

Tenerife uge 3, 2020

Da vi alle sammen er interesseret i at holde formen hen over vinteren, bliver der arrangeret en træningstur til Tenerife i uge 3.

Vi er nogle stykker, som har været afsted på denne rigtig gode tur et par gange, og vil derfor gerne reklamere for turen, så evt. andre interesserede kan tage med.

Det er et rigtig godt alternativ til at tune formen hen over vinteren, da turen ligger i januar – altså kun nogle få måneder fra sæsonstart.



Terrænet byder på stigninger i alle kategorier, så der er noget for en hver smag 😊

Dog er det meget lange stigninger, så det er helt klart en fordel at have holdt formen bare lidt kørende siden oktober.

Ruterne står Flemming Byø for. Og turen henover Masca Valley samt turen op på vulkanen Teide, er altid på programmet.



Dog sniger der sig sommetider en stigning ind, så selv de største bjerggede må stige af cyklerne 😊



Der bliver også holdt pauser på turene, så depoterne kan blive fyldt op undervejs.

Her holder vi pause oppe på nordkysten inden turen går hjem over Masca Valley





Her ses Helsgaun på vulkanen Teide.

Hvis du brænder for at tage med på denne fantastiske tur, som udover super god træning også byder på god mad og godt selskab, så skriv en email til:

jbern76@gmail.com

Vi tager afsted lørdag den 11.01 med hjemtur den 18.01.2020

Pris for turen: **DKK 5.600**

Inkluderet i prisen er:

Fly tur/retur

Hotel

Cykeltransport

Transport til/fra lufthavn

Tilmeldingsfrist d. 26.09.2019

Sidste år kørte vi 14.500 højdemeter med stignings % mellem 5 – 16

Bjerggearning tilrådes naturligvis. Der ligger en cykelforretning relativt tæt på hotellet, så skulle man komme i problemer, så er der hjælp at hente.

Håber at se nogle flere deltagere på turen 😊



Hotel Blue Callao Garden



Flemming Byø – alias Bone-breaker!