



Arrangør: Silkeborg PI  
Dansk Politiidrætsforbund

# MTB SOMMER CUP

## 3. AFDELING

1. SEPTEMBER 2021



# VELKOMMEN

Silkeborg Politis Idrætsforening har hermed fornøjelsen af at byde jer velkommen til MTB Cup i Gjern ved Silkeborg.

Silkeborg er nok mest kendt for Nord- og Vesterskoven, men ikke så langt herfra ligger naturkønne Gjern og tilhørende bakker. De sidste par år har sporet gennemgået en meget stor udvikling og er blevet udbygget og skiltet af OnTrail. Sporet byder bl.a. på masser af højdemeter, flow og godt gammeldags naturspor med masser af rødder.

Jeg håber, at I alle får en hyggelig dag med masser af mountainbike, og vigtigst af alt, godt kammeratskab med korpsånden i højsædet. Vi vil fra SPI's side gøre alt hvad vi kan for, at I får en rigtig god dag.



Vel mødt.

Lasse Høgh Klausen  
Stævneleder

*Fotos fra Sommer Cup 2020 i Herning.  
Fotograf Jens Claumarch.*

Støt vore annoncører...  
...de støtter os





# PROGRAM

Kl. 1000 Stævnekontor åbner ved Trolldhytten. Udlevering af numre, prøve kørsel og opvarmning.

Kl. 1045 Åbningstale ved stævneledelsen.

Kl. 1100 Start.

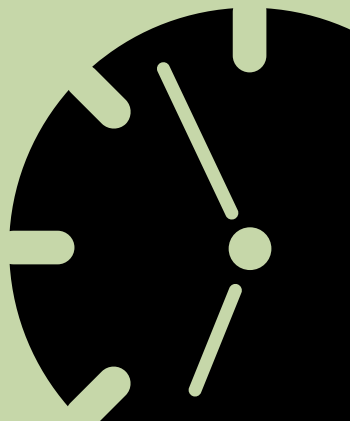
Kl. 1215 Løbet afsluttes løbende.

**Omklædning ved Trolldhytten.**

Kl. 1300 Spisning.

Kl. 1330 Præmieoverrækkelse.

Kl. 1400 Farvel og tak.



# SILKEBORG POLITI IDRÆTSFORENING INDBYDER TIL

## MOUNTAINBIKE CUP I SILKEBORG

ONSDAG DEN 1. SEPTEMBER 2021 KL. 1100

### STÆVNEPLADS

Ved Trollhytten, Lille Amerika 32, 8883 Gjern. Søg evt. på "Trollhytten" i Google Maps.

### OMKLÆDNING/PARKERING

Grusparkering, Trollhytten, Lille Amerika 32, 8883 Gjern.

Der er ligeledes cykelvask på stedet.

**Husk at respektere gældende Corona-retningslinjer fra myndighederne.**

### START/MÅL

Samlet start kl. 1100, cirka 500 meter fra Trollhytten. Mål ved startportalen.

### STARTPAKKE

Udleveres ved Trollhytten fra kl. 1000.

### SPISNING

Trollhytten.

### KLASSER

- Klasse 1 21 – 39 år eller åben klasse
- Klasse 2 40 – 49 år
- Klasse 3 50 – 59 år
- Klasse 4 60+
- Dameklasse

### RUNDER

- Klasse 1 4 runder
- Klasse 2 3 runder
- Klasse 3 3 runder
- Klasse 4 3 runder
- Dameklasse 3 runder

4 runder forventes at tage minimum 1 time og 20 minutter.

---

## **RUTE**

Ruten er på MTB sporet i Gjern plantage. Den er cirka 5,91 km per omgang og med 161 hm. Ruten veksler imellem blå og få røde sektioner.

## **AFMÆRKNING**

Markeringsspray/minestrimmel.

## **PRIS**

**Startgebyr** 100 kr.

**Bespisning** 100 kr.

## **PRÆMIER**

Præmier til 1, 2 og 3. pladsen i alle klasser samt lodtrækningspræmier. Præmierne inkluderer bl.a. specialøl og diverse cykeludstyr/plejeprodukter.

## **TILMELDING**

Lasse Klausen: LHK005@politi.dk, senest 27. august 2021.

Angiv i mail: Forening, navn, klasse og evt. bespisning.

