



# Hymerbladet

nr 1, år 2006 – Alltid en cykelobunden och vevpartiotrogen tidning



*En glad skara cyklister ska ut på ett vinterpass under ledning av Alf*



*Tisdagstränare Alf*



*Sebastian i full fart*

**OBS!**  
Innehåller viktig information  
om bl a medlemsavgiften!



**Styrelsen**

**Ordförande**

Curt Fransson 013-39 40 90, 0706-40 68 96  
[ctfn@fortv.se](mailto:ctfn@fortv.se)

**Vice ordförande**

Mats Mikiver 013-851 17, 0706-90 07 60  
[mats.mikiver@linkoping.se](mailto:mats.mikiver@linkoping.se)

**Kassör**

Stefan Johansson 013-13 08 45, 013-20 97 20 (a)  
[n.stefan.johansson@comhem.se](mailto:n.stefan.johansson@comhem.se)

**Sekreterare**

Lars Utterström 013-21 19 19, 0706-64 04 03  
[lars.utterstrom@home.se](mailto:lars.utterstrom@home.se)

**Ledamot**

Manuel Cano 013-15 54 07  
[s.man@glocalnet.net](mailto:s.man@glocalnet.net)

**Ledamot**

Leif Södergrann 013-29 74 22, 070-767 20 84  
[leisod@linkoping.se](mailto:leisod@linkoping.se)

**Ledamot**

Bo Ekenger 013-14 94 94, 0703-08 62 80  
[bo\\_ekenger@hotmail.com](mailto:bo_ekenger@hotmail.com)

**Suppleant**

Jan Nilsson 013-12 74 77, 0736-43 69 92  
[janils@tele2.se](mailto:janils@tele2.se)

**Träningsledare**

Mats Mikiver  
Michael Johansson  
Alf Segersäll [alfse@ikp.liu.se](mailto:alfse@ikp.liu.se)

**Klubbadress**

CK Hymer  
Ramstorpsgratan 37 A  
587 33 Linköping

**Internet**

[www.ckhymer.com](http://www.ckhymer.com)

**Epostadress**

[ckhymer@scf.se](mailto:ckhymer@scf.se)

**Hymers postgiro**

29 13 89-5

## Minnesord

Gunnar Persson

Gunnar föddes 1920 i Östra Harg och debuterade på cykel för CK Hymer 1936. År 1940 blev han DM-mästare för juniorer. Tävllandet fortsatte i C- och B-klasserna där han tog många segrar. År 1945 blev han 2:a i Östgötaloppet då som A-klassare. Gunnar noterade även seger i Linköpingsmästerskapet för seniorer, en tävling som drog stora åskådarmassor på 40-talet. Tävllandet fortsatte som oldboys även där hade han många segrar tex svensk mästare i Mariestad 1983. Oldboysklasserna ändrades sedermera till veteranklasser där han fortsatte att tävla fram till 1997 som blev hans sista tävlingsår. Han hade tävlingslicens från 1936 till 1997, hela tiden för CK Hymer vilket torde vara ett svårslaget rekord. Han var hedersmedlem i CK Hymer och tillhörde sällskapet gamla tävlingscyklister från 1959. Gunnar avled den 9:e dec 2005 på Åleryds sjukhem där han bott de senaste åren.

## Viktig information om medlems och licensavgifter

### Medlemsavgiften

Tillsammans med detta informationsblad skickas ett inbetalningskort ut till alla medlemmar. Medlemsavgifterna ändrades vid årsmötet den 12 november:

Aktiv medlem	350 kr
Ungdomspris 11-16 år	150 kr
Stödmedlem	150 kr
Familjetillägg	+50 kr

För familjemedlemskap är det alltså som så att en aktiv medlem krävs. För ett tillägg på 50 kr blir resten av familjen också medlemmar.

Stödmedlem avser den som ej bedriver tränings eller tävlingsverksamhet.

På inbetalningskortet finns flera poster, bl a en för licensavgift.

