

CYKLISER

“Og så sparer vi sindssygt mange penge”

Familien i Aarhus skiftede to biler ud med én elladcykel for klimaets skyld

SIDE 9

PÅ CYKEL I CENTRALASIEN:
”200 mand på hesteryg, der forsøger at få fingre i en død ged”

SIDE 18

Ny undersøgelse:
Danskerne vil prioritere cyklen

SIDE 12



SÆRTLUBUD:
Tasken til alle dine indkøb
SIDE 23

ENDELIG HJEMME...

KÆMPE UDVALG AF KVALITETSBEKLÆDNING OG -UDSTYR TIL FRILUFTSLIV



ENDURA

Mt500 Waterproof Trousar

Superlækre og meget åndbare skalbukser til cykling. Perfekte til de kolde, våde dage på cyklen - uanset om det er i skoven på mountainbiken eller den daglige tur til og fra arbejde.

#38537

1849,-

ENDURA

Windchill Glove F18

Lækker og velsiddende cykelhandske til de kølige forårsdage.

#38536

349,-



ENDURA

MT500 Waterproof Jacket II

Enduras flagskib på skaljakkefronten. En superlækker og imponerende åndbar 3-lagsskaljakke, der vil være perfekt til alt fra en kold dag i mountainbikesporet herhjemme til downhill i styrtregn i Alperne. Topklasse!

#38540 (herremodel)

#37139 (damemodel)

1.999,-



Besøg os i København, Field's, Lyngby, Roskilde, Odense, Kolding, Århus, Randers og Aalborg eller i webshoppen www.friluftsland.dk



FRILUFTSLAND

GODT UDSTYR - BEDRE OPLEVELSER

Cyklen tager 1. prisen for grøn transport

→ Mange danskere cykler hele året. For andre varsler foråret cykelsæsonens komme. Men år for år tager færre og færre danskere cyklen i hverdagen. Det er ærgerligt. For cyklen er en del af løsningen, når vi skal skabe fremtidens klimavenlige og bæredygtige samfund. Det bliver hverken grønnere eller sundere end med cyklen.

Det ved danskerne heldigvis godt. Det står klart, når man ser resultaterne af Cyklistforbundets nye undersøgelse 'Danskerne om cykellandet Danmark'. Med undersøgelsen, som vi præsenterer i dette nummer af Cyklister, har vi spurgt om danskernes holdninger til et cykelvenligt Danmark. Resultaterne viser en overvældende opbakning til gode rammer for cyklister og til at bruge cyklen som løftestang til et sundt og bæredygtigt Danmark.


Det er viden, som vi håber vil inspirere politikere i både Folketinget og byrådene. For undersøgelsens resultater kommer på et spændende tidspunkt. Der er folketingsvalg på vej, og parti efter parti lancerer både transportudspil og klimaudspil. Vi læser alle udspil nøje, men det er i flere udspil

ganske svært at få øje på cyklen. Det er også ærgerligt. Mildt sagt. Hvis vi skal udnytte cyklens enorme potentialer for grøn omstilling, så skal vi have flere cyklister og ikke færre.

Vi kan nå et stykke vej med at appellere til den enkelte dansker. Men det er ikke nok at sætte sin lid til den enkeltes individuelle valg og den enkeltes vilje til at ændre adfærd og af sig selv begynde at cykle mere i hverdagen. Politisk er man nødt til at skabe rammerne og sikre gode og trygge forhold for cyklister, hvis man vil gøre cyklen og cykling i hverdagen mere attraktivt.

Derfor gik vi i Cyklistforbundet for nyligt til Folketingets politikere med vores udspil Cykelland.Nu. Det er et udspil med fire forslag til, hvordan man kan gøre cyklen til det trygge og oplagte valg i hverdagen for flere (tilskud til køb af elcykel, skattemæssig fordel for cykelpendlere, 30 km/t-zoner på udvalgte strækninger med mange cyklister og gående samt en national pulje til anlæggelse af flere (super)cykelstier).

For nyligt kom regeringens og DF's store infrastrukturplan. Og jo, der er sat penge af til cykelområdet. Dejligt. Men ellers er det motorvej, motorvej, motorvej. Det er fortidens løsninger på fremtidens udfordringer.

Derfor banker vi igen på politikernes døre. Denne gang med budskabet: Der er ingen grund til at tøve med at styrke hverdagscyklingen. De samfundsmæssige argumenter er for længst på plads. Den folkelige opbakning er også på plads. Så er det op til politikerne at sætte i værk. 




AF JETTE GOTSCHÉ, LANDSFORMAND

Danmark har brug for flere cyklister. Sig ja til et cykelvenligt Danmark sammen med Cyklistforbundet og lad os sammen cykle til en sund, grøn og bæredygtig verden.



CYKLISTER
Medlemsmagasin for
Cyklistforbundet



Denne tryksag er klimakompenseret i henhold til ClimateCalc.
Kompensation er købt hos: ClimateCare
www.climatecalc.eu
Cert. no. CC-000912/DK



Ansv. redaktør
Klaus Bondam

Redaktør:
Jørgen Schlosser
jsc@cyklistforbundet.dk

Redaktion
Andreas Otto
Christina Britz
Nicolaisen
Jane Kofod
Lasse Skou Hauschildt
Luna Olesen

Redaktionsudvalg
Bjarne Arildsen
Trine Kvist Willumsen

Cyklistforbundet

Rømersgade 5-7
1362 Kbh. K
Tlf. 33 32 31 21
post@cyklistforbundet.dk
cyklistforbundet.dk

Hovedbestyrelse
Se kontakinfo på
cyklistforbundet.dk/
hovedbestyrelse

Oplag 13.200 stk.

ISSN 0109-2790

Udgives fire gange årligt

Design & Produktion

OTW A/S

Annoncer
Cyklistforbundet,
tlf. 33 32 31 21

Eftertryk
Tilladt med
kildeangivelse.
I reklameøjemed kun efter
aftale med redaktionen.

Forsiden: Xenia Duffy
Obel cykler med sin
datter, Zoe, i Aarhus.
Foto: Jens Hasse



-  facebook.com/cyklistforbundet
-  twitter.com/cyklistforbund
-  instagram.com/cyklistforbundet
-  youtube.com/cyklistforbundet
-  cyklistforbundet.dk
-  linkedin.com/company/cyklistforbundet



igen
Vi cykler til arbejde
BAGSIDEN

INDHOLD

- 3 LEDER**
Cyklen tager 1. prisen for grøn transport
- 6-7 NOTER**
Nyt fra ind- og udland
- 9 BÆREDYGTIGHED**
To biler blev til én elladcykel
- 10-11 AKTIV MOBILITET**
"Glem Den Lille Havfrue!
Vi skal være kendte for at cykle"
- 12 NY UNDERSØGELSE:**
Danskerne er enige:
Prioritér cyklen for klimaets skyld
- 13 CYKELLAND.NU**
5 kendte danskere bakker op
- 15-16 ILDSJÆLEN FRA HUNDESTED**
Lasse satte lys på børnene
- 18-21 REJSE**
Emil cykler langt – meeeget langt –
for en god sag
- 22-23 GODT GREJ**
Køb dit cykelgrej
med rabat i vores butik
- 24-25 MEDLEMSFORDELE**
Rabat på delebil, rejser m.m.
- 26 NOTER**
Nyt fra Cyklistforbundet
- 27 #PEDALKRAFT**
Vi cykler også på nettet
- 28 BAGSIDEN**
Vi Cykler Til Arbejde

Fælles ansvar for klimaet
– Der er ingen vej uden om. Vi er nødt til at finde de løsninger, som gør, at vi kan gennemføre en grøn omstilling ...



**KØB I
CYKLIST-
BUTIKKEN
1905.DK**



TRIOBIKE

bye bye car
hello freedom



boxter



mono



taxi



cargo



cargo big

WWW.TRIOBIKE.COM



DANSK CYKEL-KNOWHOW

Verdens første cykelambassade fylder 10 år

For ti år siden var Cyklistforbundet en af initiativtagerne bag Cycling Embassy of Denmark (CED) – et professionelt netværk af nogle af Danmarks mest engagerede cykelfolk fra kommuner, private virksomheder, NGO'er og andre. CED arbejder for at udbrede viden om stærke cykelløsninger både nationalt og internationalt og for at markedsføre Danmark som verdens bedste cykel- og førende leverandør af cykel-knowhow.

