

Grejsdalsløbet 2009

Christian Schmidt.

Igen i år var vi en flok fra NBC der tog turen til Vejle for at vise klubtrøjerne frem ved Grejsdalsløbet, 16 mand for at være helt præcis 7 på 173 km og 9 på 200 km Løbet er noget af det bedste inden for selvpineri der findes i Danmark.

Ruten er tilpas langt (173 km for mig) til at man en gang eller to undervejs når at tænke hvad f..... laver du egentlig her, hvorfor sidder du ikke hjemme på terrassen og nyder det gode vejr med en kop kaffe og et stykke blødt brød, nå men nu var vi jo kørt til vejle og så er der kun en vej, når start skuddet har lydt og det mod mål i den bedst tid der kan præsteres på dagen.

Turen i år var stort set en god kopi af turen sidste år, dog kunne vi ikke rigtig blive enige om afgangstiden fra Frederikshavn så vi ankom til vejle på forskellige tider, og afstikkeren sidste år omkring Webike gentog vi ikke.

Vores bil var i Vejle på vandrehjemmet "skibet" ca. kl 16:00 hvor vi havde god tid til at pakke ud og skifte dæk og tjekke andet af udstyret inden næste dags store udfordring der var også tid til tale med deltagere fra andre klubber og fortælle lidt cykel historier, ikke at forveksle med lystfisker historier!, løbet har deltagere fra stort set hele Danmark og der var ca. 2800 deltagere i år og ca. 100 af dem havde ligesom os bestilt plads på vandrehjemmet Skibet.

Martin havde igen i år bestil pladser til os og det var igen med fuld forplejning, meget god forplejning og der var nok af det, ikke nogen med at vi skulle betale ekstra fordi vi spiser som en flok havnearbejdere.

Så kom dagen Søndag morgen ud af sengen en god portion havregryn helst OTA'S vi skal jo bruge kræfterne, frem med cykel uniformen og energidrik og barer, buksefedt og andre lovlige præstationsfremmende midler, og så enten på cykel eller i bil frem til start/mål området på Willy Sørensen's plads i det vestlige Vejle her var der samme dag også et gymnastik stævne med 2000 deltagere så for lidt p pladser var der nok af, men det lykkedes at finde pladser i fornuftig afstand til start/mål det skal også siges at en del p pladser ved DGI - huset er brugt til et meget flot setup af start mål området hvor der er gjort meget for at skabe stemning og fest, der var is, pølser, øl og vand, stor cykeludstilling fra BikersBest (Shimano, Pinarello, og Easton ect.) levende musik der var i løbet af dagen forskellig underholdning på scenen bla. Team Rynkeby og Bubber der var på scenen med en motionscykel hvor deltagerne mod betaling kunne bestige Alpe d'Huez til fordel børnecancer fonden.

Grejsdalsløbet 2009

Christian Schmidt.



Officielt Holdbillede af Team Televom 2009 (sidste mand er fotografen)

Vejrudsigten lovede fint vejr, lidt vind men tørt og det holdte dog mener jeg at det blæste meget op sidst på dagen og det var lige meget hvilken retning vi kørte så var op mod vinden !!!
Starten gik for vores 200km folk kl 8.09 og for 173km ruten kl. 8.45 og her var jeg i blandt.

Ud af Vejle gik det og frem mod de ventende bakker.

En efter én, i alt 20 nummererede på vores rute, og nogle stejlere end andre (6 %, 9 %, 11 % og helt op til 23 %) Askebjerg, Munkebjerg og Kiddesvej. De var der alle sammen som sidste år, og der var ingen der havde forsøgt at glatte dem lidt ud.

