



VERKSAMHETSBERÄTTELSE

Cykelåret 2023

CYKELÅRET 2023

Under cykelåret 2023 har verksamheten äntligen återgått till nästan som innan pandemin. Vi har kommit igång igen med olika arrangemang och tävlingar även om deltagarantalet inte riktigt är tillbaka. Men det är på väg. Det har också varit ett ekonomiskt tungt år. Arbetet med att färdigställa cykelparken har fortsatt och genererat en del kostnader kopplat till bland annat dränering av området och färdigställande av pumptrack och teknikbana. Vi återstartade både Sixtenloppet och Thunmansvängen med få deltagare i hopp om att det ska komma fler kommande år. Dagen efter en arbetsdag fick vi tyvärr vår fyrhjuling stulen. Den blev upphittad med en del mindre skador som fick repareras. Klubben investerade i ett bättre lås till utrymmet där den förvaras.

I augusti arrangerade vi Knivsta GP-lopp för andra året i rad. Vädret var väldigt ostadigt och antalet deltagare blev även här få. Att arrangera ett GP-lopp är resursmässigt tungt, både kopplat till antalet funktionärer och kostnader för avstängningar etc. Och det tar några år innan det sätter sig och antalet deltagare förhoppningsvis ökar.

Styrelsen har varit beredd på att det skulle bli minus på sista raden och sett det som en kostnad vi måste ta för att få igång tävlingsverksamheten igen på sikt.

2023 har inte bara varit ett tungt år för klubben. Det har funnits mycket cykel- och triathlonglädje inom de olika verksamheterna under året. På tisdagskvällarna har upp till 60 barn- och ungdomar deltagit i mountainbiketräning. Inom landsvägssektionen har det även detta år genomförts en satsning på Vätternrundan med ett snabbgång som cyklade de över 30 milen på imponerande under åtta timmar. Triathlonsektionen är klubbens minsta sektion till antalet deltagare sett, men de är också de som är flitigast på att tävla. Under året har Knivsta Cykelklubb varit representerade på ett antal tävlingar runt om i landet som resulterat i många fina resultat. De senaste åren har det också skett en tydlig utveckling där många av våra medlemmar ställer upp i allt fler löplopp i cykelklubbens färger.

**Nu ser vi fram emot mot våren
och ett nytt spännande cykelår!**

Knivsta den 3 mars



STYRELSEN

Vid årsmötet 2022-02-16 valdes följande styrelse och funktionärer:

Ordförande	Sofie Blomgren
Styrelseledamöter	Ken Norberg, Thomas Rosendal, Matilda Jakobsson Blom, Niclas König, Jan Risinger, Henrik Stranning

Revisorer	Marcus Holkedahl, Siwert Jansson,
Suppleant	Mikael Holkedahl

Valberedning	David Lundqvist, Thomas Hagnefur och Jonny Persson
--------------	--

Under året har det hållits 9 protokollförda styrelsesammanträden

Styrelsen sammansättning under året

Ordförande	Sofie Blomgren
Sekreterare	Jan Risinger, MTB
Kassör	Thomas Rosendal, Lvg
Vice ordförande	Henrik Stranning, MTB, Barn/ungdom
Ledamot	Matilda Jakobsson Blom, Triathlon
Ledamot	Ken Norberg
Ledamot	Niclas König, Medlemsansvarig

Utöver ovan nämnda funktioner har även Marcus Holkedahl varit ansvarig för underhåll och skötsel av maskiner.

Bilderna i verksamhetsberättelsen är hämtade från de olika sektionernas sidor i sociala medier samt fotograferade av Oskar Larsson under avslutningen av Upplandscup.



Medlemsfrågor

Jämfört med 2022 har medlemsantalet återigen ökat till ungefär 300 medlemmar. Andelen kvinnor är 26%, jämförbart med förra året. Störst förändring har skett i gruppen 6-10 år, där antalet pojkar har ökat med ca 50%. Stort sett har antalet under 25 år ökat, och ligger på ungefär 130.

2023 har framförallt administration kring medlemmar förändrats. Plattformen för vår hemsida, Svenskalag, gör det lättare för oss att hantera anmälningar, hålla register, fakturera, och kommunicera med medlemmar. 2024 kommer samtliga faktureras med ny betaltjänst, och kommer att få tillgång till digitalt medlemskort.

Som medlem i klubben får man delta på klubbens träningar och tävla för klubben. På barn- och ungdomsträningarna tas en träningsavgift på 100 kr ut för en hel säsong.