Det sker blandt andet ved at tilbyde især udenlandske gæster

forelæsninger, cykelture og masterclasses.

Ifølge Marianne Weinreich, for- kvinde for CED og Market Manager, Smart Mobility, skaber den tiltagende urbanisering store udfordringer for byer verden over.

– Fra Manchester til Singaper står byer i kø for at få indsigt i dansk cykel-knowhow. De investerer også store midler i cyklisme i disse år. Det giver meget interessante perspektiver for danske virksomheder, siger Marianne Weinreich.

Bl.a. vinder den danske cykelsti- model frem med cykelstier, der er

hævet og adskilt fra vejbane og fortov af kantsten på hver side. Men også koncepter som Cyklistforbundets Vi Cykler Til Arbejde-kampagne, Cykelleg, der lærer børn at cykle på en sjov måde og Cykling Uden Alder inspirerer i udlandet.

CED udgiver til juni en revideret udgave af Idekatalog for Cykeltrafik fra 2012 på dansk og engelsk. Idekataloget får form af en hjemmeside, så cykelinteresserede verden over får nem adgang til den nyeste danske viden på cykelområdet. CED's sekretariat drives af Cyklistforbundet.



FOTO: SWAPFIETS

SWAPFIETS

Nu kan du lease din cykel

Et nyt koncept, Swapfiets, er kommet til Danmark. Fiets betyder cykel i Holland, hvor ideen udspringer fra. En af de store fordele er ifølge folkene bag, at man kan "swappe" sin leasede cykel, hvis noget går i stykker. Så kommer en af deres swappere hurtigt forbi, hvor du end befinder dig, og byt-

ter din cykel ud med et køreklart eksemplar. På den måde er du altid sikker på at have en fungerende cykel.

– Vi er glade, når der sker nyt og godt på cykelområdet, siger direktør i Cyklistforbundet Klaus Bondam. – Vi tror, at nye tanke- gange og innovative cykelvirk-

somheder er en vigtig ingrediens i opskriften på at få os til at cykle – også i fremtiden – og måske kan det her lokke nogle flere i sadlerne?

Man kan genkende cyklerne fra Swapfiets på det ikoniske blå forhjul.

Læs mere her: swapfiets.dk



Nyt tilbud: Bestil en betjent

Hvis du oplever, at der køres for hurtigt på en strækning eller vurderer, at der er behov for en knallertkontrol, kan du nu anmode politiet om at gennemføre en færdselskontrol på stedet. I praksis foregår det ganske enkelt ved, at du udfylder en formular på politiets hjemmeside. Her fortæller du hvor og hvorfor, du ønsker en færdselskontrol. Formularen finder du her:

www.politi.dk/bestil



FOTO: CYKLING UDEN ALDER

Ældre i Gribskov får vind i håret

Cyklistforbundet i Gribskov, Klimagruppen Gribskov og Cykling uden alder har gjort det muligt for ældre i Gribskov at få en tur i rickshaw. Projektet kører med stor succes rundt i landet, og nu er de første tre rickshaws så også rullet ud på vejene i Gribskov. Ideen er, at ældre borgere, eller borgere med handicap, kan komme ud og cykle, opleve den skønne natur og få vind i håret med en frivillig, såkaldt cykelpilot, i pedalerne.

– Vi glæder os rigtig meget til at starte Cykling uden alder op her i Gribskov. Det er et smukt samarbejde mellem frivillige, plejecentre og ældre medborgere i kommunen, fortæller Trine Egetved-Sørensen (K), som er formand for udvalget for forebyggelse og idræt.



BELGIEN

"Moordstrookje" valgt som årets ord af forlag



FOTO: MOORDSTROOKJE

På dansk kan man oversætte moordstrookje til "drabsbaner", og det noget teatraliske ord henviser til livsfarlige cykelstier, som kun er smalle maledede baner langs svært trafikerede veje. Noget vi også kender til her i Danmark. Ordet blev valgt til Årets Ord 2018 af det belgiske forlag Van Dale blandt indsendte borgerforslag i deres årlige konkurrence.

– Ordet er faktisk slet ikke nyt, fortæller redaktør hos Van Dale, Ruud Hendrickx. – Det har været anvendt blandt aktivister helt tilbage fra 1950'erne, '60'erne og '70'erne, da biler fik førsteprioritet overalt. Valget viser dog, at der er en voksende gruppe af cyklister, der er trætte af lavpris-no-vision-infrastruktur.

KILDE: FLANDERS TODAY



FOTO: SHUTTERSTOCK

LONDON

Cyklister shopper mere

Ny forskning fra Transport for London (TfL) viser, at folk, der går, cykler og bruger offentlig transport, spenderer hele 40 procent mere end bilister i de lokale butikker.

– Undersøgelsen viser, at når man skaber indbydende byrum, hvor folk har lyst til at opholde sig, skaber man også bedre forretning, siger TfL's direktør for transportstrategi Lilli Matson. Undersøgelsen er udført i områder af London, hvor man har skabt hollandsk inspirerede forbedringer af byrummet, herunder cykelstier, hvilket ifølge undersøgelsen tilskynder flere mennesker til at handle lokalt.

KILDE: FORBES.COM

TYSKLAND

Skattefri firmacykler

Den tyske regering har taget de første skridt mod en mere bæredygtig beskatning af transportmidler. Normalt beskattes alle transportmidler, der stilles til rådighed for en virksomheds medarbejdere, men med den nye lov, vil elbiler fremover kun blive beskattet med halvdelen, og cykler vil blive helt fritaget for beskatning. Tyskland følger med dette tiltag trit med nabolande som Østrig og Belgien, hvor arbejdsgiverne allerede kan tilbyde deres medarbejdere skattefri cykler.

– Som et politisk signal er det selvfølgelig vigtigt, at offentlig transport og cykling bliver mere attraktivt som alternativer til biler i skattepolitikken, siger Ste-



FOTO: SHUTTERSTOCK

phanie Krone, talsmand for ECFs tyske medlemsforbund AD-FC. – Samtidig er gevinsten for virksomhederne tydelig på

bundlinjen. Cyklende medarbejdere har færre sygedage, er sundere og mere motiverede.

KILDE: ECF



FOTO: SHUTTERSTOCK

PARIS

Søsætter kæmpe flåde af elcykler

I Paris planlægger man at lancere en stor flåde af statsfinansierede elcykler for at få flere pendlere til at cykle til arbejde. Det er det regionale transportagentur Ile-de-France Mobilités (IDFM), der vil levere op til 10.000 elcykler til ud-

lejning, og de vil på sigt udvide ordningen til 20.000, hvilket vil gøre det til verdens største udlejningsprogram for elcykler.

Formålet med tjenesten er at fremme cykelpendling, som i øjeblikket kun tegner sig for 1,6 pro-

cent af de daglige ture i Ile-de-France-området. De nye elcykler skal kunne langtidslejes for 40 euro om måneden, hvoraf halvdelen kan blive subsidiert af ens arbejdsgiver.

KILDE: THE WORLD ECONOMIC FORUM



VELKOMMEN TIL HERBERGER LANGS HÆRVEJEN

Welcome to the pilgrim hostels along the Hærvejen in Denmark

På din vej på den „Danske Camino“/Hærvejen, møder du mange pilgrimsherberge, hvor du kan overnatte. Hærvejen er en del af den europæiske kulturrute.

Uanset om du er cyklist, vandrer, pilgrim, eller rytter, så kan du gøre brug af overnatning på de danske Hærvejsherberger.

Vandrerute, cykelrute og riderute er markeret på strækningen fra Padborg i syd til Hirtshals/Frederikshavn i det nordlige Jylland.

Her er et par praktiske informationer:

- Overnatning på herbergerne koster fra 100 kr. pr. person. Der betales kontant (eller mobile-pay nogle steder).
- Det er ikke muligt at reservere plads. Gæsterne udvælger sovepladser i den rækkefølge, de ankommer.
- Der er normalt åbent fra kl. 17 til kl. 10 den følgende dag.
- Der er køjesenge, og gæsterne medbringer selv sovepose og lagen.
- Der er køkkenfaciliteter med kogegrej, ligesom der er vaskerum, toilet og bad.