Konto nr. 9225-4568533394 (ANGIV "MTB GJERN" ved overførsel)

## **FORPLEJNING**

Frugt og kakao ved mål

## **INFORMATION**

Lasse Klausen, SPI, LHK005@politi.dk, tlf. nr. 61 37 32 82

## **JURY**

Stævneleder og medlemmer af cykeludvalget

# RUTEN

---



## RUTEBESKRIVELSE

Løbet foregår i det smukke landskab omkring Gjern, hvor vi finder "Trollden" MTB spor. Sporet har eksisteret i mange år, men i takt med at nye frivillige kræfter (heriblandt en kollega) er kommet til, er der virkelig sket meget. Sporet er blevet udbygget flere steder af professionelle sporbyggere, og skiltningen er blevet opgraderet. En fuld runde på sporet er cirka 25 km og med omkring 400 hm. Sporet er faktisk længere, og har flere højdemeter end Vesterskoven!

Ruten er udvalgt på den første del af sporet og er hovedsagligt blå, med en enkelt rød nedkørsel. Ellers byder det bl.a. på en nybygget flowsektion, naturlige nedkørsler med rødder og hvad der ellers hører til. Opkørslerne er primært på smalle grusveje, og er korte, men ret brutale. På 4 omgange kommer klasse 1 til at køre omkring 28 km og 650 hm. Se evt. denne Youtube video om sporet:

[youtube.com/watch?v=K-EDsxmBtuY](https://www.youtube.com/watch?v=K-EDsxmBtuY)

---

## RUTEKORT OG HØJDEPROFIL



## OVERSIGTSKORT











Med rygsæk og sved på panden. Du har overnattet i et shelter. Nu står du lige midt i det ubeskriveligt smukke Søhøjland. Næsten uberørt. Og så alligevel ikke. For du har været her før. På camping. På løbeture. I et karakteristisk lilla skær fra de mange lyngplanter, som dine børn så ofte har samlet, da de var små. De bedste minder, tænker du. Begejstret for at have givet noget godt videre. Kærligheden til naturen. Kærligheden til området.

Du overvejer at slå dig ned lige her. Med blåbær og tyttebær lige ved hånden, skyformationer der ændrer sig dagen lang. Søer og skove, så langt øjet rækker. Gudenåen som

poetisk slynger sig gennem landskabet. Med udsigt til bøgeskove, frodige ådale og åbne hedelandskaber. Tiden står stille. Og stilheden er larmende. Du smiler. Så langt væk fra alting, og så alligevel så tæt på. Det er næsten ikke til at fatte. Silkeborg er en følelse. En sindstilstand.

Naturen går helt ind i byen. Ind til Jorn, Hjejlen og de mange hyggelige spisesteder og specialbutikker. Kunstby, jazzby, bilernes by og børnefamiliernes by i et.

Pludselig, frem af disen, dukker en mountainbike op. Så en mere. De suser forbi dig. Ned





gennem løvskoven. Og nåleskoven. I det fjerne kan du fornemme lyden af en sortspætte. Eller er det en flagspætte? Hvor er det bare fedt at kysse livet.

Du drømmer dig ned til den sø, der er dit første mål for i dag. Til en velfortjent morgendukert. Blandt åkander og bukkeblad. Du er på vandretur, og du elsker det. Du kan ikke lade være med at smile igen. Det her må være det eneste sted i Danmark, hvor en skotte føler sig hjemme. Omringet af søer og landets største skovområde. Nærmere naturen kommer du ikke.

Om en times tid hopper du i en kano. Så sejler du op ad åen til en lydkulisse af glade børn, unge og ældre. De vinker. Og du vinker tilbage. Den første der løfter armen er en ung smuk pige.

Dit Silkeborg er sikkert ikke det samme som mit Silkeborg, tænker du. Men I føler jer begge et med naturen.

Silkeborg vinker. Og du vinker kærligt tilbage. Silkeborg ER en følelse. En følelse, du ikke kan slippe. Nye oplevelser. Betagende oplevelser, der bare ligger og venter på dig.



# SPORBESKRIVELSE

---

## NORDSKOVEN

Nordskoven består af et blå hovedspor på cirka 13 km og via dette kan man flere steder køre ud på røde eller sorte sidespor og komme tilbage på det blå hovedspor. Der er god skiltning hele vejen rundt og det er umuligt at fare vildt.