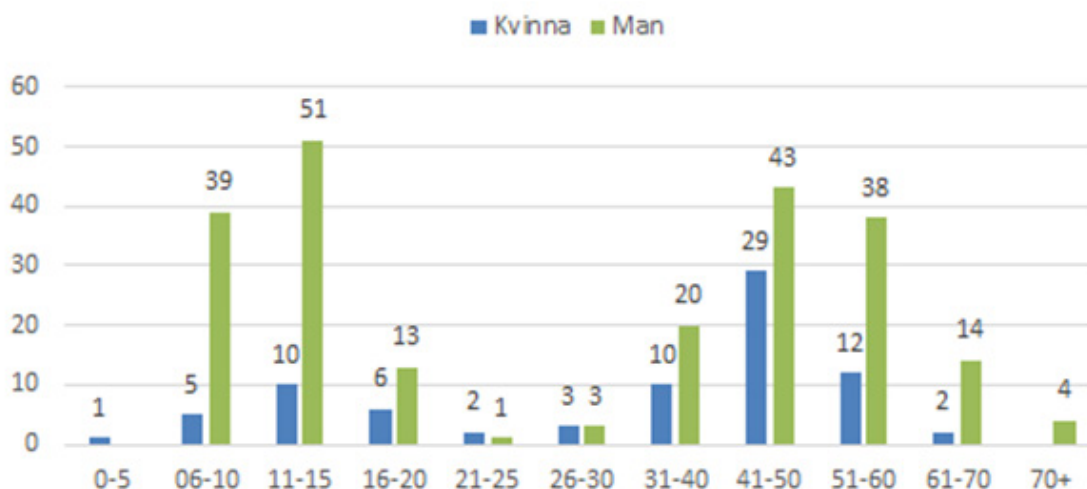
Medlemsavgift:

200 kr för barn och ungdom

300 kr för vuxen

550 kr för familj

Antal medlemmar 2023
fördelat på ålder och kön



Träningar som erbjudits medlemmarna under året:

APRIL TILL SEPTEMBER:

Måndagar

MTB-träningar, vuxna

Tisdagar

Barn- och ungdomsträningar

Landsvägsträning på tisdagar, fartgrupper

Onsdagar

Landsvägscyklning, lugna gruppen

Söndagar

Landsvägscyklning, distans

OKTOBER TILL MARS:

Torsdagar

E-cykling, Zwift-intervaller

Onsdagar

Spinning

Simning inomhus

Fredagar

Simning inomhus

Samt ett antal triathlonträningar som annonserats i triathlonsektionens facebookgrupp.

Under året har medlemmar informerats om verksamheten på KCK:s hemsida och i klubbens facebookgrupper. Flera mailutskick har gjorts via den nya hemsidan. Anslag om klubbens tävlingar har annonserats på sociala medier, klubbens webbsida, olika kalendarier och klubbens anslagstavla.

Under hösten anlidade vi en fotograf som fotade cyklister på mtb-banan då vi länge saknat en bra bildbank med bilder från banan som vi kan använda i marknadsföring av exempelvis Sixtenloppet.

Bioracer har även detta år varit vår leverantör av klubbens cykelkläder. Medlemmarna har kunnat beställa en gång under året.



Cykelklubben har ett gäng sponsorer som bland annat får synlighet på klubbkläderna. Vi är tacksamma för intäkterna från sponsorer, de frivilliga banbidrag som kommer in, pantmaskinen på Ica Kvantum och Svenska spel. Bidragen hjälper oss att fortsätta utveckla både verksamheten och anläggningen.



ANLÄGGNINGEN

Klubbstugan är fortsatt navet i vår verksamhet, framförallt MTB-verksamheten men även samlingspunkt för Lvg-träningar och som möteslokal för styrelsen.

MTB-banan är populär både bland klubbens medlemmar och besökare från annat håll, vi får mycket beröm för våra spår, detta kräver ju ett visst underhåll som görs både under fixardagar och löpande vid behov. Det löpande underhållet sker när det t.ex fallit träd över mtb-banan eller när det behöver blåsas löv från banan.

Fixardagarna under året har varit välbesökta. Den 2 september var det till exempel 15 personer med och grusade banan på delar som blivit skadade av regnet. Fixardagen den 7 oktober var även den välbesökt då vi förberedde både banan och annat inför Sixtenloppet genom att bland annat röja sly och gräs i cykelparken.