För att förenkla klubbens administration i samband med licenstecknandet ber vi samtliga som önskar licens att betala in den avgiften vid samma tillfälle. Se särskild artikel om licenser.

Kontrollera att avsändarens namn och adress samt vad beloppet avser framgår. Om Ni inte använder de förtryckta inbetalningskortet måste Ni se till att den ovan nämnda informationen ändå kommer fram till klubben!

För att medlemsregistret ska kunna hållas aktuellt är vi också tacksamma om Ni meddelar eventuella adressändringar i samband med flytt.

Vi är också glada om Ni meddelar om Ni vill utträda ur föreningen, så slipper ni eventuella påminnelser och fortsatta informationsbrev från CK Hymer.

### Licensavgifter

Cyklister som önskar tävla måste teckna en tävlingslicens. Om man inte hade licens år 2005 måste dessutom en licensansökan fyllas i. Kontakta Stefan Johansson eller Michael Johansson för mer information om licensansökan.

Både de som hade licens under 2005 och de som tecknar en helt ny licens ska sedan betala en licensavgift beroende på ålder: Observera att dessa avgifter inte fastställs förrän förbundsmötet den 11:e mars, varför avgifterna kan ändras!

Tävlingslicens:

cyklist född 1992-1995	100 kr
cyklist född 1990-1991	270 kr
cyklist född 1988-1989	455 kr
cyklist född före 1988	530 kr

Motionslicens (omfattar samma saker som tävlingslicensen, fränsett möjligheten att tävla): Oavsett ålder, 250 kr

Licensen innefattar även en olycksfallsförsäkring (OBS! Inte någon sakförsäkring).

Cyklister som har för avsikt att tävla utanför nordens gränser behöver ett utlandstillstånd från Svenska Cykelförbundet. SCF tar ut en avgift på 100 kr per land och cyklist för att utfärda sådana tillstånd.

För att säkerställa att licenserna är klara innan säsongstart ber vi Er att om möjligt betala medlems- och licensavgifter under vecka 9. Licenserna kommer att beställas efter detta och cyklister som inte har betalat in licensavgiften till klubben då får vänta på sin licens till ett senare ansökningstillfälle. Eftersom handläggningstiden på Svenska Cykelförbundet är som längst just innan säsongen riskerar senare inbetalningar att leda till att man inte får licensen till säsongstart.

*Michael*

## Östgötaloppet 1940-1945

**Östgötaloppets status höjdes 1940 då det första gången arrangerades som en nationell tävling. En annan nyhet var att A- och B-klasserna genomförde tävlingen med gemensam start. Med undantag för 1941 innebar detta att både antal och kvalitet på deltagarna höjdes markant.**

Med nationell status bjöd 1940 års Östgötalopp på bättre startfält än någonsin då flera utombys åkare av hög klass deltog söndagen den 19 maj då tävlingen arrangerades för 16:e gången. A- och B-klasserna startade fick för första gången i Östgötaloppets historia starta tillsammans. Klungkörningen ändrade karaktären på tävlingen och på grund av tidiga farthöjningar bildades en tätgrupp på 6 åkare redan vid Vreta. Inte mindre än 4 av dessa 6 cyklister tävlade för Stockholmsklubben Allmänna CK, de övriga var Åke Johansson från Södertälje och Hymers egen B-klassare Sven Palm. Palm tvingades dock släppa tätgruppen i ett ganska tidigt skede och de övriga gjorde upp om tätpositionerna på egen hand. Som väntat blev detta ingen lätt uppgift för Södertäljeåkaren som i alla fall lyckades knipa en andraplats bakom Sune Gabrielsson, vars klubbkamrat Bo Berglund slutade trea.

