

# MOTIONSCYKELKLUBBEN HIMMERLAND

Aspedalen 11  
9260 Gistrup  
tlf. 98 31 48 25  
stw@m-himmerland.dk

August 2014

Kære klubformand!

Det nordjyske holdløb for motionscykelklubber er efterhånden blevet en af årets store begivenheder i nordjysk motionscykling. Hvert af de seneste år har ca. 40 sekspersoners hold fra hele Nordjylland deltaget. En rundstrækning på 36,5 km skal køres to gange, altså 73 km i alt. På vores hjemmeside: <http://m-himmerland.dk/holdloeb/> kan I få et indtryk af arrangementet.

Løbet arrangeres med det formål, at man i motionscykelklubberne i Nordjylland kan have et sæsonafslutningsmål, som man kan glæde sig til og i fællesskab træne hen imod. Invitationer til deltagelse udsendes til *klubformændene*, og det er *klubberne*, der har ansvar for tilmelding og betaling. Deltager klubben med flere hold, tilmeldes disse *samlet* af klubben. Cykelmotionister, der er medlem af flere klubber, må ikke deltage på jeres hold, hvis de har større tilknytning til en anden motionscykelklub. Det er vores ambition, at vi år for år vil se et stigende antal kvinder deltage i arrangementet, og vi vil sætte pris på, at I opfordrer jeres kvindelige medlemmer til at deltage.

Vi vil gerne have, at I mellem 2. og 6. september 2014 orienterer os om, hvor mange hold jeres klub ønsker at deltage med. Send venligst mail til [stw@m-himmerland.dk](mailto:stw@m-himmerland.dk) – tak.

At løbet er blevet en så stor succes blandt deltagerne skyldes måske, at der er nogle specielle forhold omkring løbet:

- For det første er det en rigtig god oplevelse at samarbejde på et hold om at opnå en god rytme og sørge for, at alle kommer med.
- For det andet konkurrerer alle i samme klasse, idet hvert hold tildeles et antal "bonus-minutter" ud fra deltagerens køn og alder. Hver kvindelig deltager får fire bonusminutter, og alder over 39 eller under 18 giver minutter efter en graderet skala (se reglerne på <http://www.m-himmerland.dk/holdloeb/2014/holdloeb2014regler.pdf>).
- For det tredje er det kun rene motionister, der kan deltage – man kommer således ikke til at køre mod licenscykelryttere eller top-tri-/duathleter (skæringsdag 1/1 2013).
- For det fjerde er deltagelsen billig og inkluderer forplejning bagefter, hvor vi hygger os og sammen venter på resultatlisten og overrækkelse af pokaler, medaljer og lodtrækningspræmier.

Løbet holdes i år **søndag den 14. september**. Seks-personers hold kører 73 km (2x36,5 km). Der er indskrivning og nummerudlevering i Gistruphallen kl. **8.15 til 8.45** og briefing kl. **9.00**. Den første start går 9.30 fra Lillevej sydøst for Gistrup – beregn et kvarter til at trille derud i roligt tempo.

Deltagergebyret er **600 kr. pr. hold**. Det omfatter selve løbet, forplejning efter løbet og (mulighed for) medaljer, pokaler og lodtrækningspræmier. Der er pokaler og medaljer til de tre bedste hold. Desuden er der en vandrepræmie til den klub, der stiller med flest kvindelige deltagere. Der vil også være et mindre antal lodtrækningspræmier.

Det sportslige element i Det nordjyske holdløb består i at præstere bedst muligt i forhold til alder og køn. Derfor er det ikke nødvendigvis den bedste idé, at lade de seks hurtigste i klubben gå sammen uden at skele til alderen. Hvis for eksempel et hold vælger en 55-årig i stedet for en lidt hurtigere 30-årig får holdet fire minutter mere at gøre godt med. At få absolut hurtigste tid i løbet kan selvfølgelig være meget sjovt, men siger ikke nødvendigvis så meget, da nogle andre klubber jo har fordelt deres hurtigste på to eller flere hold. Hvor vi tidligere havde en vinder-pokal og en mindre pokal til hurtigste tid, vil vi fremover have tre pokaler, der gives til de tre bedst placerede hold.

Tilmeldinger (kun på den officielle tilmeldingsblanket med fem eller seks navne) skal være fremme med posten eller på mail *senest onsdag den 10. september* - se adresserne øverst i dette brev. Gebyret kan vedlægges på check eller indbetales over netbank: Korttype 73, beløbsmodtager 89966477 (husk at angive "holdløb", klubbens navn og antallet af hold).

For at fejre vores klubs 25-års jubilæum har vi besluttet at donere overskuddet fra arrangementet til Julemærkehjemmet i Hobro. Vores sponsor Jutlander Bank har lovet at fordoble beløbet.

Venlig hilsen

Sverre Wognsen  
Motionscykelklubben Himmerland

P.S. Vi havde også planlagt en jubilæumsudgave af Himmerland Rundt (der sidst i halvfemserne havde 1.600 deltagere). Den har vi dog udskudt til 2015. Planen er, at ruten skal tage udgangspunkt i den gamle 140 km-rute, at der skal være et frokostdepot sponsoreret af Jutlander Bank i Suldrup, og at det populære kagedepot på Guldbæk Friskole skal genskabes.