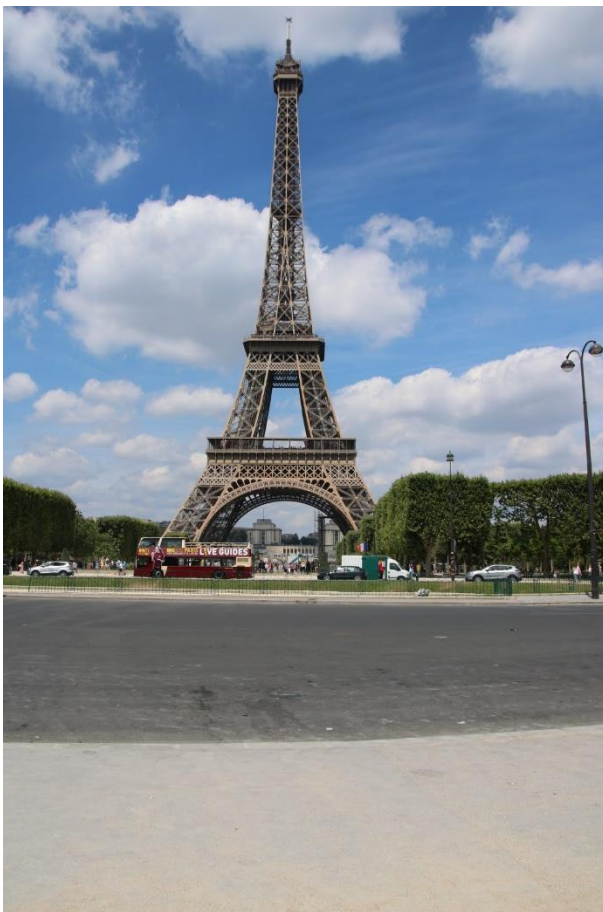


## Team Herning 2019 billeder

**Team Herning er for tredje gang på vej mod Paris med et hold unge mennesker, der har valgt at sætte sig selv nye mål for deres fremtid.**



## 7. juli 2019 - Ankomst til Champ de Mars, Paris 7. juli 2019

Ankomst til Champ de Mars, hvor Serviceholdet + forældre havde gjort til velkomsten. Der var champagne til de voksne, børnechampagne til de unge, tale fra den Danske Ambassade, og så også mulighed for at nyde et lækkert stykke kransekage og anden kage samt andet mundgodt. Sidste billede er taget ved hotellet.

[2019 – Ankomst til Champ de Mars, Paris 7. juli](#)

## 7. juli 2019 - Dag 8, Soissons – Paris, 118 km

Sidste dag – Tror at alle var ømme det ene eller andet sted, eller begge steder 😬 men op på cyklen og så de 112 km ind til Paris. Det gik meget op og ned men alle hang på. Da vi kom til Champ de Mars var der varm modtagelse med banner og flag og masser af pårørende 😊 Der var flere der fik en tåre i øjet, hvilket vist er normalt. Nu er vi på hotellet og skal til fest i aften – Det glæder vi os til 😄

Dagens helt blev Jonas. Han er en fighter, en god kammerat der hjælper sit hold ”i det stille” 😊

Dagens klovn blev Sebastian, der præsterede at komme for sent den sidste dag 😬

Ugens helt blev vores sygeplejerske Line ❤️ Hun har taget hånd om os alle. Masseret ømme muskler, uddelt piller, sat plaster på og smurt ømme numser 😊🙈❤️

[2019 – Dag 8, Soissons – Paris, 118 km](#)

## 7. juli 2019 - Afslutning på restauranten i Paris

Afslutningsfest i Paris med taler, diplom overrækkelse til både unge og ældre. God mad og hyggeligt samvær.

[2019 – Afslutning på restauranten i Paris](#)

## 6. juli 2019 - Dag 7, Dinant – Soissons, 183 km

84 km i meget bakket terræn først på dagen. Meget dårlige veje med mange huller i Belgien, så mange huller at vandflaskerne fløj os om ørerne. 😬

Alle cyklede rigtig godt og hjalp hinanden, så vi kom til hotellet ca kl. 17.00. Vi cyklede på mange små veje hvor der var en fantastisk udsigt. Undervejs så vi storke både i rede, på mark og på hustage. 😊

Dagens helt blev vores lastbilchauffør Svend Åge, da han altid er klar med ”bagsmæk” når vi kommer til hotellet og altid klar med en hjælpende hånd. 😊

Dagens klovn blev Gretha – Man skal ikke tage sit hotelkort og lommen og så cykle afsted på dagens tur. 😬

I morgen er sidste dag og vi kan mærke at spændingen stiger. PARIS HERE WE COME 🇫🇷

[2019 – Dag 7, Dinant – Soissons, 183 km](#)

### **5. juli 2019 - Dag 6, Roermond – Dinant, 178 km**

Dagen med Mur de Huy 😊 Der var 23 TH der kom op på cykel UDEN at sætte foden ned 😊 rigtig flot kørt. Det har været meget varmt i dag, så der var indlagt et ekstra vanddepot i dag. Humøret er helt i top, så der blev lavet lidt fællessang før sengetid.

