

## Høringsinnspill til Motorferdselslovutvalgets utredning NOU 2024:10

Her kommer IF Frøys innspill til «Motorferdsellovutvalgets utredning NOU 2024: 10 Ny motorferdsellov - Lov om motorferdsel i utmark og vassdrag (motorferdselloven) på offentlig høring».

IF Frøy er spesielt opptatt av bruk av elsykkel i utmark. Vi er sterkt imot at det skal komme et generelt forbud mot bruk av elsykkel utenfor veier og turveier i utmark. Et slikt forbud vil kunne få dramatiske negative virkninger for livskvalitet og folkehelse. Utvalget dokumenterer heller ikke noen negativ miljøeffekt ved bruk av elsykkel på sti.

### Om IF Frøy

IF Frøy er Norges største sykkelklubb med 828 medlemmer pr august 2024. Ca 300 av disse er barn og ungdom fra seks år. Utover det har vi medlemmer i alle aldre til 80 år. Vi har base sørøst i Oslo, og Østmarka er vår hovedarena for terrengsykling. Der har vi treninger, og vi har en rekke ritt i Østmarkas randsone og i selve Østmarka.

Klubben har i mange år vært opptatt av å sikre gode vilkår for terrengsykling i marka, men også for at denne skal skje på en bærekraftig måte som tar hensyn til naturmangfoldet. De siste årene har vi jobbet spesielt mye for at sykling skal være mulig uten vesentlig restriksjoner i den nye nasjonalparken i Østmarka.

Vi er fornøyd med at verneplanen for nasjonalpark i Østmarka gir en generell tillatelse for bruk av elsykkel på sti. Verneplanen gir også åpning for elsykkelklasse i Terrengsykkelrittet, som hovedsakelig går på sti. I 2024 hadde vi en egen klasse for elsykler, og vi planlegger det samme i 2025. Det vil være paradoksalt over at den generelle tillatelse som er gitt etter et meget grundig arbeid med verneplanen for Østmarka skal overprøves.

### Om bærekraftsperspektivet og politisk forankring

I 2015 vedtok FN 17 bærekraftsmål. Dette er verdensomspennende konkrete mål som skal nås innen 2030. For å skape bærekraftig utvikling deler man ofte inn bærekraftsperspektiv i tre deler: Klima og miljø, økonomi og sosiale forhold. Det er viktig å være bekymret for miljøpåvirkning av idrett og friluftsliv, men det er tilsvarende viktig å se hvordan idretten er en sentral aktør for å jobbe med en rekke samfunnsutfordringer, inkludert fysisk og psykisk helse, sosial inkludering og ansvarlighet<sup>1</sup>.

Norge har i dag flere nasjonale målsettinger og politiske dokumenter som inneholder mål om å bedre folkehelsen. Blant annet har Norge sluttet seg til WHO sine mål om å redusere tallet på personer som

---

<sup>1</sup> Norges idrettsforbund. (2021). *Idrett og bærekraft – et kunnskapsgrunnlag*. Norges idrettsforbund. <https://www.idrettsforbundet.no>

dør tidlig av ikke-smittsomme sykdommer med en tredjedel innen 2030<sup>2</sup>. Ett av virkemidlene for å nå disse målene er å redusere fysisk inaktivitet med 15 % mellom 2016–2030<sup>3</sup>. Videre finner vi i Helse- og omsorgsdepartementets *Handlingsplan for fysisk aktivitet 2020–29*<sup>4</sup> har Norge satt seg tre nasjonale hovedmål i folkehelsearbeidet; 1) Norge skal være blant de tre landene i verden med høyest levealder, 2) Befolkningen skal oppleve flere leveår med god helse og trivsel og reduserte sosiale helseforskjeller, og 3) Skape et samfunn som fremmer helse i hele befolkningen. Vi trekker fram Folkehelsemeldinga (Meld. St. 15 (2022–2023))<sup>5</sup> som beskriver at folkehelsearbeidet og innsatsen for å utjevne sosiale helseforskjeller skal prioriteres. Folkehelsemeldinga fremhever det store potensialet for friskere aldring med fysisk aktivitet i en befolkning med stadig flere eldre.

### **Helsegevinster av sykling med elsykkel**

Elsykkel kan være en viktig faktor for å nå bærekraftsmål nummer 3, *Bedre helse*, ved at den reduserer terskelen for å sykle. I tillegg sykler de med elsykkel mer enn personer med vanlig sykkel. I den siste kunnskapsoppsummeringen av helsegevinsten av elsykkel<sup>6</sup> dokumenteres det at den fysiske intensiteten er lavere enn vanlig sykkel, men ligger fremdeles innenfor WHO's anbefalte intensitetsnivåer for fysisk aktivitet. Forskning viser at elsykling kan forbedre den kardiovaskulære helsen, redusere blodtrykket og forbedre kroppssammensetningen. I tillegg kan sykling med elsykkel forbedre den mentale helsen.

Helt konkret kan elsykkel dermed redusere risiko og hjerte- og karsykdommer, slik som høyt blodtrykk og hjerteinfarkt. Å sykle med elsykkel forbedrer den fysiske kapasiteten i stor grad, og dermed øker aktivitetsnivået, noe som igjen gir økt livskvalitet, mindre sykefravær og bedre helse. I tillegg kan elsykkel redusere avhengigheten av biltransport og dermed redusere utslipp av klimagasser.

