

# Et bedre liv

– en tur unna





” *Våken søndag morgen kl 06.00.  
Før var det selveste marerittet.  
Nå er det høydepunktet i uken!*

# Valgets kvaler

Norske motorsykler brukes i dag mindre enn det vi synes er rimelig. Gjennomsnittlig årlig kjørelengde er nå kanskje nede mot 3.000 km - en distanse man rekker over på to langhelger.

Årsaken er antagelig ganske enkel - vi har det godt i Norge. Vår hverdag og fritid er full av tilbud og muligheter, og det er begrenset tid til hver enkelt aktivitet.

Mennesket er nå en gang slik innrettet at det normalt velger minste motstands vei. Du velger den aktiviteten du har mest lyst til å drive med, korrigert for innsatsen det koster.

I dag dreier kostnaden seg ikke så mye om penger, som om tid og tilgjengelighet. Den aktiviteten som roper høyest og gjør seg deiligst, vinner kampen.

## **Hører du motorsykkelen din rope?**

Det finnes mange gode grunner for å kjøre mer motorsykkel...

# Gleden

- Hvordan vet vi at han smiler der bak visiret, var det en som spurte

- Hvordan vet vi at det ikke er en hun, kontret en annen

For det er det



**Noen å dele med? Det er løsningen på nesten alle problemer.**

Tre trinn mot flere fine turer

# 1

TRINN

Å finne et sted å kjøre til

Utlrolig nok. Verden er så stapp full av steder å kjøre til at det nesten ikke er plass til flere.

Likevel er dette spørsmålet motorsyklister oftest og med størst besvær stiller seg: Hvor skal jeg kjøre i dag tro?



Verktøyet til å komme seg ut ligger i forståelsen av hva som hindrer deg  
- og hvordan du reduserer hindringene

Før du har svaret, kommer  
du deg heller ikke ut av døren

#### **Kunsten å kjøre en tur**

Det hender ganske ofte at  
kona sier: - Jeg kjører en tur  
på butikken. Er tilbake om to  
timer.

Ikke fullt så ofte sier hun: -  
Jeg kjører en tur til Kina.

Men, det er egentlig to  
sider av samme sak. Butikken  
ligger 400 meter unna. Kina  
14.000 km unna. Du trenger  
ikke kjøre strake veien til Kina  
heller.

På motorsykkel er det oftest  
veien som teller. Og enda  
bedre er omveiene.

Like fullt er det viktig å ha  
et mål for øye.

Tro oss - å kjøre formålsløst  
omkring er noe av det  
vanskeligste man kan prøve  
på.



# Felleskapet

Motorsyklisme har mange fellestrekk med sex:

- det handler om rytme og timing
- det blir bare bedre med årene
- det er bedre å gjøre det sammen med noen



**Halvor og May Liss har felles interesser. Tenk så praktisk at de er gift!**

Tre trinn mot flere fine turer

TRINN **2** Å få lov å kjøre dit

Rettere sagt å få lov å bruke tiden det tar. Det kan selvsagt hende at du er enslig, eller at familien din er glad for å slippe å se deg. Men de fleste av oss har jobb og normal familie, og da er tiden knapp.

**Kunsten å ha «tid på konto»**

Sjakktrekk nummer ett er å sørge for å dele motorsykelinteressen med familie og venner.



Verktøyet til å komme seg ut ligger i forståelsen av hva som hindrer deg - og hvordan du reduserer hindringene

Har du kjæreste eller nære venner med samme interesse, er det en 100 % garanti for mer tilgjengelig MC-tid.

Om du ikke har det i dag, er det selvsagt ikke gjort i en håndvending. Men å sette i gang et langsiktig prosjekt med dette for øyet, kan være den beste investeringen du gjør i livet.

### **Kunsten å inkludere motorsykkelen i livet**

Like fullt gjenstår det en rekke hindringer før du sitter i salen.

Hver enkelt hindring er ofte så liten at du knapt merker det, men i sum kan det være nok til at underbevisstheten din likevel avblåser turen før den har startet.

Sørg for at motorsykkelen er tilgjengelig som en naturlig

del av hverdags- og fritids-transporten:

- ha orden på kjørestyret, og ha det hengende lett tilgjengelig

- ha orden på sykkelen, ta servicer og dekkskift i tide - parker den helst med fronten ut!

- å prioritere bagasjeløsning og passasjerplass gjør det mulig å handle dagligvarer og ta guttungen med på fisketur.



**Hvordan vet vi at de smiler bak visiret? Fordi de deler opplevelsen!**

## Tre trinn mot flere fine turer

TRINN **3** Å finne noen å kjøre sammen med

Når alle de små hindringene på veien fra kjøkkenkrakken

og ut til motorsykkelen er ryddet av veien, er det straks

# Roen

i sjelen

etterpå



Verktøyet til å komme seg ut ligger i forståelsen av hva som hindrer deg - og hvordan du reduserer hindringene

langt enklere å komme seg ut.