Dagens helt blev Maciej, da han er så god til at give kommandoerne videre og han tænker sikkerhed for holdet. 😊

Dagens klovn blev Bjarne, da han glemte sin tegnebog med pas på hotelværelset i morges og han savnede den ikke 😊

**[2019 – Dag 6, Roermond – Dinant, 178 km](#)**

### **4. juli 2019 - Dag 5, Hengelo – Roermond, 160 km**

Flad tur igennem smukt landskab, 169 km. Udfordringerne var at skifte mellem vej og cykelsti mange gange. Det er her at man kan risikere at vælte så det gælder om at holde fokus 😊

Dagens helt blev ændret til ”Dagens fighter”, det blev Bodil der desværre havde et styrt den anden dag. Mogens modtog prisen på Bodil’s vegne 😊

Dagens klovn blev Preben, der i dag havde valgt at ”vælte” en der var større end ham selv og dermed selv kom i græsset 😊 Nr 2 klovn blev Karen da hun tjekkede ud fra hotellet ved at lade begge kort blive på værelset og smække døren 😊

**[2019 – Dag 5, Hengelo – Roermond, 160 km](#)**

### **3. juli 2019 - Dag 4, Oldenburg – Hengelo, 162 km**

162 km vel overstået i godt vejr. De unge cykler rigtig godt og de har overskud til både at snakke og synge 😊 Vores serviceteam havde klædt sig pænt på til vores første depot – det blev der sat pris på 😊 😊 Alt i alt en dejlig cykeldag 😊

Dagens helt blev Lasse. Han er altid klar til at hjælpe og tager gerne alle beautybokse ud af bilen og ikke kun sin egen 😊

Dagens klovn blev Gunnar, da han væltede da vi holdt stille, lagde sig på ryggen og blev liggende, så vi nåede da at blive nervøse, inden han rejste sig op 😊

**[2019 – Dag 4, Oldenburg – Hengelo, 162 km](#)**



## **29. juni 2019 - God tur til Team Rynkeby**

Vi stod tidligt op idag for at cykle til Kibæk og sende Team Rynkeby midt/vest godt afsted til Paris.

På vej hjem fik vi "besøg" af Nicklas Eg. Det er dejligt at en proff rytter tager sig tid til Team Herning.

**[2019 – God tur til Team Rynkeby](#)**

## **2. juni 2019 - Fjorden rundt**

Dagens tur gik "Fjorden rundt". Det var en super tur hvor alle kørte godt og humøret var i top. Nogle forældre sørgede for depot - Mange tak for lækker mad :-). Dagen sluttede af i Kurt's have :-)

**[2019 – Fjorden rundt 2. juni](#)**

## **25+26 maj 2019 - Mols weekend**

Veloverstået trænings weekend på Mols. Vi kørte med hele set-up'et, Marshal, mekaniker og sygeplejerske bil. 159 km lørdag og 115 km søndag og alle gjorde deres for at komme op over bakkerne. En rigtig god weekend hvor vi havde tid til social hygge lørdag aften med lidt fællessang.

**[2019 – Mols weekend 25+26 maj](#)**

## **5. maj 2019 - Fællestræning**

Flere billeder fra fællestræningen den 5. maj 2019 - alle taget ved Rørbæk sø. De sidste billeder viser afgang fra Rørbæk sø, hvor der startes med den første lange, stejle stigning. God træning til turen til Paris.

Dag 2 på vores Fællestrænings weekend. Turen gik sydover, ned til Rørbæk Sø hvor der var frokost depot, videre op til Skarrild hvor vi havde et lille depot og så hjem med 138 km i benene. Der var mere ro i "geledeerne" idag :-). Der var nogle der kunne mærke de 150 km for gårsdagens tur. Vi kom alle hjem til kaffe/sodavand og kage/flødeboller - Endnu en dejlig dag i TH regi :-)

**[2019 – Fællestræning den 5. maj #3](#)**

#### 4. maj 2019 - Fællestræning

Vores første fællestræning med hele set-up'et - Marshall og servicehold.

Turen gik nord om Karup og ud til Dollerup, hvor vi kørte ned til Hald Hovedgård, Der var nogle der så lange ud i ansigtet da de fik at vide "nu vender vi og kører op til ishuset hvor serviceteamet er klar med frokost." Men da de fik at vide at "de bare kunne give den gas hele vejen op", så blev der trådt til i pedalerne :-)

På vej hjem kørte vi til Bølling Sø hvor vi havde et lille depot. inden vi kom til Herning med 150 km i benene.

[2019 – Fællestræning den 5. maj #2](#)

[2019 – Fællestræning den 5. maj #1](#)

#### 30. april 2019 - Herning Bibliotek - Præsentation af Team Herning

Til denne aften var alle unge (mødepligt), forældre, søskende, bedsteforældre, sponsorer, klasselærere inviteret til at deltage. Øvrige deltagere på Team Herning (voksenryttere + serviceholdet) var også inviteret.