Under året har vi även placerat ett antal bänkbord som vi fått från Knivsta kommun i cykelparken. Detta efter att vi genomförde en lite större insats för att fixa dräneringen. Cykelparken har tyvärr drabbats av mindre skadegörelse under året då någon sparkat sönder staketet på den övre plattan.

Under hösten har det också växt fram ett intresse för områdets historia. På ett ställe har en skylt satts upp vid en mur som förklarar varför muren finns där. Vi har också fått mer information om områdets historia via mail till styrelsen. Klubbens revisor Siwert har gjort lite efterforskningar som ni kan läsa på nästa sida.



Om Gredelby skjutbana - av Siwert Jansson

Jag frågade många knivstabor, men ingen kände till historien om stenmuren. Till sist fick jag en ledtråd som ledde mig vidare till svaret. En av personerna jag frågat hade ställt frågan vidare till en äldre utflyttad knivstabo. Personen drog sig till minnes att han hört att det hade legat en skjutbana på Gredelby.

Jag började fråga gamla skyttar i Knivsta. En dag träffade jag en som hållit på med skytte under större delen av sitt liv. Han hade inte hört talas om skjutbanan i Gredelby. Men han började läsa igenom gamla skyttedokument och efter ett par dagar fick jag kopia på ett dokument daterat 1950 med namnet **50 år sedan Knivsta skytteförening bildades.**

Där kunde man bland annat läsa följande:

År 1900 bildades Knivsta – Vassunda skytteförening. Tre år senare delades den i Knivsta och Vassunda skytteförening. Första året hade föreningen ett 70- tal medlemmar som sköt med remingtongevär på skjutbanan vid Oleda gård. Instruktör var den indelte soldaten R. Skog i Oleda. 1904 flyttades skjutbanan till Gredelby där skjutning kunde ske mot tre tavlor i stället för två vid Oleda.



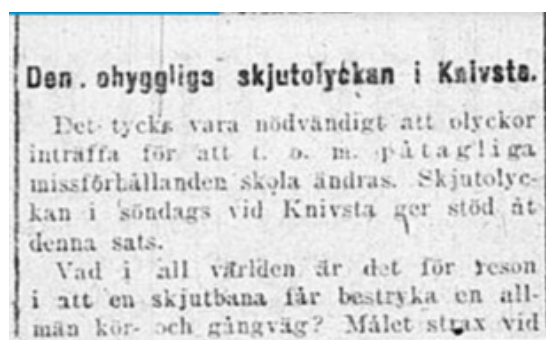
Där kom svaret jag sökte. Föreningens verksamhet upphörde 1920 mycket beroende av **en olyckshändelse under pågående skjutning** på föreningens skjutbana.

Man reste stenmuren och fyllde på med jord/sand framför. På så sätt fick man ett kulfång till skjutbanan. Då dök nästa fråga upp. Det går en väg där i dag, man kunde väl inte skjuta över vägen? Jag började söka i gamla kartor för att se vad vägarna gick i början av 1900-talet. På Riksarkivet hittade jag en karta från 1860-1865, då hade Boängsvägen samma sträckning som i dag. Kan det vara en möjlig förklaring till olyckshändelsen?

I UNT:s arkiv hittade jag den här artikeln från 1918-10-16:

Den ohyttiga skjutolyckan i Knivsta.

Det tycks vara nödvändigt att olyckor inträffar för att t.o.m. påtagliga missförhållanden skola ändras. Skjutolyckan i söndags vid Knivsta ger stöd åt denna sats. Vad i all världen är det för reson i att en skjutbana får bestryka en allmän kör och gångväg? Målet strax vid ena sidan och skjutplatsen långt åt andra hållet. Så har icke ens militären fått breda sig. Det ligger flera gårdar i närheten vars invånare måste förbi det kritiska ställe när de bege sig till eller från stationen eller bygden. Ofta måste de stanna och hojta åt skyttarna för att bli observerande innan de törs passera.



Fröken Rydberg har flera gånger för bekanta beklagat sig över det besvärliga förhållandet. Det kan invändas att hon ej vänt sig åt rätt håll med klagomålen men man tycker sig ha på känn huru pass mycket några framställningar om ändring skulle ha åstadkommit. Nu efter detta får man väl i förnuftets namn hoppas på en tryggad tillvaro för skogsborna i trakten.

S. Lundgren.

Vad hände sedan med Knivsta skytteförening?