Det blå spor er næsten hele vejen rundt belagt med grus og uden større forhindringer, synlige rødder mv. som det hører sig til med blå spor. Der er flere steder, hvor du kan dreje væk fra sporet og blive udfordret på små røde sløjfer med skovbund, sjove nedkørsler med massere af rødder og udfordrende stigninger. På det blå spor er flere sektioner lavet med flow for øje og det er nemt at få fart i cyklen og bare suse derudaf uden de store tekniske evner.

Silkeborgs kuperede skove giver et unikt spor, hvor du får kørt relativt mange højdemeter i forhold til andre spor. De mange højdemeter giver dig også en belønning i form af lange og sjove nedkørsler, som ikke bare ender efter 30 sekunder.

Hvis du skal udfordres og have sved på panden kan du dreje ud på de sorte sløjfer, som byder på seriøse nedkørsler med store drops, høje rødder og snævre sving. Her kan man virkelig blive udfordret og det er ikke alle de sorte sløjfer, som kan køres af alle og enhver. Der er en grund, til at de er sorte og derfor får den rutinerede et smil på læben, når de svære sorte sløfer besejres.

I vinterperioden kan sporet også sagtens bruges, da det dræner godt og vandet bliver hurtigt ledt væk.

Sporet er utroligt populært (Cirka 28.000 gennemkørsler per år) og derfor vil du næppe være alene på sporet. Det bevirker også, at sporet er udsat for et meget stort slid, som det klarer godt. Det skyldes i høj grad Silkeborg Sti- og Sporbyggerlaug, som ligger mange timer i sporet. Derfor giver det god karma og en bedre Strava tid, hvis du sender lidt penge i deres retning!



---

# VESTERSKOVEN

Sporet i Vesterskoven er et igangværende projekt, som føres ud i livet af SSSL lauget og Silkeborg kommune, som investerer anselige penge i at få udviklet mountainbike sporene. Vesterskoven er endnu større end Nordskoven og byder på endnu flere højdemeter fordelt på et kæmpestort areal. Indtil videre planlægges der for et spor, som er dobbelt så langt som Nordskoven.

Der er indtil videre etableret cirka 12 km blå spor, men der er pt. cirka 2-3 mand, som går på fuld tid og bygger videre på sporet. Det betyder at sporarbejdet går rigtig hurtigt og der åbnes flere nye sektioner om måneden. Sporet er belagt med grus og vandet bliver hurtigt drænet væk.

Sporet er et flowspor, hvor der sættes stor fokus på lange og hurtige nedkørsler, som alle kan køre ned ad. Hvor hurtigt man så kommer ned afhænger af ens evner, men det er ikke teknisk anlagt med rødder eller andre forhin-

dringer. På flere steder er der lavet berms og sporet følger terrænets kurver, hvilket betyder, at du flere steder kører op og ned langs bakesiderne uden at skulle træde i pedalerne.

Det store areal betyder, at sporet allerede byder på hidtil uset lange nedkørsler, som tager mange minutter at komme ned ad og vi har ikke set så lange nedkørsler andre steder i Danmark. Som tidligere nævnt er sporet ikke svært rent teknisk, men man skal stadig koncentrere sig for at ramme sporets linjer rigtigt og få gang i det "flowet".

SSSL planlægger cirka 25 km blå spor med 24 km røde sløjfer og 23 km sort sløjfe. Sporet er på nuværende tidspunkt bygget i den sydlige del af skoven og kommer til at forsatte ud i den sydlige del, hvor der er endnu flere bakker og mulighed for kilometerlange nedkørsler. Det lover rigtig godt for fremtiden i Vesterskoven.

# SILKEBORG BIKEPARK

---



Der bliver masser af energi og fart over feltet i den nye bikepark af internationalt format, der åbner midt i juni i Silkeborg.

Skovene omkring Silkeborg er kendt for at have nogle af landets bedste mountainbikespor, men nu kan mountainbikere også udfordre sig selv på to hjul inde i byen.

Det er nogle af Europas førende sporbyggere, der står bag den nye bikepark i et kuperet skovområde tæt på byens cirkusplads. For at finde noget tilsvarende skal man til Norge eller Tyskland.

Der er hentet inspiration til bikeparken fra mountainbike-faciliteter fra hele verden.

Der er teknisk svære baner, men også baner for børn og nybegyndere. Bikeparken er bygget på samme måde som skispor i forskellige farver. Ligesom der findes sorte løjper, så kommer den nye bikepark også til at byde på en sort bane med tekniske udfordringer.

