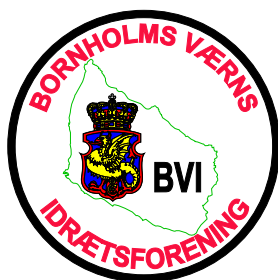


# PROGRAM FOR



## **DANSK MILITÆRT IDRÆTSFORBUNDS MESTERSKABER I MOUNTAINBIKE**

**Fredag den 28. oktober**

# Indhold

PROGRAMTIDER .....	3
FIND VEJ .....	3
RUTEN .....	3
LØST & FAST.....	4
Trailcenter Bornholm – til den søde ventetid eller lidt ekstra træning!.....	4
Et sporsystem med muligheder .....	4
Faciliteter i området.....	5
Oversigt over sporene.....	6
Bornholms historie – kort fortalt.....	6
Middelalderen.....	6
Moderne tider.....	7
II Verdenskrig.....	7
Bornholm i dag.....	7
FACTS OM BORNHOLM.....	8
DMI Stævnekalender 2022 .....	<b>Fejl! Bogmærke er ikke defineret.</b>

## PROGRAMTIDER

### Fredag 28. oktober

1000-1030	Registrering og klargøring
1030-1045	Velkomst
1045-1125	Opvarmning (mulighed for gennemkørsel af rute)
1125-1315	Løb (1300 forventeligt alle i mål)
1315-1330	Præmieceremoni og afslutning
1330-1345	Sammenpakning
1345-1420	Transport til Færgen

## DMI MESTERSKAB

Start kl.		Køretid	
11.30	Herre A	85 min.	Alle klasser + omgangen færdig
11.30	Old Boys (H40)	85 min.	
11.35	Herre B	80 min.	
11.35	Veteran (H50)	80 min.	
11.35	Dame A +	80 min.	
11.35	SuperVeteran (H60)	80 min.	
	Værnepligtig		

## INDSKRIVNING

Fredag: Kl. 1000-1030 på stævnepladsen.  
Udlevering af nummer med tidtagningschip

## FIND VEJ

Mødested: Vang granitbrud (alias Ringebakkernes stenbrud) Ringdalsvej 3, 3790 Hasle. Her er parkering, stævneplads, start/mål. Der er adgang til toilet ("raket"). Der er adgang til alm. vand.



## RUTEN

Ruten er ca 4 km, med 111 højde meter let til moderat kuperet, med en sværhedsgrad svarende til blå ruter. Den skifter mellem brede stier og hurtige

snørklede singletracks. Ruten er markeret med markeringsstrimmel og skilte. Ruten er IKKE afspærret for gående, hvorfor der skal tages hensyn.



- Ingen cykelvask, bad eller omklædning på stævnepladser, faciliteterne findes på kasernen.
- Der er ingen kiosk.
- Der er vand på stævnepladsen.
- Det tilrådes at medbringe rigeligt med vand/væske til området.
- I målområdet er det muligt at placere egne dunke som man kan tage efter hver omgang.

## Trailcenter Bornholm – til den søde ventetid eller lidt ekstra træning!

Mountainbikesporene omkring Rytterknægten er en MTB-oplevelse, der er helt unik for Danmark. Prøv kræfter med det bornholmske urfjeld i Almindingen, hvor du finder hele 17 mountainbikespor med fokus på sjove og udfordrende nedkørsler. Her lægges der op til mange timers leg på cyklen. Sporene er blevet lavet af Trailbuilders Bornholm i samarbejde med Naturstyrelsen og Destination Bornholm

### Et sporsystem med muligheder

Trailcenter Bornholm i Almindingen er ikke spor som man kender dem fra resten af Danmark. Sporene ligger mange steder direkte på klipperne, og det stejle og vekslende terræn giver meget stor variation i sporenes forløb og sværhedsgrader. Der er heller ikke tale om en klassisk rundtur, men om et vidt forgrenet netværk af spor. Fokus er på sjove og udfordrende nedkørsler. For at udnytte terrænet maksimalt deler mange af nedkørslerne de samme opkørsler. Området har mange sten og klipper, så man kan godt slå sig alvorligt ved styrt. Vær derfor opmærksom, og stå

gerne af og inspicer de teknisk svære strækninger, inden du kører dem første gang. Kør altid med hjelm; også gerne med knæbeskyttere, handsker og rygskjold. De fleste spor er belagt med knust granit så de kan køres det meste af året – men vi opfordrer til, at man skåner sporene når det er særlig vådt.

