

2015

TourTråkk - Referat



Knut Helgesen

Nine o'clock Sharp Tour

04.11.2015



Innholdsfortegnelse

TourTråkk - Prolog - 11/4 2015	4
Tradisjonell Prolog med utradisjonelle veivalg.....	4
TourTråkk 01 – Gruppe 1 - 18/4 2015	6
En noe uryddig etappe 1!.....	6
TourTråkk 01 – Gruppe 2 - 18/4 2015	7
Teoriøkt om trygg sykling.....	7
TourTråkk 02 - 25/4 2015	8
Artig og flott, kaldt og vått, men hvor var vi?.....	8
TourTråkk 03 – Gruppe 1 - 2/5 2015	9
Sol, kanelboller, taktiske finesser og alvorlige brudd på Tour tråkks kommende statutter!!.....	9
TourTråkk 03 – Gruppe 2 - 2/5 2015	10
Flott tur i flott vårvær.....	10
TourTråkk 04 – Gruppe 1 – 9/5 2015	12
Obelisk, Paradis og Gamle Drammensbanen som definitivt var stengt!	12
TourTråkk 04 – Gruppe 2 – 9/5 2015	14
På nye stier i Bærum	14
TourTråkk 04 – Gruppe 3 – 9/5 2015	16
Joars solotour	16
TourTråkk 05 – Gruppe 1 – 16/5 2015	17
StiTour i Østmarka (eller BærunsBønder på østkant-raid....).....	17
TourTråkk 05 – Gruppe 2 – 16/5 2015	19
Ventilhetter må også passast på!	19
TourTråkk 06 – Gruppe 1 – 23/5 2015	20
Det gikk litt over styr(e) for noen på etappe 6!	20
TourTråkk 06 – Gruppe 2 – 23/5 2015	22
Tre sting og skummel hoggorm	22
TourTråkk 07 – Gruppe 1 -30/5 2015	24
Vått, vått , vått – og (etterhvert) kaldt, kaldt, kaldt.....	24
TourTråkk 07 – Gruppe 2 -30/5 2015	25
Det skal VELDIG mye til for å avlyse en TourTråkk-etappe!.....	25
TourTråkk 07 – Gruppe 3 -30/5 2015	25
Godkjent landeveisTourTråkk på smale hjull!.....	25
TourTråkk 08 – Gruppe 1 -6/6 2015	26
Rolig Tourtråkk i regnet	26
TourTråkk 08 – Gruppe 2 – 6/6 2015	27
Det ble Tour allikevel.....	27
TourTråkk 09 – Gruppe 1 – 13/6 2015	28
Død buorm.....	28
TourTråkk 09 – Gruppe 2 - 13/6 2015	31



Knehøne(r) på tur?	31
TourTråkk 10 – 20/6 2015	32
Hvem skulle egentlig referere TourTråkk 10? Edvald?	32
TourTråkk 11 – Gruppe 1 – 27/6 2015	33
Referat mangler	33
TourTråkk 11 – Gruppe 2 – 27/6 2015	34
Det får du klare sjæl, sier Ola	34
TourTråkk 12 – 4/7 2015	36
Sightseeing på Oslo vest	36
TourTråkk 13 – 11/7 2015	38
Høy fart med interval trening	38
TourTråkk 14 – 18/7 2015	39
Nykommer fullførte NESTEN Lille Birkerunden sammen med garvede Tour-kamerater!	39
TourTråkk 15 – 25/7 2015	41
Alpe d' Huez over Steinshøgda	41
TourTråkk 16 – 1/8 2015	44
Det ble blåtur med under 90 i puls	44
TourTråkk 17 – Gruppe 1A - 8/8 2015	46
Ikke Paradis i Paradis?	46
TourTråkk 17 – Sologruppe 1B - 8/8 2015	47
Krepseleg og søknad om godkjenning	47
TourTråkk 17 – Gruppe 2A - 8/8 2015	48
Knall og fall	48
TourTråkk 17 – Gruppe 2B - 8/8 2015	50
Vi skulle fulgt bedre med da veiviseren viste vei!	50
TourTråkk 17 – Sologruppe 2C - 8/8 2015	51
Pukk og Triathlon	51
TourTråkk 18 – Gruppe 1A - 15/8 2015	52
Boller og mye transportsykling på grusvei	52
TourTråkk 18 – Gruppe 1B - 15/8 2015	53
Opp Mærradalen	53
TourTråkk 18 – Gruppe 2 - 15/8 2015	53
Damene valgte Sollirunden	53
TourTråkk 20- Gruppe 1 -29/8 2015	54
Muskler mot metall i Borgenskogen!	54
TourTråkk 21 – 5/9 2015	56
Referat mangler	56
TourTråkk 22 – Gruppe 1A - 12/9 2015	57
Frysjarunden - en klassiker i høstlig omgivelser	57
TourTråkk 22 – Gruppe 1B - 12/9 2015	58
Et lite supplement, fra gruppe 1b:	58
TourTråkk 22 – Gruppe Grimsbu - 12/9 2015	59
Referat mangler, men vi kom i Jardarposten	59



TourTråkk 23 - 19/9 2015	60
Sykkelgruppa viste slagkraft på Jardardagen!	60
TourTråkk 24 - Gruppe 1A - 26/9 2015	61
Terning uten øyne på Løvli!	61
TourTråkk 24 - Gruppe 1B - 26/9 2015	62
Damefølge hjem	62
TourTråkk 25 - Gruppe 1 - 3/10 2015.....	63
Har stisyklister selektiv hukommelse?	63
TourTråkk 25 - Gruppe 2 - 3/10 2015.....	64
Absolutt ingen ting	64
TourTråkk 26 - 17/10 2015 (RingkollTouren).....	65
Alle rakk bussen, fullt utstyrt og klare	65
TourTråkk 27 – Epilog 01 - 17/10 2015.....	67
Med rim på bakken og frost i tærne	67
TourTråkk 28 – Epilog 02 - 24/10 2015 (10:00 Sharp!!)	69
Blåtur på Oslo´s beste vestkant, endte med sykkelhavari	69
TourTråkk 29 – Epilog 03 - 31/10 2015 (10:00 Sharp!!)	70
Stilfull stisyklist fornærmet av retro Vestlending!	70



TourTråkk - Prolog - 11/4 2015

Tradisjonell Prolog med utradisjonelle veivalg

Så er TourTråkk-sesongen 2015 i gang, og vi kan notere oss for stor interesse fra første tråkk. Hele 35 våryre, startklare syklister var på plass ved Prologstart fra Jardarhuset. Vel ikke ALLE var der før 0900-sharp, men godt nok til å være Prolog. At Overlærer Nervold først var på plass 09.01.15 ser vi på som et hendelig uhell, men at Erik Klatremus rullet inn 09.02.20 er vel mer som det pleier å være!



Hele 35 på start altså, hvorav to blir karakterisert som debutanter, Merete Hagfors og Knut Skov Pedersen, selv om begge vel har sneid innom TourTråkk en gang for lenge siden om jeg husker riktig. Ellers kjente fjes (!) som alle var med i fjor, med unntak av Berger Johannessen, som hadde et friår i 2014. Hele 9 damer var på plass, strålende bra Merete He., Merete Ha., Marianne Sa., Marianne So., Sigrunn, Siri, Siv, Kristina og Lise. Se ellers vedlagte statistikk for komplett navneoppprop.

Ola N ønsket velkommen, ga litt info om sesong, sikkerhet, trafikkregler og –kultur og oppfordret sterkt om Jardar sykkelgruppe-medlemskap, for så å foreta navneoppprop og skissere Prologruta som på sedvanlig vis skulle gå til Bygdøy og Huk og utom Fornebulandet på vei hjem. Det ble også antydnet at det ville bli noen nye veivalg underveis for å krydre Prologopplevelsen. Vi nøyde oss med to grupper denne gangen, Toms TourTur-gruppe og Ola ledet an hovedfeltet.

Allerede nede ved Bjørnegårdsvingen fikk vi første bevis på at det med trafikkregler kan være krevende, da brorparten av gruppa tok innersvingen til VENSTRE for trafikkøya! Skjerpings kreves! Borte ved brua over E18 kom første utradisjonelle veivalg ved at vi tok til høyre og gjennom Musikkskoletunet og inn i skogen ved Solvik båthavn. Det var en lang fin hale som snodde seg gjennom skogen og fortsatte over i Veritasskogen og årets første reelle offroad-parti. Noen hoppet klokkelig av sykkelen da de kjente at terrengformen nok ikke helt var på plass, mens andre hadde bevart følelsen fra i fjor og danset lekende lett over stakk og stein. Ja, nesten da, ved «Knuts skrent», navngitt etter en touchdown i 2012, begikk Jon Ole samme stunt og endte i bakken så det sang. Knut selv satt «tilfeldigvis» klar med kamera både her og der slik at hendelsen kan studeres på sosiale medier! Det gikk rimelig bra, det vil sa at Jon Ole nok ikke er nevneverdig benskjør!

Ved neste båthavn på Skøyen, tok vi også inn til høyere. Noen trodde vi skulle se på bruktbåter, men faktum var at gruppa ble introdusert for en ny, fin og bratt sti opp i Bygdøyskogen. Alle jublet, og Siv litt ekstra, da hun like etterpå lekende lett hoppet over et svært tre som lå over den snarveien hun hadde sett seg ut. At Kjell kalte treet en kvist sier mer om Kjell enn om Sivs prestasjon! Ute på Huk kom vi akkurat i det TourTur-gruppa var i ferd med å vende nesen hjemover etter en litt strakere vei innover. Men gruppa ble samlet og sedvanlig lagbilde ble tatt av Knut. Ruta ut igjen fra Huk ble også lansert som «ny», Ola hadde nemlig vært ut og prøvesyklet dagen før for å forhindre at gruppa ble villedet inn i Bygdøyboernes fornemme hager. Endringen førte oss på fine veier og grusveier og til og med på sti over Kongens eiendom og endte opp med en bratt nedkjøring rett bak Ferd/Bygdøy stadion. Det var bare smil å se, noe som tydet på at veivalget var godkjent! Ved Maxbo Vækerø tok vi igjen av fra alfarvei og inn på kyststien foran Vækerø hovedgård og langs Sollerudstranda og ut rett på østsiden av



Lysakerelvas utløp, et veivalg TourTur-gruppa hadde gjort på turen innover, en riktig fin avstikker var det. Så gikk turen via Lysaker brygge over Polhøgda og rundt om på Fornebulandet til vi nådde Storøyodden, der som isen lå tykk ved Prologen i 2013. Denne gangen var det nok nærmere et bad enn issykling, men vi nøyde oss med stopp for påfyll av mat, drikke og utveksling av erfaringer fra vinterens dvale. Innover langs Holtekilen fulgte vi igjen kyststien på fine plankebroer for så å fortsette videre på nordsida av kilen for å ende opp over en vedhaug og opp i Michelets vei.

Så gikk det som det ofte går på slutten av turene våre, noen blir litt ivrige i fornt, andre henger litt etter av en eller annen grunn, så plutselig var det nok både tre og fire grupper på vei mot Sandvika i litt ulike retninger. Men det ble en fin, om enn litt kald, Prolog for 2015. Så kaldt at noen av oss svingte oss rundt og dro til Mallorca i dag morges, så her er vi, drøye 20 grader og puh.....

Velkommen til etappe 1 kommende lørdag. Den pleier å gå vestover, men den som møter opp får se.

Mvh Ola N.



TourTråkk 01 – Gruppe 1 - 18/4 2015

En noe uryddig etappe 1!

For en nydelig lørdagsmorgen tenkte nok mange - for ved Jardar huset møtte det hele 22 TourTråkkere til årets første offisielle TourTråkk. Med tanke på at et 10 talls TourTråkkere samtidig "ferierer" på Mallorca, må vi si oss svært fornøyd med oppmøtet. I Ola Ns fravær (Mallorca), var det Kjell N som ønsket velkommen og tok regien. Mens prologen forrige helg som vanlig gikk østover mot Bygdøy og Fornebulandet, så er det også nærmest tradisjon at TourTråkk 1 går vestover, så også denne gang. Kjell hadde lagt opp en runde på ca. 4,5 mil, gatelangs ut mot Bødalen, deretter inn Grodalen og så på grusvei, Mølleveien retning Hallenskog, så asfalt igjen ned mot Heggedal og opp mot Dikemark, Asker golf, Skaugum og hjem.

Hvem, hvor og ellers: "Det blir samme tur for alle, men vi deler i to grupper", forklarte Kjell. Han anbefalte alle å være ærlig overfor egen kjørstyrke og velge gruppe etter det. "Det går av erfaring litt for fort i gruppe 1 for litt for mange" sa Kjell, som ville lede gruppe 2 og således argumenterte for at flere enn kun kona Sigrunn burde slå følge. Kun Ole Johan og Merethe Hagfors meldte seg, så gruppe 2 bestod i utgangspunktet av Kjell, Sigrunn, Merete og Ole Johan. Senere skulle det vise seg at gruppa bla noe større!

Gruppe 1 skulle ledes av Steinar N og i følge med ham stilte på rekke og rad; Asbjørn, Hans Andreas, Jonas, Einar, Kristina N, Olav T, Jon Ole, Eivind, Tore, Siri, Knut Petter, Ståle, Conny, Linni, Øivind N, Narve, Dan og til slutt Kjell Keseler som av en eller annen grunn stilte med Ræcer. Han var naturlig nok spent på om han med dette kunne få godkjent dette som TourTråkk-distanse? Denne beslutning overføres naturligvis til TourTråkks offisielle konstitusjonskomité for vurdering. Mulighetene for full godkjennelse er tvilsom, men om mulig bør han få godkjent turen ut til Bødalen som skulle vise seg å ligne mer på et racerritt enn en rolig og sosial offroad TourTråkk tur.

Men før vi kom i gang, foreslo undertegnede opprop og når referent skulle velges ble det «plutselig» også delegert til samme mann. Som oftest er det jo en ære å få skrive referat fra våre mange flotte turer, men det hadde jo vært OK at flere melder seg frivillig for denne oppgaven en dag de føler de har overskudd til å memorere litt av opplevelsene underveis og på eget vis få dem skrevet ned til alles felles glede og minne. Herved er oppfordringen gitt!

Med Jonas, Hans Andreas og Linni i tet ble det full fart fra første tråkk denne dagen. Undertegnede, som ikke er noen morgenfugl, syntes iallfall det gikk fort nok. Med over 20 stk offroadere langs landevegen måtte vi nesten holde kun en rekke. Det gir mindre prat og dermed også ofte automatisk en fartsøkning. Så også her. Der vi kunne ble det syklet på fortau, men da vi nærmet oss Vollen begynte gruppen å dele seg, noen langs vegen og noen på fortau, og noen var usikre og hoppet litt fram og tilbake, og farten var stadig ganske så høy. Undertegnede beordret således stopp for hele gruppen i en busslomme for en peptalk. "Det går etter min mening generelt for fort, og vi er for mange i stor fart rett etter hverandre både på veg og fortau, vi må heller dele oss i mindre grupper", var min anbefaling. Gruppeleder Steinar ønsket at alle skulle sykle på fortauet, mens Hans Andreas argumenterte derimot sterkt for at det var helt uansvarlig å kjøre på fortauet så lenge vi ikke senket farten mer. Gruppeleder Steinar forstod at det var dissens i gruppa, og tok det til etterretning. "Alle som vil følge fortau der det er mulig følger meg" sa Steinar og la av gårde. Her har vi nok en sak for konstitusjonskomiteen. Hvordan skal vi sykle med offroad gatelangs? Og hvor fort skal vi sykle hvor?

Rett før vi kom til Bødalen tok vi en stopp for å samle troppene igjen. Narve var ikke lenger sammen med oss. Etter litt rådslagning konkluderte vi at Narve sannsynligvis hadde sluppet seg ned til Kjell sin gruppe 2 som sikkert ikke var så langt bak oss. I Bødalen på veg tilbake mot Heggedal tok Steinar brått en sving til venstre inn på grusveg som gikk svært bratt opp gjennom skogholtet. Dette var en helt ny veg for undertegnede. Oppå plataet åpnet det seg ett vakkert åpent åkerlandskap. Enda en lang bratte og feltet ble strekt over flere hundre meter. Øivind slet i bakkene så undertegnede tok gruppeansvar og la seg sånn midt imellom den fremste gruppen og Øivind slik at jeg så hvor gruppa i front tok vegen og samtidig hadde kontroll med at Øivind så meg. Vel nede ved Heggedal stasjon tok vi de andre igjen. Tror de hadde studert bygningsarbeidet på Heggedal stasjon som snart er ferdigstilt. Opp mot Dikemark ble det igjen sprekk i feltet. Øivind og undertegnede fikk følge av Einar som således dannet halen. Kjentes deilig å få lov til å "taue Einar" et stykke. Blir nok ikke så mange som får den muligheten i år, slik superform som han har kommet i. Ved Dikemark ventet resten av gruppe 1 feltet. Jonas og Hans Andreas tok strake vegen fra Dikemark og hjem. Vi øvrige tok en fin asfaltveg på høyre siden av motorveien mot Asker. Da vi krysset motorveien rett nord for Golfbanen traff vi Kjell og hans gruppe 2. Herfra kjørte de fleste sammen over Asker



golfklubb. Litt ned i vegen tok de fleste av en sti nedover mot Føyka. Undertegnede var imidlertid litt i tidsnød og fortsatte strake vegen mot vegen rett hjem til Tanum.

Uten Garminklokke har jeg ikke noe eksakt mål på distansen, men etter å ha konferert med Kjell N ble det bokført 47 km.

Fra naturens verden: traff 3 små fjordinger i trav.

Til ettertanke: Vi må bli flinkere til å holde gruppene sammen. Så lenge vi er gatelangs er det forsåvidt ikke noe vanskelig å finne hjem om en skulle miste de andre av syne. Verre er det om vi er midt inne i skauen. Oppfordrer derfor gruppeleder om å holde gruppa samla inntil noen gir beskjed selv om at de velger en annen fart og gruppe. Og til alle Tour-deltagere; velg gruppe etter dagsformen. Det er en grunn til at vi i år sier at vi skal velge flere grupper, avhengig av fart og Tour-lengde. Foreslår forøvrig at flere grupper kan sykle sammen et stykke i starten før vi deler lag. Vi trenger ikke haste av gårde i maxtempo fra første tråkk. La spesielt første del være litt mer sosial slik at vi får snakket og hilst litt på hverandre før vi eventuelt måler wattstyrke og kondisjon når det er tid for det.

Men uansett, takk for en flott tur til alle!

Mvh Dan-Evert Brekke

TourTråkk 01 – Gruppe 2 - 18/4 2015

Teoriøkt om trygg sykling

Gruppe to ble som Dan ganske riktig nevnte utvidet til 5 stk , da Narve ventet på oss i Bødalsbakkene. Vi hadde en veldig kontrollert og flott tur, med en liten innlagt teoriøkt om trygg sykling. Merethe Ha., som er ganske fersk i tralten, har kjøresterke så det holder og bør absolutt også ta steget opp på landeveissykkelen og bli med på L-O!

Ellers så understrekes det på det sterkeste, at alle lojalt må følge den som er leder for turen. Ønsker man ikke å sykle med gruppa, ta andre veivalg, kjøre hardere med mer, så gir man beskjed til lederen av gruppa. Skjønte at det ikke hadde vært spesielt trivelig på gruppe 1 i dag.

Foreslår at styret i sykkelgruppa og Ola N med flere legger klare føringer for hvordan TourTråkk på lørdager skal være, både for gr 1,2 og 3.

Mvh Kjell N.



TourTråkk 03 – Gruppe 1 - 2/5 2015

Sol, kanelboller, taktiske finesser og alvorlige brudd på Tour tråkks kommende statutter!!

Løypa var lagt og deltagerne fordelte seg på de tre gruppene. Erik klatremus kom som vanlig 2 min på overtid og slang seg med gr 1, sammen med «nykommer» for året, Ola T, Dan–Evert, som hadde tatt på seg ledervervet, Narve, Tore L, Øyvind Engelstad, Øyvind F og undertegnede Kjell N. Til tross for å ha bodd i området her i over 50 år har stien på nordsiden av jernbanelinja mot Sandvika stått uprøvd. Dan godtok avstikkeren og dermed ble vi forbikjørt av gr 2 som tok snarveien. Før Sandvika tok noen av oss sjansen på å sykle ned trappa ved Birkheim. Dan E er jo ingen typisk terrengspesialist og valgte et C-moment i forkant av trappa som kunne gått skikkelig galt, bare for å slippe ydmykelsen ved å gå av sykkelen. Han hektet i gjerdet og måtte jo da selvsagt av sykkelen, men slapp unna kommentarer!



Det ble satt god fart i feltet fra start. Kjell N hadde jo ikke syklet Enebakk Rundt og satt med masser av overskudd og gode bein. Langs Engervannet fikk vi heng på gr 2 og trodde vi sa takk for oss til dem etter å ha passert de på Blommenholm. Men hovmod står for fall og Kjell punkterte ved Nadderud. Med god assistanse fra flere, og ikke minst Erik, ble det denne gangen gjort etter læreboka. Mens dette pågikk kom gr 2 nok en gang forbi, og det ble gjort en utilgivelig manøver/brudd på god sportsånd av Øyvind Engelstad. Han slang seg med gr 2 da de passerte og mer så vi ikke til ham. Slikt gjør en bare ikke!!!

Dermed ble vi redusert til 6 stk. Vi passerte Øvrevoll og en del kg hestemøkk på stien, før vi krysset elva og bega oss på stien mot Bogstad. Ola T ville vise at tiden på Enebakk R i går ikke kunne tilskrives formsvikt og «beintro» opp bakken til Bogstad. Der så vi halen på gr 2 og var klar for å vise de bakhjulet. Men Ola N skjønnte hva som kom og tok et helt annet veivalg enn angitt på forhånd* (se PS, red.anm.). Dermed så vi ikke mer til de.

Langs Ankerveien gikk det i bra fart og Erik klatremus påstod å være lokalkjent og loset oss inn på stien mot Skriverberget på nordsiden av Steinshøgda. Dan-E., med svært tunge ben etter gårsdagens Enebakk R fulgte motvillig med. Iflg Erik så var det jo så grei sti og lite moter og ikke rare omveien.

Men moter ble det til fulle og på toppen måtte det en rådslaging til før vi bestemte oss for å snu. Dvs Narve, som jo ikke er veldig kjent for sine klatreferdigheter, insisterte på å fortsette. Som sagt så gjort. Han tråkket i ensom majestet videre og skulle møte oss på Bærums verk.

Vi ankom Bærums verk i sol og varme og bestilte kaffe og helt nystekte kanelboller med masse glasur. Praten og fleipen satt løst og det ble riktig så morsomt og etter å ha fått gratis påfyll av kaffe (etter å ha overbevist betjeningen om at dette skulle bli vår stamcafe)- kom Narve. Han måtte innrømme at også han hadde snudd!

Så bar det videre i et rolig tempo, helt til en av deltakerne -her nevnes ikke navn- antagelig måtte ha fått et illebefinnende! Vedkommende tro helt plutselig det han hadde inn i en motbakke hvor en svært så intetanende gammel dame, med ustødig gange og ryggen til, befant seg. Hun fikk antagelig et lite eller stort hjerteinfarkt!. Dette kunne endt i et alvorlig presseoppslag, men den alltid så rolige og sindige oldermann Nervold fikk lagt fram en unnskyldning på vegne av TourTråkk, som heldigvis ble godtatt.

Turen videre langs Sandvikselva og hjem gikk plettfritt. Vi tilbakela 33,9 km og var ute i over 3 t inkl kaffepausen

Mvh Kjell N.



TourTråkk 03 – Gruppe 2 - 2/5 2015

Flott tur i flott vårvær

(Eller som VG ville sagt det: «Flyktet fra Ila under skuddsalver!»)

Ved oppmøte på Jardarhuset var som vanlig dagens rute klar. Sjefen, (Ola N) presiserte imidlertid at frivillige initiativ til løypelegging hadde vært noget fraværende og at dagens rute egenhendig var truet og lokket ut av Dan-Evert. Man kunne ane at Sjefen ikke var overveldende fornøyd med pågangen av frivillig initiativ. Hvilket ble ytterligere understreket ved at undertegnede fikk en påtagelig klar og utvetydig (men dog fortjent!) beskjed om at: "Du ..., er referent for gruppe 2!!

Gruppe 1 og 2 forlot Bjørnegård i mer eller mindre samlet flokk. Planen var at begge grupper skulle sykle samme rute.

Denne flotte, men litt kalde, vårdag bestod gruppe 2 av: Siri K, Sigrun N, Anne Lise H, Lise, Ola N (gruppetleder), Per Kristian N, Knut H, Ole-Johan S og Kjell K som originalbesetning. Etter hvert viste det seg også at Øyvind E ble medlem av gruppa, noe ublidt omtalt i gr1s ref. Gruppa utgjorde en lett blanding av friske uthvilte syklistere, og syklistere med "Dagen-der-på-Enebakk-rundt-lår".

Vi syklet til Sandvika og videre på stien mellom Engervannet og jernbanen. Mens vi syklet langs denne vakre parsellen hørte vi plutselig stemmer blant oss som tilhørte medlemmer fra gruppe 1. På en eller annen måte hadde de hengt bak oss! Som seg hør og bør for gruppe 1, hadde de etter kort tid lagt gruppe 2 bak seg. Men etter kun en kilometer, eller så ble gruppe 1 passert av gruppe 2!! De satt litt slukøret i veikanten og hadde ingen mulighet til å forhindre det som var i ferd med å skje: Gruppe 2 seilte elegant forbi. Og siden så vi ikke noe mer til dem. Det var nok i dette momang at Øyvind E så sitt snitt til å gjøre et av sitt livs mest fornuftige valg!