📍 Mere information om de enkelte herberger finder du på: haervejsherberger.dk.

🇬🇧 For more information in English and German please see: haervejsherberger.dk.



SOMMER 2019 - CYKELKURSER PÅ HADSTEN HØJSKOLE



UGE 26: CYKELTURE OG HERREGÅRDSBESØG

Hver dag cykler vi ud i den varierede østjyske natur - gennem åbne landskaber med bakker og flotte udsigter til store skovområder og lange lave kyststrækninger. Hver cykeltur slutter med et besøg på en herregård, hvor vi får en rundvisning. I løbet af ugen skal vi bl.a. besøge: Bidstrup Gods, Sophiendal Gods, Isgård Hovedgaard, Gl. Estrup Slot og Clausholm Slot.

UGE 32: PÅ CYKEL I ØSTJYLLAND

Vi skal hver dag ud og opleve terrænet - store skovstrækninger, kystnære egne og de bakkede og åbne morænelandskaber med enestående udsigter. Vi skal bl.a. til Aarhusbugten, Helgenæs, Bidstrup Gods, Alling Ådal og Clausholm Slot.

Hadsten
Højskole

Hadsten Højskole: Tlf.: 8698 0199 www.hadstenhojskole.dk

siden 1876



Familien Duffy Obel med hele cykelparken:

Xenia, 41 år
Peter, 34 år
Liam, 15
Noah, 12 år
Zoe, 5 år
Avian, 11 måneder.
Xenia og Peter driver sammen virksomheden zeal, hvor de rådgiver virksomheder omkring bæredygtige forretningsmodeller.

To biler blev til én elladcykel

Familien i Aarhus valgte bilen fra - for klimaets skyld

→ I Brabrand ved Aarhus bor Xenia Duffy Obel med mand og fire børn. Tidligere havde familien to biler: den klassiske kombination af en syv-sæders familietransporter af tysk mærke og en minibil til bykørsel. Begge biler er nu solgt og skiftet ud med en elladcykel.

- Vi troede faktisk, det var midlertidigt, til vi fandt en ny bil, men nu har vi klaret os uden bil i to år, og projekt bil er sat i stå, fortæller Xenia Duffy Obel.

Beslutningen om at droppe bilen blev i høj grad taget med klimabrillerne på.

- Det var tanken om klimaet, der drev os til at starte med, men der er også rigtig meget livskvalitet i det. Tingene går lidt langsommere, og det gør ikke noget. Desuden får vi masser af frisk luft. Og så sparer vi sindssygt mange penge, siger hun

- Vi bruger ladcyklen til alting, fx at transportere de to mindste børn, køre til stranden eller køre i Ikea, og så har vi mange andre cykler ved siden af.

Xenia Duffy Obel har som indbygger i smilets by, Aarhus, mærket på egen krop, at det kan være svært

at smile samtidig med, at man forcerer den lange bakke op mod Stjernepladsen.

- Det er en kæmpefordel med elcykel i en by som Aarhus, der har mange bakker, siger hun.

Søndag er planlægningsdag

Det kræver planlægning at have én ladcykel i stedet for to biler, og hver søndag bliver der set frem mod den kommende uge, så det kan blive plottet ind, hvem der skal bruge ladcyklen.

- Udfordringen består nok primært i at være disciplinerede omkring planlægning og logistik af familiens og virksomhedens aktiviteter, fortæller Xenia Duffy Obel.

I de sjældne tilfælde, hvor familien har behov for en bil, bruger de delebiler: GoMore eller AURA delebil (elbiler på vindstrøm).

Cykelparken består i øvrigt af to mountainbikes, en city bike, en Swapfiet (cykeludlejning på månedsbasis), en el-cykel og en barnecykel. 🚲



Se video med Xenia på Cyklistforbundets hjemmeside

Sammy Eisinger, der her kører med sin søn, valgte selv bilen fra, da der kom elmotor på ladcyklen.



Det mener Cyklistforbundet

Elladcykler kan virkelig noget, fordi de er med til at løse problemer med både klima, trængsel og forurening. Derfor skal kommunerne planlægge byerne sådan, at både erhvervsdrivende og familier har nemt ved at vælge ladcykel frem for bil.

”Glem Den Lille Havfrue! Vi skal være kendte for at cykle”

Elmotoren har åbnet en motorvej for, at ladcykler overtager mere og mere transport. Især i byerne. Det mener Sammy Eisinger, direktør i Triobike. Det Økologiske Råd er helt enig.



5

Sammys gode grunde til at skifte bilen ud med cyklen

- 1** **Fleksibilitet.** Du skal ikke lede efter p-plads
- 2** **Hurtigste** transportmiddel i byen
- 3** **Billigste** transportmiddel ca. 100 kroner om md. i driftsudgifter
- 4** **Socialt og sundt** Du kan tale med børnene på en anden måde
- 5** **Godt for klimaet** mindre CO₂ udslip

→ Hvis det stod til direktør i Triobike, Sammy Eisinger, skulle Danmark stoppe med at markedsføre sig som landet med Den Lille Havfrue.

– Glem den! Vi skal være kendte for, at vi er en cykelnation, og det kan vi blandt andet gøre ved at gå forrest i at flytte transport fra biler til ladcykler, siger Sammy Eisinger.

Da Cyklister besøger butikken på Gl. Kongevej i København, sidder direktøren på hug ved en elladcykel med en skruenøgle i hånden i gang med at samle cyklen. Sammy Eisinger har ikke kun hænderne skruet godt på, talegaverne er også ekstraordinære, især når han først får talt sig varm om elladcykler.

Virksomheden har som sin erklærede mission at flytte folk og gods fra biler til cykler, og det er en realistisk ambition, siger Sammy Eisinger.

– Der er omkring 40.000 ladcykler i Hovedstaden, og jeg mener, hver femte børnefamilie har en ladcykel. Der er et stort vækstpotentiale i, at mange af de familier, der stadig har bil, skifter den ud med ladcykel. Vi kan

ikke helt erstatte bilerne, især ikke på landet, men i byerne kan mange flere familier skifte til ladcykel, siger Sammy Eisinger.

– De fleste bilture i byerne er korte, så mange af de ture kan køres på en ladcykel. Sammys egen familie droppede bilen i 2016. Årsagen kan skrives med to bogstaver: el.

– Vi havde bil i 14 år, men solgte den for tre år siden og skiftede den ud med en elladcykel. Det var elmotoren, der fik os til at tage skridtet, for nu blev det simpelthen så bekvemt, fortæller han.

Elmotor gjorde forskellen

Elmotoren var netop den sidste ingrediens, der manglede for, at det er realistisk at flytte masser af transport fra bil til cykel.

– I butikken kommer der flere og flere børnefamilier, som før i tiden aldrig ville have overvejet at købe ladcykel. De kommer, fordi motoren gør det nemt. Du kan køre herfra til Hellerup, Amager eller Gentofte

FOTO: DET ØKOLOGISKE RÅD.



Jeppe Juul fra Det Økologiske Råd ser et stort potentiale i at flytte transport fra biler til cykler.

næsten i hvilepuls. Det har gjort ladcyklen virkelig attraktiv, siger Sammy Eisinger.

Opbakning fra Det Økologiske Råd

Det tager kun otte minutter på cykel at køre fra butikken til Kompagnistræde. Her sidder Jeppe Juul, som er konsulent på transportområdet i Det Økologiske Råd. Rådet arbejder blandt andet for at reducere luft- og støjforurening samt klimabelastningen fra transport.

Jeppe Juul ser store fordele ved elladcykler og er enig i, at masser af transport kan flyttes fra biler til cykler.

– Jeg ser helt klart et stort potentiale i at flytte transport fra biler til cykler, især i byerne. Vores holdning er, at cykler i mange tilfælde kan erstatte bil eller bus, og det er godt for sundheden, for økonomien og styrker den aktive mobilitet, siger Jeppe Juul. Og så har cykeltransport endnu en fordel, som med elmotoren kan blive endnu mere væsentlig.

– Elladcykler er et stort plus i forhold til klimaet. De forlænger rækkevidden, så du kan bruge cyklen som transportmiddel over længere afstande. Derfor kan den erstatte fx biler med forbrændingsmotor, og vi mener, at man i byerne skal prioritere pladsen til fx elladcykler, så der bliver mindre plads til biler.

