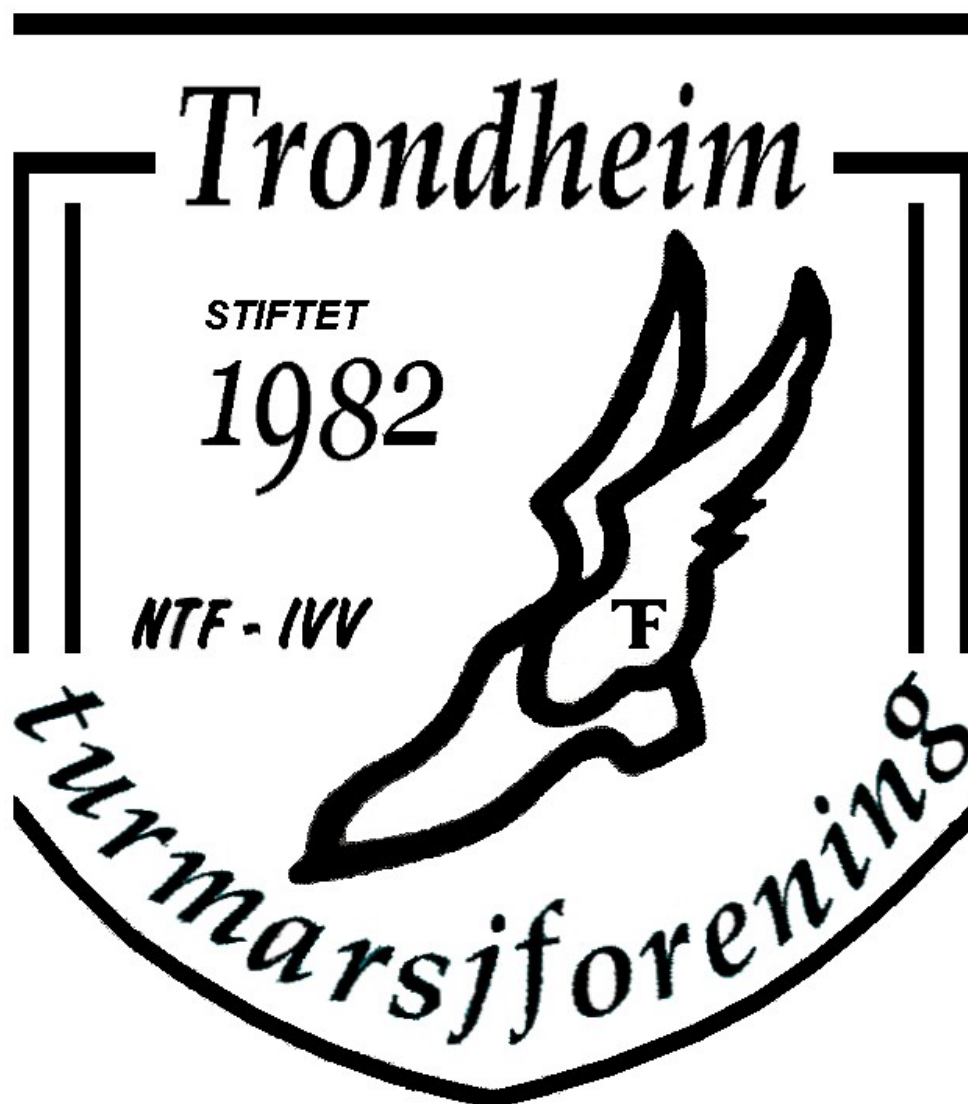


Fot-bla'e

INFORMASJONSBLAD FOR MEDLEMMENE I TRONDHEIM TURMARSJFORENING

NR. 1 – Mars 2015 – 32. ÅRGANG



"Jeg er på vandring..."



Årsmøte og årsfest er avholdt. De som gikk ut av komiteer, takkes hjertelig for innsatsen, og de nye medlemmene i komiteene ønskes velkommen. Og jeg er veldig takknemlig for at så mange fortsetter i styre og komiteer.

Noen savnet tradisjonen med oppmerksomhet til de som har vært med i komiteer i lang tid, og det gjorde de med rette. På grunn av reisevirksomhet blant styrets medlemmer, ble det bare et møte mellom nyttår og årsfest. Dette medførte at noen tradisjonelle oppgaver ble glemte, og jeg ber om tilgivelse og lover at de som

har jobbet i årevis, ikke bare skal gis en liten takk i Fot-bla'e, men få skikkelig oppmerksomhet på neste årsfest. De arrangementene vi har før den tid, er for små til slike påskjønnelser. Dere må bare fortsette å gå turmarsj, slik at dere beholder helsen frem til da.

Og nå kommer flere helsebringende turmarsjer "Løypene skal utnytte de kulturelle og naturmessige "perler" i området slik at deltakeren ("turisten") på en enkel måte får se hva kommunen har av severdigheter", står det side 9 i Terminlisten 2015.

Dette er PV. I sommer fikk jeg flere eposter fra amerikanere som skulle innom Trondheim med cruisebåt. De ønsket å gå vår PV. Jeg møtte noen av dem og fulgte dem gjennom løypa. Ansvarlig for Byvandringen, Magnar Bakken, har laget løypebeskrivelse på norsk og engelsk. En gruppe var interessert i Trampe, så jeg tok med sykkelen. En annen gruppe ville se Domkirken, så jeg repeterte litt historie om "den gamle Domen" og la om løypa litt.

Etter å ha gått PV, har jeg erfart at det er veldig sosialt. Denne form for turmarsj bør vi gjøre bedre kjent. Vår PV har start fra, og innkomst på, resepsjonen i Hotell Schøller i Dronningens gt. Denne løypa går mange av våre medlemmer både titt og ofte. De møtes til avtalt tid, går løypa og avslutter på kafe.

Vi har nå fått enda en PV, så nå blir det mer variasjon. Den nye er 12 km beskrevet i entusiastiske ordelag av Magnar. Den inkluderer både kulturskatter og naturperler, så her kan vi imøtekomme NTFs og egne løypeønsker. Traseen og åpningsdatoen gjøres kjent etter påske. Vi håper at mange kommer den dagen og at vi kan få lokket til oss en journalist som vil skrive om den. PR, PR, PR.

Magnus

Viktige marsjer!

Vårsleppet

Onsdag 22. april

Start fra

Ladejarlen v.g.s

World Walking Day

Onsdag 6. mai

Start fra

Tiller vg. skole

Borgertoget 17. mai

Søndag 17. mai

Start kl 12:00 fra

Ytre Kongsgård

Sommertrimmen

Onsdag 3. juni

Start fra

Utleira skole

Alle turene, unntatt 17. mai, har løyper på 5 og 10 km
og starttid: 18:00 – 18:15

Velkommen!



