

ÖPPET SPÅR & INVIGNING av MTB-bana 24 km 16/5

Vi har nöjet att presentera att **Anna Öhrström** (Enocsson) flerfaldig svensk mästare i MTB XC/Marathon, VM -fyra mm, kommer att vara den som officiellt inviger långa MTB-banan i Olstorp den 16 maj. Anna lade efter 14 år i världseliten tävlingsskorna på hyllan 2007 och jobbar nu för Svenska Cykelförbundet som coach för elitsatsande ungdomar på landslagsnivå.



Om banan:

Fördelning: 53% stig, 36% grusväg, 11 % asfalt

Banprofil: Banprofil finns på hemsidan. Där kan du också snart läsa en mer poetisk beskrivning av banan.

Dagsprogram 16/5 2009:

Kl. 9:00

Välkommen till Olstorp! Anmäl dig. Läs PM:et till en morgonkopp kaffe med bulle utanför vår gamla klubbstuga, kolla in bra erbjudanden i sponsorernas tält (Vår sponsor Stihl skänker de första 50 deltagarna en snygg tröja i funktionsmaterial), prova våra klubbcyklar, anmäl er till MTB-mejl-listan, mingla runt lite. Du hinner kanske också prova någon av våra korta banor före start? Eller efteråt, om du orkar...

Kl. 10:00

Anna Öhrström inviger 24 km banan.

Banan öppnas och ni får rulla iväg i eget tempo. Depå efter halva distansen ungefär.

Kl. 11:00

Serveringen öppnar. Du hamburgare när du är



kan köpa korv eller ”färdig”.

Efter loppet:

Duschmöjligheter finns. en korv och ljug ihop hängde med polaren.

Avspolning av cykel likaså. Ta en förklaring till varför du inte

VRETA SMK-MTB

Om klubben

I Olstorp finns sedan 2007 två MTB-banor, en 1,5 km lång och en 4 km ordentligt kuperad och krävande bana, inte minst tekniskt.



Nu i maj inviger vi alltså klubbens långa bana, 24 km, som med hjälp av 40-talet markägares tillstånd blivit verklighet efter hårt arbete med röjning av gamla igenvuxna stigar.



Hösten 2008 startade vi ungdomsträning och fick snabbt stort gensvar. Mellan 10 och 15 ungdomar i åldrar från 8

till 15 år kommer regelbundet för att träna kondition, styrka, balans och teknik.

Vi varvar med att ordna lite helgutflykter i de fina skogarna som finns norr om Ljungsbro och Vreta

Kloster. Genom oss kan man på träningarna låna och prova MTB av riktigt god klass.

Vi har köpt in 5 cyklar i olika storlekar. Dessa går även att hyra för en billig peng.

Kul om hela familjen vill ut i skogen någon dag eller två. Det är verkligen en helt annan upplevelse att köra på stigar med en hoj som är anpassad för uppgiften.

Vi är ett gäng MTB-nördar som håller på med det här. Det vore kul att få hjälp av fler vuxna både till banunderhåll och till hjälp på träningarna.

Via hemsidan kan du kontakta oss om du kan tänka dig att hjälpa till någon timme då och då.

Vi brukar också samordna körningar för vuxna, som vill träna mer eller mindre seriöst.

Söndagar kl.10 är en stående tid. Anmäl dig till mejllistan, bli för information om övriga körningar. Det är roligare att vara fler när man cyklar!

Mer information och kontaktuppgifter hittar du på vår hemsida:

www.vretasomk.com