Turen gikk videre på stier mot Øvrevoll. Hvor vi etter hvert kom inn på stier som var tydelig merket av hestehover og pent dandert med "pærer". Vi møtte også et par mindre grupper med ryttere. Hver gang sto vi av syklene i god tid og lot rytterne slippe godt forbi før vi forsiktig syklet videre. Vi fikk imidlertid en kommentar fra en av de ridende om at "Denne stien blir brukt til ridning, skjønner dere". Vi ble litt usikre på om de ble glade for at vi var så høflige og hensynsfulle, eller om de mente at vi ikke burde vært der i det hele tatt. Undertegnede tenkte i sitt stille sinn at i kan man heller gjøre hjemme, så sjenerer man ingen!

Fra krysset mellom Sørkedalsveien og Lysakerelva fulgte vi Lysakerelva til den råbratte bakken opp til Ekraeveien ved Bogstad. På toppen stort gledeshyl fra Knut. Første gang opp bakken uten å trille! Og det med Enebakk rundt friskt i beina! Gratulerer Knut!

Så langs Bogstadvannet og inn på Ankerveien. De fleste, inkl. gruppeleder Ola trodde at det nå skulle bli Ankerveien og rett hjem. Men, nei! Det var fra dette punktet at gruppeleder mistet kontrollen. For det første av en mobiltelefon som stadig medførte at vi måtte vente på ham, og ikke minst en Siri som hadde gått i Duracell-modus og ledet oss inn på nye stier som ingen hadde vært (offisielt!). Vi syklet en runde om Ila. Jeg antar at vi også passerte Grinimuseet i god fart og savnet en stopp med litt historisk guiding.

Her var det at «VG-overskriften» kommer inn: Vi syklet tett inntil og rundt de høye murene rundt Ila-fengslet og fulgte stier (fluktruter??) i vill fart inn i skogen på baksiden akkompagnert av hissige skuddsalver. Det gikk heldigvis opp for oss at kulene mest sannsynlig ikke hadde kurs for oss, men blinkene på Løvenskioldbanen.

Vi kom tilbake på kjente stier ved krigsminnesmerket. Per Kristian fikk sitt store ønske oppfylt med stopp på Øverland gård. Anne-Lise, som hadde profil som en omvendt «D», (les nesten ferdighevet bolle i ovnen) tok snarveien hjem fra Øverland.

På veien inn gikk kjedet til Siri varmt (ingen stor overraskelse!) og Ola hadde en spesielt komplisert punktering med avansert reparasjon av dekk med gaffatape etc., som visst ble klokket inn til 8 min.. (bokføring av punkteringer og tilhørende rekorder har ikke referenten oversikt over og derfor blir ikke dette ytterligere kommentert).



På grunn av disse hendelsene ble det på slutten full splittelse i feltet når i tillegg fronten hadde kjent kaffelukten fra Kaffebrenneriet, hvor vi etter hvert ble samlet igjen. Gruppe 3 hadde skjønt hvordan livet best kunne nytes på en solfylt vårdag som dette. Vedlagte bilde taler for seg! Hvor lenge de hadde sittet der før vi ankom var litt vanskelig å få noe klart svar på.

33 km i flott vårvær ble notert. Takk for turen!

Mvh Kjell K



Bollestopp ved Kaffebrenneriet i Sandvika



TourTråkk 04 – Gruppe 1 – 9/5 2015

Obelisk, Paradis og Gamle Drammensbanen som definitivt var stengt!

Da ingen løypeleggerdebutanter hadde latt seg friste av utlovet dusør, foreslo jeg en kulturhistorisk tour for etappe 4 gruppe 1. Etter gjennomgang av planlagt rute og etter at Dan-Evert var forsikret om at han ville rekke Isi før stengetid, ble vi 13 stykker, debutant Rune Haugland, Ola T, Hans Andreas, Øivind N, Conny, Siri, Ola N, Lise, Erik, Eivind, Dan Evert, Arne Ga. og Knut Petter.

Turen gikk langs Kjærlighetsstien, Hvalstad, Skaugum, golfbanen, Lierskogen, Lier Pukkverk til Høgdbakken. I Høgdbakken gjorde vi en stopp ved marmorobelisken som er reist ved de gamle marmorbruddene. Obelisken er 8 meter høy og reist til minne om da Frederik den V besøkte marmorbruddet i 1749.



Langs Høgdbakken lå også Gjellebekk skanse. Her stoppet norske styrker Karl den XII i 1716 og da han forsøkte å erobre Norge.

Etter Høgdbakken fortsatt vi ned Paradisbakken til Lierbyen. Høgdbakken og Paradisbakken er rester etter Norges eldste kjørevei som var anlagt på 1600-tallet mellom Kongsberg og Kristiania. Deler av Paradisbakken var tidligere en vanlig sti, men den var nå utbedret til en fin grussti.

Fra Lierbyen fulgte vi den nedlagte jernbanelinjen fra Lierbyen mot Spikkestad. Jernbanelinjen var i drift fram til 1973 da tunnelen gjennom Lieråsen ble åpnet. Der jernbanelinjen passerer gamle Lierbakkene ved Reistad fikk vi en overraskelse. Lier kommune holdt på med ny avløpsledning og benyttet jernbanelinjen som anleggsvei. Siden porten stod åpen og alle hadde hjelm (som er påbudt på byggeplasser) snek vi oss videre. Etter noen hundre meter svinget anleggsveien brått oppover lia. Svingen var bygget opp av store steinmasser. For oss ble det en steinur som vi måtte krabbe ned for å kunne fortsette på jernbanelinja.

Etter å ha passert et byggegjerde, som skulle holde folk ute fra anleggsområdet, gikk turen videre langs jernbanelinja, Oldtidsveien forbi Spikkestad og Røyken og opp bakkene til idylliske Vesledammen hvor det var annonsert en rast. Ved Vesledammen er det en liten demning. På toppen av demning på vannsiden ligger det en planke. Dan Evert begynte å fantasere om å sykle på planken og han ble etter hvert så dristig at han lovet at han skulle gjøre det hvis alle vi andre gjorde det først!



Etter at Dan Evert forgjeves hadde ventet på utfordrere og Klatremus hadde syklet noen runder på svabergene, fortsatte turen på sti til Plankedalen, videre til Heggedal, på grusveier og stier forbi Store Gui gård, Marieroveien og Dyrhusbakken til utsikten ved Store Østenstad gård. Vi nøt utsikten innover Oslofjorden noen minutter før vi fortsatte på vei og sti forbi Blakstad gård, gjennom Blakstad marka, langs Blakstadelva og Åbydammen ned til Slemmestadveien og så raskeste vei hjem.



Det ble 60 km i fint sykkelvær.

Fra naturens side er det ikke noe mer å melde enn vakre vårbloster, firbente på tur med sine eiere og noe større firbeinte ute på jordene.

Takk for turen!

Knut Petter



TourTråkk 04 – Gruppe 2 – 9/5 2015

På nye stier i Bærum

Hvem: Marianne S., Merete, Marianne B., Overlærer Nervold, Sondre, Finn, Roar, Ole-Johan, Svein Erik og undertegnede, dvs. 10 stk.

Hvor og ellers: Etter at Ola hadde orientert om gruppeinndeling og hvem som skulle ha ansvar både i front og i halen på respektive grupper orienterte Overlærer'n om gruppe 2 sin Tour som skulle gå på nye og rolige stier mellom Sandvika og Bogstad og på kjente stier og veier hjem. Betegnelsen rolige skapte litt bekymring i gruppa, men etter å ha blitt forsikret at rolige stier betyr fine stier valgte alle å bli med. Undertegnede meldte seg som referatskriver og som sistemann i gruppa med ansvar å påse at alle var med. Langs "klemte mellom Engervannet og toget" begynte jeg å tenke på at det aldri har vært fokusert på hvem det er som har ansvaret med å påse at sistemann er med i feltet....

På kartet nedenfor kan man se hvilken løype som ble valgt. Etter å ha passert Engervannet og vår "vanlige" sti mot Kloppa tok vi brått til høyre mot Stasjonsveien" og gjennom et lite stiparti mot Dragveien. Etter å ha passert Gjønnesveien gikk det på sti mot Skogveien og videre på stier på kryss og tvers frem mot Gamle Ringeriksvei. Etter litt asfalt var vi plutselig ute på Bærumsveien ved Ringstabekk. Her ble det en liten pause hvor Overlærer'n ga gruppa to valg, enten å følge sti med tversgående røtter på høyre side av Tjersrudtjernet og Jarmyra eller følge Bærumsveien mot Jarkrysset hvor gruppa skulle samles for videre ferd via Øvrevoll, Vollsveien og Grinidammen mot Bogstad. Fordelingen ble ca 50/50. Fra Grinidammen valgte vi stien på nordsiden av Lysakerelva og den stupbratte kneika opp til Bogstad. For andre gang klarte undertegnede å sykle opp kneika og observerte at pulsen steg fra ca 100 i bunnen til 171 på toppen.

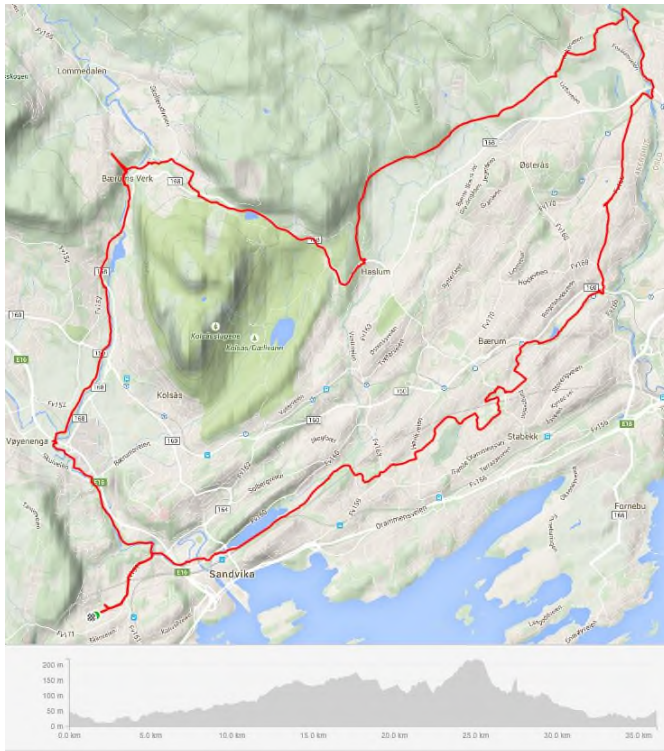
Fra Bogstad gikk det strake veien via Ankerveien og over Steinskogen til Bærums verk og bollestopp hos Baker Hansen. Velmenende tips om gearing og gearvalg langs Ankerveien falt ikke helt i god jord, så samtalen stilnet helt i baktroppen. Stemningen tok seg imidlertid betraktelig opp etter inntak av kaffe, kanel- og skoleboller hos baker'n. Der dukket plutselig Bjørn Rønnig opp i sivil! På spørsmål om hva dette skulle bety så kom det en dårlig forklaring om planlagt trefelling med motorsag. Konfirmasjon i nabolaget hadde imidlertid satt en stopper for den planlagte motorsagmasakren lenge før 09:00 sharp, så gruppen skjønte igrunn ingenting av forklaringen.

Overlæreren hadde bedt oss om å legge merke til alle skulpturene på verket og da spesielt ansiktet som følger deg med øynene hele tiden når man passerer det.

Fra naturens verden: Tepper med hvitveis langs stiene, mange som var ute og luftet sine firbente venner, lavtflyvende svarttrost og flott vannføring i elva ved Bærums verk.

36,1 km ble logget.

// Knut



Løypevalg og profil



Fossen ved Bærums verk



Stopp ved Jarkrysset



Bollestopp hos Baker Hansen



Bjørn møtte i sivil og med nybakt brød



Ansiktet som følger deg med sitt blikk



TourTråkk 04 – Gruppe 3 – 9/5 2015

Joars solotour

Sologruppe 3 (Joar) skal rekke fire konfirmasjoner i mai, og denne andre i rekken hadde startskudd kl. 12:30 i Årnes Kulturhus i går, derav oppmøte med bukkestyre og smale landeveisdekk kl. 09:01.

Distansen Bjørnegård-Årnes Kulturhus viste seg å bli nøyaktig 80 km, snittfart 26,5 km/t, og sykkeltiden holdt akkurat til at jeg også rakk å nyte en kopp kaffe og en Croissant på kafeen i andreetasjen på "senteret" i Årnes sentrum, før fru, noe forsinket, syv min før seremonistart, kom kjørende med bunaden og sølvtøyet. Skifting? Endte opp med våtservietter og roll-on på det støvete lageret til en dyrebutikk (☺), blandt akvarie-fiskefor og seletøy for hunder (sorterer vel under "fra naturens/dyrenes verden").

Vel, dette skulle vel egentlig være et sykkelreferat. Får nesten legge til, da, at det å sykle gjennom Oslo fra vest til øst, egentlig ikke er noen spesielt "vakker" sykkeltur. Knotat!

Men fra Skedsmokorset og nordover mot Kløfta, og videre retning Kongsvinger, blir det riktig landlig, duvende og fint med landeveis sykkel. Sånn var det.

Mvh Joar



TourTråkk 05 – Gruppe 1 – 16/5 2015

StiTour i Østmarka (eller BærumsBønder på østkant-raid....)

Deltagere: Ola N, Marianne S, Tore L, Øystein H, Dan, Knut, Olav T, Finn, Narve, Einar, Aslak, Tor, Siv

Guider: Mette, Svein, Elisabeth, Kristin, Sofie

På besøk: Jan Tore Lybekk, Håkon Selje, Frank Selje

Hvor og ellers: 16. mai er ikke bare dagen før dagen. Det er DAGEN da Siv og Tor har invitert Bærumsbøndene på tur til Østkanten – et sted de vanligvis kun sykler 1. Mai – og da på asfalten rundt Enebakk..... Det viser seg fort at det også er dagen da TourTråkk ender opp med så mange alternative grupper at det ligner en meny på Peppes Pizza... Valgmuligheter er gull for noen, og mareritt for andre. Vi skal ikke nevne navn – eller jo det skal vi – Dan Evert led valgets kvaler langt ut på fredagsnatten og klarte ikke velge mellom landevei og terreng....men valgte til slutt helt, helt riktig!

Uansett, lørdag morgen, litt før kl. ni var det et salig kaos foran Jardarhuset av racer-sykler, terrengsykler, folk som byttet grupper – folk som fortsatt var usikre, biler med sykkelstativ, syklistene uten biler – i det hele tatt...

Tor og Ola tok raskt kontroll – fikk delt opp i korrekte grupper – og referenten fikk også overrakt den nyoppnevnte "løypelegger"-prisen og fikk både premie og applaus – tusen takk!

Kolonne-kjøring med bil fra Bærum til Skullerud – og sjelden har vel p-plassen på Rustadsaga hatt så mange nye, blankpolerte, dyre, BR-registrerte biler på en helt vanlig lørdag!

Kvart på ti var vi neeeeeesten klare til avmarsj. Dvs. det tikket inn en sms fra Einar- "jeg møter direkte på Skullerud kvart på ti"-Markhus. Han var da i Gamlebyen, og som Knut rapporterte etter en kjapp telefon: "Med den pulsen han hadde- så sykler han fort!"

Guide-Mette tok derfor med seg tissetrengte TourTråkkere opp til Rustadsaga mens vi andre ventet på Einar.

Etter en kort stund var vi alle 21 klare (noen med høyere puls enn andre) - og turen gikk på grus inn til Svahili (svabergklatringen fra Terrengsykkelrittet).

Noen var litt frosne før start, men det var ingen som klagde over kulda etter en kilometer med klatring oppover Skullerudåsen...

På toppen av åsen kastet Narve inn håndkleet, med vonde ben og hofter, og returnerte til Skullerud. Then they where 20....

Fra toppen av Skullerudåsen går det en litt rufsete nedkjøring ned til en enda mer rufsete klopp. Guide-Mette sto i bunnen av nedkjøringen og pekte ut linjer, og ropte og guidet etter beste evne – ikke så veldig nødvendig da det bare var et fåtall som turte å prøve seg. Ola kom seg helskinnet ned, Tor stoppet etter 95% og Øystein ga gass og ropte rett før kloppen "Og nå da – hvooooor kjører man nå??" Siden svaret ikke kom raskt (nok), tok Øystein sin egen beslutning, og gikk for en litt hybrid-apporach som medførte at han traff planken før kloppen, men han traff mest IKKE planke – og endte nådeløst med et svaalestup ut i en ganske så dyp dam. Til stor glede for Knut som skulle filme ferdig før han tilbød hjelp... Fallet var på ingen måte ugrasiøst, så Øystein høstet både applaus og oppmuntrende tilrop for å ha "tatt en for laget". At mobiltelefonen havnet ut i samme dam ble ikke oppdaget før senere – og medførte et tilbaketog med tilhørende søk av Øystein og Dan. Mobil funnet – og jammen fungerte den ikke også. Østmarka assa! Referenten er noe usikker på om navngiving av ulykkes-steder kun forbeholdes hvis TourTråkk foregår i Bærum, men jeg tar sjansen og foreslår tilnavnet "Øysteins klopp". Styret står selvfølgelig fritt til å stryke dette hvis dette ble feil□

Marianne syntes på dette tidspunktet at Siv hadde vært i overkant lyrisk i sin beskrivelse av myke barnålsstier, og syntes Østmarka bare var røtter, rot og stein, men ble overtalt av guider og andre medTourere til å forsette videre – og ganske så riktig - etter nedkjøringen til Smalvann kom de myke stiene, og Marianne flesket til med tommel opp da vi tok en Bamsemums-pause ved idylliske Smalvann. Ingen kunne fortelle noe spesielt interessant om Smalvann – og løypelegger og guider ble et lite sekund ille berørt over at vi ikke hadde lest oss opp på Østmarkas



historier, men som Tore L tørt kommenterte "Hadde dette vært i Vestmarka hadde vi bare funnet på en historie og latt som det var sant...."

Fra Smalvann fortsatte turen på grom-stier – og det siste partiet før vi var ute på grusen er en skikkelig karamell av en sti (som heter Lumsk Traktor på Strava) – pur sykkelglede og store smil på alle!

Nå ventet en liten transportetappe på grus fram til Rundvann. Her kom TourSjef-Ola syklende opp på siden av referenten og kommenterte tørt at man var ganske så lite kreative når det gjaldt navngiving i Østmarka (ref. Smalvann, Rundvann...) – men referenten lot det passere – humøret og stemningen var for bra til å ergre seg – og tenkte i sitt stille sinn at hva i all verden hadde han å klage på som sykler mest i en skog der man har brukt navngiving fra Polare strøk!! (Hvem fa.... mente at Grønland var et passende navn for et furu-bonanza i lavlandet liksom.....)

Fra Rundvann kom perlene på en snor – utforkjøringer på sva, utforprisen fra Terrensykkelrittet, fine lange kloppe-partier og en siste utfordring før man var ute på asfalten – en liten, men akk så bratt grusbakke Og poff – så hadde man igjen asfalt under sykkelhjulene og turen gikk nådeløst mot sin slutt. Alle ble med opp igjen til Rustdsaga –noen for å tisse igjen – og alle for å spise boller og drikke kaffe.

Totalt ble det logget 12 km og nesten 3 timer i skogen....

"Fra naturens verden: blir meningsløs i dag – det var jo BARE natur! Vi kan heller ta med at det var en god del teknisk,- vi melder: to punkteringer (Håkon og Olav), et kjedebrudd (Svein), et kjedevreng (Øystein), et "jeg slipper ut for mye luft, men har ikke pumpe til å få lufta tilbake"-tilfelle (Ola), et til felle av russebuss-sykkel (Einar visste vi til enhver tid NØYAKTIG hvor befant seg i skogen)

Ingen klarte alt, alle klarte noe – og jeg har akkurat fått melding fra guidene våre som takket for en veldig hyggelig tur – og minte om at de gjerne blir med og sykler i Vestmarka.

God 17. Mai til alle – både i øst og vest!!

-Siv



Olav er ikkje redd for sveberg



Ikke Dan-Evert heller



TourTråkk 05 – Gruppe 2 – 16/5 2015

Ventilhetter må også passast på!

Når Overlæraren seier at "du Asrun skriv referat", jau då skriv eg referat:

Vi var ei lita gruppe tråkkarar (gruppeleiar Steinar N, Øyvind F, Kjell K, Merete Ha og Knut P + meg) som var trufaste mot både off road sykkel og nærområde; og den foreslåtte ruta vart litt justert ut frå antatte løypeforhold (for mykje søle i Kjærleiksstien?) Oppover bar det, men neimen om det gjekk rett til Sandungen. Først ein tur innom Tanumskogen så hundeluftarane skvatt ut av stien. Så over jorda og raskt inn på Gamle Gupuvei. Der skjønnte Merete at ho hadde punktert og gode råd var dyre; ho inntok kjent kvinnepositur med ventilhetta trygt plassert i handa. Og dermed kasta mennene seg over det punkterte hjulet samtidig som stoppeklokka vart starta. Mange slangar kom fram og fleire pumper brukt, men først då klokka passerte 16 minutt vart den stoppa! Alle seks kunne etterkvart tråkke vidare i roleg tempo inntil nokon "fekk los" og forsvann i høg fart mot Sandungen. Vidare i samla tropp i retning Hagahogget, men før vi var oppe gjekk det med ein krapp høgresving rett til skogs. Eg skimta skilt både til Hovdehytta og Vestli før eg kjende meg att nede på Solli. Der traff vi dei einaste dyra på turen; nokre lodne hestar som stira med store augo.

Så gjekk turen på meir kjente stiar ned til Asdøltjern og opp igjen rundt Sandungen før det bar ned og heim. Merete skulle på jobb så ho og Knut tok ein litt raskare vei heim og klokka seg inn på 30 km. Som sagt lite dyr å sjå, men mykje vakker fuglesong. Skogen er enno full av kvitveis og nokre snøflekkear låg her og der i veien. Dei som hadde målt heile distansen var samde om at vi hadde tråkka 37 km og at vi no kunne feira 17. mai med godt samvit.

Mvh Asrun



Merete, Knut P og Øyvind i aksjon



TourTråkk 06 – Gruppe 1 – 23/5 2015

Det gikk litt over styr(e) for noen på etappe 6!

C-momentene ble prestert av Hans Andreas og Joar. Ikke noe å skryte av egentlig, men når alt går rimelig bra etter flyvningene, så er det jo litt artig å se på da! Må innrømme at undertegnede gikk glipp av begge, men har fått gjenfortalt at Hans Andres bare satte fast forhjulet i et gjørmehull og deretter nærmest veltet sideveis og bare halvveis over styret, mens Joar nok hadde en mer klassisk overstyreflukt i bakken ned mot Kjaglidalen, og vel fortjener et stedsnavn der oppe, «Joars flukt» høres vel fint ut!

Vi var 13 i gruppe 1 denne dagen, Siri, Lise, Tore, Erik, Joar, Dan (100% fortsatt!!), Øyvind F., Hans Andreas, Bengt, Berger, Rune, Steinar og Ola N. Touren gikk elvelangs fra Bjørnegårdsvingen til Økrigata, gjennom Rykkinn og opp i skogen ved Gommerud, så en sving oppe i Eineåsen på fine stier som førte oss ut til utsikten utover mot Sandvika. Her tok Øyvind dette fine bildet av ei glad gruppe 1:



Vi bør vel også nevne at vi hørte et pang og et fis oppe i Eineåsen. «Punktering», ropte jeg. «Hvem har punktert?», kvitterte Hans Andreas rett foran, «Du», svarte vi..... Nå er det ikke helt uvanlig at Hans A punkterer uten selv å legge merke til det, det er flere av oss som husker omtrent samme scene fra Lillehammer-Oslo for et par år siden. Nok om det! Hjul av og slange ut, sjekk av dekk for å konstatere flenge i dekket, tettet med medbragt bot! Ny sjekk, ei flenge til, nei to, tre og til slutt fire (!!!) hull ble observert i dekket! Det kunne virke som noen hadde skutt etter Hans Andreas med hagle, eller var det bare et utslitt dekk som MOT normalt hadde forvillet seg ut i terrenget? Olas gaffateip ble redningen, hullene tettet og vips x 2 så var hjulet på plass og vi syklet videre. Ved stikrysset opp mot Solfjellstua ventet gruppa, det ble oppfordret til å teste ei lita kneik som kan være en utfordring, men som er fin å øve på. Erik var ikke vond å be, Bengt viste også fine takter, men glisene var brede og kommentarene satt løst da undertegnede bommet på første og ANDRE forsøk, men gjennomførte 3. og 4. repetisjon i fin stil. Siden sleivkjeften satt løst var det naturlig nok ikke flere som prøvde seg på kneika denne dagen, men som sikkert lurte seg opp en annen kveld i tussmørket for å forsikre seg om at «detta var da ingenting».....

Så bar det ut av Eineåsen og vestover langs Busoppveien forbi Isi. Her var det varslet et LITT mer krevende sti ned til Kjaglidalen. Mye fin terrengsykling ble vist, noen vindfall ble forsert, et par tre sykler ble bært, og altså «Joars flukt!» Nede i Naturreservatet i Kjaglidalen møtte vi igjen Isielva, vi tok et kort rast og var enige om at det var grønt, vilt og vakkert! Så bar det over mot mer kjente trakter i retning Skoglund. Gruppa strakte seg litt mer ut, noen hadde nok fått ferten av parfymen til Merete og etterbarberingsvannet til Ole-Johan som hadde passert her for noen minutter siden, for farten økte i alle fall i bakkene opp mot Svartvann. Ingen falt ved/for "Svein-Eriks lem» og plutselig var vi oppe på Grønlandsveien. Her ble det avtalt at mange nå ville rett hjem via Vestmarksetra, mens en liten fraksjon bolle- og kaffetørste bebudet en stopp hos fruene på Furuholmen! Her møtte vi gruppe 2 som hadde spist og drukket godt mens de ventet på oss og hadde fortært et større utvalg av Furuholmens kakegalleri.