Under andra världskrigets första år kom skytteintresset åter och med vägmästare Sven Lindberg och köpman Rolf Thornvik, som initiativtagare, beslöt att sammankalla intresserade Knivstabor till offentligt möte den 14 februari 1940. Där beslöt att verksamheten skulle återupptas. Lundqvist och Hudén Tegel och Trävaru AB upplät mark vid Skräddartorp. (Några hundra meter norr om Knivstas återvinningstation). 1945 hade föreningen 150 medlemmar. Skytte bedrevs där fram till 1970. För många knivstabor kallas branta backen på eljusbanan fortfarande för **skjutbanebacken**. 1970 slogs Knivsta skytteförening ihop med Husby-Vidbo-Lagga-Knivsta skytteförening. (HLK.) Skytteverksamheten bedrevs på skjutbanan vid Risberga i Långhundra. Efter ca 110 års verksamhet upplöstes skytteföreningen, mest beroende på vikande intresse och ökande kostnader.

Landsvägscyckling



Landsvägscykelträningen utomhus har bedrivits i huvudsak mellan april - september. Träningarna har oftast varit gruppcyckling med olika fartgrupper på tisdagar, mer intervallbetonat på torsdagar och distanspass på söndagar. På tisdagar fanns ofta en ledarledd klunga där ungefärlig fart var 30-33 km/h.

Knivsta CK anordnade en satsning på Vätternrundan där ambitionen, likt året innan, var att ta sig runt den stora sjön under 8 timmar. Utöver ett antal KCK-medlemmar deltog även cyklister från andra klubbar i satsningen. Förutom tryckande hetta var förhållandena mycket fördelaktiga, och gruppen tog sig i mål på 07:49. Samarbetet med Team Alten samt ett välsmort langningsförfarande bidrog till ett lyckat lopp och en bra modell för framtida satsningar. På väg till Motala ringde dessutom Radio Uppland upp och gjorde en intervju med en av deltagarna i snabbgruppen.

I början av augusti anordnade Knivsta CK en cykeltävling i form av ett GP-lopp i centrala Knivsta. Loppet kördes som en del i SMACK-serien. Start och mål var vid CIK och sedan fick cyklisterna åka i en varvbana under 40 minuters tävlingsheat. Det var 37 deltagare, tyvärr inga kvinnor. Radio Uppland uppmärksammade loppet i ett kort inslag där de intervjuade en av de som var med och arrangerade, David Lundquist.

Den 4 juli gick tisdagsträningen förbi Arlanda test track där vi fick öva kurvtagning, sprinter och annat skoj.

Knivsta CK:s motionslopp på landsväg, Thunmansvängen, genomfördes i enkel och gemytlig regi den 9 september med 17 deltagare. En viss dramatik utspelade sig några kilometer från mål, då två cyklister kolliderade med en bil. Lyckligtvis i låg hastighet och utan några allvarliga skador. Efter målgång bjöds deltagarna på smörgåsar och gofika.





Triathlon

År 2023 har klubbens medlemmar synts på tävlingar både nationellt och internationellt. I Jönköping deltog Aura Alarcon och Daniel Schön i 70.3. Åsa Miemois och Carl Miemois tävlade i Lathi 70.3. I augusti åkte Thomas Lindström till Tallinn och körde IM. I början av augusti körde Lars Lindvall, Åsa Miemois, Matilda Jakobsson Blom, och Carl Miemois Stockholm triathlon Olympisk distans.

I augusti var det återigen dags att åka ner till Kalmar och köra Ironman på fulldistans. Deltagare från klubben: Åsa Miemois, Matilda Jakobsson Blom, Fräs Jan Jonsson och Ola Sundh. Aura Alarcon och Carl Miemois tävlade i Sala Silverman i augusti. Många klubbmedlemmar har även genomfört ett antal swimrun- och löptävlingar under året.

Den gemensamma simträningen på Hälsohuset har fortsatt med två tillfällen i veckan från mitten på september. Träningen är mycket uppskattad och vi brukar vara mellan 5-8 personer per tillfälle. Under året genomfördes gemensam triathlonträning på onsdagskvällar under perioden maj-september då alla triathlon-moment ingick och det fanns en cykel- och prylvakt på plats vid träningen. Förutom den gemensamma triathlonträningen har det anordnats några träningsevent och flera gemensamma simningar i Valloxen under utesäsongen. Exempel på träningsevent som arrangerats är Knivsta Backyard Ultra där man springer en bana en gång i timmen i så många timmar man orkar. Cykelträning har genomförts tillsammans med klubbens ordinarie tillfällen för både landsväg och MTB.

