

2025



STAI®



23. og 24. maj 2025

DE ÅBNE DANSKE POLITIMESTERSKABER I LANDEVEJSCYKLING



Stævnecenter & Expo

Service Course & Co,
Vibe Allé 4, 2980
Kokkedal, danner
rammerne om løbet
begge dage.
Stævnecenter åbner 1
time før start begge
dage.



Sikkerheden er helt i topklasse

Ruten er bemanded
med et stort antal
officials, herunder
uddannede
trafikofficials og
certificerede MC
Officials.



Præmier og lodtrækning

Der er fine præmier på
spil i alle klasserne
samt et væld af flotte
lodtrækningspræmier.

Professionel tidtagning
v/DGI Nordsjælland



Kør om kap med politiet

23. og 24. maj 2025
Løbene arrangeres af
Rigspolitiets
Idrætsforening i
samarbejde med Dansk
Politiidrætsforbund.
Mød op og kør om kap
med politiet.



Et løb du ikke vil gå glip af!

SE MERE OG TILMELD
DIG VIA KODEN



SCAN

VELKOMMEN TIL DE ÅBNE DANSKE POLITIMESTERSKABER I LANDEVEJSCYKLING 2025

Fredag den 23. og lørdag den 24. maj 2025 i det skønne
Nordsjælland Stævnecenter hos Service Course & Co i Kokkedal

Rigspolitiets Idrætsforening har igen i 2025 den store ære at være arrangør og vært for årets Danske Åbne Politimesterskaber i landevejscykling. Vi håber, at ryttere i stort antal, både ansatte i politiet men også alle de mange seje motionsryttere uden for politiet vil deltage. Det er hér, I har en enestående mulighed for at køre om kap med politiet, helt uden at det koster ekstra...

A-GRUPPEN

A-gruppen i **Rigspolitiets Idrætsforening** har lagt sig i selen for at skabe de bedste rammer for flotte og se værdige cykelløb på tværs af køn, niveau og alder. Vi har udfundet flotte ruter i Nordsjælland til både enkeltstarten (TT) og linjeløbet dagen efter. Begge dage har vi udgangspunkt fra det fantastiske cykelhus Service Course & Co i Kokkedal. Her vil der også være EXPO begge dage med rigtig meget for øjnene og smagsløgene.

RUTERNE ER OPDATERET PÅ WWW.RPIF.DK

Link 230525 20K TT

Link 240525 20K rundstrækning til linjeløbet

Vi har stor fokus på sikkerheden. Derfor har vi også indkaldt hjælpere fra A-gruppen på den helt stor klinge. Både certificerede trafik- og MC officials suppleret af friske flagposter er med til at skabe sikkerhed ruten rundt helt i tråd med de givne tilladelser fra kommuner og politi i det nordsjællandske.

STÆVNECENTER HOS SERVICE COURSE & CO I KOKKEDAL NORD FOR HØRSHOLM

Vi har indgået et flot samarbejde med det fantastiske cykelhus hos Service Course & Co som i sig selv er et besøg værd. Hér er der nummerudlevering, toiletforhold, spisning, præmieuddeling, expo og meget mere. Stævnets epicenter er placeret i det anderledes cykelhus. Begge dage starter vi også alle rytterne fra Service Course & Co.

HUSK

- ... at følge alle henvisninger af hensyn til sikkerheden
- ... at passe på hinanden og vi kører kun for sjov
- ... at tage en rundtur i Service Course & Co
- ... at give jer tid til det sociale efter løbet
- ... at give jer tid i EXPO området
- ... at følge med på rpif.dk

Vel mødt til fantastiske cykeldage i Nordsjælland

/Jørgen Guldborg
Rigspolitiets Idrætsforening
Formand

Rigspolitiets Idrætsforening



PRAKTISK INFO

De Åbne Danske Politimesterskaber
Fredag den 23. og lørdag den 24. maj 2025
Nordsjælland

Stævnecenter
Service Course & Co, Vibe Alle 4, 2980 Kokkedal
... et anderledes cykelhus



Fredag den 23. maj 2025, TT (enkeltstart) på 20K

Stævnecenteret åbner kl. 16.30

Nummerudlevering

1. start kl. 18.00

Spisning og præmieuddeling fra kl. 19.30

Vi trækker lod om startrækkefølgende
efter den 15. maj

Lørdag den 24. maj 2025, Linjeløb (samlet start)

Stævnecenteret åbner kl. 09.30

Nummerudlevering

1. start kl. 11.00

Spisning og præmieuddeling fra kl. 14.30

FØLG med på **www.rpif.dk**
og tilmeldingssiderne.
Hér er der mere information!

