



SYKLISTFORENINGEN

Lillestrøm og omegn

lillestrom@syklistene.no

www.facebook.com/slfloo

www.slfloo.com

Dette **nyhetsbrevet** av 16.02.25 sendes til deg* som er medlem i lokallaget SLF *Lillestrøm og omegn*



Bli med på årsmøte og temakveld på vaffeldagen på Måsan aktivitetssenter i Lillestrøm!

1 – Velkommen til årsmøte og temakveld 25.03.25 på Måsan aktivitetssenter i Lillestrøm!

Innkallingen til vårt årsmøte 25.03.25 kl 19.00 på Måsan aktivitetssenter finner du på www.slfloo.com/about/arsmote/ (der alle sakspapirer vil bli tilgjengelig senest én uke før årsmøtet) og som vedlegg 1 til dette nyhetsbrevet. Alle interesserte syklistere er velkommen til vårt årsmøte. Men som medlem av lokallaget SLF *Lillestrøm og omegn* (SLF LOO) har du møte-, tale- og stemmerett på årsmøtet vårt. Benytt anledningen og bli med i vårt arbeid for bedre sykkelforhold, økt sykkelandel og sykkelglede! Hvis du har lyst til å engasjere deg selv som styremedlem, lokalkontakt eller på annen måte, eller ønsker å foreslå andre kandidater eller saker til årsmøte, send mail til lillestrom@syklistene.no senest 04.03.25!

Samme dag som vi arrangerer årsmøtet inviterer vi også til årets temakveld der vi presenterer funn fra *Lillestrøm sykkeluka 2024* og samarbeidsprosjektet med Bane NOR *Puls til Perrongen*. Her vil du få svar på spørsmålet hvordan vi kan få flere til å sykle til Lillestrøm stasjon som er Norges tredje største knutepunkt? For mer info sjekk invitasjonen til temakveld som starter kl 18.00 den 25.03.25 på vår nettside www.slfloo.com/aktuelt og i vedlegg 2. Om du selv har konkrete spørsmål eller kommentarer om kombinasjon av sykkel og tog, lokale sykkelforhold rundt og sykkelparkeringsmuligheter ved Lillestrøm stasjon, send disse gjerne allerede nå pr mail til lillestrom@syklistene.no! Med litt flaks vinner du da gratis parkeringsplass for resten av året, på valgfritt sykkelhotell ved Lillestrøm stasjon!

2 – Bli del av vårt Bike for trees team på sykkelrittet fra Eidsvoll til Oslo juni 2025!

I år deltar vi allerede for tredje gang med et eget *Bike for trees* – lag på Styrkeprøven. På lørdag, 14.06.25 er vi igjen med på den "lille styrkeprøven" fra Eidsvoll til Oslo, med starttid kl 14.17 (i puljen med fart på mer enn 20 km/h). Som i tidligere år er målet ikke å vinne selve rittet, men oppmerksomheten for en god sykkel-sak. Alle er hjertelig invitert til å støtte vårt team som igjen skal samle inn penger til Regnskogfondet (mer info om årets SPLEIS aksjon kommer i løpet av våren). Om du har lyst til å bli en del av teamet vårt, eller om du har spørsmål om prosjektet, send mail til lillestrom@syklistene.no senest 31.03.25 eller ta direkte kontakt med vår nestleder Alf Helge Hartveit Skistad (mobil 920 96 363)! Rekruttering av nye teammedlemmer avsluttes altså i mars. For mer informasjon sjekk også vår nettside www.slfloo.com/aktiviteter/bikes-for-trees/

3 – Sykkeltiltak i Friluftslivets år 2025 og arrangement på FN's sykkel dag i juni 2025!

