

# Senior rapport

N r . 3 . 2 0 0 6

## NÅ ER DET SOMMER FOLKENS !

**Gradestokken varierer like mye som børsnoteringene, og sola gløtter tidvis fram bakom skyene. MC-folket storkoser seg på veiene igjen.**

Oppe i Oltredal møtes vi får å treffe likesinnede og ta en prat over en kaffekopp. Der også nye MC-førere og tidligere MC-førere viser fram sine nyervervede stoltheter for året. Borte er vårstølheten. Nå er den byttet ut med myke selvsikre manøvre etter et førerutviklingskurs sammen med Henning Hilde sitt team.

Vi skriver Juni måned og ferien nærmer seg med stormskritt,-som også innebærer at mange skal ta ferien på 2 hjul.

Noen av dere har kanskje allerede vært på langtur,-mens andre planlegger eller har begynt å pakke til sine langturer.

Vi i redaksjonen ønsker dere alle sammen en RIKTIG GOD SOMMER !

Tenk sikkerhet !

Med vennlig hilsen  
Redaksjonen

Noen av oss liker å kjøre fort!  
S. 2

Lederen har ordet.  
S. 3

Hvor ofte vedlikeholder du hejlmén./ Temakveld  
S. 4

Mange grunner til å eie motorsykkel.  
s. 5

Kjære Mc venner!  
S. 6

Fra styret og komiteer  
S. 7

Tips fra mcplassen.net  
S. 8.



# Noen av oss liker å kjøre fort!

• Ketil Greve

Noen av oss liker å kjøre fort. Egentlig fryktelig fort. Faktisk så fort vi bare våger, og kanskje litt til. Jeg er en slik "galning".



Jeg innså tidlig at landeveien ikke er stedet for slike øvelser. Det var flere grunner for dette. Blant annet at innredningen langs landeveien er av en slik art at det å forlate det trygge, svarte underlaget og bytte det ut med gress, stein, fjellvegg eller fritt fall med tilsvarende ublid landing, synes ikke jeg er et fristende alternativ. I tillegg kommer andre veifarende.

Jeg tok tidlig konsekvensen av disse fakta, og fant ut at hvis jeg på liv og død skulle kjøre skikkelig fort, var det bedre å gjøre det på dertil egnede steder og sammen med likesinnede.

Torsdag den 11. mai satte jeg derfor kursen mot Norsk Trafikksenter A/S, Vålerbanen for å treffe gamle og nye venner jeg kunne kappkjøre med.

Løpet var et av løpene i MC-avisa Norsk Classic Cup, Nordic Classic Racing og Supermono Cup med support klasser. Rasmus Åsland har tatt "te vede" og kjøpt en velbrukt Suzuki GSXR 1986 og det var en fyldig kontingent fra Rogaland på Våler. Formula 80-87 klassen samlet 19 deltagere, om ikke alle var fra Rogaland.

Fredag var det innsjekk, teknisk kontroll og fri trening, så vi fikk kjørt oss litt inn til alvoret på fredag og lørdag. Det var endel rust som skulle fjernes, da det var 2 år siden jeg sist var på en noenlunde hurtig bane. Jeg var litt betenkt før jeg reiste. Jeg lurte på om ikke alderen og tiltagende visdom, (les: redd for å bli skadet) begynner å gjøre seg gjeldene.

Det tok ikke mange rundene før de tankene var plassert på riktig sted i hodet. Langt bak i hjernen. Tidstrening ga startposisjonene, og spredningen var rimelig stor. Fra 1.04.7 til 1.20.5 er 15.8 sekunder. Den siste tiden tilhørte en svensk fører som aldri hadde vært på Våler og som derfor var unnskyldt. Det hadde skjedd et uhell

under trening, så vi manglet en startende.

Under oppvarmings runden rett før start gikk det ikke bedre enn at en kjørte av banen med en gedigen oljelekkasje, så vi ble stående på start i 15 minutter mens banen ble ryddet. Dette gir et ekstra press og jevner ut forskjellene på de som har dekkvarmere til sine slicks, og oss andre som kjører på gatedekk. Jeg fikk en interessant start og ble liggende bak svensken i en runde. Da jeg kom meg forbi, var det ingen å leke med. De hadde kjørt sin vei, så det ble et ensomt løp.

Rasmus hadde det kjekkere med en lokal fight med Geir Erik Bertsen. Jeg kunne ikke nyte den, men må lese den ut fra resultatlisten. 1 stk sykkel og fører i purreåk-eren.

