



SYKLISTFORENINGEN
Lillestrøm og omegn

Velkommen til temakveld 2026



Sammen er vi sterkere!

SLF *Lillestrøm og omegn*, v/ Carsten Wiecek – Måsan aktivitetssenter, 26.03.26 kl 18.00



Innhold

- Kort om vårt lokallag og denne temakvelden
- Bli kjent runde: Hvem er du?
- Mer om våre aktiviteter og arbeidet for økt sykkelandel, sykkelglede og bedre lokale sykkelforhold
- Veien videre: Hva er viktig for deg som lokal syklist?
- Trekning av gavekort

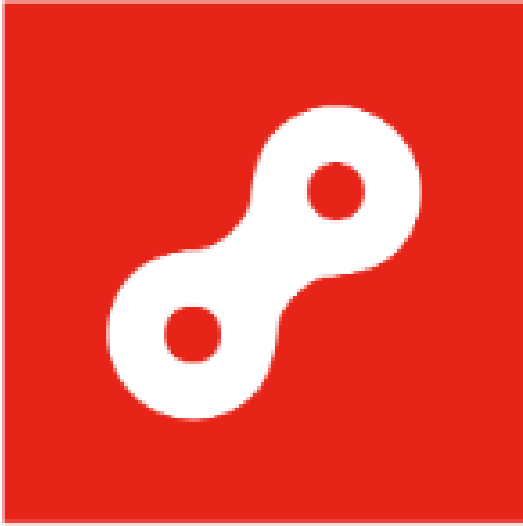


SYKLISTFORENINGEN
Lillestrøm og omegn

Vi vet hva sykkelglede er 😊



Styret 2025/2026



SYKLISTFORENINGEN

Lillestrøm og omegn

Hvem er vi? Hva vil vi?

Vi har fokus på **hverdags-**
og transportsykling...



SYKLISTFORENINGEN
Lillestrøm og omegn



...men også på sykkelglede
og tursykling 😊



SYKLISTFORENINGEN
Lillestrøm og omegn





SLF LOO

- SLF *Lillestrøm og omegn* (= SLF LOO)
- Lokallag til *Syklistforeningen* (= SLF, opprinnelig kalt *Syklistenes landsforening*, senere også *Syklistene*)
- stiftet 2011 og har nesten 200 medlemmer (stor medlemsvekst siden 2025)
- omfatter Lillestrøm kommune og Rælingen kommune
- fungerer som kreativ-konstruktiv-kritisk NGO
- fokus på økt sykkelandel, sykkelglede og bedre sykkelforhold for alle syklister i regionen vår
- med følgende satsingsområder...

Satsingsområder

Sykling som folkehelse...



SYKLISTFORENINGEN
Lillestrøm og omegn



Satsingsområder

Sykling som folkehelse
og klima-/miljøtiltak



SYKLISTFORENINGEN
Lillestrøm og omegn



Satsingsområder

Sykling som folkehelse og miljøtiltak

Barn og sykling

...



SYKLISTFORENINGEN
Lillestrøm og omegn



Satsingsområder

Sykling som folkehelse og miljøtiltak

Barn og sykling

Vintersykling



SYKLISTFORENINGEN
Lillestrøm og omegn





Vi tilbyr mange aktiviteter

- Vintersykkelkampanjer
- Winter bike to work day
- Sykle til jobben
- Sykkelens dag
- Sykkelturer
- Sykkelfestivaler
- Ferdighetsprøven for barn
- Bike for trees
- Sykkelkurs for innvandrerkvinner
- Innsamling av brukte sykler
- Sykkeltaxi kurs
- Europeisk mobilitetsuke
- Synlig syklist
- Fotokonkurranser
- Kampanjer
- Sykkeltellinger og FiksGataMi saker og høringsuttalelser



Men vi er også en
medlemsorganisasjon
som tilbyr lokale ...

Medlemsfordeler





...og som medlemsorganisasjon
lurer vi også på hvem du er?

- Hva slags syklist er du?
- Er du medlem i Syklistforeningen (og lokallaget vårt)?
- Hvis ikke, hvorfor ikke? 😊
- Hva er viktig for deg som syklist i regionen vår?
- Ønsker du å engasjere deg i lokallaget vårt?



