

## NOVEMBERBREVET 2009



### RANDONNEURÅRET 2009

Randonneuråret går mot sitt slut. 2009 arrangerade vi åtta lopp som tillsammans hade 156 startande. Detta är en rejäl ökning gentemot 2008 då vi hade 88 startande fördelat på sju lopp.

### SUPERBREVET SCANDINAVIA



Fyra klubbmedlemmar, Torbjörn Wikland, Girard De Leye, Henrik Eriksson och Åsa Pettersson deltog i Superbrevet Scandinavia. Torbjörn Wikland har skrivit en förtjänstfull berättelse av detta underbara lopp som du hittar på <http://www.fredrikshof.se/5015>.

### SUPER RANDONNEUR

Tio klubbmedlemmar erövrade Super Randonneur utmärkelsen: Henrik Eriksson, Jan-Olov Jansson, Johan Nyander, Marcus Persson, Åsa Pettersson, Bengt Sandborgh, Niklas Wennberg, Torbjörn Wikland och Björn Östervall. Vi var extra imponerade av Björn och Marcus som var nybörjare i år.

### RANDONNEURINTRON

Randonneurintron blev även i år en succé med 29 anmälda. Denna gång delade vi in oss i två hastighetsgrupper vilket var uppskattat.

### RANDONNEUR 5000

Under åren 2005 till 2009 har tre klubbmedlemmar erövat utmärkelsen Randonneur 5000: Girard de Leye, Johan Nyander och Niklas Wennberg. För att vara kvalificerad till denna medalj ska man bland annat köra PBP, 100-mila, Fleche och andra randonneurlopp för en total distans av minst 5000 km under en fyraårs period.

### 2010

2010 är ett år vi tänker hårdatsa.

### BREVETLOPP 2010

Nyheter 2010:

**Nedräkningen:** Vi förlänger säsongen med fyra lopp som är placerade som en nedräkning efter semestern.

**Ny startplats:** Ny startplats i Tumba som ligger söder om stan därifrån hälften av starterna kommer att utgå.

**Fyra nya Breveter:** Ifrån Tumba blir det 4 nya breveter, fördelade på 20, 30, 40 och 60 mil. Det vill säga en hel brevet serie.

### VÅRA BREVET LOPP

#### STARTPLATS TÄBY

200 km	300 km	400 km	600 km
2010-04-10 08:00	2010-05-01 07:00	2010-05-15 05:00	2010-07-03 06:00
		2010-09-11 05:00	2010-08-28 06:00

#### STARTPLATS TUMBA

200 km	300 km	400 km	600 km
2010-03-27 08:00	2010-04-17 07:00	2010-05-08 05:00	2010-06-05 06:00
2010-10-09 08:00	2010-09-25 07:00		

---

## FLECHE

---



Fleche Nordique är ett 24 h lopp där randonneurer möts på toppen av Billingehus klockan 10:00 den 23 maj efter att ha cyklat i 24 h. Det är ett laglopp, som ges vartannat år, där varje lag skall ha minst 3 och högst 5 deltagare. För att infria ambitionen att ställa upp med flera lag i Flechen så skall vi underlätta deltagandet genom att ordna cykeltransport ifrån Skövde och hjälpa till med gruppindelning. Vi har tänkt oss att man kan anmäla intresse och önskat rullsnitt så skall vi försöka para ihop lag. Man får givetvis para hop lag på egen hand. För cykeltransport planerar vi att hyra en skåpbil för cyklarna och leta frivillig för transporten (t.ex. någon som är skadad, i dålig form eller bara snäll).

---

## KLUBBSTUGAN

---

Stugan är renoverad och numera finns det en säng för en trött randonneur och en hel del golvutrymme. Ambitionen är att köpa in lite liggunderlag också.

---

## YLLETRÖJOR

---

Vi har ambitionen att ta fram Randonneurylletröjor som vi har tänkt sälja till självkostnad. Tanken är en blågul ylletröja i retrostil där man kan se ett tydligt tygmärke med FIF. Vi ser gärna en tröja som även andra randonneurer kan använda framgent med sina klubbars tygmärke. Skicka gärna dina synpunkter så vi vet att om vi är inne på rätt spår.

---

## RANDONNEURINTRO

---



Utbildningen kommer att ske vid ett separat tillfälle på Fältöversten och sedan kör vi gemensamma nybörjargrupper vid en ordinarie 20-milare. Genom att ha utbildningen vid ett separat tillfälle får vi mer tid att gå igenom vad man behöver kunna och att man kan förbereda sig på rätt sätt. Vi kommer enligt önskemål att lägga mer fokus på nattcykling och hur man löser problem längs vägen. Var det något som du tycker att vi missade vid våra tidigare randonneurintroduktioner? Hör gärna av dig med synpunkter.

Om det finns intresse finns så kommer vi även genomföra Mekarkväll där vi lär ut vad en randonneur bör kunna meka i fält. (text laga punka, trasig växelväjer, justera växlar, rikta hjul, justera bromsar, laga trasigt däck, fästa grejer som lossnat, trasig kedja).