Søndagens løp ble adskillig mer action fylt. Da kunne jeg henge meg på Borge Hognestad som jeg har lekt med før. Det er særlig en oppbremsing som er krevende på Våler og det er foran mål, inn i sjikanen. Der er det lett å koke over og vente bare litt for lenge med å bremse.

Da Borge misset bremsepunktet, måtte jeg lure meg forbi i utgangen av svingen. Jeg regnet med å ha Borge oppå ryggen min resten av løpet, slik at det ble et skikkelig "tøy grensene" løp, men dessverre kokte han over og gikk i purren.

Sandfellene er myke å kjøre ut i, men bråstoppen er såpass at en har lett for å gå over styret. I dette løpet hadde jeg inntrykk av at "alle" kjørte av banen. Det var bare 3 stk, men det var gule flagg her og der og det hele endte med diskvalifikasjon av 2 stk for forbikjøring under gult flagg. Rasmus fikk en 9. plass med beste rundetid 1.13.7 og jeg en 12 plass med tiden 1.15.1 Min beste notering på Våler er 1.14.5 så jeg kan leve med rundetidene mine.

Den dagen noen klarer å presse meg til å kjøre fortere enn jeg er komfortabel med, slutter jeg. Jeg tror det er lenge til.

 **DUNLOP**

DRIVERS  
KNOW.

NÅR  
DUNLOP  
SEIRER  
VINNER  
DU

  
**NYHET!**

## SPORTMAX D 208

Radialdekk for landevei. Dekket er en videreutvikling av racingdekket D2086P.

Kjøpes hos:



**MADLA  
GUMMISERVICE AS**

Tlf. 51 55 71 01

Revheimsvn. 74.  
4043 Hafslund  
v/gamle Madla Bygg



**PIRELLI** **AVON**  
TYRES

**BRIDGESTONE**

**MICHELIN**

**JAREN  
DEKK**

Solavegen 464, 4354 Voll.

Tlf. 51 78 68 60.  
[www.jaren-dekk.no](http://www.jaren-dekk.no)

Man.-fred. 8-16, Tors. 8-18.  
Lørdag 9-13.

Lederen har ordet:

# Hei Seniorer!

**Endelig er sol og varmen her. Førerutviklingskursene er over og jeg var heldig som fikk være med på den siste kurs dagen.**

Det var en god følelse og sette seg på egen MC for å kjenne vinden suse i håret. Jeg hadde ikke kjørt sykkel på over halv annet år og var veldig spent på om jeg klarte å ha kontroll på den digre sykkel min.

Henning Hilde, som er sjefinstruktøren for kursene våre, er søt som alltid og foreslo en egen jentegruppe. Det var veldig kjekt for flere enn meg. Den første øvelsen startet med åttetall som ble fine nuller, men etter hvert ble det kjekkere og kjekkere. Det var med en god følelse i magen jeg kjørte hjem om kvelden, mye tryggere på meg selv enn

da jeg møtte opp.

Det har blitt noen småturer på sykkel, men mest til og fra jobb. Det jeg merker har endret seg noe siden jeg satt på sykkel i 2004 er at mange har glemt å hilse når de møter andre MC'er. Jeg løfter hånden og blir lettere forfjamset når den møtende føreren ikke vinker igjen. Kanskje er det nye MC kjørere som ikke helt er inne i hilsekodene for MC.

Jeg håper at vi tar oss tid til å hilse der det er mulig. Hvis du er midt inne i en opp eller ned giring kan du bare nikke litt med hode, og så ser jeg at du har observert meg. Det er hilsingen som er varemerke for oss MC kjørere. Det andre jeg har lagt merke til er om morgningen når jeg kjører på jobb, så er bilistene blitt veldig flinke med å slippe meg forbi i morgen rushet. Jeg merk-



er at de svinger lett inn til kanten og jeg kan bruke "sniglefart" forbi køen. Det er herlig å smyge litt når køene vokser, men jeg er observant for plutselig kan bilen svinge ut i veien av en eller annen grunn.

Jeg pleier å skrive i Lederen at vi trenger deg. Og det gjør jeg denne gangen også. Har du noe du brenner for eller har ideer om hva vi kan bruke klubblokale i fellesskap til, så ta kontakt. Vi har så mange kreative medlemmer i klubben og det hadde vært kjekt om du ville være aktiv hos oss.

Vi sees på klubben

## Rogalands største innen MC, utstyr og verksted

Vi på Motorhuset ønsker å se fornøyde kunder. Derfor tilbyr vi alle typer sykler: cross, enduro, gatesykler, custom, touring og sport. Vi forhandler BMW og Yamaha motorsykler/ATV. Gjennom disse merkene modellutvalg har du tilgang til det aller mestel. Er du interessert i Scooter har vi et riktigholdig utvalg med Vespa ET-2 LX i spissen anført av Yamaha, Piaggio og Gilera modeller.