1. Sune Gabrielsson, Allmänna CK 3.07.48
2. Åke Johansson, Södertälje CK 3.07.48
3. Bo Berglund, Allmänna CK 3.07.48

Ungefär 70 cyklister var anmälda till Östgötaloppet den 18 maj 1941. Trots sin nationella status lockade tävlingen inte många cyklister utanför Östergötland, och denna upplaga blev en stor framgång för Svenne Sjödins LCK-pojkar som plockade åt sig alla titlar. Det blev Sigvard Petersson som vann A-klassen, men det var faktiskt en B-klassare som åkte fortast! Linköpings CK:s Gunnar Nygren trampade runt på imponerande 3.00.33. Banan var dock något

kortare än tidigare då start och mål nu förlagts till Folkets Park och den officiella distansen 105 km. Naturligtvis vann LCK även lagtävlingen där Petersson och Nyberg kompletterades av Bertil Andersson.

1. Sigvard Petersson, Linköpings CK 3.01.26
2. Arnold Landin, CK Antilopen 3.03.30
3. Bertil Engberg, CK Antilopen 3.04.16

Den 31 maj 1942 avgjordes det 18:e Östgötaloppet, även detta år med start och mål vid Folkets Park. Vädret var enligt Östgöta Correspondentens reporter "inte idealiskt för rekord" denna söndag, men tack vare ett mycket starkt starfält uttraderades det gamla rekordet över 105 km med bred marginal. Samtliga A-klassare höll ihop fram till Brinkbacken i Motala där en trio tvingades släppa. Farten var sedan hög och det var många trötta ben när klungan närmade sig Linköping. Segrade gjorde Upsala CK:s stilryttare Harald Janemar efter en klungspurt och segraren hade mest lovord om tävlingsbanan. Han ansåg dock den vara alltför flack, vilket gjorde den olämplig för utbrytningsförsök. Totalt fullföljde 45 cyklister i de olika klasserna.

1. Harald Janemar, Upsala CK 2.52.41
2. Roland Karlsson, Örebro VK 2.52.41
3. Bertil Engberg, CK Antilopen 2.52.41

Så när som på lite besvärande motvind utåt Borensbergshället var vädret nära nog idealiskt när det söndagen den 30 maj 1943 var dags för ännu ett Östgötalopp. Det var alltså ingen överraskning att fjolårets rekordtid putsades ytterligare. Tyvärr kunde Hymers enda A-klassare, Västeråsaren Lennart Karlsson, inte starta då han saknade däck. På grund av det andra världskriget hade det under en längre tid varit svårt att få tag på däck eftersom tillverkarna inte fick tag på gummi. Det var faktiskt så illa att fabrikanterna i tidningsannonser instruerade läsarna hur de skulle bromsa sina cyklar för att undvika onödigt däckslitage! De sysslade i första hand med att laga gamla ringar då detta gav flera enheter att använda.

Däcksproblemen illustrerades vidare av att inte mindre än 15 B-klassare bröt tävlingen trots de fina väderförhållandena. Totalt fullföljde 62 cyklister tävlingen.

Tempot var inledningsvis lågt, men då CK Antilopens Bertil Engberg gick upp i täten visade följbilens mätare över 40 km/h. I Bergsbacken punkterade Engbergs klubbkamrat Arnold Landin varpå farten sjönk då Engberg inte längre var intresserad av att hålla fart. Landin vände på bågen för ringomläggning, men han lyckades aldrig komma ifatt klungan. Efter 18 minuters åkning hade man nått Vreta Klosters kyrka och Västeråsaren Erik Törnblom tog hjälp av Lindesbergs Göte Granlund för att hålla ett högre tempo. Något senare höjdes farten ytterligare då Engberg åter tog täten.

Strax före Borensberg gjorde Törnblom en allvarlig attack och farten låg länge kring 45 km/h. Törnblom ökade senare farten upp emot 50 km/h, men då ingen visade några tecken på att släppa sjönk tempot åter. I Motala lyckades Törnblom få en liten lucka sedan han ”påpassligt slingrat sig emellan ett par mötande fordon”. Trots nya attacker i Brinkbacken höll klungan ihop och det slutade åter med en spurtstrid vid målet i Folkets Park. Törnbloms lagkamrat Börje Karlsson överraskade genom att slå samtliga favoriter i avslutningen.