Hurtigste transport gennem byen

Tilbage i Triobike butikken har Sammy Eisinger fået samlet cyklen og fortæller om, hvordan elmotoren har åbnet et hav af nye muligheder for brug af ladcykler.

– Jeg mener, at alle ture mellem 0-15 kilometer kan køres på en elladcykel, og der er ikke en hurtigere måde at komme gennem byen på.

Men er der slet ikke nogle forhindringer for, at elladcykler revolutionerer transport i byerne?

– Jo, prisen. En elladcykel koster en del penge, hvis kvaliteten skal være i orden. Og så skal byerne være indrettet sådan, at du føler dig tryk ved fx at transportere dine børn på en ladcykel, siger Sammy Eisinger. 🚲

Tænk, hvis alle cyklister tog bilen!

– Tænk, hvis alle cyklister en dag lod cyklen stå og tog bilen! Tænk engang: længere køer, dårligere luft, højere CO₂-udledning.

Cyklisterne viser vej til en mere bæredygtig fremtid.

CONNIE HEDEGAARD, formand for den grønne tænketank CONCITO og tidligere klima- og energiminister og EU-kommissær.

CYKELLAND.NU 5 ambassadører bakker op

Fælles ansvar for klimaet

– Der er ingen vej uden om. Vi er nødt til at finde de løsninger, som gør, at vi kan gennemføre en grøn omstilling af vores liv, hverdag og samfund. At cykle er både klimavenligt og sundt. Derfor skal vi samle os på tværs af politiske holdninger og sikre, at cyklen i fremtiden vil være en attraktiv transportform for flest mulige danskere.

JESPER THEILGAARD, meteorolog og foredragsholder om klimaændringer.

DANSKERNE:

Prioritér cykler for klimaets skyld

Danskerne ønsker at prioritere cykelområdet – især fordi det er godt for klimaet og sundheden. Det viser en ny undersøgelse. Direktør Klaus Bondam kalder de nye tal et vink med en vognstang til politikerne.

DANSKERNE OM CYKELLET DANMARK

Undersøgelsen er en repræsentativ spørgeskemaundersøgelse blandt 1.207 danskere over 18 år foretaget af Megafon januar 2019 for Cyklistforbundet.

Se hele undersøgelsen på www.kortlink.dk/x8bg

Den daglige cykeltur gør forskellen

– Vi skal bevæge os mere i hverdagen, og vi skal have flere sikre skoleveje, så alle børn kan cykle sikkert i skole. Det duer ikke, at så mange af os kører vores børn i bil til skole. Hverdagsmotion i form af en daglig cykeltur til og fra skole eller til og fra arbejde gør en verden til forskel for både

børn og voksnes sundhed og trivsel.
CHARLOTTE BØVING,
praktiserende læge og læge i DR TV's
'Lægen flytter ind'.



Hvis flere cykler, vinder danske virksomheder

– Vi har brug for sunde medarbejdere og veje med mindre trængsel. Som samfund spilder vi mindst tyve milliarder kroner hvert år på at sidde i kø på vejene. Cyklen skal hjælpe os. Det vil gavne folkesundheden, økonomien og skabe mere plads på vejene, hvis flere danskere vælger cyklen frem for bilen. Derfor skal vi have flyttet så mange bilister som muligt fra bil til cykel.

MICHAEL SVANE,
branchedirektør i DI.

Klimaet bør have førsteprioritet i Folketinget

– Vi har travlt med at forandre verden, hvis vores børn skal kunne nyde det samme liv, som vi har levet. Tiden kalder på modstand og ikke mere snak. Modstand, så politikerne og den finansielle magt ved, at vi mener det alvorligt. Hvis vi er mange nok på cykel, kommer bilerne aldrig til at svinge til højre ved grønt lys!

ANDERS MORGENTHALER,
tegner, forfatter, filminstruktør og den ene halvdel bag tegneseriestriben
Wulffmorgenthaler.



FOTO HANS SØNDERGAARD



→ Cyklistforbundet har i en ny undersøgelse 'Danskerne om cykellandet Danmark' undersøgt danskernes holdning til et cykelvenligt Danmark. Resultatet er entydigt: Der er en overvældende opbakning til at prioritere cyklisme.

– Undersøgelsens resultater sender et klart og vigtigt signal til politikerne. Danskerne ser cyklen som en vigtig del af løsningen, når det handler om at skabe et mere klimavenligt og bæredygtigt samfund, siger direktør i Cyklistforbundet, Klaus Bondam.

Med undersøgelsen Danskerne om cykellandet Danmark er et repræsentativt udsnit af danskere over 18 år blevet spurgt om holdninger til et cykelvenligt Danmark. Undersøgelsen, der er gennemført af analysebureauet Megafon for Cyklistforbundet, viser en overvældende opbakning blandt danskere til at fremme bæredygtig udvikling og prioritere cyklisme.

Næsten alle deltagere i undersøgelsen (95%) er helt eller overvejende enige i, at Danmark skal arbejde for at fremme bæredygtig udvikling. Samtidig er størstedelen (84%) helt eller overvejende enige i, at vi i Danmark bør prioritere cyklisme og forblive et cykelland.

Når danskerne bliver spurgt om begrundelser for, hvorfor Danmark bør prioritere cykel-

området, peges der på tre hovedårsager: 87% mener, at cyklen er god for klima og miljø. 87 procent mener, at cykler skaber bedre folkesundhed og mindsker de offentlige sundhedsudgifter. 66 procent mener, at cyklen vil mindske trængslen på vejene og mindske bilkøerne.

Alt klar til den kloge beslutning

I udlandet bliver Danmark rost for at være et stærkt cykelland. Men fakta er, at færre og færre danskere cykler. Ifølge Vejdirektoratet er cykelandelen af alle ture gennemført af 10-85-årige, bosat i Danmark, faldet fra ca. 17 procent i 2014 til ca. 14 procent i 2018.

Klaus Bondam opfordrer Folketingets politikere til at tage undersøgelsen med sig, når de skal forhandle de kommende års trafikaftaler og indsatser for grøn omstilling.

– De samfundsmæssige argumenter for at foretage den investering og skabe de rammer, der får flere til at cykle mere i hverdagen, er på plads. Vi har den viden, som der er brug for. En investering i cykelområdet er en investering i et stærkt, sundt og bæredygtigt Danmark. Med undersøgelsen kan vi nu slå fast, at den folkelige opbakning også er på plads. Der er ingen grund til at tøve med at styrke hverdagscyklingen, siger Klaus Bondam. 🚲



CYKLISTFORBUNDET: CYKELLAND.NU

Politisk vision og fire konkrete forslag, som Folketingets politikere bør gennemføre hurtigst muligt:

- Købere af en elcykel skal via en særlig elcykelpulje på 100 mio. kr. have et tilskud på 20 procent af prisen
- Kommunerne skal have lettere adgang til at indføre 30 km/t-zoner på udvalgte strækninger med mange cykler og gående
- Cykelpendlere skal belønnes med en skattemæssig fordel
- Der skal oprettes en ny national cykelpulje på 200 millioner kr. årligt, hvor stat og kommuner deles om udgiften til at anlægge flere og bedre cykelstier over hele landet.

Se det fulde udspil på
www.cykelland.nu

Bliv virksomhedsmedlem

Som virksomhedsmedlem i Cyklistforbundet støtter I arbejdet for en sundere og mere bæredygtig verden, og I styrker jeres CSR-profil inden for klima og sundhed

Det får I som virksomhedsmedlem:

- Fysisk diplom og digitalt materiale, der viser, at I støtter Cyklistforbundet
- Magasinet CYKLISTER fire gange om året
- 20 procent rabat på certificering som Cykelvenlig Arbejdsplads inklusiv transportvaneundersøgelse og rådgivningsmøde
- Medlemsrabat i Cyklistbutikken 1905 til fx køb af firmagaver, tjenestecykler og udstyr til udlån på arbejdspladsen
- Deltagelse i årligt seminar om cykelfremme på arbejdspladsen, hvor I får ny viden og inspiration og deler erfaringer med andre virksomhedsmedlemmer.

Det koster det:

Virksomheder op til 50 medarbejdere: 3.000 kr.

