

Mødereferat fra møde i NBC's træningsudvalg den 21.3.2015

Deltagere: Jesper Hansen (fraværende p.g.a. sygdom), Martin Borrisholt, Carsten Linkhusen, Christian Langthjem, Christian Larsen, Henrik Verner Carlsen, Frands Ejsing

Faste træningsdage/tider:

Tirsdag og torsdag kl 1800

Lørdag, søndag og helligdage: kl 1000

Lang lørdag dog kl 0900

Der opdeles indtil videre i 3 hold som følger:

Hold 1:

Meget træuede

Højt tempo

Cykelryttere kan efterlades, dog efter aftale.

Bakkespurt og spurt til byskilte, der opsamles efter spurt.

Kaptajn på fast rute på torsdage: Jesper Hansen

Kaptajner/løjtnanter andre dage: Dan Kobberup, Peter Skovbak og andre interesserede.

Flg. er faste hold 1 ryttere: Jesper Hansen, Peter Skovbak, Heinrich Svendsen, Erik Larsen, Thomas Olsen, Claus Jensen, Anders Dybro, Jacob Pedersen, Alexander Markfoged

Andre 1-2 ryttere: Peter Tingholm, Henrik Verner Carlsen, Poul Erik Liljenberg, Martin Borrisholt, Henrik Bat Thomsen, Leif Abel Pedersen, Kurt Nielsen

Hold 2:

Træuede

Moderat til højt tempo

Ingen cykelryttere efterlades, alle kommer med hjem

Bakkespurt og spurt til byskilte, der opsamles efter spurt.

Kaptajn på tirsdage: Brian Toftelund

Kaptajner/løjtnanter andre dage: Martin Borrisholt, Christian Langthjem, Frands Ejsing + andre interesserede

Peter Larsen er ved fremmøde: Ruteplanlægger (dog ikke på torsdage hvor vi kører samme faste rute som hold 1)

Hold 3

Begyndere og let trænede

Langsomste rytter sætter farten

Ingen cykelryttere efterlades, alle kommer med hjem

Kaptajn og ansvarlig for hold 3 i forårssæson: Christian Larsen

Andre kaptajner/løjtnanter på hold 3: Carsten Linkhusen, Palle Jensen, Kjeld Jensen, Rene Hansen, Jesper Hanen, Frands Ejsing og evt Carsten Andreasen + andre interesserede

Generelt:

Hold 1 + 2 kører i 2 hold fast rute hver torsdag, hvor interesserede fra hold 2 kan prøve at køre med hold 1, og lade sig falde tilbage til hold 2 hvis problemer. Hold 3 vil muligvis koble sig på fast rute og muligheden for at køre med hold 2 senere på sæsonen.

Som udgangspunkt, må hold 1 ryttere der kører på hold 2, ikke tage føringer uden aftale med kaptajnen på hold 2

Vi skal bestræbe os på at køre 2 og 2 ved siden af hinanden under træning, og de stærkeste på holdet skal tage vindsiden, for at undgå for megen vifteførsel.

Husk lygter på hverdage de første træningsdage efter sæsonstart.

Carsten Linkhusen udfærdiger kaptajn tilmeldingsliste (doodle) der dækker en måned frem for hvert hold.

Ved **standerhejsningen** skal vi forsøge at få NBC'erne til at sidde sammen holdvis, for at snakke om flg:

Hvem vil gerne være kaptajn/løjtnant?

Skal vi køre en månedlig bakketur på 50-60 km? Godt forslag fra Henrik Verner Carlsen?

Ønske om et farvelstop efter træning på alle hold (som Carsten Andreasen indførte sidste år)

Næste møde aftalt til 18 april kl 1900 i klubben hvor vi inviterer interesserede kaptajner med.

Referat: Frands Ejsing