Skal du har det godt på en sykkel og atv trenger du skikkelig utstyr. Hos oss finner du distriktets største utvalg innen utstyr og tilbehør til deg og din MC. Vi anbefaler IXS, BMW, Arai og Rukka når det gjelder klær, hjelmer, støvler og hansker.

På vårt autoriserte verksted - som er distriktets største - har vi alt av verktøy og kyndige hender slik at vi kan reparere din MC, scooter, lettvekter, moped og atv raskt og til avtalt pris. Mer info og vårt utvalg av brukte mc finner du på [www.motorhuset.no](http://www.motorhuset.no)

BRIDGESTONE

IXS

RUKKA

ARAI

IXS

SHELL

Schuberth  
Helm

ALUFOCOM



**MOTORHUSET**  
ROVIKAS

[www.motorhuset.no](http://www.motorhuset.no)  
tlf: 51 63 63 63  
fax: 51 63 63 88  
Luramyrvn 75, Forus

Du finner oss i krysset ved rv44 og Ikea på Forus

Åpningstider:  
Man-Fre: 10.00-17.00  
Tirsdag: 10.00-19.00  
Lørdag: 10.00-14.00

# Hvor ofte vedlikeholder du hjelmen din?

• *Nina.C.Thorkildsen*

## De fleste av oss setter sikkerhet på to hjul høyt . Men ,- hvor mange tenker på at den viktigste beskyttelsen vi kler på oss trenger jevnlig vedlikehold ?

Vi pusser og gnikker på våre stolte ekvipasjer slik at lakk og krom skal vare lenge.

Vi er nøye med vedlikehold av det mekaniske slik at motorsykkelen skal være i topp stand.

Men hvordan ser hjelmen din ut ? Og i hvilken stand er den ?

Normal levetid for en MC-hjelm er 3-5 år ved normal bruk og vedlikehold.

Men har du tenkt på at hjelmen din kan ha en lengre levetid hvis du tar godt vare på den ?

Her er noen gode tips om hvordan du gjør det fra grunnen av:

- Ta visiret av hjelmen. Legg visiret i lunkent vann med Zalo e.l. slik at fett og

smuss løser seg opp (for å unngå riper i visiret før vask). La visiret ligge i vannet ca 30 min før du gjør det skikkelig rent med en myk svamp.

- Vask hjelmen med en svamp (men skylld av den først slik at støv /sandstøv forsvinner ) Skylld og tork grundig . La hjelmen lufttørke i ca 3 timer etter at du har tørket av den.

- Rens lakken på hjelmen (hvis den ikke er ny). Bruk lakkrens for vanlig eller metallic (alt etter hvilken type lakk som er på hjelmen. Plasthjelmer trenger ikke vedlikehold annet en renhold og spesiell beskyttelsesstoff for slike hjelmer). Bruk en myk twistdott og smør lakkrensen på i lette sirkulerende bevegelser overalt der det er lakk på hjelmen. Ta en ny twistdott og polere forsiktig vekk lakkrensen. Tørk av hjelmen godt etterpå.

- Finn fram voksen (bilvoks eller spesiell voks for hjelm ) Bruk en myk twistdott og smør på voksen i lette sirkulerende bevegelser overalt på hjelmen der det er lakk. La

voksen tørke ! (lakken er full av porer som det er viktig å få tettet og samtidig vil voksen legge seg som en beskyttende hinne slik at hjelmen er beskyttet mot alle typer vær , - og ikke minst ,beskyttet mot uttørking fra solen ).

- Fjern voksen med nye twistdotter i lette sirkulerende bevegelser.

- Sjekk hakerem at den er hel og ikke har skjører eller andre mangler

- Sjekk låsemekansimen på hjelmen at den er i orden

- Sjekk for inne i hjelmen langs kanten nede på hjelmen

- Sjekk skinnet e.l. som er nederst rundt hjelmens åpning

- Legg aldri fra deg hjelmen der det er mulighet for at den kan få et ublidt møte med underlag (asfalt,grus,gulv osv.) Støt forkorter hjelmens levetid drastisk.

Ønsker deg en fantastisk mc-sesong !

## TEMAKVELD 8 MAI 2006

• *Nina.C.Thorkildsen*

### Tiden var kommet til å friske opp kunnskaper om førstehjelp. Og vi fikk besøk av Ambulanseinspektør SUS Sigbjørn Løhre ,- som forøvrig er medlem av Senior MC Danmark.