Berger og Hans Andreas spiste fort og stakk, men litt etter litt var både gruppe 2 og restene av gr. 1 + Marianne S på soloTour også borte og Erik og jeg var igjen alene, for Erik ville sykle "litt sti» hjemover, som begynte i steinkleiva opp fra Furuholmen. Deretter var det sti av ymse kvalitet og vanskelighetsgrad som ble forsert, og det var kanskje bra det ikke var et stort felt Erik hadde lokket med seg på den gamle blåstien langs kraftlinja ned mot Kattås. Det var i alle fall ikke mange sykkelspor å se på den stien!

40 km notert, godt humør og god stemning i feltet!

Fra naturens verden: Flott flora langs Isielva med våyr Strutsevinge (bregne og ikke fugl) som viser voksekraft. Tepper av hvitveis både her og der og nydelig utsikt fra Eineåsen. Pipipper som sang, mest i dur og så noterte vi oss at bonden opp ved Isi hadde byttet ut sitt Skotske høylandsfe (som vi la merke til for et par år siden) med Hereford!



Fra Eineåsen. Ola og Øyvind i front



Joar ned Kjaglidalen....."



TourTråkk 06 – Gruppe 2 – 23/5 2015

Tre sting og skummel hoggorm

Hvem: Merete, Sondre, Ole-Johan, Narve og undertegnede, dvs. 5 stk.

Hvor og ellers: Etter at Ola hadde ønsket alle velkommen, forklart dagens ruter, foretatt gruppeinndeling, gitt Klatremus og Joar litt "tyn" for sent oppmøte så dro gruppe 2 etter gruppe 1 opp langs Isielva i retning Skoglund. Kudos til Merete som, i motsetning til i fjor, tråkket opp brattkneia før stien tar av opp Økrigata.



Ulvegrava ved Isi

Etter at vi passerte Isi så "stakk" Sondre og Ole-Johan fra hovedfeltet. Rett bak søppelfyllingen på Isi ligger forøvrig den gamle ulvegraven. Graven ble bygget i år 1630 i sleppverk- og luselaftkonstruksjon, utgravd i 1982 og rekonstruert i 1984. Fangstmetoden gikk ut av bruk omkring 1800. Denne typen dyregrav var for fangst av ulv vinterstid, med en levende sau eller hund festet til åtelemmen på midtstolpen. Fallgraven ble tildekket med grener, kvister og snø. Midt i graven var reist en stolpe, forsynt med et løst brett på toppen der lokkedyret ble bundet fast. Straks ulven hoppet utpå brettet, veltet det. Ulven fikk således ingen sjanse til å få spenntak for å komme på fast grunn. Ulvejegerne hadde ikke råd til å la «åtet» falle i dyregraven, derfor var det festet i brettet med et kort snøre. Den vanligste lokkematen var

gjess, ender eller høner, men hunder, lam eller killinger ble også brukt. Når de skrek fortvilet i vinternatten, lokket de villdyr til seg. Hvis "åtet" ikke hadde frosset ihjel i kulda, ble det tatt hjem om morgenen, varmet opp og gitt mat, men hadde livet ebbet ut, brukte de det til menneskeføde. Var ulven først falt i graven, ble det sjelden spandert kuler og krutt. Et tau og en lang staur var som regel brukbar redskap til avlivingen.

I bunnen av kneika ved Brenna ble utbrytergjengen tatt igjen, ikke grunnet rykk napping i hovedfeltet men pga. luftpåfylling i bakdekket til Ole-Johan. Bakkene opp fra Skoglund gikk i fint driv (se video på FB), men ved avkjøringen til Svartvann og Svein Eriks lem var det full stopp. Merete prøvde seg på kunststykket med å klikk ut venstre fot og så lene seg til høyre. Selvfølgelig gikk det gærnt, og denne gangen skikkelig gærnt ettersom høyre kne traff en spiss stein. ATV, 113 og redningshelikopter ble vurdert. Ettersom Merete ikke er fotballspiller, men hardbarka syklist, så kastet hun seg på sykkelen etter en kort spasertur over Svein Eriks lem og videre på gjørmestia fra Mikkelsbonn. Ole-Johan, som er lege, anbefalte stripsing eller aller helst noen sting for å fikse det dype såret hvor det glinset i bein inne i bunnen.

Oppe i bakkene mot Grønland holdt undertegnede på å bli angrepet av en hoggorm etter nesten å ha kjørt på halen på den. Fresende la den seg i angrepsposisjon, men etter at vi hadde forsikret ormen om at vi ikke hadde vonde hensikter krøp den fresende opp et svaberg og forsvant inn i lyngen.

På toppen av bakken ble Merete spurt om hun ville ta strake veien hjem og til legevakta eller om hun ville bli med til Furuholmen for inntak av kaffe og boller. "Furuholmen", ble det svart uten betekning (kudos nr 2).

Ved Furuholmen ble det sjokoladecake, kringler, bringebærterte, kanelboller og kaffe. Etter hvert kom noen fra gruppe 1 samt Marianne S. som hadde vært på en solotur til Sandungen.

Etter hjemkomst dro Merete til legevakta og fikk sydd tre sting etter ca. 3 timers venting.

Fra naturens verden: Hoggormen er nevnt. Itillegg var det en masse hvit- og gulveis å observere

29,2 km ble logget.

// Knut



Sondre, Merete og Ole-Johan



"Bare pass deg....."



Dypt kutt



Merete fikk fint plaster på Furuholmen.



Sjokoladekaken smakte



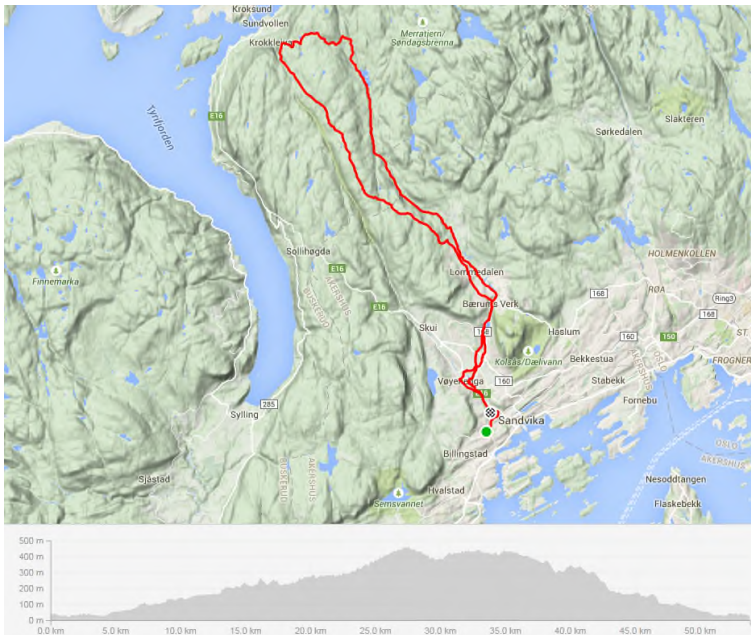
Kjempegod kringle



TourTråkk 07 – Gruppe 1 -30/5 2015

Vått, vått, vått – og (etterhvert) kaldt, kaldt, kaldt

Yr meldte vått, vått, vått og vått, vått, vått var det da klokka nærmet seg nine o'clock. Selv om en anonym person hadde visse tanker om oppmøte på en slik morgen (se referat fra gruppe 2) var vi tilslutt 9 syklister som rullet i vei ett minutt over sharp. Og på en slik morgen kom det en **debutant, Håvard Huser**. De øvrige 8 var Siri, Knut, Sondre, Jonas, Bengt, Tore, Dan 100% Evert og Knut Petter. 8 stykker som var kledd for forholdene (trodde de) og hardbarket vestlending i kortbukser som holdt fast på at "det er sommer".



Ruten var lagt opp etter værmeldingen.

Kleivstuarunden, uten våte gjørmehull eller sleipe steiner og røtter, med mulighet til å hoppe av ved Tverrelva.

Turen gikk langs Sandvikselva og Lomma inn til Tverrelva. Knut og Sondre hadde varslet på forhånd at de ville snu her. Dan Evert valgte også å snu ikke fordi han hadde dårlig tid, men...

Siri varslet ved Tverrelva at hun ville sykle i eget tempo og at vi ikke skulle vente, men vi var fremdeles samlet da vi kom til Kleivstua hvor det ble en liten stopp for litt påfyll av næring. Jonas frøs allerede så mye på fingrene at han sa fra at de varme hanskene han hadde fått låne av Bengt fikk han ikke tilbake før de var hjemme. Langs Kongeveien forsvant Jonas og Bengt mot en ventende varm dusj i sitt tempo og fra Langebru

valgte også Tore å forte seg hjemover mot dusjen. Debutant Håvard og Knut Petter holdt følge, mens Siri lå litt lengre bak.

Nede i Lommedalen var fingrene så stive at det var vanskelig å gire og vel hjemme var jeg glad for at jeg klarte å få nøkkelen ut av lomma og låse opp døra. Tror ikke jeg har vært så kald siden jeg syklet Birken. Det var det året det var både vått og kaldt (og bratt).

Fra naturens side er det ikke mye å melde om: Noen våte hester som måtte ut for å finne mat og en gjennomvåt dugnadsgjeng som kvistet langs Kongeveien. Ellers var nok de fleste fornuftige nok til å søke ly.

For gruppe 1 ble det 55 km på et sugende føre.

Knut Petter



TourTråkk 07 – Gruppe 2 -30/5 2015

Det skal VELDIG mye til for å avlyse en TourTråkk-etappe!

Noen, hvis navn ikke skal nevnes, håpte, ifølge Dan-Evert, på en telefonoppringning før Sharp med beskjed om at Tour 07 skulle avlyses. Makan! Bengt kommenterte underveis at eneste grunn til avlysning av TourTråkk er hvis alle sykler har blitt stjålet i løpet av natta og at det ikke er noen butikker som vil forbarme seg over TourTråkkerne og åpne butikken tidligere enn normalt.

Etter å ha ligget og hørt på regnet utover nattmorgenen var det bare å brette seg opp og ta på seg passe med klær. Det er som kjent ikke noe som heter dårlig vær, bare dårlige klær. Nå viste det seg etter hvert at det ikke hadde noen betydning hva man hadde tatt på seg. 7 graders pissregn på hele Touren trengte seg gjennom alt som var av tøy. Fingre og tær stivnet såpass at det ble problemer med gearing etterhvert, men etter å ha tint opp i dusjen og registrert at blodomløpet begynte å komme i gang igjen var det bare å kaste seg i bilen og dra videre til generalprøve i ASYM.

41 km notert.

//Knut

TourTråkk 07 – Gruppe 3 -30/5 2015

Godkjent landeveisTourTråkk på smale hjul!

Etter å ha søkt om godkjenning i god tid og i henhold til statuttene satte Sigrunn K N, Marianne Brekke, Hans-Jacob Rødø og undertegnede avgårde med bukkestyrer retning Sollihøgda kl. 09.03.

Og det i et ordentlig ufyselig vær. Vi holdt sånn noen lunde varmen opp til Sollihøgda, men derfra og resten av Bærumsrunden ble en meget kald, dyvåt og ikke veldig morsom tur. Vi hadde noen nær døden opplevelser hvor trailere var farlig nær, men heldigvis så gikk det bra denne gangen også. Det virket som om hele Norge var på biltur denne formiddagen, så det ble en anspent tur.

Men tempo var rolig og behersket hele turen og det var ingen sure miner over kulda og regnet. I følge Hans-Jacob var jo bare dette litt annerledes! Marianne og undertegnede brukte sikkert 5 min bare på å skifte hansker ved Tranby, noe som føltes akkurat som å skvette i buksa-det hjalp akkurat i 3 minutter.

Vi holdt stø kurs mot en ventende varm, varm dusj og kom igjennom de 61 km på 2 timer og 54 minutter.

Kjell N



TourTråkk 08 – Gruppe 1 -6/6 2015

Rolig Tourtråkk i regnet

En kombinasjon av regnvær og at mange skulle sykle Tyrifjorden rundt gjorde at vi bare ble syv syklister som ble med på etappe 8. Vi var seks syklister som møtte opp ved brakkene og flere av oss forsøkte å få ly for regnet under takutstikket. (Etter hvert fant Knut ut at brakkene ikke har noe takutstikk...) Siri, Ola og Jon Ole syntes ikke det dårlige været fristet til større sykkelreparasjoner eller dekkskift, så de hadde for sikkerhets skyld lagt igjen slange og verktøy hjemme. I sympati med dem som skulle sykle ritt på søndag, ble vi enige om en rolig økt. På vei til Kiwi møtte vi Elisabeth som var blitt fratatt morgenkaffen og avis og sendt ut av sin bedre halvdel. De syv som til slutt ble med var Ola, Knut, Knut Petter, Siri, Dan Evert, Elisabeth og Jon Ole. Nå viste det seg i etter tid at også Lise og Erik hadde tenkt seg på TourTråkk denne lørdagen. Normalt stiller jo de ca. 0903, men denne gangen sies det at de var på plass 0908, og DA var toget gått. Men siden de har avlevert referat fra sin lille gruppe 3 (se under) får de godkjent oppmøte!

Som avtalt ble det syklet i rolig tempo ned til Bjørnegårdssvingen, langs Sandvikselva og Isielva mot Skui og deretter Rykkinn. Ved Gullhaug kunne Dan fortelle at han hadde satt ny pulsrekord. Minimumspuls på 47bpm er akseptabelt – selv på en rolig tur.

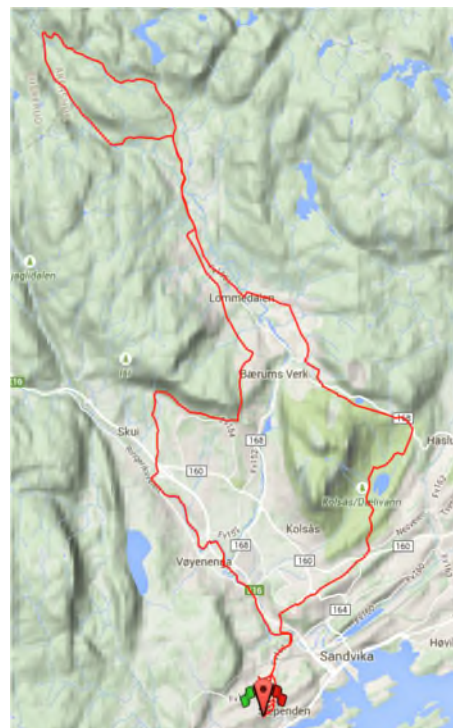


De som skulle sykle Tyrifjorden Rundt hadde fått nok og ønsket å vende nesa hjemover, og gruppe 1 ble dermed redusert til kun tre personer; Siri, Knut P, og Jon Ole. Før vi skilte lag hadde Ola gitt noen uklare beskjeder om hvor langt vi skulle sykle. Tverrelva ble nevnt, men det var ingen av oss tre som forsto hva han egentlig mente. Vi syklet videre til By, langs Byveien, over Kølabbånn(?) og fulgte stiene ned til Lomma. Siri skulle være på jobb til klokken 12 så returen gikk via Bærums Verk, Steinshøgda, Dæliveien, Gjettum og til Bjørnegårdssvingen. I følge min GPS ble det ca. 42km for gruppe 1 – uten uhell eller punktering.

Fra dyrenes verden: Ikke så mange ville dyr å se men det en hane med sitt harem ble observert i tillegg til både store og små

hester. Det kan også nevnes at krigen mot iberiasneglene ikke er vunnet ennå. Selv om bestanden er noe redusert var det mange brune snegler som hadde krøpet frem på asfalten i regnet.

Mvh, Jon Ole





TourTråkk 08 – Gruppe 2 – 6/6 2015

Det ble Tour allikevel...

Etter at Lise bråbestemte seg for å delta på dagens TourTråkk kl. 0845 ble oppmøtet på Bjørnegård Sharp 0908 og gruppe 2 ble etablert av Erik og Lise.

Det var annonsert sykling inn mot Tverrelva og vi tok den vante veien via Bjørnegårdsvingen- men tok så sykkelveier via gamle idrettens hus på Rud og så de kjente stiene langs Lommedalselva til Bærums Verk. Vi syklet forbi bakeriet og så opp til Gullhaug og Gamleveien innover, deretter Vestsida av Lomma til Tverrelva. Etter en kort stopp var det greit å tråkke hjemover. Vi måtte ta turen innom bakeren på Verket igjen for å sjekke om vi fant noen kjente, men alle hadde vel vært fornuftige og syklet strake veien hjem. Etter innkjøp av bakevarer bar det hjemover også med gruppe 2. Det ble en liten stopp hos Birk-shop på tilbakeveien der det var grillfest og visstnok gode tilbud i butikken. Ingenting fristet. Etter spyling av sykler og tøy-hadde vi alt glemt grisemøkkatourtråkkværet!

Fra naturens verden: Erik: observerte 2x2 damer på sykkel. Noen "plendritere", grillpølser på grillen hos Birk Sport. Lise registrerte syrinblomstringen og blomster på markjordbær langs veikanten.

Distanse: 43.28 km

På vegne av gruppe 2, Lise



TourTråkk 09 – Gruppe 1 – 13/6 2015

Død buorm

Endelig en lørdag med sommervær og perfekte TourTråkk-forhold. Ca 20 topptrente sykkelmosjonister stilte ved Jardarhuset, og ble fordelt på L-O-landeveisgruppe og MTB-gruppe 1, 2 og 3.

De som var med i MTB-gruppe 1 var Erik, Ole Johan, Kjell K, Eivind, Jon Ole, Knut Petter og Tore (ref).

Knut Petter la seg i front og satte av gårde i god fart, ned Slependsveien, over Billingstadsletta til Holmen. Derfra fulgte vi skjermete sykkelstier og småveier over Hofstad og Høn, til vi "plutselig" dukket opp i Asker sentrum. Videre gikk alt smooth hele veien opp forbi Drengsrud, til vi kom til Borgenskogen. Der dykket vi inn i det grønne, men først fant Knut Petter det klokest å minne om at det her går stier på kryss og tvers og i alle retninger. Vi fikk instruks om å holde tett formasjon, slik at ingen syklet seg bort i virvaret. Det gikk fort og bra hele veien, med et lite unntak der KP i sin iver syklet rett frem i et kryss, og ikke til høyre. Ingen ting å nevne...

Det var fine, tørre stier i Borgenskogen, men med noen fete gjørmehull og et par utfordrende motbakker. Så gikk det videre til Dikemark og Lierskogen, der Ole Johan takket for seg, svingte til høyre og tråkket hjem. Fra Lierskogen bar det oppover Ovenstadveien, mellom velpleide gårder i et fantastisk flott kulturlandskap. Her var det rikelig med dyr å melde om, særlig hester med folk på, kuer og noen gårdskatter på spurvejakt.

Høyt oppe i lia gikk asfaltveien over i steinete sti. Vi satte av gårde oppover den trange, og visstnok beryktede Rotudalen. Her var det frodig urskog, med svære grantrær og en sildrebekk i midten. (Vel verd en egen tur). Stien her var til tider temmelig krevende, med særdeles grov "pukk" og opp til flere vindfall på tvers. Heldigvis hadde Knut Petter vært så vennlig å ta turen noen dager tidligere, med sag, for å bane vei for TourTråkk-gjengen. Det var ikke fritt for at han pekte til høyre og venstre på trær han hadde saget over. Takk for seriøs planlegging og tilrettelegging!

Øverst i Rotudalen var det tid for beinstrekk, bananspising og fotoshoot. Her passer det også å nevne et betydelig innslag av sau.

Siden vi "bare" hadde syklet oppover til nå, ble det naturligvis rikelig med utforkjøring resten av dagen. Det begynte med blåmerket sti ned mot Asdøltjern. Skogen gikk snart over i ferske hogstflater og stien gikk over i en forferdelig røre av en maltraktert traktorvei. Dype hjulfurer etter skogsmaskiner og grove kjepper på kryss og tvers. Det var bra det var såpass bratt utfor at vi fikk så stor fart at vi "fløt" over alt grapset. Slitsomt og morsomt, men rart at det gikk bra...

Deilig med asfaltvei og høy fart igjen fra Sandungen, men ved Furuholmen ble det plutselig drama: Vi lå i tett formasjon og høy fart, da sykkelrytteren vi var i ferd med å innhente plutselig bråsnudde og kom pekende rett mot oss. Bråbremsing og forfamselse fulgte, og Kjell havnet i grøfta (ingen skader). Mannen ville bare være hyggelig og vise oss en minihoggorm som skubbet seg over asfalten. Ormeyngelen (15 cm lang) ble ikke overkjørt, men kom seg glad og fornøyd (?) over i lyngen.

Ved krysset mot Gupu, ble det foreslått og bestemt ved avstemning, at vi skulle ta en avstikker på sti. Bra forslag og fin sti, Erik. Lengre nede fulgte vi barket sti fra Grønlandsveien til Kattås/Holo, og videre over Ringjordene, på diverse stier til Tanumskogen og ned "kampesteinskleiva" til Emma Hiorth. Erik syklet ned kampesteinskleiva mens vi andre bar sykkelen...

På stien nede ved jordekanten var det mer å melde fra reptilenes verden: En stor orm lå midt i stien og kranglet med en katt, i det TT-gjengen kom susende. Overkjørsel var ikke til å unngå, dessverre. Etter avliving og nærmere undersøkelse viste den seg å være en buorm. Mens vi snakker om dyr: Langhårete kuer sett ved Jong gård.

Takk for opplevelsrik tur. 45 km logget på Strava!

Død buorm, opp ned. (Se nesten ut som hoggorm på buken):



Figur 1 Død buorm, opp ned. (Se nesten ut som hoggorm på buken):



Figur 2 Hoggormyngel



Figur 3 Knut Petters avsagde trær i Rotudalen



Figur 4 Eivind, Erik, Kjell K, Knut Petter, Jon Ove og Tore



TourTråkk 09 – Gruppe 2 - 13/6 2015

Knehøne(r) på tur?

Hvem, hvor og ellers: Lørdags morgen opprant ned delvis skyfri himmel og sol og riktig så behagelig temperatur så her var det ingen unnskyldning for å bli under dyna. Marianne hadde forhåndsproklamert at hun skulle lede gruppe 2 opp Solli via Asdølltjern og Sandungen. Kun meg viste interesse for dette, så dermed ble vi en gruppe på kun to. Like greit syntes nå jeg, så sinket jeg bare en. Vi dro avgårde i godt driv og jeg oppnådde makspuls allerede i første motbakken etter Kjærighetsstien (har blitt pådyttet nok en dupeditt- pulsbelte- av min kjære mann). Opp til Solli gikk det forholdsvis greit, men tungt var det og Marianne måtte vente på meg opptil flere ganger. Til min unnskyldning så var dette første turen etter mitt dramatiske fall med kneskade oppe ved Kjell Eriks lem (fall ifra pedalhøyde i null fart). Oppe ved Solli og ned mot Asdølltjern etter Myggheim er det altfor steinete, ulendt og skummelt for en syklist som egentlig foretrekker flatt terreng og asfalt så da måtte jeg av sykkelen. Marianne derimot som har hatt et dramatisk fall tidligere på dette strekket, syklet helt ned. Resten av turen via Sandungen, Furuholmen og Vestmarka og heim gikk i fint driv. Alt i alt en fin tur i finfint vær.

Fra naturens verden: 3 nakne hester ved Skaugum. Rabarbrahekk opp i Solliveien et sted og maaasse sauer med søte små lam i Vestmarka.

Total lengde 32,8 km og 615 høydemeter.

Mvh Merete



TourTråkk 10 – 20/6 2015

Hvem skulle egentlig referere TourTråkk 10? Edvald?

Dette lurte Knut Petter på en sen kveld denne uka, for det var jo ikke blitt utnevnt noen referent ved oppmøtet for etappe 10! Men han erindrer at alle de ni frammøtte, inkludert **debutant May Bente Brunstad** (fru Narve), syklet i samlet og dannet flokk samlet til Tverrelva, det vil si, debutant May Bente syntes det fikk være nok med en første tur innerst i Lommedalen og snudde der. Inne ved Tverrelva snudde også Lise, Marianne og Narve, nå ville de skuffe på på vestsida ned igjen, kaffen og bollene til Baker Hansen fristet mer enn bakkene opp mot Kleivstua.

Etter at Narve dro på kafe med damene fortsatte Joar, Steinar, Erik, Ole Johan og Knut Petter mot Kleivstua. Med Joar i tet gikk det rolig oppover alle bakkene til Retthelljern og videre mot Kleivstua. I siste bakken ned mot Kleivstua møtte vi en syklist i MTN Qhubeka-drakt uten at vi reflekterte så mye over det. Vi lå i dragsuget på Joar som var mest opptatt av å komme ut på kanten utenfor Kleivstua for å få dekning så vi kunne følge med på hvordan det gikk med Jardarrytterne på Lillehammer – Oslo.

Etter å ha konstatert at de fremdeles holdt jevn og god fart der oppe langs Mjøsa, lå vår fartsstrekning langs Kongeveien og ventet. Værforholdene var gunstige og grusen lå der jevn, tørr og fin. Det var ikke mulig å sykle sakte under slike forhold! Vi tok igjen syklister underveis som hang seg på oss. Vel nede på Johnsrud slo vi av en prat med en av rytterne som hadde hengt seg på. Han kom syklende fra Røise og kunne fortelle at MTN Qhubeka rytteren vi hadde møtt var Edvald Boasson Hagen som trente intervall fra Sundvollen opp til Kleivstua.

