

Hej #navn#

Velkommen til december måneds nyhedsbrev.

I dette nyhedsbrev kan du læse mere om:

- Kids (H)jule MTB løb
- 12 timers løbet H12 - 2020
- Generalforsamling 2019
- Juleferie i klubben
- Tirsdagstilbud til de unge.
- Året der snart er gået.
- MTB løb 2019/2020.

Har du informationer som du synes skal med i et af de kommende nyhedsbreve, er du meget velkommen til at kontakte bestyrelsen på kontakt@sponzmtb.dk

Kids (H)jule MTB løb.

Igen i år bidrager klubben med vores frivillige hjælp til Kids (H)jule MTB løbet som afholdes af Sponz MTB Center lørdag d. 14/12.

Så tag din familie og venner med så vi kan give børnene en fest af et løb og få samlet penge ind til en god sag, og husk at der er nogle super gode præmier i tombolaen.

Hvis du vil hjælpe som frivillig kan du melde dig til [her](#)

Igen i 2019 vil ALLE indtægter gå ubeskåret til Det Nationale Center Børn, unge og Sorg.

Dette betyder også at der denne lørdag ikke er almindelig træning i klubben.

Se Børneløbets facebook begivenhed [her](#).

12 timers løbet H12 - 2020.

Nu har du mulighed for at tilmelde dig næste års H12 MTB løb der afholdes lørdag d. 2. Maj 2020.

Dette løb er et af årets højdepunkter og der er altid god stemning og hygge i skoven.

Vi sætter en camp op som vi plejer, men nu bliver det med nye telte, cykel-holdere, borde og bannere/flag.

Klubben har ansøgt og fået tildelt penge til indkøb af dette igennem DGI og DIF's foreningspuljer hvilket vi er meget glade for. Læs mere om puljerne [her](#)

Så få sat dit hold med 4 deltagere, hvis du da ikke kører solo, og skriv jeres hold ind i regnearket via dette [link](#). Du har god tid til at sammensætte et hold, da deadline først er 1/2-2020.

Det er Søren fra Sponz MTB Center der har fået reserveret et antal H12-hold og du kan derfor ikke se holdene på den officielle H12 tilmeldings oversigt når tilmeldingen åbner. Men de kommer på, blot noget senere.

Her er lidt stemningsbilleder fra dette års H12 løb.



Du kan læse mere om H12 løbet [her](#).

Generalforsamling 2019.

HUSK at sætte et stort kryds i kalenderen onsdag d. 29. januar 2020 kl. 18.30 for her afholdes den årlige generalforsamling i Sponz MTB klub.

Dagsorden ifølge vedtægterne:

- Valg af dirigent.
- Formandens beretning.
- Fremlæggelse af det reviderede regnskab.
- Fastsættelse af kontingent.
- Behandling af indkomne forslag.
- Valg af bestyrelsesmedlemmer, suppleanter og revisor.
- Eventuelt.

Input til "Indkomne forslag" og "Eventuelt" sendes på mail til kontakt@sponzmtb.dk, deadline er onsdag d. 22. januar 2020 kl. 23:59.

Yderligere information kommer løbende [her på FB](#).

Juleferie i klubben.

Den sidste træning inden juleferien er lørdag d. 21/12-19 og her vil vi slutte træningen af med lidt julehygge. Se nærmere på FB begivenheden der bliver slået op i den nærmeste fremtid.

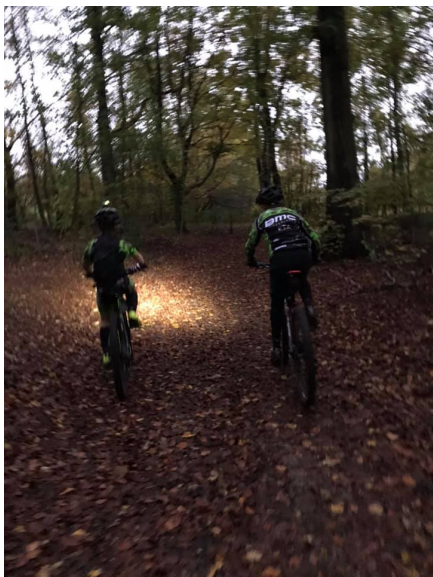
Første træning i det nye år er lørdag d. 4/1-20.