SIKKERHED

- Løbet køres efter Danmarks Cykle Unions reglement og under iagttagelse af færdselsloven
- Ruten bemannes af de bedste trafik- og MC officials fra Rigspolitiets Idrætsforening
- Vis hensyn til hinanden og alle på ruten. Vi kører kun for sjov...
- Felterne ledsages af MC officials
- Intern kommissærgruppe

STÆVNECENTER

Susanne Hansen, Service Course & Co • Jytte Bille, STAI • Anne-Dorthe Saugmann fra Saug Social • Team C & Co til at service ryttere, sørge for nummerudlevering og at holde god ro og orden hos Service Course & Co i stævnecenteret under ledelse af Susanne & Co.

STÆVNELEDELSE

Jørgen Guldborg; Henrik W. Jensen; Mette Christoffersen

SIKKERHED

A-gruppen fra Rigspolitiet Idrætsforening i et antal af +60.
Herunder også FH og hjertestarterdelen i både Stævnecenteret og på ruten.
Trafikofficials • MC officials • Flagposter

JURY

Jørgen Guldborg; Henrik W. Jensen; Tom Nicholaisen fra DGI Nordsjælland

SAMARBEJDSPARTNERE

Service Course & Co • Saug Social • STAI
& Danske Politiidrætsforbund og deres samarbejdspartnere

Vi glæder os til at tage imod jer alle og meget gerne med et rekordstort antal deltagere. Vi er mere end klar i forhold til rute, sikkerhed og en god oplevelse.
Tag naboen og/eller din kollega med.

Forbehold for ændringer.

For 33. år i træk ønsker jeg jer alle velkommen!

/Jørgen Guldborg
Rigspolitiets Idrætsforening
Formand







UDKAST TIL RUTE

vedrørende De Danske Politimesterskaber

FREDAG den 23. maj 2025

Rigspolitiets Idrætsforening

TT (enkeltstart)

Kl. 18.00-20.30

ENKELTSTART

DER ANSØGES OM CYKELLØB PÅ FØLGENDE CA. 20 KM LANGE RUTE:

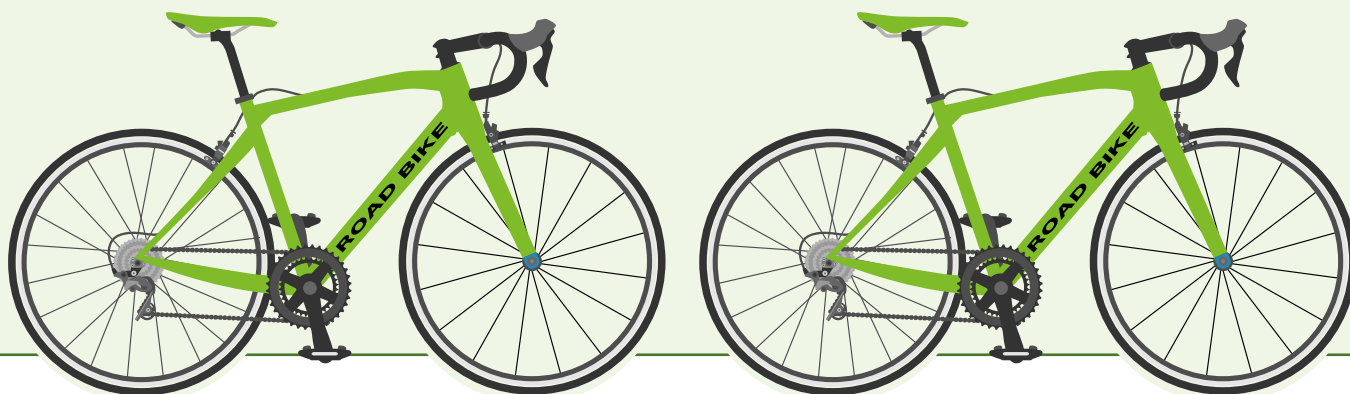
- 01 Start/mål på Brønsholm Kongevej (RUTE 229) u.f. Vibe Allé og videre nordpå ad Niverød Kongevej;
- 02 lige ud i lyskryds (Niverød Kongevej/Nivåvej/Vejenbrødvej) og fortsat ligeud ad Hørsholmvej;
- 03 lige ud i rundkørsel (Hørsholmvej/ Fredensborgvej) og fortsat lige ud af Hørsholmvej;
- 04 ligeud i rundkørsel (Hørsholmvej/Hornbækvej/Kongevejen) og fortsat lige ud nord på ad Kongevejen;
- 05 vendepunkt ved A6 (Kongevejen/Kongevejen/Helsingørvej) og retur ad samme rute;
- 06 th. ad Vibe Allé;
- 07 mål u.f. Service Course & Co, Vibe Allé i Kokkedal.