Trondheim
Turmarsjforening



TRONDHEIM TURMARSJFORENING

Postboks 5469, 7442 Trondheim

Tlf. 970 43 993

ÅRSBERETNING 2014

Trondheim Turmarsjforening avviklet sitt 31. årsmøte i Freidighallen lørdag 15. februar 2014. 57 medlemmer deltok.

Følgende har hatt tillitsverv i inneværende periode:

STYRET:

Leder	Magnus B. Småvik
Nestleder	Brit Solli Isachsen
Kasserer	Magnar Bakken
Sekretær	Randi Skancke
Styremedlem	Svein Renolen
Varamedlemmer	Jorun Gundersen Reidun Moe Reitan Sonja Misfjord

Forpleiningskomité:

AstridHaugan
Anne Lysholm
Randi Koren Bjertnes
Astrid Nordmark Dahl
Inger Wikmark
Viggo Nebb
Hugo Johnsen
Mary Flenstad
Mary Hernes
Otto Aursand

Marsjhelga:

John Berg
Dagfinn Skarpnes
Brit Isachsen
Bjørn Borgen

Forpleiningsbil:

Signe Berg
Ole Dagfinn Berg
Ragnvald Håbjørg
Brit Unni Håbjørg

Løypekomité:

Leder Per Klüver
Kolfrid Mjøen
Tor Jan Larsen
John Hybertsen
Terje Bargel
Rolf Selbekk
Erling Gjærevoll
Aud-Mary Brun

PR-komité:

Leder Morten Selven
Solveig Myrseth
Ivar Askim
Randi Skancke (fra styret)

Redaksjonskomité:

Leder Bjarne Stangnes
Aud Fjellhaug
Svein Renolen

Revisorer:

Ragnvald Håbjørg
John Berg

Rundvandringskomité:

Leder Roar Bardal
Knut Antonsen
Jorun Gundersen
Torgeir Torkildsen

Turkomité:

Leder Per Sæbø
Helen Bargel

Materiellforvalter:

Bjarne Stangnes

Valgkomité:

Leder Aud-Mary Brun
Jorun Gundersen
Bjarne Stangnes

Medlemstall pr. 31.12.14 var 255 inkludert familiemedlemmer.

ARRANGEMENTER I PERIODEN:

1) MARSJER

Arrangement	2014	2013	2012	2011	2010	2009	2008	2007	2006
Trondheimsmarsjen	108	114	111	109	133	147	157	161	174
Ormen Lange	115	121	102	101	123	147	135	159	154
Tine-marsjen	110	114	99	98	120	141	143	162	138
Ti-trimmen	1155	1245	1294	1211	1471	1506	1818	1635	1698
Vinterserien	1272	1213	1486	1383	1512	1515	1561	1904	2057
Vårsleppet	79	89	103	98	110	105	137	113	157
Sommertrim	68	80	64	106	115	91	128	79	101
Høstvandring	87	70	71	54	95	103	121	92	134
Julemarsj	102	140	125	112	119	169	206	209	204
TV-marsjen	118	115	118	92	118	120	167	124	143
J.N. Brun / Hjertemarsj	0	0	27	0	71	93	92	139	112
Tr.heim Rundvandring	43	45	41	56	48	29	55	62	81
Tr.heim Byvandring	1670	1614	1186	825	922	785	764	702	431
Turorientering	15	16	18	18	19	28	28	27	29
World Walking	69	55	79	74	77	81	109	108	122
Gå for åpenhet	56	66	99	72	122	128	127	155	140
Til Topps	63	80	79	77	86	95	87	84	59
17-mai / Grunnlovsmarsj / Forbundstingsmarsj	187	177	142	32	38	27	54	47	63
Rosa sløyfe	75	93	76	77	164	85	87	168	0
Sum	5392	5447	5320	4595	5463	5395	5976	6130	5997

2) SOSIALT SAMVÆR

TI-TRIM-AVSLUTNING

Onsdag 29. oktober var det Ti-trimavslutning på Autronica, med 71 deltagere.

3) MØTER

STYREMØTER

I 2014 er det avholdt 9 styremøter og behandlet 68 saker. Leder for de forskjellige komiteer har deltatt på møtene der dette har vært aktuelt.

PR-KOMITÉ

Det er avholdt 4 møter i 2014.

4) KORT ORIENTERING OM ULIKE ARRANGEMENTER SOM ER AVHOLDT

FELLESMAARSJENE

Julemarsjen, Vårsleppet, Sommertrimmen, Høstvandringen og World Walking Day er marsjer som arrangeres i regi av Norges Turmarsjforbund, og er en vesentlig inntektskilde for forbundet. Oppslutningen har variert, og gjennomsnittet siden 2010 viser en svak nedgang. Vi håpet på øket oppslutning fordi TTMF har jobbet aktivt for god deltagelse på disse turene, og fordi vi er avhengig av at Norges Turmarsjforbund har midler til sin daglige drift. Dessuten gir det bra uttelling til TTMF, da vi ikke har ekstra utgifter til innkjøp av medaljer og lignende.

SERIENE

Deltagelse på Ti-trimmen og i Vinterserien varierer fra år til år. Sett over flere år viser den en svak nedgang, men begge arrangementene er populære blant folk i nærmiljøet. Vi har med mange derfra som sjelden eller aldri går andre turmarsjer. Noen nye har kommet til, men frafallet er stort av forskjellige årsaker.

TRONDHEIM RUNDVANDRING

Dette var 12. året med full sesong for Rundvandringen. Det er fullført 43 Rundvandring i løpet av året, og deltagelsen er stabil.

TRONDHEIM BYVANDRING

Dette er 12. året for Trondheim Byvandring, og også i år ble det ny rekord for deltagelse da fjorårets markante økning ble overgått med 56 deltagere. Hele 1670 fullførte i år.

Startsted er Hotell Schøller i Dronningens gt.

MARSJHELGA I SEPTEMBER

Trondheimsmarsjen ble arrangert for 32. gang. De andre marsjene ble gått for 25. gang. Det stilte 115 personer til start på Ormen Lange. 28 gikk 60 km, og 17 av disse fullførte 100 km. For hele helga var det en nedgang på 16 deltagere i forhold til året før.

TURORIENTERING med IVV-stempling.

Samarbeidsavtalene vi har hatt med Freidig og Wing om IVV-stempling i forbindelse med deres turorienteringsopplegg, vil fortsette også i 2015.