SYKLISTFORENINGEN
Lillestrøm og omegn

Mer sykkelglede

Trekning av **gavekort**
blant deltakere
på vår temakveld 2026





Litt mer om våre aktiviteter

- Vintersykkelkampanjer
- Winter bike to work day
- Sykle til jobben
- Sykkelens dag
- Sykkelturer
- Sykkelfestivaler
- Ferdighetsprøven for barn
- Bike for trees
- Sykkelkurs for innvandrerkvinner
- Innsamling av brukte sykler
- Sykkeltaxi kurs
- Europeisk mobilitetsuke
- Synlig syklist
- Fotokonkurranser
- Kampanjer
- Sykkeltellinger og FiksGataMi saker og høringsuttalelser
- THE BIKES



SYKLISTFORENINGEN
Lillestrøm og omegn

Innsamling av brukte sykler



...for flyktninger
- og andre
gode formål...

THE BIKES



SYKLISTFORENINGEN
Lillestrøm og omegn



THE BIKES



SYKLISTFORENINGEN
Lillestrøm og omegn



Sykkelkurs for innvandrerkvinner



SYKLISTFORENINGEN
Lillestrøm og omegn



Oslo





Sykkelturer i regi av SLF LOO

Oversikt over gjennomførte og planlagte* sykkelturer i 2026

Nr	Dato	Tur	Turleder
1.	07.01.26	Sykkeltur med nye og gamle vintersyklister i Lillestrøm	Carsten
2.	13.02.26	Winter bike to work – sykkeltur til Oslo	Alf Helge
3.	21.02.26	Bike n brunch sykkeltur i Lillestrøm	Carsten
4.	09.03.26	Sykkeltur på kvinnedagen	Ingvild
5.	11.04.26*	Sykkeltur langs Kongeveien i Fetsund	Carsten
6.	25.04.26*	Sykkeltur til Årnestangen	Alf Helge
7.	05.05.26*	Sykle til jobben – tur langs E6 til Oslo	Alf Helge
8.	09.05.26*	Sykkeltur til Oslo langs 163	Carsten
9.	03.06.26*	Grønn sykkeltur på FNS sykkeldag 3. juni	Carsten
10.	10.06.26*	Sykkeltur med aktivitetsgruppa fra Lillestrøm kommune (ikke offentlig)	Carsten
11.	20.06.26*	Brompton bikes for trees – lag på styrkeprøven fra Eidsvoll til Oslo	Carsten



SYKLISTFORENINGEN
Lillestrøm og omegn

Vi «deler veien» med hverandre





Sosiale turer på to hjul





Sykling = bedre helse!





SYKLISTFORENINGEN
Lillestrøm og omegn

Sykkelturer og bedre helse FOR ALLE!