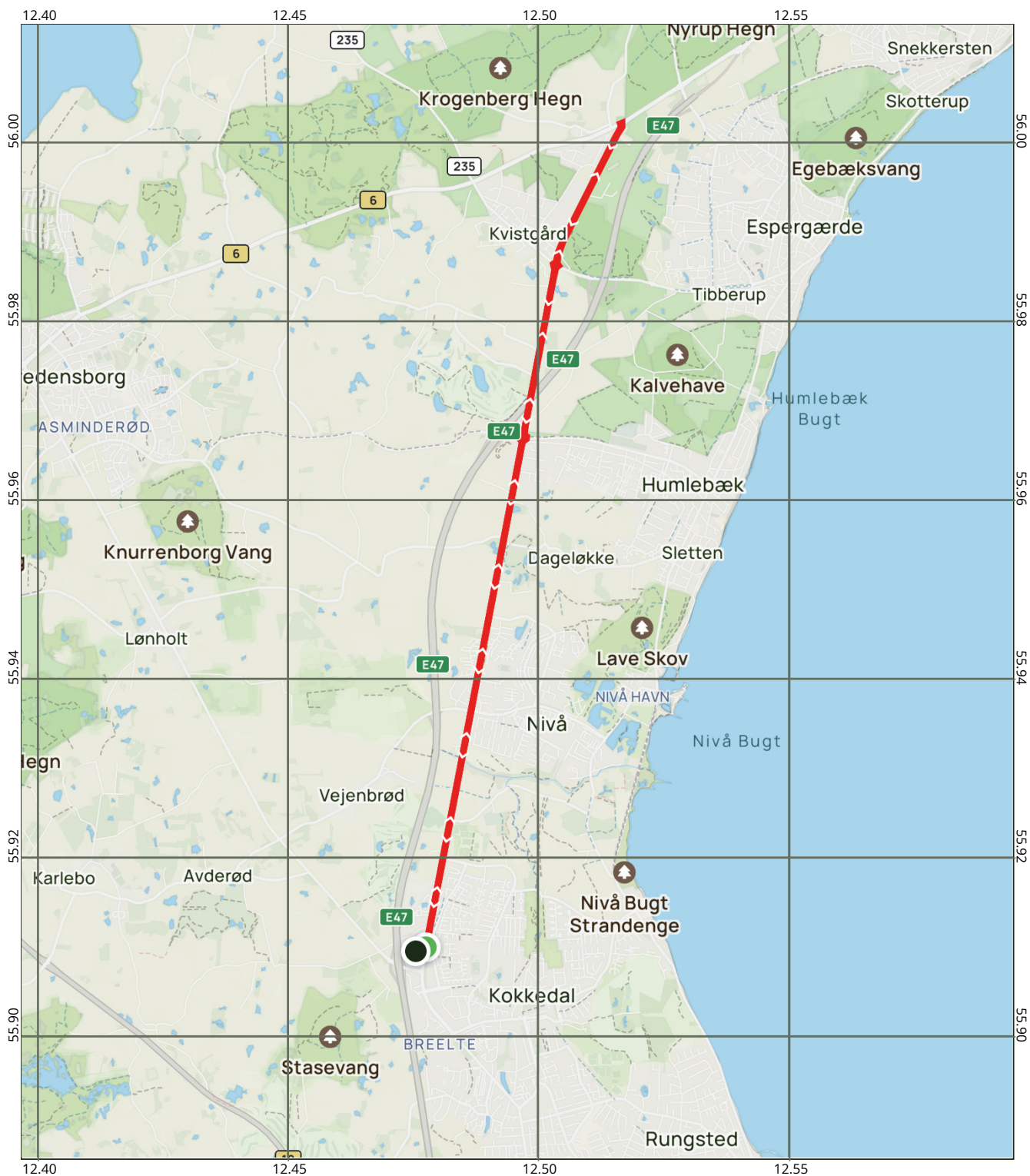
1. start kl. 18.00, hvorefter rytterne startes med ½ minuts mellemrum