ANDRE ARRANGEMENTER

Vi er med i opplegget Til Topps, Rosa sløyfemarsj, Gå for åpenhet og TV-aksjonen.

Vi hadde en fin ”rømmegrøtkveld” fra Lohove Barnehage med grøt og godt oppmøte - som vanlig. Det er så populært at vi prøver oss igjen i 2015 fra samme sted.

5) FOT-BLA' E

Leder av redaksjonskomiteen er ansvarlig for utgivelsen av bladet. Det har også i år hatt fire utgaver. Bladet skal fungere som et informasjonsorgan, og det er derfor viktig at også medlemmene bidrar med innlegg. Redaksjonskomiteen ønsker tilbakemeldinger om det medlemmene opplever i forbindelse med turmarsjmiljøet, ros eller ris.

Turmarsjnytt har tatt inn flere artikler fra Fot-bla'e i løpet av året.

6) SLUTTORD

I 2014 er det avholdt til sammen 52 turmarsjarrangementer, derav 17 turer i Ti-trimmen og 18 i Vinterserien. I tillegg kommer Ti-trimavslutning og Årsmøte med årsfest.

Den totale deltakelsen på våre arrangementer har vært forholdsvis stabil de siste tre år. Størst økning har, som nevnt ovenfor, vært på vår Byvandring med fordoblet deltagelse siden 2011. Størst nedgang er i Rosa sløyfe og Gå for åpenhet. Deltagelsen på disse marsjene er redusert nesten hvert år og er mer enn halvert siden 2007.

Vi vet at det er svært mange i Trondheim som ennå ikke aner hva turmarsj og TTMF er. Dessuten er det fremdeles mange som kommer til serieturene og blir med bare en gang. Det må bety at vi ikke har et produkt de liker, så her er det fremdeles mye å ta tak i. Dessuten bør vi vurdere hvordan turmarsj kan presenteres og arrangeres slik at også yngre deltakere finner det tiltrekkende. Men den største utfordringen er fremdeles å få godt voksne kvinner og menn ut av TV-stolen.

Vandring bak foreningens fane den 17. mai, samt deltagelse på Grunnlovsmarsjen, engasjerte tilsammen 187 personer. De som velger å stille bak fanen vår den 17. mai, gjør en fin innsats for turmarsjsaken, for det er en utmerket måte å få vist fram foreningens eksistens på.

Styret vil takke alle komité-medlemmer og alle enkeltmedlemmer i TTMF som så helhjertet har gått inn for å ta et tak, slik at vi har kunnet holde den høye aktiviteten som vi har hatt.

Vi vil rette en spesiell takk til Adresseavisen, Hotell Schøller, TINE Midt-Norge, Norske Meierier, City Lade og Rema 1000 avd. Bromstad for god støtte. Videre takker vi Strandveien Auto og Vintervoll for støtte til trykking av vervingsfoldere. Vi takker også Ferista Friluftsbarnhage og Lohove Barnehage samt de skoler som så velvillig har lånt oss lokaler i forbindelse med våre arrangementer: Ladejarlen vgs. (De Maritime skoler), Charlottenlund Barneskole, Utleira skole, Uglå skole og Tiller vgs. Uten all denne velvillighet hadde det vært umulig å holde et så høyt aktivitetsnivå som vi gjør.

Vi er med i Grasrotandelen hos Norsk Tipping.

Vi er oppført i Foretaksregisteret med organisasjonsnummer: 997870670.

Styret vil til slutt ønske det nye styret og komiteene for 2015 til lykke med et nytt arbeidsår, idet vi håper at medlemmene også dette året slutter helhjertet opp om foreningens arbeid for fysisk fostring gjennom turmarsj og andre helsefremmende tiltak.

På den måten kan foreningen opprettholde den høye aktiviteten den har i dag, samt tilrettelegge et enda bedre og mer variert tilbud.

Vel møtt til et nytt aktivt turmarsjår for Trondheim Turmarsjforening under mottoet:

GÅ EN TUR FØRST - DU KAN HVIS DU VIL!

Styret i Trondheim Turmarsjforening

Magnus B. Småvik

Brit Solli Iachsen

Magnar Bakken

Randi Skancke

Svein Renolen

Jorun Gundersen

Reidun Moe Reitan

Sonja Misfjord

JUBILEUMSMARSJ

Norges Turmarsjforbund 40 år

Dato: Søndag 19. april

Starttid: 10.00 – 13.00

Startsted: Ladejarlen vgs.

Startkontingent med Jubileumsmedalje:

Voksne Kr 50.- Barn Kr 30.-

Salg av kaffe og kaker

Trondheim Turmarsjforening

Styret og komiteer i 2015

STYRET:

Leder	Magnus B. Småvik	2 år gv
Nestleder	Brit Isachsen	1 år ipv
Kasserer	Magnar Bakken	2 år gv
Sekretær	Randi Skancke	1 år ipv
Styremedlem	Svein Renolen	1 år ipv
Varamedlemmer	Jorun Gundersen	1 år ipv
	Øystein T. Rossing	2 år ny
	Sonja Misfjord	1 år ipv

Forpleiningskomité:

Astri Haugan	1 år ipv
Anne Lysholm	1 år ipv
Randi Koren Bjertnes	2 år gv
Astrid Nordmark Dahl	2 år gv
Keli Rivera	2 år ny
Viggo Nebb	1 år gv
Hugo Johnsen	2 år gv
Gunvor Samdal	2 år ny
Mary Hernes	1 år ipv
Mildrid Solemsli	1 år ny

Marsjhelga:

John Berg	1 år ipv
Dagfinn Skarpnes	1 år ipv
Brit Isachsen	2 år gv
Bjørn Borgen	2 år gv

Forpleiningsbil:

Signe Berg	2 år gv
Ole Dagfinn Berg	2 år gv
Ragnvald Håbjørg	1 år ipv
Brit Unni Håbjørg	1 år ipv

Løypekomité:

Leder	Per Klüver	1 år ipv
	Kolfrid Mjøen	1 år ipv
	Tor Jan Larsen	1 år ipv
	Terje Bargel	2 år gv
	Aud-Mary Brun	2 år gv
	Møyfrid Grossberghaugen	2 år ny
	Ole Nordvik	2 år ny
	Bjarne Stangnes	1 år ny

PR-komité:

Leder	Morten Selven	1 år ipv
	Solveig Myrseth	2 år gv
	Ivar Askim	1 år ipv

Redaksjonskomité:

Leder	Bjarne Stangnes	1 år ipv
	Aud Mirjam Fjellhaug	2 år gv
	Eli Fremstad	2 år ny

