

2012

BÅNN GASS



Fevik & Omegn Cycle Club



RITTLERS HJØRNE



Gruber

Hans Tveitheid

Rittleder FOCC Bånn Gass

Du er nå i ferd med å skape historie!

Det er første gang Fevik & Omegn Cycle Club står som arrangør av et turritt. Det er også første gang det arrangeres et turritt med start og mål på Fevik. Det er det eneste rittet i kretsen som avsluttes med en publikumsvennlig runde. Og sist men ikke minst, turrittsesongen 2012 sparkes i gang. **Velkommen til FOCC Bånn Gass!** Siden den spede begynnelse for snart 6 år siden, har Fevik & Omegn Cycle Club vokst seg gradvis større for hver sesong. Etter hvert som medlemsmassen har økt har også lysten på å skape et eget FOCC-turritt, med start og mål på Fevik, stadig blitt større.

***”Nå er tiden moden,
og vi er stolte av det
vi har fått i stand som
førstegangsarangør”***

- Rittleder Gruber

Allerede fra første dag, har påmeldingene strømmet på. Vi samles nå til vennskaplig konkurranse på flotte Sørlandsveier. 300 deltakere fra nesten 40 forskjellige klubber og lag vitner om at sykkelinteressen i regionen er større enn noen gang. I dagens startfelt finner vi både debutanter på sykkelsetet og ryttere som hevder seg helt i Norgestoppen, side og om side på startstreken! Sykkelsporten er unik i så måte – det er ikke mange andre idretter hvor det er mulig.

Et annet tegn som indikerer på at sykkelsporten står sterkt, er den gjennomgående velvilligheten som har møtt oss i forberedelsene til arrangementet. Alt fra politiet, kommunen, naboer, sponsorer, samarbeidspartnere og ikke minst dugnadsgjengen har stilt velvillig opp på våre henvendelser og forespørsler. Også naboklubbenene GSK, KCK og ACC har stilt utstyr til disposisjon uten å nøle. Dere skal alle ha en stor takk – dere er alle med på å gjøre FOCC Bånn Gass til en realitet.

Som deltakere i FOCC Bånn Gass er du med på å støtte Stine Sofies Stiftelses meget viktige arbeid for ”en barndom uten vold”. Stiftelsen har i sin 11 år lange historie fått utrettet svært mye. Dette arbeidet ønsker vi som arrangør å støtte. Som deltaker i FOCC Bånn Gass har du bidratt med 50 kr til stiftelsens arbeid. For hver enkelt av oss er dette et lite bidrag, men til sammen fra alle deltakerne blir det en bra sum penger som vil bli forvaltet på en god måte. Takk for ditt bidrag!

Du står nå ovenfor en real ”fartsbombe” av en løype. 77 km skal tilbakelegges mellom Fevik og Lillesand. 4 grupper av 75 kvinner og menn sendes av gårde i tur og orden med de antatt raskeste til sist. Underveis i rittet vil 20 skilt, 1 MC, 4 masterbiler og 34 vakter varsle andre trafikanter og ivareta deres sikkerhet på en god måte. Likevel ber vi også dere om å vise hensyn og sykle ”sikkert”. Intet resultat er verdt å risikere ditt eller andres liv og helse for.

Når du kommer i mål vil alle motta flotte premier, pølser, brus, kaffe og kake. Og som første turritt noen sinne har vi kakegaranti! Til slutt, i god FOCC-ånd, kommer vi til å ha enkelte kåringer og premieringer. Kort oppsummert, dersom du ikke vil gå glipp av noe må du være i målområdet til siste rytter har passert målstreken! **Lykke til alle sammen!**

Landevei

~ Lidenskap og lidelse ~

STARTPULJENE



Gruppe 1: Bånn Gass

Estimert sluttid på 1t 52m, snittfart på 42 km/t. Blir dette Sørlandets raskeste turritt? Melder du deg på i denne gruppa må du være klar for syre i låra og tenna i styreteipen. Selv om løypeprofilen er snill, vil vær, vind og ikke minst de sterkeste rytterne være med på gjøre dette rittet hardt for de som egentlig burde vært i gruppe 2... Turbo Tengel er en av flere som garantert vil påføre feltet smerte underveis i rittet.

Gruppe 2: Rekordjagerne

Estimert sluttid på 1t 57m, snittfart på 40 km/t. Neste sist startende gruppe vil ha tidene på gruppe foran seg å kjøre etter. Men dette er likevel ikke nok. Farten må være høy både i bakkene og ikke minst på slettene hvis de skal bikke 40 km/t i snittfart. Med litt uryddig kjøring i Bånn Gass-gruppa vil kanskje denne gruppa oppnå dagens beste sluttid. Det vil i så fall føre FOCC Bånn Gass inn i historiebøkene - er du klar for å skrive historie, er dette gruppa for deg!



Gruppe 3: FevikBussen

Estimert sluttid på 2t 2m, snittfart på 38 km/t. En klassisk Tur 1-pulje som vil holde jevn fart hele veien. Samarbeidet i gruppa vil være en avgjørende rolle å komme i mål til estimert tid. Med god rullekjøring på slettene vil en kunne oppnå nærmest samme toppfart som gruppene Rekordjagerne og Bånn Gass.