Han hadde med seg sin følgesvenn "Anna" (prøvedokken) som skulle hjelpe oss og få forståelse for de nye reglene som har kommet innen førstehjelp.

Vi har alltid lært at når vi skal ta gjenoppliving er prosedyren slik :

- 15 kompresjoner på brystkassen etterfulgt av én innblåsing i lungene .

Nå har de funnet ut at dette er ikke nok til

god sirkulasjon i mennesket.

!5 kompresjoner var ikke nok til å opparbeide et tilfredstillende trykk .

Så nå er prosedyren endret til:

- 30 kompresjoner på brystkassen etterfulgt av en rask innblåsing i lungene

Videre tok vår dyktige instruktør for seg problemet med å få av en hjelm på både en bevisst og en bevisløs person. Og viktigheten av å støtte nakken når man tar av hjelmen og når man legger en person i stabilt sideleie.

Som avslutning ble vi informert om hvordan nødnummere fungerer på mobiltelefoner, selv der det normalt ikke er dekning.

De som ville kunne få prøve seg opp den



nye metoden for kompresjon og innblåsing. Terje Cave meldte seg først og ble belønnet med en flott førstehjelpspute . Gratulerer Terje !

Vi i Senior MC ønsker å takke Sigbjørn Løhre for at han tok seg tid til å komme til oss !

# Mange gode grunner til å eie en motorsykkel!

• Ketil Greve

## De fleste tror at motorsykkel er noe man kjøper for å kjøre, men det er ikke alltid tilfelle.

De fleste kjøper sykkel for å kjøre, men noen har også andre motiver for å kjøpe sykkel. Noen liker å polere og pusse, samt kjøpe ekstra utstyr for å gjøre det til "sin" sykkel.

Andre liker å posere, ta en runde på streeeten. Atter andre liker å bygge om sine sykler, og gå helt vill med hva de finner på. De fleste liker å stelle med sine kjøretøy på en eller annen måte. Den største hindringen er som regel teknisk innsikt og kunnskaper om den mekaniske delen av sin "pride & joy".

For oss som ikke stoppet da vi som 4 åring hadde plukket fra hverandre den første klokken, og ikke fikk den til å gå korrekt igjen, men fortsatte med freidig mot og store klåfingre, helt ustoppelige til vi begynte å få en del kunnskaper, (dyrkjøpt, som regel) stadig nyssgjerrige og villige til å lære av våre egne og andres feil, vi sitter med kunnskaper som gjør at vi slipper å springe til verkstedet hvis vi hører en rar lyd.

Hvis min bedre halvdel sier det er en rar lyd i bilen, får hun beskjed om å skru opp lyden på stereo, så hun er ikke alltid like tilfreds med meg som mekaniker. Jeg fikk forresten århundrets trøst da jeg hadde brukket ankelen for ca 30 år siden. Kirurgen som skulle reparere skaden og snekre meg sammen, var en bekjent av meg, og beryktet for sin frie tale, (les: sleivkjefte). Da han sto med skalpellen i hånden, spurte han meg om jeg visste hva som trengtes for å få en god kirurg. Jeg var litt omtåket av bedøvelsen, men sansene ble en smule skjerpet da han sa: "En stor kirkegård" og begynte å jobbe. Jeg sendte en tanke til alle klokkene, lekebilene, modellflyene, motorsyklene og bilene som jeg hadde herjet med i min tid. Skulle jeg straffes nå tenkte jeg. Det gikk bra. Legene mener det ikke er noe galt med hodet....

Denne artikkelen er i grunnen et forsøk på å skrive litt om hva vi kan gjøre selv med vår motorsykkel for å holde den sunn og frisk. Det vi bør gjøre, er å legge til rette for

at motoren går, hjulene henger på og at vi kan stoppe greia når vi føler for det. For å starte og holde en motor igang, trenges egentlig bare tre ting: Brennstoff, smøring og kjøling. Mangler en av delene vil den stoppe etter kortere eller lengre tid. At de fleste motorstopp skyldes elektriske problemer er en annen sak. Det har noe med tenning å gjøre. Dårlig eller ingen gnist, akkurat som oss mennesker. For mye eller for lite drivstoff er også en populær grunn, presis som mennsker. Smøre problemet blir mer kilent. Sjekk oljenivået. Med ny sykkel, hver dag.

