

Cykling i en tid med COVID19



Tekst og foto af Johannes Risbjerg

Så ramte COVID19 os igen med fornyet kraft. Vi nåede heldigvis at få afviklet vores licensløb, som blev årets sidste landevejssløb i Danmark, og som blev afviklet i flot efterårsvejr og gennemført til alles store tilfredshed.

Hvordan kommer vi så igennem vinteren med træning/konkurrence i henhold til de nye krav: forsamlingsloft på 10 personer, afstandskrav, mundbind m.m. Nogen fortsætter udendørs med landevejstræning vinteren igennem, andre fortsætter med MTB træning, medens andre kryber indendørs med banetræning og baneløb eller kører E-cykling, som også er i fortsat udvikling, enten i centre eller der hjemme eller spinning. Vi må huske at overholde kravene, og især kravene, hvor vi er indendørs i centre.

Jeg vil gerne slå et slag for den relative nye gren gravel cykling, som nærmest er eksploderet med antal af ryttere. Mange har brugt MTB'en til at køre i naturen, men efterhånden ser man flere og flere, der kører på gravelbike. Hvis man godt kan lide at færdes i naturen og i den friske luft, så er gravel cykling et godt alternativt til landevejstræning om vinteren, især fordi man sidder nogenlunde på samme måde på en landevejsracer og en gravelbike, men der kan også køres hele året. Danmark har en utrolig flot natur, og det er godt for sjælen at komme ud og nyde skoven og det åbne landskab og se, hvordan årstiderne skifter. Der er også gode muligheder i udlandet.

En fordel ved gravel cykling er, at man stort set undgår biler, men man møder selvfølgelig andre mennesker, der kan være gående eller ridende. Vi tager selvfølgelig hensyn til hinanden, og her i denne COVID19 tid kører vi få sammen og holder afstand.

Hvad er en gravelbike? I dag defineres en gravelbike som: en cykel med racer-siddeposition til kørsel på asfalt og grus. En længere hjulafstand, sammenlignet med en landevejscykel. Cyklen har skivebremses for at kunne tage dæk med en bredde på 32-45 mm, og kan enten være med slanger eller tubeless. Priser på en gravelbike kan fås fra 8.000 kr., de fleste køber en til 12.000 til 15.000 kr. men der kan selvfølgelig også købes noget dyrere gravelbikes.



Gravel handler om at komme væk fra de asfalterede veje og ud på de mange grusveje og stier i skove og på landet. Vi er spændingsfeltet mellem landevejscykling, cykel cross og MTB. I Danmark må man færdes hele døgnet i Naturstyrelsens skove og i skove ejet af andre offentlige institutioner. Er man på cykel skal man holde sig på veje og stier. Der kan dog være begrænsninger ved f.eks. jagt, træfældning o.l. I privatejede skove er der adgang fra kl. 0600 til solnedgang og kun på veje og stier. I det åbne land må du cykle på veje og stier (også markveje) i hele døgnet. Ejeren kan forbyde adgang med skiltning, hvis det i særlig grad generer privatlivets fred, generer den erhvervsmæssige udnyttelse af området eller der er behov for at beskytte plante- og dyreliv.

Hvordan finder man rundt, når der ikke er mange skilte i skoven? Jeg er den lidt gammeldagstype, så jeg læser kort og lærer ruten udenad, inden jeg kører, mens andre downloader ruter til cykelcomputeren og så kører efter computeren. Der ligger mange

ruter på nettet, ligesom man på Facebook kan tilmelde sig Gravel Cykling Denmark, hvor man udveksler erfaringer til både udstyr og ruter.

Find sammen i mindre grupper og kom ud at køre gravel. Klubben vil ikke med de COVID19 krav, som vi har nu, organisere decideret klubtræning.

Vi ses der ude.