Virksomheder mellem 50 og 200 medarbejdere: 6.000 kr.

Virksomheder med over 200 medarbejdere: 12.000 kr.



SENIORHØJSKOLEN
www.seniorhoejskolen.dk

Cykelkursus i Bakkers og Bølgers Land

- Vi cykler, vi oplever, vi laver højskole
35-50 km/dag

Kom og vær med til dejlige cykeloplevelser i det storslåede vestjyske landskab krydret med historier om kultur og landskab. Sommer og højt til himlen, storslået udsigt over Limfjord, istidsrand og morænebakker. Hyggelige kroge og fortællinger om de mennesker, der levede her engang, og det liv, der stadig leves i den vestjyske egn.

- Vestkysten - Bovbjerg Fyr - Thyborøn
- Klosterheden, bævere & bunkere - Gudum, guder og kontraster
- Lidenlund, Lemvig og solsystemet, midt i Thøger Larsens Bakkers og Bølgers Land

Vi kører ikke om kap, men I skal være parat til fem dage i sadlen hver dag.

Udpluk fra 2019s øvrige korte sommerkurser

- | | |
|------------------|--|
| 08.05 - 14.05.19 | Vestkystekspeditioner |
| 15.05 - 21.05.19 | Forårsvandringer - over stok og sten, 14-16 km/dag |
| 15.05 - 21.05.19 | Operaens verden - Lotte Heise, Puccini og Hamburg |
| 05.06 - 11.06.19 | Sommerhøjskole - Skønne Vestjylland |
| 19.06 - 25.06.19 | Tre jyske tenorer - Jeppe, Johannes og Thøger |
| 03.07 - 09.07.19 | Smag på Vestjylland |
| 03.07 - 09.07.19 | Akrylmaling - magi med farver og pensler |
| 10.07 - 16.07.19 | Korstævne - syng i kor i Vestjylland |



Bestil katalog på: kontor@seniorhoejskolen.dk

CYKELKURSUS I VESTJYLLAND



08.05 - 14.05.2019
Pris kr. 4.750,-/db

BESTIL
KATALOG,
PROGRAM OG
KURSUS PÅ
97891011





Lasse satte lys på børnene

Lasse Kjeldsen blev træt af at møde børn uden lys på cyklen. Så han fik det lokale erhvervsliv til at sponsorere 170 sæt cykellygter til lokale skolebørn.



Skriv ikke en sur status på Facebook – gør noget!

→ Det er sen eftermiddag i Hundested, og skolens cykelstativer er tomme. På et af dem sidder en dreng og venter på at blive hentet. Han har trukket det ene knæ op under sig og skutter sig lidt.

Da Lasse Kjeldsen lidt efter parkerer sin bil ved skolen, nikker han over mod drengen, som ser forbavset op ved den uventede opmærksomhed.

– Hans storebror var en af dem, der fik lys

på sin cykel, da vi delte lygter ud på skolen, konstaterer Lasse Kjeldsen, mens han løfter en børnecykel ned fra et stativ bag på sin bil. Han undskylder, at han er lidt sent på den, og at han ikke har tre børn og tre cykler med som aftalt.

– Det her er vist et godt eksempel på, hvad der sker i hverdagen hjemme hos travle familier, siger han med et skævt smil og overlader cyklen til sin 11-årige søn Johan.

– Ungernes cykellygter virkede fint, da jeg tjekkede dem i sidste uge. Nu er det nogle dage siden, de har cyklet, og i dag var det så kun Johans cykel, der var køreklar, da vi skulle ud ad døren, siger Lasse Kjeldsen.

Bange for at overse et barn

Mens Johan cykler en runde på skolens parkeringsplads, peger Lasse Kjeldsen ud mod den vej, han lige er kommet kørende ad. Den ser meget fredssommelig ud nu, men kvart i otte myldrer biler, fodgængere og cyklister i retning af skolen, forklarer han.

– I vinter kørte jeg rundt og var bange for at overse et barn i trafikken. Der var rigtig mange børn, der cyklede uden lys på, fortæller han.

En dag ringede Lasse Kjeldsen til skolelederen for at høre, om de ikke skulle gøre noget ved problemet sammen.

– Da hun stillede sig herud til vejen for at se, hvor galt det stod til, talte hun 31 cyklister uden lys på på et kvarter. Så det var ikke svært at konstatere, at der var et problem, siger Lasse Kjeldsen.

Overrasket over interessen

Efter samtalen med skolelederen ringede Lasse Kjeldsen rundt til sine forretningsforbindelser og spurgte, om de ville være med til at gøre de lokale børn mere synlige i trafikken. Det ville langt de fleste.

På den måde rejste han lynhurtigt 20.000 kroner, som han købte 170 sæt cykellygter for. Han arrangerede også, at Hundesteds lokale cykelmekaniker skulle rykke ud på to skoler for at montere cykellygter på alle mørke cykler.

Og så var det, Lasse Kjeldsens telefon begyndte at ringe.

– Altså jeg håbede jo, at vores lokale avis ville skrive lidt om det for at sætte fokus på problemet. Men så ringede TV Lorry og DR, og historien røg bl.a. også i nogle svenske medier, fortæller han.

Lasse Kjeldsen graver lidt i sin lomme og hiver et lille stykke cykelværktøj frem. Et multi-tool.

– Det her var der en svensk webbutik, der sendte til mig, fordi de syntes, jeg havde gjort noget godt, siger han med lige dele forbløffelse og stolthed i stemmen.

Lasse Kjeldsen har fået mange tilkendegivelser fra forældre, som er rørt over, at han har gjort noget for at hjælpe andre børn end sine egne. Han ved godt, at børns sikkerhed betyder noget for alle forældre.

– Ingen ønsker, at deres barn bliver overset i trafikken. Men der er rigtig meget, forældre skal holde styr på i hverdagen, så cykellygterne kan godt blive glemt. Jeg håber, jeg har

inspireret mange forældre til at tjekke ungerne lygter en ekstra gang, siger han.

Vil samle ind til gule veste

Til næste vinter overvejer Lasse at samle ind til gule veste, der kan gøre byens børn endnu mere synlige i trafikken. Og så glæder han sig over, at folk fra andre byer ringer for at høre, hvordan de kan lave lignende tiltag i deres lokalområde.

Det er ret nemt, siger han. Man skal bare starte med at analysere sit problem – og så skal man gøre noget i stedet for at tro, at man kan ændre verden med en sur status på Facebook.

– Hvis det er et lille problem, så løs det selv! Og hvis det er et større problem, så find ud af, hvem der kan hjælpe dig. Når det handler om børns sikkerhed, vil mange gerne være med, hvis du går foran, slår han fast. 🚲



Lasse Kjeldsens egen søn, Johan, har selvfølgelig lys på cyklen. Lasse Kjeldsen skaffede penge til lygter til skolens børn ved at ringe rundt til sine forretningsforbindelser. På den måde rejst han hurtigt 20.000 kroner, som han kunne købe 170 sæt cykellygter for.



Cyklistforbundet kvitterer med et medlemskab

Lasse Kjeldsen har fået et års gratis medlemskab af Cyklistforbundet som tak for sin indsats for at gøre børn synlige i trafikken og skabe en holdningsændring hos forældrene.

– Jeg tager medlemskabet som et stort skulderklap, og jeg vil kraftigt overveje at forny det, når det udløber, siger Lasse Kjeldsen.

ØGET SIKKERHED PÅ DIN ELLER DINE BØRNS CYKLER



En lys ide til din cykel med verdens mest intelligente cykellygter. DeLight gør færdsel i mørket mere sikker, og opgraderer din cykel til det 21. århundrede med mange intelligente funktioner, som kan styres fra din telefon.



