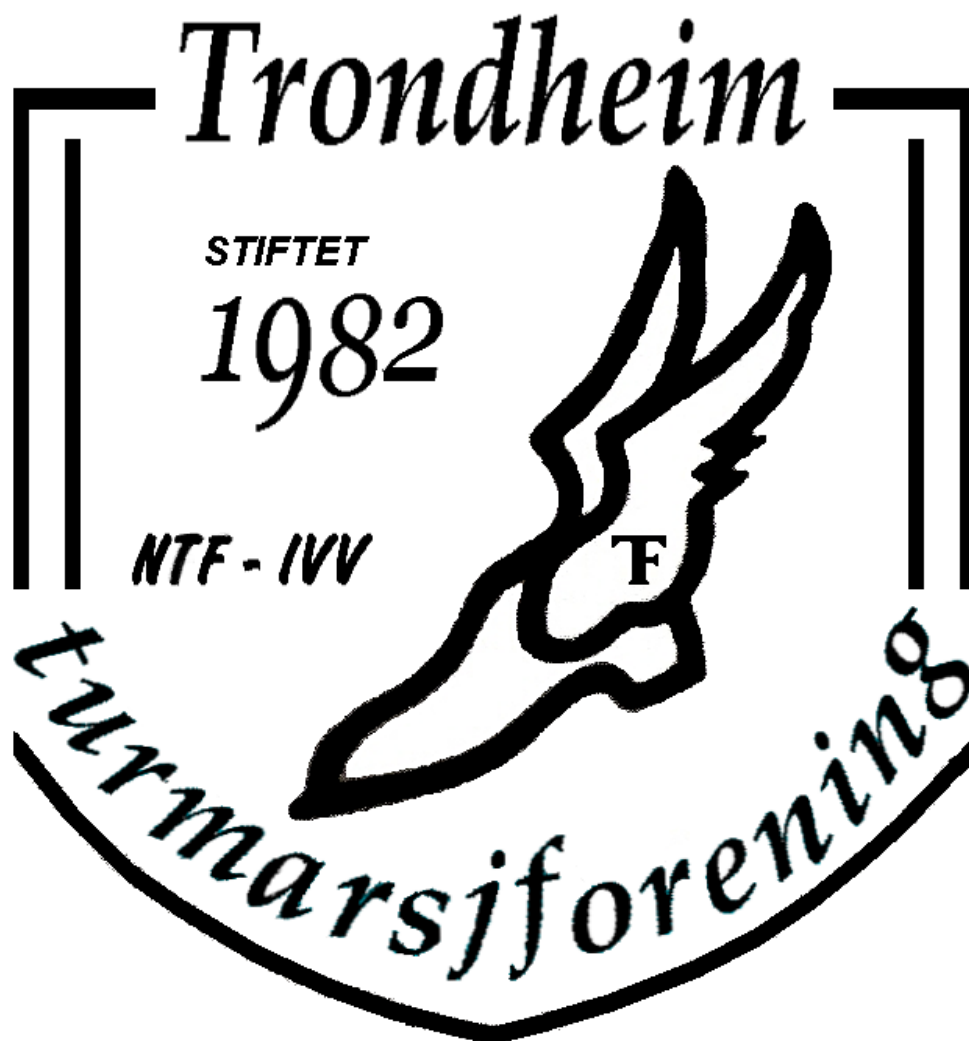


# Fot-bla'e

\*\*\*\*\*  
INFORMASJONSBLAD FOR MEDLEMMENE I TRONDHEIM TURMARSJFORENING

*NR. 2 – Juni 2019 – 36. ÅRGANG*



## Kjære turmarsjvenner



Først av alt vil jeg takke for tilliten ved at dere velger meg som leder etter at Magnus har styrt skuta i 6 år. Uten så mange gode medspillere hadde jeg ikke kunnet påta meg denne viktige oppgaven.