Gruppe 4: Pepsi Max

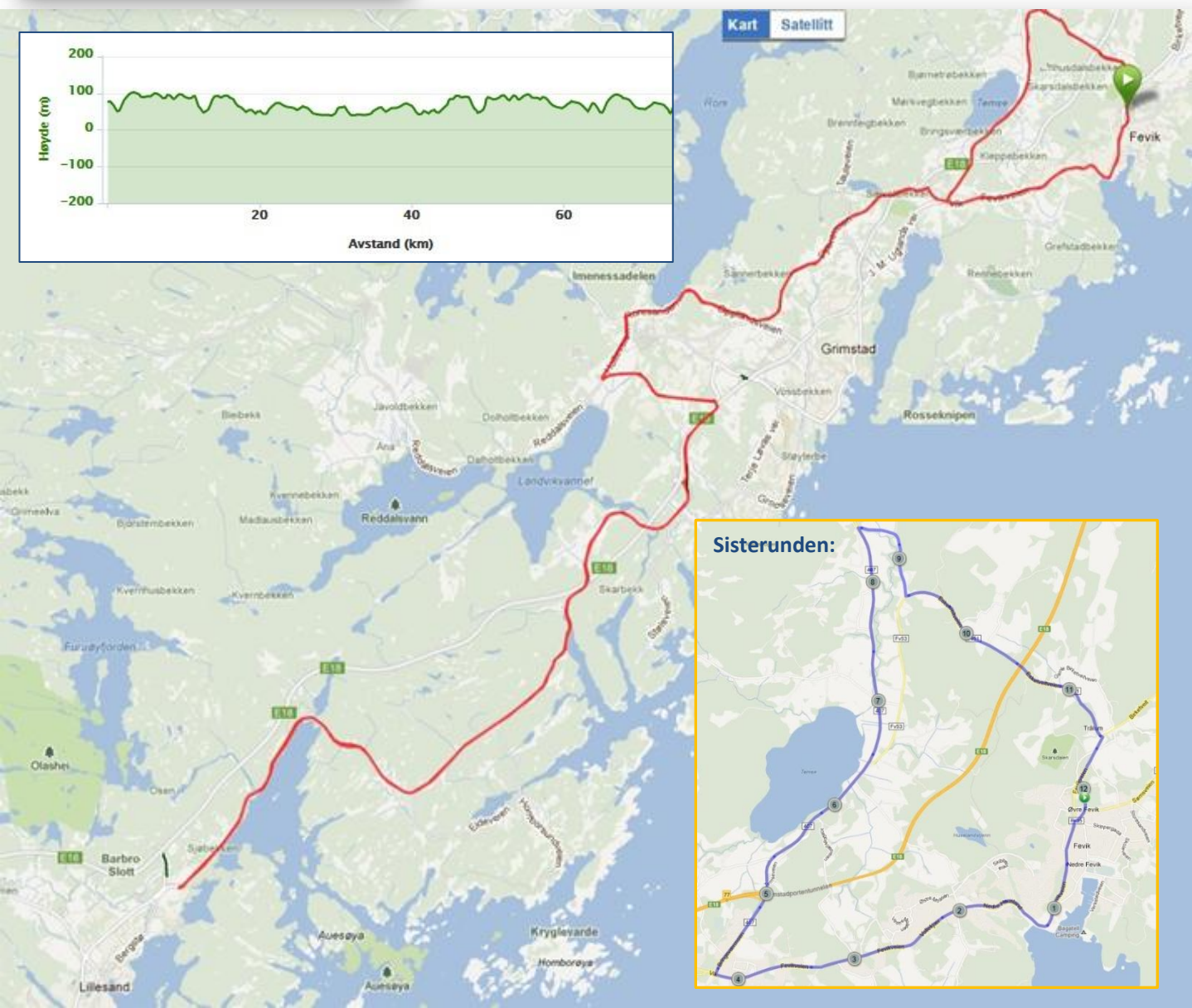
Estimert sluttid på 2t 20m, snittfart på 33-35 km/t. Dette er gruppa for de som ønsker seg en flott tur på sykkelen langs Sørlandskysten. Gruppa passer godt for de som ønsker å debutere på sykkelsetet, og hvor selve gjennomføringen er viktigere enn sluttiden. Pepsi Max-gruppa vil likevel oppleve det samme trøkket på den avsluttende runden på Fevik som de andre gruppene.





Fevik & Omegn Cycle Club inviterer til en rask og forholdsvis flat trasé. Likevel har løypa innslag av småkneiker som garantert vil innby til bruddforsøk og høy fart! Løypa er 77km lang.

Løypa starter på Fevik Senter. Deretter sluses rytterne gjennom Fevik sentrum hvor man får smake følelsen av ekte brostein :-). Videre sykles det forbi Strand Hotel Fevik, videre til Vik, over Dømmesmoen og deretter rettes kursen mot Roresanden og Landvik Kirke hvor man svinger til venstre og opp bakken til Bergemoen. Så sykles det over broa (over E18), og videre inn på gamleveien mot Lillesand. Man følger så gamle E18 helt til den første rundkjøringen like før Lillesand Senter. Her vender rytterne, og sykler tilbake samme vei. Når rytterne er tilbake på Vik, svinges det av mot Rygene (gamle E18), og etter Temse (før Rykenefossen) tar man av til høyre og sykler over Birketveit før man vender tilbake til Fevik Senter. Rytterne passerer målområdet, og det vil ringes i kubjella! Da skal syklistene ut på en liten sisterunde som går til Vik, videre til Temse, over Birketveit, og til slutt målgang på FEVIK.



PROFILER



Tengel Storvold-Hjembo, Grimstad Sykleklubb (Gruppe 1, Bånn Gass)

1. Hva er din taktikk / plan for FOCC Bånn Gass? Går du for seier?

Taktikken er alltid å få feltet på strek før jeg støter:) Jeg stiller opp for å lage sykkelløp. Er gøyere å kjøre hardt og lage leven underveis en bare å sitte baki sekken å skryte av hjula sine.

2. Hvilke ryttere og klubber ser du som de største favorittene til å stikke av med FOCC Bånn Gass-seieren? Torleif

Kleppe er en mann som er veldig sterk i år, og han er en som fortjener å vinne. kjører alltid hardt og sparer ikke på kruttet. Fredric Berntsen har også trent bra og har god form. han er giftig i eventuell spurt. Bisgården kan man heller ikke utelukke. dette er vel Sørlandets lureste mann når det kommer til sykkelløp.

