

Team Hjørring 2019

Infomøde 24 april 2018



SKAGERAK | **S**
FISKEEKSPORT A/S
MEMBER OF THE SKAGERAK GROUP





Program

- Velkomst
- Præsentation af alle rytter og servicehold
- Team Hjørring og Foreningen
- Rytter kontrakt
- Servicehold
- Sponsor arbejde – status ny tiltag
- Pause – vand – foto
- Facebook – Hjemmeside
- Køre teknik – sådan cykler Team Hjørring
- Team Hjørring Youth
- Din træning fra nu af og til august
- Standerhejsning 12 august 2018 – program efterår
- Afslutning

Præsentation

- Navn
- Alder
- Bopæl
- Beskæftigelse / Job
- Cykel erfaring
- Andre interesser
- Hvad syntes du ellers vi skal vide

- **Læge – Sygeplejersker**
- **Cykelmekaniker (cyklende)**
- **Jens Peter Palmblad**
- **Chauffør mekaniker bil**
- **Lars Bisgaard – Gunnar Schmøkel**



SPAREKASSEN
Vendsysssel

TARGIT

Vende
Cyl

JY
ene-linje.dk

CVR 37042412

T 3500

L 1140

ING

SAFOLD

mpo

My

Service Bank

Business Cards & Payment

W

W

HANSEN
REJSE

W

restor

dg

egokog

W

YSKE BANK

HP

!

ad



- Foreningen Team Hjørring er en paraflyforening der har som formål at støtte sundhed, sport og kultur i Hjørring Kommune.
Team Hjørring startede i 2012 i samarbejde mellem rotaryklubberne i Hjørring Kommune.
Foreningen ledes af en bestyrelse og Paris-projekterne ledes af styregrupper nedsat af bestyrelsen i Team Hjørring

- Alle i TH 19 skal være medlem af foreningen
- Kontingent til foreninger er 100 kr. / år
- Konto nr. 9070 162 4223604

Rytteraftale Team Hjørring 2019

For deltagelse på TH19, fra august 2018 og frem mod turen til Paris 2019, gælder følgende aftale:

Med accept af rytteraftalen, er du indforstået med at:

- kunne cykle 45 – 50 km på ca. 2 timer ved opstart på fællestræningen i august 2018,
- deltage i 2 ugentlige træningsarrangementer på tirsdage og søndage, samt de løb TH19 vælger at deltage i,
- træne ca. 1.500 km fra august til oktober 2018 og ca. 3.000 km fra april 2019 og frem til afgang Paris 2019,
- holde formen vedlige i vinter halvåret, f.eks. ved spinning og/eller MTB,
- købe og benytte TH19-cykeltøj i forbindelse med træning og andre TH19 arrangementer (der må bruges TH17 og CCH bukser samt andre sorte neutrale cykelbukser),
- køre på racercykel med klikpedaler, som skal kunne godkendes af Team Hjørring,
- medvirke positivt til det sociale liv på og omkring holdet,
- bakke op omkring arbejdet med Team Hjørring Youth (THY),
- være medlem af TH19's Facebook gruppe,
- være medlem af foreningen Team Hjørring,
- være indstillet på, at bidrage med hjælp til at løse opgaver for THY og TH19 generelt, herunder at samle penge ind til projektet og i øvrigt at agere loyalt i henhold til konceptet,
- deltage i turen fra Hjørring til Paris med afgang fredag den 5. juli 2019 og ankomst lørdag den 13. juli 2019.

Fravigelse fra et eller flere af ovenstående punkter, må kun ske efter nærmere aftale med styregruppen.

Team Hjørring påtager sig intet ansvar for den enkelte rytter/servicemedarbejders sikkerhed i forbindelse med arbejde for foreningen, træning, deltagelse i løb og cykelturen til Paris. Det påhviler den enkelte selv, at sikre sig i fornødent omfang mod tyveri, sygdom, ulykker og skader på tredjepart samt eget såvel som andres materiel.

Rytteraftale Team Hjørring 2019

Betaling:

- Startpakken (tøj og forplejning til depoter 2018) koster kr. 3.000. Du skal betale 1. rate på kr. 2.000 senest 27. april 2018 og 2. rate på kr. 1.000 senest 3. august 2018
- Paris turen koster ca. kr. 7.700. Du skal betale 1. rate på 1.500 kr. senest 1. januar 2019, 2. rate på 3.000 kr. skal betales senest 1. april og 3. rate på restbeløbet senest den 1. juni 2019.
- Pris på weekend tur i efterår 2018 og evt. forår 2019 samt udgifter til andre mindre arrangementer og træningsdepoter i 2019, er endnu ikke fastlagt.