Vi har kommet godt i gang med turmarsjene i Ti-trimmen 2019 og det er fint og se at det er mange spreke «jenter» og «gutter» som kommer hver onsdag (eller tirsdag, når vi går ut fra Ugla skole). Det nærmer seg siste marsj før sommerferien og jeg vil i den forbindelse minne om onsdag 19. juni, hvor vi går fra Lohove barnehage. Etter marsjen

frister vi med rømmegrøt, spekemat og saft. Jeg håper flest mulig av dere vil delta og kanskje også noen kjenner en eller flere som kunne tenke seg å bli med å gå sammen oss. Det er og det har vært nedgang i antall deltakere til våre marsjkvelder dessverre, men det har også dukket opp nye ansikter denne våren. Men jeg oppfordrer dere alle om du/dere kjenner noen som har lyst til å bli med å gå organiserte turer, så prøv å få dem med. Vi er i hvert fall en trivelig og humorfylt gjeng som går og går. Tempoet skal ikke skremme noen, fordi vi snakker sammen, spøker og ler og vi går også turer i skog og mark på vår Rundvandring (RV) eller til vår populære Permanente vandring i Trondheim (PV) som går gjennom byen, festningen og Ila.

17 mai ble vi lagt merke til i år, mange så på fanen og sa høyt: «Trondheim Turmarsjforening, oj så mange som går her da». Dette var en god kombinasjon av alle dere som kom og gikk, takk til dere, og ikke minst vil jeg takke Magnar for hans gode strategi og «ordre» om å gå 3 i bredden. Vi holdt formasjonen og toget vårt så langt ut (mye lengre enn de 30 som gikk). BRAVO!

For å fortsette på denne tråden så er det å gå blitt en populær trend i tiden. Og forskning forteller oss at det å bevege beina gjør mye positivt med hele kroppen vår, fra økt blodomløp i beina, bedre kondisjon generelt og i tillegg klarer hjernen vår. Ja jeg sier bare – ut å gå!

Jeg må også få lov til å skryte av vår turmarsjvenninne Sylwia som legger ut på Facebook informasjon om våre marsjer og hun tar bilder fra disse marsjene. Det er faktisk mange nå som er klar over at vi i Trondheim Turmarsjforening går tur omtrent hver onsdags kveld (av og til tirsdagskveld) Jeg har fått flere tilbakemeldinger om at det er flotte bilder som legges ut på det sosiale nettet. Om ikke så lenge så skal vi også ta opp igjen det å gjøre oss synlig under Friluftslivets uke i september. Dette kommer vi tilbake til når alt er nærmere avklart – det kan bli en stand på åpningshelgen 1.9 eller en litt annerledes onsdagsmarsj i første uke i september.

Tilslutt vil jeg ønske dere alle en riktig god og kreativ sommer – ut å gå i skog og fjell. Gjerne ta bilder dersom dere deltar på en av de mange marsjene som arrangeres i sommer i Norge eller i andre land.

*Brit*



**Velkommen til 3-dagers  
fra Utleira skole  
i Trondheim  
13. – 15. sept. 2019**



Fredag 13. september arrangeres

**Tine-marsjen**

for 30. gang.

5 og 10 km: start kl. 18:00 – 20:00

Lørdag 14. september arrangeres

**Ormen Lange**

for 30. gang.

5 og 13 km: start kl. 08:00 – 12:00

60 og 100 km: start kl. 07:00

Søndag 15. september arrangeres

**Trondheimsmarsjen**

for 37. gang.

5 og 13 km: start kl. 09:00 – 12:00

23 km: start kl. 09:00 – 10:00

Bra med parkeringsplasser. Muligheter for overnatting. Kafeteria på startstedet.  
For ytterligere informasjon, ring Brit Solli Isachsen: 900 63 521 eller Anne Mette  
Hybertsen: 992 94 317.

Velkommen!

**Trondheim Turmarsjforening**

## Veien blir til ...

26.02.2019 er merket av i almanakken som mulig begynnelse på en ny mani. Idéen er flere år gammel, men ble ikke satt ut i livet. Før nå. Jeg trodde den var helt original, inntil Adresseavisen serverte en historie om en dame som hadde gjennomført den, eller noe nokså likt det jeg planla. Prosjektet har én hensikt: å holde skrotten i vigør. Erfaringer fra vandringer i IVV-sammenheng og ellers tilsa at om skrotten befinner seg vel, så har hodet det bedre også. Litt sånn som at når det regner på presten, drypper det på klokkeren. Ethvert prosjekt med respekt for seg selv har et navn. Mitt fikk navnet «Veien blir til» eller VBT, for enkelhets skyld.