Og da finnes det ett triks som opphever all gjenværende motstand:

**Kunsten å forplikte seg - en avtale er en avtale!**

Har du avtalt å møte din MC-interesserte kollega søndag morgen klokken 06.00

for en runde på favorittveien, ja da er det sannelig mye enklere å komme seg opp.

Har du en kompis som står utenfor med utstyret på og sykkelen i gang, ja da er det også veldig lett å finne fram sitt eget.

Og har du meldt deg på og betalt for en av de stadig flere arrangerte MC-turene i Norge, ja da kan du vel ikke annet enn å stille opp og overlate skjebnen i arrangørens hender.



## Tre tips for å unngå tabber

# 1

TIPS

### Riktig påkledning

Det er ikke lenger kjøreklærne som er for dårlig - norske motorsyklister er etter hvert godt utstyrte.

De fleste har til og med fått med seg at man må bruke vanntette kjøreklær når man skal kjøre i regnvær.



# Adrenalinet

kick

mestring

full kontroll

... du kan hvile i trygg forvissing om at motorsyklister har begått tabber før deg

Og i handelen finnes det utstyr som du komfortabelt kan kjøre dagsturer med i 25 minusgrader om så er.

Likevel møter man gang på gang kalde og hutrende motorsyklister. Selv folk som har kjørt i en mannsalder gjør denne tabben gang på gang. Hvordan kan det ha seg?

Antagelig dreier det seg om en feilkobling i hjernen.

MC-turens gleder projiserer en stor sol på hjernen, og lurer fornuften til å tro at det alltid blir varmt og tørt.

## **Det dreier seg ganske enkelt om tre ting:**

1. Hva og hvor mye man kler på seg under ytterklærne (lag på lag prinsippet)

2. At man stopper og kler på seg mer før man blir kald

3. At man tar på seg regndressen før man blir våt

It's so simple!

# Naturen

Betrakter du Norge og utlandet under ett, dreier det seg om utrolig mange kvadratkilometer storslått natur og tilhørende veinett