3. Hva synes du om traséen i FOCC Bånn Gass? Er det muligheter for at et brudd kommer seg av gårde? Alltid

mulig å få brudd av gårde en til å holde inn. det viste seg tydelig i forrige sesong. Man må bare trø hardere enn de andre over lenger tid.

4. Hva ser du mest frem til i 2012-sesongen? Hva er ditt hovedmål?

Mine mål er bare å ha det gøy og lage sykkelløp i det jeg stiller opp i.

5. Noe annet du vil tilføye? Gleder meg til Bånn gass. Husker det alltid var trøbbel i FevikBussen når jeg var yngre.

Øystein Røyneland, Arendal CC (Gruppe 1, Bånn Gass)

1. Hva er din taktikk / plan for FOCC Bånn Gass? Går du for seier?

Siden det er første fellesstart, så er jo alle spent på hverandres form. Her blir nok taktikken å ligge godt plassert i feltet. Bånn gass gruppa er forferdelig sterk, så klarer jeg å være med inn med hovedfeltet er jeg fornøyd :)

2. Hvilke ryttere og klubber ser du som de største favorittene til å stikke av med FOCC Bånn Gass-seieren?

Er så mange gode med, men tipper en av disse stikker av med seieren; ACC: Fredrik Bertsen KCK: Christian Jensen, GSK: Kristian Johansson VOC: Kenneth Solheim

3. Hva synes du om traséen i FOCC Bånn Gass? Er det muligheter for at et brudd kommer seg av gårde?

Kjempegøy med en ny trase! Den er tøffere en mange tror. Litt sidevind, så blir det fort tungt på slettene når det støtes. Kommer garantert et brud avgårde.

4. Hva ser du mest frem til i 2012-sesongen? Hva er ditt hovedmål?

Gleder meg veldig til color line tour med laget vårt. Hovedmålet er å ha det gøy på sykkelen, og helst sykle enda litt fortere enn i fjor.

5. Noe annet du vil tilføye? Gleder meg veldig til brosteinspartiet :)



Frode Frekvens Novik, FOCC (Gruppe 1, Bånn Gass)

1. Hva er din taktikk / plan for FOCC Bånn Gass? Går du for seier?

Planen er å slå Rune Ræser og få det på tape!

2. Hvilke ryttere og klubber ser du som de største favorittene til å stikke av med FOCC Bånn GSK

Greipel ser ut til å være i form. Jeg holder en knapp på han, med ringreven VOC-Solheim eller GSK-junior-Kristian som utfordrer. Tengeli og Torleif går nok tomme før de kommer til Vik... ☺

3. Hva synes du om traséen i FOCC Bånn Gass? Er det muligheter for at et brudd kommer seg av

gårde? Absolutt, ekstra kult er det å tenke på at man kan se et evt brudd før man kommer til vending.

4. Hva ser du mest frem til i 2012-sesongen? Hva er ditt hovedmål?

Jeg har gledet meg ekstra til FOCC Bånn Gass selvfølgelig. Hovedmålet må allikevel være uten tvil FOCC sin deltagelse som lag under Color Line Setesdal Tour. Det blir stas!

5. Noe annet du vil tilføye? Knus på!

PROFILER



Linda Wibe Larsen, Grimstad Sykleklubb (Gruppe 1, Bånn Gass)

1. Hva er din taktikk / plan for FOCC Bånn Gass? Går du for seier?

Jeg har en taktikk og det er å ligge langt fremme i feltet og henge helt inn til mål. Går for dameseieren:)

2. Hvilke ryttere og klubber ser du som de største favorittene til å stikke av med FOCC Bånn Gass-seieren? GSK selvfølgelig.

3. Hva synes du om traséen i FOCC Bånn Gass? Er det muligheter for at et brudd kommer seg av gårde? Det er en rask løype og en forholdsvis lett løype, tror de som har flest på laget må jobbe som et lag og kjøre aktivt for å komme i fra.

4. Hva ser du mest frem til i 2012-sesongen? Hva er ditt hovedmål?

Det er siste året jeg sykler så i år er NM i Birkeland, grenserittet og Birken store målet :-)

5. Noe annet du vil tilføye? Gleder meg sinnsykt til Bånn gass. Kanon at dere arrangerer ritt og får med dere så mange mosjonister, det gleder meg som lever og ånder for folkehelse.

Christian Jensen, KCK (Gruppe 1, Bånn Gass)

1. Hva er din taktikk / plan for FOCC Bånn Gass? Går du for seier?

Prøve å lage et hardt ritt. Ikke sitte å vente på spurten. Går for seier, selvfølgelig!!

2. Hvilke ryttere og klubber ser du som de største favorittene til å stikke av med FOCC Bånn Gass-seieren? Fredrik Berntsen er sterk i år, han er farlig. Så går det rykter om at FOCC's egen Ron Rambo er i kalasform. Er værtfall ikke redd for Grimstad-folk :)

3. Hva synes du om traséen i FOCC Bånn Gass? Er det muligheter for at et brudd kommer seg av gårde?

Det er en relativt lett løype, lett å sitte i feltet. Men jeg tipper det deler seg på slutten, og kommer en liten gruppe til mål.

4. Hva ser du mest frem til i 2012-sesongen? Hva er ditt hovedmål?

Bortsett fra Bånn Gass er det vel NC og NM. kanskje NM tempo.

5. Noe annet du vil tilføye?

Satser på fint vær, gode bein og at det er nok kake etter rittet!!



Jens Kadens Jensen, FOCC (Gruppe 2, Rekordjagerne)

1. Hva er din taktikk / plan for FOCC Bånn Gass? Går du for seier?

Taktikken for søndagens ritt er å bidra til å holde jevnt høy fart i gruppa så vi slipper rykk&nappekjøring, noe jeg ikke liker. Jeg er altfor engstelig av natur til å prøve å vinne.

2. Hvilke ryttere og klubber ser du som de største favorittene til å stikke av med FOCC Bånn Gass-seieren? Håper selvsagt på at Frode Frekvens i FOCC skal gå seirende ut. Håper at han har alliert seg med andre kjøresterke ryttere. Ellers er det flere av ACC-gutta som har trent veldig godt gjennom hele vinteren.

