

Fra øde byrum til øvebane for nye cyklister

Astrid Plaugborg Pedersen, Mobilitet, Aarhus Kommune, aspp@aarhus.dk

Michael Bremer, Dansk Skolecykling, michael@danskskolecykling.dk

Abstrakt

I maj 2024 fik Aarhus en ny, midlertidig cykellegeplads på det tidligere færgeleje ved Pier 3, der i dag bl.a. rummer et populært paddelcenter, men ellers står øde hen. I denne artikel vil vi præsentere projektet med Cykeløen i detaljer, samt gøre status på, hvordan det første år med Cykeløen er gået.

Artiklen kommer således til at besvare følgende spørgsmål:

Hvilke færdigheder kræver det at cykle, og hvordan kan disse (med fordel) læres på en øvebane?

Hvad kendetegner en god cykellegeplads, som motiverer til timevis af leg og læring?

Resultater

Ca. halvdelen af de aarhusianske skoler har besøgt Cykeløen. Der ses ikke noget mønster i, hvilke skoler der besøger skolen mest: Cykeløen tiltrækker både skoler fra oplandet og midtbyen.

Blandt de aarhusianske skoler er Cykeløen mest besøgt af 3. klasse.

Blandt pædagogisk personale er der interesse for at besøge Cykeløen flere gange - også med samme gruppe børn. Samtidig kan vi se fra tilbagemeldingerne, at få timer ved Cykeløen kan gøre en væsentlig forskel for enkelte børn – i forhold til at lære/opdage, hvad man kan på cyklen og efterfølgende være mere motiveret for at cykle i hverdagen.

En ekstern faglighed og underviser – her kaldet en cykelkaptajn – har vist sig at være en vigtig autoritet, som både pædagogisk personale og forældre kan udnytte: "Det er ikke bare noget far siger..."

Formål

Cykeløen er et projekt, der har til formål at fremme cyklisme blandt børn. Ved at tilbyde aktivitetsbaseret cykelundervisning i rammer, der passer hertil, ønsker projektet at styrke aarhusianske skoleelevers cykelfærdigheder. Cykeløen er designet med det primære formål at tilbyde optimale rammer for undervisning af skoleklasser. Dertil har det været målet at skabe en øvebane, hvor forældre kan søge hen for at træne cykelfærdigheder med deres børn, så børnene kan opbygge kompetencer i at færdes

sikkert i trafikken.

Baggrund

Under Teknik og Miljø's arbejde med fremme af cyklisme har det længe været drømmen at få en cykel- eller trafiklegeplads. Med Klimahandlingsplanen 2022-2024 kom midler og ressourcer til at etablere en midlertidig cykellegeplads. Fordi projektet var en prøvehandling, åbnede der sig døre for, hvor denne kunne placeres.

Faser i cykellæring: Cykelstart, cykelkontrol og færdsels-cyklist

Dansk Skolecykling operer med tre faser, som en ny cyklist skal igennem for at blive en sikker trafikant. De tre faser kaldes cykelstart, cykelkontrol og færdsels-cyklist.

Uanset om man er barn eller voksen, vil en ny cyklist først skulle koncentrere sig om at være på cyklen – med fokus på motorisk træning af balance, stop og styring. Man er først klar til næste niveau, når man ikke længere er nervøs for at sætte sig op på cyklen. Er fundamentet ikke i orden, vil man i trafikale nødsituationer falde tilbage til det basale niveau og reagere instinktivt. For den utrænede cyklist kan nødsituationer blive ekstra risikofyldte, hvor det for eksempel er svært at holde balancen, hvis han forsøger at bremse og styre uden om på samme tid. Er man køreteknicisk dygtig, vil man hurtigere registrere problemer og derved besidde et større repertoire i en nødsituation. Med et godt fundament kan man udvide hånddelaget - mere eller mindre uendeligt. Man skal lære at 1) styre præcist og kunne tilpasse sin teknik til vinkel, underlag og fart 2) nuancere sin nedbremsning og at gøre det på rette tid og sted 3) flytte sit balancepunkt, så man kan signalere, dreje sig, se bagud eller cykle på hælden. Cykelkontrol handler både om at blive dygtigere til de forskellige teknikker, men også at kunne kombinere teknikkerne, hvilket kræver rutine og mange timer på cyklen. Mange lærer det basale og når til "godt nok", og så tænker man ikke videre over det. Det er en fordel at løfte det køreteknicke niveau, både i forhold til sikkerhedsniveauet, men også for cykelglæden. Det kræver nemlig en mindre fysisk indsats for en køreteknicisk dygtig cyklist at komme A til B, hvilket giver bedre chancer for at nyde turen. Hvis cyklen ikke opleves som en gnidningsfri bevægeform, vil det være naturligt at søge et alternativt transportmiddel.

