



Ebeltoft Shred 2016

Fra Torsdag 14. dro vi i Ungdomsgruppa til Ebeltoft for å trene og sykle ritt. Planen var å få fart i bena før sesongen, og for å samle og sosialisere gjengen.

12 voksne og 29 barn, dro vi Torsdag kveld med Danskebåten fra Oslo til Frederikshavn. Etter en natt med varierende mengder søvn og en god frokost, kjørte vi i retning Ebeltoft. Etter ankomst tidlig på formiddagen på DanHostel Ebeltoft, dro vi ut på første treningsøkt, en runde på flytstiene i området. Til tross for mye regn og våte løyper, koste alle seg, og fikk god flyt på de lekne og raske løypene. Etterpå fikk vi en deilig lunsj, før det bar ut på en hard økt i de samme løypene. Alle fikk kjørt seg, og etter en aktiv og lang dag, kunne vi spise, slappe av og forberede oss før morgendagens ritt. Kvelden bød på sosiale aktiviteter, og etter en natt med god søvn bar det tidlig ut på tur i retning Hammel, hvor vi skulle sykle Sram Liga, Danmarks svar på Norges Cup.



Vi måtte tidlig opp, og etter en times kjøretur, kom vi omsider frem til Hammel. Til tross for at en sykkel falt av taket på motorveien (Hans Georg sin bil, LOL), var alle klar for ritt, og vi startet med en gjennomkjøring av den lekne, morsomme og ekstremt gjørmete rittløypa på 6 km. Fra klokken tolv begynte folk å starte, og til tross for harde intervaller i bena, flere knall og fall underveis, leverte vi solide resultater i alle klasser. Trøtte, slitne og gjørmete etter opp til en time med slit, kunne de som ønsket delta i en teknikk konkurranse som skulle telle i sammendraget. Her gikk det begge veier, men alle var blide og fornøyde etterpå, og vi kunne sette nesa hjemover etter en lang og slitsom dag. Dekket av gjørme og daukjørte kom folk seg hjem, og etter en god dusj, kunne alle omsider spise en stor og god middag. Noen

mer og andre mindre fornøyde med dagen, kunne alle med god samvittighet nyte kvelden med film og litt godis.



Klokken 0700 Søndag morgen møtte alle klare og ferdigpakkede til frokost på hotellet. Vi skulle til Singeltracken i Grenaa for å kvitte oss med de siste gjenværende kreftene. Selv om vi ikke rakk å sykle hele, inneholdt løypa hele 852 svinger. Etter halvannen time med moro, kunne vi si oss ferdig med økta, og kunne kjøre i retning Fredrikshavn, hvor vi skulle ta båten til Gøteborg, før vi skulle kjøre det siste strekket. En vellykket samling som har bragt gjengen i Frøy nærmere sosialt, og hevet nivået på sykkelen.

Ferdig Da!

IF Frøy
FROY.NO