3. Hva synes du om traséen i FOCC Bånn Gass? Er det muligheter for at et brudd kommer seg av gårde? Brudd kommer det garantert til å bli! Tipper Ron, Tengel og Tåleif ++ kommer til å stikke av så fort de får sjansen. Men racersesongen er allerede et par måneder gammel, det er veldig mye topptrente ryttere i bånn gass-gruppa, så et brudd får det ikke lett. Eneste sjansen må være hvis noen får til et "Gilbert-støt" på de siste 2-3km.

4. Hva ser du mest frem til i 2012-sesongen? Hva er ditt hovedmål?

Jeg ser frem til CLST, Lillehammer-Oslo, Birkenesrunden. og Bånn gass selvfølgelig. Jeg ser ikke frem til kvartetten, men håper likevel vi klarer å stille et par lag der. Hovedmålet for sesongen er CLST på 5.55 og Lillehammer-Oslo på 4.40

5. Noe annet du vil tilføye?

Håper på oppholdsvær og smooth gjennomføring på bånn gass, og måtte den beste vinne.

PROFILER



Dag Harald Nilsen, TOSK (Gruppe 2, Rekordjagerne)

1. Hva er din taktikk / plan for FOCC Bånn Gass? Går du for seier?

Taktikk for Bånn Gass blir å prøve å være med og bidra godt i gruppa som jeg er i. Så blir det vel som vanlig å gå på en Brink en eller annen plass i løypa, håper bare at det ikke blir for tidlig:-)

2. Hvilke ryttere og klubber ser du som de største favorittene til å stikke av med FOCC Bånn Gass-seieren?

FOCC blir vel en skummel klubb å hamle opp med i denne løypa tenker jeg. Denne har dere nok syklet mange ganger og har en bra taktikk. Så har vi jo noen TOSKer også som kan bli skumle; Bjørn Nilsen og Odd Arne Eliassen)

3. Hva synes du om traséen i FOCC Bånn Gass? Er det muligheter for at et brudd kommer seg av gårde?

Traseen i Bånn Gass er en løype som jeg personlig liker veldig godt da det ikke er de helt store bakkene. Men allikavel noen bakker som det er stor mulighet for å komme seg avgårde i. Og det kommer jo også til å bli kjørt knallhardt på slettene så det er jo en mulighet å slite seg løs her også.

4. Hva ser du mest frem til i 2012-sesongen? Hva er ditt hovedmål?

Bånn Gass er faktisk det rittet som jeg har sett mest frem til i år. Mitt hovedmål må vel være å få trent meg opp igjen etter en heller dårlig vinter med ankelbrudd...

5. **Noe annet du vil tilføye?** Må jeg bare si at vi er mange TOSKer som gleder oss noe vanvittig til Bånn Gass som vi har tro på at kommer til å bli det beste rittet på Sørlandet i år:-)

Jon Lyshaug, Arendal CC (Gruppe 2, Rekordjagerne)

1. Hva er din taktikk / plan for FOCC Bånn Gass? Går du for seier?

Jeg må prøve å henge med så godt som mulig. Tre brukne ribben og punktert lunge for 3 uker siden tilsier at jeg må være fornøyd med å henge med hovedfeltet inn.

2. Hvilke ryttere og klubber ser du som de største favorittene til å stikke av med FOCC Bånn Gass-seieren?

Fredrick ACC, Tengel GSK, Rambo FOCC og Christian Jensen KCK. Topp 4!! 3.

3. Hva synes du om traséen i FOCC Bånn Gass? Er det muligheter for at et brudd kommer seg av gårde?

Fartsfylt trase, har ikke tro på brudd nei. Siste gang opp Strand bakken vil vel skrelle av en del.

4. Hva ser du mest frem til i 2012-sesongen? Hva er ditt hovedmål?

Ingen hovedmål for sesongen, bli frisk og være oftere i rekordpulja. Det må være bra for en halvgammel fyr.

5. **Noe annet du vil tilføye?** Gleder meg til Bånn Gass, oppfordrer alle til å sykle sikkert. Det første rittet for sesongen inneholder gjerne noen velt. Hadde vært fint å unngå det i Bånn Gass:-)



Morten Arentz-Grastvedt, Blindleia CK (Gruppe 2, Rekordjagerne)

1. Hva er din taktikk / plan for FOCC Bånn Gass? Går du for seier?

Planen er i hovedsak å henge med og bidra til å holde høy fart i feltet. Noe usikker på rittformen, så seieren får noen av de andre ta seg av.

2. Hvilke ryttere og klubber ser du som de største favorittene til å stikke av med FOCC Bånn Gass-seieren?

Ser på deltakerlisten at det er mange sterke ryttere med, så her blir det nok kamp om topp plasseringene. Det er noen unggutter i GSK som helt sikkert er i topp form og blir giftige her, samt at de har Tengel og Torleif som alltid er med. Hadde vært gøy om en fra Focc skulle klare det, her er kanskje Frekvens en liten favoritt.

3. Hva synes du om traséen i FOCC Bånn Gass? Er det muligheter for at et brudd kommer seg av gårde?

Traseen er helt topp, det er kjent terreng for de fleste Sørlandsryttere. Liker selvsagt at det blir vending i Lillesand. Et sent brudd, det vil si på avslutning rundt Vik kan kanskje gå. Blir nok høy fart ellers og få bakker som kan skille.

4. Hva ser du mest frem til i 2012-sesongen? Hva er ditt hovedmål?

Ser mest frem til å komme i gang med ritt igjen, det å kjøre ritt er alltid en høydare. Skal sykle Våtternrunden i midten av juni, det ser jeg frem til. Hovedmålet er å holde et av rekordfeltene inn.