Joar opplyste at Jardarrytterne i L-O hadde kommet til Råholt og fremdeles holdt god fart før vi fortsatte hjemover med en liten avstikker innom Baker Hansen på Bærums Verk, men Narve og damene hadde reist videre.

Mvh, Knut Petter



F.v. Steinar, May Bente, Knut Petter, Marianna, Lise, Erik, Ole-Johan og Joar. Foto: Narve



Blide damer hos Baker Hansen (Lise og Marianne)



TourTråkk 11 – Gruppe 1 – 27/6 2015

Referat mangler

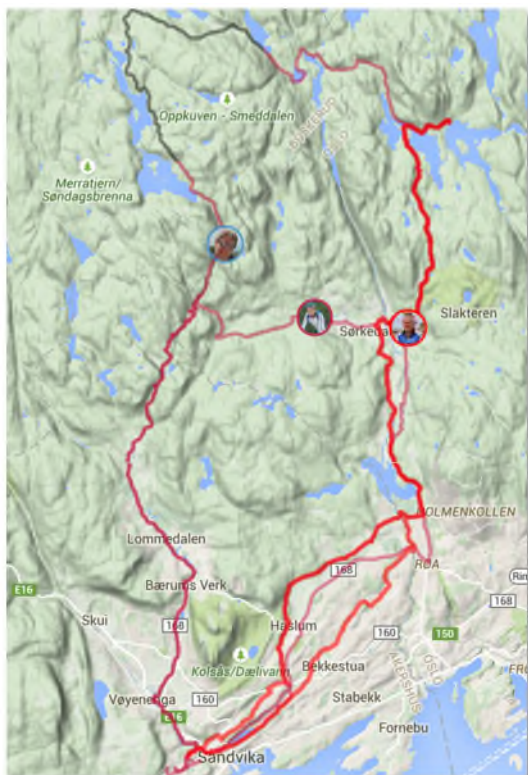


TourTråkk 11 – Gruppe 2 – 27/6 2015

Det får du klare sjæl, sier Ola

Ettersom det er unnagjort flere TourTråkk etter at referatet fra Tour 11 skulle vært skrevet, og det faktum at jeg hadde påtatt med referatansvaret for gruppe 2, så må jeg bare innrømme at jeg skjemmes og legger meg hermed helt langflat for all fortjent kritikk.

Hvem, hvor og ellers: Gruppe 2 besto av Marianne S., Merete H, Håvard H, Svein-Erik S. og undertegnede. Vi fulgte kjente stier gjennom østre Bærum via Nadderud, Øvrevoll, Eiksmarka, Lysakerelva, Bogstad, Sørkedalen og videre opp de tunge bakkene til Kikkut, se kartutsnitt nedenfor.



Gruppe 1 la opp til en lengre Tour inn Lommedalen, over Tobonn, Kampen og videre gjennom marka via Heggglivatn og Svarten, med Kikkut som dagens bolle-og vaffelmål. Som det fremgår av kartet så stakk Kjell "Støtta" Keseler til høyre ved Storbekkkhytta, forlot dermed gruppe 1 og tok så igjen gruppe to i Sakkariasbakkene mellom Finnerud og Østre Fyllingen.

På stien langs Lysakerelva tok vi en kort stopp for å mimre litt over Peter Svelanders berømte fall på en av fjorårets Tourer. I brattbakken opp til Bogstad steg pulsen raskt til godt over 170 og for 3.dje gang i år klaret undertegnede å forsere kneiken uten å steile og havne på ryggen.

Inn Sørkedalen gikk Marianne og Håvard i brudd mens resten av gruppa la opp til et fint og jevnt tempo inn mot landhandleren. Midtveis inn kjørte vi forbi to langrennsjenter som sto ute i grøftkanten og tok en "selfie". Den ene var Astrid Uhrenholdt Jacobsen og den andre tror jeg var Kathrine Harsem. Angret i et kort øyeblikk på at jeg ikke bråstoppet feltet for å få gruppe 2 med på selfien. Det kommer vel nye sjanser så tett det er med landslagsløpere på asfalten inn Sørkedalen. Opp Sakkariasveien var det bare å legge inn passe gir, stirre stivt foran seg og "gnage seg opp. Marianne gikk i brudd igjen, og midtveis ble vi tatt igjen av Kjell "Støtta" som fulgte oss inn til Kikkut.

På Kikkut var været strålende, men panikken bredte seg raskt i gruppa etter at det gikk rykter om at det var slutt på skoleboller. Heldigvis viste det seg å være falsk alarm, så etter litt venting fikk vi lønn for strevet.

Etter en halv times venting ankom gruppe 1 og det var tid for gruppebilde, se nedenfor. Kjell og Håvard hadde det imidlertid travelt og hadde forlatt åstedet like før fotografering.

Gruppe 2 tyvstartet litt på returen, som gikk i motsatt retning til Bogstad og videre via Ankerveien, Øverlandselva, Solberg og hjem. Marianne som hadde en to-tre feilgearinger underveis på Touren og gikk på en ny feilgearing i stien ved trafostasjonen ved Øverland. Det ble bråstopp, fall til venstre og inn i et brenneslektratt. "Du må få Ola til å justere litt" foreslo jeg, men Marianne repliserte imidlertid raskt: "Ola sier at det får jeg fikse sjæl". Damene har jo vært på mekkekveld både en og to ganger, så det standpunktet er jo forståelig.

Etter 65,4 lange og harde km kom vi oss omsider hjem og kunne nyte det fine lørdagsværet på terrassen.

Fra naturens verden: Ikke mye å rapportere denne gangen, med unntak av at noen modne markjordbær ble observert inne i Sørkedalen.

//Knut



Lykken er en



Gruppebilde ved Kikkut etter at Kjell og Håvard hadde returnert hjem



TourTråkk 12 – 4/7 2015

Sightseeing på Oslo vest

Mens “Jardars aller tøffeste menn”, må vi nesten kalle dem, slet seg gjennom Jotunheimen rundt, var det 5 ryttere som påtok seg oppgaven å holde liv i TourTråkk 2015 gjennom sommerferien. Jotunheimen er viktig, men det er også at vi har fremmøte på alle lørdager gjennom sesongen.



Hvem, hvor og ellers: Før klokken var 09:00 sharp hadde hele 5 rytter kommet på plass for å benytte seg av sjansen for en gangs skyld, til å bli med på en rolig tur mot Oslo vest. De blide morgensyklisterne var Asrun, Siri, Kjell K, Einar og Narve. Ingen motforslag til referentens turforslag, dessverre uten sin kone May Bente som syntes det var litt for tidlig å sykle. Men det er kommet lovord hjemmenifra om at hun kommer sterkere tilbake.

Turen gikk som lovet i rolig fart fra Bjørnegård, via stien til Sandvika, langs Engervannet opp til Eiksmarka via Øvrevoll. Fra Eiksmarka ned til Ekraveien og stipartiet langs elven opp til Bogstad. Der tok vi stien ned mot Huseby, ned Merradalen til Ring 3, bort til Smestad og ned til Frognerparken, hvor vi fulgte elva ned til kaffe og noe godt å

spise på Skøyen, før vi tok Tour de Finance hjem.



Praten gikk livlig om deltakere i Jotunheimen rundt, om L-O for 2 uker siden og ferieplanen fremover. På stien fra Engervannet skremte vi en flokk småfugler som det så ut, et basketak seg imellom. Måtte svinge utenom en liten krabat som hadde skadet seg, som ikke fikk luft under vingene. Ellers var gikk turen i rolige omgivelser, med en grønn flora som strakk seg etter solen.



På kanskje årets varmeste dag så langt var de aller fleste på stranden, så vi møtte ikke alt for mange turgåere på vår vei. Selv om turen gikk i en behagelig fart tok det ikke lang tid før svetten piplet fra ryggen og i panna.



Ved Ekraveien, tok vi stipartiet langs elven mot Bogstad. Alle 5 syklet opp skråningen som ingen ting og vel fremme ved Bogstad var vi på dagens høyeste punkt. Derfra gikk det nedenover på nye stier ned mot Huseby, under Riksvei 168 og ned langs Merradalen hvor vi tok lagbilde for dagen. Nede ved Radiumhospitalet takket Asrun for seg, hun ville være tilbake før klokken 11:00. Gruppen, som nå var nede i fire, trillet videre til Frognerparken og ned langs elva til Skøyen hvor vi hadde en 30 minutters pause, med inntak av kaffe, cookie, gullrotkake, wienerbrød med masse deilig eggekrem og undertegnede tok sjansen på en “hyllebær”-drikk fra Danmark. Vi storkoste oss i sola, men omsider kom vi på sadelen igjen og satte nesa hjem lang TDFinance.

Fra naturens verden: Mest fugler å se i dag. For uten småfuglene langs vår vei opp gjennom Bærum, var det full av liv i alle tjern hvor ender badet seg i vannet og gjessene langs TDFinance passet på sine aller minste.



Vil takke alle dagens deltakere for en fin og rolig tur og håper det ga mersmak. Turen tok litt over 3 timer inklusiv 30 minutters pause. Jeg klokken 40.1 km på hele turen fra min dørstokk, med 523 høydemeter og en gjennomsnittsfart på hele 15.6 km i timen.

Neste lørdag er det igjen mulighet for å være med. Jeg stiller nok og skulle solen skinne, kommer jeg kanskje ikke alene til start?

Mvh, Narve Holen



TourTråkk 13 – 11/7 2015

Høy fart med interval trening

Sommeren er over oss og de fleste TourTråkkere ferierer både i inn- og utland. Men heldigvis er det noen standhaftige personer som ser det som sin plikt å holde tourtåkket i gang, slik at Ola N kan forkynne på banketten at vi også i år ikke hadde noen avbrekk i Touren. Like viktig er det for Knut H som sikkert hadde grått sine sørgmodige tårer hvis han måtte skrive “ingen tur på TourTråkk nr. 13.” i årsberetningen sin.

Hvem, hvor og ellers: Heldigvis hadde Siri og Narve meldt sin ankomst og var på plass tidlig og vurderte alternative ruter, for vi regnet med at dette ville være en tur for 2 personer. Men like før klokken 08:56 rullet det inn en kar som ønsket å være med. Han forklarte at han hadde vært med for 3 år siden og siden han nå har flyttet tilbake med familien var oppmøte på TourTråkk en selvfølgelighet. Hans navn var Henrik Bakke og ble behørig ønsket velkommen tilbake. Så her må Ola N. knytte han til vår FB-side. Siste mann på dagens Tour var Tor som rullet inn klokken 08:59 ikledd fullt vinterutstyr. Han hadde vært på fjellet og trodde det var kjølig, men måtte strippe av seg det aller meste, så ryggsekken ble fort stappfull med tøy.

Ingen hadde ytret forslag til veivalg på FB, så mens Siri og Narve vurderte tur mot Asker, Bødalen, Vollen og hjem, ønsket Tor en to timers tur til Kleivstua. Han måtte være hjemme rundt klokken 11:00 på grunn av barnevakt. Jeg tenkte da mitt at 2 timer måtte holde hardt, men vi andre hadde ingen motforestillinger, så da ble det langs Lomma til By, på oversiden opp til Tverrelva, kort klatreetappe opp til Kleivstua før berg og dalbane veien hjem til Lommedalen via “den bergenske kongevei” og hjem til våre respektive.

På mitt spørsmål om Tor hadde mye overskudd etter L-O, så sa han nei til det. Jeg tenkte at det passet jo bra ettersom undertegnede ikke akkurat elsket lange sugende bakker og hadde sett for seg nok en rolig tur. Så feil kan man ta. Om Tor fant overskuddet eller om han måtte fort hjem rakk jeg aldri å spørre om på turen, for det er ikke ofte vi har 30 km + ut fra Bjørnegård. Allerede ved Rud måtte vi be Tor roe ned litt, det var tross alt ingen spurtpremier på dagens etappe. Igjen tok jeg feil, for det visste ikke Tor og Henrik, for på dagens første lille kneik gikk de i brudd så det holdt. Fant fort ut at dette var dagen for intervalltrening for noen. Siri mente det var litt tidlig siden vi ikke var 1/3 av veien enda. Jeg måtte da påpeke at ved Gommerud var vi nok ikke kommet 1/10 del av turen ennå, så dette kunne bli spennende...puh!

Opp mot By var det igjen tid for bakkespurt og det samme gjentok seg mot Kleivstua. Så dagens klatretrøye gikk til Tor. Han fikk også prisen for dagens mest bruddvillige og tok også den gule trøya. Mens vi er inne på trøyer får Henrik ungdomstrøya, mens Siri får blomster for å holde mest jevn fart. Siden referenten ikke kunne sjekke farten til de 3 andre, tar jeg beskjedent trøya for høyest fart i nedoverbakke på rundt 63 km/timen.

Vel oppe på Kleivstua etter litt slalåm mellom horder av sau var det hyggelig å ta en rast med utsikt over Ringerike, mens matpakke og energibarar ble fortært i sola. Der ble dagens foto forevige til alles glede. Fra Kleivstua og ned langs “den bergenske kongevei” gikk det forholdsvis fort og tror ikke mange fikk med seg alle minnesmerkene langs ruta og ikke minst rådyret som nå hadde fått noen horn i panna. Men alle kom helskinnet ned til Lommedalen og siden det da ikke var flere bakker å rykke i, gikk turen tilbake i mer rolige former.

Undertegnede takket for turen ved Rud og ønsket de andre en fortsatt fin dag. Ved at Henrik lå i front det meste av turen, regner jeg med at han ikke ble skremt og stiller ved senere anledning!

Til slutt litt personlig data. I en deilig sommerdag i nydelige omgivelser, langs bekker, vann, sauer, rådyr og sommerblomster ble turen gjennomført på 2 timer og 55 minutter inklusiv ca 20 minutters pause. Vi tråkket opp 1092 høydemeter og jeg klokket meg selv inn på 54.3 km.

Neste lørdag er det igjen TourTråkk, så alle som er hjemme bør være med å holde TourTråkk i gang. Skulle du være alene og skriver referat vil du med sikkerhet bli behørig applaudert på årets bankett. Jeg vurderer å stille på Valdresrittet, men den avgjørelsen er ikke tatt enda, så kanskje vi sees?

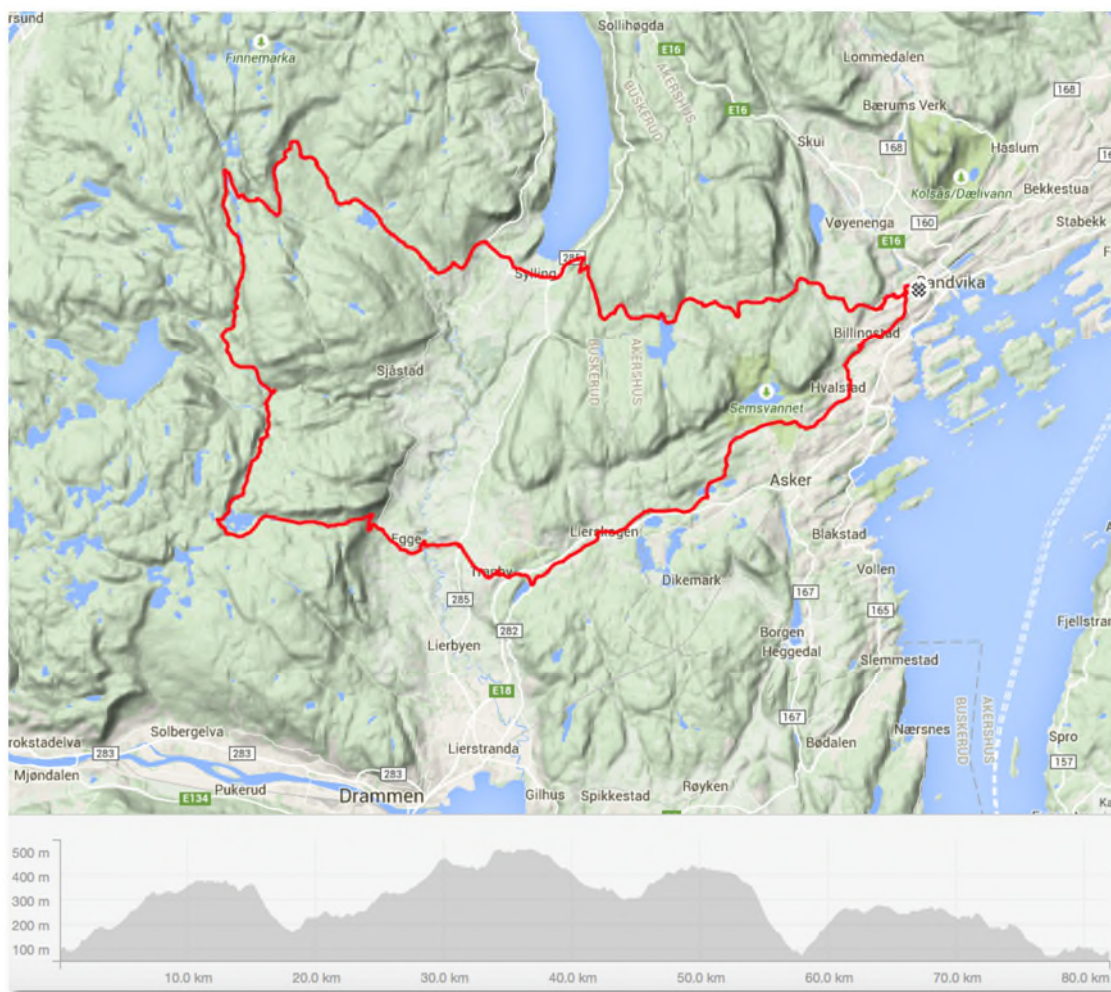
Mvh Narve Holen



TourTråkk 14 – 18/7 2015

Nykommer fullførte NESTEN Lille Birkerunden sammen med garvede Tour-kamerater!

Nykommer Henrik Bakke sitter sikkert hjemme og gremmer seg nå, han var i ferd med å begå HELE den KLASSISKE "Lille Birkerunden" på etappe 14 i går, da han i et svakt og melkesyrefokusert øyeblikk etter ca. 62 km ved Tranby, avslo resolutt å følge den klassiske ruta opp grusvegen Høgdabakkene mot Lierskogen, men heller insisterte på at det fikk være godt nok med den noe flatere ruta på asfalten forbi Liertoppen kjøpesenter. Ikke rare forskjellen sier du, men nok til at den unge Henrik nok må belage seg på en ny tur på 82 km gjennom Vestmarka og Finnemarka for å kunne si at han har fullført den KLASSISKE TourTråkk "Lille Birkerunden"!



Vi er over den verste sommerkrisen i TourTråkk ser det ut til i og med at deltagerantallet steg fra fem til åtte fra etappe 13 til 14! Siri, Narve, den allerede omtalte Henrik Bakke, Bengt, Einar, Dan-Evert, Erik og Ola N var på plass i går morges. Skjønt, Erik Klatremus var vel egentlig ikke på plass kl. 09:00 sharp, det var vel heller ikke forventet om sant skal sies, men denne gangen hadde han startet kl. 07:30 fra hytta ved Tyrifjordens søndre bredder og møtte oss sju andre ved Holo på vei NED fra Vestmarksetra, mens vi var på vei OPP til Vestmarksetra. Etter en kort diskusjon hadde vi endt på "Lille Birkerunden" som dagens rute, etter at Narves forslag om å tråkke den ultrabratte stien fra Åstaddammen mot Skaugum var blitt forkastet mot en halv stemme! Derfor fikk Erik anledning til å snu ved Holo og sykle sammen veien tilbake som han hadde kommet fra Sylling. Rett før vi møtte Erik ble det spekulert litt i gruppa om vi skulle få oppleve Erik i front i dag, siden han jo er i oppkjøringsfasen til Finnmark 300? Noen mente han ville være ekstremt dravillig og lede an det meste av dagen, mens undertegnede hardnakket påstod at han høyst ville ligge i front i femten sekunder etter vi hadde møtt ham. Spenningen var derfor



stor da Erik møtte oss og snudde og overraskende straks la seg i front og dro feltet, — en KORT stund, omtrent akkurat 15 sekunder! Etter det så vi aldri Erik i tet mer før han valgte å ta snarveien hjem til Tyrifjord-hytta etter Kiwi-stoppen ved Tranby. Da dannet Erik sologruppe og hadde nok store problemer med ikke å dra seg selv oppover mot Sylling!

Gjennom Vestmarka gikk alt knirkefritt. Vi noterte at det nok hadde regnet godt om natta, for selv om været var riktig så bra etter hvert, var det ganske vått i marka. Nede ved Sylling ble det tilbudt stopp i matbutikken for å bunkre for turen inn i Finnemarka, men ingen tok imot tilbudet, alle var godt nok forberedt for Finnemarka selv om det skulle være stengt på både Solvang og Eiksetra. Da vi passerte jordene til Myhrene i Sylling ble noen av oss fristet til både bringebær-, jordbær og salatslang, men klarte å motstå fristelsen. Imidlertid oppdaget vi at gruppa plutselig kun bestod av seks ryttere, Dan og Einar var borte. Henrik kunne informere om at Dan hadde fått problemer med «lisjskiva» foran, som Knut Knutsen ville ha kalt den, den hadde rett og slett løsnet! Siri, Narve og Erik dannet fortropp og syklet av gårde mot Nykjua, mens resten ventet på at Einar skulle få fikset det slik at Dan kunne sykle videre med kun STORSkiva i drift. Dan er jo bygningsingeniør må vite, så han vet hverken foran eller bak, opp eller ned på disse skivene og overlot dette til hydrologen som jo har ganske god erfaring og trening med nødfiksing av både det ene og det andre som går i stykker.....

Nykommer Henrik ble hele tiden godt informert om traséen som ventet, bl.a. den syv km lang stigningen opp til dagens høyeste punkt på 510 moh. oppe ved Sneisavannene (Nord-, Stor-, Midt- og Sør-). I vår iver etter å ta igjen fortroppen gikk det kanskje i raskeste laget oppover, Bengt hadde lette bein og ivret etter å komme til topps, mens Henriks bein nok ikke var like lette da vi krysset under høyspentlinja og kunne innvilge oss en velfortjent pust i bakken med inntak av diverse medbrakt energi i krysset ved Nykjua. Så gikk det lett og i stor fart forbi Saga og i retning Garsjø med Ola og Bengt i tet, til høyre her og til venstre der, til nye motbakker igjen utfordret etter hvert mer og mer slitne lår. Narve begynte nå å mislike motbakkene sterkt, mens Siri så ut til å ha friske bein og Dan på storskiva hang greit med, han har jo nylig lagt Sognefjellet bak seg og syntes nok dette bare var blåbær!

Vi passerte serveringsstedene Solvang og Eiksetra uten å la oss affisere av at de holdt sommerstengt i juli, vi fokuserte nå på Kiwi på toppen av Lierbakkene som definitivt hadde åpnet og hvor vi hadde planlagt stopp. Men først måtte vi stupe ned i Lierdalen og etterpå opp igjen. Det gikk rimelig fort nedover og Ola la til og med inn en liten sladd på løsgrusen bare for at Bengt skulle få opp pulsen litt. Lierelva ble krysset og Henrik advart om at den bratte Grøttegata opp mot Tranby er bratt, men ikke så lang og at Kiwi altså ventet på toppen. Ola satte opp farten litt og selv Einars puls gjorde visse utslag rett før Kiwi! Så mesket vi oss i boller og brus, is og sjokolade før vi la ut på siste etappe mot Sandvika og Erik i ensom majestet tilbake til hytta ved Tyrifjorden. På Tranby nektet altså, som tidligere nevnt, Henrik å begi seg oppover Høgdebakken og forbi den kjente obelisk som vi besøkte på en tidligere etappe i vår. Narve slet i motbakkene, ble tilbudt drahjelp både oppover og bortover, men på hver flate var han forbi i hundre, det var slett ikke flatene som var hans problem ble vi bryskt fortalt, men de jævla motene! Ei tetgruppe dannet seg og vi så slett ikke mer til Bengt, Dan og Einar etter Asker Golf. Om de fortsatt venter ved drivingrangen vites ikke, men trolig kom de alle hjem i god behold. Vi fire andre tråkket behersket opp bakkene mot Skaugum, Kjærlighetsstien og den siste kneika i Fjellveien før vi takket for turen og dro hver til vårt dusjkabinett og badekar og lot mer eller mindre slitne lår hvile!

Fra naturens verden: Snegler i alle slag var på tur denne dagen, brune, svarte og til og med noen med hus på, ble observert. Et godt utvalg hester i alle farger, med og uten ryttere. Vi observerte også en anselig samling orkideer ved Dammyrdammen, eller nærmere bestemt Flekkmarihand som i alle fall er i orkidéslekta! Godt med små- og storfé var det også i marka og selv om de driter mer enn vi skulle ønske og skitner til knastedekken våre og til og med promper klimagassen metan, så gjør de en fantastisk god jobb med å hindre at marka og Norge gror fullstendig igjen! Så derfor heier vi på beitedyra!

Neste: Kanskje vi skal satse på en annen klassiker til helga? Tror Hokksund-turen var bebudet i juli og skal vi få til det har vi bare én sjanse igjen. Men vi får se av været, DEN turen går nemlig alltid i finvær!

Mvh, Ola



TourTråkk 15 – 25/7 2015

Alpe d' Huez over Steinshøgda

Lørdag 25 juli, fortsatt ferie for mange, men på oppmøte forstår man at ferien snart er forbi. Hele 13 morgenfriske TourTråkkere møtte opp ved Jardars nye klubbhus til klokka 9 Sharp. Nei, vent nå litt! Det er kanskje ufint å kritisere Tour-generalen Ola N., men rett skal være rett. På min klokke trillet Ola inn minst 1 minutt for sent til å få godkjent sharp-oppmøte. Til hans forsvar skal dog nevnes at han ikke forsøkte seg på noen unnskyldninger og forholdt seg helt rolig uten å komme med noen innsigelser eller motforestillinger mens undertegnede fortalte og gestikulerte om hvor dagens tur skulle ta vegen.