Sikkerhet vs trygghet



SYKLISTFORENINGEN
Lillestrøm og omegn



Ghost bikes



SYKLISTFORENINGEN
Lillestrøm og omegn





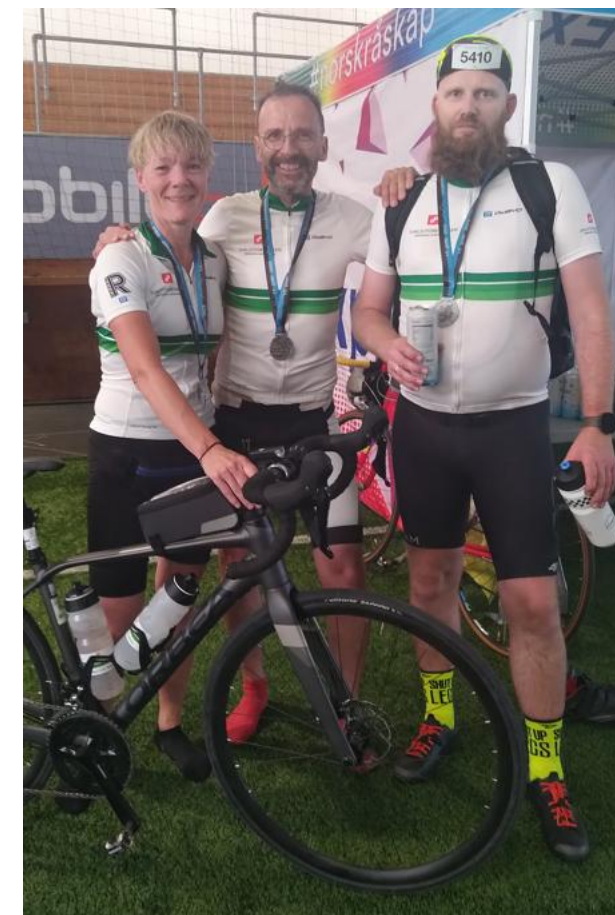
Bike for trees - team 2023



Bike for trees 2023



SYKLISTFORENINGEN
Lillestrøm og omegn





SYKLISTFORENINGEN
Lillestrøm og omegn

Bike for trees – treningsturer



SYKLISTFORENINGEN
Lillestrøm og omegn

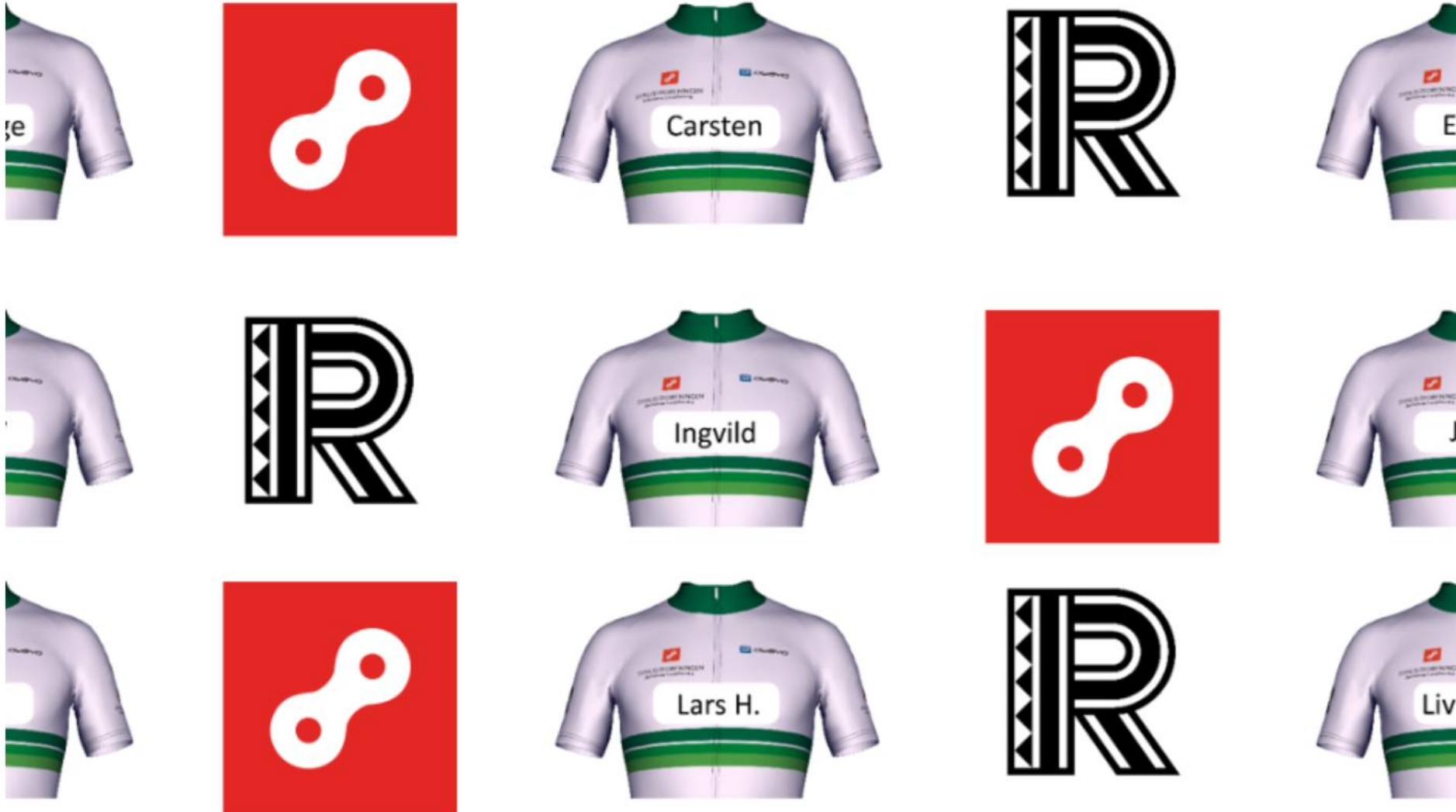




SYKLISTFORENINGEN
Lillestrøm og omegn



Bike for trees 2023





SYKLISTFORENINGEN
Lillestrøm og omegn

Bike for trees støtter Regnskogfondet

SPLeis
fra SpareBank 1

[Hva er Spleis?](#)

[For organisasjoner](#)

[Utforsk](#)

[Tips](#)

[Pris](#)

[Hjelp](#)

[Søk](#)

[Logg inn](#)

