

Anteckningar från Ungdomsstyrelsens möte med barn/ungdomsgruppen cykel VT- 2023

Förslag på saker att utveckla med banorna:

- Mer hopp och ramper. x
- Mer och svårare A-spår.
- De låga pumpsen runt dammen behöver göras större och högre.
- Asfaltera parkering och elljusspår.
- Justera de 3 sista pumpsen i pumptracken (mer fart).
- Drop i olika höjder nära stugan.

Förslag på träningar:

- Rösta om vad man skall göra på träningen.
- Träna på drop och hopp, slalom och pumptrack. x
- Kortleksintervaller.
- 1,5 h träningstid.
- Distans.
- Grön grupp- cykla mer runt dammen och på andra sidan vägen.
- Svart+blå grupp- mer teknik (drop, hopp).
- Alla grupper blandade.
- Tränarna ska bjuda på godis efter träning.

Förslag på aktiviteter med klubben:

- Träningsläger hemma, Isaberg, eller andra banor. x
- Cykla till en sjö och bada.
- Fotbollsmatch.
- Fika