



# Årsberättelse för Vallentuna Cykelklubb 2023

## Inledning

Som cykelklubb i norrort är vi lyckligt lottade med fantastiskt fina vägar för både lands- och grusvägscyklning. Landsvägscyklister, VCKLandsväg, drog igång utecyklingssäsongen den 16 april i som vanligt lite kyligt väder men med en blek vårsol från klarblå himmel. Grusvägscyklister, VCKGravel, drog igång en vecka tidigare. Vi har haft en olycksfri säsong på vägarna vilket vi är glada och tacksamma för. En viktig uppgift vi har som cykelklubb är att utbilda våra medlemmar och cyklister i att cykla säkert i grupp och på vägen.

Vallentuna Cykelklubb har idag 58 betalande medlemmar, inklusive familjemedlemmar

## Aktiviteter

Den 23 februari var det dags för **föreningens årsmöte**. Förutom ordinarie årsmötesförhandlingar fick vi lyssna till Svenska Cykelförbundets generalsekreterare och VCK-medlemmen Leif Karlsson som berättade vad som var på gång inom svensk cykel. Vi fick också möjlighet att känna på och prova våra klubbkläder.

Den 25 mars var det dags för **Ride of Hope-spinning**. Då cyklade nio VCK-cyklister, tillsammans med andra cyklister, in pengar till Barncancerfonden. Tack medlemmar för att ni ställde upp för ett viktigt ändamål!

Den 13 april kunde vi dra igång **VCKGravel** där vi erbjuder medlemmarna att upptäcka grusvägscyklings många fördelar som till exempel nya vägar och stigar samt mindre biltrafik.

Den 16 april drog vi igång cykelsäsongen med första **VCKLandsväg**. I kyligt väder men sol från klarblå himmel, samlades 13 cyklister på Vallentuna IP.

Den 1 september var det dags för **VCK Åland**. Med båt från Grisslehamn besökte vi ön i Östersjön och cyklade på fina cykelvägar med utsikt över Ålands hav. Söndagsrundan utvecklas allt eftersom det blir varmare till **VCK Söndagsrunda med fika** som vi har kunnat erbjuda medlemmarna under hela säsongen, med uppehåll under några veckor under sommaren.

Under säsongen har vi också kunnat erbjuda **VCK Tisdagsträningar**, om än i mindre omfattning än tidigare år. Vi har också genomfört ett antal träningspass på Arlanda Test Track.



## Klubbdag med klubbmästerskap 2023

Vad vore en cykelklubb utan ett klubbmästerskap då man träffas och får mäta sina krafter mot andra men också bara för att fika och prata cykel. Den 17 september arrangerade vi årets klubbmästerskap och klubbdag på vägarna runt Markim och Orkesta och i en något annorlunda form med en prolog och ett tempolopp. Prologen bestod av en varvbana på drygt tio kilometer som skulle köras i två varv och där varje varv skulle försöka köras på så lika tid som möjligt. Minsta tidsdifferensen vann prologen. När både prolog och tempolopp vara avklarade kunde vi kora årets klubbmästare 2023; Piotr Patynowski. Grattis! Under klubbdagen genomförde vi också ett utbildningspass i Första hjälpen och Hjärt- och lugnräddning. Tack Leif Jäderqvist för att du delade med dig av dina kunskaper.

## Tävling

Under året har Piotr Patynowski framgångsrikt tävlat i Stockholms landsvägscup, Stockholm 3-dagars, Skeppsholmens GP med flera lopp. Starkt jobbat Piotr!

## Klubbmiddag

Säsongen avslutades med klubbmiddag den 18 november på kvarterskrogen Skänkstugan i Täby Kyrkby. Drygt 20-talet medlemmar slöt upp till en god middag, härligt cykelsurr och utdelning av klubbmästartröjan. Tack Tomas Berg för en trevlig klubbmiddag!

## SMACK-serien/Upplands Cup Lvg

VCK stod under säsongen som arrangör till två omgångar i SMACK-serien/Upplands Cup. Dels **Karby tempot** den 10 maj och dels **Hakunge bergstempo** den 23 augusti. Tack Mia och Niklas samt övriga funktionärer.

## Information och kommunikation

Vi har under året i första hand använt vår grupp på Facebook för att kommunicera med medlemmarna kring träningar, rundor och aktiviteter. Vi har under året arbetat vidare med att utveckla vår nya hemsida som vi lanserade i början av januari 2023. Tack Tomas Berg för bra arbete!

## Styrelsen

Styrelsen har haft sex protokollförda styrelsemöten under verksamhetsåret.

/Styrelsen Vallentuna CK