Hvis du skal en tur i skoven i juleferien og gerne vil have selskab, er du som altid meget velkommen til at lægge en begivenhed op på klubbens facebook.

Tirsdagstilbud til de unge.

Dette er et tilbud til ungdoms-rytteren som ønsker en ekstra tur i godt selskab.

Vi triller en tur i skoven på ca. 15 km, hvor fokus vil være at bruge den teknik vi har lært om lørdagen.



For yderligere information kan Rasmus eller Palle kontaktes, begge børnetrænere.

Året der snart er gået.

Her er et tilfældigt udpluk af de mange billeder der er taget igennem året, og der er slet ikke plads til at vise dem alle her. 😊

Et år der har budt på mange gode ture i skoven, både den lokale Gribskov, men også til andre spor når der har været udflyttertræning.

Ny struktur på vores træninger og hold, træner/guide kurser med tilskud fra klubben, Mandfolk på MTB, Bike&Hyg og lang Torsdags tur er alle nye tiltag som helt sikkert er kommet for at blive.

Og så har der også været de gode gamle gengangere som klub-turen til Slettestrand, Kør en is, H12 løbet og udenlands turen, denne gang til Polen/Tjekkiet.



Vi ser frem til mange sjove, hyggelige, spændende og gode timer i klubben og i skoven i det nye år. 🍷

MTB løb 2019/2020.

MTB løb, events og arrangementer, læs mere [her](#).

Vintercuppen er godt igang og der er allerede afviklet 2 afdelinger. Afdelingerne fordeler sig sådan:

- 1. afd. 10. november 2019: CK Viking – sted Slagslunde skov.
- 2. afd. 1. december 2019: CK Kronborg – sted Teglstrup hegn.
- 3. afd. 15. december 2019: Hareskov Cykler – Hareskoven.
- 4. afd. 19. januar 2020: Gribskov Cykel Motion – Tisvildehegn.
- 5. afd. 23. februar 2020: Pedal Atleterne – Danstruphegn.
- 6. afd. 8. marts 2020: Frederiksværk – Arresødal.

Det er stadig muligt at deltage i enkelte afdelinger, læs mere [her](#).

HotCup i 2020 er også planlagt og tilmeldingen forventes at åbne i starten af januar 2020. Der er følgende afdelinger:

HotCup 2020	Rute ansvarlig	Dato	Løbs start
Afdeling 1	Gribskov MTB	Søndag d. 19. april	Kl. 10:00
Afdeling 2	Stimorol MTB	Onsdag d. 6. maj	Kl. 18:30
Afdeling 3	Team Hareskov Cykler	Onsdag d. 10. juni	Kl. 18:30
Afdeling 4	Gribskov MTB	Søndag d. 28. juni	Kl. 10:00
Afdeling 5	Team Hareskov Cykler	Onsdag d. 19. aug.	Kl. 18:30
Finalen	Stimorol MTB	Lørdag d. 12. sept.	Kl. 10:00

Du kan læse mere om Hotcuppen [her](#).

I DGI regi afholdes der også flere MTB løb, som du læse mere om [her](#) og derudover er der også mange gode råd og vejledninger på DGI's hjemmeside om MTB, de afholder bl.a flere kurser. Det kan du læse mere om [her](#).

Her er nogle links hvor du kan finde mere information om MTB.

Spor-guide med oversigt og test af spor i Danmark, læs mere [her](#).

MTBX - Mountainbike Magasin på nettet, læs mere [her](#).

Cykelstart - Tests, artikler og guides , læs mere [her](#)

Sammen skaber vi **SponZ** MTB
klub

Bestyrelsen ønsker alle en ❤️ glædelig og hyggelig jul og et godt og lykkebringende 🌟 nytår.

Som altid kan du holde dig opdateret på klub begivenheder via klubbens facebook [gruppe](#).