Det øverste læringsniveau handler om at færdes i en kompleks trafikal situation, vel vidende at man er én af de sårbare trafikanter. Her er der brug for at udvide det køreteknicke hånddelag, men også tilføje et adfærds- perspektiv. Man skal forstå regler, strategier og optimalt set lære at tage ansvar for færdselsfællesskabet.



Teknik og Miljø, Aarhus Kommune: Billede taget i sydvestlig retning, mod bymidten.

Cykellegepladsen ligger bynært på Pier 3, som hundredvis af beboere og besøgende går forbi, når de skal mod eller fra bymiljøet mellem boligerne på Aarhus Ø. Med sin centrale placering og et letbane- stop tæt på, er cykellegepladsens placering tilgængelig for mange.

Cykellegepladsen ligger i et blæsende havnemiljø, der fremstår overdimensioneret og tomt i forhold til de få aktiviteter, der i dag huses her. Et paddelcen-

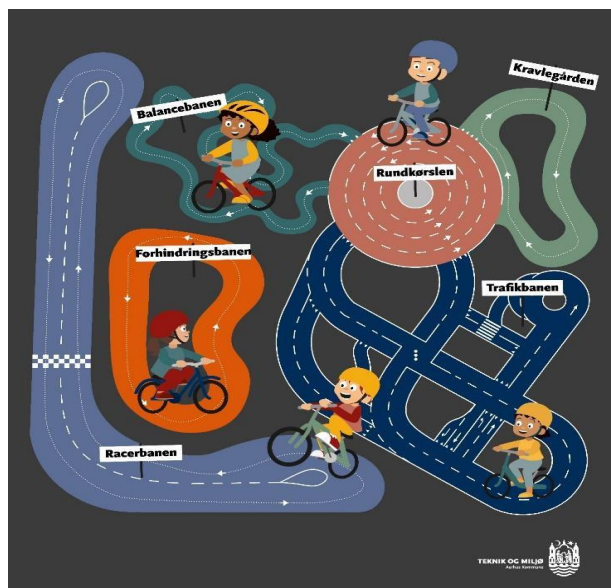
ter, et søfartsmuseum og cykelværksted ligger tæt på cykellegepladsen, og ellers benyttes Pier 3 midlertidigt som opbevaringsplads for diverse overskudsmaterialer fra byggeprojekter. Selve arealet, der er tildelt til Cykeløen, udgør 75 x 75 meter.

Inden vi giver os i kast med at beskrive idéen bag de elementer, Cykeløen består af, vil vi først understrege, at Cykeløen er ét eksempel på, hvordan en cykellegeplads kan se ud. Cykeløen er designet, så de fysiske rammer giver gode vilkår for cykelundervisning – inspireret af Dansk Skolecyklings erfaring med aktivitetsbaseret undervisning til skoleklasser. Det vil sige, at det primære udgangspunkt ikke har været familier og børns selvstændige leg.

Økonomi

Samlet set blev der i 2023 og 2024 i alt brugt 2 mio. kr. Det efterfølgende årlige budget er på 0,6 mio. kr.

Beskrivelse	Prisoverslag
Løn til cykelkaptajn (19 måneder)	250.000
4 legehuse + læskærme	180.000
54 børnecykler og cykelhelme	160.000
Flytning og opsætning af toiletvogn	110.000
Asfaltarbejde, inkl. asfaltrampe	120.000
Maling af baner	50.000
Årlig drift (faste udgifter)	50.000



Cykelbanernes design og sværhedsgrad

Cykeløen består af fem baner, der er udgjort af en kant i termoplast. De tre af banerne er forbundet af en fordelingsring, en slags rundkørsel. Banerne er designet, så de dels lægger op til træning af forskellige teknikker og dels tilbyder forskellige sværhedsgrader.

Kravlegården er en kort, simpel bane uden skarpe sving og overraskelser. Den skal være bred nok for at en hjælper (lærer eller forælder) kan følge med rundt og støtte fysisk, men efterhånden også trække sig ind i midten, når barnet kan selv. **Balancebanen** har skarpe og svære sving, og banen kræver

opmærksomhed i hvert eneste øjeblik. Samtidig er den så smal, at børnene kan fokusere på cykelhåndtering, da overhalinger ikke virker naturligt. Imellem dem ligger **Rundkørslen**, hvor der kommer krav til opmærksomhed på omgivelserne og de andre cyklende. Derfor skal der både være god plads, men samtidig opdeling i baner, så den enkelte cyklist ved, hvor hun hører til. På **Trafikbanen** handler det også meget om færdselsrelationen, med krav til opmærksomhed og at vide, hvor man hører til. Derfor skal størrelsen give tid til, at de kan nå at se hinanden og alle de opgaver, trafikreglerne stiller. På Cykeløen har vi placeret legehuse i Trafikbanen, hvilket skaber blinde vinkler og kræver ekstra opmærksomhed. Det sværeste i trafikken er kompleksiteten; at man skal så meget på én gang. Derfor skal man tilpasse plads og køreteknisk sværhedsgrad på de forskellige baner, så de kan træne teknikkerne enten enkeltvis eller i sammenhæng. På Balancebanen har man meget lidt tid til at se sig for, og derfor skal cyklisterne ikke blandes. Omvendt blandes cyklisterne på Trafikbanen, som derfor skal have mere plads og lettere køretekniske udfordringer.

