Verksamhetsberättelse för cykelsektionen 2019.

Under vintern deltog ECS-cyklister i Friskis & Svettis Spingiro med Iain på onsdagar.

23 mars körde Krister Karlsson, Tomas Säll, Henrik Palmberg, Walter Appelman, Iain Mackie och Vagelis Bouk grusloppet Dirty Halland, 16 mil på grus och lite stig. Start och mål i Halmstad. En fin start på säsongen för dem som gjort sina distanspass under vintern.

Upptaktsmöte på Café Muff 25 mars med tillbakablick på säsongen 2018 och info om säsongen 2019.

Utomhusträning med klubben inleddes med måndagsturen 1 april, onsdagspass 3 april och distanspass söndag 7 april. Vårens träning hade i vanlig ordning planerats av Micke Eriksson och Iain Mackie. Fokus låg på landsvägspass med olika typer av intervaller på måndagar och onsdagar och distanspass på söndagar.

På måndagsturen den 1 april hade vi tangerat deltagarrekord på 38 cyklister!

Måndagsturen fortsatte även 2019 med inriktning på att det ska finnas fartgrupper för alla under april och delvis i maj. I april fokuserade vi på grundteknik, säkerhet och gruppcykling och i maj blev det olika typer av intervaller.

Efter sommaren ändrade måndagsturen skepnad till att bli fartpass i två grupper runt Virestad och senare under hösten började det köras gruspass på måndagarna.

5-12 maj var det dags för hemmaläger. Träningspass varje dag söndag-söndag. Blev några dagar som föll bort pga regn.

22 maj kördes KM som vanligt i form av 23 km tempolopp. Segrare i herrklass blev Markus Brink på 40.26, tvåa blev Henrik Tillemark en sekund efter och på tredje plats Kenny Paavola på 40.44.

Möckeln Runt 10 milsrunda arrangerades 2 juni i samarbete med Korpen Älmhult.

4-9 juni var en grupp med ca 10 cyklister på träningsresa i San Sebastian, Spanien.

Vätternrundan, hel- halv- och tjej- genomfördes på sedvanligt vis i juni.

Bl.a kör sub9-gänget in på fina 8,39 och sub11-gruppen klarar sitt mål med god marginal, 10,26.

20 juli tar Niclas Persson en fin 7-e plats i H40 på SM i MTB som gick av stapeln i Östersund.

17 augusti körde Christian Ericsson hem en medalj i Masters SM i Jönköping. Det blev ett brons i tempo i Herrar 40.

ESC Grusrally, klubbens inofficiella grusmästerskap kördes för andra gången 9 november på grusvägar runt Möckeln. Ca 35 deltagare trots ganska tråkigt väder. Gruscyklister från så skilda orter som Ystad, Nora, Kalmar och Stockholm samt såklart närliggande orter som Osby, Hässleholm och Växjö.

30 november körde ett litet gäng hugade gruscyklister, Krister, Tomas och Walter, Abloc Gravel Challenge Öland. Långe Erik till Ekerum, 111 km på grus och stig.

Cykelsektionen 200117 Henrik Palmberg