

Bestyrelsens beretning 2013

Bestyrelsen

- Bestyrelsen har haft et år, hvor vi har haft fokus på at igangsætte forskellige aktiviteter i klubben, som kunne styrke fremmødet og deltagelsen fra medlemmerne.
- Visionen for aktiviteterne i klubben for 2013 har været 3-delt:
 - Tilbyde struktureret og sjov træning i sæsonen fra april til oktober, som både er rettet mod ren motionscykling og cykelløb
 - Arrangere fælles deltagelse i udvalgte motionsløb og samt klubture med henblik på at udvikle og styrke det sociale netværk i klubben
 - Sikre mulighed for deltagelse i konkurrencebaserede cykelløb gennem Bella Skilte Cup
- Antallet af klubmedlemmer har de seneste år ligget nogenlunde stabilt på ca. 50 medlemmer, men det aktive antal medlemmer er kun omkring det halve. Vi er i bestyrelsen lidt bekymrede over antallet af aktive medlemmer og vi har behov for en større tilgang af nye medlemmer, hvis vi på længere sigt skal bestå som en aktiv klub.
- Hidtidige tiltag omkring nye aktiviteter har primært været rettet mod at fastholde de eksisterende medlemmer, men der mangler en mere ud ad rettet tilgang, som kan trække nye medlemmer til. Dette stiller imidlertid en række udfordringer omkring opbakning og initiativ også fra de eksisterende medlemmer med hensyn til at være synlige til træning og øvrige klubaktiviteter, således at klubben fremstår attraktiv for nye medlemmer.
- I 2013 fik vi for alvor hul i gennem til Facebook. Vi har siden efteråret 2012 haft en Facebook side og den er i 2013 blevet flittigt anvendt af klubbens medlemmer til at koordinere træning, løb, aktiviteter, postkort fra klubbens medlemmer i forbindelse med cykelrejser o.lign. Gennem Facebook-siden har vi derfor oplevet større interaktion mellem medlemmerne omkring cykelrelaterede aktiviteter end vi tidligere har set. Desværre har det gjort vores traditionelle hjemmeside temmelig inaktiv, hvilket er uheldigt, fordi den typisk er indgangen for helt nye medlemmer. Bestyrelsen vil derfor i løbet af 2014 tage initiativ til en nyfortolkning af vores hjemmeside, så den tjener et aktivt formål, som supplerer vores Facebook-side.
- Klubben har stadig et klublokale, men det er blevet flyttet til et nyt kælderlokale under Pilehaveskolen. Årsagen var, at Ungdomsskolen ønskede at flytte deres musiklokale sammen med deres øvrige lokaler. Vi har derfor byttet lokale med musikskolen. Det nye lokale er ikke særligt attraktivt, så i bestyrelsen satser vi på, at kommende arrangementer i klubregi gennemføres i Vallensbæk Idrætscenter i mere egnede lokaler. Vi skønner ikke, at vi har tilstrækkeligt stort aktivitetsbehov for at anmode kommunen om andre lokaler til vores aktiviteter.
- Klubben har en sund økonomi med en fornuftig egenkapital, som fungerer som buffer til at iværksætte forskellige aktiviteter. Per vil efterfølgende gennemgå økonomi og budget i mere detaljeret form.
Bestyrelsen har bl.a. bevilliget deltagelse fra klubbens medlemmer i et førstehjælpskursus i foråret 2013 og trænerkursus i foråret og efteråret 2013.
På førstehjælpskurset deltog Per, Casper, Carsten og Leif.
På trænerkurset deltog Leif og Carsten.

Aktiviteter i 2013

Træning

- I lighed med de senere år har Henrik Falk også i 2013 fungeret som klubbens træner i sæsonen fra april til oktober. Henrik Falk har stået for størstedelen af træningen søndag, tirsdag og mandag. Der ud over har Panton og Leif suppleret.
- Det er bestyrelsens indtryk, at de aktivt deltagende ryttere har været tilfredse med kvaliteten i træningen, som har været tilrettelagt så den videst muligt har kunne rumme de forskellige niveauer blandt rytterne. Der lægges vægt på intervaltræning, som er mest effektiv og giver den største variation på de enkelte ture.
- Fremmødet har været størst omkring sæsonstart i april-maj med 15-18 fremmødte ryttere, for derefter at falde til 8-12 ryttere. Det er fortrinsvis den samme kerne af ryttere, som møder op til træning. Vi har i 2013 oplevet et vist frafald af de tidligere trofaste medlemmer til træningsturene. Årsagerne kan være mange, men hverken træner eller bestyrelse har modtaget nogen tilbagemeldinger fra disse medlemmer.