Denne dagen var det nemlig jeg som hadde styringen. Men så hadde da Ola også oppfordret om forslag til Tour på Facebook kvelden før. Mitt forslag var å ta turen inn Lommedalen og videre til Tverrelva, deretter opp til Damtjern og vegen om Løvli hjem. Ingen av de 13 fremmøtte hadde noe å bemerke, men flere antydte at de nok ikke ville ta en såpass lang tur. Vi ble imidlertid enige om å sykle rolig i samlet flokk inn til TVERRELVA, for en ny status der om videre løypevalg. Ut fra start rullet i samlet flokk; Marianne S, Marianne B, Sigrunn, Asrun, Kjell K, Sondre N,

Arne Grøndal, Henrik, Jon Ole, Knut H, Tore L, Ola N og Dan Evert.



Vi fulgte "vanlig trasé" langs Lomma oppover til Glitredammen. For at mesteparten av turen skulle gå på grus og sti, foreslo undertegnede at vi raskest mulig kom oss opp til grusvegen som går opp mot Gullhaug. Jeg husket at oppstigningen her skulle være rimelig bratt, men husket ikke akkurat hvor den stien startet. Men det gjorde selvsagt Ola N. Dermed fikk vi blodpumpa i gang hos de fleste. Flere måtte bite i gresset og leie sykkel, men det skyldtes selvfølgelig at mannen foran måtte stoppe først. Vel oppe på grusvegen

viste det seg dessverre at denne oppstigningen var for tøff også for sykkel til Jon Ole. Bosset hadde gått, og dermed måtte vi alle ta en tidlig farvel med Jon Ole, som sparksyklet hjem til Åsløkkveien. De av dere som ikke helt vet hva **Bosset** er, vet forøvrig like lite om sykkel som undertegnede, så det er til å leve med, med andre ord. Det betyr imidlertid at giret bak ikke lenger griper på veg framover lenger, og da er du lost for å si det enkelt.

Turen videre gikk uten flere uhell med hverken sykkel eller personer, heldigvis. Dessverre har vi jo hatt alt for mange ulykker i år, flest på racer, men sist også på offroad da Siri var uheldig og pådro seg et brudd i hånda da noen av oss tok en onsdags-sti-tur i Vestmarka. Vi håper alle Siri snart er tilbake og ønsker herved god bedring! Ved Tverrelva tok vi som avtalt en stopp, og alle damene informerte i kor om at de her sa Takk for følget og ville ta motsatt side av dalen hjem igjen.

Ryktet forteller at de tok en bolle-stopp hos Baker Hansen på Bærums Verk. Hvorvidt det var dårlig tid eller ønske om kvinnelig selskap på resten av turen, vites ikke, men Kjell K valgte å ta følge med damene hjemover. Sannsynligvis var det dårlig tid som var årsaken til hans retur, for ryktet forteller også at han ikke tok følge med damene inn til Baker Hansen.

Dermed var vi 7 mann igjen som syklet videre fra Tverrelva. Nå med Ola N i front. Undertegnede mente å ane en viss fartsøkning, og gløttet bort på Knut H for å få det bekreftet. Men





Knut er jo etterhvert kommet i superform, så det skal mer til for å rykke fra han. Hva med Sondre da tenkte jeg og gløttet forsiktig i den retning også. Men heller ikke her virket det som om farten var noe problem. Ingen ytret noe om det i alle fall. Men heldigvis for undertegnede viste det seg at min fornemmelse av fartsøkning var riktig. Det ble strekk i feltet som Kaggestad ville sagt det. Ola, som denne dagen følte seg fri for de vanlige Tour-forpliktelser med å holde orden på så vel front som sekk i feltet, gikk rett og slett i brudd! Feltet ble samlet igjen et lite stykke oppi bakkene der vegen deler seg ved Fjellstadhytta. Arne hadde allerede ved Tverrelva antydnet at han nok ville velge en litt kortere trasé om Kleivstua enn den annonserte turen om Damtjern. Lurt av Arne å annonsere dette så tidlig, for ellers ville vi selvsagt tro det var fartsøkningen fra Ola som gjorde at han her svingte til venstre. Også Sondre og Henrik valgte å følge Arne, så dermed var vi kun 4 syklistar igjen på veg mot Damtjern.

Fortsatt var det Ola N som holdt farten oppe. "Her bruker du å få problemer Dan", belærte Ola de to andre i gruppa vår, og viste til at jeg opptil flere ganger har måttet resignere og gjort vendereis i disse seige bakkene. Denne gang var jeg heldigvis i noe bedre form, så det var ingen fare for sprek og knefall for hverken den ene eller den andre. Dessuten var det jo jeg som frivillig hadde tatt på meg arbeidet som referent, og det forplikter litt ekstra naturlig nok.

Opp mot Damtjern holdt vi sånn noenlunde følge på flatene, men i alle bakker gikk Ola i tet. Og det være seg nedover så vel som oppover. Tore er også en av de som liker å spare på bremsene i nedoverbakkene, mens Knut og undertegnede liker å teste også det utstyret. Ola rykket litt også i bakkene opp mot Damtjern for å sjekke om kiosken der var åpen. Det var den selvsagt ikke. På forhånd hadde jeg sjekket på nettet at heller ikke Løvlia var åpen i juli, så da måtte det kun bli hjemmebakt i dag. Undertegnede var



sulten, men Ola mente det var koseligere å ta en stopp på Løvlia, kun 5 km unna. Jeg visste imidlertid at halvparten av vegen dit er en tøff stigning, men kapitulerte og sa meg selvsagt enig i at vi tar en stopp på Løvlia i stedet. På Ola kunne man imidlertid ikke se at denne stigningen var så bratt. Han dro av sted uten at noen av oss andre klarte eller ønsket å ta hjulet hans. Vel inne ved Løvlia tok vi oss en god stopp. Løvlia var som annonsert stengt, men vi fant ved en liten rekognosering ut at det i et stabbur var mulig å forsyne seg med både Kvikkklunsj og diverse i nødstilfelle. Vi var imidlertid ikke i nød for hverken medbrakt mat eller drikke, så etter at energilagrene var fylt opp, tok vi fatt på hjemturen mot Tverrelva. Fra Løvlia betyr det to lengre stipartier. Det første et såkalt "lett" stiparti ifølge Ola, det andre litt mer "krevende". Jeg kan følge Ola i at det første partiet ikke var spesielt vanskelig. Selv jeg klarte disse kilometerne uten å måtte ta bena i bakken! Det andre partiet, derimot, kan kun kalles mer "krevende" av proffer. For meg var det til tider **svært** krevende, men jeg må innrømme at det var atskillig mer gøy enn ved tidligere anledninger da jeg stort sett har måttet trille sykkelen gjennom mesteparten av dette stipartiet. Det skyldes nok delvis at jeg nå har en 29 " sykkel, men også at jeg ser litt lengre fram og tørr å trå til der jeg før ble for forsiktig. Stisykling er ikke så verst faktisk! Og litt senere på etappe 15 fikk jeg også en kommentar om at jeg nå kanskje har knekt stisyklingkoden??

Vel nede ved Tverrelva ble det som vanlig trådt litt ekstra på igjen. Kanskje er det hjemlengsel, kanskje er det traséen som er så innbydende. Det går jo svakt nedover hele



vegen, og da er det blitt en "tradisjon" i TourTråkk at vi drar litt på her. NB! Husk imidlertid på å senke farten veldig når vi møter gående, spesielt når det er hunder og barn i følget. Herved innfører jeg forbud i TourTråkk om ikke å senke farten alvorlig når vi møter andre turgåere langs sti og veger! Selv en mulig ny bestenotering på Strava får da heller ryke! Ola og undertegnede byttet på å dra nedover mot By. Tore måtte slippe litt i den siste bakken, mens Knut mistet hjulet ca. halvvegs fra Tverrelva, men var kun et lite minutt etter oss ved bommen på By. Formstigning kalles det.

Herfra og hjem skulle en tro det bare ble nedoverbakkene og asfalt helt hjem. Det hadde i alle fall både Knut, Tore og undertegnede antatt. Men Ola var i det ustoppelige hjørnet denne lørdagen, og selv om han egentlig hadde overlatt kapteinsroret til undertegnede, glemte han seg stadig vekk og foreslo brått at vi, i respekt for Tour de France gutta som snart skulle ta fatt på de 21 hårnålssvingene opp til Alpe d' Huez, **tok en ekstra tur over Steinshøgda**. Knut ble målløs over dette horrible forslaget på tampen av etappen, og forventet naturlig nok at jeg som myndig turleder avviste denne avstikkeren som helt uaktuell, ja nærmest et "utenfor kategori" forslag for å bruke Tour d'France egen terminologi. Hvorfor undertegnede her ikke opptrådte resolutt avvisende, men isteden føyde seg etter Ola sitt ønske og sågar foreslo den tyngste sti-traséen opp over Steinshøgda, er ikke lett å si. Kanskje var det gode bein, men sannsynligvis for stor respekt for Ola som Tourgeneral, som gjorde at jeg så lett inntok rollen som hjelperytter. Hjelp kunne nok flere trengt, for selv Tore begynte nå å kjenne det litt både her og der. Opp kom vi imidlertid alle. Siste bakken var imidlertid ikke unnagjort ennå. Nå fulgte vi kjerreveier forbi Dælivann og så krysset vi over på en sti som ender ut ved Gjettum stasjon. Herfra var det imidlertid raskeste veg på stier mot Bærum Sykehus, Bjørnegårdssvingen og hjem. Jeg klokket 72 km og 1500 høydemetre.

Fra naturens verden: Sauer og kyr både her og der og en liten fugl som hoppet på stien ble observert av undertegnede.

Mvh Dan-Evert



TourTråkk 16 – 1/8 2015

Det ble blåtur med under 90 i puls

Hvem: Vi skriver 1.august og siden ingen hadde tatt ansvar for rutevalg, var spenningen å følge og ta på ved oppmøte. Noen fortsatt på sommerferie, andre deltok på Grenserittet, så det var kun 5 deltakere som så på hverandre og lurte på hvor turen gikk. Lise, Dan, Øivind N, Ole-Johan og Narve. Dan gikk noe overraskende ut å sa - at i dag Narve skal ikke pulsen over 90, det blir rolig tur. Siden ingen andre hadde noe i mot det, tok jeg sjansen på rolig tur i kjente, men også ukjente veier og stier.

Quiz: Før jeg sier hvor veien gikk, så en liten quiz i kortform, så kanskje du kan kjenne igjen hvor vi dro. (Husk ikke juks)

Fra Bjørnegård mot nord ca.1km, så 500 meter mot vest, før vi tok fatt på 70 meter stigning. Så rett frem hele veien forbi min ungdomsskole på 70 tallet, før vi igjen sakte trillet opp før vi kom ned til kjent gjeddevann. Vi kom så etterhvert frem til gammel kjerrevei, tidligere E18 på 1800 tallet. Langt om lenge, litt opp og ned, en golfball vi så i ny og ne tok vi pause ved statuen av mannen som veien var oppkalt etter. Så etter lang nedstigning mellom hus og skog i vakker natur, vi endte opp der hvor hvor bygningen har et navn etter Marie og Pierre Curie.

Derfra gikk turen til venstre igjen mot nord før vi brøt til høyre ned til klatrende mennesker. Igjen fant vi fin tursti mens bekken fulgte oss ned til gamle Thune hvor vi krysset under en toglinje før vi rastet. Derfra var TDF som fulgt frem vi igjen var i Akershus kommune, forbi restaurant ved sjøen og videre forbi gamle glassverket og helt inn til byen vår langs berget for laks.

Har du funnet ut hvor vi var?

Hvor og ellers: Siden ingen hadde bedre forslag så fikk jeg ansvaret for å løse gruppe gjennom TourTråkk 16. Som dere sikkert nå har kommet frem til, så gikk turen i rolig fart mens dagens store O2 opptak ble brukt når vi tråkket opp bakken fra Hamang opp til Dønnski. (Pulsen var nok over 90 der) Ingen føtter i bakken som jeg kunne se, så gjennom turstier kom vi frem til min ungdomsskole på Gjetsum. På veien opp mot Dælevannet hvor gjedden er sjef, ble vi påminnet av Ole-Johan at gjennom skogen var det forbudt å sykle, men som sykkelgruppe holder vi oss til reglene og holdt oss på veien ned til Dælevannet hvor vi tok en kort pause på låven på Dalbo fra rundt 1857 som ble brukt til å lagre store mengder høy for vinterfôring av husdyr. Ved Steinskogen gravlund gikk vi av sykkel og sammen med Øivind sjekket hvordan det stod til på graven til deres sønn. Blomstene struttet mot sola og vi var snart igjen sete langs Ankerveien etter ett obligatorisk fellesbilde i krysset Ankerveien og Østernvannveien ankom vi Bogstad.

Dan Evert fikk i seg en banan og Lise lurte på hvor går ferden nå? For tidligere TourTråkkere som var med meg forrige gang, gikk turen videre ned langs Voksenlia og ned mot Hovseter. Dette var moro skrek Lise og alle lekte seg ned stier med stein og stubber. Fra Hovseter trillet vi rolig ned Merradalen ned til Radiumhospitalet hvor alle ropte...ååhh er det her vi er! Moro med nye veier var vi enige om og Dan mente at det snart var tid for is og kaffe. Da tar vi til venstre sa jeg og etter noen minutter passerte vi på baksiden av monolitten og trillet videre ned langs bekken ned til Thune på Skøyen. Etter å ha beskuet gamle industrilokaler krysset vi under toglinjen ved å trille ned 14 trappetrinn og inn til Skøyen sentrum. Her koste vi oss med kaffe, hyllebærdrikk, wienerbrød og annen smaskens saker.

Da vi omsider igjen var på sete bar turen hjemover langs Tour De Finance til Lysaker og forbi Oksenøen, Strand restaurant og gjennom alle de små stier vi fant på veien. Ved Høvik tok vi så litt til venstre og så til høyre og langs Glassverkveien fant vi gangveien opp til Solvikveien før vi endte opp ved fotballbanene ved Veritasveien. Like før bakken ved Solvikbukta ropte Dan at nå skulle han rykke og ville at dette skulle være med i referatet. Dessverre for Dan ble rykket ikke noe av for Narve og Lise tok turen bak båtforeningen og inn til Sandvika langs sjøen ved lakseberget. Ved kinoveien tok Øivind en prat med noe venner, men jeg fikk forevige et bilde med den floraen han hadde sanket på veien. Lise forsvant hjem mot venstre, mens Ole-Johan og Dan takket for seg ved Bjørnegårdsvingen. Øivind og jeg tok følge opp langs Isielva før vi dro hver vår vei hjem.

I alt en meget rolig hyggelig tur, hvor Dan påpekte at pulsen ikke hadde bikket 90 og det kan nok stemme. Dette var en rolig, hyggelig og en blåtur på kjente og ukjente veier og stier for følget. Klokken inn på 43,5 km, 700 høydemeter og gjennomsnittsfart på 12 km i timen.



Med kjempevær hele veien med sol og blå himmel viste naturen seg fra sin aller beste side. Neste lørdag er det premierliga start, men første kampen går ikke før 13:45, så alle kan stille. Da tror jeg det også er sykkelfri konkurranse helg, så da tror jeg vi blir mange igjen. Som Ola sier, her er det fritt frem og komme med forslag og helst innen torsdag ettermiddag. Ingen tur er for kort eller for lang og har du nye spennende veier som vi ikke har vært før, så kom frem med den.

Mvh. Narve Holen



TourTråkk 17 – Gruppe 1A - 8/8 2015

Ikke Paradis i Paradis?

Det var lett å se på fremmøtet at ferien nå er mer eller mindre over for de fleste Jardar TourTråkkere. Hele 21 morgenfriske syklistere var møtt fram mer eller mindre presis 9 o'clock Sharp. På forhånd hadde det allerede vært annonsert forslag til trasé på Facebook kvelden før. Narve sitt forslag var en tur i Kjekstadmarka fra Liertoppen og inn til Spikkestad, hvorpå undertegnede hadde tillagt at det da måtte være fint å fortsette langs den gamle toglinja til Lierbyen, og da fulgte naturlig nok Ola N opp med at vi like godt også burde prøve oss på den lange og bratte Paradisbakken rett opp lia til Tranby.

Hvem: For ca. halvparten av dagens TourTråkkere hørtes nok dette ut som en både en litt strabasiøs og vel lang tur. Men 12 av oss valgte pulje 1 med Kjekstadmarka som mål. Disse 12 var; Kristina N, Lise, Hans Andreas, Erik, Narve, Jon Ole, Finn, Øivind, Sindre Tungesvik (vårt ungdomsalibi denne lørdagen), Sondre N, Dan- Evert og til slutt far til Kristina, Frank Vestveit, som visstnok ikke var debutant siden han hadde forsøkt seg en gang for 4-5 år tilbake. Kristina la til at turen den gang hadde tatt såpass på at vi kunne regne "pausen" på 4 år som en slags påkrevd rekonvalesens. Til det er det kun å tillegge at det virker som herr Vestveit har brukt tiden godt, så vi regner med det går atskillig kortere tid til han prøver seg igjen!

Hvor og ellers: Turen opp mot Liertoppen og inngang Kjekstadmarka fulgte vi langs vanlig lei om Billingstad stasjon, Kjærlighetsstien, Asker museum, Skaugum, Asker Golf og Liertoppen. Dvs Hans Andreas og Sindre syklet helt til Liertoppen storsenter før de forstod at de måtte snu. Det er som kjent alltid en viss risiko å ligge først når en ikke vet sikkert hvor turen skal gå. Hans Andreas valgte imidlertid å forlate oss her. Han skulle treffe resten av familien på Åsa inn forbi Sundvollen, og da ble turen om Kjekstadmarka vel dryg. Uansett; kjekt å se at Hans Andreas er tilbake etter ulykken i Tyrifjorden rundt i begynnelsen av juni, der han brakk kragebeinet samt fikk brist i bekkenet. Rekonvalesensperioden her ser ut til å ha vært veldig kort for allerede neste helg deltar Hans Andreas i landeveisrittet fra Voss til Geilo. Lykke til.

Rett før vi skulle ta fått på Kjekstadmarka, måtte også Lise gjøre vendereis. Et eller annet hadde skjedd med "girøret" og rådene fra de i gruppa som vet hva det øret skal brukes til, rådet Lise til å trille hjem. Dermed var gruppen vår på 12 redusert til 10.

Turen gjennom Kjekstadmarka gikk først på grusvei, så mindre og mindre trafikkert to-spors sti og så til slutt mer ordinær sti med gradering "mindre vanskelig". Ikke desto mindre var det en av våre beste stikjørere, Erik "klatremus" som måtte i bakken. Undertegnede var for langt bak til å se hva som skjedde, med det så ut til å ha gått rimelig bra, heldigvis.

Vel ute av Kjekstadmarka, fikk vi en liten transportstrekning på asfalt bort til starten av den gamle jernbanen fra Spikkestad mot Lierbyen. Kjentmann Frank, altså far til Kristina om du ikke skulle ha fått det med deg, kunne fortelle at denne jernbanen i sin tid gikk helt til Sylling. I dag er det ingen sviller å se, men en flott turvei er det blitt. Fra Spikkestad og like til Lierbyen går det svakt nedover, så her ble det god fart. Med Sindre som lokomotiv lå vi tett i tett som vogner på selveste Jardar-toget. Litt fort gikk det nok da vi passerte noen gående turgåere, som riktig påpekte at vi burde gi lyd i god tid med bjella når vi kom så fort. Det får vi alle ta til etterretning. Minner om at det er påkrevd med bjelle på sykkel. Har vi alle det?

Nederst fra Lierbyen går det som allerede nevnt en snorrett grusvei rett opp lia mot Tranby. Dette er etter sigende rester av en av Norges eldste veger som gikk fra Oslo til Kongsberg. Paradisbakken heter grusvegen her, men jeg er ikke sikker på at det var paradisi vi tenkte mest på der vi strevet opp den lange bakken. Finn varslet på toppen at hans GPS-måler hadde målt 17% stigning i de bratteste partiene. I snitt må det i alle fall være nærmere 12% over de vel 2 km denne bakken strekker seg. Av naturlige årsaker ble det rimelig strekk i det flotte toget vårt nå. Lokomotivet Sindre på 20 år er langrennsløper med kondisjon dertil, så han var det bare Erik som turte følge. Vel oppe hadde Sindre og Erik tyvstartet på den varslede mat-stoppen, men det skulle vise seg at de hadde valgt en litt lite heldig rasteplass. Da det ble stor spredning i bakken, valgte vi nemlig litt forskjellige stier det siste stykket opp mot toppen. Noen på hovedveien,



noen på sykkelvei og noen på sti. Når det i tillegg var støyskjermer både her og der, ble det litt av et puslespill å forsøke og samle oss alle. Og til slutt skulle det vise seg at vi manglet en brikke. Tur-general Narve var ikke å se. Her må det nesten røpes at Narve hadde dannet baktroppen opp Paradisbakken, men Øivind var sikker på at han var like bak han da han rundet toppen. Vi tok oss likevel en tur ned i bakken for å forsikre oss om at Narve ikke hadde kollapset og tatt en rast alene på toppen av Paradisbakken. Men Narve hadde hverken kollapset eller stoppet. Han hadde klart å passere oss uten at vi så ham eller han så oss. Per telefon fikk Narve varslet oss om at han stod på Liertoppen og tok asfaltvegen derfra og hjem. Vi andre valgte den andre siden av motorveien hjemover og videre om Asker Golf, Skaugum, Skustadgata og hjem. Glemte å si at Erik forlot oss ved Tranby, da han skulle til hytta ved Tyrifjorden.

Jeg logget 59 km og 1100 høydemetre og vel 4 nydelige timer på sykkel i lag med en fantastisk hyggelig gjeng. For en start på helga! Og for de av oss som er minst like glad i fotball som i sykling, nå starter PL. Livet er herlig ☺⚽🚲

Fra dyreverden: Noen hester og mange hunder.

Mvh. Dan-Evert Brekke

Muntlig klage fra Erik Klatremus på referatet fra Dan-Evert i gruppe 1A:

Her sto det at Erik hadde tatt sjansen på å henge på Sindre opp Paradisbakken. Erik påpeker, selv om noen kanskje kan hevde dette er en bagatell, at det var Sindre som hang på Erik, noe altså Erik mente var en vesentlig endring i setningsoppbygging, sett fra hans ståsted!

TourTråkk 17 – Sologruppe 1B - 8/8 2015

Krepselag og søknad om godkjenning

Etter at jeg skilte lag med gruppe 1 ved Liertoppen gikk veien videre over Tranby i retning Sylling. Målet var Ask (ikke Åsa!) ved Tyristrand. Før Sylling sto jeg ved valget om jeg skulle ta veien langs Tyrifjorden til Vikersund eller på ukjente stier gjennom Finnemarka. Jeg valgte det siste og endte først på en ikke syklebar blåsti. Etter et par kilometer på beina med retur tilbake på veien kom jeg etter hvert frem til grusvei som tok meg innover i marka. Ved veiens ende måtte jeg påny ta beina fatt et par hundre meter før jeg kom over på veien som ledet meg ned til Åmot og Vikersund. Fortsatte fra Vikersund på riksveien til Ask.

distanse lørdag 94 km.

...men turen var med dette ikke ferdig ...

etter krepselag lørdags kveld og en god natts søvn fortsatte turen videre i retning Hønefoss. Jeg tok av mot Norderhov og videre til Åsa ved Steinsfjorden, passerte mitt endepunkt for Tyrifjorden rundt og tok deretter veien opp til Damtjern hvor jeg hadde avtalt å møte Jonas H kl 12. Han hadde selv startet fra Billingstad. Vi fortsatte grusveiene innover forbi Storflåtan og Sandungen og videre til Kikut med obligatorisk bollestopp. Traff Øystein H og slo følge med am til Bogstad. Jonas og jeg tok da raskeste vei hjem langs Griniveien, Engervannet og Sandvika.

distanse søndag 87 km

Totalt TourTråkk 17 gruppe 1 B (inkludert krepselag og overnatting) 181 km som søkes godkjent ☑

Mvh Hans Andreas

Heder og ære JA, godkjente km? neppe! Juryen v/O.Nyhus



TourTråkk 17 – Gruppe 2A - 8/8 2015

Knall og fall

Hvem: På denne vakre sommerdag var det fellesstart for gruppe 2a og 2b fra Bjørnegård. Gruppe 2b som bestod av Marianne B, Marianne S (ikke like positivt innstilt til sykkelturn i dag som ellers!) og Asrun Ø. Denne gruppen blir her kun perifert nevnt i forhold til mengden vi så til dem (eget referat). Gruppe 2a bestod av Linni, Magne, Ola, Joar, Håvard og undertegnede, Kjell K.

Hvor og ellers: Begge grupper la i vei i retning Kirkerudbakken lykkelig uvitende om overskriften referatet kom til å få! Ola hadde forklart ruten og en sinnrik plan om at gruppe 2a skulle opp Kirkerudbakken og ta noen krinkelkroker, mens 2b skulle fortsette strake veien langs Skuiveien/Ringeriksveien og så skulle gruppene møtes igjen ved Bjørum/Skoglund et sted. Strategileggeren hadde nok litt bange anelser om hvordan det kom til å gå «opp Kirkerudbakken» så gruppe 2b fikk beskjed om å ta det litt med ro for at planen skulle lykkes (tror det passet Marianne S perfekt, bortsett fra at hun nok hadde lyst på kun nedoverbakker i dag).

Heldigvis viste det seg at «opp Kirkerudbakken» kun var fra foten av Kirkerudbakken og opp stien på skrå i retning mot Butterud gård og til høyre videre på stien mot Gamle Jarenvei og inn på stien langs Stovivannet.