Vårt lokallag har blitt spurt om vi ønsker å bli med i prosjektet *Hele Norge sykler* for å markere Friluftslivets år 2025 - og det er allerede etablert dialog med både Syklistforeningen og Lillestrøm kommune ang et større arrangement i Lillestrøm på FN's sykkel dag, tirsdag ettermiddag, 03.06.25. Men vi er fortsatt tidlig i planleggingsfasen og tar gjerne imot innspill og ønsker fra våre medlemmer her. Vi håper også at noen av dere har lyst til å bli med som frivillige den 3. juni 2025. Mer info kommer, men send gjerne kort mail til lillestrom@syklistene.no om du kunne tenke deg å bli med her! Se også generell info om *Hele Norge sykler* i vedlegg 3 og her: www.syklistforeningen.no/aktuelt/hele-norge-sykler-2025/

4 – Bli med oss på tur, og vann gavekort fra Foss Sport!

Vi har allerede arrangert to sykkelturer i år – og har planlagt mange flere turer i resten av sykkelsesongen! Se gjerne på oversikten over planlagte sykkelturer i regi av SLF Lillestrøm og omegn i 2025 på vår nettside www.slfloo.com/aktiviteter/sykkelturer/. Turbeskrivelsene til alle våre turer legges som kjent fortløpende ut på vår Facebook side www.facebook.com/slfloo. Her finner du også info om vår neste *Bike n brunch* sykkeltur: På lørdag, [22.02.25](http://www.slfloo.com/aktiviteter/sykkelturer/) starter vi kl 10.00 ved Lillestrøm stasjon og fra kl 11.00 er vi på La Luna kaffebar i Lillestrøm sentrum der vi spanderer mat og drikke til alle turdeltakere. Der vil vi også gjerne høre dine tanker om vårt aktivitetsprogram i 2025. Det gjelder særlig prosjektet *Bike for trees 2025*, *Hele Norge sykler* og andre sykkeltiltak i Friluftslivets år og foran Stortingsvalget i september 2025. Husk at du som deltaker på våre turer er med i trekning av tre gavekort på kr 1.000 fra Foss Sport på Strømmen, og send påmelding pr mail senest dagen før turen!

Ta også gjerne kontakt om du vil engasjere deg som aktivt medlem i vårt lokallag. Du kan når som helst sende oss spørsmål og forslag til gode sykkeltiltak pr mail til lillestrom@syklistene.no. Keep cycling!

Mvh

Sykelstyret i SLF Lillestrøm og omegn

www.slfloo.com

facebook.com/slfloo/

* Etter avtale med sekretariatet i Syklistforeningen sender styret i lokallaget SLF Lillestrøm og omegn i uregelmessig avstand egne nyhetsbrev pr mail til lokale medlemmer (med kjent mailadresse). På denne måten informerer vi om vårt eget tilbud og andre aktuelle sykkelsaker i Lillestrøm og omegn. Disse nyhetsbrev finner du også i arkivet på vår nettside www.slfloo.com/arkiv/. Om du ikke ønsker å få slike lokale nyhetsbrev send kort mail til lillestrom@syklistene.no.

VEDLEGG: Innkalling til årsmøte og invitasjon til temakveld 25.03.25 samt info om *Hele Norge sykler*



Velkommen til årsmøte og vaffeldagen!

SLF *Lillestrøm og omegn* inviterer egne medlemmer og andre interesserte syklistere til årsmøte på vaffeldagen, tirsdag, 25.03.25 kl 19.00 på Måsan aktivitetssenter i Lillestrøm!

Lokallagsnytt | Lillestrøm og omegn | Lokallagsnytt | 8. februar 2025 | Carsten Wiecek



Bli med på årsmøte og vaffeldagen på Måsan aktivitetssenter i Lillestrøm!

Alle interesserte syklistere i regionen vår, uansett medlemskap og bosted, er velkommen til vårt årsmøte 2025. Du som er medlem i Syklisteforeningen (SLF – Syklistene) og bor i Lillestrøm kommune eller Rælingen kommune er automatisk medlem av lokallaget SLF *Lillestrøm og omegn* (SLF LOO) og har da møte-, tale- og stemmerett på årsmøtet vårt.