De to af banerne (Forhindringsbanen og Racerbanen) er placeret for sig selv, da de skal danne rum for aktiviteter, der stiller krav til opmærksomheden på andre måder. På **Forhindringsbanen** er opmærksomheden rettet mod de ekstra elementer, man tilføjer, hvor banens opgave er at regulere adgangen. **Racerbanen** handler om fart, så der skal ikke være køretekniske udfordringer eller tværgående færdsel. Jo hurtigere man cykler, jo mindre tid har man til at se udfordringerne.

For at skabe plads til alle niveauer, er det vigtigt ikke at gøre banerne alt for specifikke. Vores erfaring fra Cykeløen er netop, at det er bedre at gøre banerne simple fra start og øge sværhedsgraden for de enkelte baner ved at tilføje redskaber og aktivitetsregler. Det er nemmere at lægge til, end at trække fra. Ønsker man i designet af banerne at variere kompleksiteten, vil banernes sværhedsgrad øges, jo smallere og jo mere kurvede, de optegnes.

Det er altså vigtigt, at rammerne ikke låser aktiviteten, men at der er plads til nuancer og variationer – f.eks. snegleløb på racerbanen, hvor det gælder om at komme sidst i mål. Samtidig er det en fordel at kunne dele arealet op i forskellige miljøer, som giver plads til niveauforskelle. Ved Cykeløen ser vi det ved,

Låncykler ved Cykeløen

54 børnecykler: 27 cykler med fodbremse (hjulstørrelse 16" og 20") og 27 cykler uden fodbremse (hjulstørrelse 24" og 26").

Desuden en håndfuld løbecykler og cykler til voksne (1 mountainbike og 10 foldecykler).

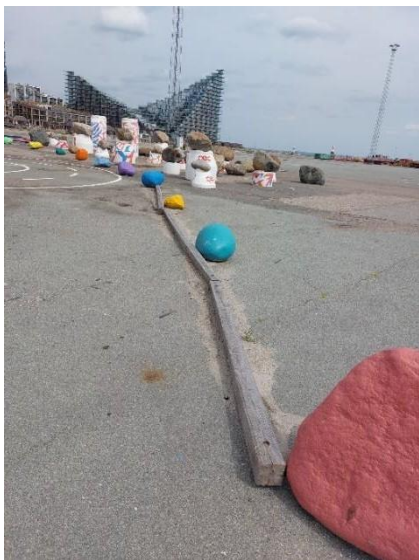
at de indledende baner ligger i den ene side, mens racerbanen og pumptracken ligger i modsatte side. Med andre ord er Cykeløen designet til at rumme både de vilde og de milde cyklister. Det kommer vi nærmere ind på senere.

Selvom der er forskel på, hvor frie bevægelsesmuligheder, der er på de enkelte baner, så sætter de rammerne for bevægelsesmønstre og -retninger. Banerne formidler altså en almen praksis for trafikadfærd. Det er vigtigt både at bruge de "koder", vi anvender i trafikken, men samtidig bryde dem i andre sammenhænge. Begge metoder giver en forståelse for

principperne.

Læringen ved trafikbanen er særligt forudsat af, at børnene følger trafikregler og efterligner den adfærd, der findes i trafikken. Begynder børnene at kede sig og bryde med rammerne, kan det være ødelæggende for læringen. Selvom der vel at mærke også er læring i at kunne håndtere andre trafikanters uforudsete adfærd. De øvrige baner rummer altså i højere grad plads til, at børnene kan lege med rammerne, hvilket vi vil argumentere for er ét element til at fastholde børnenes engagement i cykeltræningen.

Erfaringer ift. den fysiske udformning



Løbende har vi tilpasset og tilføjet elementer til Cykeløen, i takt med at vi er blevet gjort opmærksomme på forbedringspotentialer. En ting vi dog ikke har kunnet ændre på er, at Kravlegården og Forhindrebanen med fordel kunne have været større, end de er endt med at blive, når vi ser på brugetryk, og hvordan vi bruger dem i aktiviteterne.