5. **Noe annet du vil tilføye?** Jeg gleder meg til søndag og ikke minst at vi nå er 14 påmeldte fra Blindleia CK/BCK. Tilslutt en takk til FOCC for noe som ser ut til å bli et knall arrangement!

PROFILER



Fredrick Berntsen, ACC (Gruppe 1 Bånn Gass)

1. Hva er din taktikk / plan for FOCC Bånn Gass? Går du for seier?

Går for seier i et ritt som dette, er jo nesten hjemmebanen min.

2. Hvilke ryttere og klubber ser du som de største favorittene til å stikke av med FOCC Bånn Gass-seieren?

Ryttere som Kristian Johansson, Kenneth Solheim, Pål Bjørke er farlige i spurt. Så har du også sterke bruddryttere som Geir Bisgård, Leif Tore Eriksen og Tengel.

3. Hva synes du om traséen i FOCC Bånn Gass? Er det muligheter for at et brudd kommer seg av gårde?

Lukter et spurtoppgjør i en liten gruppe eller felt, så her er det bare å ha krutt i sykkelskoa.

4. Hva ser du mest frem til i 2012-sesongen? Hva er ditt hovedmål?

I 2012 sesongen skal jeg kjøre ritt og ha det gøy så lenge form og helse holder. Vurderer å ha veteran-NM som mål i år, siden jeg har blitt gammel mann.

5. Noe annet du vil tilføye? -

Ron Rambo, FOCC (Gruppe 1, Bånn Gass)

1. Hva er din taktikk / plan for FOCC Bånn Gass? Går du for seier?

Jeg går for topp 10, men en plass på podiet hadde smakt godt.

2. Hvilke ryttere og klubber ser du som de største favorittene til å stikke av med FOCC Bånn Gass-seieren? GSK bør være storfavoritt til seier med så mange deltagere i raskeste pulje, men tror også det er noen fra vest (KCK) som vil ha et ord med i laget.

3. Hva synes du om traséen i FOCC Bånn Gass? Er det muligheter for at et brudd kommer seg av gårde? Traséen innbyr til brudd. Tror uansett gruppa sprekker opp ved landvikkbakken og før siste rundning på fevik.

4. Hva ser du mest frem til i 2012-sesongen? Hva er ditt hovedmål? FOCC Bånn Gass er et av hovedmålene! FOCC Bånn Gass er mitt Paris – Robaix! Håper ellers at jeg skape litt fart på tur/bedriftsritt i på SØRLANDET.

5. Noe annet du vil tilføye?

Se opp for Rambo i år. Han har skumle planer. Og forresten, det lønner seg å ha venner i feltet! ☺



Thor Hushovd, BMC (Gruppe 1, Bånn Gass)

1. Hva er din taktikk / plan for FOCC Bånn Gass? Går du for seier?

Hvis jeg har anledning till å delta, så er målet å fullføre løpet., og er Ron Rambo i ledergruppa, så kjører jeg opptrekk. Slak oppoverbakke er jo perfekt for meg!

2. Hvilke ryttere og klubber ser du som de største favorittene til å stikke av med FOCC Bånn Gass-seieren? Må jo bli GSK som tar hjem seieren!

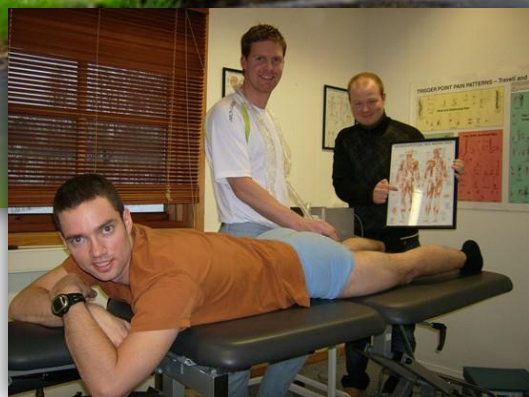
3. Hva synes du om traséen i FOCC Bånn Gass? Er det muligheter for at et brudd kommer seg av gårde? Spennende trasè, med internasjonalt preg over løypa. Landvikkbakken er key point.

4. Hva ser du mest frem til i 2012-sesongen? Hva er ditt hovedmål? OL og Tour de France

5. Noe annet du vil tilføye? Ser frem til første utgave av Bånn Gass! Håper det blir et årlig arrangement.



«Når man sykler selv, er det lettere å sette seg inn i en syklists problem, når de kommer for å få behandling» - Ron.



Ron «Rambo», FOCCs rappkjefta nordlending, kan mer enn å sykle og slenge med leppa på FOCC-bloggen.

Ron har de siste 3 sesongene vært en del av det medisinske teamet til Plussbank BMC (tidligere Plussbank Cervèlo), sammen med en annen FOCC'er; Bjørn Thomas Kjølrsrud. Ron er fysioterapeut mens Bjørn Thomas er lege. Det Grimstadbaserte laget eies som de fleste vet av Thor Hushovd, mens Hushovds personlige trener Atle Kvålsvoll, er sportsdirektør. Ron jobber til daglig på Stoa Fysikalske Senter sammen med 2 andre fysioterapeuter.

Ron har drevet klinikken i nesten 7 år, og etter hvert blitt en erfaren og kjent fysioterapeut på Sørlandet. Med sin bakgrunn fra forskjellige idretter som fotball, kickboksing og nå sykkel, er idrettsfysioterapi blitt en naturlig del av hans arbeidshverdag. Han kan fortelle redaksjonen at han har behandlet idrettsutøvere på høyt nivå fra Oslo til Kristiansand, og ikke minst svært mange tursyklister på Sørlandet.

Gjennom jobben med Plussbank BMC har Ron vært så heldig å få jobbe med landets beste syklistene og selvfølgelig dyktige personer rundt laget, som igjen har økt kompetansen innenfor sykkel. «Det er helt klart at dette har hjulpet meg i min hverdag som fysioterapeut», sier Ron.