[Start en spleis](#)



25 100 kr

74 givere, Avsluttet 30.06.2023

100% av 25 000 kr



REGNSKOGFONDET

mottar pengene



SLF - Bike for trees

[CARSTEN WIECEK](#) står bak spleisen

Avsluttet



SYKLISTFORENINGEN
Lillestrøm og omegn

Bike for trees – team 2024/25



var med
på den lille
styrkeprøven
fra Eidsvold til Oslo



SYKLISTFORENINGEN
Lillestrøm og omegn

Styrkeprøven Eidsvoll-Oslo 2026



STYRKEPRØVEN



PÅMELDING

EIDSVOLL – OSLO

20. juni 2026

PÅMELDING 





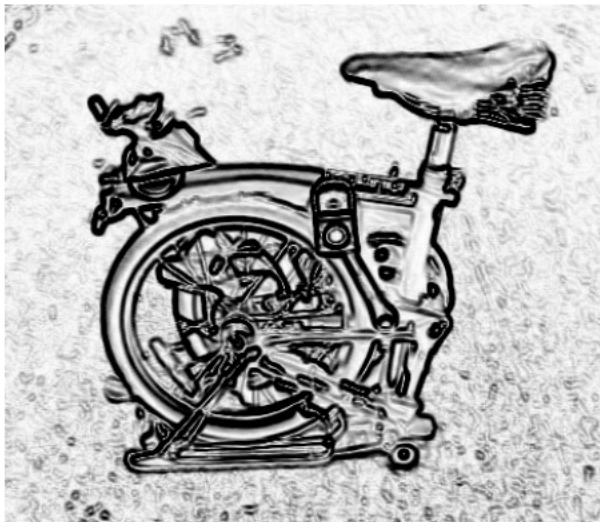
...sammen med Norsk Brompton Klubb

NORSK BROMPTON KLUBB

Har du en Brompton? Meld deg inn i NoBroK!

[about us](#) / [brompton meets brompton](#) / [contact](#) / [members](#) / [om brompton](#)