Et af de første forbedringer gik på at få lagt en 10 cm høj trækant rundt langs kampestenene, der markerer Cykeløen. Det viste sig nemlig, at eleverne ikke holdt sig inden for afgrænsningen, som kampestenene markerer. Området omkring Cykeløen rummer ikke meget trafik, men at holde elevernes på Cykeløens areal

Dernæst var bump efterspurgt af forældre. For at højne sværhedsgraden, valgte vi at tilkøbe en pump-track, som tilfører en smule niveauforskel, samt en ny og anderledes cykelteknik. Pumptracken har vist sig at være utroligt populært blandt ungerne. Det har samtidig øget forbruget af plaster, hvilket er et godt eksempel på at motivation kommer før kompetencer.



Netop det at kunne køre over og under ting, var noget børnene fremhævede, da de blev inddraget i at designe bud på et overdækket madpakkehus, vi ønskede til Cykeløen. En håndfuld børn deltog med tegninger, hvor de fire af idéerne – som nok har været inspireret

af hinanden – involverede muligheden for at køre over og igennem huset. På samme måde ser vi på familie- dagene i weekenden, at børnene hurtigt søger mod trafikbanen, hvor legehusene er en del af oplevelsen. Baner på en flad asfalt har en afgrænset tiltrækningskraft, hvor det hjælper at kunne lade elementer vokse op fra underlaget.



Legehusene er populære blandt de besøgende børn ved Cykeløen, samtidig med at de er kilde til, at besø- gende overhovedet kommer til Cykeløen. Egentlig blev de prioriteret i projektet, da de kan bryde oversigts- forholdene på trafikbanen og dermed hjælper til, at denne simulerer den virkelige verden så godt som muligt. En effekt vi også kan se ved legehusene er, at de inspirer til lege, der også foregår på cykelbanerne. Elever fra 'træfagenes byggeuddannelse' fra Aarhus Tech designede og byggede de to legehuse, der er udformet som en brandbil og en fængselscelle. Vi havde ikke på forhånd tænkt på, at børnene ville igangsætte lege, der passede med legehusenes udtryk. Det har dog flere gang vist sig, at de på eget initiativ er begyndt at lege 'politi og røver' – hvor det cyklende politi "fanger" kammerater, der skal ind og sidde i cellen. Med andre ord, smelter legen i og omkring legehusene sammen med trafikbanen – frem for kun at være parallelle lege.

Rum for forskellighed

Cykeløen er designet til at favne forskellig brug og forskellige målgrupper. På den måde kan Cykeløen både rumme de 'vilde', 'de milde' og alle de grå ind i mellem. Når vi vælger at opdele banerne og adskille forskellige aktiviteter, så handler det også om at give plads til forskellige oplevelser – for både små og store. Nogle er tiltrukket og motiveret af de store præstationer, der kræver plads og risikovillighed. Andre søger mere intime processer, som kræver et mere personligt forløb.

Mange af disse forskellige behov kan vi løfte i designet, men aktiviteter og pædagogik er mindst lige så væ- sentlige. Aktivitet motiverer til aktivitet, når legen har udgangspunkt i en relation – ofte leger vi hellere sam- men end alene. På legepladsen bliver selve rammen en ekstra "legekammerat", som er med til at bestemme legens grænser og muligheder.

På Cykeløen har vi flere fordele, men den vigtigste er pladsen. Når en klasse dukker op og alle låner

cykler, kan der være én eller to som ikke føler sig hjemme på cyklen eller i færdslen. Med god plads og muligheden for opdeling, har vi flere gange oplevet at dem der trækker sig, har et sted at trække sig hen, uden helt at slippe cyklen. Oplever de først mestrings-motivationen, kan det føre til store forandringer. Her er det vigtigt, at personalet også er indstillet på at deltage, så dem der slås med trygheden på cyklen, ikke oplever at slås alene.

Læringsmål og motivation

Fra den vilde og den milde cyklist ser vi, at engagement og motivation kan se meget forskelligt ud. Der er dog nogle generelle overvejelser omkring motivation, som Dansk Skolecykling har med i baghovedet, når de un- derviser – og som kan tænkes med ind i designet af en cykellegeplads. Engagement og motivation er natur- ligvis en forudsætning for, at en cykellegeplads kan skabe rammer for timevis af træning og leg.

Først og fremmest er motivationen størst i starten. Det er noget på spil i den indledende fase, som gør det lettere for børnene at holde fokus. Endnu vigtigere vil børnene opleve at blive dygtigere, hvilket har en positiv indflydelse på motivationen. Det er den lette del. Hvis de nye kompetencer skal have varig betydning, er det nødvendigt at udvikle en rutine. Der skal være en autopilot, og det kræver gentagelser og variationer.