ESTIMERET POSTPLAN (18 x TO + 8 x FP):

01	3 x TO + 1 x FP	05	4 x TO + 2x FP
02	3 x TO + 1 x FP	06	1 x TO + 1x FP
03	3 x TO + 1 x FP	07	1 x TO + 1 x FP
04	3 x TO + 1 x FP		

/Jørgen Guldborg
Rigspolitiets Idrætsforening
Formand



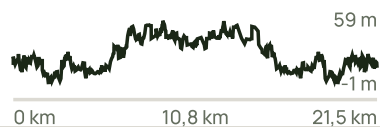


0.50 0 0 0 0 0.5 1 1.5 MIL 2

1 0 0 0 0 0 1 2 KM 3

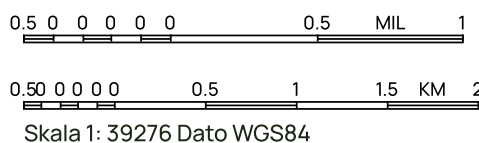
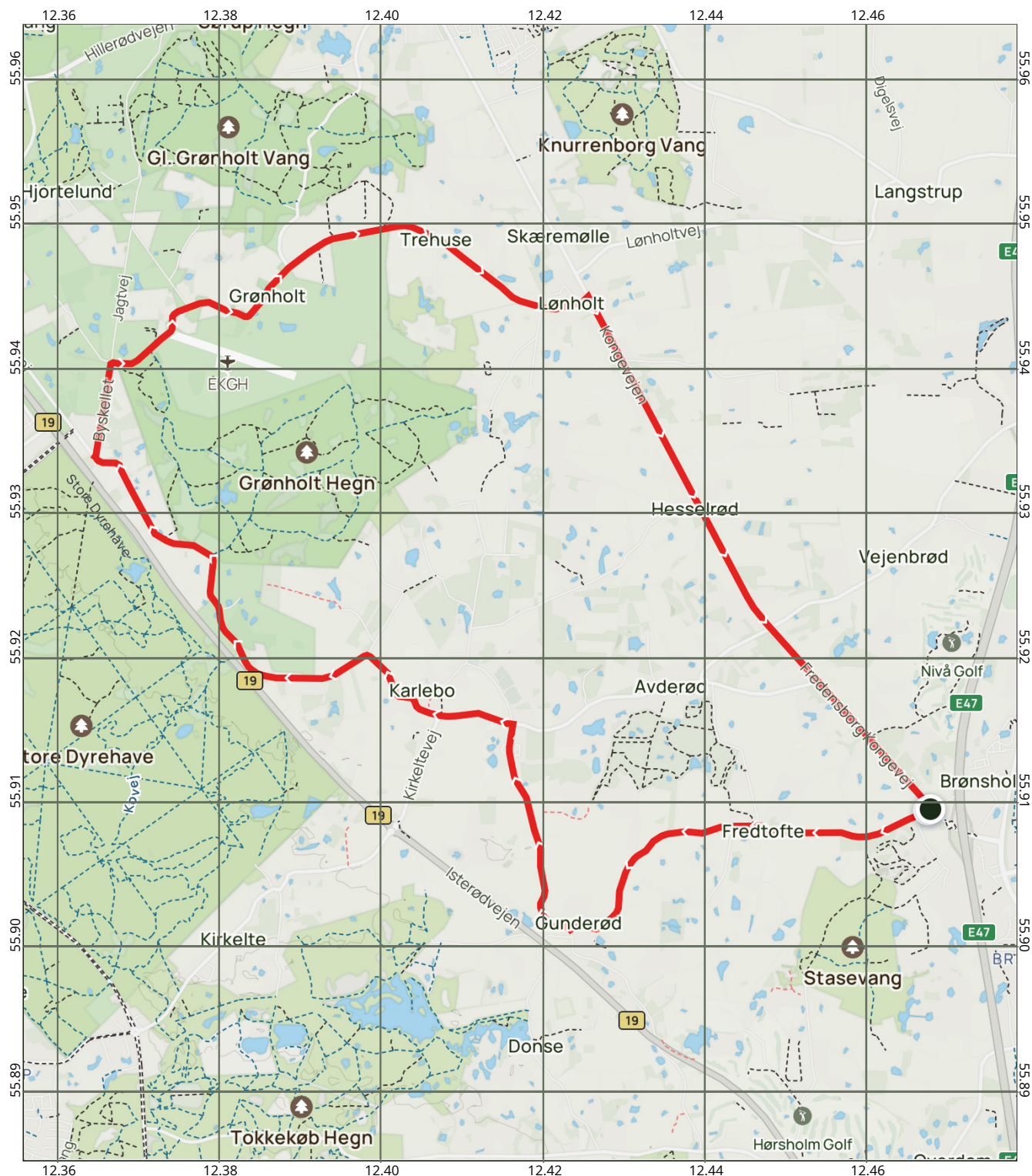
Skala 1: 63364 Dato WGS84