Opplegget er følgende: jeg tar én eller annen buss fra Prinsenkrysset (derfra går det busser i alle retninger) til rutens endeholdeplass. Der går jeg av for å rusle tilbake til enten Midtbyen eller hjem (nær Valtentinlyst), avhengig av hvilken retning bussvalget førte meg. Per 13.05 har jeg gjennomført 15 slike vandringer. På de første noterte jeg tid og distanse, ved hjelp av fitbit'en (stresskapende instrument som bæres på håndledd). Den fungerte inntil mobiloperatør påtvang mobilen en grundig oppdatering. Egentlig ble det greit nok, å si av gårde uten grunnlag for statistikk over tidsbruk eller tilbakelagte kilometer. Ettersom jeg lider av en smule mobilfobi og alle mulighetene for kart m.m. som ligger der, inneholder sekken på slike turer en kartbok for Trondheim og omegn. Bare for å minimere risikoen for å rote meg bort. For en forutsetning for returene til startsted er at jeg ikke følger busstraséene tilbake, men velger veier, gater, stier og retninger alt ettersom. Jeg har havnet på steder jeg ikke har vært før, i boligstrøk jeg ikke visste fantes som annet enn et navn, på blindveier jeg trodde det tross alt måtte finnes en sti ut av (det gjør det ikke alltid), på sterkt trafikkerte veistrekninger uten gangfelt (ikke behagelig for fotgjengeren og sikkert til ergrelse for bilister og syklende), og på for meg ukjente stier. Noen ruter har vært forholdsvis korte (greit nok mens det er vinterføre), andre mer tidkrevende. De aller lengste vil jeg spare til landskapet er blitt skikkelig grønt. Turen til Lian gikk på vinterføre. Det var for mye snø og is til å gå til fots ned via Kyvatnet; da ble løypa derfra lenger enn planlagt, via Haukvatnet. Fra Skistua var det samme problem noen uker senere, så Fjellseterveien ble løsningen. Det gikk det også, fordi jeg var tidlig ute før søndagsrushet mot marka for alvor kom i gang. En måned etter det igjen var det fremdeles snø i deler av løypene fra Skistua gjennom skogen ned til Baklidammen. Det slo meg da, og også da jeg leste Reidun R. sin barndomserfaringer med turer i marka, at strekninger som var laaaange i barndommen er blitt kortere med årene.



En VBT gir rom for mange slags observasjoner, tanker og innfall. Om bebyggelse, gate- og veistandard som sier noe på godt og vondt om levekår i Norge, om søppel og rot som ingen gidder å røske bort, selv om det er rett utenfor hagegjerdet, stuedøra eller (på) bedriftens tomt; diverse skrot etter etater og firmaer som har hatt noe å gjøre i terrenget, men som ikke har ryddet etter seg; hager som er anlagt for å ha et godt utested, men som nå hverken skjøttes eller brukes; fortetting av gamle boligområder der kasseaktige hus med diverse utvekster dukker opp på trange tomter; nedbygging av innmark i stor stil; mengder av gangveier som er tråkket opp diagonalt over grøntområder fordi ingen gidder å gå eller sykle i rett vinkel slik grøntanleggsplanleggerne ville gangtrafikken skulle gå, og mye mere. Er jeg for negativ nå? Fra alvor til spøk: Det er skrikende mangel på gode, hyggelige kaféer der VBT-gjengere kan hente seg inn. Hele bydeler er rene kafé-ørkener. Enkelte av de få eksisterende er dessuten ikke særlig hyggelige; navn nevnes ikke her.

Av og til havner en på steder en ikke hadde tenkt seg til før en drar hjemmefra. Ved ankomst til Prinsenkrysset tidlig en søndag morgen i april, tok jeg første buss som kom: rute 18 til Sæterbakken. Jeg hadde en vag forstilling om at det ligger i retning Jonsvatnet. Ganske riktig. Nær snuplassen (mellom Fortunalia og Vikerauntjønna) går det en sti opp til Estenstadhytta. Den er ikke lang, men bakkete, og denne morgenen var den fremdeles helt dekt av snø og is. Én person hadde gått før meg den morgenen, skonummer rundt 45 etter avtrykkene å dømme. Det var ingen tobente å se på hele turen opp, men noen hvitveis, fuglesang som jeg burde ha kjent og stillhet var til å nyte. Vel oppe på hytta var søndagskjøret i gang, men i en trivelig stemning blant turgåere i solskinet ute på bøen foran hytta. Da jeg gikk ned veien til Bekken parkeringsplass, strømmet folk, barnevogner og hunder oppover. Det kom til å bli folksomt på Estenstadhytta den dagen.