Revisorer:

	Ragnvald Håbjørg	1 år ipv
	John Berg	2 år gv

Rundvandringskomité:

Leder	Roar Bardal	2 år gv
	Knut Antonsen	2 år gv
	Jorun Gundersen	1 år ipv
	Torgeir Torkildsen	1 år ipv

Turkomité:

Leder	Per Sæbø	2 år gv
	Helen Bargel	1 år ipv

Materiellforvalter:	Bjarne Stangnes	1 år ipv
----------------------------	-----------------	----------

Valgkomité:

Leder	Aud-Mary Brun	2 år gv
	Bjarne Stangnes	1 år ipv
	??? ???	2 år ny

Prøv med litt pøls på--

Turmarsjere er ofte litt oppi åra, og grytidlig en sommermorgen gikk en eldre kar morgenturen sin nede ved sjøen da han fikk se to gutter som lå på magen og fiska ute på en brygge. Han ble nysgjerrig og gikk ut til dem for å se om de fikk noe. Da han kom ut på brygga og så mot sola, satte han i å nyse, og det gikk ikke bedre til enn at han nøs ut gebisset slik at det falt i sjøen under brygga. Oj, oj, oj, ka gjør æ nu, tenkte han. (han var sikkert nord-trønder som sa "nu". De to guttene hadde sett hele tildragelsen og kom springende og spurte om de kunne hjelpe ham. Ja, sa mannen, klarer dere å fiske opp gebisset mitt som ligg der nede? Jo, det trodde guttene de kunne, de la seg på magen og slapp fiskesnørene nedi. De fikk huket gebisset på, men da de skulle heise det opp, så datt det av igjen. Dette holdt de på med en god stund, men fikk det ikke opp. Da fikk mannen en ide: "prøv med litt pøls på, for det like æ så godt".

Fritt etter Øyvind N. Nøhr sin bok: "Gammelt skinn - ung i sinn".

Aud Mirjam

Arne Vansvik's minne



Foreningens eldste medlem døde i midten av januar 92 år gammel. Arne Vansvik ble født 7.12.1922 og vokste opp i en knallhard tid. Arne var stolt av å være «Rosenborggutt». Og da var det ikke pga fotballaget RBK, men av bydelen Bakklandet og barndomshjemmet i Rosenborggata, Det var i en tid da det på langt nær var noen «Solside» på denne siden av byen, men et tøft industristrøk der alle i familien måtte bidra for å tjene til familiens daglige brød.

Mens Arne gikk på barneskolen var han hjelpegutt på brødbilen til Dampbakeriet, og senere som visergutt og avisselger på gatehjørnene i Midtbyen. I ungdommen jobbet han på taubåt i Trondheim havn, deretter i

Brannvesenet og senere som trikkfører. Men hovedoppgaven hans i arbeidslivet ble en periode på 33 år som kokk og stuert i utenriksflåten.

Sommeren 1997, mens vi drev med 1000 timers vandringen fra Byåsen Butikksenter, dukket det opp en ny deltaker med navn Arne Vansvik. Bortsett fra at han var 75 år, smilende og blid, var det vel ingen som ellers tok så mye notis av at det kom en ny person den gangen. Men ganske snart merket vi at dette ikke var en sporadisk deltagelse på våre arrangementer. Fra 1997 til 2001 deltok Arne nesten hver uke på våre serieturer og i marsjhelga i september. Dette fortsatte han med inn i det nye årtusen. Men da foreningen kom i gang med PV fra hotell Viking i 2001, var noe som fenget Arne ekstra. Nå kunne han på dagtid gå en av disse løypene. I perioden 2001-2010 ble han den første som til sammen gikk 400 turer i vår PV-19. Flere i skranken på Viking husker fremdeles Arne, for han kom ikke bare for å starte, men han var så glad og blid. I tillegg hadde han ofte med en sjokolade eller en annen oppmuntring til de som var på vakt. Det var populært!

Helsa til Arne var ikke helt på topp de siste årene han var med å gikk, men det satte ingen stopper for hans aktivitet. Ofte måtte han ta en pause i motbakkene for å legge litt «sprengstoff» under tunga, som han selv sa. Det står virkelig respekt av at han i tiden mellom 1997 og 2011 fikk registrert 14.506 km.

Alle vi som fikk lære å kjenne Arne Vansvik, setter stor pris på det. Han var ikke bare en vanlig turmarsjdeltager, men han var også en inspirator, som viste at man selv i høy alder og sviktende helse kan være med i våre aktiviteter.

Lyser fred over Arne's minne

Magnar

Tilbakeblikk på 20 år.

Det startet med femtiårsfeiringen av frigjøringen fra nazistyre i 1945, altså i 1995. Jeg var like gammel som frigjøringen, og hadde vokst opp i det som noen kalte dessertgenerasjonen. Om det var blitt for mye dessert, vet jeg ikke, men våren 1995 var jeg i elendig forfatning både fysisk og mentalt. I sær de siste vintrene hadde vært begredelige, mørke på alle vis. Jeg skyldte på en jobb jeg ikke lenger følte meg vel med. Nok om det. Frigjøringen skulle feires, og søsteren og jeg deltok på frigjøringsmarsj på Falstad. Den hadde vi lest oss til i avisene. På Falstad møtte vi Jorunn den sagnomsuste, som så å si kapret oss på en vennlig og særdeles overbevisende måte ved å reklamere for «turmarsj». Vi klarte ikke å stå imot og møtte opp til marsj jeg vet ikke lenger hvor – og dermed var vi i gang.

Første året ble det 28 vandringer. Sakte, men sikkert gled vi inn i vandrernes rekker. Vi erfarte at 10 km gange (5'ere eksisterte ikke den gang) etter hvert løsnet både muskler og tanker. Søsteren var sykepleier med nattevakter i en lang årrekke og hadde pådratt seg både søvnproblemer og isjias. Det tok sin tid, men isjiasen forsvant, og vi lot vandringerne få æren for det. Min jobb satt aldri igjen på kontoret til jeg kom neste dag. Den ble ubudt med meg hjem og kvernet rundt i hodet døgnet rundt. Mens noen begrunner turer i det fri med at de får så god tid til å tenke underveis, var det stikk motsatt med meg. Jeg gikk for å tømme hodet, for å slippe å ha noe annet å tenke på enn ømme fotsåler og fuktige T-skjorter. Men tro meg, vi nøt vår nyervervede friluftsbekjefteigelse, og den bandt oss enda tettere sammen.