Etterhvert som en blir kjent, av og til. Tør jeg nevne lufttrykk i dekkene? Det er enkelt og adskillig viktigere enn dere kan drømme om. Jeg sjekker ALLTID lufttrykket før jeg skal kjøre løp. Hver gang jeg skal kjøre et heat. Ofte når jeg har nye dekk, for å se om de lekker. Minst en gang i uken når jeg vet de er tette, for jeg vet så altfor godt at for mye og for lite luft gir sykkelene (og bilen) stygge egenskaper. Hvis sykkelene har vannkjøling, svarer det seg å holde et lite øye med kjølevæske nivået. De fleste sykkelene har væske beholderen lett tilgjengelig og synlig for en rask sjekk. At lysene på sykkelene virker etter sin hensikt, og at en er høflig nok til å fortelle sine medtrafikanter hvor en har tenkt seg hen, er nedfelt i veitrafikk loven. Skifting av defekte lypærer bør være allemanns kunnskap. Noen ganger må en dessverre fjerne halve sykkelene først...

De fleste motorsykkel batteriene er av "fyll på vann" typen. Det er synd, for ofte er de rimelig utilgjengelige og blir aktivt forsømt. Vedlikeholdsladingen kan også være et ømt punkt for et kjøretøy som blir vinter lagret. Skifte av motorolje og filter er heller ingen heksekunst. På noen sykler må bare pynten eller tupperwareen fjernes først. Andre sykler med uoriginalt eksosanslegg kan det være et eventyr for snille barn. Ventiljustering er mer inne på typisk verksteds jobb. Særlig hvis det justeres med schims under kamakselen. Da blir mye av jobben matematikk og puslespill. Helt supert når en vet timeprisen på et verksted. Fordelen er at intervallene mellom ventilsjekken er tre til fem ganger så lang som hvis det er vipparmer og justeringsskruer.

Når det gjelder bremses er det greit at en skifter bremseskiver før de er helt nede på metallet. Bremseskivene er syndig dyre og må skiftes når de kommer ned på minimums tykkelse. De slites fortere enn jeg liker å tenke på, sånn ca 60 til 80 000 km ved aktiv kjøring. Bakskiven pleier å leve mye lengre. Dekkene er også verd å ta en titt på. Gamle, slitte, bølgete dekk gir ikke den store kjøreopplevelsen. Er dekkene mer enn 5 år gamle er det mer bakelitt enn gummi egenskaper i dem. De blir veldig holdbare og veldig glatte i forhold til nye dekk.

Siste punkt på sjekklisten er støtdempere og lagre. Støtdempere kan være ett problem, da hoppestokk tendensene kommer kryptende så langsomt at en venner seg til det. Gaffelen foran bør få ny olje annet hvert år, og hvis den som skifter, står med et litermål og måler mengden han fyller på, så er ikke det rette metoden for å få riktig mengde. Oljenivået skal måles! Lagre pleide ikke være et problem i "gamle" dager.

Etter at høytrykkspyleren ble allemannseie er det blitt et problem. Den tetningsringen er ikke laget som kan stå imot en iherdig høytrykks spyle. Da blir fett i lageret erstattet med grus og vann...

De to viktigste opplagringene er styrekroner og baksvingen Litt slark her gjør underverker med kjøreegenskapene i feil retning. Jeg pleier å snakke om semitrailer egenskaper. Leddelt på midten eller bakhjulsstyring. Det skal ikke store slarken til på baksvingen før kjøreegenskapene går i dass, og en må plukke nokså rent før en får et inntrykk av slitasjen, hvis den da ikke er gedigen. Styrekronen er lettere å finne slark i, eller at den er for stramt festet. Forhullet må opp i luften, og så er det bare å ta på finhanskene og kjenne om lageret går uten humper eller ugjevnheter. Ta tak i hjulspindelen og kjenn om det er slark i lengde retningen. Denne testen er også fin for å kjenne etter om det er slitasje i gaffelen, men da må en ta ut fjærene og få gaffelen opp i "arbeidshøyde".

Mye gøy å leke med, have fun!

# Kjære mc-venner!

**Som mange av senior-mc`s medlemmer vet så var Thom og jeg utsatt for en ulykke den 13. august 2005. Og i den forbindelse vil vi gjerne fortelle hvordan vi opplevde det å være medlem i senior-mc når man kommer ut for en ulykke.**

Ulykken skjedde om ettermiddagen ca kl 17 på Osli. Vi ankom sykehuset ca kl 1730, og allerede samme kvelden var Turid og Geir Eilertsen der for å tilby sin hjelp. Det satt vi veldig pris på.