---

## PBP KVOTERING

---



Ledningen för PBP har meddelat att de har ambitionen och jobbar för att alla som kvalificerat sig skall få starta 2011. Om de inte lyckats med detta så kommer de att kvotera platserna. Vi jobbar i nuläget med att finna gemensamma regler för en fördelning av Sveriges tilldelning av platser. Vi hoppas att reglerna inte skall behövas användas. Vi kommer att gå ut med reglerna när vi har kommit överens med övriga klubbar och med Frankrike.

---

## RANDONNEURUPPTAKT

---

Vi har tänkt ha ett upptaktsmöte i januari inför säsongen.

---

## SAKNAR DU NÅGOT?

---

Randonneurläger, randonneurträningar eller sociala randonneuraktiviteter? Hör av dig om vill du hitta på något så kan Hofvet hjälpa dig! Tillsammans fixar vi det mesta.

---

## VÅRA NYA BREVETER

---

Den stora nyheten i år blir 4 stycken helt nya breveter som utgår ifrån Tumba. 20 och 30 mila är helt färdigrekade med färdigskrivna vägnötter. 60 och 40 mila håller vi på och rekar. Vi har ansträngt oss för att hitta små kurviga vägar och försökt att variera oss så att de inte blir upprepningar av varandra. Vi har även gjort vårt yttersta för att hitta vacker natur och

kuperade avsnitt. Grusvägar har varit bannlysta. Vi har dock funderat på att ompröva vår grusvägsinställning för att kunna ta oss till vägpärlorna utan att använda 2+1 vägar.

---

## 20 MILA SÖDER

---



Fredrikshofs nya 20-milare kan beskrivas som en infjäskande brevet med något av det vackraste Södertörn kan bjuda på. 20-milaren håller sig i närheten av Stockholm så det inte känns så långt hem för den ovane randonneuren. Turen börjar på Södertörn med underbara småvägar ut till Torö där vi stämplar i skärgårdsbutiken (eller i P-automat BA 1000 om någon mot förmodan skulle få storstadsabstinens) därefter tar vi serpentina vid Stora Vika på väg mot Södertörns bästa pizzeria i Sorunda, bara den är värd ett besök. Efter lunch kör vi de härliga backarna vid Fituna och njuter av naturen. Sedan beger vi oss mot Skansundet via Kagghamrabackarna. Där blir det färja för att sedan prova på turens första platta och raka avsnitt på Mörkö. I Vagnhärad blir det stämpling och därifrån kör vi småvägarna upp till Gnesta. Från Gnesta kör vi den trevliga bakvägen via Yngern till Södertälje och sedan åter till Tumba via Hallbacken.

---

## 30 MILA SÖDER

---



30 mila Söder är Sörmland när det är som bäst. Den är lättcyklad med gott om sträckor där man kan mata på utan på något sätt vara tråkig utan man njuter konstant av naturen.

Efter starten i Tumba tar vi oss ut via Uttran till gamla riksettan där vi hakar på gamla 40 mila i höjd med Bornsjön och kör den härligt böljande och i stort sett bilfria riksettan in mot Södertälje. I Södertälje passerar vi den klassiska klaffbron för att fortsätta ut på Gamla Strängnäs vägen som även den är rak och lätt böljande. Vi håller oss på denna tills vi kommer till Läggesta strax utanför Mariefred där vi stämplat på Caféet. Sedan beger vi oss mot historisk mark genom Sveriges vagg (Runtuna) och gör sällskap med Eriksgatan. Sträckan Mariefred-Stigtomta beskrivs av många randonneurer som en av deras favoritavsnitt. Det enda negativa som kan sägas om valet av sträcka är att det möjligtvis är strått vassare åt andra hållet. I Stigtomta gör man säkrast i att inte äta på Grillen/Pizzerian. En macka på macken eller en bulle på det väl dolda caféet är ett mycket bättre val. Lunchen får vänta till Golfbanan i Jönåker, hotellet i Stavsjö eller Oskarshalls Café med utsikt över Bråviken. Ifrån Stavsjö rullar man ner till gamla E4 där man kommer in på en platt rak väg där man kan mata på. Det dröjer inte länge innan man är i Kolmården och det gäller att inte missa Caféet och stämplingen i början av Backen. Utsikten därifrån är magnifik men det bästa är att vänta. Cyklingen längs norra kanten fram till Nävekvarn är nog den finaste sträckan som finns i Sörmland. Därefter beger vi oss mot Nyköping via Bränn-Ekeby.

I det vackra Nyköping är det dags för en fika därefter beger vi oss kustvägen norröver. En mycket vacker och trevlig sträcka som är förvånansvärt fri från trafik. Efter Vagnhärad kör vi hem via Mörkö och Skansundet en sträcka som är svår att motstå. Vi räknar med att 30 mila Söder blir beroendeframkallande.