Prisutdelningen förrättades på Bäckagården av förre ordföranden i cykelförbundet, Friherre Fritz Lagerheim. Efter det 19:e Östgötaloppet blickade man tillbaka och i samband med reflektionen att dagens åktid var dryga timmen bättre än Rystad-Olles rekord från 1927 noterades att det var ”en himmelsvid skillnad på vägarna då och nu”.

- |                                  |         |
|----------------------------------|---------|
| 1. Börje Karlsson, Västerås IK   | 2.50.35 |
| 2. Erik Törnblom, Västerås IK    | 2.50.35 |
| 3. Göte Granlund, Lindesbergs CK | 2.50.35 |

Den 20:e upplagan av Östgötaloppet genomfördes en regnig söndag den 21 maj 1944. A- och B-klasserna startade gemensamt och inledningen blev synnerligen händelserik. Redan då mastern Sam Pettersson släppte iväg startfältet på Bergsvägen höjde Huskvarnapojken Ivar Lindström farten till ca 45 km/h. Några cyklister tvingades släppa redan i inledningen och vid Nybro tappade ytterligare ett par cyklister kontakten på grund av materialproblem. Strax bortom Nybro gjorde Södermalmaren Karl Magnusson en otäck vurpa och drog med sig ytterligare en trio i fallet. Endast en av dessa cyklister, Allmänna CK:s Gösta Åström, lyckades efter en längre solokörning ansluta till tätgruppen.

Linköpings CK:s B-klassare Yngve Axbom anförde täten när Bergsbacken forcerades. Klungan kom till Borensberg efter 47 minuters åkning och fortsatte sedan mot Olivehult. Borenhult passerades efter 1 timme och 10 minuter och Fyrishofs Folke Andersson tvingades här stanna för en åkarbrasa i kylan. Ytterligare 12 minuter senare passerades Brinkbacken, men denna gång utan avgörande attacker. Vädret satte både cyklister och material under hård press, och vid Varvs kyrka bad Jönköpingscyklisten Erik Engvall Correns reporter om olja till kedjan! Efter 1 timme och 50 minuter nådde cyklisterna Skeninge, och farten hade bedarrat något i det kalla vädret. Ivar Lindström kände sig ovanligt stark, men tvingades släppa kontakten strax innan Mjölby på grund av punktering. Mjölby torg passerades efter 2 timmar och 8 minuter och när loppet sedan fortsatte via Sya, Mantorp och Viby var det en småpratande klunga som defilerade i makligt tempo. Efter Sjögestad fick Hymers Gunnar Persson problem med bakhjulet och när han stannade ökade farten markant. Axbom var ofta i täten och höll högre tempo än övriga. Med 150 meter kvar till mål drog Axbom igång spurten, men fick se sig passerad av både Folke Andersson från SK Fyrishof och Folke Nordlén från CK Stefaniterna. Andersson var först över

mållinjen och vann B-klassen, medan Nordlén segrade i A-klassen. Trots vädret rapporterade Östgöta Correspondentens sportreporter om ett perfekt arrangemang i Hymer regi där totalt 47 cyklister fullföljde tävlingen.

1. Folke Nordlén, CK Stefaniterna 2.58.27
2. Sune Gabrielsson, Allmänna CK 2.58.27
3. Gösta Åström, Allmänna CK 2.58.29

Med start och mål vid Vallaplan var det ett annorlunda Östgötalopp som gick av stapeln den 27 maj 1945. Åtminstone i A-klassen som endast lockade två cyklister till start. Hela loppet passade cyklisterna på varandra, men med tanke på detta blev det goda tider. Efter en spurtstrid segrade Kumlas Roland Karlsson före hemmacyklisten Gunnar Persson som länge såg ut att ha segern innan Kumlacyklisten kom tillbaka på slutet. Östgöta Correspondenten skrev efter loppet åter om ett perfekt arrangemang där 45 cyklister tog sig i mål.

