

NCC ryttermøde mandag den 4. februar 2013 kl. 19 i Falckvænget nr. 1

Traktement: øl/vand og snacks

DAGSORDEN - REFERAT:

Sommerens arrangementer: se kalenderen med bestyrelsens oplæg til datoer og arrangementer:

- **Sæsonstart** søndag den 24. marts 2013 kl. 09.30 fra Møllemarkskolen
I forbindelse med annoncering og omtale af sæsonstart nævnes de fire grupper samt at der trænes omkring to timer, hvor der køres ca. xx km.
- **Træningstider** fra Møllemarkskolen: tirsdag og torsdag aften med holdkaptajner, lørdag og søndag=helligdag - se www.nakskov-cc.dk
- **Holdkaptajner tirsdag og torsdag aften** til blå gruppe(Anny) - grøn gruppe(Kim Westen) - gul gruppe(Ove Christensen, Poul Rasmussen, Freddy Thygesen) og rød gruppe(Kim Schou, John Zajak og Per V. Hansen).
Konklusionen på en snak om holddeling blev, at vi kører et par uger, hvorefter vi/holdkaptajnerne finder ud af, om den enkelte rytter får det forventede ud af træningen.

Datoer for nedennævnte arrangementer - se www.nakskov-cc.dk

- Arrangementer
 - 1.000 m rekordforsøg tirsdag aften på Højevej kl. 19 efter opvarmning
 - 10 km. rekordforsøg tirsdag aften kl. 18 på 10 km.-rute med start fra Vindeby kirke.
 - ❖ Hjælpere: starter, hjemtager og kontrol ved Hedemøllevej/ Keldsløkkevej
 - 20 km. rekordforsøg lørdag kl. 13.30 fra Skandsen i Nakskov til Langø/retur
 - ❖ Hjælpere: starter, hjemtager og 2 pers. ved vendepunktet i Langø.
 - 100 km. rekordforsøg køres søndag kl. 10 på 10 km.-rute med start/mål ved Vindeby kirke
 - Rekordforsøget kan køres dels som 100 km. rekordforsøg, dels som "hvor mange omgange á 10 km. kan du gennemføre fra kl. 10 - 13.30?", hvor alle klubbens medlemmer har mulighed for at deltage.
 - ❖ Hjælpere: starter, hjemtager(e), kontroller Hedemøllevej/Keldsløkkevej
- Pokalkørsel køres på 18 km.-ruten med start og mål på Asserstrupbakken
 - ❖ Hjælpere: starter og hjemtager
- klubmesterskab ENKEKTSTART køres tirsdag aften kl. 18 på 10 km. rute(10,130 km) med start fra Asserstrupbakken. Børn 10 km. - motionsmester: damer 20 km - herrer 30 km. - klubmester damer 30 km. - herrer 50 km.
 - ❖ Hjælpere: startet, hjemtager og kontroller
- Lolland-Falster Mesterskaber 2013
 - LFM es arrangeres af LFCK
 - LFM ss køres tirsdag aften kl. 18 på LFM-ruten fra 2011 med start og mål i Birket
 - ❖ Hjælpere: starter/hjemtager, 2 - 3 kontroller samt skiltefolk.
- Stjerneløb køres lørdag kl. 13.30 med start og mål på Asserstrupbakken
 - ❖ Hjælpere: starter/hjemtager og skiltefolk
- Diplomkørsel - 30 km. ES - med start og mål i V. Karleby køres tirsdag aften kl. 18
 - ❖ Hjælpere: starter og hjemtager samt 2 pers. til vendepunkt i Birket

- Sommerløb, der afløser sommercup, køres som 3 selvstændige løb lørdag kl. 13.30:
 - linjeløb på 7,6 km.-ruten med start/mål i V. Karleby
 - linjeløb på LFM-ruten med start og mål på Vedbyvej
 - linjeløb i Vestenskov med start og mål på Skovbyvej
 - ❖ Hjælpere til alle arrangementer: starter/hjemtager, kontroller på LFM-ruten samt skiltefolk

- REGLER:
- Deltagere: motionister (herrer, damer, børn) der starter samlet med distancer tilpasset hver af de tre grupper
- præmier: en præmie - 100 kr. - til vinderen i hver gruppe - samt lodtrækningspræmier
- skiltefolk: deltagere i sommerløbene

- ??? på kalenderen ved de tre weekender i september 2013: forslag fra Anne Nicolaisen om at arrangere en tur til Møn med cykling lørdag eftermiddag og/eller søndag formiddag med overnatning på vandrerhjem.
 - Anne Nicolaisen undersøger muligheden for overnatning på vandrerhjem
 - Arne Larsen laver cykelruter

- NCCs åbne løb lørdag den 8. juni 2013 i Birket
- Lollandsløbet i samarbejde med Lions Club søndag den 18. august 2013 fra Lienlund
- Hjælpermøde i forbindelse med ovennævnte løb onsdag den 20. marts 2013 kl. 18.30 - indbydelse følger på www.nakskov-cc.dk samt på mail til tidligere hjælpere.

Venlig hilsen bestyrelsen - Anny