

Kære alle

Sponsorer, frivillige og deltagere i Team Motion

**Team Motion er klar til en ny sæson**

Vinteren er ved at slippe taget i os. Foråret er på vej, og det er ved at være på tide, at vi får gravet cyklerne frem fra deres vinterhi.

I Team Motion tripper vi for at komme i gang igen, og vi glæder os til at byde både kendte og nye ansigter velkommen til vores træning og årets store tur.

**Vi tager en tur til Vejle**

Apropos årets tur, så går den igen i år til Vejle, hvor vi senest var i 2019.

Turen afvikles fra fredag den 18. august til søndag den 20. august. Som sædvanligt vil vi køre i tre hastighedsgrupper: 25 km/t, 27½ km/t og 30+ km/t, så der er noget for enhver smag og kondition. Sammenlagt bliver det til ca. 400 km hen over den forlængede weekend. Lidt kortere for 25-holdet, lidt længere for 30+.

Terrænet omkring Vejle er kendt for ikke at være blevet jævnet særlig godt ud, så der bliver god brug for at trampe i pedalerne. Men som altid vil det sociale være i højsædet, både undervejs på ruten, men ikke mindst på ”bagsmækken” og under aftensmaden. Samtidig vil der igen i år blive afviklet en eller anden form for spas på cyklen lørdag eftermiddag.

Vi forventer at skulle overnatte på Vejle Center Hotel. Deltagelse i turen inklusive en Team Motion-cykeltrøje, fuld forplejning undervejs og overnatning i delt dobbeltværelse koster 2750 kroner. For et tillæg på 500 kroner kan man få enkeltværelse.

Klik på dette link for at tilmelde dig: [Team Motion Turen 2023](https://www.sporti.dk/event/activity.php?id=9624)

Ved tilmelding før 1. maj 2023 er du sikret, at der er en cykeltrøje med i prisen. Ved senere tilmelding kan vi ikke garantere, at der er en trøje, men vi bestiller ekstra.

Vi håber på god opbakning til turen. Ud over at vi hygger os og får en masse god motion, så er der tilmed den gevinst ved turen, at overskuddet bruges på udsatte unge.

**Træning med nye aspekter**

Vi indleder vores fællestræning om nogle uger alt efter, hvornår foråret vinder fægtekampen mod vinteren. Følg Team Motion Fællestræning på Facebook for nærmere information om startdato.

Der er træning med start fra Sønderrishallen på søndage klokken 9.30 og onsdage klokken 17.00.

Vi vil i år gøre en ekstra indsats for, at vi både kan rumme nybegyndere og de mere øvede på vores træningsture ved om muligt at køre med to hold med forskellig hastighed samt at lægge ruterne, så der er mulighed for at skære turen af, hvis man ikke ønsker at køre så langt.

Vi arbejder desuden på at etablere et træningssamarbejde med SGI Cykling, så vi med mellemrum tager en søndagstur sammen.

**Få bakketræning i kalenderen**

En fast tradition i Team Motion er den årlige bakketræning i området omkring grusgraven i Tørskind. I år bliver det søndag den 4. juni med start klokken 10.00. Når vi mener, at vi har fået kørt højdemeter nok, hygger vi omkring en tændt grill.

Sæt allerede nu kryds i kalenderen. Nærmere information følger.

**Ny holdopstilling**

Holdet bag Team Motion, også kaldet bestyrelsen, har på følgende vis konstitueret sig efter generalforsamlingen i januar:

Formand: Lone H. Petersen

Næstformand: Lars Houmøller

Kasserer: Kirstine Sørensen

Sekretær: Bent B. Wolf

Bestyrelsesmedlemmer Kim Stage og Jesper Nørgaard

Vi ses på landevejen

Bestyrelsen