### **Om bruk av elsykler**

Elsykler for terrengsykling, (kalt e-MTB), har hatt en rask utvikling de siste årene. I Europa ble det solgt 500.000 elsykler i 2009 og 4.5 millioner i 2021. Disse syklene kombinerer tradisjonell terrengsykling med elektrisk assistanse, noe som gjør det mulig for syklistene å mestre bratte oppoverbakker med mindre anstrengelse. I tillegg senker elsykler terskelen for å delta på både organisert trening og egentrening.

E-MTB ble virkelig populært på 2010-tallet, da batteriteknologien og motorene ble mer avanserte, noe som førte til at sykler ble lettere og mer kraftfulle. Dette åpnet opp for nye muligheter innen terrengsykling, spesielt for de som ønsket å utvide rekkevidden sin eller mestre utfordrende terreng som tidligere var for krevende.

I dag er e-MTB et fast innslag i terrengsyklingens verden. Slike sykler tilbyr en unik måte å oppleve naturen på, uansett nivå og fysisk form. For mange stisyklister er ikke fart og konkurranse det

---

<sup>2</sup> [Meld. St. 19 \(2018–2019\) - regjeringen.no](#) Folkehelsemeldinga - Gode liv i eit trygt samfunn.

<sup>3</sup> World Health Organization. (2018). *Global action plan on physical activity 2018-2030: More active people for a healthier world*. Geneva: World Health Organization. <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/igo>

<sup>4</sup> Helse- og omsorgsdepartementet. (2020). *Handlingsplan for fysisk aktivitet 2020–2029: Sammen om aktive liv*. <https://www.regjeringen.no>

<sup>5</sup> Helse- og omsorgsdepartementet. (2023). Folkehelsemeldinga: Melding til Stortinget. Regjeringa Støre. [Meld. St. 15 \(2022–2023\) - regjeringen.no](#)

<sup>6</sup> Riiser, A., Bere, E., Andersen, L. B., & Nordengen, S. (2022). E-cycling and health benefits: A systematic literature review with meta-analyses. *Frontiers in sports and active living*, 4, 1031004.

viktigste. De sykler på sti for naturopplevelse og for mestring. Elsykler gir mange flere muligheter til å gjøre dette.

I de siste årene er e-MTB sykler blitt mer og mer lik en vanlig terrengsykkel. Den teknologiske utviklingen vil minske denne forskjellen. Det er lansert sykler de siste årene med mindre motorer og batterier, slik at den føles lik en vanlig sykkel.

Sykkelrytting med elsykkelklasse er blitt en del av sykkelporten i de senere år. e-MTB gir nye grupper muligheter til å delta på sykkelritt og treninger på lik linje med vanlige sykler. Det gjelder både personer med funksjonsnedsettelse og syklistene med helseproblemer. Det sørger for bedre livskvalitet og folkehelse for disse gruppene.

IF Frøy sine medlemmer sykler normalt med vanlig terrengsykkel. Men vi har en del trenere som benytter e-MTB. Klubben har aktive terrengryttere på et høyt nivå, så trenere deltar gjerne på treninger i terrenget med e-MTB. Stor del av klubbens treninger skjer på stier i terrenget. Vi får også henvendelser fra syklistene som spør om vi har tilbud for e-MTB.

### **Oppsummering**

IF Frøy mener høringsdokumentet ikke er faktabasert, men i stedet baserer seg på synsing. Her brukes et «førevar»-prinsipp av utvalgsmedlemmer som åpenbart har liten kunnskap om hva sykling i naturen er, og ikke minst hvilke positive effekter slik sykling har for samfunnet og enkeltmennesker.

Vi er imidlertid enig i utvalget med at dagens «dagens regel er enkel og brukervennlig, og skaper ikke tvil om hvor det er lovlig å ferdes med elsykkel og ikke.» Det er et paradoks at mye av faktagrunnlaget i dokumentet tilsier at bruk av elsykler utenom vei og turvei i utmark er problemfritt, men at utvalget likevel konkluderer med at det bør komme et forbud.

Utvalget skriver flere plasser at ny teknologi på motor og batteri betyr, eller kan bety økt slitasje på naturen. Som regel er det andre begrensninger som slå inn først. Når du sykler i terrenget blir en sliten i hele kroppen, som oftest før batteriet er tomt.

Vi finner heller intet faktagrunnlag når «Utvalget ser en risiko for at økt elsykkelbruk i utmark og økt rekkevidde på elsyklene kan føre til flere konflikter med natur- og friluftslivshensyn i fremtiden. Tvert imot henviser dokumentet til undersøkelser som peker på det motsatte.»

I dag har kommuner mulighet til å begrense bruk av elsykler. Utvalget ønsker å snu dette, slik at kommuner har mulighet til å gi unntak for forbudet utvalget ønsker å innføre. Dette er etter IF Frøys mening et meget dårlig forslag som vil begrense muligheten for naturopplevelser og gi skadelige virkninger på folkehelsen uten at det gir dokumenterbare fordeler for naturen.

### **Konklusjon**

Dette er utvalgets forslag:

- at det generelle forbudet mot motorferdsel ikke skal gjelde bruk av elsykler på vei og turvei i utmark.
- at kommunen får adgang til å åpne for bruk av elsykler utenfor vei og turvei i utmark eller forby eller begrense bruken av elsykler i hele eller deler av utmarka.

IF Frøy mener at vedtaket bør være:



- at det generelle forbudet mot motorferdsel ikke skal gjelde bruk av elsykler på vei, turveier og stier i utmark.
- at kommunen får adgang til å begrense bruk av elsykler utenfor vei og turvei i utmark i særskilte tilfeller der det finnes faktagrunnlag for et slik vedtak.

Oslo 4. september 2024

IF Frøy



Jørn Michalsen,  
daglig leder  
froy@froy.no