

«EN RAR GREIE SOM VI HAR FUNNET PÅ SJØL»



CRUX KONKURRANSE PÅ LØRDAG: Her gjør Hanne seg klar for "Stairway to heaven", vanskelig hinder (Crux) nr. 2 i årets sti. Bonusen er å få opp pulsen, sier Hanne

PÅ SYKKELTUR SAMMEN I SKOGEN FIKK OLE HENRIK IHLENBERGER OG PÅL VALBJØRK IDÉEN Å LAGE EN SLAGS KONKURRANSE AV DET MORSOMSTE DE HOLDT PÅ MED – FORSERE VANSKELIGE HINDER MED SYKKELEN, UTEN Å SETTE BEINA I BAKKEN. DE LÅNTE BEGREPET «CRUX» FRA FJELLKLATRING, ENDRET FOKUS FRA KONKURRANSE TIL FESTIVAL, - OG VIPS! - I APRIL HVERT ÅR VALFARTER RUNDT 140 DELTAGERE FRA RUNDT OMKRING I DET LANGSTRAKTE LAND TIL ÅRLIGE CRUX SYKKELTREFF I TRONDALEN.

TEKST: KJETIL FØREID OG FRODE HOLSTAD HANSEN. FOTO: TERJE JENSEN.



DUGNADSINNSATS I FORKANT: Alt klart for CRUX før årlig week-end festival i april. FV: Ole Henrik Illenberg Solgaard, Lukas Leiro, Stian Torgersen, Pål Grotnes.

SOSIALT, HUMOR OG GLEDE FOR ALLE: Ole Henrik Illenberg Solgaard kan mer enn å sitte rundt bålet å spise lapskaus med CRUX venner. Her i ferdighetscenteret i Trondalen.

HOVEDGREIA ER DET SOSIALE!

Hva handler dette om, Ole Henrik?

- Hovedgreia er det sosiale, ha det gøy ute i naturen. Koker lapskaus, sitter rundt bålet, noen bor i telt, vi koser oss – og så har vi tilrettelagt for selve sykkel løypa, for de som ønsker å sykle den. Det kommer rundt 140 deltagere fra hele Norge. Mest Oslo, men også Bergen og Ålesund. Fredag er det sosialt i marka, lørdag mest sosialt kombinert med sykling og søndag «vi sees igjen». Vi er alene om en sånn type festival i Norge, og klima her på Gressvik er ideelt i april. Det har vist seg at folk liker å treffes over en hel week-end, forteller Ole Henrik.

Ole Henrik og Pål viser Gressvikingen programmet og lista over løypa. Vi merker oss de kule navna på de ulike hinder: «Stairway to heaven», «Knust egg», «Dogshit», og ni til – helt til siste Crux: «La finale».

- Crux kan på en måte sammenlignes med trial i motorsykkelmiljøet. Og et Crux er et vanskelig hinder å sykle gjennom, uten å sette beina i bakken. Vi preparerer løyper og lager hinder, og i selve konkurransen er det i år 13 crux å forsere.

Er miljøet og aktivitetene deres åpent for de fleste?

- Terskelen er lav for å være med, og det

fenger mange i alle aldre. Vi er en «useriøs» og uformell gjeng. Av de rundt 140 deltagerne er det kun rundt 40 som deltar i selve konkurransen, for det er det sosiale som er viktigst. 40 stk. i selve konkurransen er helt ideelt, for da slipper vi kø. Vi deler opp puljevis. Og vi forsøker å tilpasse for absolutt alle, - har også egne jentegrupper, og spesielle tiltak for de med handicap.

NY OG MER GLEDE PÅ GANG FOR LOKALBEFOLKNINGEN

Sykkelgjengen har allerede bidratt mye til lokalsamfunnet på Gressvik. Blant mer har de laget en flott gangbro over et tidligere myrområde, på vei mot sprinkelet. Mens gutta jobber på dugnad for å preparere gode Crux før festivalen forteller Ole Henrik at det er videreutvikling av anlegget på gamle banen i Trondalen på gang.

- Nå skal vi lage et nytt anlegg, som blant annet barn i lokalmiljøet kan få glede av. Gjensidige stiftelsen gjennom å bidra økonomisk vært med på at vi får anledning til dette. Vi gjør det meste selv, men får profesjonell hjelp til selve banen. For det er en kunst å lage! Den asfalterte delen av banen kalles en «pump-track», man kan pumpe seg i stor fart gjennom banen - uten å bruke pedaler, forteller Ole Henrik.

FAKTA:

Medlem i Norges Cykleforbund (NCF) høsten 2013.

Medlem i Gresvik IF: Våren 2014

Årets høydepunkt: Crux festival (april)

Leder sykkelavdeling i GIF:

Hanne Holmstrøm

Kan nås på:

Les mer: GIF Klubbhåndbok, del 5 – sykkelgruppa på gresvikif.no (fane «klubbhåndbøker»)