Etter Stovivannet begynner ting å skje. Da Håvard skulle forsere den lille kneika fra stien og opp til Kveisegata (utrolig teit navn på en gravgrendt grusvei. PS kveise=kvisse på trøndersk) kom første bidrag til referatoverskriften. Midt i kneika, av uforståelig årsak, la han seg over på rygg i gresset. Og der ble han liggende og sprelle med armer og ben eksakt som en skilpadde som blir lagt på rygg (vi har hatt skilpadde så jeg vet akkurat hvordan det ser ut). Undertegnede kom like bak og hadde således orkesterplass til forestillingen. Men i stedet for å dra fram mobilen og ta bilde, eller enda bedre filme forestillingen, ble undertegnede bare stående å le. Lite snarrådig og ikke særlig høflig!! Desiderat dagens morsomste velt!

Vi syklet vider mot Jordbru og inn i skogen mot Persbråten og til Skuibakken, videre ned lysløypa hvor det var lagt et forferdelig lag med grov kult i fraksjon 63-120 mm. Velta du i den ble du hakkebøff! Det ble litt strekk i feltet, og samling ved Skuiveien. Linni kom unaturlig langt bak og unaturlig møkkete ned til Skuiveien. Forklaringen var at hun hadde gått i bakken på vei ned, men hadde heldigvis ikke i havnet i kulten og var derfor i god stand! Ingen så veltet så stilkarakter blir ikke utdelt, men dagens velt nr. 2 ble notert.

Vi stod tett samlet på fortauet ved Ringeriksveien og hadde knapt fått notert velt nr. 2 før velt nr. 3 var i gang. Det startet svært rolig ved at Magne langsomt fikk slagside. Situasjonen ble imidlertid mere og mere kritisk da hans overkropp nærmet seg Linni raskere og raskere mens beina fortsatt befant seg på samme sted. Fordømte klikkpedaler! Med beste dominoeffekt gikk flere sykler i bakken og Magne viklet seg på rygg inn i Linnis sykkel med egen sykkel over seg. Vi fikk etterhvert Magne og sykkelens plukket løs og konstaterte at han var uskadd, sannsynligvis takket være ryggsekken som hadde fungert perfekt som støtdemper.

Tre av gruppens deltagere hadde gått i bakken etter kun noen kilometer! Det er usikkert om Joar ble skremt av utviklingen, men han fikk litt plutselig for seg at han skulle et eller annet sted, Sogn eller Sognsvann eller noe sånt som tydeligvis var viktigere enn å fullføre TourTråkk nr. 17 på en forskriftsmessig måte! Ikke vet jeg hvilket gruppenummer han dermed ble, 2c? Det må Ola holde rede på!

Vel, Joar forsvant og resten av gruppen fortsatte mot Skoglund via stisystemet opp Bjørumdalen. Da vi kom inn på Ringeriksveien igjen ved Bjørum/Kjagli, gjett hvem vi møtte da? Helt korrekt, gruppe 2b, som skled inn i kjeden helt uten at det var nødvendig å justerer på farten for noen. Snakker om perfekt timing! Derfra hadde vi hyggelig selskap med dem opp til bommen. Og siden så vi ikke mer til dem. Og ikke så vi mer til Ola heller før vi nærmet oss toppen. Da



raslet det plutselig i grusen bak oss. Det var nok på håret at han hadde sluppet oss for langt foran til ikke å nå oss igjen før toppen. Du tar sjanser Ola!

I det Ola, plutselig, (i hvertfall for oss andre!) skulle svinge av grusveien til høyre og inn i skogen mot "Svein Eriks Lem", ble det litt action igjen. Undertegnede som lå på hjul med Ola, fikk så vidt sanset hva som skjedde og fikk vrent sykkelen til siden og måtte bruke 20 m på å bremse ned for deretter å ta en u-sving tilbake. Akkurat litt for sen til å se at Håvard, som hadde ligget like bak, ikke hadde vært like heldig med unnamanøveren. Han braste inn i Ola, med det resultat at velt nr.4 var et faktum. Denne situasjonen ble imidlertid dokumentert, se bilde nedenfor. (Linni synes det er litt kjedelig med all veltingen, så hun ser seg heller i speilet!)



Velt nr. 4

Magne som hadde hengt litt bak, kom til åstedet etter at situasjonen var under kontroll, og kunne med en selvsikker mine konstatere at denne stien har for vane å komme litt brått på, derfor hadde han lagt seg på behørig avstand helt nede fra Skoglund.....

Begge kom uskadd fra hendelsen og gruppen fortsatte videre mot Vestmarkveien. Da vi krysset lysløypa så jeg at det rykket litt til hos Ola. Han hadde nok lyst på litt røffere terreng, men han behersket seg. Men ikke så lenge. Ved Holo rakte han hånden ut til venstre og forsvant inn i skogen. Sti! Ruta fortsatte gjennom Ringi gård og videre over åker og eng, gjennom skogen og over utallige vindfall mot Tanum kirke. Like etter at vi hadde kommet inn i det siste skogholtet mot Tanum kirke kom det et rop og et brak bakfra. Det var Håvard. Jeg skjønnte straks hva som skjedde, stoppet, trakk mobiltelefonen og knipset bildet nedenfor. Velt nr. 5 ble dokumentert. Etter ansiktsuttrykket å dømme kan dette ha vært et velt kun for å få oppmerksomhet (?)



Velt nr. 5

eike. Velt nr. 6! Og heldigvis turens siste! Den siste kilometeren inn gikk rolig for seg på fortauet ned fra Tanum skole.

Når jeg leser gjennom referatet slår det meg at dette kanskje ble litt mye velting og ikke så mye fokus på de mange og mer positive aspektene ved syklingen. Omskriving er ikke aktuelt, så foreslår at vi heller tar dette som en liten påminner om at sykling er kjempegøy og at ryggsekk kan være lurt. Men at sykling også innebærer en risiko, noe vi kontinuerlig bør ha med oss i underbevisstheten. Men jeg er sikker på at det blir mye mindre velting når Håvard etter hvert har fått vent seg til klikkpedalene!

32,7 km og 747 høydemeter ble notert.

Mvh. Kjell K

TourTråkk 17 – Gruppe 2B - 8/8 2015

Vi skulle fulgt bedre med da veiviseren viste vei!

I strålende sol startet vi den 17. etappen fra Jardarhuset. Gruppe 2a og 2b syklet sammen til Kirkerudbakken og videre opp stien ved siden av bakken opp til et kryss der gruppe 2a tok til venstre opp forbi Ståvivann og vi i (Marianne S, Asrun og Marianne B) syklet videre bortover Gamle Jarenvei. Vi skulle møte gruppe 2a igjen ved Bjørumdalen og Kjaglidalsveien der de møtes under Ringeriksveien. Vi syklet videre bortover Gamle Jarensvei, men ingen av oss hadde nok fulgt helt med da Ola forklarte oss veien for vi endte opp i enden av Gamle Jarenvei 220. Etter litt kartlesing og diskusjon snudde vi og fant endelig veien vi skulle ta av på og kom oss ned til Ringeriksveien. Vi hadde brukt så lang tid på å finne Ringeriksveien så vi bestemte oss for å ikke sykle oppom Isi (...det var nok heller ikke planen...!, red.adm), men heller bare ta veien rett opp til der vi skulle møte de andre. Det var god timing, vi kom til møteplassen akkurat likt! Så syklet vi sammen opp til Skoglund før gruppe 2 a og b igjen skilte lag.

Dette er en fin og idyllisk runde!

Fra naturens verden: Vi møtte mange sauer og noen få syklistar.

Mvh, Marianne B



TourTråkk 17 – Sologruppe 2C - 8/8 2015

Pukk og Triathlon

For å bidra til komplett dokumentasjon av siste lørdags TourTråkking, følger her en kort redegjøring fra Gr 2C, utløperen fra Gr 2A: Etter å ha fulgt Gr 2A på Ola N's lokalkjente stivalg opp fra Kirkerudbakken og ned pukksteinsvegen parallelt ned med unnarennet til ærverdige Skuibakken, la jeg ut på egen hånd i retning Sognsvann og Oslo Triathlon. Nei, jeg skulle ikke delta, men heie på firmapartner Ole Asbjørn (Solberg) - forøvrig gjeste-TourTråkker ved flere anledninger. Etter gode rutetips fra Gr 2A, fulgte jeg lenge Ankerveien, men havnet til slutt opp bakkene til Holmenkollen, passerte Frognerseteren og inn i skogen via Skomakertjern, Skjennungen, Ullevålseter og ned til Sognsvann, der atletene allerede lå og plasket i vannet. Som gammel svømmer nappet det litt i svømmehuden mellom fingre og tær, men låra var fornøyd med de 48 km som var tilbakelagt på sadelen.

Ole Asbjørn imponerte igjen, spesielt på sykkelen etter å ha gått i land etter svømmingen: 40 km på ei løype innover Sørkedalen og tilbake opp til Sognsvann, ble gjennomført med snittfart såvidt i underkant av 40 km/t. Totalt ble han .nr 3 i klassen 50+, intet mindre enn imponerende - for herremannen kan jaggu løpe fort også.

Min hjemtur gikk korteste vei, så totalt logget jeg 66,72 km på min nyanskaffede Garmin. Godkjent?

Hilsen, Joar



TourTråkk 18 – Gruppe 1A - 15/8 2015

Boller og mye transportsykling på grusvei

Finn ble utnevnt til referent og jeg regner med at han har beskrevet turen fram til Bogstad.

Hvem: Etter at vi delte oss ved Bogstad var vi 5 stykker igjen i gruppe 1, Lise, Erik, Joar, Dan Evert og Knut Petter. Målet var over Tryvann til bolle på Kikut. Vi fortsatte oppover Olaf Bulls vei og videre over i Arnulf Øverlandsvei.

Ellers: Etter hvert som vi kom oppover fikk vi en fantastisk utsikt vestover og vi kunne se over Bogstadvannet mot småbruket som engang fikk uanmeldt besøk av Tourtråkk etter en liten feilnavigering. Det ble litt mimring om dama som var ute og luftet hundene. Hun holdt hundene i bånd i den ene hånden og var kun dekket av et håndkle som hun holdt oppe med den andre hånden. Dama blir nok penere og penere og håndkleet blir kanskje mindre og mindre, men hva om Ola hadde fått henne til å peke ut riktig vei. Hva hadde hun sluppet for å peke? Hundene eller håndkleet.

Vi kom oss opp til Lillevannsveien og videre inn på blåmerket sti. I et stikryss sa Erik at stien rett fram gikk mot Wyllerløypa mens stien til høyre gikk mot Tryvannstårnet. Joar mente at bolle på Kikut ville ta for lang tid og at han valgte å kjøre bort til Wyllerløypa ned til Sørkedalen og hjem. Vi andre tok til høyre på blåmerket sti, Erik syklet mens vi andre gikk en god del. Vi kom etter hvert fram til en gruset vei og hvem andre enn Joar kom syklende oppover veien. Han synes det var for dumt å sykle nedover når han nesten var på toppen. Vi benyttet anledningen til en liten pause med inntak av litt næring.

Dan Evert ville også benytte pausen til snike litt i den lange psykologkøen. Han leser stadig om folk som bytter både det en og det andre og gir uttrykk for at de blir stadig lykkeligere. Så han ville gjerne vite hva er feiler en mann som nærmer seg 60 og som aldri har byttet jobb og fremdeles er i sitt første ekteskap. Av en eller annen grunn var Joar veldig forsiktig med å svare.

Vi tok oss videre på vei til Tryvannstua. Målet var fremdeles bolle på Kikut og Joar syntes fremdeles at det ville ta for lang tid og ville kjøre over Ullevålseter, Sognsvann og hjem. Vi sa farvel til Joar og fortsatte på vei mot

Nordmarkskapellet, så på sti til Blankvannsbråten og videre på sti mot Kobberhaugen. Da vi kom ut på veien rett nedenfor Kobberhaughytta mente Erik at det ble veldig mye «transportsykling på grusvei» for en bolle og det endte med at vi kjørte opp til Kobberhaughytta i stedet.



Her ble det servert noen gedigne boller med melis på. De var så store at det ikke var mulig å spise dem uten å kline melis utover ansiktet.

Vi nøt utsikten og været på terrassen før vi kjørte ned i Sørkedalen, Bogstad og Ankerveien

til Øverland. Nedover langs Øverlandsbekken hadde selvfølgelig Erik noen stier som vi måtte prøve før vi kjørte langs Engervannet til Sandvika. Her tok Lise teten og ledet oss bestemt på korteste vei hjem. Det betydde opp den nye bratte gangveien til Jongsåsen. Jeg lovet å referere at Dan Evert syklet opp, lekende lett.

Fra naturens side er det ikke mye spennende å melde. Kun de vanlige hundene og hestene.

Jeg fikk 57 km.

Mvh Knut Petter Guriby



TourTråkk 18 – Gruppe 1B - 15/8 2015

Opp Mærradalen

Vi startet ei samlet gruppe 1A som etter forslag fra Dan tok langs Engervannet til Bekkestua og vanlig sykkelvei via telleapparatet på Jar-myra (vi var godt samlet men vi får håpe at teknikken klarte å telle alle sammen), over Lysakerelva og bort til Radiumhospitalet. Etter en liten stopp med en liten orientering om at de historisk lærde strides om hvorfor man kaller dalen for Mærradalen. Som alle fra Hedemarken vet er ei Mærr ei eldre utgave av ei hoppe - hest - som fungerte som et særdeles nyttig og velvillig arbeidsjern for bønder og andre for inntil bare en generasjon siden. Navnet Mærradalen er mye eldre og derfor er man ikke sikker på bakgrunnen for navnet. Enkelte tror det kan være en slags kirkegård for hester som ikke lenge kan gjøre nytte for seg.

Hele gruppa kom seg imidlertid velberget helt opp til Bogstad. Veien varierer fra skog til parkarealer, men mot slutten er det en ganske bratt sti som ihvertfall fikk opp puslen min. Vel oppe delte vi gruppa i 2 da Dan planla en lang tur med bollestopp på Kikut. Ikke alle hadde så god tid, og da jeg foreslo at noen kunne ta veien hjem inn Sørkedalen, ble jeg øyeblikkelig utnevnt til referent for denne gruppa.

Hvem: Vi ble 8 personer: Bryn, Olav Omtveit (hadde vært med for mange år siden, men erklærte seg sjøl som debutant), Håvard fra Klepp, Kjell K., Kristiana Vestveit Nervold og Sondre, Tor og Finn.

Dan hadde allerede før vi skilte lag etterlyst at noen sprell for referatet, og det ble ikke flere når vi ble færre. Det eneste måtte være at vi tok av og syklet Zinoverveien fram til Sørkedalen skole. Herfra syklet vi strake veien til krysset hvor man kan velge å ta opp til Heggelivann, men vi tok til venstre opp mot Kampen og trillestien over til Rognlivann. Men denne gangen var forholdene tørre og fine og jeg så derfor ingen andre enn meg sjøl som måtte av sykkelen et lite stykke. Akkurat i det jeg kom fram på veien igjen oppdaget jeg at mine solbriller var borte, så jeg måtte tilbake og finne dem. Dette skapte etterhvert litt uro i teten som snudde for å konstatere at alle hadde det bra! Vi hadde som vanlig en samling ved bommen, men vel nede på asfalten oppstod en viss spredning. Men ikke større enn at vi kunne konstatere at alle kom vel ned gjennom Lommedalen, og ingen falt denne gangen for bollefristelsen på Bærums Verk.

Fra dyreverden kan ikke jeg rapportere om annet en setter ved navn Leif ved nevnte bom på vei ned. Det viktigste er kanskje at jeg fikk en klem av den unge, lyse damen som eier hunden! Måtte nevnes siden det ikke var andre sprell å rapportere, så får vi vente på Dans referat fra den andre gruppa om det skjedde noe annet enn bollespising der?

Min duppeditt viste 52 km når jeg svingte hjemover i Bjørnstadkrysset.

Mvh Finn Nybakke

TourTråkk 18 – Gruppe 2 - 15/8 2015

Damene valgte Sollirunden

Etter oppmøte på Jardarhuset bestemte Merete Helgesen, Merete Hagfors, Siri og Marianne S.B seg for å sykle Sollirunden. Da vi kom til veien som går inn til Sems vann syklet Merete Hagfors opp til Sems vann, over batteriet og hjem, mens vi andre tre syklet videre opp til Solli over Asdøltjern, Sandungen og hjem. En flott tur i nydelig vær. Vi syklet ca. 3 mil.

Mvh Marianne



TourTråkk 20- Gruppe 1 -29/8 2015

Muskler mot metall i Borgenskogen!

Vi visste jo alle at Dan har lagt ned et betydelig antall timer for å bygge sykkelmuskler, men at han nå er blitt så sterk at han regelrett trår så metallet spruter fikk vi et synlig bevis på i Borgenskogen lørdag. «Likjskiva» ble revet ut av skruefestene og i flere biter da Dan gjorde et spedt forsøk på å tette luka som oppstod bak Ola på lett kronglete stier ved Oppsjømyrene.



Hvem: Mens et 20-talls Jardar/TourTråkkere var opptatt med Birken, stilte hele 9 til TT etp 20, Asrun, debutant Anders Nervold, Ole-Johan, Dan, Kjell K Støtta, Bengt, Narve, Steinar og Ola var på plass i finværet. At disse ni skulle klare å danne fem grupper etter hvert var også i seg selv ganske imponerende, enda de slett ikke ble uvenner eller noen ble gjenglemte i de dype granskoger, det bare ble slik.

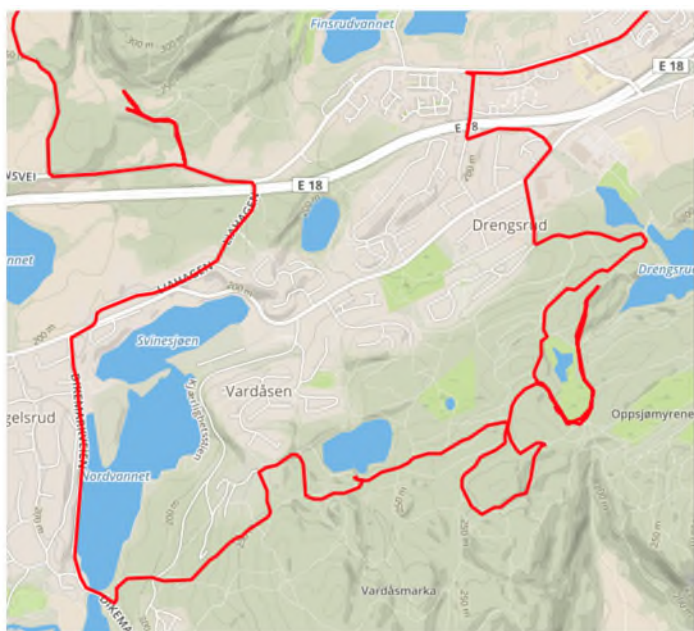
Hvor og ellers: Ola hadde vært "lur" å foreslå Vestmarkritt-traséen så sent på fredagskvelden at få hadde rukket å forberede motinnlegg. Vel, han merket seg nok at det heller ikke var noen høylytt applaus til forslaget, og ja, Dan mente det var tradisjon å foreta en slags antibirk-asfaltTour på denne Birkedagen, men av en eller annen grunn ble det en salgs enstemmighet om å sykle i samlet flokk i retning Vestmarksetra og den 43 km lange traséen for kommende lørdags klubbmesterskap. Debutant Anders Nervold, sønn av Sigunn og Kjell, stilte med mors sykkel og fars Jardardrakt og var klar for sin første langtur på sykkel med TourTråkk.

Allerede ved Vestmarksetra ble gruppe to dannet, helt uten dramatikk, da Asrun blidt, men bestemt, sa at hun heller ville sykle asfalten inn mot Sandungen enn å begi seg ut på stien mot Gupu. Dermed var vi åtte som klatret stien opp mot Gupu og første bløthøl. Narve minnet stadig om at han var med, noe som betød at han synes bakkene var bratte nok og feltet i overkant langstrakt. Vel over myrhølet ved Gupu var vi enige om å ta det pent ned steinura mot Sems vann for å unngå uhell. Det hjalp kanskje noe, men ikke nok, for litt nede i lia valgte Ole-Johan og sykkelen å ta hver sin vei over et berg i dagen. Men siden Ole-Johan er tidligere alpinist landet han fjellstøtt på beina, mens sykkelen gjorde en krasjlanding nede i ura med påfølgende underlig setestilling og følehorn i ulage. Dermed ble stedet "Ole-Johans flukt" født!

I rundkjøringa ved Sollivegen ble gruppe 3 dannet, Steinar og Narve, ønsket en litt kortere Tour og tok strake veien mot Solli og et eller annet sted videre. Resten beveget seg i retning Asker og mer ukjente deler av traséen. Ingen hadde syklet løypa før og Ola hadde desperat lett etter et Garmin-spor på nett, uten suksess, men stilte med medbrakt kartutskrift med lavt detaljnivå og lite optimal målestokk. Og med kartet i ene hånda og styret i den andre bar det videre. Dette medførte noen få feilskjær i veivalget her og der gjennom Asker og inn i Borgenskogen, men gruppa viste stor toleranse og fulgte lydig med både hit og dit og fram og tilbake slik sporet fra Touren viser.

Etter en liten rast ved de allerede nevnte Oppsjømyrene, skjedde altså dagens andre "uhell" da det smalt i granskogen og metallbiter fra Dans sykkel haglet rundt oss! Dan var naturlig nok raskt ute med teorien om rå muskelstyrke og uante krefter, mens noen andre i feltet mumlet om giring på feil tidspunkt og klønete passering av steinblokker i stien. Men det var et uomtvistelig faktum at skiva regelrett var revet vekk og i biter!

Vi endte opp ved Dikemark til slutt etter mye bakke opp og ned, humøret var på topp og vi var endelig ved STARTEN av ritt-traséen. Oppe ved Gamle Drammensvei dannet Bengt gruppe fire, han hadde på tro og ære lovet å komme hjem til tolv for å begi seg på Sandvika byfest. Nå mente Dan han var inne på kjente veier og førte an oppover i retning Solli, kartutsnittet over viser at han tok feil, vi måtte ned igjen og videre vestover til Jerpåsveien



som førte oss opp bratte bakker mot Solli. Kjell tråkket med sine seige tråkk lekende lett (om det går an å si det på den måten?), mens debutant Anders nok begynte å føle at lårmusklene ikke var fullt utviklet etter noen få treningsturer på sykkel. Men da vi nærmet oss Solli begynte Ole-Johan å argumentere for en kaffestopp på gården, noe som ble godt mottatt i gruppa. Ole-Johan syntes sågar det var så nydelig å sitte på Solli i sola med kaffe, lefse og bolle, samt mange fine hester å se på, og sikkert noen ryttere også, at han sporens streks dannet gruppe fem og nektet å være med videre da gruppe 1, som nå talte fire personer, tråkket videre i retning Sandungen og Mikkelsbånn. Dit kom vi etter å ha forsert Haveråsen og tråkket skiløypa, dog uten snø skal sies, opp mot myrpartiet før Mikkelsbånn. Her ble det igjen spredning i det lille feltet, Ola først med Kjell Støtta halsende noe bak, mens Dan med Storskiva og Anders tråkket seg over klopper og røtter og gjørme og stein og ankom Mikkelsbånn blide og lett andpustne noe bak teten.

Så var det bare resten igjen, og vi tråkket i samlet flokk pent og pyntelig ned Grønlandsveien. Tror ikke vi skremte en eneste turgåer, i alle fall ikke mye, på vår tur ned til Vestmarksetra og derfra asfalten hjem. En fin Tour var vi enige om at det var, selv om både mann og sykkel måtte en grundig tur i dusjen etter hjemkomst.

Totalt 55 km for gruppe 1, hva gruppe 2, 3, 4 og 5 oppnådde er ikke godt å si!

Fra naturens verden: Sneglenes inntogsmarsj ble hørt og notert, men vi reduserte nok bestanden en del også, det var uunngåelig å ikke begå en del snegledrap underveis denne lørdagen. Hestene er nevnt, og noen gress som bedrev intervalltrening i lav høyde la vi også merke til.

Mvh, Ola





TourTråkk 21 – 5/9 2015

Referat mangler



TourTråkk 22 – Gruppe 1A - 12/9 2015

Frysjarunden - en klassiker i høstlig omgivelser

Hvem: Overlærer Nervold og referenten hadde begge Frysjarunden som forslag til tourtråkk nummer 22. Med ingen motforslag gikk starten klokken 09:00 sharp for antakelig første gang i år. Noen som dukket opp klokken 09:01? Seks opplagte menn i sin aller beste alder så frem i mot en rolig tur i høstlige omgivelser. Steinar N, Ole-Johan, Hans Andreas, Jonas H, Narve og Ola T som møtte oss ved Fossum.

Hvor og ellers: Fra vårt nye praktfulle klubbhus gikk turen opp langs Skytterdalen, Haslum, inn på Ankerveien til Bogstad. Etter en strålende uke med sol, sol og deilig temperatur var det i dag overskyet og grått. Nesten ingen golfere å se, disen lå som et slør ned langs Tryvannshøyden som vi skimtet i det fjerne. Man skulle tro at vi som nesten skulle være alene ute i dag, men like før Ankerveien kom det et hav av småbarn med sine foreldre som sikkerhet hadde overnattet ute. Tidlig krøkes en friluftsperson man skal bli. Hans Andreas følte overskuddet var på plass og testet de fleste bakker langs Ankerveien. Siden Jonas tok det pent måtte referenten teste Hans Andreas i den siste knekkeren opp Ankerveien. På toppen fikk jeg melding fra Steinar at "du vet hva som kommer her borte" og pekte mot Tryvann.