Undervejs i læringsprocessen skifter kilden til motivation fra mestring til oplevelse. Det skal være sjovt, uden at man taber fokus på læringsopgaven, og det er en svær balance som underviser, da børnene sjældent har det samme udgangspunkt i forhold til køreteknisk forståelse. Her kan det være afgørende at vælge den rigtige aktivitet, hvor ”legen” samtidig formår at bevare det køretekniske fokus. Lidt som forventet har vi oplevet, at legepladsen gør opgaven lettere. Vi kan se, at rammerne hjælper i forhold til at styre aktiviteterne. Samtidig er rammerne med til at skabe en forventelig adfærd blandt cyklisterne. Ligesom i trafikken kan man fokusere mere lokalt på én ting ad gangen – netop fordi der er adfærdsregulering indbygget i en termoplast-stribe. Dernæst kan vi variere og nuancere oplevelsen ved at tage samme aktivitet og fokus fra én bane til en anden – uden at læringsfokusset skifter. Det at have adgang til flere baner betyder, at de nødvendige gentagelser af læringsfokus og aktivitet kan ske, så rutiner opbygges og læringen styrkes.

Eksempel på, hvordan balance og én hånd på styret, kan øves på forskellige baner

Kravlegården: Her er målet, at cyklisterne løfter hånden kortvarigt fra styret. Samme sted kan de letøvede cyklister sættes til at cykle tæt i flok og prikke hinanden på skuldrene, uden at det forstyrrer deres retning eller plads i flokken.

Balancebanen: På denne bane starter vi med "blinklyset", hvilket betyder at stritte med pegefingern for at vise hvilken side, der skal drejes til i næste sving. Efterhånden som de bliver dygtige, kan målet være at cykle hele banen med én hånd på styret. **Rundkørslen:** Her skal cyklisterne give tegn ved baneskift. Er der en jævnt fordelt flok, kan de også udfordres til at skulle række ting til hinanden mellem banerne, f.eks. farvede klemmer, som de så skal aflevere i den rigtige farve spand, der er placeret inde på Trafikbanen.

Trafikbanen: På denne bane trænes signalteknikkerne, som bruges i trafikken – med målet om at blive rutinerede i timing og tydelighed.

Forhindrebanen: På denne bane kan vi sætte markeringskegler op, som de skal styre cyklen gennem, samtidig med at de skal løfte hånden hen over én bestemt farve.

Racerbanen: Her kan rækkevidden øges ved, at cyklisterne skal tælle hvor mange markeringer, de kan holde hånden fri af styret. De øvede kan udfordres til at cykle hånd i hånd eller ved at skulle give high-five til dem der cykler på den anden side af midte- linjen.

Cykeløens forskellige baner, kan altså motivere til træning i længere tid, fordi øvelserne kan varieres. Det øger chancerne for, at køreteknikken bliver en stærk rutine og naturlig handlekompetence.

Cykelkaptajnen: Bemanding af Cykeløen

Fra spørgeskemaet så vi, at muligheden for at låne cykler er populær. Det giver Cykeløen en større rækkevidde, fordi det gør det let for skolens personale at stå for transporten til cykellegepladsen. Samtidig er dagene med bemanding populære – hvor skruktur, indhold og faglighed gør stedet attraktivt og let tilgængeligt. Desuden ligger der en autoritet i en ekstern faglighed, som både undervisere og forældre kan udnytte: "Det er ikke bare noget far siger...".

Foruden at stå for formidling og aktivitetsbaseret undervisning, fungerer Cykelkaptajnen også som en slags vicevært. En vicevært på stedet betyder, at udfordringer opdages tidligt og småting kan udbedres straks.

Hvad angår formidlerrollen har vi lært, at der skal arbejdes med styrede aktiviteter og fri leg ud fra situationen. Det vil sige, at målgruppe, antal cykler og kompetencebredde, samt læringsmålet, alle er elementer i regnestykket. Vejledning og regler kan være tryghedsskabende og sikre mere læring, mens det legende element er vigtigt for motivationen. Ikke overraskende er der bestemte aktiviteter, som efterspørges ved genbesøg, men vi prøver så vidt muligt at skabe nye oplevelser og ny læring, gennem små variationer og større sværhedsgrad.

Bookingtal og spørgeskemaundersøgelse

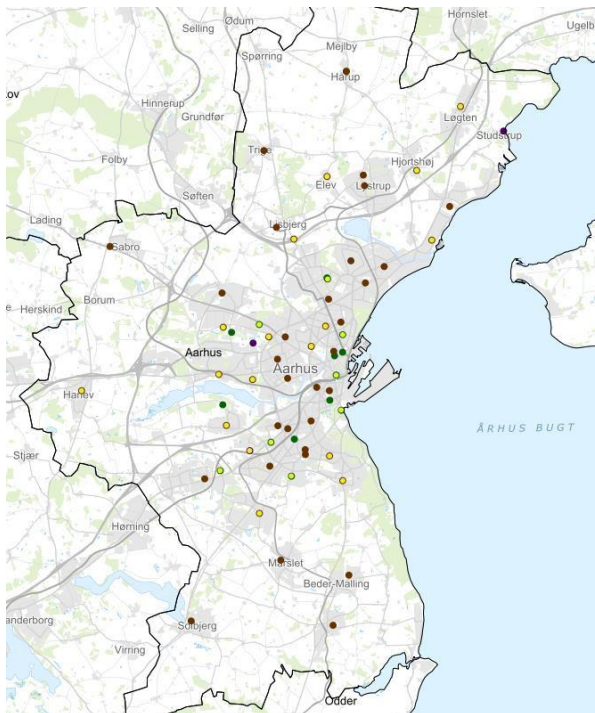
Hvor mange har besøgt Cykeløen?