Spor til enhver smag

I Trailcenter Bornholm finder du spor af forskellige sværhedsgrader efter danske standarder; lige fra grøn (meget let) til sort (svær), hvor et par af de sværeste features er markeret som orange tilvalg. De grønne spor er relativt brede spor med moderate stigninger.

De blå spor er en anelse sværere men stadig til den let-øvede; dog skal du have de grundlæggende færdigheder i orden. Du støder her på singletracks med moderate stigninger, hvor der også kan forekomme korte stejle strækninger.

De røde spor er af sværhedsgraden middel og er forbeholdt den øvede MTB-rytter. Her finder du udfordrende op- og nedkørsler, hvor du skal forvente drops, huller, større rødder og sten samt snævre passager og singletracks. Alle forhindringer på de røde spor kan køres med fuld jordkontakt med lav hastighed. De sorte spor er svære og er for MTB-rytteren på ekspert-niveau.

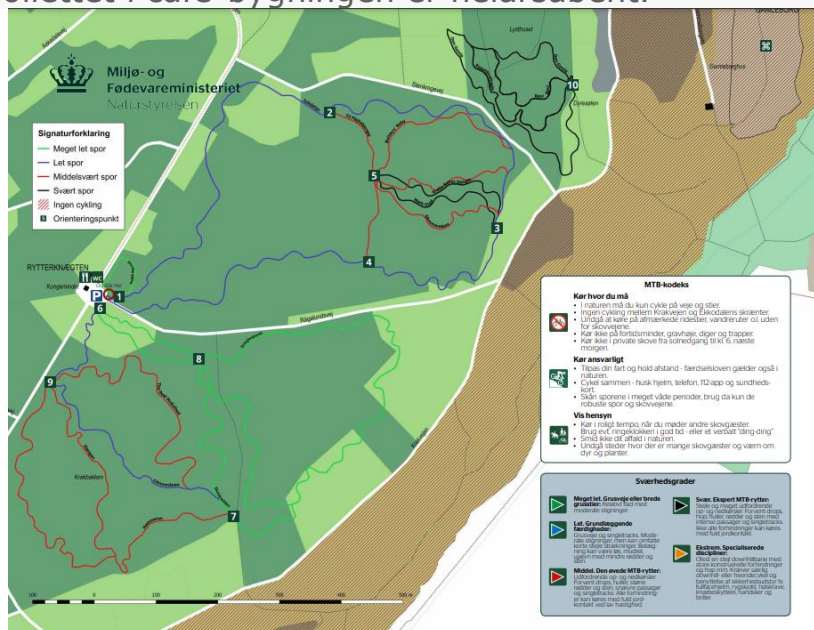
Sporene i den sorte farver sender dig ud på stejle og meget udfordrende op- og nedkørsler. Forvent drops, hop, huller, rødder og sten med intense passager samt singletracks. Her kan ikke alle forhindringer køres med fuld jordkontakt.

De orange tilvalg på de sorte spor er for den helt igennem ekstreme MTB-rytter, hvor de specialiserede discipliner kommer i spil. Ofte en stejl downhillbane med store konstruerede forhindringer og hop mm. Tilvalgene kræver særligt downhill- eller freeridecykler og benyttelse af sikkerhedsudstyr, som f.eks. fullfacehjelm, rygskjold, halskrave, knæbeskyttere, handsker og briller.

Ønsker man at forbedre sig, eller få det maksimale ud af sin kørsel kan man med fordel hyre en underviser eller guide. Happy Trails!

## Faciliteter i området

Der er mulighed for at købe kaffe, drikkevarer, lækkerier og snacks ved Rytterknægten. Toilettet i cafe-bygningen er helårsåbent.



