

På vej mod toppen?



Deltag i en cykelevent
med dine venner

Nu har du mulighed for at få en oplevelse lidt udover det sædvanlige sammen med dine kolleger, venner og bekendte.

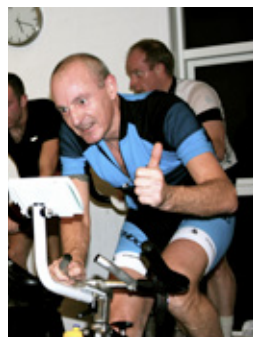
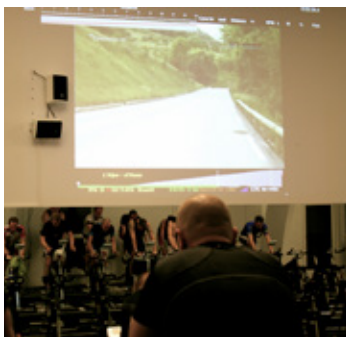
Kombinér motion, oplevelse, konkurrence, sammenhold og sjov i én og samme begivenhed. Deltag i en bjergetape på "racercykel" op ad et kendt bjerg eller tilrettelæg selv din egen cykelrute.

ALLE kan deltage – uanset form

Det lyder benhårdt at skulle bestige et bjerg på en cykel. Specielt hvis man ikke har prøvet det før. Men i denne event kan personer med knap så skarp en form tilgodeses med et handicap i forhold til de øvrige. Vi placerer dem blot et stykke op ad bjerget eller længere fremme på ruten. Så vil alle i princippet komme nogenlunde samtidig i mål, hvis handicappet er sat rigtigt.

Op på cyklen

Hver deltager får tildelt en indendørs cykel, der viser alle relevante data. Der indtastes personlige data som vægt, så turen bliver så realistisk som muligt. Medbring gerne et ANT+ puls bælte, så kan du også køre efter din puls.



Næsten som i virkeligheden

På storskærme vises alle deltagernes løbsdata. Undervejs kører der en pace (en cykelrytter) på storskærmen med angivelse af distance, så man kan se om man er foran eller bagud i forhold til pacen og tidsgrænsen. Samtidig kan man se sin placering i feltet i forhold til sine "konkurrenter". Undervejs kan der laves bakkespurter og tildes præmier/point til den rytter som præsterer den højeste hastighed. Man styrer selv sin hastighed undervejs ved hjælp af sin gearing (belastning) og kadence (omdrejninger). Stigningsgrad og personvægt er tæt forbundet. Så det er helt klart en fordel at have færrest kilo på kroppen i bjergstigningen. Omvendt kommer tungere ryttere hurtigere ned af bjerget. Ligesom i virkeligheden.

Tilrettelæg selv din egen cykelrute

Ønsker du at have indflydelse på cykelruten, så vær selv med til at tilrettelægge din egen cykelrute. Hvis du ønsker nogle flade landeveje med f.eks. tre stigninger på henholdsvis 6, 8 og 12% over 5 min. programmerer vi blot dette. Vi kan via en central computer overstyre samtlige cykelcomputere og lægge de ønskede stigningsgrader ind. Du bestemmer selv.



Hvilke cykelruter findes?

Der findes mange forprogrammerede cykelruter og der kommer hele tiden flere til:

Bjerg/rute	Distance	Stigning	Terræn	Anbefalet tidsgrænse
Alpe d'Huez	13,7 km.	8,1%	Op	1 time og 45 min.
Anaga Gebirge	18,4 km.	3,7%	Bakket	1 time og 15 min.
Col du Galibier	16,0 km.	7,2%	Op	2 timer
Col du Soulor	12,0 km.	7,5%	Op	1 time 30 min.
Col de Feminia	7,4 km.	5,5%	Op	1 time
El Teide	44,4 km.	4,4%	Op	3 timer
Galibier/Alpe d'Huez inkl. ned ad Galibier	44,0 km.	7,6%	Op/ned/op	4 timer og 30 min.
Mont Ventoux	22,2 km.	7,2%	Op	2 timer og 30 min.
Mont Ventoux	46 km.	7,2%	Op/ned	3 timer
Orient over Bunyola				
Coll de Hono	25,0 km.	5,5%	Flad/op	1 time og 30 min.
Passo Galvia	20,0 km.	6,6%	Op	2 timer og 30 min.
Pyranæerne udvalgte bjerge				
Sa Calobra	10,0 km.	6,9%	Op	1 time og 30 min.
Stelvio	25,0 km.	7,3%	Op	3 timer
USA – Epic Riders				Fra 1 time og opefter
Forskellige cykelruter				
Walchen/Kochelsee	32,3 km.	0,9%	Flad	1 time og 15 min.
Wendelstein	49,6 km.	1,3%	Flad	2 timer