Tid: tirsdag, 25.03.25, kl 19.00

Sted: [Måsan aktivitetssenter](#), Kjerulfsgate 38, Lillestrøm (møterom Åttekanten)

Dagsorden til årsmøtet 2025

- Styrets beretning og regnskap 2024
- Aktivitetsprogram og budsjett 2025
- Valg av styre og leder
- Innkomne saker og annet

Frist for forslag til verv og/eller saker til årsmøtet er 4. mars 2025

Vi har dessverre ingen valgkomité, men hvis du lyst til å engasjere deg selv som styremedlem, lokalkontakt eller på annen måte, eller ønsker å foreslå andre kandidater eller saker til årsmøte, send mail til lillestrom@syklistene.no, senest 04.03.25!

Dagsorden og alle andre sakspapirer til årsmøtet blir senest én uke før årsmøtet tilgjengelig på vår nettside www.slfloo.com/about/arsmote. Her vil du også finne mer informasjon om vår temakveld (fra kl 18.00 samme dag).

Påmelding: Det er ikke nødvendig å sende påmelding. Men vi skal servere vaffer og varm drikke under årsmøtet - og er takknemlig for en kort tilbakemelding fra alle som ønsker å delta på årsmøte, enten per mail til lillestrom@syklistene.no eller via vår Facebookside www.facebook.com/slfloo! Takk!

Ved spørsmål og kommentarer ta gjerne kontakt med styreleder Carsten Wiecek (lillestrom@syklistene.no) eller vår nestleder Alf Helge Hartveit Skistad (mobil 920 96 363)! Vel møtt!

PS: «Sykkelstyret» av SLF *Lillestrøm og omegn* som består av fem engasjerte syklistere fra Lillestrøm og omegn arbeider målrettet for bedre sykkelforhold, økt sykkelandel og sykkelglede i regionen vår. Men vi ønsker oss flere bidragsyttere. Vi vil derfor gjerne komme i kontakt med interesserte medlemmer og/ eller andre lokale syklistere som kunne tenke seg å bli med oss «på tur» – og veien videre i vårt arbeid for bedre sykkelforhold og økt sykkelandel og sykkelglede i Lillestrøm og omegn! Ta gjerne kontakt og/ eller bli med oss på sykeltur (se turoversikten [her](#))!



Velkommen til temakveld 2025!

SLF *Lillestrøm og omegn* inviterer til temakveld 25. mars 2025 der vi presenterer funn fra *Lillestrøm sykkeluka 2024* og samarbeidsprosjektet med Bane NOR *Puls til Perrongen*!

Lillestrøm og omegn | Lokallagsnytt | 15. februar 2025 | Carsten Wiecek



Bli med i diskusjonen om lokale sykkelforhold og sykkelparkering ved Lillestrøm stasjon!

Tradisjonen tro arrangerer vi også i år egen temakveld i tilknytning til vårt årsmøte. Vi mener at kombinasjon av sykkel og tog (kollektivtrafikk) er et spennende tema som er veldig aktuelt i valgåret 2025, og vi er så heldig at vi får kompetente sykkelvenner fra sekretariatet i Syklistforeningen på besøk på årets temakveld. Bli med du også!

Velkommen til årets temakveld med fokus på sykkelparkeringsmuligheter ved Lillestrøm stasjon og lokale sykkelforhold på vei til stasjonen!

Tid: tirsdag, 25.03.25, kl 18.00

Sted: [Måsan aktivitetssenter](#), Kjerulfsgate 38, Lillestrøm (møterom Åttekanten)

Lillestrøm stasjon er Norges tredje største knutepunkt, men hvordan kan vi få flere til å sykle til toget?

Gjennom prosjektet *Puls til Perrongen* har Syklistforeningen og Bane NOR kartlagt hva som skal til for å gjøre sykling til stasjonen enklere og mer attraktivt. Under Sykkeluka i Lillestrøm i perioden 11.–13.06.24 spurte vi pendlere om hvilke utfordringer og barrierer som hindrer dem i å sykle til toget, og hva de ønsker seg av forbedringer.