I Aarhus har vi 67 folkeskoler, hvoraf 45 er kommunale, 19 privat- og friskoler og 3 er specialskoler. Bookingtal fra nedenstående tabel viser, at ca. halvdelen af de aarhusianske skoler bookede et besøg ved Cykeløen i løbet af projektets første syv måneder. Fra januar til august 2025 er det samlede antal bookinger vokset, set i forhold til det foregående år. Da antallet af skoler er faldet, kan vi udlede, at de samme skoler foretager flere bookinger. For at sætte det totale bookingtal for perioden i perspektiv, har der fra februar 2025 til august 2025 været 114 skoledage (januar og december regnes ikke for måneder, hvor vi forventer bookinger). Som tommelfingerregel kan der være to klasser i gang ad gangen, men vi ser også hele årgange komme på besøg – hvor børnene så må skiftes til at cykle på banerne. De fleste bookinger falder på dage med bemanning, hvilket i starten var to dage om ugen, men siden er udvidet til tre dage i ugen.

	Antal skoler	Antal bookinger	Antal besøgende
2024 Maj til december (7 mdr.)	32	65	2236 (Beregnet ud fra 26 deltagere pr. klasse)
2025 Januar til august (7 mdr.)	23	84	2343 (Faktisk antal. Forventes at stige i løbet af august måned)

Hvilke skoler booker Cykeløen?

Kun en lille del af de besøgende skoler kommer på egne cykler til Cykeløen – hele 90% låner cykler ved Cykeløen¹



Til venstre ses et billede af hvilke skoler, der har besøgt Cykeløen i 2024 og frem til juli 2025. De gule prikker markerer de skoler, der ikke har besøgt Cykeløen. De besøgende skoler fordeler sig over hele kommunen: Nord, Syd og Vest. Dertil er der ikke et mønster at spotte i forhold til afstand: Cykeløen er besøgt af både nærtliggende skoler og skoler tæt på kommunegrænsen. Både de nærtliggende skoler og skoler i omlandet foretager mange bookinger. Ser vi på adgangen til letbane - som er et oplagt transportvalg, da Cykeløen ligger tæt på et letbanestop - er der 10 af de ikke-besøgende skoler, der ligger lige op til et letbanestop.

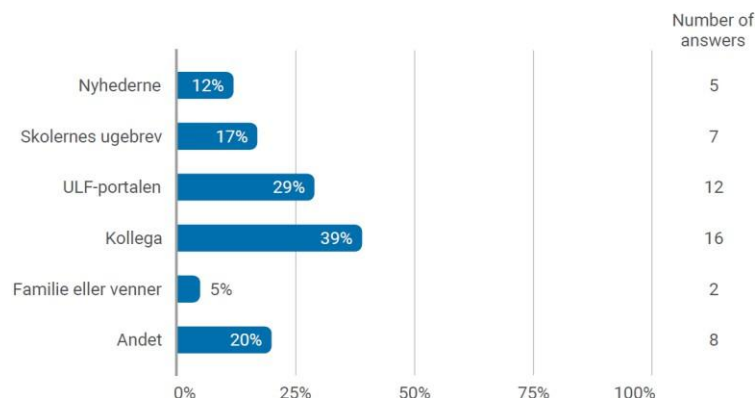
De besøgende skoleklasser fordeler sig fra 0. til 8. klasse, hvor Cykeløen er mest populær på mellemtrinnet. Gennemsnittet for klassetrin er nemlig 3,2.

Spørgeskemaundersøgelse

Idéen med at udføre Cykeløen som en prøvehandling, har været et spørgsmål om økonomi, tidsperspektiv og muligheder. Fordelen ved at udføre projektet som en prøvehandling har været, at vi har kunnet realisere Cykeløen relativt hurtigt, samtidig med at vi løbende har kunnet justere og forbedre. Med projektet er det desuden muligt at teste, om der er et behov for at have en cykellegeplads og for hvem, værdien er størst. Som det ses i ovenstående bookingtal, fik Cykeløen en god start med mange bookinger, der "kom af sig selv". Den gode start kan bl.a. skyldes den omtale projektet fik i pressen. Året efter åbningsdagen ser vi stigende interesse for at booke Cykeløen, og vi oplever fortsat at bookingerne "kommer af sig selv". Vi fortæller naturligvis løbende om projektet med Cykeløen i relevante sammenhænge og på relevante platforme. Cykeløen ligger f.eks. på ULF-portalen, som er en online platform for aktivitets- og undervisningstilbud til bl.a. skoler. Vi har dog begrænset indflydelse på den mund-til-mund kommunikation, der foregår, og som har vist sig at være den primære årsag til, at bookere kender til Cykeløen. Denne viden har vi fra et evaluerende spørgeskema, som bookere af Cykeløen er blevet opfordret til at svare på.