KØB MED
MEDLEMS-
RABAT

Kan købes i 1905 Cyklistbutikken.
Se mere på 1905.dk

Eller besøg **FINDRS.net**



FINDRS

YOU LOSE IT - WE FIND IT

★ Trustpilot ★★★★★

KØR LANGS KYSTEN

ETAPER MED KOMFORT (ACP5)

- 5 nætter på hotel
- 5 x morgenmad
- Adgang til spa & wellness center
- Færgebilletter Ystad-Rønne t/r

FRA 3.309

PR PERS. V/2 PERS.
ANK. 15/4 - 25/9 2019

AKTIV PÅ FERIE

FERIE MED MOTION OG STRAND (AOP1)

- 1 uge i ferielejlighed
- Svømmehal, svømmepøl & sandstrand
- Cykelveje, tennis og golfbane
- Færgebilletter Ystad-Rønne t/r

FRA 3.345

I ALT OP TIL 4 PERS.
ANK. 15/5 - 13/10 2019



BORNHOLMTOURS®

FÅ GODE
BEN PÅ
BORNHOLM



Se alle vores cykelpakker på bornholmtours.dk



5649 3200



**Emil cykler langt
– meeeget langt –
for en god sag**

TEKST: LOTTE MALENE RUBY
 FOTO: EMIL HVIDTFELDT

Emil Hvidtfeldt er på vej fra Finland til Indonesien. Han cykler for sin egen skyld, men samtidig samler han penge ind til børn og unge i Grønland.



→ Når turen bliver for varm, for kold, for ensom, eller vejen bare virker uendelig lang, så tænker 22-årige Emil Hvidtfeldt på Grønland. Han har nemlig valgt at bruge sin ét år lange cykeltur fra Finland til Indonesien til at samle penge ind til Foreningen Grønlandske Børn.

– Det hele startede egentlig, da jeg flyttede til Grønland i 2016. Det er et helt fantastisk land på langt de fleste punkter, men der er også rigtig mange, der kæmper med det psykiske helbred deroppe, fortæller Emil Hvidtfeldt.

Det blev han særligt opmærksom på, fordi han også selv havde en svær periode, mens han var i Grønland, der

endte med, at han måtte tage hjem til Danmark før tid for at komme til hægterne igen.

– Det var en lidt tom fornemmelse pludselig at stå i Birkerød efter et års eventyr. Samtidig havde jeg svært ved bare at smutte fra det hele, vel vidende at langt de fleste, der kæmper med psykiske problemer i Grønland, ikke har den mulighed, fortæller Emil Hvidtfeldt.

Turen skulle ikke være et egotrip

Så da han besluttede sig for at tage ud på et nyt eventyr, stod det hurtigt klart for ham, at det ikke måtte være et

Emil Hvidtfeldts rejseblog

Hvis du vil læse mere om Emil Hvidtfeldts fantastiske cykelevener eller donere et beløb til Foreningen Grønlandske Børn, kan du gå ind på hans rejseblog. Her finder du både blogindlæg, flere flotte fotos fra turen og link til den GoFundMe-side, som indsamlingen fungerer gennem.

Læs mere på theoddtrip.com



rent egotrip. Derfor tog han fat i Foreningen Grønlandske Børn.

– De kæmper netop for de unge grønlænderes sag, og vi blev enige om, at det ville give bedst mening for mig at samle ind til deres mentorordning Ilinniartut. Det er i bund og grund en ordning, der sørger for at unge på gymnasiet i Nuuk kan få tilknyttet en mentor, forklarer Emil Hvidtfeldt.

Projektet er med til at sikre, at flere sårbare unge gennemfører en uddannelse. Emil Hvidtfeldts indsamling foregår via en hjemmeside, hvor Emil Hvidtfeldt også blogger om sine oplevelser og lægger billeder op. Og mange af læserne giver gerne et beløb. Og mens pengene gør gavn i Grønland, er indsamlingen også en støtte for den unge langturscyklist.



Fundraisingen giver en kæmpe motivation til at cykle videre hver dag, også når det måske ikke er det, jeg har allermost lyst til.

Og de dage findes naturligvis, for en tur fra Finland til Indonesien byder på lidt af hvert. Det lykkedes eksempelvis Emil at ramme Iran midt i sommervarmen og Kirgisistan i ti graders frost – trods grundig rejseplanlægning hjemmefra. Men den slags følger med, når man er på langfart.

I januar 2019 er Emil Hvidtfeldt efter ni måneders cykeltur nået til Indien. På hele turen har han nydt godt af stor venlighed og gæstfrihed – og det har lagt en positiv grundstemning på hele turen. Men den indtil videre største og mest ekstreme oplevelse fik han i Kirgisistan.

– Jeg var heldig at finde et spil *ulak tartysh*. Det er en meget populær sport i det meste af Centralasien. Kort fortalt, er det 200 mand på hesteryg, der i en alle mod alle-kamp forsøger at få fingrene i en død ged. Det er en ekstremt voldsom sport, som udefrakommende sjældent får mulighed for at opleve, da den hovedsagelig dyrkes i afsidesliggende landsbyer, fortæller Emil Hvidtfeldt.

Han måtte også lede og spørge sig for i en måned, før det lykkedes at få spillet at se – men det var til gengæld præcis lige så spændende og kaotisk, som man kunne forestille sig.

– Alle og enhver kunne gå ind i kampen, når de ville, så der var små børn på æsler, der kæmpede på lige fod med erfarne mænd på kæmpe heste. Jeg blev endda også selv tilbudt en hest, tilføjer Emil Hvidtfeldt, der dog sagde pænt nej tak til den mulighed.

Sultne dage på grænsen til Kina

De store, fantastiske oplevelser, man kan få som langturscyklist, går hånd i hånd med både strabadser og ensomhed. Ensomheden kan især blive en byrde på lange, monotone strækninger – f.eks. gennem ørkenområder, hvor der er langt mellem byerne.



Kort fortalt, er det 200 mand på hesteryg, der i en alle mod alle-kamp forsøger at få fingrene i en død ged.

Her er den mentale indstilling afgørende, har Emil Hvidtfeldt erfaret. Men han har også oplevet, at der er både selskab og hjælp at finde på vejen.

- Jeg havde fx en hård oplevelse, da jeg skulle krydse grænsen fra Kirgisistan til Kina. Jeg blev fanget i ingenmandsland mellem de to grænseovergange og havde stort set ikke spist i to dage. Der var vildt blæsende og temperaturen et godt stykke under frysepunktet, fortæller Emil Hvidtfeldt.

Han blev dog reddet af en venlig lastbilchauffør, der også sad fast mellem de to lande. Han lod den forkomne cyklist sove i overkøjen i lastbilen og delte med glæde ud af sin madpakke, men de ventede et helt døgn på at få lov at krydse grænsen.

- De oplevelser, der virkelig føles håbløse i nuet, ender som regel med at efterlade de største indtryk. Det ender jo som oftest helt fint alligevel, siger Emil Hvidtfeldt.

Fremtidsdrømmen har ændret sig

Før han tog af sted, brugte Emil Hvidtfeldt ca. et halvt år på at forberede sig og spare sammen til rejsen. For det er naturligvis vigtigt at sætte sig ind i bl.a. visumregler, sikkerhed og vejrforhold. Men han brugte også meget tid på en masse ruteplanlægning, som alligevel ikke endte med at holde stik.

- Der er rigtig meget af min planlægning, der har vist sig at være overflødig. Man finder hurtigt ud af, hvad der virker, når først man kommer i gang. Jeg tror egentlig mest, forberedelsen var til for at få styr på nerverne, indrømmer han.

Udstyret endte også med at blive ret enkelt, og den brugte

cykel, som han kører på, har fungeret godt. Men både forberedelserne og selve turen har uden tvivl sat vigtige aftryk på den 22-årige langturscyklist.



Det er gået op for mig, at jeg har brug for at gøre en mere direkte forskel for andre mennesker.

- Tidligere har jeg drømt om at blive ingeniør eller matematiker, men nu er jeg ret sikker på, at jeg vil søge ind på sociologi eller antropologi i stedet. Hvis jeg en dag kunne komme til at arbejde for en NGO eller en velgørende forening af en art, ville det være drømmen, siger Emil Hvidtfeldt.

Men han ved også, at han gerne vil ud at rejse - og ud at cykle - igen.

- Ja! Jeg er allerede i gang med at planlægge den næste udforing. Jeg har fået en plads i "The Transcontinental Race", som går for at være et af verdens hårdeste cykelløb. Det er et løb på cirka 3.500 km tværs over Europa, som gerne skal gennemføres på højst 14 dage. Men jeg vil dog være mere end tilfreds med blot at gennemføre, slutter Emil Hvidtfeldt af.

Og indsamlingen til de grønlandske unge? Den har det godt. Du er velkommen til at støtte den - eller lave din egen. 🚲

Klar, parat – forår!

