

Vil ha flere jenter på hjul

Lillian Thu Lode fra Bryne CK synes det er positivt at Nordsjørippet kommer med eget jenteløft.

TRUDE LEA | tekst og foto
tl@jbl.no

SYKKEL: I år er målet å få 20 prosent kvinneandel på startstreken, og det skal nås gjennom å invitere jenter i alle aldre til å være med på den nye satsingen, «Jenter på hjul».

– Laget passer for alle som har lyst til å trene og sykle sammen med andre jenter, og det leggs vekt på mestringsfølelse og trygghet på sykkelen. Målet skal være å gjennomføre de drøyt ni milene fra Egersund til Sandnes og få en god opplevelse rittdagen, sier daglig leder i Nordsjørippet, Eli Orre.

– Jo flere, jo bedre

For det initiativet høster organisasjonen applaus hos Thu Lode, som i år deltar i det populære sykkelrittet for 11. gang. Det er det få, om noen andre kvinner, som kan skilte med.

– Jo flere jenter, jo bedre, smiler 41-åringen.

Det er det få, om noen andre kvinner, som kan skilte med.

Selv er Thu Lode medlem i Bryne CK, og aktivt med på klubbens dametreninger. I tillegg er hun spinninginstruktør og syk-

kelansvarlig på Elixia Bryne.

– Det fungerer veldig bra med egen jentegruppe, og vi opplever stadig tilvekst av nye medlemmer, sier hun.

Thu Lode råder ferske, kvinnelige ryttere til å sette seg et mål, om det så bare er å delta i Nordsjørippet for å klare å fullføre.

– Hvis du ikke har et godt treningsgrunnlag fra før, dreier debuten seg mye om å føle hvordan det kjennes ut å sykle så langt og sammen med så mange andre, sier hun.

Eget opplegg

For alle som melder seg på Nordsjørippets eget jentelag, arrangeres det eget kick-off i slutten av februar, teknikkveld og fire spinningøkter, samt utetreninger etter påske sammen med egen trener, May Britt Våland, og de andre jentene på laget.

– De vil også delta sammen med treneren i pre-rittene på Nærbø, i Sandnes og Egersund. Det koster ingenting å melde seg på, kun vanlig påmeldingavgift og lisens som ordinært til Nordsjørippet, opplyser Orre.

Det er imidlertid et begrenset antall plasser.

– Vi har satt av 50 plasser til



SYKKELTRENING: Lillian Thu Lode tilbringer mange treningstimer på sykkelsetet, og håper enda flere jenter gjør det samme i månedene framover mot Nordsjørippet.

dette prosjektet, sier Orre.

I fjor var antall kvinnelige deltaker i underkant av 20 prosent, og nå vil altså Orre motivere enda flere jenter til å melde seg på.

– Når vi er ute og orienterer om Nordsjørippet hos bedrifter, er det som regel mennene som brøler høyst. Det skremmer en del av damene som er i tvil om

de skal hive seg med. Nå kan flere få et skreddersydd opplegg, sier Orre.