Og der borte var Ole Bulls vei, akkurat som jeg ikke visste det. Ved Bogstad ga Steinar sine siste formaninger om at det var fritt frem for fjellgeitene frem til endestasjonen for rute 32. Meldte meg frivillig til å holde øye med baktroppen, men ingen hørte det da fjellgeitene fort ble borte og klatret meter for meter opp bakken. Sammen igjen ved endestasjonen ble vi guidet gjennom borettslagene til toppen av Arnulf Øverlands vei. Og der skjedde det noe rart. Om jeg ikke tok feil var jeg den eneste som taklet den "lille kneika" før trillestein til Frognerseteren. Jippie...etter andre forsøk vel og merke.

Hans Andreas, Steinar, Jonas, Ole-Johan og Ola T var fort borte. Ved Frognerseteren fikk Ole-Johan fikk trøbbel med styrepinnen til de bakre tannhjulene, men fikk rettet på dette ved Tryvannstårnet, hvor Ola sa at braketten til styrepinnen (eller girøret som også noen kaller det, red.adm.) burde være obligatorisk som reservedel på lengre turer. Når Ole-Johan spurte om Ola hadde med sin, ble Ola svar skyldig....

Formaninger om rolig fart i nedoverbakker ble faktisk tatt til etterretning. Veien ned til Ullevålseter gikk rolig for seg og vel fremme ble det en kort rast med vaffel og noe varmt å drikke. Vaffelen var ikke dagens høydepunkt var Steinar og jeg enig om. Tankene gikk fort til Nordmarkas beste vafler på Kikut, men vi skulle ikke dit.

Ola T, Jonas og Hans Andreas takket for følge og tok en egen vei hjemover. Om det kommer noen ord fra derfra vites ikke i skrivende stund. Dermed var vi tre som trillet i hyggelig fart forbi Nordseter, Hammern og ned til Maridalen. Ut på Maridalsveien mot Frysja ble vi forbikjørt av to på racer. Jeg tenkte at de ville det passe å holde følge med. Jeg hengte meg på i nesten 100 meter, før det ble en liten luke. Den tettet Steinar fort og jeg og Ole-Johan ble frakjørt. Men vi var snart igjen en trio som fra Låkeberget tok oss ned gjennom Store Brennenga og til oversiden av teknisk museum, hvor Akerselva starter sin ferd fra Maridalsvannet. Turen ned langs Akerselva gikk i rolig fart blant gående og løpende trimmere og andre Osloborgere.

Skal ikke gå i for mange detaljer, men vi koste oss mens vi trillet ned gjennom gammel historie om Oslo og Christiania. Forbi Mustad fabrikk, Brekkedammen, Stilla, Gjøvikbanen, Nyland Compagni som på 1800 tallet var dette Norges største industriarbeidsplass med opp mot 1000 ansatte. Videre ned til gamle Christiania Spigerverksted, som i dag er bedre kjent som Nydalen via Bjølsen og møllerens bolig.

Fortsatt ikke nede passerte vi Lilleborg fabrikk, under Bentsebrugata til statuen av Oscar Braaten og fyrstikkpikene. Ved Sagveien 23D fortalte Steinar at her bodde Leif Juster i sin tidlig barndom. Snart nede passerte vi så Walmanns salonger, Sannerbrua, Åmot bru og Cuba bro, før vi endte på Grønland hvor Akerselva sakte men sikkert sildret seg gjennom mot sitt utløp i Oslofjorden munning. Ole-Johan hadde ikke vært på denne turen tidligere og syntes dette var årets fineste tur.

Vel gjennom Oslos gater fant vi veien rundt Akershus festning til Rådhusplassen som i dag krydde av små og store som besøkte bondens marked. Vi snirklet oss igjennom og tok fatt på TDF til Sandvika. Foruten Ole-Johan sin lille utfordring var det ingen uhell.



Vel hjemme klokken 13:00 viste min Garmin 67 km, 1100 høydemeter og en gjennomsnitt på 15.7 km/t. Frysjarunden er og blir en klassiker. Om du ikke ønsker å ta hele turen, kan du ta trikken til Frognerseteren og foruten noen småbakker i Nordmarka kan du trille deg ned i lett terreng mot Frysja og langs Akerselva. Anbefales....

Fra naturens verden fikk vi se at høsten nå er kommet. Marka viste en annen side i dag med dugg i gresset og på trærne. De siste blomstene var i ferd må å si farvel for i år og trærne har begynt å skifte farge. Hunder av alle slag knurret mot hverandre, en enslig hest ved Nordseter, men dagens høydepunkt var å se en toppskarv som vasket seg nedenfor Cuba bru.

Til slutt: Neste helg starter Tourtråkk noe senere pga Jardar-dagen antakelig rundt klokken 11:00. Etter en rolig tur i nærmiljøet er planen at vi triller inn rundt klokken 13:00 til åpningen av Jardars nye klubbhus. Mer om dette kommer på Facebook i løpet av uken, og vi i sykkelstyret oppfordrer alle til å møte opp. Turen denne dagen vil være av det rolig slaget og ikke særlig utfordrende. På Jardar-dagen stiller sykkelgruppa med egen stand som vi håper de fleste vil besøke. Her vil du også få kjøpt noe å spise og drikke. Mer informasjon som sagt kommer i løpet av uken fra Lise B.

Takk for en strålende og hyggelig tur.

Mvh, Narve Holen

TourTråkk 22 – Gruppe 1B - 12/9 2015

Et lite supplement, fra gruppe 1b:

Jeg kan bekrefte at du NESTEN var den eneste som tok kneika før Frognerseteren, Narve. Det var ikke mange som tok den. Ja, faktisk ganske så få.

Når det gjelder gir-øret, så er det et poeng. Så vidt jeg har forstått, er disse laget for å kunne bøye seg, slik at man ikke skal ødelegge girveksleren dersom den skulle få en smell. Men, kun et begrenset antall ganger. Det spesielle ved denne lille delen, er at den på ingen måte er standard, snarere laget spesielt til hver sykkel. Knekker den, så står man med andre ord der, med skjegget i postkassa. Samtidig bekrefter jeg egenhendig at det er vanskelig, - eller umulig å ta læring av andres læring. Så nei – jeg har ikke et ekstra jeg heller.

Etter en kort stopp på Ullevålseter, med en litt dyr og ikke kjempegod vaffel, men i svært så hyggelig selskap, trillet Hans-Andreas, Jonas og forsiktig ned Ullevålseterveien, og deretter Ankerveien til Sognsvann. Det ble rykket litt, men ikke mye. Derfra kjørte vi slalom mellom svindyre barnevogner (her har jeg spisskompetanse, en barnevogn så langt vest i Oslo koster omtrent som en karbonsykkel) ned til Rikshospitalet, over Vinderen, til Smestad og langs Ring 3 til Lysaker. Etter å ha skravelt litt om vær og vind, dro vi hvert til vårt. Alle var vi enige om at det hadde vært en finfin tour.

Hilsen Ola T



TourTråkk 22 – Gruppe Grimsbu - 12/9 2015

Referat mangler, men vi kom i Jardarposten



Jardar-ugler i mosen

Jardars ivrige sykkelmosjonister kjører ikke bare rundt i nærmiljøet.

TourTråkk er det faste treningstilbudet hver lørdag, men ut over det er det mange som er med i ritt, og andre tilbud gruppa kommer opp med.

Som da 18 sykkelryttere dro på en flott sykkelhelg i Grimsbu i Follidal i september, der vær og føreforhold var så fine at alle var enige om at det hadde vært en glimrende tur, som leder Lise Bjørnstad sier. Hun deltok også på denne mønsterringen.

På gruppebildet var det 15 som var med, og da var det fint at ivrige Knut Helgesen hadde med kamernet.

Jardarposten oppfordrer alltid grupper

og lag til å sende inn bilder med navn, og litt stoff. Og som vi presiserer, høy-oppløselige bilder som vedlegg, ikke limt inn i teksten. Og vi gjentar: For- og etternavn. Jardarposten er jo et historisk dokument, som om 30 år og enda lenger skal fortelle hva idrettslagets medlemmer var opptatt av på begynnelsen av 2000-tallet....

Det er for øvrig laget en Jardarbok om de første 50 årene.

Og for å gi litt skryt: Sykkellgruppa fikkset bilder og navn på en utmerket måte fra denne turen.

Mer å by på

I høst var det dessuten 22 personer fra IL Jardar som deltok på Birkebeinerrittet lørdag 29. august, mens én kjørte Fredagsbirken. I mange år har klubben hatt ryttere som har dette som treningsmål.

Går vi enda litt lenger tilbake i året, så var det en stor kontingent ryttere som deltok på Asker-runden i mai, som også var Jardars klubbmesterskap i landeveiskjøring. I høst var det tre som deltok i Vestmarkriter, som ble klubbmesterskap i terrengkjøring. Ikke såkurrat mange deltagere, men kanskje en begynnelse? Noen var i alle fall med som vakter, slik at Asker kunne arrangere dette rittet.

Punktum med bankett

Sykkellgruppa avslutter alltid sesongen med en bankett. 7. november er datoen, og i år blir arena klubbhuset. Og heda i taket og ikke i pedalene.

Godt over 60 aktive har vært innom gruppa i år. Leder Lise og daglig leder Anja Kingdon i Jardar satser på at alle blir medlem av klubben, og betaler sin kontingent. Det er viktig for å kunne yte god service.

: Tekst: Mette Bugge foto: Knut Helgesen

FLOTT GJENG: Moro på tur, og fotografering må til. Foran fv: Erik Aas Andersen, Lise Bjørnstad, Finn Nybakke, Bjørn Rønning og Siri Kongsgaarden. Bak fv: Kjell Nervold, Astrun Aalvik, Eivind Sveen, Sigrunn Kosi Nervold, Dan-Evert Brække, Marianne Brække, Eva Rønning, Svein Erik Skjelbred, Marianne Sanderud og Ola Nyhus.





TourTråkk 23 - 19/9 2015

Sykelgruppa viste slagkraft på Jardardagen!

I anledning Jardardagen og den offisielle åpningen av vårt nye klubbhus, var TourTråkk flyttet fra 09 o'clock sharp til rundt 11 tiden for å promotere sykkelgruppas aktiviteter. Allerede rundt klokken 0900 var sykkelgruppas leder Lise på plass med sine medhjelpere Arne Grøndal, Jens Eskerud, Kjell Nervold og Erik Aas Andersen for å rigge stand for sykkelgruppa på Jardardagen. Med eget sykkeltekt, beachflagg, flyers som presenterte sykkelgruppa, film fra gruppas tidligere aktiviteter og noe smågodt til de aller minste, var sykkelgruppe godt representert. Det blir spennende å se om det resulterer i flere debutante neste helg, da med avtråkk 09:00 sharp.

Etter uke med mye regn skinte sola fra blå himmel over Bjørnegård denne tredje lørdagen i september. Hele 19 deltakere var på plass til TourTråkks etappe 23, hvorav én debutant, Brite Vegsund. Hun bel riktignok omtalt som BritA av de fleste denne dagen, men vi tar oss raskt inn! I tillegg til Brite, var det gledelig mange flotte damer med, Siri, Marianne S, Asrun, Guro og Sigrunn. I tillegg selvsagt en haug med nesten like flotte menn i sin beste alder, Narve, Erik, Kjell K., Ole-Johan, Jon Ole, Finn, Øivind, Håvard, Hans Andreas, Per Kristian, Arne, Olav og Ola N.

Planen var start klokken 11:00 sharp, men først måtte Mette Bugge ta gruppebilde før start, og selv om speaker telte ned til avgang, så rullet vi avgårde rundt 11:05. Det ble bemerket at Per Kristian var til stede for andre gang i år, han er mistenkt for å stille opp KUN de gangene Mette er på plass for å ta bilder til Jardarposten, ...eller var det for Aftenposten? Veivalget for etp 23 var fra Bjørnegård, Jongsalléen, Emma Hjort, ned til hovedvei og videre opp til Skoglund, Svartvann, Grønlandsveien, Vestmarksetra og tilbake til Bjørnegård klokken 12:45 for deltakelse av den offisielle åpningen med ordfører i spissen.

Sigrunn la seg i tet opp Jongsalléen, mens Ola skulle passe på halen. Nede ved Kirkerudbakken la referenten seg i teten for å holde rolig fart. Og rolig ble det...trodde jeg i alle fall. Min Garmin viste 20 km/t som jeg trodde var greit, men ved Skui bussentral fikk jeg klar beskjed at det gikk alt for fort. Så derfra gikk det i rolig fart med Erik Klatremus i tet, noe som jo i seg selv er en sensasjon, opp til Skoglund for dagens første pust i bakken.



Her ble det annonsert at neste stopp var ved krysset Grønlandsveien og det ble oppfordret til at de som hadde lopper i blodet kunne ta omvegen bort til Grønland og tilbake før samling i krysset. Det tok ikke lang tid før "ungdommen" la i vei, mens Narve og Marianne S, passet på at alle kom seg trygt opp. Det ble strekk i feltet og sifrene på pulsklokkene steg til store høyder. Ved den kjente "Svein-Eriks lem" ved Svartvann fikk vi erfare hvor vått det var i marka og hvor sleip lemmen kan være. I gjørmeeparitet som fulgte ble teten tatt igjen av terrengsyklistene som kom halsende bakfra og debutant Brite ble observert i et C-moment som endte i bakken, men siden bakken var gjørme, endte det godt. Vi får vurdere om dette kvalifiserer til nytt stedsnavn i marka, "Brite-gjørma". Her må vi nok også vurdere om vi tåler "Svein-Eriks lem" rett i nærheten av "Brite-gjørma", det kan være det

blir i overkant...! Vel, ferden videre gikk bra, Narve oppfordret til defensiv sykling nedover Grønlandsveien, noe som ble fulgt til punkt og prikke!

I og med at vi var litt tidlig ute for returen til Jardardagen, tok vi en sving bortom Ringi gård og Tanumplatået før vi hadde samling i bønn ved Kiwi for oppstilling. Etter en kort melding til Lise B, ble vårt ankomst annonsert av speaker og vi rullet pent og pyntelig inn til Bjørnegård med våre damer i front. En hyggelig og fin tur på underkant av 29 km og 566 høydemeter var unnagjort!

Fra naturens verden: Vått i marka, men fortsatt mye grønt i skogen. Foruten en hest var det lite annet stor- og småvilt å se.

Husk: Neste lørdag er det avtråkk 09:00 sharp. Alle forslag til kort eller lang tur bes meldes pr e-post eller på vår Facebook-side innen torsdag kveld.



Mvh, Narve og Ola N

TourTråkk 24 - Gruppe 1A - 26/9 2015

Terning uten øyne på Løvlia!

Da vi var på Løvlia i fjor delte vi ut terningkast to for bakverket der oppe. Spenningen var stor da vi nærmet oss Løvlia i går, av to grunner. Var det åpent for servering? Og var det gjort forbedringer med baksten? Tross bryllupsarrangement var kiosken oppe, og det gledet oss, men etter at vi hadde inntatt, eller gjort forsøk på å innta vafler og kanelsnurr, var vi skjønt enige om at vi måtte ta fram fila og file vekk det ene øyet på terningen, baksten sto til null! Vaflene var som lær, selv de som var nystekte, og Øivinds kanelsnurr mente han passet bedre som sprettball enn som sykkelfôr! Men vi var fornøyd med å komme inn på stabburet for en hvil, og Lise benyttet anledningen til å varme kalde føtter på en god og varm radiator!



16 ryttere var på plass for etappe 24, bra vær og seks grader ved start. Lise, Aslak og Dan mente det fortsatt var sommer og stilte i kort, mens vi andre hadde sett på gradestokken før frokost og tatt på klær i forhold til det. De som hadde mer klær på var Asrun, Guro, Ole-Johann, Øivind N, Øyvind F, Eivind S, Kjell K, Kjell R., Knut, Erik, Steinar, Finn og Ola. Seks Tourforslag var innkommet på forhånd så Ola hadde valgt fra disse og forklarte tur mot Løvlia før start. Siden noen var tynnkledte ved start tok vi av i Bjørnegårdssvingen og klatret opp bratta forbi fiskeklekkeriet og Bærum sykehus. Blodpumpa fikk en sjokkstart hos de fleste, men varmen kom fort og det gjorde at praten gikk lett opp forbi Kolsås og gjennom boligfeltet i Kantarellgrenda og på østsida av Glitredammen og ned på kjente veier mot Bærums Verk.

Etter en kort stopp ved Tobånn, hvor Kjell kom med flere tynne unnskyldninger for hvorfor Dan kom til å slå ham i klatringen i år, tok vi fatt på den to km lange kraftprøven. Praten gikk lett i starten, men ganske snart hadde de fleste nok med seg selv. Guro tråkket uforskammet lett med Eivind på hjul, og siden Ola hadde ansvar for veivisningen, måtte han også holde seg i tet. Så var det tid for dagens første stiparti, vått, steinete, sleipt, men morsomt! Knut, lydig som han er, mente at når det står trillesti, så skal man trille, mens andre var mer eller mindre rampete og syklet det meste av eller hele veien!



Nede ved Storbekkhytta var det tid for utskillelse av gruppe 2, Asrun, Guro og Kjell tok til høyre og ned til Sørkedalen og hjem, mens gr1 tråkket trøstig videre på Gråseterveien langs Heggelielva mot Heggelivann i mer eller mindre samlet flokk. Det gikk i bra tempo på faste grusveger videre innover med Storflåtan til høyre og Damtjern der framme. Kort opptelling ved Damtjern, alle 13 på plass, så tok vi fatt på de siste fem km opp til Løvlia. Lise satte farten og la seg i tet, hun begynte nok å lengte etter hvilen og fotvarming på radiatoren på Løvlia. Til



Løvlia kom vi i lett blanding med bryllupsgjestene til Tone og Lars, vi trodde en kort øyeblikk at langbordet med hvit duk, porselen og krystall var til ære for TourTråkk's etappe 24, men kom raskt ned på jorda igjen da vi satte tenna i den første vaffelen som smakte som semsket skinn og svelget ned med lunken kaffe! Men nok om det, hvilen var både god og hyggelig inne på selvbetjeningsstabburet og vi var snart klare for stiparti nr. to ned fra Løvlia til Gaupeskarveien. Tørt var det slett ikke! Flere satt godt fast i gjørma både her og der, Dan tok til og med en tur over styret da han ikke var rask nok til å reagere på et bråstoppet forhjul! Rett før Gaupeskarveien ble Steinar og Ola i front møtt av to staute tiurer som sto i stien og diskuterte. Noen skikkelig rugger var det, den ene trippet ut i skogen, mens den andre vagget foran oss et godt stykke før den også forsvant inn i skogen og fløy av gårde. Stiparti nr. tre ble noe overraskende resolutt nedstemt av så godt som hele gruppa, derfor valgte vi grusvegen forbi Fjellseter og Matisplassdammen på vei ned mot Tverrelva. Dan, Eivind og Steinar satte opp et høyt tempo og glemte å se i sladrespeilet, derfor så vi ikke mer til dem på etp 24. I krysset ved Tverrelva stilte Ola gruppa overfor et vanskelig valg, ville de ta den morsomme veien til By eller den kjedelige veien til By? Før de fleste hadde fått tenkt seg om ble den morsomme østsiden av Lomma valgt for veien videre og vi var i siget igjen. Lang lang rekke nedover i jevnt tempo, men ikke høyere enn av vi tok hensyn til og hilste på alle motgående fotturister på vei innover. Vi klarte NESTEN å holde alle samlet helt til bommen ved By, det tok ikke langt tiden før baktroppen ved Knut og Øivind trillet inn. Så var det asfalt via Bærums verk, Øivind vinket farvel og tok opp Gommerudveien, mens resten tok stien langs Lomma og ned til Kirkerud og hjem. 72 km og 1400 høydemetre var unnagjort!

Mvh Ola

TourTråkk 24 - Gruppe 1B - 26/9 2015

Damefølge hjem

Undertegnede benyttet selvfølgelig anledningen til å få damefølge hjem, og det helt uten konkurranse fra andre beilere. Dermed satte vi, dvs. Asrun, Guro og jeg kursen (fra Storbekkhytta) i retning Bogstad. Det gikk jevnt og trutt uten rykk og napp. Damene har lært seg kunsten å ligge på hjul så jeg fikk mer enn nok med å taue raskt nok. Jeg ble ærlig talt litt skuffet når de helt uanstrengt fulgte meg på asfaltstrekket, mens jeg noterte over 160 i puls og de attpå til pratet hele tiden. Så Asrun kan bare melde seg klar til L-O 2016 med en gang. I det vi passerte Bogstadvannet registrerte jeg en mengde fugler/ender, men ikke artsnavnene.

Vi rundet Golfbanen og passerte Fossum før vi tok Ankerveien retning Øverland. Ved minnesmerket møtte jeg et par gamle kamerater og det var det siste jeg så til damene. Prøvde jo selvsagt å trå de inn, men jeg var sjanseløs.

Vel hjemme, etter å ha tyvasket sykkelen i varmtvann hos Knut Helgesen bokførte jeg 814 høydemeter, 50,8 km, 188 min og en max puls på 179.

Sykkelhilsen Kjell N



TourTråkk 25 - Gruppe 1 - 3/10 2015

Har stisyklister selektiv hukommelse?

Ting kan tyde på det, men det formildende denne gangen er at vedkommende stisyklist nok er klar over det, for da Ola gikk gjennom forslaget til etappe 25 ved frammøte lørdag kl. 0858 og skisserte at vi skulle opp forbi Bøsetra og på STORT SETT SYKKELBAR sti ned til Asdøltjern, var han nok redd for at et og annet parti på denne stien hadde gått i glemmeboka. Tror nok også at noen av de 13 deltakerne på etappen en times tid senere mente at den nevnte stien var alt annet enn SYKKELBAR!

13 til start på etappen altså, Lise ensom dame, men pakket godt inn av Ole-Johan, Kjell Støtta, Erik Klatremus, Tor, Øyvind, Øivind, Dan-Evert, Einar, Olav, Ola, Anders Asdøl og Bjørn Mo Östgren. Nest sistnevnte årsdebuterte, mens sistnevnte mente han hadde vært med på Prologen i april, i så fall uten å ha blitt registrert, for han finnes ikke på årets liste før etappe 25, men var innom en tur i fjor. Vi får granske bilder og referat fra Prologen for å få klarlagt dette!

Touren gikk altså i vestlig retning, og i og med at det heller ikke denne gangen var særlig mange grader ved start, ble det lagt inn noen gode motbakker tidlig for å få varmeapparatet i gang. Dette funket igjen, for etter den råbratte bakken i Solstadveien ved Hvalstad, var det flere som måtte lette på antrekket. Gjennom Asker Golf snakket Øyvind varmt om at golfporten også er en fin sport, mens vi betraktet banens early birds slå oppvarmingsslag i løse lufta for å kvitte seg med siste rest av morgenstivheten, før de skulle klaske til på drivingrangen i håp om å få høre akkurat DEN lyden i det de traff ballen. I alle fall TROR jeg det er slik en golfspiller tenker....

I Solliveien bestemte Kjell K seg for å danne sologruppe 2 og ta strake veien til Solli, da han følte seg urven i kroppen og ikke klar for Bøveiens utfordringer (se ref. under).

Borte ved Lierskogen tok vi til høyre ved Heia skole og opp i Bøveien i retning nord. Feltet var samlet og praten gikk lett, og det ble til og med hørt rosende ord om at farten var rolig, fin og jevn i tet. Tor turte til og med å stoppe for å late vannet, uten redsel for å bli frakjørt. Etter hvert som Bøveien ble brattere og brattere, avtok praten merkbart og en og annen spurte forsiktig om det var langt til toppen, noe de fikk bekreftet at det var det! Bøveien er



nemlig lang og til tider svært bratt, men vi kom oss opp og gledet oss over fint utsyn over mot Solli og over mot Kraft da vi samlet oss og pustet på toppen. Før vi skulle inn på den allerede omtalte stien, la vi merke til noe store tømmerlunner og svært så dype spor etter 6-8 hjuls hogstmaskiner med kjetting. Noen klager over at terrengsyklistene gjør ubotelig skade i marka med sine 2,2 tommers knastedekk, men det tar nok LITT lenger tid for naturen å slette sporene etter at omtalte doninger har gnagd seg gjennom skog, stein og kratt!

Så var det den sykkelbare stien ned til Asdøltjern....., den ble syklet av noen, delvis syklet av andre og stort sett trillet av resten, som slettes ikke syntes stakk, stein, sleipe røtter og ikke minst våte og skrå svaberg fristet fra en posisjon oppe på setet. Ole-Johan fikk til og med noen problemer med styret ble det sagt, mens Ola var så frimodig å hevde at harde og glatte sykkelsko er vel så farlig å ferdes på som terrengsykkel med akkurat passe mye luft i knastedekken! Men, på tross av litt ulik tilnærming til nevnte sti, nede ved Asdøltjern var det bare blide fjes å se og ferden gikk videre mot Engersetra. Vel, det var gitt en liten åpning for snarveien direkte til Sandungen,



men gruppepresset var stort og alle fortsatt videre mot det neste stipartiet som var annonsert som (enda) mer lettsyklet, om enn svært lite syklet sti over mot Haveråsen. Dette var en gammel blåsti som Ola hadde funnet igjen nylig og mente ville bli en fin sykkelsti etter hvert, etter at noen hadde syklet der, en stund...! Vi kom oss fint igjennom, bar sykkelene over en bekk riktignok, men ellers var de fleste enige om at denne stien ER fin og kommer

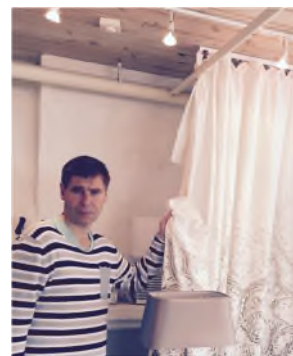


sikkert til å bli enda finere. Øivind og Ole-Johan var litt mer skeptiske, men Ole-Johan var fornøyd, for han hadde ikke trodd han skulle begi seg ut på sti med sykkel i det hele tatt, mens Øivind var glad han hadde oppdaget en ny sti han kunne LØPE på i alle fall.

