Edqvist hade årets bästa form när SM avgjordes på Zwift och vann där silvret.

Verksamhet: MTB/Enduro

Motion

”MTB-måndag för alla” visar hur populärt stigcykling är i Umeå. Deltagarantalet i början av sommaren låg på 20–30 personer, och i slutet av säsongen mellan 15–25.

Kanske hade det varit ännu fler deltagare sett över hela säsongen om vi haft möjligheten att dela in deltagarna i mindre grupper. När upp mot 30 cyklister, med olika bakgrund och färdigheter, cyklar i led på smala stigar bland rötter och stenar, missar man lätt en viktig komponent i mtb: Flow! Men glädjen hos dem som deltog gick inte att ta miste på.

Träning

Enduro

Tisdagar och torsdagar. I början av säsongen hade passen ett deltagarantal på 2–5 cyklister, som sedan succesivt ökade fram till semesterperioden då det kunde vara upp emot 10 deltagare. Efter semestern låg deltagarantalet på 10–17 cyklister. Extra roligt är att det på de två sista passen deltog 4–7 kvinnliga cyklister.



En rolig följd effekt av enduroträningarna var att det åkte ner ett gäng på fem cyklister till Falun, för att där delta i ESS (Enduro Sweden Series). Givetvis bar samtliga GCK:s "färger"!

XCO

Måndagar och onsdagar, har haft 5–8 deltagare i snitt. På de här passen har fokus legat på tröskelträning och teknik. Tyvärr upphörde dessa träningspass efter semesterperioden då vi inte hade ledare/kaptener.



Nybygge- och underhåll av MTB-leder

Vid säsongstart kallade MTB-sektionen till en arbetsdag på stigarna runt Ersmarksberget. Under dagen återställde vi och "städade upp" de befintliga lederna med räfsor, röjsåg och allehanda trädgårdsredskap.

Då Umeå kommun har beslutat att bygga ett industri/handelsområde på I20-området innebär det att stora delar av befintliga MTB-leder kommer att försvinna, och nya måste byggas. Sommarens arbete resulterade i fyra nya banor kring Ersmarksberget för XC-cykling, varav en avsedd för barn och nybörjare. Därtill har det byggts fem leder på Fäboberget för Enduro och trailcykling utför.

Arrangemang av tävling/träning

Umeå XCO Cup

I samarbete med Obbola IK Cykel har vi arrangerat fem träningstävlingar i XCO-format. Startavgiften för varje deltävling var symboliska 30 kronor. Arrangemangen var sanktionerade av svenska cykelförbundet, dit också startavgiften gick. Samtliga arrangemang hade ett högt deltagarantal, ca 20–55 cyklister/tävling.



Olof ger instruktioner innan starten på Ersmarksbergets XCO, Umeå XCO Cup 2019.

Till skillnad mot XCM (långlopp) tävlar cyklisterna på en varvbana som generellt är mer teknisk och bjuder på fler höjdmeter. Syftet med cupen är bland annat att visa att det finns fler tävlingsformat än Cykelvasan och långloppscupen. Men också att uppmuntra lokala cyklister att anmäla sig till fler tävlingar och givetvis för det höga nöjets skull.

BikeBoost MTB

BikeBoost MTB genomfördes den 31 augusti på delvis nya stigar samt gamla stigar med nybyggda passager, vilket kändes extra roligt för oss som arrangerar tävlingen. Totalt var det 103 anmälda, och av dessa kom 92 till start. Glädjande var att vi hade 12 startande i ungdomsklassen

Banan lovordades av deltagarna vad beträffar skyltning, svårighetsgrad och dess positiva inverkan på cyklisternas mentala välbefinnande.

Klubbens egen Micke Wincent var väldigt nära att ta hem segern i långa herrklassen. Han hade en liten lucka med en dryg kilometer kvar – men vurpade i en tajt kurva, blev passerad och slutade trea.

Arbetet med lederna har tagit lång tid då allt har byggts för hand och med envishet, svett och massor av kärlek. Vi är dock nöjda med det som färdigställdes under sommaren, då det inför kommande säsong kommer att finnas leder utanför området som är avsett för det planerade industri/handelsområdet.

Sammantaget kan vi konstatera att 2019 varit en bra cykelsäsong för MTB-sektionen! Vi önskar dock att fler kvinnor/tjejer är med och cyklar – på träning, i tävling och som kaptener.

Verksamhet: Barn- och ungdom

Mountainbiketräningarna för barn, under ledning av Henrik Enberg och Olof Malmberg, har i år lockat ett 40-tal olika barn i åldrarna 5–14 år. En del har varit med någon enstaka gång, medan andra varit med i princip jämt. Som regel har vi varit ca 25 barn uppdelade på två grupper.

Vi har haft torsdagar som träningsdag, med sex tillfällen på våren och fem på hösten. Träningarna har vanligtvis körts på Ersmarksberget, men vi har också hållit till vid Röda ladan, pumptracken på Nydala och ute vid SCA Arena. Ett par av de mest taggade bar-



nen har också testat att vara med på några av de lokala tävlingar som GCK och Obbola IK arrangerade under hösten. Till säsongen 2020 hoppas vi kunna locka fler ledare, för att kunna ta emot fler barn. Vi ska också försöka locka fler tjejer att vara med.

Verksamhet: Skridsko

Från 6 november 2019 till och med sportlovsveckan 2020 har vi haft ett träningstillfälle per vecka på Nolias konstfrusna isbana (onsdagar). Det har kommit i snitt två personer/tillfälle. Ett tillfälle per vecka, söndagar kl. 09-10, har vi även bjudit in till "allmänhetens åkning – motionsskridsko i vänstervarv utan klubbor". Då har det varit ca 10–25 personer varav två GCK:are i snitt.

Vi har skridskor för utlåning finns och skridskoskola anordnas löpande för intresserade. Instruktion i skridskoteknik har genomförts ett dussintal gånger.



Man har kunnat ringa Anders Jansson när man har velat låna skridskor för att säkerställa att skridskor fanns lediga.