

# Årsrapport for terrenggruppa 2010

## Treningstilbud

Gruppen kjørte samme opplegget som for 2009 og startet opp rett etter påske med treningstilbud for alle interesserte mandag, tirsdag, torsdag og lørdag hver uke. Mandager har vi kjørt teknisk stitrening fra Sognsvann, tirsdag har vi prøvd å kjøre rolig langtur på grus, torsdager intervalltrening og lørdager langtur på sti/grus.

Det har vært fra ca. 10 syklistene på det færreste til det nærmet seg slutten av juli og første halvdel av august hvor vi var over 100 syklistene på tirsdagsrunden.

Etter at Birken var over har det bare vært oragnisert trening mandager og på tirsdager. Disse har holdt på helt til kulda og snøen sa stopp. I tillegg har det vært lenger og meget sosiale sti/grus-turer på lørdager og/eller søndager med stopp på en av markas mange stuer for boller og kaffe når været har vært brukbart.

Det er også gledelig å si at det har vært relativ god deltagelse av damer i 2010 på blant annet de tekniske treningene vi har hatt på mandager.

## Konkurranser og arrangementer

Gruppen har ikke avholdt noen konkurranser eller arrangementer utover samarbeidet vi hadde med barne og ungdomsavdelingen på klubbmesterskapet som ble avholdt i september.

## Resultater

Terrenggruppa har hatt gode resultater i mange terrengritt i løpet av 2010. Vi har hatt klasseseier i nyvinningen Ultrabirken både for damer med Tone Kristin Larsen (K40) og for herrer med Gisle Langslett (M60).

Linda Bahr (K45) tok også en fin 2. plass i Grenserittet.

Ellers har det også vært god deltagelse og gode resultater i Nissan Cup.

I tillegg har det vært stor Rye deltagelse i TransAlp der over 10 Rye syklistene deltok.

## Økonomi

Gruppen har arrangert fellestur til Bukkerittet på Skeikampen i begynnelsen av juli. Gruppen stod for overnattingen til de som ville være med, 10 voksne og 3 barn/ungdommer. Været var som alltid under Bukkerittet, fenomenalt.

Ellers har det ikke vært noen utgifter i gruppen i 2010.