Aftenen startede kl. 19, hvor Brian Bruhn, Biblioteket bød velkommen - gav herefter ordet til teamchef Mogens Hjorth, der fortalte om formålet med Team Herning, herunder målgruppe vi gik efter ved udtagelsen af de unge. De unge ryttere blev præsenteret af Kurt Nybo, hvorefter Brian Bruhn havde et enkelt spørgsmål.

Karen Sahlholdt fortalte om mentorrollen og de to hytteture, ungeholdet + mentorer havde været på til nu.

Det nye cykeltøj blev præsenteret og gav flere rosende ord. Pokalen for største hold i Trehøje Rundt (27/4 2019) fik også nogle rosende ord med på vejen. Mødet sluttede med fælles fotografering af holdet.

[2019 – Herning Bibliotek den 30. april. Præsentation af Team Herning](#)

#### 28. april 2019 – Trehøje rundt

Team Herning's unge havde fået sponsoreret start nr til dagens "Rundt i Trehøje" 😊🚴 Nogle af os som ikke ser så unge ud mere deltog også 😊

Alle mødte i "grønt" og højt humør.

Inden turen fik vi pokalen for at være det største hold - 24 m/k 😊👍

Turen på 97 km gik super godt. Vi havde vores eget depot som var sponsoreret af Meny i Vildbjerg og tilberedt af nogle fra "forældregruppen" - Det var lækkert og helt sikkert med til at hjælpe os over målstregen 🍌😊

Mange tak til alle som er med til at støtte Team Herning ❤️

[2019 – Rundt i Trehøje](#)

## **27. marts 2019 - Spinning**

Træningsaften den 27. marts 2019 i spinninglokalet i DGI-huset. En af de sidste gange inden rytterne skal udendørs igen - så der gås til den - under ledelse af den dygtige instruktør Karen Sahlholdt.

[2019 – Spinning den 27. marts](#)

## **15-17 marts 2019 - Hyttetur for de unge**

Der var arrangeret en Hyttetur for de unge i weekenden 15 - 17 marts. Formålet med turen var at styrke det sociale og introducere de unge for at der er mange andre måder at være aktiv på. Fredag aften gik med indkvartering og hygge. Lørdag cyklede vi til Arnborg hvor der blev prøvet forskellige fitness aktiviteter og skydning. Lørdag eftermiddag orienteringsløb. Søndag blev brugt på lektiecafé og derefter gruppearbejde med følgende opgaver der skulle besvares:

1. Sådan bliver vi Dream Team Herning 2019
2. Det skal vi se på Turen til Paris

[2019 – Hyttetur for de unge 15-17 marts](#)

## **16. december 2018 - Julehygge med de unge**

Vi startede med søndagstræning (spin og styrke) derefter var der julehygge med æbleskiver, pakkeleg og samvær.

Der blev "kæmpet bravt" om pakkerne og alle fik vist grinet igennem.

Rigtig hyggelig eftermiddag med de unge og mentorer.

[2019 – Julehygge med de unge](#)

## **21. november 2018 - Foredrag Thomas Mølgaard**

Godt 50 personer var mødt op til at høre et sjovt og inspirerende foredrag af Thomas Mølgaard. Han fortalte om sin cykeltur på 5 mdr. gennem Uruguay, Brasilien, Paraguay, Bolivia og Argentina. Det hele blev fortalt med god nordjysk lune og glimt i øjet :-)

## **28. oktober 2018 – De første 100 km.**

Sidste udetræning og første gang vi cyklede 100 km - helt nøjagtig 103 km. Serviceholdet sørgede for lækker forplejning.

Bagefter rengøring og vinterklargøring af cyklerne. Alle kan være stolte af sig selv, virkelig flot kørt.

[2019 – Første 100 km](#)

### **22. oktober 2018 - Træningstur**

Afslutning på ude træningen for denne sæson. Kort cykeltur og derefter pizza og social hygge.

**[2019 – Træningstur 22. oktober 2018](#)**

### **21. oktober 2018 - Vintertræning opstart**

Opstart af vintertræningen i DGI huset. Vi startede med at få lavet en watt test, da det er de tal der skal bruges til træning på spinning cyklerne fremadrettet.

Derefter havde vi styrketræning, hvor vi skulle se hvor mange gentagelser der kunne laves af 5 forskellige øvelser. Dette bruges til at se hvor meget vi har rykket os gennem vinteren.

**[2019 – Vintertræning opstart](#)**

### **31. august 2018 - Sommerfest med udlevering af cykler**

En dejlig aften hvor de unge fik udleveret racercykler. Aftale vedr. cyklen blev underskrevet af forældre og den unge.

Lækker ris buffet tilberedt af serviceteamet. Det hele krydret med gode taler

**[2019 – Sommerfest med udlevering af cykler](#)**

### **16+17. juni 2018 - Unge teamtur**

Første weekendtur for de unge. Formålet med turen er at lære de unge at kende og at de unge kan lære de voksne at kende. Der blev arbejdet med at cykle og forskellige team opgaver. Det var en dejlig weekend med team ånd i højsæde

**[2019 – Unge teamtur 16+17. juni](#)**