I løpet av de 14 dagene vi var på sykehuset var det mange som var innom fra senior mc, noen var innom flere ganger, vi fikk hele tiden mange hilsener, telefoner, sms meldinger og blomster fra både kjente og "ukjente" medlemmer. Det var ikke en dag vi ikke hadde besøk av en eller flere naboer eller mc- medlemmer, det satt vi pris på. Dagene ble for oss lettere å komme igjen-

nom. Thom og jeg bestemte oss veldig fort for at denne ulykken ikke skulle stoppe oss, vi skulle opp igjen på sykkelen å fort som mulig, som vi sa til venner, naboer , familie, " vi var bare på feil sted til feil tid".

Det som likevel har festet seg mest på netthinnen er besøket vi hadde søndagen 1 uke etter ulykken. Da ble Thom og jeg hentet på rommet på avdelingen vi lå på og kjørt ned til akuttmottaket, hvor det etter hvert kom en hel gjeng mc-ere fra klubben som la turen innom sykehuset før de kjørte av gårde på søndagstur. "DA FALT DET MANGE TÅRER DA "

Det var sterkt!!

Etter hvert kom hjemreise dagen for oss begge Thom og jeg var veldig redusert fysisk, derfor kunne vi ikke gjøre så mye selv av ulike ting i huset, men hva var problemet? Vi hadde jo mange naboer og familie som ilte til å ville hjelpe, samt mange i klubben som også tilbød sin hjelp. Thom og jeg hadde meldt oss på telemarksturen og gledet oss voldsomt til det, men vi fikk litt med oss allikevel, for en onsdag noen uker etterpå kom turarrangørene og noen til med kake og kaffe og film fra turen.

Det var kjekt!!

Etter hvert som tiden nå har gått har vi begge kommet oss på beina igjen , etter en lang rehabilitering. For vi hadde et mål for øyet og det var å komme oss opp på motorsykkel igjen.

Og målet nådde vi , idag er Thom og jeg lykkelige eiere av hver vår motorsykkel og koser oss atter sammen med våre venner i Senior MC avd.Rogaland. Vi riktig nyter hver en kilometer vi tilbakelegger .

Til slutt vil vi få takke alle i senior mc for all hjelp og støtte vi har fått , det har vært helt utrolig og oppleve den hjelpsomheten og samholdet som vi har fått oppleve eksisterer i klubben.

Hilsen

ELLEN OG THOM

Dette innlegget fra Ellen og Thom skulle ha vært i Senior Rapport rett etter nyttår. Vi i redaksjonen hadde desverre klart å rote vekk dette flotte innlegget fra to medlemmer vi setter stor pris på . Heldigvis så hadde Ellen og Thom lagret en kopi hjemme på sin PC og kunne sende den på nytt til oss i redaksjonen.

Hilsen Redaktøren.

bank · fond · forsikring · eiendomsmegling

## Verdier skapes lokalt



Lokal verdiskaping er et hovedmål for oss i SpareBank 1 SR-Bank. Og ingen skaper større verdier enn overskuddsmennesker som får anledning til å utfolde seg.

I en årrekke har vi vært regionens største støttespiller til lokal kultur og idrett. Vi gjør det fordi slike aktiviteter skaper uerstattelige verdier på lokalplanet. Verdier som gjør samfunnet vårt verd å leve i. Fordi kultur, idrett og utfoldelse gir oss et samfunn som preges av overskudd. Langt utover det økonomiske.

SpareBank 1 SR-Bank

## Styret i SMC

### Rogaland 2006

#### Leder:

Jane Cave: 51 55 70 45 /  
41 51 93 46. jcave@online.no

#### Nestleder/Sekretær:

Ann Helen Ravndal: 51 66 33 54 /  
93 42 89 17

#### Kasserer:

Marthe Roa: 51 89 25 64 /  
90 54 70 73

#### Redaktør:

Nina.C.Thorkildsen  
Tlf: 51426113  
Mobil: 99370521  
goldwing@time.online.no

#### Turkomite leder:

Øyvind Rønneberg: 90 89 77 47  
javel@chello.no

#### Huskomite leder:

Sture Ericsson  
90 13 33 50

#### Varamedlem/sikkerhetsansvarlig:

Henning Hilde: 90 87 44 92

## Senior Rapport

Senior Rapport er et informasjonsblad for medlemmene tilsluttet Senior MC Norge, avdeling Rogaland og kommer ut 6 ganger årlig. Opplag: 550.