## Oversigt over sporene

### **Grønne spor (meget let)**

- Sneglesporet (1,8 km)
- Skildpadden (550 m)
- Pugga Me Fyjl (børne- og teknikspor) (150 m)

### **Blå spor (let)**

- Jylkåttijn (2,2 km)
- Citronmånen (650 m)

### **Røde spor (middelsvært)**

- Hammeren (850 m)
- Sløngan (400 m)
- The Real McKofoed (600 m)
- Til Fløjtebjerget (300 m)
- Builder's Baby (350 m)
- Bornholmerflåw (300 m)
- Skovmandens (350 m)

### **Sorte spor (svære)**

- Mørk Guld (300 m)
- Krølle Bølles Delight (300 m)
- Den Gamle (800 m)
- Bøvl (300 m)
- Rabalderstræde (350 m)

## Bornholms historie – kort fortalt.

Bornholm har været beboet siden forhistorisk tid (det ældste bevis for menneskelig bosættelse stammer fra 9000-8000 f.Kr.). På det tidspunkt havde Bornholm jordforbindelser til det nuværende Polen og Tyskland, hvorfra det adskiltes mellem 6800-4500 f.Kr.

Omkring 3500 f.Kr. var der en befæstet lejr nær nutidens Aakirkeby, hvilket fremgår af befæstningerne og jordvoldene, der har overlevet til i dag. De første spor af landbruget på øen stammer også fra denne periode.

Talrige helleristninger i Madsebakke og adskillige menhir kultsten stammer fra det 13. - 9. århundrede f.Kr.

## Middelalderen

I det 5.-6. århundrede e.Kr. blev øen beboet af den germanske burgundiske stamme og senere af vikingerne. De tidligste henvisninger til Bornholm, som dengang blev kaldt Burgundarholm, kommer fra denne periode (890).

Det 9.-12. Århundrede var en tid med kampe mellem de germanske danskere og de slaviske vendinger over øen. De runde forsvarskirker på Bornholm stammer fra denne periode (fire af dem står stadig i dag ved Nyker, Olsker, Nylars og Østerlars. I 1149 kom en stor del af Bornholm under erkebiskoprådet i Lund, og fra da af øen blev stedet for væbnet rivalisering mellem de danske kongelige guvernører og repræsentanter for ærkebiskoprådet i Lund. De kirkelige myndigheders sæde var Hammershus Slot i den nordlige del af øen (opførelsen begyndte omkring 1250) og de kongelige myndigheders sæde var den gamle fæstning Lilleborg (udvidet i 1150), beliggende i den centrale del af øen i det, der nu er Almindingen skov. Som et resultat af igangværende kampe har Lilleborg ødelagt.

## Moderne tider

I det 14. og 15. århundrede blev den faktiske magt over øen udøvet af købmænd fra Lübeck, der overtog suveræniteten over øen i 1525.

I 1578 genvandt kong Frederik II af Danmark kontrollen over øen. I 1645 under kampene mellem Danmark og Sverige om kontrol med Østersøen blev Bornholm midlertidigt taget af svenskerne.

Imidlertid brød det samme år ud af et oprør mod svensk styre på Bornholm, ledet blandt andet af Jens Pedersen Kofoed (1628-1691), Paul Anker og Willum Clausen. Oprørerne vandt sejr og dræbte blandt andet den svenske øverstbefalende for øen Printzensköld (1615-1658) og kørte de svenske tropper ud. Oprøret blev afsluttet med fredsftalen i København i 1660, og øen blev overdraget til den danske krone, og indbyggerne fik mange kongelige privilegier. Øboerne fik privilegiet at producere alkohol, og Bornholms forsvarsstyrke, der eksisterer den dag i dag sammen med den regelmæssige hær og udelukkende består af øboere, blev dannet.

I det 17. århundrede begyndte udvindingen af sten og kul. Fortjeneste ved salg af disse råvarer og fiskeri var begyndelsen på øens økonomiske udvikling, afbrudt af epidemier og Napoleonskrige.