1. Roland Karlsson, IFK Kumla 2.57.37
2. Gunnar Persson, CK Hymer 2.57.37

*Michael*

## Arrangemang 2006

### Cykelbytdagen 1:a april

Lördagen den 1:a april arrangeras den tredje upplagan av succén Cykelbytdagen i Folkets Park där det går att sälja eller fynda begagnade cyklar.

Inlämning 9-12, försäljning 13-15.

### Östgötaloppet 22:e april

Det 77:e Östgötaloppet i ordningen inleder den svenska landsvägs säsongen lördagen den 22:a april i Ljung utanför Ljungsbro.

Linje: Samtliga klasser utom Veteran och H+Dsport. Anmälan senast 11:e april.

### Haga Cykel Cup 14:e juni

Landsvägstempo som även är DM körs onsdagen den 14:e juni med start och mål vid Rosenkällavägen.

### Cuptävling i Unika Ulrika 8:e juli

En av deltävlingarna i Svenska landsvägs-cupen kommer att arrangeras med Ulrika som centralort lördagen den 8:e juli. Linje: Cup Elit, Dam E, Dam J. Anmälan senast 27:e juni.

### Haga Cykel Cup 8:e juli

Samtidigt som Cuptävlingen arrangeras Haga Cykel Cup som landsvägs GP på ett 1 KM varv i centrala Ulrika lördagen den 8:e juli.

### Roxen Runt 27:e augusti

Motionsloppet på cykel för alla med start och mål i Berg körs söndagen den 27:e augusti. Första start kl 9.00

## Regelhörnan IV

Hymerbladet fortsätter att presentera utdrag ur tävlingsreglerna. Nedanstående är bara axplock ur reglementet. Alla som vill har dock chansen att förkovra sig ytterligare i detaljerna på [www.scf.se/t3.asp?p=60505](http://www.scf.se/t3.asp?p=60505)  
Denna gång behandlar vi tävlingsarrangemang på landsväg.

Arrangör ska till anmälda föreningar, berörda DCF samt SCF före tävlingen översända PM eller program innehållande uppgifter om tävlingsdag, tävlingsklasser, starttider, tävlingsdisciplin, distanser, tid och plats för omklädning, priser samt så detaljerade uppgifter som möjligt om tävlingsbanorna.

Resultatlista ska innehålla uppgifter om tävlingens namn, tävlingsdatum, arrangör, tävlingsklass, tävlingsdisciplin, distans, antal anmälda, antal startande, startnummer på ej startande, uppnådda resultat, startnummer på cyklister som utgått, bestraffningar och protester. Juryordförande, eller av juryn utsedd, ska godkänna och underteckna resultatlista innan den offentliggörs.

Vid banvarv över 5 km ska varje startgrupp åtföljas av fordon med grundutbildad sjukvårdare, dessutom ska radiosamband upprättas mellan tävlingskommisarie och arrangör. Vid banvarv kortare än 5 km ska grundutbildad sjukvårdare finnas vid målområdet. Sista kilometers början ska markeras med röd vimpel eller med en väl synlig skylt på höger sida av vägen. Mellan kilometerförvarning och mållinje får det inte förekomma någon form av banderoll hängande över vägen.

Arrangör ska på anmodan från juryordförande ställa bil utrustad med taklucka, högtalare, samt chaufför till dennes förfogande. Bilen ska utrustas med lastbåge framför takluckan för att minimera risken för skador. Vid tävling med maskinservice från fordon ska ovan angivet fordon ställas till samtliga tre juryledamöters förfogande. Vid

tävlingar med lagservice ska arrangör tillhandahålla minst två (2) neutrala servicebilar samt en kvastbuss.