Din medlemsbutik giver vinteren baghjul med cykler og grej i alle regnbuens farver.

🕒 **En håndfuld cykelglæde**

Undgå ømme og svedige hænder på cykelturen med sæsonens flotteste handsker. Hestra Bike Guard har en let overdel, læderforstærkninger og et godt greb med støddabsorberende gel under håndfladerne. Tåler maskinvask.

NORMALPRIS: 250,-
MEDLEMSPRIS: 225,-



Rød eller ristet?

Hold humøret højt med Spurcycles' muntre drikke-dunke, der er fri for hormonforstyrrende stoffer.

Advarsel: Din lyst til hot-dogs kan stige markant!

NORMALPRIS: 99,-
MEDLEMSPRIS: 89,-





**Ekstra
nedsat**

⊙ **Ortlieb, natürlich!**

Bike Shopper er en af Ortliebs mest populære modeller, og det forstår vi godt: Den rummelige cykeltaske er 100 % vandtæt, let at klikke fast på bagagebæreren og sidder stabilt på hele cykelturen – også i ujævnt terræn. Og så er den stort set umulig at slide op. Lige nu får du Ortlieb Bike Shopper til særpris.

**NORMALPRIS: 749,-
MEDLEMSPRIS: 549,-**



⊙ **Til alle hverdagens eventyr**

Svenske POC spytter kvalitetshjelme ud, og denne gang er det hverdagscyklistens tur til at blive forkælet. Men lad dig ikke narre af det urbane look: Letvægtshjelmen Omne Air Spin har samme komfort som POCs prisvindende sportshjelme og egner sig også til lange ture på skovstier og landeveje.

**NORMALPRIS: 1.299,-
MEDLEMSPRIS: 1.169,-**

⊙ **Aldrig mere gråvej**

Alt ser bedre ud gennem de farvestrålende italienske cykelbriller fra ALBA Optic – og kvaliteten er også i top: Brillerne er fremstillet af stærke letvægtsmaterialer, glassene er brudsikre og ridsefrie, og det buede design giver optimal beskyttelse mod sol og vind. Vælg mellem de tre farver Mr. Blue, Mr. Pink og Mr. Green.

**NORMALPRIS: 1.099,-
MEDLEMSPRIS: 989,-**



⊙ **Cykelstiens dronning**

Er du vild med at cykle – men ikke så vild med vedligeholdelse? Så er Schindelhauers Greta dit perfekte match. Den blot 13,8 kg lette aluminiumscykel har det hele: Otte Shimano-gear, et robust frontlad, skærme med indbyggede lygter og et bæltedrev, der aldrig skal smøres. Modellen findes også til herrer – spørg efter Gustav. Fås også i grå.

**NORMALPRIS: 11.499,-
MEDLEMSPRIS: 10.349,-**



⊙ **Små mirakelmagere**

Er din cykel træt efter vinterens strabadser? Så giv den en tur i wellness-himlen med lækre olier og cykelrens fra Juice Lubes.

**NORMALPRIS: RENS 90,- / OLIER 109,-
MEDLEMSPRIS: RENS 85,- / OLIER 99,-**



⊙ **Bort med blæsten**

Den håndsyede vindvest i Cyklistbutikkens eget design holder dig lun i overgangssæsonen. Vesten er vandafvisende og har god pasform – og med tre rummelige lommer på ryggen er dine ting altid lige ved hånden.

**NORMALPRIS: 679,-
MEDLEMSPRIS: 539,-**

Se alle
dine fordele på
cyklistforbundet.
dk/fordele

Brug dine medlemsfordele!



Billig delebil i seks byer

Få stor rabat på det månedlige abonnement hos delebilsordningen **LetsGo**. Minibiler, familiebiler og kassevogne står klar, når du har brug for det – heraf mange elbiler. Vælg mellem flere abonnemeter.

OP TIL 56 % RABAT*

OPLYS KODEN LETSGOCYKLIST VED INDMELDELSE



Lav mad i det fri

Ryk madlavningen ud under åben himmel med lækker gear og grej fra **OutdoorCooking.dk**. Stort udvalg af kvalitetsudstyr til alle ambitionsniveauer – fra bålgrøder og kaffekedler til fuldtudstyrede udendørskøkkener.

12 % RABAT*

BRUG RABATKODEN CYKLISTFORBUNDET1819YZ I TRIN 3 I CHECKOUT



Lej cykler i København

Skal du på ferie i København og vil have en cykel til rådighed? Hos **Copenhagen Bicycles** i Nyhavn kan du leje citybikes, racercykler, touringcykler og ladcykler med rabat.

SPAR 15 %

OPLYS KODEN 'VICYKLER2018', NÅR DU BOOKER



Bliv klar til nye eventyr

Tank op på telte, trøjer, termokander og andet godt til friluftslivet. Hos **Campz.dk** får du rabat på det store udvalg af udstyr og beklædning i høj kvalitet.

15 % RABAT*

OPLYS KODEN CDKCYKLIST2019 I TRIN 3 I CHECKOUT



Medvind til særpris

Cyklistforbundets medlemmer får rabat på pålidelige elcykler i høj kvalitet hos **Smartmove.dk**. Fx den hollandske ladcykel Urban Arrow.

10 % RABAT*

VIS MEDLEMSKORT VED KØB



Rabat hos Tænk

Bliv medlem af Forbrugerrådet **Tænk** til særpris – så får du magasinet Tænk 10 gange årligt og fuld adgang til alle testresultater online.

10 % RABAT*

MELD DIG IND VIA CYKLISTFORBUNDET/DK/TAENK

DET MED SMÅT: * RABATTERNE GIVES KUN TIL MEDLEMMER AF CYKLISTFORBUNDET OG KAN IKKE KOMBINERES MED ANDRE RABATTER. HOS LETSGO ER DEN OBLIGATORISKE SELVRISIKOFORSIKRING IKKE OMFATTET AF RABATTEN. HOS OUTDOOR COOKING ER NOGLE BRANDS UNDTAGET – SE HVILKE PÅ CYKLISTFORBUNDET.DK/FORDELE. RABAT HOS NOVASOL DANSOMMER GÆLDER KUN NYE BOOKINGER. ER DU ALLEREDE MEDLEM AF FORBRUGERRÅDET TÆNK, KAN DU KONTAKTE RÅDET OG SKIFTE TIL ET MEDLEMSKAB MED RABAT. HOS SMARTMOVE.DK GÆLDER RABATTEN PÅ UDVALGTE CYKLER. VISSER MÆRKER ER UNDTAGET HOS CAMPZ.DK – SE HVILKE PÅ CYKLISTFORBUNDET.DK/FORDELE.

Sammen bliver vi hørt!

Som medlem af Cyklistforbundet er du med til at give cyklisterne en stærk stemme. Vores mål er, at det skal være nemt og sikkert for alle at cykle i hele Danmark – for børn, voksne og ældre, i byen og på landet.

Vælg det årsmedlemskab, der passer bedst til dig:



Almindeligt medlemskab

– for dig (og ingen andre) **PRIS: 350,-**

Meld hele husstanden ind
– uanset hvor mange I er: **PRIS: 500,-**



Digitalt ungdomsmedlemskab*

– for dig, der er 18-35 år **PRIS: 200,-**

Meld hele husstanden ind*
– uanset hvor mange I er: **PRIS: 350,-**



Seniormedlemskab

– for dig, der er pensionist **PRIS: 200,-**

Meld hele senior-husstanden ind
– uanset hvor mange I er: **PRIS: 350,-**

Nyt medlemskab*
Til dig der er 18-35 år
200,- pr. år

Ja tak, meld mig ind!

Bliv medlem på **cyklistforbundet.dk/medlem** – eller scan koden og meld dig ind via mobilen:



Mere ferie for pengene

Hold sommerferie med rabat. Hos **NOVASOL/dansommer** kan du vælge mellem 50.000 skønne sommerhuse og ferieboliger i Danmark og 27 andre europæiske lande – i alle prisklasser. Tilbuddet gælder både i storbyen og i vandkanten.