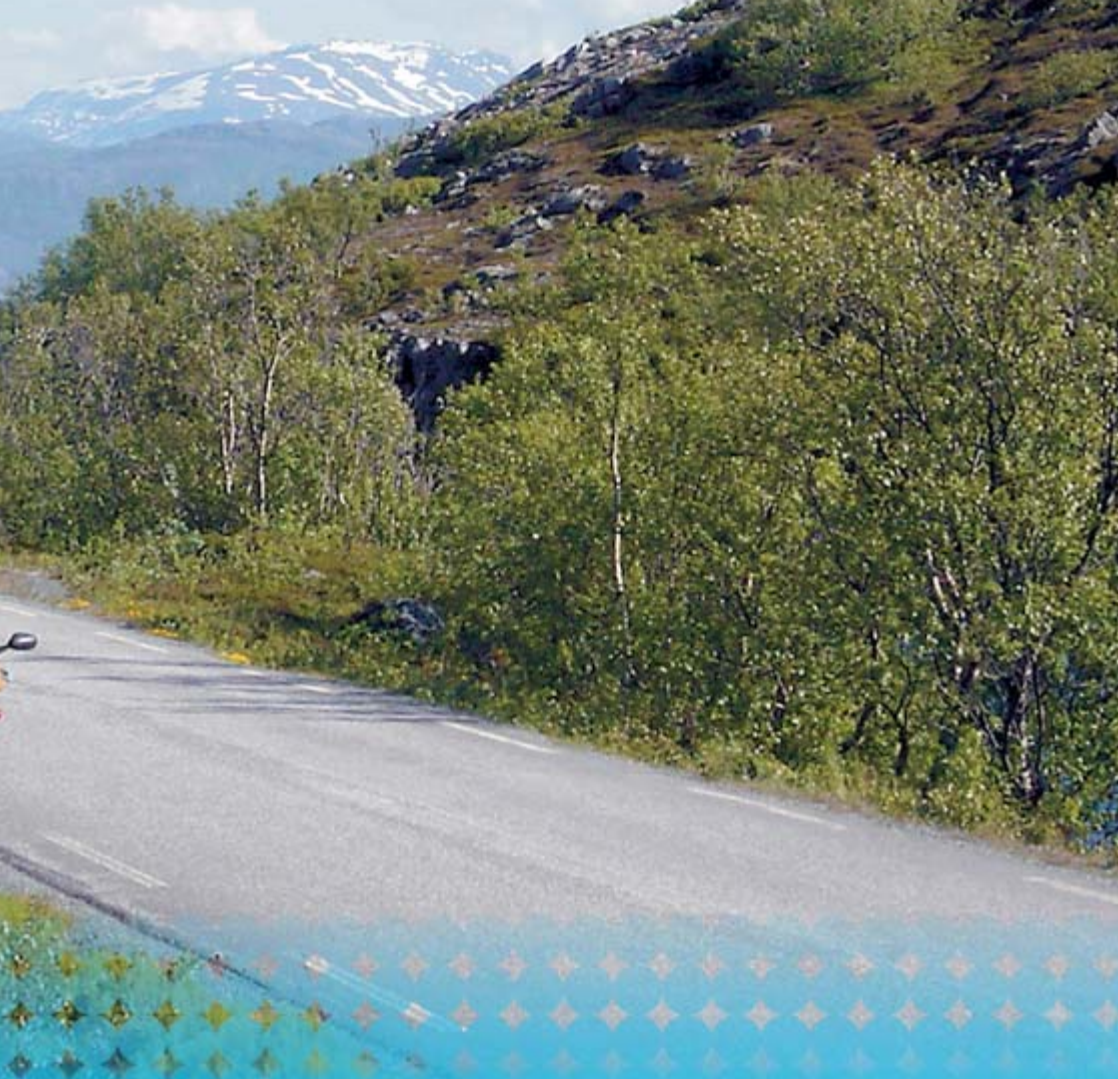


## Tre tips for å unngå tabber

TIPS **2** En komfortabel passasjer

De aller fleste får sin første smak av motorsyklismen på passasjerplass. Med en kompis, med kjæresten.

Antagelig er det derfor det ikke er flere av oss. Resten er skremt vekk!



... du kan hvile i trygg forvissing om at motorsyklister har begått tabber før deg

**Men kunsten å kjøre med passasjer er forbløffende enkel:**

**Ta hensyn.** Kjør som du selv ville forlangt av vedkommende dersom du selv satt bakpå.

**Bygg opp tillit.** Det er skremmende å overlate kontroll til andre. Kjør med

tilstrekkelig sikkerhetsmargin til at du ikke skremmer passasjeren - som ikke er synonymt med hva du synes at passasjeren bør tåle.

**Tenk komfort.** Passasjeren har normalt en dårligere sitteplass enn føreren, og har større belastninger ved hastighetsendringer. Kjør

derfor tilstrekkelig mykt og jevnt til at passasjeren synes det er behagelig å sitte på.

**Stopp tidsnok.** To må på do dobbelt så ofte.

**Kle godt nok på passasjer.** Det er normalt kaldere å være passasjer enn å kjøre.

# De gode turene

Hva er en god tur?

Den Store Europaturen...

...eller bare et påskudd for en kaffekopp hos gode venner



Det krever disiplin å kjøre i grupper, enten de er store eller små. Til gjengjeld er gevinsten stor - og man får den utbetalt ved første kaffepause.

## Tre tips for å unngå tabber

### TIPS **3** Hvordan takle å kjøre sammen med andre

Noe av det triveligste som finnes er å kjøre sammen med andre. Å dele opplevelsene

underveis med noen som har akkurat de samme følelsene. Som nyter hver sving. Som



... du kan hvile i trygg forvisning om at motorsyklister har begått tabber før deg

nyter blikket fra misunnelige bilister og imponerte fotgjengere.

Imidlertid kan kjøring sammen med andre også være et mareritt, spesielt hvis tempoet er høyere enn man setter pris på. Eller om etappen blir for lang og personen bak deg ligger

ubehagelig tett på baklyset ditt.

Alle opplever i blant å bli «tvunget» til å kjøre fortere enn de er komfortable med. Det krever sterk psyke for å si at, dette går for fort for meg. Og det føles ganske ensomt når de andre har kjørt fra deg.

**Kunsten å kjøre sammen med andre er imidlertid bare en variant av å kjøre med noen bakpå:**

1. Ta hensyn
2. Gjør avtale om kjøringen på forhånd

” *Det var helt tilfeldig, to karer på samme sted til samme tid. Vi hadde 10 sammenhengende mil med perfekt flyt, solen i ryggen og millimetertiming i hver sving. På ferjen kom vi i prat. Det var i 1997. Siden har vi kjørt sammen hver sommer.*





## Et bedre liv

**Det er minst 1000 gode grunner for å kjøre motorsykkel. Felles for alle er at de bidrar til et bedre liv.**

**Hør:** Motorsyklisme gjør deg glad. Gir deg fysisk og psykisk balanse. Utvikler en rekke egenskaper, for eksempel bedre observasjonsevne. Et balansert og psykisk sterkt menneske oppleves som en ressurs. Og mennesker som får gode tilbakemeldinger utvikler seg. En god sirkel.