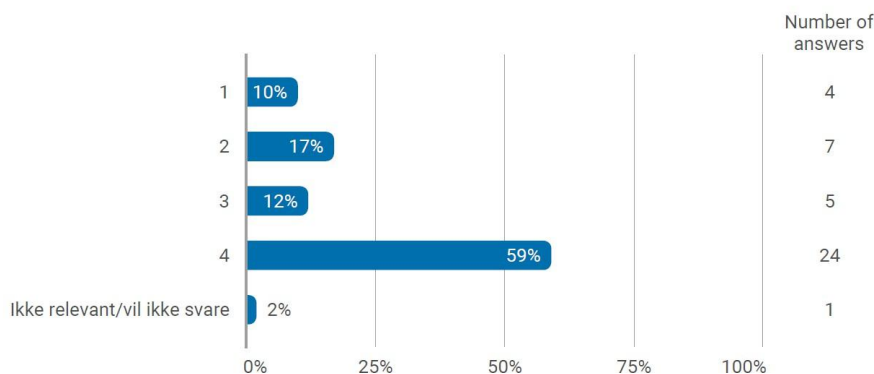
¹ Tallet stammer fra spørgeskemaundersøgelse

Hvor hørte du første gang om Cykeløen?



41 bookere, det vil sige lærere eller pædagogisk personale, har besvaret spørgeskemaet. Fra besvarelsene kan vi også konstatere, at Cykeløen ikke er en éngangsforhøjelse. 59% giver den højeste score på 4, til spørgsmålet om, hvor sandsynligt det er, at de vil komme igen med samme gruppe børn.

Hvor sandsynlig er det, at du vil komme igen med samme gruppe børn? Hvor 4 er mest sandsynligt.



Dette tyder på, at Cykeløen har potentiale til at blive besøgt flere gange. Spørger vi, hvor sandsynligt det er, at det pædagogiske personale vil komme igen med en anden gruppe børn, er der 80%, der svarer '4'.

Selvom Cykeløen har potentiale til at blive besøgt flere gange, så viser tilbagemeldinger fra det pædagogiske personale, at selv få timer ved Cykeløen kan gøre en forskel. Flere fortæller nemlig, at enkelte elever har lært at cykle under besøget ved Cykeløen.

To af vores elever lærte at cykle for første gang.

En elev kunne ikke cykle, da vi kom ind på banen (lige før sommerferien). Hun lærte det undervejs og fortalte mig forleden, at hun nu elsker at cykle, og at hun har cyklet 3 km til skolen. Jeg synes, det siger noget om, hvor stor en succes vores besøg var.

Det var dejligt at opleve, at både rutinerede og urutinerede cyklister fik smil på læben, sved på panden og udfordringer på banen.

For nogen handler det om at lære at cykle – eller at opdage, hvor meget man allerede kan – for andre kan legene ved Cykeløen være inspiration til, hvordan cyklen også kan bruges.

Det er ikke kun eleverne, der får noget med hjem fra besøget ved Cykeløen: Mange kommentarer fra det pædagogiske personale går på, at de fra besøget har fået inspiration, anderledes undervisning, trafiklæring, cykeltræning og fællesskab med sig fra besøget ved Cykeløen.

Gode øvelser, som vi nemt kan arbejde videre med derhjemme på skolen.

- *En struktur for børnene, så vi kunne koncentrere os om den pædagogiske opgave.*
- *Fokus på trafik og færdsel.*
- *En god oplevelse for fællesskabet i klassen.*

Det var hygge for eleverne, at der var én til at undervise dem på en anderledes måde.

Selvom der er en instruktør til at styre den aktivitetsbaserede undervisning, inviteres det pædagogiske personale til at spille en aktiv rolle i aktiviteterne. Det kan f.eks. være som ”lysregulering” i lyskrydset på Trafik- banen, hvor det pædagogiske personale sikrer, at der skiftes fra rød til gul til grøn. Det at det pædagogiske personale er helt inde på banen, gør, at vedkommende engagerer sig i legen, ser og kommenterer, hvis en elev ikke får holdt for rødt. Fordi det pædagogiske personale ikke er ansvarlig for undervisningen, får de også rum til i højere grad at lægge mærke til de enkelte børns udvikling.