Vid tävling över minst 150 km ska langning anordnas. Juryordförande kan i samråd med arrangör besluta om langning vid tävling under 150 km. Langning får endast mottas på fastställd langningssträcka som ska utmärkas med skyltar "Langning börjar" och "Langning slutar". Langningssträckan får inte vara belägen i branta uppförs- eller utförsbackar och måste vara tillräckligt lång för att medge säker langning. Langning ska ske på vägens högra sida och av personer till fots. Vid tävling för klass Elit, som inte i sin helhet avgörs på varvbana och där arrangör inbjudit förening att delta med egen servicebil, äger cyklist rätt att mottaga mat, flaskor och kläder från egen servicebil. Mat och flaskor endast mellan 50 km från start till 20 km före mål, utom på avslutande varvbana.

*Michael*

## Motion är kul och bringar hälsa

Oro och övervikt hotar folkhälsan skriver socialstyrelsen i en rapport nyligen.

Andelen överviktiga fortsätter att öka i alla åldrar. Hälften av männen och en tredjedel av kvinnorna, anses vara överviktiga.

*Orsaken:* Att vi har ändrat livsstil. Vi rör på oss allt mindre och äter allt mer. Vi förflyttar oss med hjälp våra bilar, bussar, hissar, rulltrappor m.m. och på fritiden sitter vi mest framför teven eller datorn.

Samma mönster gäller för barnen, de husas överallt och leken ute är allt mindre.

Vi äter ofta snabblagad mat och s.k. "skräpmat" som innehåller för mycket fett och socker.

Allt detta gör att de sjukdomar som är relaterade till vår livsstil, har ökat enormt; hit hör hjärt- och kärlsjukdomar, diabetes, hög blodtryck, benskörhet m.m.

90 % av befolkningen är så inaktiva att de riskerar ovan nämnda sjukdomar.

Det tycks vara enklare för oss vuxna att acceptera att få ett piller vid sjukdom än att ändra på livsstilen. Om vi blir i behov av en operation så kanske vi ändrar något, men ibland föredrar vi två piller istället.

Detta medför enorma kostnader för sjukvården förstås. Läkarna blir skickligare på att behandla och det kommer nya och effektivare läkemedel.

Allt fler blir sjuka, vi lever allt längre och de som arbetar och betalar skatt blir allt mindre.

Om trenden fortsätter, kommer vi inte att kunna finansiera framtidens sjukvård.

Det är ett stort samhällsproblem som regeringen och riksdagen måste ta tag i. Därför håller Östgöta landstinget på med s.k. "**prioriteringslista**" där man utesluter vissa sjukdomar att omfattas av vår gemensamma sjukvårdsfinansiering.

Man menar att varje individ måste ta större ansvar för sin egen hälsa.

Visa enkla tillstånd som grå starr och skelögdhet hos vuxna, jämförs med behovet av att skaffa eller byta glasögon.

Livsstilen är något som är mycket svårt att ändra på, men det är just livsstilen vi måste

förändra om vi vill ha bot med våra finansiella problem för sjukvården.

Sjukskrivningskostnaderna i Sverige är enorma.

Mycket skulle kunna avhjälpas om man bara fick lite regelbunden motion istället för piller.

Många arbetsgivare börjar intressera sig alltmera för frisk vård när det börjar bli ont om frisk arbetskraft.

Andra pratar om privata sjukförsäkringar för att klara den dyra vården.

En sak är säker, vi alla är tvungna att göra något för att hjälpa till att vända pendeln.

Ett gott råd till Östgöta landtingspolitikerna är att lägga på "prioriteringslistan" mer av dessa åkommor som individen har en rimlig möjlighet att påverka.

Som arbetsgivare kan man satsa mera på frisk vård och stimulera det friska hos sina anställda.

Exempel subventionera deltagandet i Vätternrundan, uppmuntra medlemskapet i föreningar som cykelklubben Hymer mm.

***Vi inom Hymer tar ansvar för vår egen hälsa och propagerar för goda levnadsvanor.***

Motionera dig frisk.

Tack till alla som har gjort cykelsäsongen 2005 så angenämt.

Idrottsliga hälsningar

*Manuel Cano*