#### Postadresse:

Senior Rapport, postboks 349,  
4067 Stavanger  
Bankgiro: 3204 68 05002

#### Ansvarlig redaktør:

Nina.C.Thorkildsen  
Mobil: 99370521  
e-post: goldwing@time.online.no

#### Journalister:

Jan Ketil Greve.  
e-post: edmond.dantes@lyse.net  
mobil: 92021531  
Bjørn Ivar Årseth  
Mob. 41 44 00 88

#### Annonsekontakt:

Arild Holmen: 91 76 50 06

#### Medlemsregister:

Marthe Roa: 51892564 / 90547073

#### Formgiving og

#### Internettansvarlig:

Jarle Strønstad: Mob. 40 45 44 14  
jar-stro@online.no

## Huskomiteen 2006

**Nå har me lagt bak oss det fysta halla året med aktivitetar, så e å finna fra vår sia i huskomiteen.**

Tiå fyge, syns nå eg då. To vellykka festar har me hatt. Fyste hadde me "Lutefiskaften" i februar, for adle di så lige ludafisk. Ja, å di så ikje lige det, va der to tri stykker av og.

I april, hadde me denne her "60's & 70's festen". Der va mange som hadde fonne fram finstasen fra ungdomstia. Klart di tenkte at det va for fine kler te å hiva. Konne jo komma på mode igjen. Men det va nok någen kilo siden. Men fine va di..

Pub kveldar har me hatt fem stykker av. Der finne mer å mer folk ud, at me har det greveligt kjekt. Levande musikk på storsjerm, av di idolanne me vokste opp med. Adle så komme, får ønska det di vil ha av musikk. Håbe at endå mer finne

veien når me starte opp med nye itte ferien, den 25 august.

Ein kjempefrokost, serverte hu Astrid oss, på 1 mai før vårsleppet.

Itte torgtreffet, 16 mai, hadde me satt opp telt med grilling utenfor klubben. Selfølgelig måtte me grilla ude, men mange valgte å spisa inne, for veret va ikje heilt på vår sia, kan du sei, på ein måte.

Hvis du e litt dårlige i hukommelsen, så send meg e-mail adressen din. Då ska eg senda deg ein påmindelse når någe skjer, festar, pubbar å sånt någe kjekt.

Håbe adle får ein fine sommar, med mye kjørelegde. Kjør forsiktig, så snakkes me itte ferien.

God ferie.

Mvh Huskomiteleder  
Sture Ericsson  
sturenn@hotmail.com.

## Turkomiteen!

Heia Folkens !!!

Jeg har fått høre at noen ikke blir med på søndagsturer p.g.a at det kjøres for friskt. Dette er nå satt på dagsorden med at deltakerne deles inn i to grupper, men møtes ved samme bestemmelsessted. Alle skal føle seg velkommen i klubben og dens aktiviteter.

Nå er Danmarks turen for i år historie, temperaturen var ikke på vår side. Med 62 Seniorer med sitt beste humør var nå det ingen problem. Vi tok til og med en tur til Tyskland, Billig kjøretstyr og vin, og noen med ny sykkel var nok til at de tok turen.

Turen gikk uten ulykker, men en røk 'Akillesen'.

God Bedring !!

Ta vare på livet, du har bare et.  
Lev det nå !!

God MC Sommer

Beste hilsener fra 'Ein Gla Gutt'

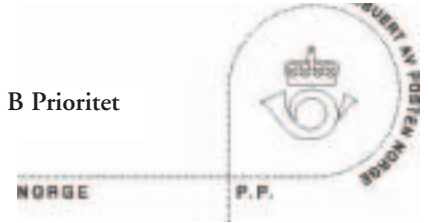


## lidenskap

MOTORROSSI

Vår nye adresse er  
Sørflåtveien 11,  
4018 Stavanger.

B Prioritet



Returadresse: Senior Rapport  
Postboks 349  
4067 Stavanger

## GODE TIPS FRA MC-PLASSEN.NET!

• *Nina.C.Thorkildsen*

**Jeg surfet rundt på internet for å finne noe matnyttig for oss motorsyklister. Og da ferien er noen få uker eller måneder unna så synes jeg denne artikkelen kunne være til god nytte for de fleste :**

”Om pakking finnes det mye å fortelle om og det er en ting som er helt sikker og det er at teknikken på å pakke finnes igjennom erfaring. En opppakking er noe som er høyst personlig og teknikken og innholdet ser aldri lik ut fra person til person. Det finnes en regel som du alltid bør ha i bakhodet og det er at: **DU ALLTID HAR FOR MYE MED DEG!**

