

Crosslejr

Der arrangeres hvert år, uge 28 crosslejr i LMCK. Medlemmer tilbydes tilmelding en uge før alle andre. Klubben bestræber sig på at finde Danmarks bedste trænere, som står for træningen mandag til torsdag. Fredag arrangeres der enduro og lørdag er der fri træning kl. 11.00-15.00.

Der laves fælles arrangementer i løbet af ugen, for at styrke det sociale sammenhold imellem køre og forældre.



LMCK **UGE 28**
Crosslejr

Træningsskole Man-Tors-Enduro Fredag
Inkl. Fællesspisning Onsdag for familier tilmeldt campen
Helstegt pattegris

Stor bane: 1.800,-
Micro bane: 1.400,-
Rate 1 ved tilmelding (700kr./900kr.)
Rate 2 senest 1/5-2025

Trænersteam
Mads Rasmussen
Frederik Eskildsen
Nicolai Skovbjerg

Information og tilmelding på
www.lindknudmotocross.dk
Fra d.1/2 for medlemmer 8/2 for alle

Så skynd dig at melde dig ind i LMCK og få en plads

Licenskrav: Følg os på
facebook

LMCK
Lindknud Moto Cross Klub



HYLDELUNDVEJ 8,6650
BRØRUP.
ÅBEN TIRSDAG OG LØRDAG



UDSTYR INDEN DU KØRE

- Godkendt hjelm
- Brilller
- Støvler
- Lang trøje
- Lange bukser
- Brynje
- Handsker
- Knæbeskyttere
- Nakkekrave (anbefales)
- Albuebeskytter (anbefales)



Velkomst pjece
Lindknud Moto Cross Klub
2025

Husk Crosslejr
Uge 28

LIGA VINDER 2022 & 2023

Sådan kommer du i gang

Medlemskab tegnes online på LMCK's hjemmeside/klubmodul (www.lindknudmotocross.dk)

Først opretter du en profil, hvor efter du tegner et medlemskab under kontingent. Når kontingentet er betalt online, besøger du DMCU's hjemmeside (www.DMCU.dk). Der logger du ind med samme brugernavn og adgangskode som på LMCK's hjemmeside. Du finder "køb af Licens" for oven, og du køber den licens der passer til dig.
Licens A: Micro (Micro bane)
Licens B: Mini (65cc & 85cc, Stor bane)
Licens C: Maxi

Træning på vores baner kræver at du har en gyldig licens, og har sat sig ind i reglementet, som findes på www.dmcu.dk

Forsikring

Kontakt jeres forsikringsselskab ang. Farlig sport tillæg på jeres fritidsulykkforsikring. Du **skal** have en forsikring men du vælger selv om du bruger DMCU eller egen forsikring.

Du kan se vores åbningstider samt ændringer af disse på vores hjemmeside. Der informeres desuden gennem vores Facebook side: [Lindknud Moto Cross Klub](#).

Ved prøvekørsel, som foregår om lørdagen mellem kl.10.00-kl.11.00

Kontakt
Morten 40935448

Regler i ryttergården

Når du ankommer til banen kan du parker din bil og crosser i ryttergården.

- **INGEN** kørsel på crosser el. lignende i ryttergården.
- Du **skal** bruge miljømåtte under din crosser
- Ryd op efter dig selv når du forlader ryttergården

Registrering

Inden du kan starte træning på banen skal du registrere at du er kommet og at du ønsker at træne. Dette sker i klubhuset, hvor dagens banevagt fører en logbog over hvem der træner den pågældende dag.

Her får du din tid, hvor du skal være flagpost

Som NY og urutineret kører skal du benytte gul vest (udleveres i klubben)

Banevagt & Flagposter

Banevagten er øverste myndighed på en træningsdag og det er banevagten der bestemmer hvor og hvordan dagens træning afvikles. Banevagten er ansvarlig for at træningen gennemføres på sikker vis – herunder at obligatoriske flagposter er besat under træningen.

Følg altid banevagtens anvisninger!

Flagposter er en nødvendighed for at træningen kan gennemføres sikkert. Alle køre forventes at bidrage med at besætte flagposter. Alle der sidder flagposter skal orienteres om hvordan denne opgave udføres. Kontakt Banevagten så du kan bidrage med at varetage opgaven. Som ny modtager du en introduktion til de forskellige flags betydning.

Alle medlemmer i LMCK skal bidrage med

min. 2 banevagter efter oplæring.

Vaskeplads & Miljøstation

Vaskepladsen er åben til 15 minutter efter endt træning. Det er dit eget ansvar at være færdig når tiden er gået. Ved siden af vaskepladsen finder du miljøstationen som du skal benytte til deponering af olierester og diverse kemikalier. Hvis du oplever fejl eller mangler ved vaskepladsen eller miljøstationen kontaktes banevagten.

Spørg hvis du er i tvivl! – Vores tilladelse til at dyrke motocross sporten er betinget af at vi passer på miljøet.

Har du brug for hjælp eller vejledning så sig endelig til! – vi har alle været begyndere på et tidspunkt ☺

Klubben

Da klubbens drift består af *frivillig kræfter*, er det vigtigt at vi alle bidrager. Vi hjælper hinanden med alt det praktiske der skal gøres i klubben. Lige fra hjælp til bespisning i køkkenet, rengøring af klubhuset, vedligehold af banen samt planlægning og gennemførelse af løb. Der arrangeres én eller flere arbejdsdage i løbet af sæsonen. Klubben har en forventning om at du som medlem deltager.

Vi forventer derfor også at du som ny medlem byder ind med din hjælp, når du er kommet godt i gang med sporten.

Vores klubånd mærkes gennem det fællesskab vi oplever i ryttergården og på banen. Her er der plads til alle, store som små, nye som gamle.

Kontakt bestyrelsen, og fortæl dem hvad du er bedst til eller har mest lyst til at bidrage med. Hold dig ajour med planlagte arbejdsdage på vores hjemmeside og Facebook. Kontakt info findes på klubbens hjemmeside, under bestyrelsen: www.lindknudmotocross.dk