

Treningskalender 2026 Eidsvoll Sykkelklubb Landevei Gr.1

2026 - ESK Landevei Gr. 1



NB! Endringer kan forekomme, det vil eventuelt bli publisert i FB-gruppen Eidsvoll Sykkelklubb Landevei Gr.1

Uke	Dag	Dato	Type trening	Kommentar	Rute
14	søndag	05.04		Ut på tur? Publisert dette.	
15	mandag	06.04	Langtur 100 km	Pratetempo	https://ridewithgps.com/routes/54285741
	tirsdag	07.04	Bakkeintervaller	6 x Åsleia fra syd, helt opp.	https://ridewithgps.com/routes/45517177
	onsdag	08.04			
	torsdag	09.04	Rulle	Sesongens første rulletrening - t/r Rød	https://ridewithgps.com/routes/48588963
	fredag	10.04			
	lørdag	11.04			
	søndag	12.04	Langtur 101 km	Pratetempo	https://ridewithgps.com/routes/54285918
16	mandag	13.04	Sirkeltrening	Vedlikeholdstrening i K-bygget. Se FB-arrangement for info.	Ca. 1 time
	tirsdag	14.04	Bakkeintervaller	3x Minneåsen fra Byrud	https://ridewithgps.com/routes/45711174
	onsdag	15.04			
	torsdag	16.04	Lagtempo	5x 10 min. Deler inn i passende grupper - t/r Espa	https://ridewithgps.com/routes/45533165
	fredag	17.04			
	lørdag	18.04			
	søndag	19.04	Langtur 111 km	Gata-Sand-Gullverket	https://ridewithgps.com/routes/45535821
17	mandag	20.04	Sirkeltrening	Vedlikeholdstrening i K-bygget. Se FB-arrangement for info.	Ca. 1 time
	tirsdag	21.04	Flate intervaller	Styri-Vormsund: Pyramideintervall (2-4-6-6-4-2 min) (p: 1 min) + Lagkjøring tilbake	https://ridewithgps.com/routes/54298577
	onsdag	22.04			
	torsdag	23.04	Rulle	Rulletrening - rundt Hurdalsjøen	https://ridewithgps.com/routes/54286001
	fredag	24.04			
	lørdag	25.04			
	søndag	26.04	Langtur 130 km	Skarnesrunden: Vormsund-Skarnes-Mo-Sand-Gullverket	https://ridewithgps.com/routes/45532969
18	mandag	27.04	Sirkeltrening	Vedlikeholdstrening i K-bygget. Se FB-arrangement for info.	Ca. 1 time
	tirsdag	28.04	Intervall	3 x Åsleia-rundt: (Bakke drag Åsleia-syd + lagtempo (3+3) Tømte-Hammerås	https://ridewithgps.com/routes/45533089
	onsdag	29.04			
	torsdag	30.04			
	fredag	01.05	RITT	Se FB- arrangement for info.	Enebakk Rundt
	lørdag	02.05			
	søndag	03.05	Langtur 112 km	Gullverket-Sand-Gata	https://ridewithgps.com/routes/48863833
19	mandag	04.05	Sirkeltrening	Vedlikeholdstrening i K-bygget. Se FB-arrangement for info.	Ca. 1 time
	tirsdag	05.05	Bakkeintervaller	8 x Kopperudåsen fra nord	https://ridewithgps.com/routes/45711303
	onsdag	06.05			
	torsdag	07.05	Lett rulle	Hurdalsjøen rundt (gruppevis Ceresritt-inndeling)	https://ridewithgps.com/routes/45535733
	fredag	08.05			
	lørdag	09.05			
	søndag	10.05	RITT	Se FB- arrangement for info.	Ceresrittet