VBT eller vanlig søndagstur – samme det; effekten er positiv, nesten uansett. Men VBT kan gås uansett ukedag. Jeg kommer til å fortsette med mitt eget opplegg, men gruer meg aldri så lite til de lengste rutene.

*Eli Fremstad*

## Forbundstinget i Norges Turmarsjforbund 2019

Forbundstinget i Norges Turmarsjforbund ble det avholdt lørdag 27. april. Fra Trondheim stilte delegatene Jorunn Gundersen (Trondheim TMF), Anne Mette Hybertsen (Trondheim TMF) og Magnar Bakken (Region Trøndelag). Ellers var Trøndelag representert med Tove A. Lorås og Mary Benum fra Steinkjer TMF, og Bodil Bratli fra Stjørdal TMF, som også er varamedlem i styret i Norges TMF. Forbundstinget ble arrangert på WOOD Hotell i Brumunddal.

For gjengen fra Trondheim startet dagen med oppmøte på Risvollan parkering 26. april kl. 0800. Derfra gikk turen over Dovre, Dombås, Gudbrandsdalen og Lillehammer, før vi endte opp i det 18 etasjes nyåpnede trehotellet i Brumunddal. Vi hadde ett stopp på turen, og – som seg hør og bør for denne type reisende – ble stoppet benyttet til en PV på Dombås.

Vel fremme på hotellet ble det bestemt at delegatene fra Trondheim skulle ta en "PV Fri" i nærområdet før middag. Trehotellet var ferdigstilt i mars i år, men det var ikke områdene rundt. Over gravegroper, sandhauger, stokker og stubber gikk turen, før Magnars avstandsmåler viste 5 km og vi kunne vende tilbake til hotellet og gjøre oss klare til en fortreffelig middag kl. 19.30.

### WOOD Hotell:

Litt om hotellet og stedet vi besøkte:



*Jorunn Gundersen, Magnar Bakken*



*Ukjent sykelist.*

Årets samling var lagt til Brumunddal, som er største by og kommunesenter i Ringsaker kommune i Hedmark. Byen ligger ved utløpet av elva Brumunda ved Mjøsas østre bredd, 15 kilometer nord for Hamar. Brumunddal fikk sammen med Moelv bystatus fra 1. januar 2010.

Mars 2019 ble verdens høyeste trehus – Mjøstårnet - åpnet i byen. Mjøstårnet har 18 etasjer, og inneholder både hotell, kontorer og boliger. Hotellet har fantastisk utsikt over Mjøsa (når en har rom på rett side) og naturen rundt. I hotellets restaurant serverer kortreist mat fra jordbruksbygdene på Romerike og Hedemarken.

Fra hotellet vil det legges til rette for gode aktivitetstilbud. Bl.a. skal det etableres gangvei/ strandpromenade for hele strekningen på 15 km mellom Wood Hotell og

Hamar. På hotellområdet etableres både leke- og aktivitetspark og et stort HC-tilpasset utendørs svømmebasseng. Etter hvert skal visstnok også Skibladner få anløp i tilknytning til hotellet, så her blir det mulighet for aktiviteter og opplevelser både til lands og til vanns.

### **Miniseminar:**

Før selve Forbundstinget ble det også denne gangen arrangert et 2 timers miniseminar

Temaene var *PV Fri* og "Stolpejakt".

- *PV Fri* innebærer at man selv måler og registrerer turlengder man har tilbakelagt, og at oppmøte på startsteder eller poster ikke lenger er nødvendig.
- **Stolpejakt** er noe i likhet med "orienteringsposter". Fordi det foreløpig ikke er satt ut stolper i Trondheim, omtales ikke saken mer i denne omgang. Men – for de som ønsker å vite mer om mulighetene andre steder i landet, er informasjon tilgjengelig på [Stolpejakten.no](http://Stolpejakten.no)

Formålet med nye tanker og tilbud, er knyttet til hovedutfordringen i Turmarsjforbundet - Medlemsmassen synker og marsjer forsvinner. Hvordan kan vi rekruttere nye medlemmer?

### **Forbundstinget:**

#### **Åpning**

Lørdag 27. april kl. 13.00 startet selve Forbundstinget på tradisjonell måte. Først en kort orientering og velkomst fra presidenten i forbundet, deretter velkomst og orientering fra stedets ordfører.