Stign.: 285 m Ned: 285 m



De Danske Politimesterskaber i TT 2025

AllTrails



Skala 1: 39276 Dato WGS84

Stign.: 249 m Ned: 251 m



De Danske Politimester i linjeløb 2025

AllTrails

UDKAST TIL RUTE

vedrørende De Danske Politimesterskaber

LØRDAG den 24. maj 2025

Rigspolitiets Idrætsforening

Linjeløb (samlet start)

Kl. 11.00-15.00

LINJELØB

DER ANSØGES OM CYKELLØB PÅ FØLGENDE CA. 20 KM LANGE RUNDSTRÆKNING:

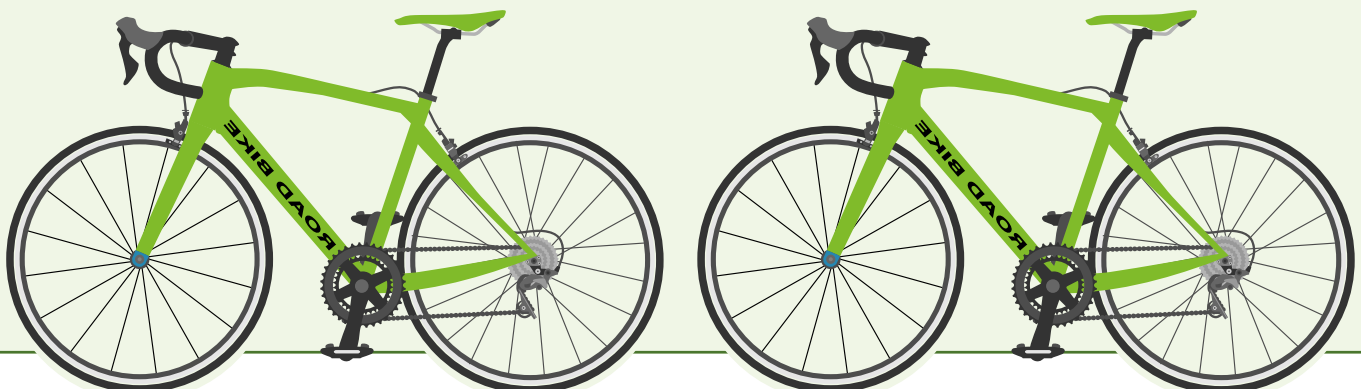
- 01 Start/mål på Fredtoftevej; 02 tv. ad Gunderødvej;
03 th. i t-krydset (Gunderødvej/Damsholtevej/Gunderødvej) og videre ad Gunderødvej;
04 tv. ad Avderødvej; 05 lige ud i krydset (Avderødvej/Karlebovej/Karlebovej) og videre ad Avderødvej
og fortsat lige ud ad Kulsviervej; 06 th. ad Byskellet; 07 th. ad Grønholtvej;
08 th. ad Kongevejen i Lønholt og fortsat videre ad Frederiksborg Kongevej;
09 th. ad Fredtoftevej til mål.