ABOUT US



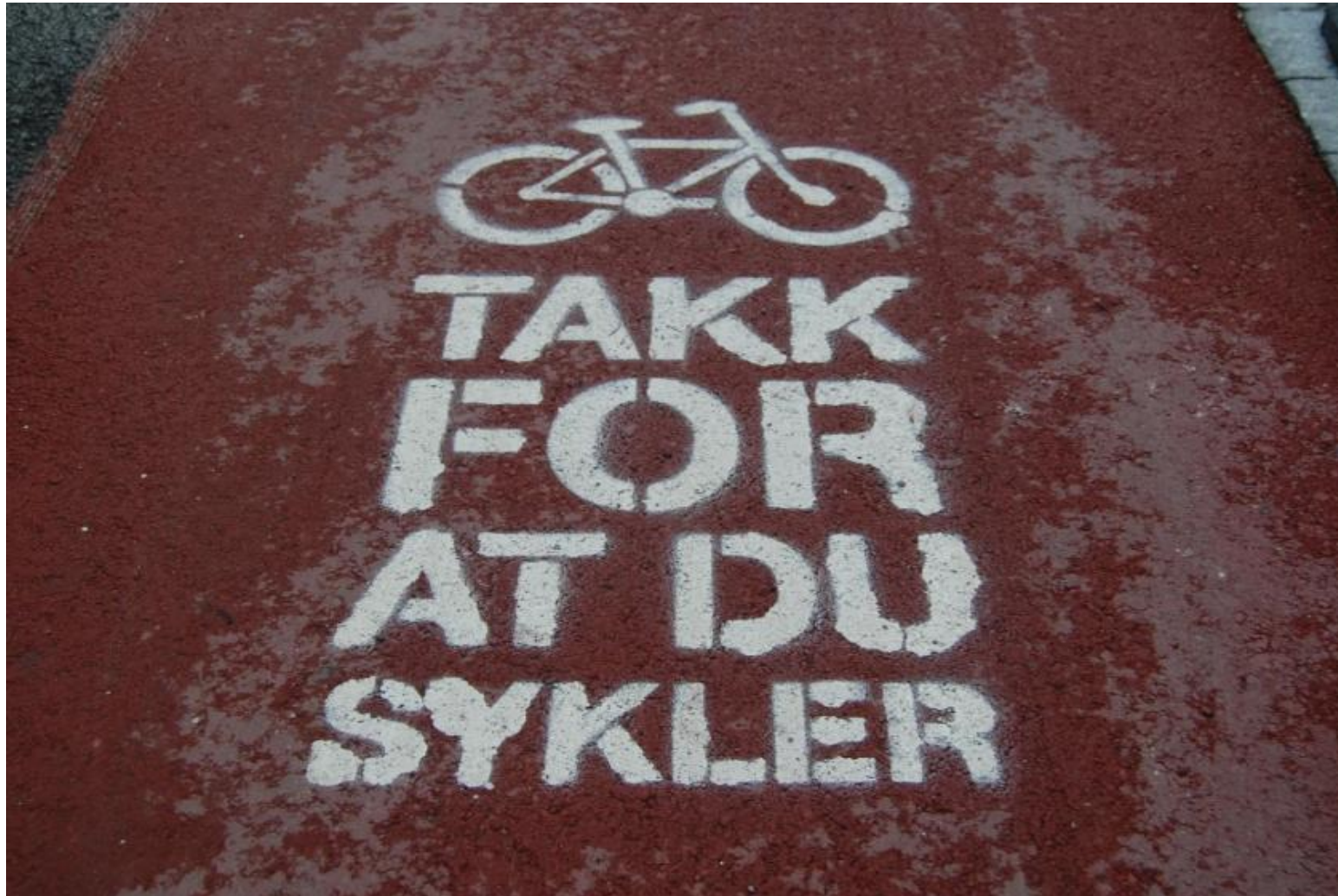
NORSK BROMPTON KLUBB (NoBroK)

...ble stiftet på Dovrebanen den 18.09.12 kl 18.09 av tre SLF medlemmer fra Bodø, Fredrikstad og Lillestrøm som satt på toget sammen med sine Brompton på vei hjem fra den nasjonale sykkelkonferansen i Trondheim – og delte gleden og gode minner fra egne Brompton-turer.

NoBroK ledes av [Jan Henrik Lund](#), mens [Tore Moen](#) fungerer som nestleder og [Carsten Wiecek](#) som sekretær. [Sverre Storødegård](#) forvalter klubbens [Facebook side](#). Hvis du kjenner den spesielle sykkelgleden og frihetsfølelsen som en Brompton gir deg, dvs selv er Brompton syklist, så sjekk gjerne våre *vennlige vedtekter* nedenfor – og meld deg inn! Det finnes ingen medlemsavgift eller noen andre forpliktelser, bare gode muligheter til å dele sykkelgleden med andre *Bromptonauter* i Norge. Sommer 2024 har vi nesten 100 medlemmer, og det er plass til mange flere Bromptonauter i Norsk Brompton Klubb...



Takk for oppmerksomheten og...





SYKLISTFORENINGEN
Lillestrøm og omegn

Ta gjerne kontakt med oss!

SLF Lillestrøm og omegn
v/ styreleder Carsten Wiecek

lillestrom@syklistene.no

www.slfoo.com

www.facebook.com/slfoo





Men mest av alt: keep cycling!