### **Enkelt tilgjengelig, stor effekt**

Motorsyklisme har dessuten følgende unike kombinasjon av særtrekk:

- 1.** Er lett tilgjengelig, rett utenfor døren
- 2.** Bringer deg ut i mengder av frisk luft og flott natur
- 3.** Gir deg den gode mestringsfølelsen
- 4.** Skaper kontakt med fremmede og likesinnede

Det er selvsagt også mange andre aktiviteter som gir deg et godt og rikt liv.

Men som tilfredsstillende de fire punktene til venstre like godt?

Det er allment kjent at det blant motorsyklister finnes dem som tror de er smartere enn dem som ikke kjører motorsykkel.

Kanskje har de rett.

**” Det er to veier til hytta på Haukeli. Østfra og vestfra. 20 mil eller 70 mil. Det avhenger av været...**



” *Bakhjulsboltene var løse. Bra at jeg stoppet og sjekket!*

## Lur på tur

### **På ferjer**

Innenlands - trill forbi køen og still deg fremst.

Ved fare for sjøgang - ta med egne jekkestropper (hint: første og beste bensinstasjon).

Noen ferjemannskaper har peiling, andre ikke, og det er umulig å se forskjell. Tenk selv.

Kle på deg i tide og kjør først av ferjen. Da får du mange mil uten trafikk i din retning.

### **Pakking**

Litt bagasje er bedre enn ingen bagasje.

Mye bagasje er et sant helvete.

Pakkreimer er bedre enn elastiske stropper.

Etter noen år oppdager de fleste plastposer og vanntette bager. I den rekkefølgen.

### **Vedlikehold**

Gjør det før du drar på tur. Mekkestopp i veikanten er for spesielt interesserte.

Daglig sjekk av olje, kjede, lufttrykk og dekk er en effektiv kur mot Teknisk Angst.

Uflaks finnes. Men mobiltelefon og medlemskap eller forsikring med vei hjalp løser det meste.

Du løser det utroligste med originalverktøyet, en rull sølvtape og en håndfull strips.

### **Kaffestoppene**

En benk, en kaffe og en is er ofte alt som skal til.

Av og til er det småkaldt å stoppe ute, en caps eller topplue varmer godt.

Unngå bensinstasjoner. Kafeer er koseligere.

### **Overnattingen**

Planlegging? Gleden kan være å stoppe der det passer, slå opp teltet og nyte en skinndresspils.

Campinghytter er oftest like tilgjengelige, og utrolig mye mer praktisk og komfortabelt.

Hotellovernatting gir den store luksurfølelsen med motorsykkel - langt mer enn ellers.

Lykken er i blant flere overnattinger på samme sted, for å utforske området uten bagasje.

### **Motsol**

Kjør med solen i ryggen. Å kjøre opp til Nordkapp og ta hurtigruten hjem er ti ganger mer behagelig og spektakulært enn det motsatte (forutsatt sol, selvsagt). På samme måte er det en fordel å kjøre øst-vest på morgenen

” *Det kommer sjelden av seg selv. De gode øyeblikkene er plutselige resultater av god planlegging.*



og vest-øst på ettermiddagen. Tenk på det.

10-kroners-løsningen mot motsol? Det beste er selvsagt solbriller og mørkt visir, men i et nødstilfelle kommer du langt med to striper svart

elektrikerteip øverst på visiret. Finnes på nærmeste bensinstasjon.

#### **Veivalg**

Sky hovedveiene som pesten. Ikke bare er det der politiet og alle de andre kjører, disse

veiene er også dødsens kjedelige. I 9 av 10 tilfeller finnes det en alternativ rute.

#### **Hjelmen**

Ikke heng hjelmen på speilet (om du ikke trives med insekter i håret, da).

Hensikten med dette heftet er ganske enkelt å inspirere flere til å kjøre mer. Ikke fordi vi er så opptatt av store distanser, men fordi en motorsykkel som står ubrukt i garasjen ikke gavner noen. Ikke deg, og ikke resten av oss. Hører du motorsykkelen din rope?

Ønsker du flere opplysninger, se [www.nmcu.org/tur](http://www.nmcu.org/tur)



Norsk Motorcykel Union (NMCU) er en landsdekkende, partipolitisk nøytral interesseorganisasjon for alle norske gatemotorsyklister.

Organisasjonen vil fremme motorsyklismen i dens sunne former, og alle kan bli medlem uansett kjønn, alder, religion eller etnisk opprinnelse.

NMCU  
Postboks 5126  
1503 Moss

Telefon: 69 20 46 46  
[nmcu@nmcu.org](mailto:nmcu@nmcu.org)  
[www.nmcu.org](http://www.nmcu.org)