Simbanan i Valloxen kom som vanligt på plats i början på maj och togs upp i mitten på oktober. Vi lyckades reparera den tredje bojen så banan blev komplett i år. Banan är mycket uppskattad inte bara av klubbens medlemmar utan även av övriga sjösimmare från Knivsta, Uppsala och Norra Stockholm.





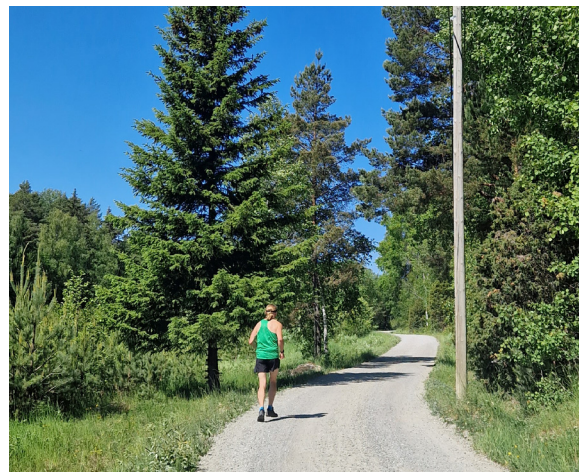
KNIVSTALOPPET 5 maj 2023

Under 2023 fyllde Knivsta kommun 20 år. Som en del av firandet genomförde kommunen ett löplopp. Knivsta Ck tillfrågades om att vara för- och eftercyklister under loppet vilket vi också ställde upp som. Förutom att cykla före ledaren i varje klass samt den sista löparen på varje sträcka hade vi också ett antal deltagare i loppet. Och det visade sig att det går alldeles utmärkt att springa i cykeltröjor. Våra medlemmar knep totalt tre pallplaceringar i loppet. Marcus Österman var snabbast på jubileumssträckan 20 km för herrar och Matilda Jakobsson Blom tog andraplatsen i damklassen på samma sträcka. Christine Tedenlind knep förstaplatsen i damer 10 km.



Friskvårdsutmaningen

L100 utmanade Knivsta Ck och Vassunda IF inför årets Hitta ut i en föreningsutmaning. Utmaningen gick ut på att medlemmarna i respektive förening skulle registrera så många kontroller som möjligt. Knivsta Ck låg länge bra till, men blev omspurtade under hösten av orienterarna i L100 som tog hem utmaningen med god marginal.



Mer träning och lite tävling

Under vinterhalvåret har vi erbjudit våra medlemmar gratis spinningpass och simning i Hälsohuset och intervallträning på e-cykelplattformen Zwift. På grund av att våren var ovanligt sen och snön låg kvar en bit in i april förlängdes spinningssäsongen. Några av klubbens medlemmar har också tävlat i Swecup i e-cykling.

Mountainbike

Barn och ungdom

Under säsongen har vi haft omkring 50-60 barn och ungdomar i träning. Dessa har instruerats av 10 huvudledare varje tisdagskväll under säsongen. Som alltid är det fullt ös under träningstillfällena.

En av höjdpunkterna under säsongen var när Calle Friberg kom och besökte oss en tisdagsträning. Han visade en del tricks och hade en träning för de lite äldre barnen.

Tävlingsnärvaron bland barn och ungdomar under 2023 är mindre än vi skulle önska och vi behöver jobba mer med att få fler att tävla.

Våravslutningen hade vi på Sigtuna bike Park och det var full fart med både test och upptäcksfärd på Sigtunas fina banor och fika. Höstavslutningen var på Sävja Pumptrack.

Vuxna

Måndagscyklingar har under året genomförts i skogarna runt Knivsta.

Den 10 september stod vi värd för avslutningen i Upplandscup mtb. Över 100 cyklister deltog och vädret visade sig från sin bästa sida.

De 8 oktober arrangerades Sixtenloppet och Lilla Sixtenloppet vid Knivsta mtb-spår. Vackert kyligt höstväder men tyvärr få deltagare som cyklade dock lyckat arrangemang för övrigt. Bra banläggning, tidtagning med racetimer, markaförsäljning och många engagerade funktionärer. Vi hoppas att detta var ett bra startskott för mer deltagare i framtida Sixtenlopp. Ck Uni vann klubbtävlingen med 61 varv mot Knivsta Ck:s 58 varv. Skil sponsrade med fina priser.