Treningskalender 2026 Eidsvoll Sykkelklubb Landevei Gr.1

20	mandag	11.05	Sirkeltrening	Vedlikeholdstrening i K-bygget. Se FB-arrangement for info.	Ca. 1 time
	tirsdag	12.05	KLUBBRITT	Se FB- arrangement for info. Tidtaking på Strava, Hundsebettet.	https://ridewithgps.com/routes/54286075
	onsdag	13.05			
	torsdag	14.05	Rulle	T/R Espa	https://ridewithgps.com/routes/45533165
	torsdag	14.05	RITT, vurderes	Se FB- arrangement for info.	Kongsvingerrittet
	fredag	15.05			
	lørdag	16.05	Langtur 107 km	Bortom Ullensaker og Nannestad	https://ridewithgps.com/routes/48589846
	søndag	17.05	Langtur	17.Mai-tog - Pliktig oppmøte ;)	
21	mandag	18.05	Sirkeltrening	Vedlikeholdstrening i K-bygget. Se FB-arrangement for info.	Ca. 1 time
	tirsdag	19.05	Bakkeintervaller	6 x Åsleia fra nord	https://ridewithgps.com/routes/48588833
	onsdag	20.05			
	torsdag	21.05	Rulle	Rolig t/r Blikkvegen: 3x Rullekjøring 6-mannslag	https://ridewithgps.com/routes/48863707
	fredag	22.05			
	lørdag	23.05			
	søndag	24.05	RITT, vurderes	Se FB- arrangement for info.	Nordmarka rundt
	søndag	24.05	Langtur 127 km	Skarnes - Auli	https://ridewithgps.com/routes/45971546
22	mandag	25.05		Ut på tur? Publiser dette.	
	tirsdag	26.05	Intervall	5 x Hundsebittet-Bårlidalen-Badebakken (start ved kirka)	https://ridewithgps.com/routes/48622789
	onsdag	27.05			
	torsdag	28.05	Lett runde	Rolig og kontrollert før helgens ritt. Vormsund-Brårud.	https://ridewithgps.com/routes/48599056
	fredag	29.05			
	lørdag	30.05	RITT	Se FB- arrangement for info.	Randsfjorden Rundt
	søndag	31.05	Rolig tur	Hurdalsjøen rundt	https://ridewithgps.com/routes/45535733
23	mandag	01.06			
	tirsdag	02.06	Bakkeintervaller	6 x Åsleia fra syd	https://ridewithgps.com/routes/45517177
	onsdag	03.06			
	torsdag	04.06	Rulle	Rolig t/r Blikkvegen: 5x Rullekjøring (hel gruppe/dele i to)	https://ridewithgps.com/routes/48863707
	fredag	05.06			
			TRENINGSHELG	Treningshelg med langtur lørdag og søndag. Absolutt mulig å delta på kun en av turene. Begge dager kjøres rolig kontrollert, hensikten er mil i beina og timer på sykkelen. Søndag ettermiddag arrangerer vi hyggelig sosial samling sammen med ESK Gr.2, varm mat serveres. Se FB- arrangement for informasjon.	
	lørdag	06.06	Langtur 224 km	Treningshelg - Mjøsa rundt	https://ridewithgps.com/routes/45535210
	søndag	07.06	Langtur	Treningshelg - Om Lygna-Raufoss	https://ridewithgps.com/routes/46484014
24	mandag	08.06			
	tirsdag	09.06	KLUBBRITT	Se FB- arrangement for info. Tidtaking på Strava. Finstad skole.	https://ridewithgps.com/routes/54286110
	onsdag	10.06			
	torsdag	11.06	Rulle	Lett runde. Hurdalsjøen rundt.	https://ridewithgps.com/routes/45535733
	fredag	12.06			
	lørdag	13.06	RITT	Se FB- arrangement for info.	L'Etape Trondheim by Tour de France
	søndag	14.06	Langtur	Eidsvoll - Oslo (Inngangen til Styrkeprøven)	https://ridewithgps.com/routes/54286468

Treningskalender 2026 Eidsvoll Sykkelklubb Landevei Gr.1

	mandag	15.06				
	tirsdag	16.06	Lett runde	Rolig og kontrollert før helgens ritt. Vormsund-Brårud.	https://ridewithgps.com/routes/48599056	
	onsdag	17.06				
25	torsdag	18.06		Innlevering av sykler for transport til Trondheim. Se FB-arrangement for info.	Den Store Styrkeprøven fra Trondheim	
	fredag	19.06				
	lørdag	20.06	RITT	Se FB- arrangement for info.	Den Store Styrkeprøven fra Trondheim	
	lørdag	20.06	RITT	Se FB- arrangement for info.	Den Store Styrkeprøven fra Lillehammer	
	søndag	21.06				
	Lørdag	08.08	DUGNAD	Eidsvoll Sykkelklubb forventer at dere stiller opp. Se FB-arrangement for info.	1814-Rittet 2026	
	Lørdag	05.09	RITT	Se FB- arrangement for info.	4-topp løpet	
	søndag	06.09	RITT	Se FB- arrangement for info.	Kråketrækken	