Der er plads til at udvide bikeparken med tiden. På papiret er der allerede tegnet nye baner ind. Med de ekstra baner så vil der blive mulighed for at afvikle eksempelvis en afdeling af mountainbike world cuppen.

Den nye bikepark bliver ikke det eneste nye tilbud i området ved cirkuspladsen. Der er også planer om faciliteter til trætopklatring i området. Både bikeparken og trætopklatring spiller godt sammen med Silkeborg Kommunes strategi om at blive kendt som landets outdoorhovedstad.

---

## SILKEBORG FÅR TRAILCENTER TIL OUTDOOR-AKTIVITETER

Silkeborg Kommune får 1,6 mio. kr. af LOA og DIF til et nyt trailcenter på grænsen mellem skov og by. Trailcentret skal gøre det lettere at bruge naturen til fysisk aktivitet, være naturligt samlingssted og inspirere til nye måder at bruge naturen.

Gå-, løbe-, cykel- og mountainbiketure i det fri bliver en større og større del af danskernes hverdagsliv. Det viser en undersøgelse fra Idrættens Analyseinstitut.

Det kan især mærkes i Silkeborg og Søhøjlandet, der rummer nogle af Danmarks største sammenhængende skovarealer, Gudenåen og en lang række søer.

”Vi har masser af stærke foreninger med stolte traditioner for at dyrke idræt i naturen. Alligevel oplever vi et stigende behov for et sted, hvor det er naturligt at mødes til mtb-turen eller vandreturen og hvor man samtidig kan blive inspireret til at bruge naturen på nye måder,” fortæller Jeppe Thøgersen, sektionsleder for Kultur og Fritid.

Trailcentret skal placeres ved Vandrehjemmet i Silkeborg, der ligger på grænsen mellem skov og by. På den måde bliver trailcentret både en del af byen og en del af skoven. Herfra bliver der direkte adgang til vandrestier, løberuter, mtb-spor og andre ”trails”.

”Det bliver et sted, hvor man kan mødes med mtb-gutterne, løbeklubben eller familien og komme direkte ud på en af områdets mange ruter. Og så kan man slutte turen med et bad og tjekke op på den næste rute, der skal prøves af,” forklarer Jeppe Thøgersen, sektionsleder for Kultur og Fritid.

Derudover skal trailcentret fungere som en motor for udvikling af foreninger og idrætsliv og være med til at skabe en friluftskultur, hvor idrætsudøvere tager hensyn til hinanden og er med til at vedligeholde og etablere nye faciliteter.





---

## DANMARKS OUTDOOR HOVEDSTAD

Tidligere i år blev Silkeborg udnævnt som Danmarks Outdoor Hovedstad. Det skyldes blandt andet, at der ikke findes andre steder i Danmark, hvor by og natur er forenet på samme måde. Der er fx intet sted i Silkeborg, hvor der er mere end 500 meter til naturen. "Silkeborg er fuldstændig oplagt som hoved-

stad for outdoor, fordi vi har en meget høj koncentration af outdoor-oplevelser. At vi nu får et trailcenter gør det kun endnu lettere at få masser af skønne oplevelser i det fri og bliver både et kæmpe plus for vores egne borgere og de turister, der lægger vejen forbi Silkeborg," siger borgmester Steen Vindum.



## STØTTET AF LOA OG DIF

Trailcentret er støttet af Lokale- og Anlægsfonden og Danmarks Idrætsforbund med 1,6 mio. kr.

"Vi skyder også selv en god portion i projektet, men det har gjort en kæmpe forskel for

kvaliteten. Og så er det ret fantastisk at få lov at sparre med LOA og DIF, der arbejder med lignende projekter i fire andre kommuner. Jeg er sikker på, at vi kommer til at høste en masse viden og gode erfaringer i samarbejdet," siger Jeppe Thøgersen.

# SE UDGIVELSEN ONLINE







Udgiver: Dansk Politiidrætsforbund  
Politigården, Københavns Vestegns Politi  
Birkelundsvej 2 • 2620 Albertslund  
Tlf. 2294 9182 • Mail: info@politisport.dk

Grafisk produktion og tryk: FL Tryk

Annonceekspedition: Politiidræt  
Agerbakken 21 • 8362 Hørning  
Tlf. 8793 3786 • Mail: info@politiinfo.dk

