

Viby Cykelklub

Det er fantastisk at springe på cyklen og køre ud i naturen, mærke vinden, farten og alle duftene. Du behøver hverken det nyeste eller smarteste cykeludstyr for at komme i gang med landevejscykling eller for at cykle i skoven på Mountainbike (MTB).

OM VIBYS NYE CYKELKLUB

Viby Cykelklub er en ny selvstændig forening under Viby Idrætsforening. Vi ønsker at fremme cykling for cykelmotionister i Roskilde Syd regionen. Vi har allerede mere end 50 medlemmer. Viby Sjælland har en beliggenhed der giver adgang til noget af det smukkeste landskab samt nogle af de bedste og mest varierede landeveje på Midtsjælland. Vores træning foregår primært på disse små landeveje der snor sig gennem landskabet.

MOTIVATION

Det bliver lettere at motivere dig selv til at komme ud at cykle i hverdagene og weekenderne, når du har et mål og nogen at cykle sammen med.

Gør dig nogle tanker om, hvorfor du gerne vil cykle. Måske vil du gerne tabe dig? Du vil i bedre form? Eller du har måske lavet en aftale med dig selv eller andre om, at I skal cykle et motionsløb?

Varier din træning ved at køre nogle cykelløb sammen med andre medlemmer fra VCK, nyd fællesskabet og mål dine præstationer, opnå en psykisk tilfredsstillelse ved selv at præstere noget og dyrke det sociale fællesskab med andre cykel-entusiaster.

TRÆNINGSTIDER

Viby Cykelklub har fællestræning hver tirsdag kl. 18:30 på landevej, med 4 hold med holdkaptajn på



forskellige niveauer samt hver torsdag kl. 18:30 på Mountainbike. Der er også cykling andre dage samt i weekender, men det er noget medlemmerne selv organiserer. I vinterhalvåret håber vi på et tidspunkt at kunne tilbyde indendørs spinning i samarbejde med Viby Fitnessklub.

Vores træning og løbsdeltagelse er for det meste organiseret gennem vores Facebookgruppe, men der er også oplysninger om det på vores hjemmeside.

KOM OG VÆR MED!

Meld dig ind i Viby Cykel klub (medlemskab for 2014 er kun på 150 kr.) og tag en træningstur sammen med os og få tømt hovedet for tanker og problemer – måske kommer du til at se dine udfordringer i et helt andet perspektiv.

VIL DU VIDE MERE
www.vibyif-cykling.dk
 Facebook (søg efter Viby Cykelklub):