I år har Ron allerede vært på en treningscamp i Spania med Plussbank BMC, og benytter selvsagt tiden til å få syklet noen gode økter selv. I år satser han på å delta på de fleste turritt på Sørlandet. Selv om konkurranseinstinktet som vanlig er på topp, lover Ron at han alltid vil gjøre sitt beste for å hjelpe de syklistene som kommer innom klinikken, selv om de sykler i samme gruppe! ☺



Landevei

~ Lidenskap og lidelse ~

www.landevei.no/



Bladet Landevei kommer ut 4 ganger i året. Det er et entusiastmagasin, og deres visjon er å være en kilde til inspirasjon sine lesere.

Magasinet inneholder intervjuer med norske- og internasjonale sykkelstjerner, guider til spennende sykkelturner, test av sykler og utstyr, spektakulære bilder, osv. Bladet kjøpes i løssalg i en kiosk nær deg, eller kanskje enda bedre, bestill et abonnement i dag. For kun 229 kr får du 4 utgaver av bladet direkte hjem i postkassen din før det er tilgjengelig for løssalg.

Bestille abonnement?



Landevei utgis fire ganger i året, fullstappet med historie og utførlige guider til sykling i Norge og utlandet. Klikk på bladene, og bestill abonnement i nettbutikken [eksponert.no!](http://eksponert.no/)

Fevik & Omegn Cycle Club kan på det varmeste anbefale Landevei til alle sykkelinteresserte. Kanskje du også kan lese om FOCC Bånn Gass i neste utgave? ☺



STARTLISTE

Gruppe 1; Bånn Gass

Estimert sluttid på 1t 52m, snittfart på 42 km/t.

Startnr	Etternavn	Fornavn	Klubb
1	Novik	Frode	FOCC
2	Astrup	Ron Rambo	FOCC
3	Ellingsen	Peder "pedal"	FOCC
4	Berntsen	Fredrick	Arendal CC
5	Brekke	Jan Aage	Arendal CC
6	Grude	Rolf	Arendal CC
7	Røyngeland	Øystein	Arendal CC
8	Bilstad	Petter	Arendal CC
9	Bratteklev	Pål Øyvind	Arendal CC
10	Lillevåje	Stian	Arendal CC
11	Hurv	Ørjan	Arendal CC
12	Stoveland	Geirulf	Birkenes il
13	Børvik Sivertsen	Sigbjørn	Birkenes il
14	Hørte	Kåre	Birkenes il
15	Schanke	Bjørnar	Birkenes il
16	Bisgård	Geir	CK Oslofjord
17	Foss	per gudmund	CK Sør
18	Framnes	Helge	CK Sør
19	Huse	Ståle	CK Sør
20	Mykland	Rune	CK Sør
21	Olafsen	Jan Rikard	CK Sør
22	Wulff	Christian	CK Sør
23	Vigsnes	Steinar	CK Sør / Plussbank
24	Dahl	Sturle	CK Sør
25	Myhrmoen	Ole	CK-Sør
26	Vehus	Jon	Dølemo IL
27	Pedersen	Tom Helge	Dølemo IL
28	Flåstøyil Halvorsen	Raymond	GSK
29	Andersen	Vidar Rønning	GSK
30	Frivold	Jan Kristian	GSK
31	Hodnebrog	Jørgen R	GSK
32	Johansson	Kristian	GSK
33	Lauvland	Thomas	GSK
34	Mørland	Michael	GSK
35	Nielsen	Anders Solhjem	GSK
36	Vestøl	Bjørnar	GSK
37	Heggland	Geir Helge	GSK
38	Kleppe	Torleif	GSK
39	Nicolaisen	Fred Kåre	GSK
40	Steffensen	Rune	GSK
41	Storvold-Hjembo	Tengel	GSK
42	Wibe Larsen	Linda	GSK
43	Wilson	Thomas	GSK
44	Bjørkås	Geir	KCK
45	Dahl	Herman	KCK
46	Hilde	Adrian	KCK
47	Hilde	Asbjørn	KCK
48	Jensen	Christian	KCK
49	Kallhovd	Ole Endrè	KCK
50	Klausen	Øyvind	KCK
51	Nielsen	Åge Ljøstad	kck
52	Qvist	Anders Holme	KCK
53	Qvist	Jørgen Holme	KCK
54	Solvær	Hermann	KCK
55	Sæten	Mathias	KCK
56	Wang Jacobsen	Joachim	KCK
57	Omnes	Stian	KSI
58	Finnset	Magnus	KSI Sykkel
59	Kråkenes	Jon	KSI Sykkel
60	Rønning	Erik	KSI Sykkel
61	Dahl	Øystein	Mandal CK
62	Hansen	Stian	Risør CK
63	Vea	Mathias	SK Lyngdal & omegn
64	Nielsen	Bjørn	TOSK
65	Aas	Sveinung	TOSK
66	Brochmann	Håmund	TOSK
67	Eliassen	Odd Arne	TOSK/Intersport Stoa
68	Aarstad	Trond	TOSK/Team Intersport Stoa
69	Skuggevik	Runar	TOSK
70	Mosveen	Dagfinn	Ullevål sykkelklubb
71	Solheim	Kenneth	VOC
72			
73			
74			
75			

STARTLISTE

Gruppe 2; Rekordjagerne

Estimert sluttid på 1t 57m, snittfart på 40 km/t.