Med accept af rytteraftalen, kan du forvente følgende af Team Hjørring:

- Levering af cykeltøj-pakken, som omfatter 2 kortærmede cykeltrøjer, 1 vindvest, 1 par løse ærmer og 1 stk. sommer jakke (andet udstyr, som f.eks. vinter jakke og bukser kan tilkøbes)
- En funktionel og brugervenlig hjemmeside med kalender for til- og frameldinger til træning m.m.
- Kompetente kaptajner og løjtnanter samt et engageret serviceteam
- En seriøs og nødvendig træningsplan
- En veltilrettelagt tur til Paris (hjem transport er for egen regning)

Afbudsregler:

Melder en rytter fra efter tøjbestilling og inden 2. rate er betalt – hæfter man alligevel for den resterende betaling på 1.000 kr. – modsat ejer man så også tøjet.

Ved afbud til Paris-turen vil der ikke være mulighed for refusion af allerede indbetalte beløb.

Når 1. rate af tøjpakken er betalt og denne aftale er underskrevet, er du optaget på Team Hjørring 2019.





cannondale

Kontinent

yo Crafter

HJ RING

DIALYSEN







100 BRANDS
JYSI
FIRMAT





JYSK
FIRMATØJ

CRAFT

BOKS
BOKS

AREKASSEN
yssel

e Møll A/S
BOKS







- **Service hold Hold 5**
- **Hvem er kaptajn på service holdet (Service Chef)**
- **Hvad er serviceholdets opgaver – 2018**
- **Hvad er service holdets opgaver 2019**
- **18–20 personer – i alt**



3D
Structural Design
FD "RRING"

ALAKA



www.skagerakgroup.com

FRC



**SKAGERAK
FISKEEKSPORT A/S**
MEMBER OF THE SKAGERAK GROUP

TEAM
HJØRRING



- **SPONSOR ARBEJDE**
- Hvad er målet
- Hvor langt er vi nået
- Fonde
- Spinning event
- Bil lotteri
- Cykelløb
- Andet
- Spørg arbejdsgiveren

- PAUSE
- FOTOGRAFERING
- UNDESKRIV RYTTER KONTRAKT inden i går



- **Hvordan kommunikere vi med hinanden**
- Lukket Face book gruppe TH-19
- Foreningens Face book gruppe
- Alle vigtige informationer kommer også på mail
- Hjemmeside – Kalender – Webshop

”Hvordan cykler vi på Team Hjørring”

🚲 Al cykling køres som holdkørsel

🚲 3 voksen hold med hver 20 – 24 ryttere

🚲 1 THY hold med 12 – 15 unge og 6 – 8 voksne

🚲 Alle hold følges ad med 100 – 200 meter i mellem hvert hold

🚲 ”En for alle og alle for en”





”Hvordan cykler vi på Team Hjørring”

- 🚲 Hvert voksen hold ledes af 2 kaptajner og 2 løjtnanter
- 🚲 Der køres generelt på 2 rækker
- 🚲 Ligger på hjul, skulder ved skulder
- 🚲 Servicebil med på træningsturene





”Hvordan cykler vi på Team Hjørring”

🚲 Færdselsloven

🚲 Opfør dig pænt over for de øvrige trafikanter – også de ”dumme bilister”. Lad være med at bruge fingeren og råbe ad dem.



🚲 Husk på, at det altid er din kaptajn og løjtnant der bestemmer på det hold du kører på.

🚲 Behersk råberriet





”Hvordan cykler vi på Team Hjørring”

🚲 Sikkerhedsudstyr

🚲 Ikke på hold med ægtefælle/kæreste





Team Hjørring Youth



Team Hjørring Youth

- THY 2019 består af 13 drenge, 2 piger.
 - Hvem er de? (Navn, alder og skole)
- Startet op i dag, tirsdag den 24. april
 - udlevering af cykler og undervisning ” sådan fungerer cyklen og sådan skal jeg passe den” v/ Vendelbo Cykler
- Træningen starter torsdag den 26. april kl. 17.00
 - Kliktræning
 - Max watt test
 - Køreteknisk anlæg
- Første gang på landevejen bliver tirsdag den 22. maj

Rytteraftale Team Hjørring Youth 2019

Dette er en samarbejdsaftale mellem

Navn (og forældre)

&

Team Hjørring

Som rytter er du blevet optaget på Team Hjørring Youth (THY).

Du forpligter dig derfor til følgende:

- At deltage i 3 ugentlige træningsarrangementer, samt de løb og andre arrangementer der vil være frem til afgang mod Paris i juli 2019 evt. afvigelser herfra kun efter aftale med lederne på THY holdet.
- At cykle minimum 2000 km i 2018 og 3500 km i 2019 frem til afgang mod Paris.
- At deltage i vintertræning i Vendia Fitness.
- At benytte det udleverede cykeltøj i forbindelse med træning og andre THY arrangementer
- At møde til tiden på aftalte steder og selv sørge for transport frem og tilbage.
- At værne omkring det udstyr og tøj du har fået stillet til rådighed.
- At passe og pleje din cykel efter de anbefalinger/retningslinjer, som mekaniker og ledere udstikker.
- At medvirke positivt til det sociale liv på og omkring holdet.
- At indberette dine træningsdata på Endomondo.