1. start kl. 11.00 med master fra Service Course & Co, Vibe Allé 4, Kokkedal

ESTIMERET POSTPLAN (20 X TO + 10 X FP):

01	2 x TO + 1 x FP	06	2 x TO + 1 x FP
02	2 x TO + 1 x FP	07	2 x TO + 1 x FP
03	2 x TO + 1 x FP	08	3 x TO + 1 x FP
04	3 x TO + 1 x FP	09	2 x TO + 1 x FP
05	2 x TO + 2 x FP (+ advarsel om fartdæmpende foranstaltninger)		

/Jørgen Guldborg
Rigspolitiets Idrætsforening
Formand





A-GRUPPEN I RIGSPOLITIETS IDRÆTSFORENING SKABER MAGI PÅ LANDEVEJENE!

For at det overhovedet er muligt for Rigspolitiets Idrætsforening at kunne arrangere og afvikle De Danske Politimesterskaber i landevejscykling, da skal mange frivillige kræfter træde til. Mens nogle arbejder bag kulissen, vil du møde en stor del af dem ude på ruten. De frivillige trafikofficials, flagposter og MC Officials i de gule veste.

I Rigspolitiets Idrætsforening har vi (hvis du spørger os selv) Danmarks stærkeste og bedste A-gruppe. En A-gruppe bestående af passioneret frivillige som gang på gang møder op, uagtet om det er solskin eller regnvejr, koldt eller varmt.

Skal vi løse en opgave til et motionsløb, uanset om det er Copenhagen Maraton, Royal Run eller vores eget Politimesterskab i landevejscykling, så gør vi det med passion og ikke mindst præcision. Men hvad får os egentlig til frivilligt at stå op og smile i 12 timer, mens vi koncentrerer os om at regulere trafikken på ansvarlig vis? Svaret er sammenhold og følelsen af fællesskab. A-gruppen består af både ansatte fra Rigspolitiet, og andre som er kommet med i årenes løb. Vi spænder både i baggrund, alder og køn. Men det skal ikke forhindre os i konstant at danne nye bekendtskaber på tværs af forskelligheder, mens vi lærer af hinanden og udvikler fællesskabet.

En af de mest givende aspekter ved at være frivillig er muligheden for at møde mennesker fra forskellige baggrunde, der deler en fælles interesse for motion og sundhed. Man kan blive en del af en positiv atmosfære, hvor entusiasme

og støtte er i højsædet. Uanset om man står ved start- og mållinjen, uddeler vand og energidrikke, eller hjælper med registreringen af deltagere, spiller man en vigtig rolle i at sikre, at løbet forløber sikkert og fint.

Vores yngste trafikofficiel, Andrea på 21 år, blev uddannet i januar i år. Sammen med andre gode kollegaer brugte hun en weekend på at uddanne sig. Andrea fortæller selv at; *"Frivillighed er for mig dels muligheden for at være sammen med mine kollegaer i en anden kontekst, end det som foregår fra 8-16 i hverdagene. Men det er også en mulighed for personlig udvikling i forbindelse med at lære at regulere trafik og håndtere, til tider, pressede situationer. Men jeg ved også, at jeg er medvirkende til at motionsløb i det hele taget kan lade sig gøre. Det gør mig både stolt og glad."*

Foruden vores arbejde på selve løbsdagene, går der også meget forud for at kunne afvikle et løb. Alt fra gennemkørsel af ruter, hele ansøgningsprocessen, postbeskrivelser, planlægning, assistance-anmodninger o.m.a. Alt sammen noget vi i A-gruppen løser med et smil på læben og fokus på bolden - eller ringeklokken om man vil.