I løpet av 17 år, inntil søsteren uventet og brått døde, fartet vi rundt i Norge, ikke sjelden på mine oppsamlede bonuspoeng hos SAS spedd på med leiebil. Ellers med egne biler, såklart. Det ble ganske mange kilometer per år. Et par olympiader ble det og noen utenlandsturer ellers, og Longyearbyen. Med årene fikk enkelte turer stjernestatus og ble holdt blankpusset. Det var slike som hadde gitt os noe spesielt: opplevelsen av nye landskap, positive møter, stemninger og inntrykk og små hendelser som vi satte pris på. «Husker du ...» kunne vi si. Et annet uttrykk gikk igjen, f.eks. når vi vendte hjemover etter en av de utallige vandringerne på Innherred (Åsen, Skogn, Levanger, Verdal, Steinkjer) da hele dagene gikk med til henting, kjøring og vandring, vaffelinntak, kanskje en lunsj eller tidlig middag på hjemturen, og/eller besøk på Magnetten. Da kunne én av oss si: «Sånn går no dagan», og den andre spurte «men gjør det no' da?». Vi var samstemte i svaret: «Nei, det er helt greit.» Slik gikk årene – og det var helt greit.

Elí Fremstad

Årsmøte med fest 2014.

På selveste Valentindagen den 14.02.2015 avholdt Trondheim Turmarsjforening årsmøte med påfølgende fest. Folket møtte på Autronicahallen til kl. 19.00, pent pynta, og ganske uigjenkjennelig i forhold til «uniforma» som vi vanligvis har når vi treffes. Mange hadde med kaker til dessertbordet, og alt tydet på en fin kveldsstund.



Årsmøtet ble holdt i kjent stil, leder Magnus Småvik innledet og ønsket velkommen, og det ble valgt dirigent og sekretær uten konkurranse fra benken. Vi mintes medlemmer som var gått bort i løpet av året med ett minutts stillhet, og så ble programmet gjennomført uten store diskusjoner. Årsberetningen ble opplest og vedtatt, likeså regnskapet. Nye komitemedlemmer ble valgt og ønsket velkommen. Det er noen komiteer som sliter med rekruttering, bl.a. Løypekomiteen, ellers er det folk i alle komiteer i henhold til statuttene. Valgkomiteen skal ha tre medlemmer, men denne gangen ble det konkludert med at det ikke var mulig å finne mer enn to. Og slik ble det.

Årsmøtet ble avsluttet, stolene ble satt rundt middagsbordet, og dermed ble lokalet skiftet fra møte til fest.

Lederen ønsket velkommen til bords, og æresmedlemmene fikk gleden av å forsyne seg først av maten, som var satt fram av folk fra forpleiningskomiteen, samt av to



kjekke ungdommer innleid for anledningen. Guttene har vært med tidligere, og kjente rutinene. Lederen oppfordret folk til å ta ordet, men folket var tydeligvis sultne og forsynte seg godt av middagen, som var nydelig kalvestek (sikkert en voksen kalv), samt gode grønnsaker og saus. Ifølge en kokk blant gjestene var det ikke lagt noen sjel i sausen – men det smakte godt læll. Kasserer Magnar Bakken holdt en liten tale og skrøt uhemmet av Trondheim Turmarsjforening som var sterk og stabil, og det hørtes ikke ut som foreningen skulle nedlegges med det første. Flere andre turmarsjforeninger

har blitt nedlagt, av mangel på fornying -- kanskje?

Turkomiteleder Per Sæbø informerte om OL-turen til Kina. Grunnet lav norsk krone kan turen bli litt mer kostbar enn tidligere antatt. Han informerte også om neste Førte vandring som folk gjerne møter opp til. Nestleder Brit Isacsen takket for maten, og så var det scenskifte igjen, det ble organisert småbord, duften av kaffe bredte seg, og kakene kom på bordet. Og det var ikke noe dårlig kakebord, det var kaker for diabetikere og gluten-allergikere, og fristende kremkaker. Ifølge leder Magnus Småvik var det ca en kvart rundform-kake til hver. Som tidligere ble resterende mat kjørt ut til Fretex, som gjerne tar imot restene.



Det er klart at vi har endel godt voksne medlemmer som er aktive i løypa. Tre av medlemmene vil fylle 80 år i løpet av 2015, og vi fikk foreviget disse tre. Det er Rolf Lian, som fyller 80 den 21.04. Så kommer Reidun Kvam som fyller 80 år den 03.10, og Kristbjørg Siraas som fyller 80 den 17.12.

Disse tre går og går, Rolf har meldt seg på til OL-turen til Kina i september, Kristbjørg skal gå 12 mil i Tyskland i påska, og Reidun venter bare på at hennes armbrudd skal leges, så hun kan ta fatt på permanente vandringer i Trondheim, hvor hun går fast tirsdager, fredager og søndager.

Men det stoppet ikke der, vi har folk over 80 som også går og går. Eldstemann er John Berg, han er 83 år, og er også er ustoppelig på dansegulvet. Marie Friesland fyller 82 år den 16.02, hun går hver onsdag, stort sett bare 5 kilometere, men formen er veldig bra, når våren kommer er det ikke noe i veien for at hun kan gå ti kilometer.

En av æresmedlemmene, Fredrik Fredriksen fylte 80 år den 04.01 i år. Han er dårlig til bens, og det er lenge siden han gikk turmarsj, men han møter fram og har stor glede av å treffe tidligere kolleger.

Og etterpå var det dans, Bjørn spilte behagelig musikk, lydnivået var slik at det gikk av å prate, og det gikk også bra å spise kaker til. Kakene gikk unna, det ble mange tomme fat



etter hvert. Loddsalget gikk også strykende, men det er synd å si at gevinstene ble likelig fordelt. Noen bord vant det meste, mens andre bord satt igjen med loddene og en plante eller to. Men slik er vinnerlykken. Det gikk kjapt å rydde lokalet da klokka nærmet seg 01.00, og nok et årsmøte med fest var vellykket gjennomført.

Foto: Bjarne

Aud Mirjam

Tur og marsj – en lek med ord

Vi deltar i en aktivitet som kaller seg «turmarsj». Mine nærmeste vet hva jeg driver med, men jeg bruker helst ikke termen. Ingen andre enn de innvidde bruker den, og ordet er ikke selvforklarende. Et sammensatt ord, der de to leddene har forståelig innhold. Men hva i all verden er «turmarsj». Ordet står ikke i de ordbøkene jeg har bladd i.

Hva gjør de som bedriver turmarsj – altså turmarsjerne?

