

Samling IF Frøy Elite – 13-20 februar, Mallorca

Hotel Brasilia i El Arenal, Mallorca, var base for IF Frøy Elites andre samling i 2010.

Oppholdet var satt til en uke. Hele 7 ryttere var med på samlingen, samt Carl Erik Pedersen, trener for mange av rytterne. NTGs sykkellinje var også innlosjert på hotellet i begynnelsen av uken, og siden Sigurd Nettet og Max Kørner går der, var Frøy svært godt representert.

I forhold til forrige samling på Gran Canaria i julen, kjørte vi var enda mer sone 3 drag, lagtempo og spurtopptrekk underveis på langturene. Været var ikke like bra som ventet, med regn de første 3 dagene og 10-12 grader midt på dagen, men mot slutten av samlingen fikk vi noen fine turer med sol og litt mildere temperaturer.

Den første dagen startet vi pent med en 4t tur, for å la kroppen bli vant til sykkelen igjen. Men på mandagen smalt vi til med en god fem timers tur i lett regn, med innslag av lagtempo, noen spurtopptrekk og et bakkedrag opp til San Salvador. Vi kjørte som regel intervaller annen hver dag, så etter en rolig tur på tirsdag, var det på tide med første dag i fjellene. For de som er kjente på øya kjørte vi Coll de Sóller, Puig Major og en liten svipptur opp til klosteret ved Cura på hjemveien. Med andre ord en 6 timers tur som man kjenner godt i beina.

Været ble som sagt betraktelig bedre utover i uken, og derfor fikk vi muligheten til enda en dag i fjellene på fredagen. Her fikk vi muligheten til å kjøre den kanskje hardeste bakken på øya, Sa Calobra. Denne bakken er ikke den lengste, men en god del brattere i forhold til f. eks relativt slake Puig Major, som er den lengste stigningen på øya, med ca. 15km. I tillegg til denne bakken kjørte vi over "Puigen", dermed ned til Sóller, og over denne. Fra før av hadde vi også kjørt opp til Lluc fra Selva. Denne turen var den siste dagen med intervaller.

Den siste dagen, viste Mallorca seg fra sin beste side, med strålende sol og ca 15 grader. Denne dagen gikk turen langs vestkysten, en veldig fin tur, med fin utsikt, og noen fine bakker underveis. Med andre ord relativt kupert, men absolutt en tur vi kan anbefale.

Samlingen var vellykket med mye god trening. Samlet fikk vi over 30 timer på syv dager. Dette kommer godt med til sesongen. Nå venter noen uker hjemme, før vi igjen setter kursen tilbake til sykkelparadiset Mallorca, 22.3-5.4.