Bestilling

Hvad koster en cykelevent?

Prisen på en cykelevent er afhængig af hvor lang tid, der er sat af til at køre (tidsgrænsen).

En times cykelevent koster 100 kr. pr. person

Derudover ekstra hvert 15 min. 20 kr. pr. person.

Minimumsprisen pr. event er 1.800 kr. uanset antal personer.

Motionscentrene har op til 42 indendørs cykler.

Prisen indeholder også 15 min. til personvejning, indstilling og programmering af cyklerne.

Tilkøb af ekstra ydelser

Der kan i mange tilfælde tilkøbes ekstra ydelser f.eks. leje af cykelsko og pulsbælter. Køb af energiprodukter, frugt, vand, sodavand og sandwich. Få et særskilt tilbud på dette.

Alle priser er inkl. moms

Betaling kontant eller faktura efter aftale.



Værd at vide inden du kommer

Kom 30 min. før eventen starter.

Har du selv cykelsko skal klamperne være enten SPD eller Look Delta (røde). Medbring gerne 2 drikkedunke og 2 håndklæder (et til bad og et til sved). Der findes omklædnings- og badefaciliteter. Tasker og andre værdigenstande kan tages med ind i cykelsalen.

Har du selv et pulsbælte der har ANT+ (primært Garmin) kan du koble dig på cykelcomputeren.



Løbende events for små grupper

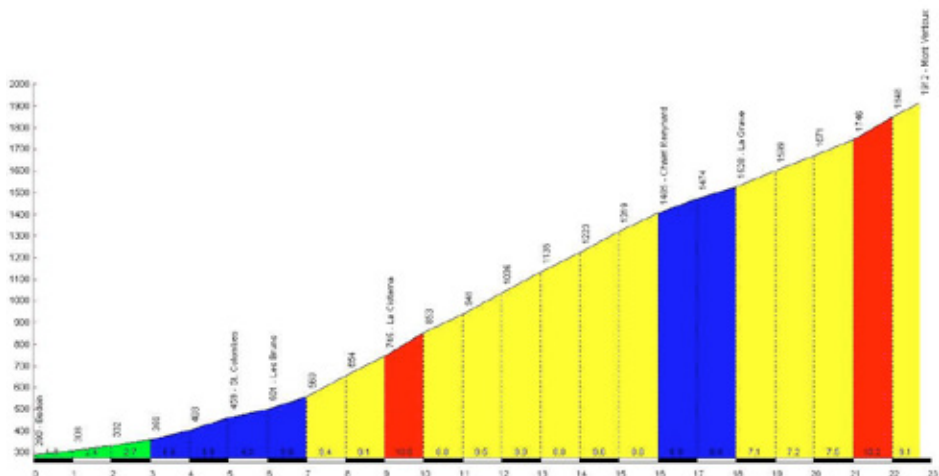
Er du en enkeltperson eller er I en lille gruppe personer, som ikke har mulighed for at leje hele cykelsalen - så findes der løbende cykevents man kan koble sig på.

Se på www.event-cykling.dk hvilke muligheder der er og tilmeld dig/jer her.

Lej vores cykler og software hos dig

Har du brug for at lave en cykeevent hos dig, kan vi formidle cykler derhen, hvor du ønsker det. Ring og få et tilbud.





Vi formidler events til en række motionscentre i hele landet.
Kontakt os for at høre, hvor du kan få afviklet din cykeevent.

BOOKING

Event-cykling

Enghøjvej 38
Ganløse
3660 Stenløse

Tom Eklund

Tlf. 40 21 35 31
E-mail: post@event-cykling.dk
www.event-cykling.dk