Ordfører Anita Ihle Steen gav en presentasjon av Brumunddal og Ringsaker Kommune. Vi fikk et godt innblikk i en kommune med mange og varierte aktiviteter. At kommunen har verdens høyeste trehus er kanskje ikke overraskende når det sees i sammenheng med områdets rolle i skogbruk og treindustri.



Ordfører Anita Ihle Steen



### **Saksliste:**

Sak 1, 2, 3 og 4 var henholdsvis:

1. Godkjenning av fremmøtte representanter ( ca 60 ).
2. Godkjenning forretningsorden.
3. Godkjenning saksliste.
4. Valg av dirigent sekretærer, tellekorps, representanter for underskrift av protokollen og redaksjonskomité.

Sak 5: Årsberetning 2017 og 2018

Her fikk vi en gjennomgang av smått og stort som hadde skjedd de to årene. Det gikk gjennom uten nevneverdige innvendinger fra salen. Men av de tallene som ble lagt fram, er det dystre utsikter når det gjelder deltagerantallet. Se egenprodusert tabell under.

År/Område	2018	2017	2016	2015
Norge tot	52067	56204	55965	65073
Sør- Tr.lag	6100	7050	7722	8535
Nord-Tr.lag	3902	4406	6224	7610

Nedgangen i løpet av 4 år: Norge tot.: 13006 deltager eller 20,0 %.  
Sør-Tr.lag 2435 delt. (28,5 %). Nord-Tr.lag 3709 delt. (48,7 %)

#### Sak 6: Regnskap 2017 og 2018

Begge års regnskaper ble grundig gjennomgått av styremedlem Rolf Richardsen. Heller ikke her kom det kritiske spørsmål fra delegatene. Her er å bemerke at selv om deltagelsen stadig avtar klarer styret å styrke økonomien. Men det er ikke vi som betaler for å gå og det vi kjøper fra forbundet som gjør dette. Nei, det er de prosjektmidlene styret har klart å få tak i som gjør at forbundet er i bra økonomisk tilstand. Uten disse midlene ville underskuddet for de 2 årene vært 3 millioner.

Sak 7: Noe uklarhet om det er nødvendig med revisor eller ikke. Skal under- søkes nærmere.

#### Sak 8: Innkomne forslag

A) Lovforslag fra Kristiansandsvandrerne. Referat fra Forbundstinget skal være sendt regioner og klubber innen 4 uker. Forslaget ble enstemmig vedtatt.

B) Ikke lovsak. Forslag fra Arendal Turmarsjklubb og Tromøy Vandrekлубb om nedleggelse av regionene. NB Styret i forbundet hadde hengt seg på her !!!

I forbundets regelverk var det tidligere ikke nevnt med et eneste ord noe om nedlegging av regioner. Før forbundstinget hadde Per Sæbø sendt inn et solid forslag til saken. I dette forslaget står det at det er den enkelte region som avgjør dette på årsmøtet.

Forslaget til Per ble vedtatt, og føyes til lovene om regioner i håndboken.

Sak 9: En betent sak mellom Lov og kontrollkomiteen og styret i forbundet. Saken synes løst nå.

Sak 10: Valg. Hele styret som var på valg, ble gjenvalgt.

Trøndelag er nå representert i styre og komiteer ved:

Bodil Bratli, Stjørdal TMF

Svein Ulven, Steinkjer TMF

Varamedlem i Forbundsstyret

Leder Lov og Kontrollkomiteen



Gerhard Fjellhaug, Tr.heim TMF  
Tove A. Lorås, Steinkjer TMF  
Jorun Gundersen, Tr.heim TMF  
Roger Hulsund, Tr.heim TMF

Medlem Domsutvalget  
Nestleder Apellutvalget  
Medlem Apellutvalget.  
Medlem Valgkomiteen

Sak 11 og 12: Neste ting og utdeling av hedersbevisninger.

Ingen har søkt om å få arrangere tinget. Forbundet tar saken. Mest sannsynlig i nærheten av Gardermoen.

Ingen hedersbevisninger til Trøndelag denne gangen.

Dag 2 ble avsluttet med et fantastisk måltid i hotellets restaurant, omgitt av trekonstruksjoner og trearbeider på alle kanter.