10 % RABAT*

SEND EN MAIL TIL
POST@CYKLISTFORBUNDET.DK
OG BED OM EN RABATKODE



**CYKLIST™
FORBUNDET**

PEDALKRAFT – SIDEN 1905

*DU MODTAGER IKKE DET TRYKTE MAGASIN, MEN KAN LÆSE DET ONLINE



Åbent værksted

Trænger din cykel til en kærlig hånd? Så book et **låneværksted** i kælderen under Rømersgade 7 i København K. Vi stiller arbejdsstand og værktøj til rådighed for medlemmer. Åbningstid: mandag-fredag 08:30 -18:00

GRATIS

BOOK EN TID VED AT SENDE EN MAIL TIL
1905@CYKLISTFORBUNDET.DK

DET FÅR DU SOM MEDLEM:

- Magasinet **CYKLISTER** fire gange årligt
- Det **elektroniske nyhedsbrev CYKLISTER** hver måned
- **Rabat** på cykler, udstyr og oplevelser
- **Juridisk bistand**, hvis du kommer til skade på cykel
- **Indflydelse** på dine forhold som cyklist

Se alle fordele på **cyklistforbundet.dk**



Virksomheder melder sig ind

→ Måske skal din virksomhed være medlem af Cyklistforbundet? Som virksomhedsmedlem støtter I arbejdet for en sundere og mere bæredygtig verden, og I styrker jeres CSR-profil inden for klima og sundhed. Cyklistforbundet arbejder for at forløse de enorme samfundsmæssige potentialer, der ligger i en stærk cykelkultur. Med jeres støtte som virksomhedsmedlem kan vi nå endnu længere i det arbejde.



Vi støtter Cyklistforbundets arbejde for en sundere og mere bæredygtig verden

Som medlem får virksomheden et fysisk diplom og digitalt materiale - der viser, at I støtter Cyklistforbundet - og I får jeres logo med link til jeres hjemmeside på cyklistforbundet.dk.

I får desuden et antal eksemplarer af magasinet CYKLISTER, der kommer fire gange om året og 20 procent rabat på certificering som Cykelvenlig Arbejdsplads. Endvidere får virksomheden medlemsrabat i Cyklistbutikken 1905 til køb af eksempelvis firmagaver, tjenestecykler og udstyr til ud-lån på arbejdspladsen.

Og sidst, men ikke mindst, får I deltagelse i et årligt seminar om cykelfremme på arbejdspladsen, hvor I får ny viden og inspiration og deler erfaringer med andre virksomhedsmedlemmer.



Cykelturistuge i Kronjylland

Hvis du har set Vorup Enge, Den Blå Bro og Romalt Bakker, ved du, at der er smukt i og omkring Randers. Hvert år inviterer Cyklistforbundet i juli på seks dages cykling i et af landets lokalområder, og i år afholdes **Cykeluristugen** netop i den flotte natur omkring Randers - området som også kaldes Kronjylland. Alle er velkomne til at deltage, både medlemmer og ikke-medlemmer i alle aldre. Du skal blot kunne lide at cykle og komme ud og opleve landets lokalområder.

I **Cykeluristugen** cykler vi hver dag ud på skønne arrangerede cykeludflugter og følger op med sociale arrangementer og foredrag.

I år bliver vores base Randers City Camp.

Se mere info på hjemmesiden.



FOTO: RUBY REJSER

SÅDAN vinder du

Du og dine kollegaer skal først tilmelde jer VI CYKLER TIL ARBEJDE

I maj måned skal I cykle til arbejde så ofte som muligt, for hver gang, I gør det, optjener I en cykeldag. Når I indtaster jeres cykeldage på vcta.dk, bliver de konverteret til lodder og kastet i den store bowl.

Vinderne offentliggøres **14. juni** - også de der har været så dygtige og heldige, at de har vundet rejsegavekortet fra Ruby Rejser.

Men der er også mange andre præmier på højkant i VI CYKLER TIL ARBEJDE.

Se alle præmierne www.vcta.dk/Praemier.aspx



FOTO: MAREHALD

Cykelleg i børnehaven

12.000 børn fra 300 institutioner over hele landet. Så mange skal i maj lege cykelleg i forbindelse med Cyklistforbundets og Østifternes kampagne '**Vi kan cykle!**'. Kampagnen er bygget op omkring Cyklistforbundets koncept '**Cykelleg**'. Cykelleg er sjov cykeltræning, hvor barnet via leg træner cykelsikkerhed. Det er cykelfærdigheder som at kunne bremse, række hånden ud og dreje hovedet, at kunne bedømme afstand og fart og få rum- og retningssans. **Cykelleg** er også et stærkt pædagogisk redskab, der understøtter børnehavernes pædagogiske arbejde med de seks læreplanstemaer. Cyklistforbundet og Østifterne håber med kampagnen at give en masse børn smag for friheden og den boblende glæde ved at suse afsted på cykel

Cykl og vind en ferie

→ Der er ekstra god grund til at cykle sammen med kollegaerne i maj i VI CYKLER TIL ARBEJDE. Der er nemlig en rejse til en værdi af 10.000 kroner på højkant - til alle deltagere på det vindende hold.

Med hovedpræmien fra Ruby Rejser kan du frit vælge mellem flere spændende destinationer og ferietyper fx kulturelle oversøiske rundrejser i Asien, cykelferie, cykelkrydstogt og vandreferier i hele Europa.

**Vi cykler
også på
nettet**



Du kan også få dit cykelfoto i CYKLISTER.
Læg billedet på Instagram og tag det med:

#pedalkraft



@justhanni: Copenhagen Classics



@kimahm_cph: Tourist de Luxe



@cykelninja: A closer look at a pink beauty



**Om at melde utrygge steder at cykle
ind på CYKELLAND.NU**



Lui Vium Det er en virkelig god ide det her! Er ikke så meget inde i problematikken på landsplan, men København har virkelig meget at rydde op i.

Synes godt om · Svar · 4 u



Om børnehavekampagne "Vi kan cykle!"



Heidi Tøttrup Jensen Lyder rigtig spændende, og børnene bruger jo i forvejen cyklerne i børnehaven meget.

Synes godt om · Svar · Besked · 6 u



Utrygt!



KlausBondam @KlausBondam · 18. jan.

"Man blander endnu en hastighed ind på et stykke vej, hvor der i forvejen er rigtig mange transportmidler i form af den almindelige cykel, ladcyklen, elcyklen, racercyklen, den langsomme cyklist og barnecyklisten. Det er ekstremt utrygt" #dktrp #dkpol #cykelpol 🚲 🚲 🚲

Cyklistforbundet @cyklistforbund

Elløbehjul = mindre pladskrævende, mere bæredygtig mobilitet. Men mg utrygt m så mange forsk køretøjer på cykelstien berlingske.dk/danmark/sig-



CYKLISTFORBUNDET TIL RITZAU:

Regeringens infrastrukturplan er slet ikke ambitiøs nok i forhold til cykler og grøn omstilling

Find os på nettet:

facebook.com/cyklistforbundet

twitter.com/cyklistforbund

instagram.com/cyklistforbundet

youtube.com/cyklistforbundet

cyklistforbundet.dk

linkedin.com/company/cyklistforbundet



VI CYKLER TIL ARBEJDE

MAJ 2019

BLIV EN DEL AF BEVÆGELSEN

MELD DIT HOLD TIL PÅ VCTA.DK

I maj måned cykler vi til arbejde

Tænk, hvis du blev klappet i mål, hver gang du tog en cykeltur.

Tænk, hvis du kunne vinde en drømmerejse ved at cykle.

Tænk, hvis du fik masser af motion.

Sådan er VI CYKLER TIL ARBEJDE. I hele maj måned er du på hold med dine kollegaer, og de hepper på dig. Hver dag på cykel øger jeres chance for at vinde en rejse ud i verden eller nogle af de mange andre skønne præmier.

Så gør som 60.000 andre glade kollegaer: Sæt dit hold til VI CYKLER TIL ARBEJDE – Danmarks største og sjoveste motionskampagne, der har fået danskerne op på cyklen i over 20 år.

Det er nemt at være med

- Du skal blot finde 4-16 kollegaer med lyst til at cykle og meld jer til på vcta.dk.
- Det koster 60 kroner pr. person at deltage – og da cykelturen giver sunde og glade kollegaer, synes vi, du skal få chefen til at betale.

I tvivl om tilmeldingen?

KONTAKT os på tlf. 33 32 31 21
eller skriv til vcta@cyklistforbundet.dk