Startnr	Etternavn	Fornavn	Klubb
76	Asdal	Magne	FOCC
77	Dugstad	Sjur	FOCC
78	Dørmønen	Kjell-Trygve	FOCC
79	Gjerstad	Christian	FOCC
80	Gogutten Byberg	Bjørn Martin	FOCC
81	Haakon	Stenbeck	FOCC
82	Halaas	Eivind	FOCC
83	Hansen	Ivar	FOCC
84	Haugen	Ole Jørgen	FOCC
85	Haugen	Stian	FOCC
86	Holvik	Ragnar	FOCC
87	Jensen	Jens kristian	FOCC
88	Johansen	Jan Harald	FOCC
89	Johanssen	Steffen Stiffy	FOCC
90	Kjølsrud	Bjørn thomas	FOCC
91	Mikkelsen	Henning	FOCC
92	Moen	Bjørnar	FOCC
93	Oland	Magne	FOCC
94	Schinnes	Christian "Shiny"	FOCC
95	Solberg	Stig	FOCC
96	Sunde	Arnstein	FOCC
97	Svenningsen	Kevin	FOCC
98	Vedå	Dag Magne	FOCC
99	Flaten	Stian	ACC
100	Lydersen	Aleksander	ACC
101	Sagedal	Gunnar Inge	ACC
102	Sauvik	John Ivan	ACC
103	Skåland	Trond	ACC
104	Boye	Steinar	ACC
105	Grut-Johnsen	Terje	ACC
106	HOMDROM	ROGER	ACC
107	Knutsen	Tommy	ACC
108	Liltved	Preben	ACC
109	Lyshaug	Jon	ACC
110	Myklebust	Olav	ACC
111	Råna	Morten	ACC
112	S. Tånes	Sigurd	ACC
113	Svensen	Eivind	ACC
114	Lilleødegård	Rudi	ACC
115	sørensen	eddie	ACC
116	Tjøntveit	Jan	ACC
117	Høiland	Notto	Bil
118	Arentz-Grastvedt	Morten	Blindleia CK
119	Johansen	Tor Henning	Br.Reme
120	Kile	Hans Jørgen	CK Sør
121	Wulff	Siren	CK Sør
122	Haugen	Jens Gunnar	CK Sør
123	Lohne	Vidar	CK Sør
124	Halvorsen	Svein Otto	Dølemo IL
125	Tonstad	Arild Martin	Flekkerøy CK
126	Bjønnes	Tiril	GSK
127	Eriksson	Marina	GSK
128	Pedersen	Bjørn Ove	GSK
129	Møller	Joakim	Ingen
130	Andersen	Jan Oddvar	KCK
131	Aslaksen	Tom Arild	KCK
132	Tverå	Sten	KCK
133	Tverå	Steinar	KCK
134	Thomassen	Sondre	Lillesand IL
135	L.Johansen	Alex	TBC-T
136	Danielsen	Håvard	TOSK
137	Danielsen	Hans Einar	TOSK
138	Nilsen	Dag Harald	TOSK
139	Johansen	Tom	TOSK
140	Solberg	Jørgen	Treungen il
141	Kroken	OleTom	Vegårshei
142	Jensen	Frøde	VOC
143			
144			
145			
146			
147			
148			
149			
150			

STARTLISTE

Gruppe 3; FevikBussen

Estimert sluttid på 2t 2m, snittfart på 38 km/t.

Startnr	Etternavn	Fornavn	Klubb
151	Bø-Mørland	Stein	FOCC
152	Karlsen	Kjell Einar	FOCC
153	Paulsen	Øyvind	FOCC
154	Ryengen	Håvard	FOCC
155	Sandberg	Trond	FOCC
156	Tesaker	Martin	FOCC
157	henriksen	leif	ACC
158	Samuelsen	Sam	ACC
159	Steinsholm	Kjell Jørgen	ACC
160	Gjeruldsen	Einar	ACC
161	Hurv	Per Olav	ACC
162	Pedersen	Rune	ACC
163	Sørgaard	Birger	ACC
164	Tveide	Vegard	ACC
165	Vindholmen	Olav Inge	ACC
166	Wegner	Winfried Eberhard	ACC
167	Winther	Trond Fredrik	ACC
168	Bakke	Bjørn Egil	ACC
169	Fykse	Åse	ACC
170	Hindar	Atle	ACC
171	Icasatti	Lucas	ACC
172	Lie	Terje-Olav	ACC/ Statoil BIL
173	Berli	Trond	Arendal Triathlon
174	Tunsberg	Atle	Arendal Triathlon
175	Båsland	Trond	Baasland trim
176	Gaustad	Annar	Blindleia CK
177	Hagen	Geir Werner	Blindleia CK
178	Hegland	Daniel	Blindleia CK
179	Markussen	Roger	Blindleia CK
180	Østby	Bjørn	Blindleia CK / Agderposten b.i.l
181	Gregersen	Geir	CK Sør
182	Sjøkvist	Terje	CK Sør
183	Haugersveen	Kjetil	Eidanger IL
184	Holler	Lars-Martin	Eidanger IL
185	Orlien	Anders	Eidanger IL
186	Weider	Henning	Eidanger IL
187	Grindheim	Arnt Jacob	Flekkerøy ck - Stimen
188	Martinsen	Morgan	Froland SK
189	Bjerge	Elin	GSK
190	Grøm-Hauge	Elin	GSK
191	Hystad	Rune	GSK
192	Moen	Jarle Nilsen	GSK
193	Syse	Lars Erik	GSK
194	Bringaker	Tor-Einar	GSK
195	Ribe	Torstein	GSK
196	Kvarsnes	Tore	Lund CK
197	Leach	Brandon	Lund CK
198	Murstad	Harald	Lund CK
199	Næss	Geir Ove	Lund CK
200	Andersen	Morten R.	Lund CK
201	Frantzen	Dag Morten	Lund CK
202	Henriksen	Thom-Helge	Lund CK
203	Østhus	Karl Tore	Lund CK
204	Pedersen	Ann-Theres Mosberg	NOCC
205	Ankersen	Preben	NOV
206	Bjørå	Egil	Otra IL/YX EVJE
207	Gregersen	Jan	Risør Cykleklubb
208	Haugland	Kjell Rune	TOSK
209	Larsen	Kai	TOSK
210	Kroken	Birgitte	Vegårshei IL
211	Sødal	Ole Andre	VOC
212			
213			
214			
215			
216			
217			
218			
219			
220			
221			
222			
223			
224			
225			



TRIMTEX

STARTLISTE

Gruppe 4; Pepsi Max

Estimert sluttid på 2t 20m, snittfart på 33-35 km/t.