Efterfølgende konger af Danmark styrket Bornholm militært som en vigtig flådebase for Danmark. I 1684 begyndte kong Christian V at bygge en flådebase på en lille ø 18 km øst for Bornholm opkaldt efter ham, Christiansø, som stadig er under det danske forsvarsministeriums jurisdiktion.

Efter krigen sluttede, begyndte Bornholm at udvikle sig økonomisk igen.

I 1866 blev permanente rederier åbnet til København og nærliggende Ystad i Sverige (sejladsskibe blev opretholdt dagligt ved hjælp af dampbåde).

Dette bidrog til udviklingen af turisme på Bornholm, især efter åbningen af en permanent færgeforbindelse til Sassnitz på den tyske ø Rügen og senere til Kołobrzeg i Polen.

## II Verdenskrig

Den 10. april 1940 landede tyskerne på øen og begyndte at bygge befæstninger nær Dueodde (på den sydlige del af øen) med positioner til 2 store kystartilleripistoler.

Den tyske besættelse var ikke besværlig for øboerne, og der var ingen større modstandsdygtighed mod besættelserne.

Bornholm-fiskerne deltog i evakueringen af jøder fra Danmark til det neutrale Sverige på et tidspunkt, hvor de blev truet med udvisning til dødslejre.

Stillet over for et forsøg fra nazistroppe på at modstå, russerne bombet Rønne og Nexø den 7. og 8. maj 1945 og ødelagde omkring 800 huse. I lyset af disse luftangreb og tilstedeværelsen af omkring 26.000 flygtninge fra Tyskland og de baltiske lande overgav chefen for den tyske garnison på flere hundrede mand Gerhard von Kamptz den 9. maj 1945 til den røde hær, der besatte øen med omkring 10.000 soldater indtil den 5. april 1946, da den forlod Bornholm næsten natten over.

Allinge har en kirkegård med grave fra 36 sovjetiske soldater, der døde af sygdom i denne periode. I 1946 donerede Sverige 300 træhuse (som stadig eksisterer i dag) til indbyggerne i Bornholm for at genopbygge de byer, der var blevet bombet af russerne.

## Bornholm i dag

Efter anden verdenskrig nød Bornholm, som en del af det moderne Danmark, hjælp til at bygge hjælp fra amerikanerne og skandinaviske naboer. Ødelæggelsen af de sidste krigsdage blev hurtigt fjernet.

Bornholm er nu en provins i Danmark med omkring 40.000 mennesker, der bor på øen. Som en del af et vesteuropæisk land har Bornholm et relativt højt

bruttonationalprodukt og et godt pensions- og socialsystem.

De fleste af øboerne lever nu af turisme eller landbrug. Fiskeri har mistet sin historiske betydning.

Ud over kvalitetskøkken startet med regionalitet og sæsonbestemthed i tankerne, er der en stærk vægt på vedvarende energikilder og bæredygtighed.

## FACTS OM BORNHOLM

Nedenstående fakta er fundet på nettet, og kan variere lidt afhængigt oprindelse og årstal.

- Areal = 588,3 Km<sup>2</sup>.
- Kystlinjen er 141,4 Km.
- Længste strækning i fugleflugt er 40 km (fra Hammeren til Dueodde).
- Højeste punkt er Rytterknægten med 162 m (ca 180 m hvis du kravler op i Kongemindet).
- Nærmeste danske kyst er Møns Klint 135 Km borte.
- Korteste afstand til Sverige er 37 Km.
- Tyskland (Rügen) ligger 88 km væk.
- Rusland (Kaliningrad) ligger ca 300 Km væk.
- Ad søvejen er der 180 Km til København.
- Befolkningstæt er 77 pr km<sup>2</sup> (gennemsnit i DK er 121 pr km<sup>2</sup>)
- Der er 7 lyskryds på Bornholm (alle i Rønne) – dog er der netop truffet beslutning om at opføre et 8. lyskryds i Allinge.
- Ca 22% af Bornholm er dækket af skov.
- Der findes en rulletrappe på Bornholm.
- Der er 6 kommuneskoler og 7 fri- og privatskoler på Bornholm.
- Der bor 39.606 indbyggere på Bornholm (pr 1/1-2021).