- Møter opp til bestemte steder og ofte til bestemte tider.
- Går en viss strekning som noen har staket ut
- Skravler ganske mye underveis
- Stempler deltakerkort, og får følelsen av å ha mestret noe og et aldri så lite blaff av tilfredshet
- Spiser vafler og skravler mer (kalles sosialt samvær)
- Drar hjem og ser frem til neste gang

Sunt og godt! Positivt! Men «turmarsj» gir ikke positive assosiasjoner. Først litt om selve aktiviteten, det å gå. Norsk riksmålsordbok forklarer: verb som bøyes gå – går – gikk – har gått; gåing om det som utføres når en går. Gåing brukes om levende vesen med ben som beveger seg i jevn fart ved å flytte føttene, vandre (i motsetning til det å stå). Så langt ordboka. Den setter opp ordet «vandre» som et synonym eller kanskje som en slags forklaring til det å gå. Det kommer vi tilbake til. Riksmålsordboka har for øvrig fem smekkkfulle sider som viser hvor utrolig anvendelig ordet å gå er, med et vell av sitater fra norsk sakprosa og skjønnlitteratur.

Hva betyr de to leddene i «turmarsj»? *Tur* kjenner vi igjen fra mer høyprofilerte sysler enn vår. «Tour» heter det på engelsk og fransk, og Tour de France har inspirert til mangt et lokalt og regionalt idrettsarrangement der de slett ikke går. Tur på norsk har faktisk ganske mange bruksmåter, men betyr i bunn og grunn «reise» eller «vandring». Riksmålsordboka har en forklaring som delvis passer oss: En tur er en reise, vandring som en gjør for rekreasjon, for å bese seg ell. lign., ofte uten tanke på bestemt vei eller rute. (Det siste stemmer ikke helt for oss.) Hvem har ikke vært på tur: skoletur, fisketur, skitur, sydentur, opptur, nedtur, bomtur ... Utvalget av turer er enormt. Så det er ikke et ord vi har for oss selv; det ville være for mye forlangt. Det er når tur kobles sammen med «marsj» at det kolliderer i mitt hode (og andres, å dømme etter skravlesamvær).

Marsj, sier Riksmålsordboka, har opphav i fransk marche (der er de igjen, franskmennene) og tysk marsch. Tre anvendelser: 1) fra krigsvesen, det å marsjere, om tropp- eller flåteavdelinger. 2) det å marsjere til fots, særlig med oppakning, og om fotturister. Man går i 2- eller 4-delt takt, med fast rytme (ved opptog og troppe-

bevegelser). 3) musikkstykke (her er også utvalget stort, men irrelevant for oss). Jeg må vedgå at jeg ikke har marsjert siden jeg nokså motvillig deltok i 17. mai-toget en gang i forrige århundre. Under vår felles aktivitet er det noen som marsjerer (taktfast, nesten aggressiv gange, ett – to, ett – to, ett ...), men de er i mindretall. Ordet marsj gir ikke positive assosiasjoner, gjør det vel? Hardt, fast, svært strukturert. Det ligner ikke oss. De fleste av oss har andre, mer uregelmessige gangarter.

«Å vandre», som Riksmålsordboka sidestiller med å gå, står utrolig nok ikke oppført som egen rubrikk – bare vandrefigur, vandrehistorie, vandrepokal. Men hør på ordet. Det lyder litt mykt, litt slentrende og avslappet. Men det kan romme andre stemninger også: Pilegrimsvandring (fromt), ørkenvandring (svett og tørst, noe mistrøstig, til og med farlig), vandre heden (enda verre) osv. Men vandre og vandring gir alt i alt en bedre beskrivelse av IVVs aktivitet enn marsj og marsjering.

Vandre – vandrer – vandret – har vandret. Enkelt å bøye og å bruke, og ikke til å misforstå. Anvendelig. Se bare på nettet hvilke eksempler Wictionary gir på bruk av ordet: laksen vandrer opp i elvene for å gyte, og om biler som på grunn av høy (bil)alder og teknisk dårlig stand vandrer, dvs. slingrer, i kjørebanelen. Det siste minner meg om meg selv etter en turmarsj, på vei mot stempel og vaffel.

Norges Turmarsjforbund kalles det overordnede organet. Selvfølgelig er det Norges, for ingen andre land har et forbund med et så ubegripelig navn som bare forstås av de innvidde. Og som slett ikke gagnar rekrutteringen. Navnet skjemmer ingen, sier du? Ikke? Norsk vandreforbund. Smak på navnet. Det er mulig det kan skape forvirring og forvekslinger med andre interessefelt og aktiviteter. Akkurat den researchen overlater jeg til eventuelle andre navnebytteinteresserte å foreta. Ingen har vel copyright på vandre-ordet.

Noen som har fulgt meg så langt i denne ordsmakingen, har nok allerede bestemt seg for at et navnebytte blir for besværlig, arbeidskrevende, dyrt og mentalt forstyrrende osv. og vil derfor stemme for at alt skal bli som det er nå. For oss andre, som håper på et hyggeligere navn å samles under, er det bare å vandre videre, med freidig mot.

Eli Fremstad



Hei, denne er kanskje litt på kanten, men artig. Biologitime på skolen. Læreren spør elevene: vet dere hvilke skapninger som lever i havet, og som jevnlig kommer på land for å pare seg? En elev; jeg er ikke sikker, men kan det være en oljearbeider?

Snøvær, skigåing for spesielt interesserte? Vet du noen som kan ha bruk for så og si ubrukte ski, samt sko i størrelse 40. Mine skal ut av bua, sjø.

Aud Mirjam

Julemarsj 2014

Trondheim Turmarsjforening arrangerte som vanlig Julemarsjen 2. juledag, under mottoet: LA RIBBA FÅ BEIN Å GÅ PÅ.

Marsjen gikk fra Utleira skole, i tidsrommet 10.00 – 12.00, med siste innkomst kl. 14.00. Det betyr at sekretariatet, som i år besto av: Magnus Småvik, Reidun Moe Reitan og Reidun Kvam, måtte sitte parat på skolen fra 09.30 til 14.30. Og det gjorde de så gjerne.



Før julemarsjen fulgte vi spent med været. For godt vær kunne bety at folket dro på hytter og ut av byen, for dårlig vær kunne bety at folk satt hjemme i godsstolene. Men denne juledagen var været akkurat passe godt, det strømmet på i overkant av 120 personer, flest voksne, men noen barn stilte også opp. Det var annonsert med nisse ute i løypa, og med pose til barna. Den faste turmarsjgjengen møtte fram til starttid, marsjere med

barn ventet til ca. kl. 11.00. Og ikke bare sekretariatet måtte sitte til kl. 14.30. Det måtte også forpleiningskomiteen. Vafler og kaffe hører med på en vintertur, spesielt 2. juledag. Og forpleininga hadde mer enn vafler å by på, de bød på kaker i tillegg.