Uansett om du velger å utstyre MC`en din med harde eller myke tasker så er det alltid bra å ikke helt fokusere på design uten også å se på hvordan de fungerer å pakke i. Ulike tasker passer også ulik på ulike typer av MC og om de er harde eller myke pleier ikke spille noen rolle, oftest er det harde tasker som sitter med en form for hurtig lås som gjør dem lettere å ta med seg ved overnatting. Det kan være smart å unngå å ta med seg taskene inn i teltet/stuen/rommet siden de er som oftest veldig tilgriset på utsiden. Da er det smart å ha tynne myke innervesker som er lette å plukke med seg. Når det gjelder å pakke klær i taskene, så kan det være smart å pakke klærne helst i ulike separate plastposer selv om du er sikker på at taskene holder helt tett, du behøver kanskje stoppe og lete rundt i tingene dine i piskende regn og da er det ikke dumt med lite ekstra regnbeskyttelse. En taske på 30 – 40 liter pleier å være tilstrekkelig pr. person. Sovepose, laken og liggeunderlag kan du med fordel pakke i en

større ryggsekk eller såkalt "skipsekk" med åpning i den ene enden. Det finns mange slike varianter og en del av dem er 100% vanntette hvis du snører den riktig. Det kjennes trygt da du kan kjøre en hel dag i høljende regn. En slik "skipsekk " eller ryggsekk kan siden lett festes på en pakkeholder eller oppe på en toppboks. Også her kjører du helst med tette innerposer av plast selv om yterdelen i ryggsekk er regnsikker. Et tips som kan være smart å ta med seg er at istedenfor å ha løse utenpåliggende regnbeskyttelse på taskene er å ha en svart plastsekk på innsiden i tasken, da holder også ikke regnsikre tasker alle tingene tørre. Det finnes en fordel med å gjøre det slik og det er at du slipper utenpåliggende regnbeskyttelse som plaffer i stykker av fartsvinden.

Når du fester ryggsekk eller annen taske uten fast montert holdere på din MC er det anbefalt at du velger strekkremmer slik som elastiske stropper eller bagasjenett. Det er viktig at pakkingen sitter så nær sykkelen som mulig ellers er det stor risiko for at den ikke ligger ordentlig stille under en hel dags kjøring, eventuelt kan det også kjønnnes i MC`en din som helt enkelt blir mer vinglet å kjøre, fremfor alt når den rette kurvefølelsen vil finne sted :). Den allmenne regelen er ellers å pakke så lavt og så jevnt fordelt at du beholder motorsykkelenes vektbalanse når den er oppakket.

Kjører du sammen i en gruppe kan det også være bra å spare litt på yterrommet for matpakke , for eksempel en ost, en margarinepakke og evt. noe annet som du tar med deg mellom overnattingene.

En tankveske er alltid bra å ha, den gir muligheten til å kompensere litt for den vekten som ofte havner langt bak på sykkelen. De tankveskene som finnes i dag er ofte bra å bruke også som håndbagasje eller

som lett ryggsekk ved et slik behov. Derfor kan det være lurt å bruke tankveske selv om det er god plass i sidetaskene, sissybagene eller på bagasjeholderen og det med på å fordele tyngden over hele motorsykkelen, ekstra viktig er det om du også kjører med passasjerer.

Vi kan med det samme advare mot å bruke ryggsekk istedenfor faste tasker når du kjører. Om reisen er litt lang så er det mye som kroppen skal orke med og selv den minste tyngden merkes i det lange løpet. Kan du unngå en slik tyngde så blir reisen så mye bedre. Nå vet du at det ikke er alle som holder med oss i dette, og det kan så være, men foreslår at du tester dette med å kjøre med ryggsekk før du gir deg av sted på MC`en din på tur. Om du dermed velger å kjøre med ryggsekk så bør det være en modell som du kan spenne ordentlig rundt kroppen, både oppe og nede. Helst ikke ha noen tunge ting i ryggsekken. Husk at ved et evt. uhell så er det ekstra vekt på kroppen og du vil da få en kraftigere treff med gjenstanden.

Sammendrag:

Her er hva du skal tenke på:

- Gå ut fra at du alltid har for mye med deg  
- Legg gjerne klærne i plastposer selv om de er inne i tasken.

- Unngå utenpåliggende løse regnbeskyttelse.

- Fordel oppakkingen så jevnt du kan over hele motorsykkelen for best vektfordeling

- Sett fast oppakkingen ordentlig slik at den ikke glir.

Da er det bare å begynne å pakke til turen din og har du bare testet og prøvet litt før du reiser så vil det sikkert ordne seg på beste måte. Glem ikke siden å ta vare på all erfaring som du får på reisen, det kan komme velt til nytte på neste reise.”