På vårt årsmøte vil Syklistforeningens faglige rådgiver, Jakob Bernhard, presentere funnene og dele pendlernes tilbakemeldinger. Om du selv har konkrete spørsmål eller kommentarer om lokale sykkelforhold rundt og sykkelparkeringsmuligheter ved Lillestrøm stasjon, send disse gjerne allerede nå pr mail til lillestrom@syklistene.no! **Med litt flaks vinner du da gratis parkeringsplass for resten av året på valgfritt sykkelhotell ved Lillestrøm stasjon!**

Vi skal servere vafler og varm drikke og ber derfor alle som ønsker å bli med på temakvelden om en kort tilbakemelding, gjerne per mail til lillestrom@syklistene.no eller på vår Facebookside www.facebook.com/slfloo!

PS: Husk også at det blir årsmøtet rett etter temakvelden, og bli gjerne med der også! Mer info om årsmøtet finnes på vår nettside www.slfloo.com/about/arsmote.

Hele Norge Sykler 2025

Publisert 16. januar 2025 Skrevet av Ola Bustad



2025 er Friluftslivets år. Syklistforeningens mål er å spre sykkelglede, og oppdage sykkelens fortreffelighet, som billig og enkel transport. Samtidig gir sykling en friluftsopplevelse i seg selv.

I 2025 inviterer Syklistforeningen og flere av våre lokallag til sykkelarrangement ulike steder i Norge. Det starter allerede med åpningen av Friluftslivets år 18. januar. Da vil lokallaget i Oslo være tilstede på hovedarrangementet på Sognsvann, hvor Kronprins Haakon deltar. Samme dag inviterer Syklistforeningens lokallag i Alta til «Fatbike og bollefest» for innbyggerne, sammen med kommunen og Sykkelbyen Alta. Dette vil de gjenta flere ganger utover våren.

– Vi ønsker at flest mulig skal oppleve sykkelglede. Vi oppfordrer alle til å bruke sykkel for å oppdage de flotte opplevelsene som finnes rett utenfor stuedøra, sier prosjektleder Ola Bustad i Syklistforeningen.

Syklistforeningens portal SykkelNorge.no er en kartløsning hvor foreningen har samlet mange sykkelturner i Norge.

– Det finnes både nærturer, og lengre turer, slik at alle skal kunne finne noe som passer for seg i SykkelNorge. Vi anbefaler folk til å ta en kikk og kanskje planlegge sommerens sykkelturn allerede nå.

Hele Norge Sykler 2025

For å bidra til å markere Friluftslivets år skal Syklistforeningen arrangere *Hele Norge Sykler 2025*. Det er da planlagt fem hovedarrangementer i mai og juni, som avholdes i tett samarbeid med kommuner og lokale krefter.

– Syklistforeningen skal turnere rundt med ferdighetsløype, sykkel-service, lynkurs i sykkelmekking og kurs for de som ikke kan sykle. I tillegg skal vi arrangere sykkelturner til lokale perler og severdigheter fra arrangementsområdet. I tillegg til hovedarrangementer vil vi invitere til minst 20 mindre arrangementer spredt rundt i hele landet, sier prosjektleder Ola Bustad.

Mange er ikke klar over hva nærområdet har å by på, og hvor enkelt det er å starte en turdag fra dørstokken. Når man bruker sykkel som fremkomstmiddel til badeplasser og andre lokale utfartssteder, kommer man enklere frem, bruker kortere tid på transport, får med seg mer utstyr som ved på vinteren og badutstyr på sommeren.

– Alle som deltar på Hele Norge Sykler-arrangementene skal få oppleve mestring og sykkelglede. Vi gleder oss allerede til sykkellesongen og Hele Norge Sykler er i gang for alvor, avslutter Ola.

Dersom du vil bli med på å spre sykkelglede til barn og voksne og sammen med oss som frivillig, er det supert hvis du tar kontakt med [Ola Bustad](#) i Syklistforeningen.