Etter endt marsj mørkna det til, og det kom snø og ble vått og slapsete. Men da var vi vel i hus, og kunne krype opp i sofaer og godstoler med god samvittighet. Og så var det tid for mer julemat, jo mer en går, desto mer sulten blir en. Men det sies jo at

det ikke er hva man spiser mellom jul og nyttår som legger seg på si-beina – eller på midtpartiet, det er hva man spiser mellom nyttår og jul. Sikkert kloke ord.

Og dermed var julemarsjen 2014 vel overstått, folk ønsket hverandre godt nyttår og vel møtt til nytt turmarsjår 2015.

Aud Mirjam

Start på turmarsjåret 2015

Ja, da er vi i gang igjen. Trøndelag hadde snø og vinter noen dager i jula, så kom mildværet, dermed ble det is, og piggskoene er på, hører vi når vi er ute på veiene. Det knasker og kråser, så det høres ut som om det er hele bataljoner som kommer. Turmarsjfolket har tatt fornuften fatt, og bruker enten brodder utenpå skoene, eller de har anskaffet seg skikkelige piggsko. Refleksvestene er på, nesten uten unntak. Det er nødvendig for å bli sett når kveldene fortsatt er mørke.

Første turmarsj i 2015 var onsdag 7. januar. Turen gikk fra Ladehammeren skole. Nærmere 70 møtte fram, stort sett alle med refleksvester, og nesten alle med piggsko, eller brodder. Ett par av våre kjappe damer hadde sko med nedslitte pigger fra året før, og damene slet oppover og nedover isete løyper. De bedyret høyt og hellig at nå skulle det bli andre boller – dvs pigger. Nå skulle fottøyet prioriteres.

Løypeleggerne hadde lagt en flott løype, ingenting å klage på, unntatt det isete underlaget. Det blir stadig flere som går 5 km nå. Det kan det være mange grunner til, turmarsjere, som andre, blir ett år eldre for hvert år, og kvier seg for å gå en mil. Noen foretrekker å gå turer på dagtid, når de ser hvor de går.

Og folket setter pris på kaffe og vafler etter innkomst, ofte blir det rigget til for lite stoler og bord, så forsterkninger må til for at alle skal få sette seg ned etter endt vandring.

PV – folket er igjen på farten. For uinnvidde er PV permanente vandringar som finnes i de fleste kommunene nå. I Trondheim er det er fast møteplass på Living Hotell i Dronningens gate, søndager kl. 11.00, tirsdager og fredager kl. 10.30. Noen går alene, andre venter og ser om de får selskap på rundene. De ivrigste har gått totalt 7-800 ganger, og ønsker seg flere alternativer.



Søndag 4. januar var det masse sport på TV, og det var et heller uggent vær å gå i, men sannelig møtte det fram 7 som la ut i snøkavet. Vi satte pris på kaffestunden på Suhm-huset, som bildet viser.

I skrivende stund er det fredag 23. januar, og vi var 4 vandrere, to stk. Fjellhaug og to stk Gjærevoll som møtte fram på hotellet. Det var atskillige minusgrader, ca 10 kalde, så vi var godt både kledd og skodd. Vi venta på en av de faste vandrerne, nemlig Reidun Kvam,

som vi skrev skrev om i Fotbla nr. 4/2014. Da kunne Esther Gjærevoll fortelle at hun hadde fått telefon fra Reidun samme morgen. Reidun hadde vært ute på handel dagen før, hun hadde kjørt til City Syd for å klage på sine ganske nye piggsko kjøpt på Enklere Liv. Skoene var grei nok, men piggene ble slitt ned på kort tid. Så Reidun leverte inn skoene, fikk tilbake pengene, og var på vei ut til bilen igjen, uten piggsko, de var jo levert inn. Da var Reidun så uheldig at hun datt på glattisen, hun tok seg for, og dermed brakk hun høgre armen. Slik kan det gå. Pigg må på. Når Fotblaet kommer ut i løpet av mars, er forhåpentlig Reidun på rask og vanlig gjenge.

Aud Mirjam, Tekst og bilde

En liten bildekavalkade.

Først er kaffe og kaker etter julemarsjen der Gunvor og Gunlaug er i ivrig samtale over kaffebordet. Så følger Annbjørg og Amanda på årsfesten etterfulgt noen sener fra PV-vandringer i vinter. Flaskesamlerne Liv og Ester rydder opp etter andre dyr enn gjessene som også er ute å vandrer.





Trondheim Turmarsjforening

arrangerer

busstur til



Frøyamarsjen Stabbenmarsjen

**TTMF arrangerte tur til Frøya og Titran i 2010, og det var en suksess.
Etter invitasjon fra Frøya Turlag setter vi nå opp en tur igjen.**

**Frøyamarsjen går denne gang på Uttian, og er lagt opp av Turlaget.
Det blir laget en pins for marsjen, med motiv fra floraen på Frøya.
Vi går også Stabbenmarsjen på Titran. Begge marsjene har IVV-stempel.**

Program for turen:

Lørdag 4. juli:

Start fra Trondheim Sentralstasjon kl 0800 - Ankomst Uttian kl 1030, Frøyamarsjen -
Lunsj på Uttian grendahus kl 1330 - Avreise Uttian kl 1430, sightseeing til Norddyrøya -
Ankomst Titran kl 1600, innkvartering - Middag m/sosialt samvær kl 1900.

Søndag 5. juli

Frokost kl 0800 - Start Stabbenmarsjen kl 0930 - Avreise Titran kl 1200 -
Ankomst Knarrlagsundet kl 1300, lunsj på Knarren Kro -
Avreise Knarren kl 1400, sightseeing Fjellværøya - Ankomst Trondheim kl 1700.

Tidspunktene underveis er omtrentlig, og det kan bli endringer.

=====
Pris for turen er kr 1.500,-. Dette inkluderer busstur m/overnattning, lunsj på Uttian,
middag og frokost på Titran, samt startkontingenter og Landdram.
Lunsj i Knarrlagsundet betales av hver enkelt.

Prisen er beregnet ut fra 25 deltakere. Endret deltakerantall kan medføre justering av prisen.
På Titran blir vi innkvartert på 4-mannsrom. Det er plass til ca 30 personer. Det er mulighet for å
skaffe rorbuer i nærheten, men da bør man være raskt ute. Ta kontakt i tilfelle du ønsker dette.
Sovepose/sengeklær medbringes, eller leies for kr 100,-. Flatsenger på skolen også mulig.