Perspektivering til andre målgrupper

Familiefærdselsdage

I kraft af bookingtal og spørgeskema, har vi mest viden om de besøg, der finder sted i hverdagen. Første søndag i måneden er Cykeløen også bemandet i weekenden. Her er det typisk familier med et større barn og et barn i klapvogn, der kommer på besøg. Vi ved, at flere har planlagt turen og kommer langvejsfra, men fordelingen kender vi ikke til. Vores indtryk er, at de fleste kommer fra hjem tæt på, da mange har egne løbe- cykler med. For mange af de besøgende er formålet således en udflugt med cykeltræning – her er Cykeløen også god for børn, der skal tage springet fra løbecyklen til pedalcyklen. Enkelte familier benytter også lejligheden til, at deres barn kan teste forskellige cykler – forud for køb af cykel. Bemanding og muligheden for at låne cykler er en gevinst for familier, men ikke lige så vigtig, som vi har set ved skolerne. Faciliteterne og placeringen er af større betydning. Når det så er sagt, oplever vi, at familierne tager det til sig, når Cykelkap- tøjn vejleder til aktivitet. Forældrene værdsætter at kunne tage ansvar for deres børns mestring, samtidig med at de kan have det sjovt sammen som familie. Vi oplever især i ferietiden, at familierne kommer igen for at få løftet sværhedsgraden – mere vil have mere.

Noget af dét, vi også har haft succes med er, at komme en række foldecykler i voksenstørrelse til Cykeløen. Først og fremmest bliver voksne inviteret til at prøve cykelbanerne – med håbet om, at det giver dem et smil på læben. Dernæst er foldecyklerne anderledes at køre på, så de voksne vil blive udfordret på deres cykelrutiner og vil derfor tilnærme sig en oplevelse af at være en ny cyklist.

I forbindelse med familiedagene, samt i afvikling af aktiviteter for voksne cyklister, har vi registreret at mange af adfærdsmønstrene er de samme for børn og voksne. Det bekræfter os i, at voksnes hverdagscykling ikke udvikles efter motorik-indlæringsalderen. Det er den samme Cykologi og de samme naturlige bevægelses- koder.

Hos ungerne er det let at arbejde i aktiviteter og mange gentagelser, da legen er naturlig for dem, mens de kan have sværere ved at have tålmodighed til forklaringer. Hos de voksne arbejder vi mere med perspektiver, da voksne gerne vil forstå sammenhængen i teknikkerne, mens de af og til kan være svære at lokke op på cyklen for at øve det i praksis. Netop derfor har vi arbejdet med spørgsmålet om, hvorvidt en cykellegeplads som Cykeløen også kan være relevant for voksne målgrupper, da rammen i højere grad gør det naturligt at træne teknikkerne i praksis. Indtil nu er potentialet kun testet i det små med et cykelkursus for hjemmeplejere med fokus på vintermånederne, der kan være præget af sne og glatte veje. Andre voksne målgrupper kunne være elcykelkurser til seniorer, cykelkurser for internationale/nye danskere, langtidssygemeldte eller for pædagogisk personale, der cykler med børn i ladcykler.

Konklusion

I denne artikel har vi præsenteret Aarhus Kommune og Dansk Skolecyklings samarbejde om at skabe og drive en cykellegeplads. Cykeløen er ét eksempel på, hvordan en cykellegeplads kan se ud, hvor Cykeløen ifølge bookingtal har vist sig at være særlig populær for 3. klasser. Samtidig udgør Cykeløen en trykøvebane for små børn, der skal tage springet fra løbecyklen til pedalcyklen. De fleste nye cyklister er børn – derfor er det også primært børn, Cykeløen har særlig værdi for. Cykeløen giver dog også oplevelser og inspiration til voksne. Det er tilfældet, når pædagogisk personale får eksempler på cykelaktiviteter med sig hjem fra besøget ved Cykeløen. Eller forældre, for hvem cyklen mest er et transportmiddel, for en stund prøver at bruge cyklen som et legetøj. Gennem børnene er det vores formodning, at Cykeløen er med til at skabe ringe i vandet – som én måde at styrke den aarhusianske cykelkultur på.

Afslutningsvist vil vi komme med fire anbefalinger i forhold til at etablere en cykellegeplads:

- Start med en målsætning for cykellegepladsen: *Hvad skal den kunne, hvem er primær målgruppe, og hvad er en realistisk økonomi?*
- Start med det enkle fundament: *Det er lettere at lægge til end at skære fra.*
- Byg et miljø, der støtter brugernes behov: *Lad ikke stedet stå alene, men styrk det gennem bemanding, låncykler, vejledninger og støtte-faciliteter.*
- Find et godt sted og prøv det af: *Køb faciliteter, der kan flyttes, hvis arealgodkendelsen er tidsbe- grænset, eller hvis der er brug for at ændre indretningen. Det gør ikke noget, at asfalten ikke er tip- top.*