Fra hele A-gruppen håber vi, at I deltagere og tilskuer får en god oplevelse, det er i hvert fald vores ambition. Og så er I mere end velkommen til at sende os et smil både ude på ruten og inde i Expo.

*På vegne af A-gruppen
Mette Christoffersen
Næstformand*

Rigspolitiets Idrætsforening

Behandler du din krop som din bedste ven?

En sund og stærk krop er en glad krop. Kroppen vil gerne være både fysisk og mentalt på toppen, og det kræver blot enkle mikro sundhedsgreb. Et at disse sundhedsgreb er en dagligt STAI.

Det bugner med sundhedsparoler i reklamer, i medierne og på de sociale medier. Forskere, professorer, motionseksperter m.fl. har løsningen på et langt liv uden skavanker. Men hvad er sundhed egentlig for en størrelse? Er sundhed fem ugentlige, timelange træningspas, en stram kostplanlægning og total afholdelse fra et glas vin i weekenden?

“Nej,” svarer Jytte Bille prompte. Hun er sundhedsrealist og livsstilsguide. De sidste 20 år er vi næsten blevet vildledt mere end vejledt, når vi snakker sundhed. Vi bliver bombarderet med ting, vi skal gøre, for at være sunde.

Selvfølge skal vi tænke over, hvad vi spiser, og selvfølgelig skal vi investere tid i at bevæge og træne kroppen. Har man lyst til at træne en time hver dag, super, men det er ikke et ”must”, bare fordi reklamerne siger det. Det vigtigste er at gøre noget, som du kan se dig selv i. Som gør dig glad. Alt fra 5 min. dagligt gør en markant forskel for kroppens sundhed”.

Functional Sundhed, som er Jyttes eget udviklet koncept, består af små, nemme genveje.

“Selvfølgelig er vores egen sundhed vores eget ansvar. Og der er ingen quick fixes, men der er små, nemme genveje” fortæller Jytte Bille.

En af disse genveje er STAI. Du tager én STAI om dagen.

Det er det mest omfattende sundhedstilskud på markedet. Det er et pulver, som indeholder de mange næringsstoffer, kroppen har brug for. Du kan ryste/shake det med vand, juice mm.

Eller røre det i f.eks. skyr. STAI er for dig, der vil gøre lidt ekstra for at bevare en rask, sund og stærk krop hel livet. En sund og stærk krop giver frihed.

Det er Jytte Bille, der står bag produktet. Hun samlede et team af fagfolk indenfor kost og ernæring, som stod for selve udviklingen. STAI har været på markedet i over 6 år, og der er i dag evidens fra den virkelige verden. STAI gør en reel positiv forskel for kroppens både fysiske og mentale velvære og balance.



Behøver vi kosttilskud?

“Nej, vi ikke behøver kosttilskud. Vi skal blot spise de anbefalede mængder grønt mm. dagligt, men med min erfaring som sundhedsrealist ved jeg, at det er ganske få, som får det gjort dagligt året rundt. Derfor giver det mening at supplere med sin daglige kost med en STAI, som indeholder alle de næringsstoffer, vi også får gennem en sund og varieret kost”. Det er ekstra vigtigt med alderen, hvor vi dels spiser mindre, dels nemmere tager på og tillige måske ikke får bevæget os og trænet kroppen helt så meget som tidligere.

Jytte Bille sammenligner det tit med det at have bil. “Den passer vi jo også på, og jo ældre den bliver, jo mere pleje kræver den. Vi sørger for, at bremserne virker, at der er luft i dækkene, at batteriet er ladet op, og at der er brændstof i tanken.

Vi tegner forskellige forsikringer, og jeg ser STAI som min sundhedsforsikring. Ideen med STAI er forebyggelse. Vi får et lettere og sjovere liv med en sund, rask og stærk krop. OG – det er aldrig for sent at starte.”

For den livsglade sundhedsrealist handler det i bund og grund om tilvalg. Det handler om at skabe nogle gode, sunde vaner, så man kan vælge de andre goder til og nyde livet med god samvittighed.