Klubmesterskabet 2013

- Også i 2013 har vi gennemført et klubmesterskab over 4 afdelinger med enkeltstarter. Deltagelsen i klubmesterskabet er rimelig, hvis vi tager i betragtning af antallet af aktive medlemmer i klubben. Antallet af startende ryttere har ligget på 10-15 ryttere.
- Mesterskabet 2013 gik igen i år til Henrik Panton, men i skarp duel med Carsten Machhold. Der var i øvrigt fin opbakning fra familie og venner til 4. og sidste afdeling, som blev afsluttet på behørig vis med præmieoverrækkelse, kaffe og kage.

Cykelløb, motionsløb og klubture

- Som nævnt, arbejder vi i VCMO med en tre-delt tilgang til vores aktiviteter i klubben, som gerne skulle dække behovet for deltagelse i fælles cykelmotionsløb, muligheden for at få afprøvet evnerne i egentlige cykelløb samt sjovt socialt samvær.
 - Dette har vi gjort ved at arrangere fælles tilmelding til udvalgte større motionsløb, som indebærer samlet start og holdkørsel samt efterfølgende hygge i målområdet.
 - Som klub, deltager VCMO sammen med 13 andre cykelmotionsklubber i Bella Skilte Cup, som over 6 afdelinger på Sjælland afvikler reelle cykelløb i forskellige styrkeklasser.
 - Endelig har vi i løbet af 2013 i klubregi arrangeret et antal ture i Danmark og udlandet som sociale/træningsture samt deltagelse i diverse løb.

Mere om dette nedenfor:

- **Deltagelse i udvalgte cykelmotionsløb:**
 - Skjoldnæsholmløbet den 26. maj. 9 deltagere – 2 grupper
 - Mens vi venter på Tøserunden den 1. juni. 4 deltagere – 1 hold
 - Hedeboløbet den 23. juni, 5 deltagere – 1 gruppe
 - Roskilde Holdmatch den 25. august. 4 deltagere - 1 hold
 - Bastrup Sø den 8. september. 2 deltagere

Oplevelsen fra deltagerne har været meget positiv – det er rigtig sjovt, at køre som en samlet blå flok i de større motionsløb. Vi får også kørt nogle meget hurtige tider hjem. Der er desværre en tendens til faldende medlemsdeltagelse sidst på sæsonen.

- **Bella Skilte Cup**

- Igen i 2013 deltog VCMO i Bella Skilte Cup sammen med 13 andre cykelmotionsklubber fra Vestegnen og vestlige Sjælland. Der blev kørt 6 afdelinger, hvoraf VCMO sammen med Ishøj Cykelmotion og Furesø CC organiserede 2. afdeling.
- 13 ryttere fra VCMO havde tilmeldt sig Bella Skilte Cup 2013 med 6 ryttere i gruppe 2, 2 ryttere i gruppe 3, 2 ryttere i gruppe 4 samt 3 ryttere i gruppe 5. Kun omkring halvdelen af rytterne stillede imidlertid op til hovedparten af løbene.
- Trods den beskedne deltagelse lykkedes det Martin Rasmussen at vinde samlet i gruppe 2, mens Troels Kjær-Madsen løb med en 2. plads i gruppe 4. Carsten Machhold fik endvidere en etapesejr i gruppe 3. VCMO blev samlet nr. 6 i klubmesterskabet ud af 14 deltagende klubber.
Alt i alt en fin repræsentation i Bella Skilte Cup 2013.
- Vores 2. afdeling blev desværre skæmmet af et grimt massestyrt i gruppe 5 allerede efter 2 omgange var kørt. Styrtet, som bragte ikke færre end 6 ryttere med ambulance til hospitalet, gjorde det nødvendigt at suspendere resten af cykelløbet. Blandt de værst tilskadekomne var Steffen Rasmussen fra vores egen klub. Heldigvis er de sidste meldinger, at alle er kommet videre uden varige mén.
- Vi deltager igen i 2014 i Bella Skilte Cup, men bestyrelsen overvejer, hvorvidt vi skal fortsætte deltagelse, hvis ikke der er flere deltagende ryttere fra klubben.

- **Øvrige klubture**

- Den 26.-28. april tog klubben af sted til **Söderåsen** med 17 ryttere. Turen blev som sædvanlig en succes for deltagerne, men vi kunne mærke på klimaet, at turen var lagt tidligere end vi plejede.
- I maj tog en flok af klubbens medlemmer på den traditionsrige tur til **Mallorca**. Deltagerne fik en kanontur og kom nogenlunde formstærke hjem.
- Den 16. juni arrangerede Michael Gravlund en guidet tur til **Hallandsåsen** for interesserede VCMO-ryttere samt ryttere fra andre klubber. Der var stor ros til Michael for det gode initiativ og en fantastisk tur.
- I slutningen af juni deltog en håndfuld af klubbens ryttere i det store franske cykelmotionsløb La Mamotte, som lægger en ondskabsfuld rute over nogle af de største tinder i Alperne.
- I slutningen af august deltog en gruppe VCMO-ryttere i Coast-to-Coast løbet i Italien, som varer en hel uge.
- Endelig har der været forskellige løb, som driftige ildsjæle har planlagt og koordineret i større eller mindre grupper i løbet af 2013. Vores Facebook side har været et godt koordineringssted for disse aktiviteter.