Team Hjørring kan delvis være behjælpelig med at dække omkostninger ved defekte dele på tøj og cykel, men kun efter aftale med lederne på holdet – der kan blive tale om egen betaling hvis ikke udstyr behandles hensigtsmæssigt.

Vær opmærksom på, at tøj og udstyr er kun til låns – hvis du forlader holdet før afgang til Paris tilhører alt udstyr Team Hjørring. Når du gennemfører hele vejen til Paris, vil alt udstyr blive overdraget til dig og dermed din ejendom, når du er i Paris.

Team Hjørring stiller følgende til rådighed

Som en del af samarbejdsaftalen stiller Team Hjørring følgende udstyr til rådighed:

- Cykeltøj - omfatter 2 kortærmede cykeltrøjer, 2 par cykelshorts, 1 vindvest, 1 par løse ærmer, 1 sommer- og vinterjakke, 1 sæt løse ben, 1 par handsker, 1 par overtræks bukser (vinter), 1 par cykelsko, 1 cykelhjelme.
- 1 stk. SCOTT racercykel med alt nødvendigt udstyr.
- Diverse omkostninger til arrangementer fx forplejning og overnatning.
- En funktionel og brugervenlig hjemmeside med kalender for til- og frmeldinger.
- En lukket Facebook side kun for (THY rytter og nærmeste pårørende.)
- Kompetente kaptajner og løjtnanter (ledere).
- En seriøs og veltillægt træningsplan og andre sociale arrangementer.
- Team Hjørring påtager sig det fulde ansvar for den enkelte rytter når de er i vores varetægt.
- En veltillægt tur til Paris (med mulighed for hjemtransport).

Hvis samarbejdsaftalen misligholdes i sådan en karakter, der efter forudgående samtaler mellem parterne ikke sker ændringer, forbeholder Team Hjørring sig retten til at ophæve samarbejdet.







Træning

Inden den officielle start på TH19:

- ⌞ Trænes op til at cykle ca. 50 km på 2 timer
- ⌞ Start2Bike (begyndertræning)
 - 🚲 Tirsdage og torsdage kl. 18.30 frem til 14. juni
 - 🚲 Start fra Rømqøvej 11 (CCH)
- ⌞ Team Hjørrings hovedforening
 - 🚲 Tirsdage kl. 18:00 og søndage kl. 10:00
 - 🚲 Start fra Fiberhallen
- ⌞ CCH (Hjørring cykelklub)
 - 🚲 Tirsdage og torsdag kl. 18:30 samt lørdage kl. 10:00 (A-B-C-D hold)



Træning

- ⌞ Den officielle træning starter 12. august 2018
 - 🚲 Til- og framelding i kalenderen
- ⌞ Træning på tirsdage kl. 18:00 - 18:30 og søndage kl. 09:00
- ⌞ Holdene sættes i starten af september (præsentationsmøde torsdag den 6. sept.)
- ⌞ Efterårstræningen slutes af med en weekend tur sidste weekend i sept.
- ⌞ Vintertræning
- ⌞ Træning 2019 starter i april
 - 🚲 Ca. 3.000 km frem til uge 28
- ⌞ Cykelløb og andre arrangementer
 - 🚲 Nordjylland Rundt
 - 🚲 Weekend tur







- **Standerhejsning Team Hjerring 2019**
- **Søndag den 12 august kl. 9.00**
- Vi starter forhåbentlig i vores nye tøj med en lille tur på 50 km
- Endelige program for dagen følger



Søndag	12 august	54 km
Tirsdag	14 august	60km
Søndag	19 august	71 km
Tirsdag	21 august	61 km
Søndag	26 august	74 km
Tirsdag	28 august	59 km
Søndag	02 september	92 km
Tirsdag	04 september	63 km

Tirsdag	4 september	63 km
Søndag	9 september	98 km
Tirsdag	11 september	56 km
Søndag	16 september	114 km
Tirsdag	18 september	53 km
Søndag	23 september	128 km
Tirsdag	25 september	53 km

Nu tester vi formen inden vinter

weekendtur – ABSOLUT MØDEPLIGT

Lørdag	29 september	159 km
Søndag	30 september	158 km

Vintertræning passer i selv

Landevej – MTB - Spinning

Fællesmøde over vinter – for alle

Standerhejsning i starten af April 19



VIGTIGT

Ud til Jysk Firmatøj inden torsdag

Indbetal 1 rate

Kontingent til foreningen

Noterer datoer i kalenderen

Servicehold – mand – kone – nabo

Ud på landevejen



Spørgsmål