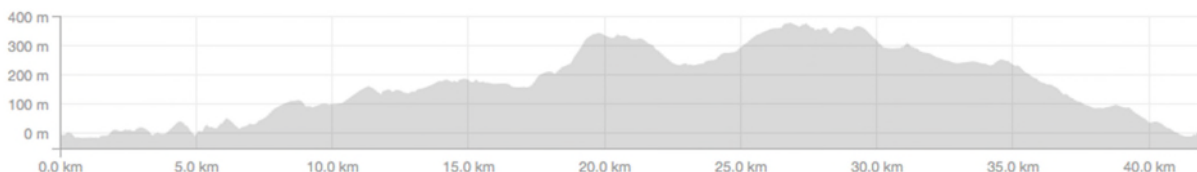


Så var det stemning for raskeste vei via Sandungen og mot kaffestopp på Furuholmen. Terreng-Lise fikk imidlertid lurt med seg Tor, Erik og Ola til å ta stien fra Sandungen i retning bommen ved Tuemyr. Det gikk bra en bit til Ola tråkket en ultraseig grankvist godt inn i giret med det resultat at det aller meste der bak ble vridd i filler. Giret ble resolutt demontert, Tor tryllet fram sin medbragte kjedekutter, slik at Ola fikk kuttet kjedet og laget seg en singlespeed uten gir så det var mulig å sykle hjem på tross av girhavari.

Noen dro rett hjem uten kaffestopp, mens andre inntok Furuholmen og frydet seg over stedets gode kaffe og nydelige kaker. Her var det slett ikke behov for å slipe vekk øyne fra terningen, det ble snakket om både terningkast fem og seks for baksten, godt utvalg og god fyr på peisen. Det ble så trivelig rundt bordet at Dan nesten glemte å dra hjem som avtalt for å kjøpe gardiner sammen med fruene, enda dette var noe han virkelig gledet seg til! Gode venner som vi er foreslo vi til og med at vi kunne sykle rett til KID på Slependsen og bistå Dan og Marianne med oppgaven, men tilbud ble høflig, men bestemt avslått.



Fasit for etappe 25: 41 km med opp og ned og hit og dit.



Fra naturens verden: Hester ser vi jo alltid, nydelig skog som speilet seg i Asdøltjern, en annen skog speilet seg i Sandungen og jammen stod det ikke to rådyr i åkerkanten nede ved Øvre Åsvei.

Neste: Etappe 26 er jo siste obligatoriske etappe for sesongen, deretter sykler vi kun når været er med oss, og kanskje blir det sånn fram til banketten den 7. november? Det er siste sjans for sykkelbussen til Ringkollen til helga, er det noen som fristes av det?

Mvh, Ola

TourTråkk 25 - Gruppe 2 - 3/10 2015

Absolutt ingen ting

Reglementet tilsier at det skal skrives referat dersom innsatsen på Tourtråkk skal kunne godkjennes. Jeg har derfor utnevnt meg selv til referent for gruppe 2. Gruppe 2 bestod av undertegnede. Årsaken til at gruppe 2 ble dannet var at undertegnede immunforsvar jobbet på høygir og gjorde etter hvert krav på litt for mye av den energien som denne lørdag morgen var tiltenkt pedaltråkk. Da gruppe 1 tok av til venstre fra Sollivegen fortsatte derfor gruppe 2, innersvingen, opp mot Solli gård og via Sandungen og rett hjem. På denne turen skjedde ingen ting, absolutt ingen ting! Men uansett fint å få kommet ut en tur i slik et strålende høstvær!

32 km notert

Kjell K (Støtta)



TourTråkk 26 - 17/10 2015 (RingkollTouren)

Alle rakk bussen, fullt utstyrt og klare

Det Ola i forkant hadde erklært å være siste obligatoriske TourTråkk i 2015, gikk av stabelen med to grupper. En startende med buss fra Sandvika til Ringkollen, den andre på ordinært vis fra Jardarhuset. Du leser nå referat fra Ringkollen turen, som gikk i vakre høstlige omgivelser, og inkluderte lunch rundt stambordet vårt ute i sola foran Ringkollstua.

Hvem: 9.10 Sharp og der omkring var det annonsert avgang fra Sandvika med Sykkelbussen, og her møtte Lise, Dan Evert, Erik, Finn, Joar, Jonas, Knut, Ola(N) og Olav. Det ble plutselig snakk om

Ellers: Under den lette passieren som utspant seg mellom rytterne mens vi ventet på bussen i Sandvika, kom noen til å nevnte ett eller annet om farge og form på sykkelhjelmer. Referenten (Olav) kom til å ta seg til hodet som for å demonstrere ett eller annet ved sin relativt enkle og greie sykkelhjelmer. Men der var ingen hjelm. Kun en greit dantert «buff». Fokuset må ha vært for stort på å dandere buffen og samtidig huske penger, pumpe og alt det der...hjelmene lå igjen i gangen hjemme. Tanken på både stisykling og aggressiv utfør ned mot Sørkedalen talte for at noe måtte ordnes. Det ble rekvirert kurér fra Gamle Tanumvei, og før alle sykler var strappet opp i buss-hengern, var vi komplett med 9 sykkelryttere og 9 sykkelhjelmer. Ruta var forhåndsannonsert av Ola torsdag. Den gikk slik:



Fra Ringkollen via Tverrsjøstallen-Gjerdingen-Katnosa-Sandungen og til stopp på Kikut. Så via Sørkedalen og hjem, totalt ca. 77 km og 900 hm.

Ved ankomst Ringkollen og forberedelser av sykler og bekledning for avmarsj harselerte Joar litt over sine adskillige lag og centimeter tykkelse på vanter, votter mm. han hadde på seg og med seg. Lise var ikke imponert, og mente hun hadde minst like mye. Det ble en kort mønstring før avmarsj. Lise og Joar hadde med nok til dobbelt sett på henda til hele gruppa. Mønstringen ble raskt avsluttet og vi dro av gårde inn mot Jonsetangen, til venstre langs Øyangen og mot Tverrsjøen.

Stipartiet som må forseres her før Tverrsjøen gikk stort sett greit. Selveste Erik Klatermus måtte visst nedpå og fikk seg en liten trøkk, men ikke noe som skapte problemer videre på turen. Det slang også noen kommentarer til Jonas om at en ting var å sykle rundt Jotunheimen på en dag og ei natt. Noe annet var å sykle på litt fuktig, steinete sti. Her så man forbedringspotensiale.

Videre ut på veien igjen så vi allerede antydningene til Jo(nas) og Jo(ar) (skal vi kalle dem «Jo-Jo brothers») som tråkket svært lett der framme, og fikk hyppige luker. Feltet bak hold jevnt og fint tempo, og slo raskt selskap med Jo-Jo brothers på rasteplass ved Gjerdingen, denne gangen noen km før vi kom til gamle Gerdingen

skole. Det var blikkstilte vann og et vakkert skue utover vannspeilet.



Banan- og brødsnave-pause for alle trengende Fjellsjøveien / Gjerdingen



Viktig at denne pausen ikke ble så lang at den talte som hovedstopp, til fordel for Kikut, så vi tråkket videre etter 10-12 min. Etter stipartiet, ved ankomst Gjerdingen skole ventet enkelte seg nok en stopp, men da feltet var samlet tråkket formann Lise bestemt videre uten engang å sette foten i bakken. Pliktoppfylgende sykkelgruppemedlemmer fulgte umiddelbart på. Katnosa og Kikut neste.

I lettpartiet mellom Katnosa og Kikut hadde Jo-Jo brothers virkelig begynt å kjenne på hjemlengselen. De trakk med seg Dan Evert og Finn som virket svært lette i beina denne dagen, og var kommet godt i gang på matpakka ute på parkeringsplassen da vi andre ankom Kikut. Jonas og Joar (den ene mer nygift enn den andre)

hadde ulike forpliktelser og bestemte seg for å sæle på og kjøre videre uten ytterligere servering.

Vi andre kunne med glede konstatere at vafler og skoleboller var lune og hold kjent, høy kvalitet. Og på toppen av det hele var stambordet vårt ute på plenen foran Kikutstua ledig, og sol-oppvarmet. Bare å nyte årets kanskje siste varme ute-bolle-stopp.



Etter en dette var det bare å komme seg på setet igjen, og kjøre vanlig rute hjem via Sørkedalen, Bogstad, Ankerveien osv.

Ola kom nok en gang som en kanon i forsøk på å sette rekord på segmentet «Klemt mellom Engervannet og toget mot Sandvika». 4 sek unna egen pers. Det er tross alt bra, med 7,5 mil i beina. Ola har fremdeles nest beste tid Over-all /All-time på dette segmentet. Et par andre TourTråkkere på top-10 :-)

Vi hadde et par splittelser og ulike veivalg både i Sørkedalen (oppom kirka vs Sinoberveien) og fra Sandvika og hjem, men totalt en flott, hyggelig og fin tur.

Fra naturens verden: Litt rester av blåbær i skogen. Noen hester ved Fossum/Haga, ellers intet å bemerke...

Mvh Olav T.

PS:

Som vi snakket om under turen, hadde vi to assosierte TourTråkkere med i Ironman VM (triatlon) på Hawaii i går/natt. De gjorde sine saker imponerende bra i ekstrem luftfuktighet og varme:

Linni ble nr 16 i sin klasse, og 3. beste norske dame totalt.

Hans Christian ble nr 24 i klassen under 25 år, og 4. beste nordmann totalt.



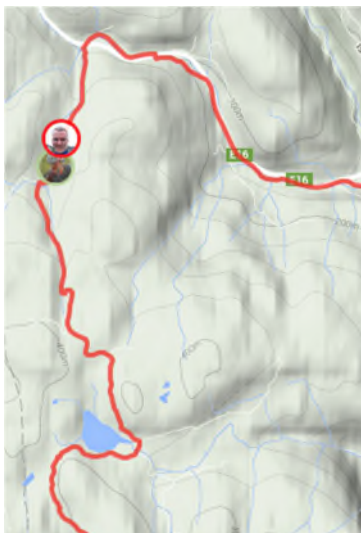
TourTråkk 27 – Epilog 01 - 17/10 2015

Med rim på bakken og frost i tærne

Kaldt var det, men værmeldingen var veldig god. Derfor var ikke vi 6 som møtte opp denne lørdagen redd for litt rim på marken. Vi 6 var Lise, Kjell N, Eivind Sveen, Narve H, Magne Nygård og undertegnede Dan-Evert.

Hvor og ellers: På forhånd hadde Narve annonsert en tur i nærområdet, hvor som helst egentlig og kanskje med en liten kaffestopp som avslutning. Etter litt diskusjon fram og tilbake endte vi opp med en tur i Vestmarka. Kjell ledet an i rolig tempo opp hovedveien mot Tanum kirke. Praten gikk livlig, så livlig at vi mistet avstikkeren Kjell hadde tenkt seg gjennom mark og skog rett vest mot Ringi gård. Derfor snudde vi selvsagt om og fulgte Kjell sin sti. Fra Ringi gård fulgte vi grusvegen bort til Vestmarkvegen, men igjen krysset vi bare vegen og tok en avstikker nå på nedsiden av hovedvegen. Undertegnede hadde på dette tidspunkt trodd at turen i dag skulle gå opp til Sollihøgda og videre mot Kleivstua og hjem - en fin tur på under 3 timer ifølge Kjell. Med dette tempoet begynte jeg å tvile på om dette kunne stemme. Men tempoet var behagelig så jeg fant det best å ikke begynne å klage på tempoet og forstyrre freden.

Fra Vestmarka tok vi grusvegen inn mot Grønland, men Kjell var skikkelig motivert for å ta en skikkelig guidet tur denne lørdagen. Den ene avstikkeren etter den andre ble tatt. Hytta til Bærums skogvokter ble besøkt, likeså diverse andre hytter og steder. Ja sågar noen hemmelige blåbærsteder ble antydnet, uten at vi lot oss lure. Magne mente dette var et klart bevis på at disse stedene sannsynligvis var de minst fruktbare i hele Vestmarka når en dreven bærplukker som Kjell skulle få oss til å tro at dette var steder å oppsøke til neste år. "Nei, kun informasjon som at her har det vært sett bjørn», ville være et tegn på at dette var et sted å oppsøke, konstaterte Magne tørt. Kjell skjønnte straks at her var det ingen letturtur bærplukkere, så dermed



var det slutt på guidingen og raka vegen til Grønland gikk derfor uten flere stopp. Fra Grønland tok vi fatt på langrennstraséen mot Mikkelsbonn. Kjell hadde faktisk syklet motsatt veg dagen før og lovt alle at det var få utfordringer selv for de som følte seg litt usikre i ulendt terreng. Lise er ikke av dem, men likevel var det nettopp henne som plutselig tok salto over sykkelen og ned i en myr. Det så ut til å gå uten større skader, men Lise følte seg litt uvel og var øm i nakken. Hun bestemte seg derfor for å ta vegen hjem tilbake langs Grønlandsvegen. Vi foreslo selvsagt at en av oss kunne ta følge med henne hjem, men hun insisterte på at hun ville dra tilbake alene. "Jeg har mobil og klarer meg fint», lovt hun og lot oss 5 gutta dra videre alene.

"Flyby" fra Strava (til høyre) avslører at Magne stort sett lå i dragsuget til Eivind det meste av etappe 27....., som her ned mot Skoglund.

Kjell sin lovnad om relativ fin sti ned mot Mikkelsbonn var ikke veldig overdrevet. Men det var sleipt i og med at bakken var full av rim som nå hadde smeltet. Alle klarte seg bra og fikk følge sitt eget tempo. Ved Mikkelsbonn var det en ny stopp, og praten gikk lett om både små og store hendelser. Magne kom da plutselig på at han nettopp her hadde truffet på dronning Sonja for et par år siden. Den historien kunne ingen av oss andre overgå, så praten stilnet så brått at Kjell igjen hev seg på sykkelen og ledet oss ned mot Skoglund. Først på sti ned mot Svartvann, og da måtte Kjell stoppe igjen. Han kunne fortelle at det nå skal åpnes en overnattingshytte her nede ved Svartvann for å gjøre området mer tilgjengelig slik jeg forstod det. Narve, en skikkelig Bærumgutt som Kjell, kunne også fortelle at de i ungdomsårene fisket her i Svartvann. Kanskje andre vil prøve lykken nå når det blir tilgjengelig for oss andre også?



Ned mot Skoglund gikk tempoet opp og de fleste av oss kjente vel etterhvert at gradestokken var ned mot 0 der solen ikke nådde fram. Tær og fingre hos undertegnede var i alle fall ikke spesielt varme. Glad ble jeg derfor når Kjell og gutta tok til høyre ned mot Skui og ikke mot venstre mot Sollihøgda. Det kunne blitt svært kaldt. Vi fulgte lomma helt ned mot Vøyenenga. På vegen mistet vi imidlertid Narve som traff en gammel kjenning han måtte hilse på. Dermed ble det ingen krav om kaffestopp, så en og en sa takk for følget og ønsket hverandre god helg. Sannsynligvis ble det en god kaffe på hver og en vel hjemme, men først etter at tær og fingre var tint opp i en varm dusj. Ingenting er jo som en god varm dusj etter en litt kald og frisk TourTråkk tur!

Fra dyrenes verden er det lite å si bortsett fra en fugl som undertegnede skremte opp på veg ned mot Skoglund. Undertegnede mente det måtte være en kråke, men ble resolutt imotsagt av Kjell, som imidlertid heller ikke kunne fastslå sikkert hva slags fugl det var vi hadde skremt opp, bortsett fra at det altså IKKE var en kråke.





TourTråkk 28 – Epilog 02 - 24/10 2015 (10:00 Sharp!!)

Blåtur på Oslo's beste vestkant, endte med sykkelhavari

Etter en kort "hvor skal vi dra i dag" samtale, ble det tur vestover i rolig fart og men innlagt bollestopp på Bærums Verk på returen. Narve som i dag skriver referatet tok føringen mot Sandvika med Siri, Øyvind N, Einar M og Joar på hjul. Vi rullet ned langs jernbanelinja nedenfor Kampebråten og ved trappene Johan Grauers gate hadde Joar sin første trappenedstigning, som jeg tror ga mersmak.

Praten gikk livlig opp langs Engervannet mot Eiksmarka om årets bankett, om det ble paella igjen og hvem som skulle dit og ikke. Einar var ikke helt fornøyd med noen av årets ritt, da han hadde bommet litt på det taktiske. Siri hadde nettopp returnert fra 15 dagers sykkelstur på landevei fra Venezia til Syd-Italia som hadde gitt en fin sykkelopplevelse. Etter en tur innom Øvrevoll galopp, var Øyvind glad for at han ikke hadde stengt ute krana for i år, for det måtte bli sykkelvask i dag også.

Med Joar i tet, endte vi ved Eiksmarka og rullet ned mot Røen. Han ble gledelig overrasket at vi fortsatt mot Røen og ikke tok stien mot Bogstad. Referenten mente at vi kunne ta en blåtur innom en av Oslo's beste vestkanter, før vi skulle ned Mærradalen. Og blåtur ble det, da vi tråkket oss opp langs Røatoppen, hvor planen var å stien ned fra Aslakveien og ned i Mærradalen. Det ble litt hit og dit, men etter flere forsøk bl.a. ned Gregers Grams vei, hvor vi fikk se en utrolig fin utsikt mot fjorden, fant vi endelig stien og nedstigningen til Mærradalen. Etter en kort "strålepause" hvor Joar også fant en grotte, rullet vi ned til Radiumhospitalet.

Derfra gikk turen opp vis Søndrevegen og opp Husebybakken og på vei ned langs Smithsvingen så Joar og Narve antydning til en sti på venstre side. Vi forsøker den og vi satte kursen inn i ukjent terreng i Husebyskogen. Her fant vi fine stier, utfordrende småterreng, bakker som satte hjertepumpa i gang og vi ble testet på balansen mens vi syklet opp og ned leirete stier. Her var det vårt indre kompass som gjaldt og etter å ha utforsket Husebyskogen trillet vi alle ut ved Sørkedalsveien ved nedstigningen langs Mærradalen.



Opp langs stien ved Hovseter og Voksenrenna ankom vi så Ankerveien ved Bogstad og vi peilet kursen mot Bærums Verk og lukten av nystekte lekkerbiskner. I krysset ved Listua på Ankerveien stoppet Siri, da hun trodde at punkteringen var en fakta. Men det viste seg fort at alt var som det skulle. Ved nedstigningen til Ankerveien ved Nordby la Joar, Einar og Øyvind seg i tet og det var det siste jeg så av de. For midt på Ankerveien begynte det å knirke bak på min sykkel. Så når Siri mente at sykkelkjede var på vei av, så giret jeg litt ned og litt opp for å få kjede på plass, men så skjedde det. Pang sa det og til min store ergrelse var kjedekassetten røket fra festet. Og med mitt sykkelhavari vinket jeg farvel til Siri, boller og varmsjokolade på Bærums

Verk og tok fatt på de litt over 7 km hjem. Heldigvis var det noen bakker hjem, så helt galt var det ikke. Sykkelen ble vasket ren på Gjetsum, før jeg trillet de siste meterne hjem. Litt over 40 km og 777 høydemeter ble det på denne andre epilogturen av TourTråkk. Om det blir flere før banketten vistest ikke i skriende stund. Følg med på FB, men så lenge været er slik det er nå, høsten viser seg fr sin praktfulle fargesprakende side, så er det ingen umulighet at det blir en tur neste helg også.

Fra naturens side, fikk vi se at sykkelveien og stiene var teppebelagt av løv i all slags farger. Fantastisk utsikt på toppen av Røa og med lukten av høst og frisk deilig høstluft ned i våre lunger, bidro dette til at en nydelig dag i naturen.

PS! Har du ikke meldt deg på årets bankett, må du gjøre det. Om du ikke har vært aktiv, spiller ikke det noen rolle. Bli med på en hyggelig aften med god mat, god musikk, flotte taler og ikke minst hygge blant andre sykkelvenner i klubbens nye klubbhus.

Mvh Narve



TourTråkk 29 – Epilog 03 - 31/10 2015 (10:00 Sharp!!)

Stilfull stisyklist fornærmet av retro Vestlending!

Selv om vi vel var enige om at det ikke er referatplikt når vi snakker om epilog 3 og starten ikke går før drøye 10 på lørdagen, følger likevel noen linjer før sist lørdags Tour.

Stemningen var svært så god foran Jardarhuset da jeg ankom et par minutter OVER 10 sharp. Ingen refs å få for sen ankomst og Erik og mitt sitt forslag om stisykling var også mottatt og akseptert uten nevneverdige innsigelser. Altså bare idyll helt til en noen gammeldags Vestlending så på sykkelshortsen min og utbrøt: "Har du vært nedi skuffen med klær etter far din nå Ola, og funnet fram en av hans gamle fotballshortser?", sa Dan-Evert Brekke! "Fotballshorts??", sa jeg, "dette, Dan-Evert Brekke, er faktisk mitt nyeste og mest moderne sykkelantrekk, en SPRAYSHORTS fra Vaude anno 2015!! En slik som ekte stisyklistere bruker når det er sølete i skauen!!" Flere enset nok disse kommentarene og været et mulig basketak, men etter at opptil flere hadde kommentert at shortsen var riktig så fin og at de til og med ønsket seg en lignende til Jul, gled hele seansen over og vi la ut på stiTour i Tanumskogen og Vestmarka med bollestopp på Furuholmen, Erik, Lise, Øivind, Dan-Evert, Knut, Narve og Ola.



Vi erfarte raskt at det fortsatt er rimelig bratt opp i Tanumskogen fra Emmasiden, men vi ble nå i alle fall gode og varme og var klar for de utfordringer som måtte komme. Vi la også tidlig merke til at Erik Klatremus ganske så frivillig og uvanlig la seg i tet både her og der denne dagen, noen som selvsagt ble kommentert, det er jo sjelden kost. Vi tråkket oss på sleipe stier oppover mot Vestmarka, og da noen av oss valgte asfalten opp forbi Vannverket ved Kattås, fikk vi refs av Narve og Øivind, som syklet stien ved siden av. "Er det ikke stisykling i dag da?" Oppe ved Furuholmen tok vi inn på "Skogens Kongesti" (ref. Strava). Erik smilte som ei sol, mens noen andre i feltet var litt mer reserverte. Vi antydte at denne stien er LITT krevende i starten, men blir bedre etter Persbonn, liksom for å holde spirten i feltet oppe. Lise var uheldig ganske tidlig og hadde en ørliten velt, noe som jekket selvtilliten hennes ned et par hakk, nok til at hun nølte litt her og der senere og ikke var helt fornøyd med egen innsats. Borte ved Persbonn samlet vi oss, begrepet LITT krevende ble kommentert, Knut ristet på hodet, Øivind syntes det var fint i skogen uansett, mens Narve gledet seg til andre halvdel som jo skulle være betydelig bedre. Dan koste seg, han hadde, tross den noe klossete kommentaren om Olas sprayshorts tidligere på dagen, fått både skryt og kudos undervegs av både Erik og Ola for opptil flere imponerende forseringer!

Stemningsfullt i Tanumskogen. Foto: Lise

Mot slutten av Kongestien var det ei kneik som er ganske vanskelig å forsere. De fleste innså det umiddelbart og trillet fornuftig opp, mens Ola først etter fjerde forsøk innså det samme, men mente terrenget måtte ha endret seg en del siden sist..... God unnskyldning for ikke å klare kneika? Eller billig? Ved stiens ende ved foten av Haveråsen, var det på ny samling. Først for å se at Lise ikke klarte den siste knekkern opp til kjerreveien, for deretter å få flere kommentarer fra sin mann om at dette ikke var bra og at hun burde gjøre si og så. Vi andre så på hverandre og ventet på reaksjonen fra fru Lise, men hun snudde sykkelen og trillet rolig tilbake og tok denne gang knekkern på nydelig vis! Vi antydte at Erik kanskje hadde vært litt brysk i kommentaren, men han svarte kontant: "Husk at Lise er ikke hvilkensomhelst Lise!" Søtt! Så fikk vi høre at Narve slett ikke syntes andre halvdel av stien var noe bedre enn første og Knut kommenterte at han hadde fått nok av sti for i dag! Mens Øivind fortsatt syntes det var fint å være på tur i skogen, uansett om sykkelen ble syklet eller leiet!

Naturlig nok skjønnte vi at det nå var på høy tid å forslå retur i retning Furuholmen med peiskos, boller og kaffe, noe som straks medførte smilende fjes og stor stemning i feltet. Vi tok asfalten i retning Furuholmen, men la inn en liten omveg via skøytetraséen forbi Fløyta før Furuholmen. Her klarte Øivind å punktere og flere av oss andre var nær ved å kjøre oss aldeles fast i gjørma. Nok en gang imponerte Dan, der han klarte å trække seg gjennom med gjørme opp til kransen! Dette burde jo Narve også ha klart i og med at han tidligere på turen hadde skrytt av sine enorme lårmuskler! Men akk, han måtte av og bære sykkelen over det verste partiet!



På Furuholmen traff vi Overlærer Steinar på fottur med sin Aud. Ellers var vi som vanlig svært så godt fornøyd med baksten, kaffen og peiskosen!

Mvh, Ola

Ps

Det kan godt være at også TourTråkk etp. 30 epilog 4 går av stabelen før banketten på lørdag, sånn ca. 10.....

---Takk for flott TourTråkksesong ---