- Som sæsonafslutning arrangerede bestyrelsen den 22. september en fælles klubtur til Stevns, hvor der blev indtaget en skøn frokost på Gjorslev Traktørsted, som bestyres af det tidligere VCMO-medlem Claus Johansen. 6 ryttere kørte de knap 100 km og blev suppleret op med yderligere klubmedlemmer på traktørstedet. Fantastisk tur.
- Den 16. november arrangerede bestyrelsen en mountainbike-tur for øvede og begyndere i Hareskoven. Klubben betalte leje af MTB-cykel til de deltagere, som ikke selv ejer en MTB-cykel. Henrik Panton guidede de øvede gennem en udfordrende rute, mens Michael Gravlund tog sig kærligt af nybegynderne på en tilstrækkeligt udfordrende rute. Efter cykeltur og varmt bad i Hareskov Hallerne blev der kørt samlet til et udmærket spisested i Ballerup, hvor der uddeltes klubmesterpokaler og pokal til sæsonens mest uheldige rytter. Pokalerne gik til hhv. Henrik Panton og Per Hansen.

Vintertræning 2013/2014

- Der har i efteråret 2013 været et stærkt ønske fra flere klubmedlemmer om en mere aktiv vintersæson end vi (desværre) har praktiseret de seneste år.
- Vi har derfor taget kontakt til Fin Form Cykling i Glostrup via klubmedlem Jesper Bech med henblik på at arrangere fælles træningsture gennem vinteren 2013/2014 hver lørdag. Motivationen for denne samkørsel var, at opnå tilstrækkelig volumen i antallet af ryttere til vintertræning. Resultatet har været rimeligt med en kritisk masse på 5-8 ryttere hver lørdag.
- Michael Svane har tilsvarende været ildsjælen bag organiseringen af MTB-træning hver søndag i Vestskoven gennem hele vinteren. Deltagelsen har også bag dette initiativ været tilfredsstillende.
- Henrik Falk har gennem sit engagement på cykelbanen i Ballerup også været ildsjælen bag kørsel på cykelbanen i vinterhalvåret. Denne vinter deltog Falken sammen med Troels, Per Winther og Martin, hvor de med succes har kørt i den såkaldte Master Cup.
- Endelig organiserede Allan igen i år en omgang X-trainer over fire afdelinger. X-trainer har fået nye lokaler i Rødovre og faciliteterne virkede fint. Vi inviterede også ryttere fra Fin Form Cykling til at deltage og fik 3 tilmeldinger her fra. I alt var vi omkring 20 tilmeldte inkl. gæster udefra.
- Bestyrelsen har således med god hjælp fra ildsjæle fået etableret en fornuftig vintertræningssæson for de ryttere, som ønsker et mere aktivt vinterhalvår i VCMO.

Den nye sæson 2014

- Bestyrelsen ser frem til den nye sæson og vi håber at medlemmerne bakker op om de mange aktiviteter, som vi allerede har planlagt i form af træning og deltagelse i motionsløb og Bella Skilte Cup samt initiativer, som måtte "poppe op" på vores Facebook-side.
- I 2013 har vi været plaget af usædvanligt mange styrt og uheld, der har været ubehagelige for de involverede, men som heldigvis ikke har sat dem ud af spillet i længere tid. I Bella Skilte Cup er der taget initiativer, som skal minimere risikoen for alvorlige uheld og der vil i forbindelse med vores egne træningsture blive indskærpet ordentlig køreadfærd, så vi ikke er unødigt til fare for andre trafikanter og os selv.

- Som et forsøg vil vi starte sommersæsonen med at køre fælles træningsture hver torsdag sammen med Fin Form Cykling fra Glostrup. Dette er en mindre cykelmotionsklub på ca. 25 medlemmer, som har vist interesse for vores velstrukturerede træningsture og selv kan byde ind med motiverede ryttere på både niveau 1 og niveau 2. På den måde er det bestyrelsens håb, at vi i sæson 2014 kan få større ryttervolumen på vores træningsture, således at vi kan køre både niveau 1 og niveau 2 hold.
- I samme ånd, har vi inviteret Fin Form Cykling til også at deltage på vores træningslejr på Söderåsen den 16.-18. maj. Vi håber vi bliver mange ryttere på denne tur, som igen i år er prissat til den latterligt lave pris af 1000 kr. for 3 dage i de skånske alper.
- Til slut ønsker bestyrelsen alle klubbens medlemmer en rigtig god sæson 2014.