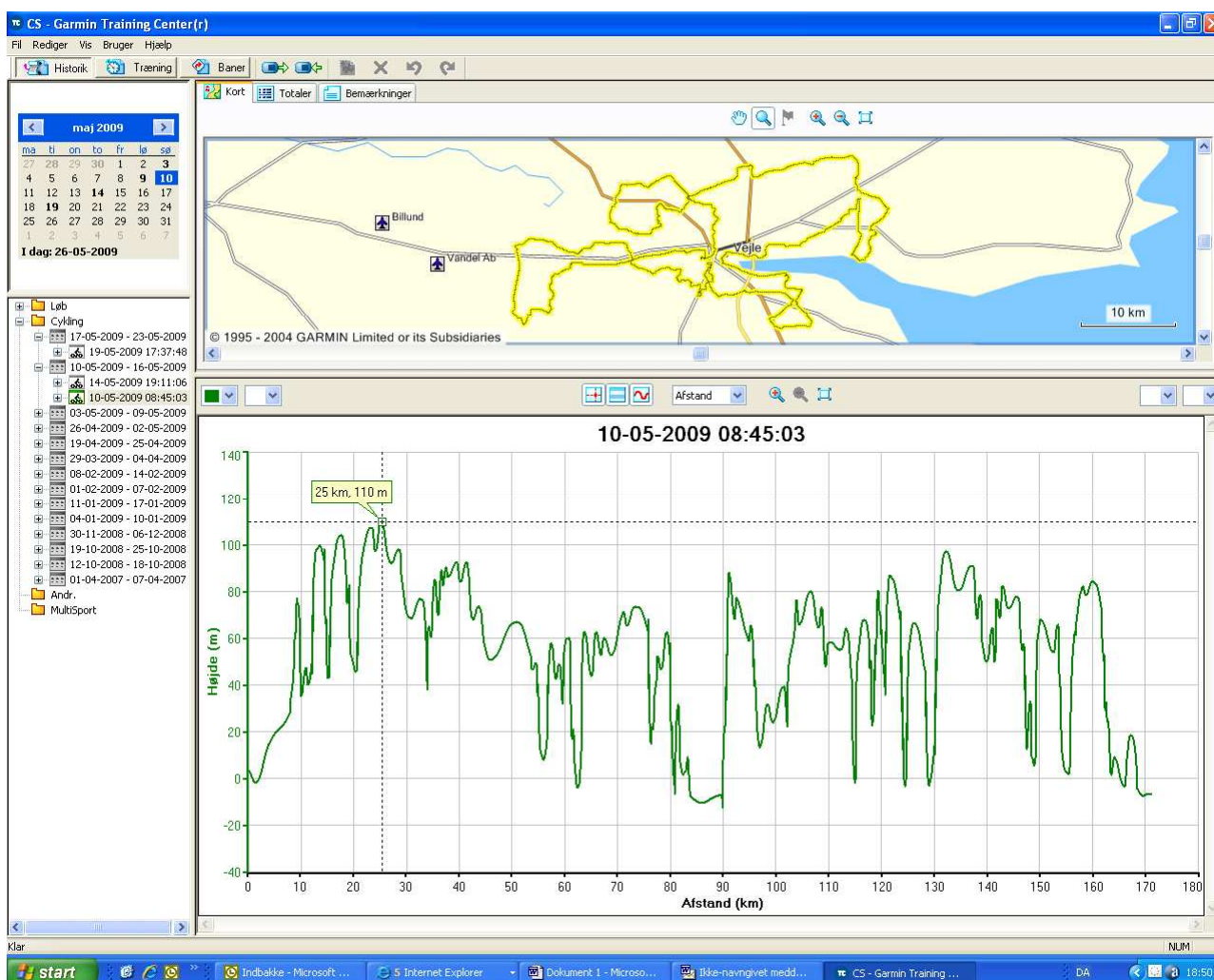
Jeg husker ikke Munkebjerg fra sidste år som værende noget større problem, men i år var den lang, på et tidspunkt stod der en tilskuere i vejsiden med et par af de berygtede stave som jeg normalt plejer at kommentere med kærlige tilråb om at de har tabt deres ski, denne gang kom der ingen lyd, jeg var blot taknemmelig for at personen stod stille, så jeg ikke skulle ydmyges med en overhaling af denne slags motionister, så var der en meget bedre oplevelse at komme til Kiddesvej der med en gennemsnitsstignings procent på 11 og et max på 23 % placeret den sig på listen over de stejleste stigninger i Danmark, og bestemt ikke uden grund, på vej ned af nedkørslen af Kolding landevejen, hvor ruten helt i bunden af bakken drejer skarpt til højre og går op af Kiddesvej bliver vi overhalet af en "kjøbenhavnner" som bare skal forbi lige inden vi skal op af Kiddesvej, og selv om der står en højt råbende flagmand som gør alle opmærksom på at det er det lave gear der skal findes frem, så er

Grejsdalsløbet 2009

Christian Schmidt.

kommentaren fra min ven "ja, ja lad os nu se" når man så 150 meter oppe af vejen ser sådan en mand stå af, ja så får man uanede kræfter for så skal man jo vise at man kan køre cykel !!

Turen gik for de flestes vedkommende fint, et enkelt styrt, Troels havde glemt at det ikke er så let at holde balancen på to hjul når man skal gennem et sving med grus, som hvis det havde været i den 4 hjulet Volvo, han slap med nogle knubs men heldigvis uden nogle brækkede lemmer, på 200 km turen var der kun skader på materiellet, ruten sluttede i år et nyt sted på toppen af den stejle Gamle Kongevej i Vejle 500 meter 15% i gennemsnit og 25 % som maks. Skader på denne stigning bestod mest i slidte cykel strømper da en del valgt at afmonter cykel og sko på denne sidste stigning, og melde sig i foreningen Fodslaw (undskyld Jacob).



Højde kurven fra min Garmin på 173 km

Vel ankommet til målet kunne man overveje at præmiere sig selv med et par stegte pølser og en enkelt kold fadøl, hvis det holder stik at man forbrænder mellem 500 og 800 kalorier i timen skulle dette kunne gøres med rimelig god samvittighed og det var heller ikke svært at bekræfte sig selv i at det var en god beslutning, før der ventede et varmt bad.

Grejsdalsløbet 2009

Christian Schmidt.

Afslutningen på dagen nærmer sig og vi har kun hjemturen tilbage, et hårdt men godt løb, en del erfaringer rigere, jeg har altid hørt fra folk der løber maraton at man ikke skal træne på distancen inden løbet, næste år tror jeg at jeg vil op at træne på noget mere en halvdelen af distancen inden :o) men hvad gør det at man lider lidt, når man har en god dag omgivet af herlige mennesker der snakker samme sprog som en selv.

Tak til alle NBC'ere der var med for en god tur.