Startnr	Etternavn	Fornavn	Klubb
226	Nilsen	Trond	FOCC
227	Aslaksen	Øyvind	ACC
228	Gundersen	Oddvar	ACC
229	Nebelung	Werner	ACC
230	Boye	Odd Reidar	ACC
231	Boye	Grethe	ACC
232	Boye	Lene	ACC
233	Gauslaa	Nils Kristian	Agderposten B.I.L.
234	Nyli	Bjørn	Agderposten B.I.L.
235	Liltved	Inge	Arendal Triathlon
236	Gran Morland	Christine	Arendal Triathlon
237	Gundersen	Steinar	Arendal Triathlon
238	Haslund	Knut	Arendal Triathlon
239	Olsen	Tor	Arendal Triathlon
240	Frivold	Anette	Arendal Triathlon
241	Gauslaa	Håvard	Blindleia CK
242	Skibelid	Tommy	Blindleia CK
243	Andersen	Arild	Blindleia CK
244	Grimstvedt	Geir Egil	Blindleia CK
245	Kvestad	Steinar	Blindleia CK
246	Røynealand	Renee	Blindleia CK
247	Skjerli	Frode	Blindleia CK
248	Snemyr	Kurt jr.	Blindleia CK
249	Tønnessen	Helge	Blindleia CK
250	Grimstvedt	Angelique	Dram Team 1977
251	Dalen	Stian	Eidanger IL
252	Eppeland	Anne-Marit	Eppeland
253	Eppeland	Birgit	Eppeland
254	Van den Beld	Ingvid	Express
255	Mesel	Andre	Grimstad Freesbiegolf
256	Hedstrøm	Stig	GSK
257	Lien	Knut Jostein	GSK
258	Nilsen	Stig Rune	GSK
259	Køhler	Roy	GSK
260	Tønnevold	Morten	GSK
261	Wiksen	Peter	GSK
262	Tveitereid	Tor	Holvika&Omegn Mosj.Org
263	Anonsen	Kenneth	Idun
264	Haugen	Dag Erik	ingen
265	Pedersen	Marion K	Ingen
266	Svensøy	Arne	JBV BIL Oslo
267	Torgersen	Peder	JJUCBIL
268	Antonsen	Stian	Mad Men CC
269	Coach Udjus	Espen	Mad Men CC
270	Haldorsen	Espen	Mad Men CC
271	Johnsen	Christoffer	Mad Men CC
272	Skalleberg	Andreas	Mad Men CC
273	Ridola	John Andre	MCC
274	Christoffersen	Ivar	PonFit/Team Exeptionel
275	Gran	Trude	SK Rye
276	Birkedal	Tore	Skanska
277	Svensden	Kai Roger	Sportsklubben Rye
278	Alvestad	Leif Helge	Team Brødskiva
279	AGLEN	MAGNUS	TEAM EXEPTIONEL
280	Holum	Kim Høyer	Team Exeptionelle
281	Aglen	Halvard	Team Exeptionelle
282	Lyngstad	Ivar	Team Exeptionelle
283	Mesel	Rune	Team Exeptionelle
284	Sauvik	Ivan	Team Hetland
285	Breimyr	Tore	Team KLP
286	Haugen	Geir	Team klp
287	Heldal	Tor Aslak	Team KLP
288	Bjelland	Kurt Richard	Team Norsfart/ACC
289	Langmyr	John Terje	TOSK
290	Simonsen	Jarle	Tromøy Klatreklubb
291	Simonsen	Atle	Tromøy Klatreklubb
292	Tjøm	Ole Georg	Vågsbygd
293	Andersen	Per Espen	Øyestad
294			
295			
296			
297			
298			
299			
300			

FOCC fra 2006 til 2012



Fire barndomskamerater dro på road trip til Frankrike for å se Tour de France.



23. desember 2006; FOCC ble stiftet en kveld vi opprinnelig skulle spille poker hos Ivæ.



En av Fevikklubbens første treningsøkter! 7 sykende medlemmer var det i starten



FOCC sykler Color Line Tour i 2007 på 7 timer!



FOCCs første deltakelse i et turritt var Bukkene Bruse 2007. Rykk inn til 6.plass i Tur1



Første photo shoot med nye gule & svarte drakter!



FOCC deltar i Den store styrkeprøven fra Trondheim til Oslo i 2007.



FOCCs første klubbmesterskap ble vunnet av Frode "Frekvens" Novik i 2007.



FOCC spiller inn musikkvideo; My legs are OK



FOCC sykler Lillehammer - Oslo i 2008. Antall medlemmer hadde økt fra 7 til 17stk på den tiden.



FOCC arrangerer FOCC Challenge i 2010; et uformelt treningsritt i sommerferien.



FOCCs klubbmesterskap i 2010. Da var vi passert 30 medlemmer.



FOCC sykler Color Line Tour i 2011, og her er en gjeng som nettopp har kommet i mål under 6 timer



FOCCs klubbmesterskap FOCC Grand Prix i 2011. Snart 40 medlemmer på dette tidspunktet.



FOCCs klubbmesterskap FOCC Grand Prix i 2011 ble vunnet av Frode Frekvens Novik, sin 2. tittel.



PROGRAM BÅNN GASS 22.april



Kl 0900: Sekretariatet åpner

– utdeling av startnummer og etteranmelding

Kl 1000: Åpning av FOCC Bånn Gass

- info, presentasjoner, intervjuer
- alle ryttere med startnummer får gratis kaffe
i VIP-loungen før start!

Kl 1040: Start Gruppe 4 – Pepsi Max

Kl 1100: Start Gruppe 3 – FevikBussen

Kl 1130: Start Gruppe 2 – Rekordjagerne

Kl 1200: Start Gruppe 1 – Bånn Gass

Ca kl 14: Premieseremoni



TRIMTEX