Jytte Bille, founder af STAI, livsstilsguide og sundhedsrealist

“Jeg vil hellere være den ældste i fitnesscentret end den yngste på plejehjemmet”

Enkelt og Effektivt – Bare Alt Det Essentielle

- Mere power
- Øget præstation
- Optimeret restitution



STAI®



www.stai.dk



SCAN

DIN DIGITALE SPARRINGSPARTNER

Jeg er Anne-Dorthe S. Doil, stifter af Saug Social. Jeg hjælper virksomheder med at optimere deres opslag og opnå organisk vækst på sociale medier.

Mit fokus er personlig rådgivning og skræddersyede løsninger, hvor jeg arbejder som din sparringspartner med at udvikle strategier, der passer til din virksomhed og dine mål.

En af mine største opgaver i år er at dække RPIF's Åbne danske politimesterskaber i landevejscykling.

Her har jeg leveret det grafiske materiale og sørger for, at eventets energi og fællesskab bliver formidlet på sociale medier – før, under og efter løbet.

Vil du have professionel hjælp til din virksomheds Instagram og Facebook?

Kontakt mig på saugsocial.dk eller følg med på Instagram [@saugsocial](https://www.instagram.com/saugsocial).

SAUG
SOCIAL



Et anderledes cykelhus



Hos Service Course

handler det ikke kun om salg – vi skaber et levende univers for cykelentusiaster.

Her er du mere end en kunde, du bliver en del af et fællesskab, hvor passion for cykling, høj kvalitet og fælles glæde står i centrum.



Uanset om du har brug for professionel cykelreparation eller personlig rådgivning til dit næste køb af cykel, står vores erfarne team klar til at hjælpe. Du kan også deltage på en lang række af inspirerende foredrag og events.

Vi yder ikke bare service – vi skaber en oplevelse, der får dig til at føle dig hjemme. Velkommen til et sted, hvor cykling er mere end en hobby. **Det er en livsstil.**



DET FANTASTISKE ÅR 1992

Danmark vandt EM i fodbold | Norge ansøgte om EU-medlemskab

Philips CD-i blev lanceret | Den bærbare computer IBM ThinkPad 700C blev skabt

Dansk Politiidrætsforbund stillede op til EM i landevejscykling for første gang

Bill Clinton blev valgt som præsident i USA | Krummerne 2 havde premiere | Kønne piger i København

Sommer OL i Barcelona med guld til Jesper Bank & Co i Solingen | Sommer, sol og sommer!!

ÉN vandt enkeltstarten på 30 K ugen før De Europæiske Politimesterskaber i Irland. Formen i top.

"Ja, for undertegnede var det et helt fantastisk år, ca. 15 kg lettere end lige nu, og i vel det man kan tillade sig at kalde i ikke så ringe form endda. I øvrigt en skøn fornemmelse og når man er i form kan man køre på niveau i holdløb, TT og linjeløb.

Daværende personalechef og vicepolitiinspektør Erik Reher, Station 2 i København (Danmarks bedste uddannelsesstation) havde modet til at give mig fantastiske arbejdsforhold i **mit år 1992**, således tjenesten ikke forhindrende en omfattende træningsindsats. Ja i maj måned vandt jeg DPM i Slagelse og var med til at sikre udtagelse af EM-holdet til mesterskaberne i Irland i september 1992. Holdet: coach Ove Bak Jensen, Johnny Christiansen, Jørgen Eriksen Hansen, Lasse Buus og undertegnede. Vi kom alle flot igennem De Europæiske Mesterskaber i 1992 og mange gode kollegaer har gjort det samme igennem årene. I 2022 blev det endda til to sølvmedaljer i holdkonkurrencen.

33 år efter...

...kører jeg i garage som mangeårig arrangør af cykelløb og ikke mindre end +300 fra 1995-2025.

Derfor ligger det mig også meget på sinde at arrangere ikke mindre end de allerbedste Danske Politimesterskaber, der i år er åbne, således alle også udenfor politiet kan deltage. Vi kører i skønne omgivelser i Nordsjælland med udgangspunkt fra vores stævnecenter i det fantastiske cykelhus hos Service Course & Co i Kokkedal.

På gensyn til nogle forrygende cykeldage den 23.-24. maj 2025

/Jørgen Guldborg
Rigspolitiets Idrætsforening
Formand



SE UDGIVELSEN ONLINE



Go' tur derude