Til middag lørdagskvelden satser vi på blandaball. Meld fra hvis du ønsker noe annet.
Medlemmer av Trondheim Turmarsjforening har fortrinnsrett fram til 15. mars.
Ellers gjelder 'Først til mølla...'

**Påmelding ved å innbetale kr 1.500,- til:
TTMF, Boks 5469, 7442 Trondheim, kontonr 0539.15.54317.
Merk giroen med: 'Frøya' samt eget telefonnr.
Husk tydelig navn og adresse.**

Påmeldingsfrist: Snarest - og senest 15. april 2015.

Opplysninger: Per H. Sæbø, tlf 97062458, mail: perhsabo@ntebb.no

Redaksjonens side.

Velkommen til ett nytt år i foreningens historie, det 32 . Vi har lagt årsmøtet bak oss med valg av noen nye komiteemedlemmer men de fleste er gamle kjente. Jeg setter meget stor pris på at Eli Fremstad har takket ja til tilbudet om skrivende medarbeider i Fotbla'e. Hun hadde en sak i forrige utgivelse om PV'er som ble godt motatt og var medvirkende til at vi i løpet av våren får PV nr. 2 her i Trondheim. Mere vil komme vet jeg.

Bjarne

Da vi ikke har noen spalte for kunngjøringer så taes det inn her.

Den 11. des. 2014 kl. 07:57 skrev Elin Rønne :

Hei!

Her er en annonse dere kan sette inn i Fotblae til alle som kanskje har undret seg over hvorfor jeg ikke har vært med på turmarsjer de siste 8-9 månedene:

Elin Rønne og Andreas Papandreou ble foreldre til lille Markus 27.11.14. Han var 51 cm og 3280 gram. Mor hilsen til alle i Trondheim Turmarsjforening.

Mvh

Elin Rønne

Redaksjonen i Fotbla'e består av:

Redaktør	Bjarne Stangnes bhstang@online.no	950 82 143
Journalist	Aud Mirjam Tokle Fjellhaug audtokle@gmail.com	909 44 210
Journalist	Eli Fremstad eli.fremstad@ntnu.no	905 36 443

Neste utgave av Fotbla'e, 2-2015, sendes ut ca 10.6.2015. Har du noe på hjertet så la oss få høre om det. Siste frist er 1.juni.

Til de som finner en giro for innbetaling av medlemskontigent for 2015 liggende med i bladet så er det en purring. Vår kassere, Magnar, har ikke registrert noen innbetalingen fra deg/ dere. Betaling kan enten finne sted til sekretariat på en turmarsj eller i nettbanken. Dersom dere benytter nettbanken så husk å oppgi ditt navn i tekstfeltet for betalingsinformasjon. Vi har ikke KID-nummer.

Trondheim Turmarsjforening

Ti-trimmen og litt til 2015

Dag/ nr	Dato	Startsted	Merknad
Onsdag 1	08. april	Utleira skole	Ti-trimmen
Onsdag 2	15. april	Charlottenlund ba.skole	Ti-trimmen
Søndag	19.april	Ladejarlen v.g.s	NTF 40 årsjubileum
Onsdag	22. april	Ladejarlen v.g.s	Vårsleppet
Onsdag 3	29. april	Ugla skole	Ti-trimmen
Onsdag	06. mai	Tiller vg. skole	WWD
Onsdag 4	13. mai	Lohove barnehage	Ti-trimmen
Søndag	17. mai	Ytre Kongsgård	17.mai marsj
Onsdag 5	20. mai	Kyvannet barnehage	Ti-trimmen
Onsdag 6	27. mai	Granåsen	Ti-trimmen
Onsdag	03. juni	Utleira skole	Sommertrim
Onsdag 7	10. juni	Nilsbyen Skisenter	Ti-trimmen (Byåsen)
Onsdag 8	17. juni	Lohove barnehage	Ti-trim og rømmegrøt
Sommerferie			
Onsdag 9	19. august	Skistua	Ti-trimmen
Onsdag 10	26. august	Skogly skisenter	Ti-trimmen
Onsdag	02. sept.	Ugla skole	Høstvandring
Onsdag 11	09. sept.	Ferista friluftsbarnhage	Ti-trimmen (Byåsen)
Onsdag 12	16. sept.	Lohove barnehage	Ti-trimmen
Onsdag 13	23. sept.	Granåsen	Ti-trimmen
Onsdag 14	30. sept.	Ugla skole	Ti-trimmen
Onsdag 15	07. oktober	Ladejarlen v.g.s	Ti-trimmen
Marsjhelga	09. -11. okt.	Utleira skole	Marsjhelga
Onsdag 16	14. oktober	Charlottenlund ba.skole	Ti-trimmen
Onsdag 17	21. oktober	Tiller vg.skole	Ti-trimmen
Onsdag	28. oktober	Autronicahallen	Avslutning

Starttid ti-trim: 18⁰⁰ – 18¹⁵. Distanser 5 og 10 km

Startkontigent: kr. 20,-

Ti-trimmedalje i henholdsvis sølv/gull kan kjøpes etter 6/10 serieturer.

Kontaktpersoner er:

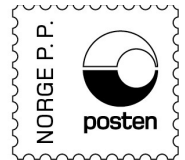
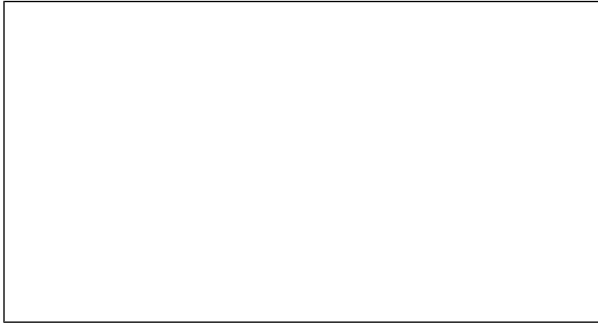
Magnus Småvik: 970 43 993

Brit Solli Isachsen: 900 63 521

Vår internettadresse: www.trondheim-turmarsjforening.org

Ferista friluftsbarnhage, Fjellseterveien 24, ved « Ferista» ovenfor Byåsen Butikkcenter.

Mottaker:



Avsender:

Trondheim Turmarsjforening

Postboks 5469

7442 Trondheim

Fot-bla'e

TRONDHEIM TURMARSJFORENING

*Tilsluttet
Norges Turmarsjforbund*



***Postboks 5469, 7442 TRONDHEIM
Telefon: 970 43 993***

*Redaktør: Bjarne Stangnes
Trykking: Heimdal Nye Trykkeri AS*