*Magnar Bakken, Sigfred J. Lunde og Jorunn Gundersen*



*Resten av deltakerne på forbundstinget*

### **Siste dag og Forbudstingsmarsj**

Søndag formiddag var det Forbundstingsmarsj i godværet. Snipp, snapp snute så var tinget ute, og de 40 milene hjem til Trondheim gikk helt etter rute.



*Anne Mette Hybertsen, Jorunn Gundersen og Magnar Bakken i bakgrunnen*



## Kom Mai du skjønne milde

Kom Mai du skjønne milde, gjør skogen atter grønn,  
og la ved bekk og kilde fiolen blomstre skjønn.

Hvor ville jeg dog gjerne, at jeg igjen deg så!

Akk, kjære mai, hvor gjerne gad jeg i marken gå.

Jau, jammen sa jeg det. I skrivende stund, som det heter, 3 mai, laver snøen ned. Nå gler du deg vel, Bjarne. Du har radt ikke satt bort skia eller snøskuffa enda du, som bor i høytliggende strøk? Som sagt, kvar sin tytj. I dag, fredag, skulle gubben og jeg gå en PV, temperaturen viste i overkant av 2 plussgrader. Da var det på med ull under igjen, stillongs og ullskjorte, votter og lue. Eneste forskjellen fra tidligere i vinter, var at vi slapp piggsko. De er forøvrig plassert i bua i kjelleren, i håp om å slippe å se eller bruke dem før vi igjen starter på vinterserien.

Nei, takke meg til, jeg gjør som salige Bjørnson, jeg velger meg april. Du verden for en april ute ved sjøen vi hadde. Sen påske, og ingen planer om å oppsøke vinter og snø for mitt vedkommende. Overhode ingen slike planer. Nei, vi pakka med oss lammelåret

og den røde treeliteren, og kjørte 2.5 time ut mot havgapet., Og hadde de flotteste sommerdagene, med grilling og verandaliv, og ingen tanker om å gå turmarsj. Viktig med andre gjøremål når en har ferie, ikke sant? Selv om vi som pensjonister liksom skal ha ferie hele året. Heller hagejobbing og båtpuss. Det med ustanselig ferie stemmer heller ikke, vi har nylig fått termin-vaktliste fra NTNU, med jobbedager i mai og juni. Tilskudd til reissekassa må vite.

Men itjå varer evig, nå er vi tilbake i byen og kvardagen, og turmarsj på tapetet. Fredag gikk vi PV nr. 374. Vi ser fram til mange fine turer. Første langturen for vårt vedkommende, er tur til Narvik og Lofoten i slutten av juni, Svarta Bjørnmarsjen, og så har Turkomiteen forberedelser til OL i Aix -en Provence midt i oktober. Det blir stas, håper at knær og skrott forøvrig fungerer slik at vi kan være delaktige på marsjer, ikke bare være med som turister. Vi møtes i løypene.



*Aud Mirjam i sitt hytteparadis på Grisvågøya*

*Ps at sommeren har vært på besøk og kong Vinter tatt over igjen er en annen sak.*

*Aud Mirjam*

*Bjarne*



## Trondheim Turmarsjforening i Borgertoget



Jorun i feststasen, Flott!



Sylwia og Gustav





*Morten med Brit og Anne Mette som duskepiker*



*Masse folk og god stemning i finværet.*

*Fotograf: Sylwia*



## Miljømarsjen Gran Canaria 2019



Flaggborg klar til start.

Søndag 3.mars var det sol fra skyfri himmel og 23 varmegrader. En svak vind gjorde at varmen ikke ble så tykkende. Det var et utmerket vær til å gjennomføre en turmarsj for turglade personer.

Miljømarsjen på Gran Canaria går fra Puerto Rico til Arguineguin og ble startet av Den Norske Klubben på Gran Canaria i 1989. Ideen bak marsjen var å sette søkelyset på all søppel som var dumpet bl.a. i fjellet. Miljømarsjen startet derfor som en dugnad for å samle opp all søppel som var lagt igjen av bl.a. våre landsmenn.

Oppmøte for marsjen var Parque Infantil nedenfor kjøpesenteret i Puerto Rico. Der var det påmelding (18 euro) som inkluderer matbong, T-skjorte og 1 flaske vann for turen. Det var også musikk fra høyttalere, og stemningen var god.

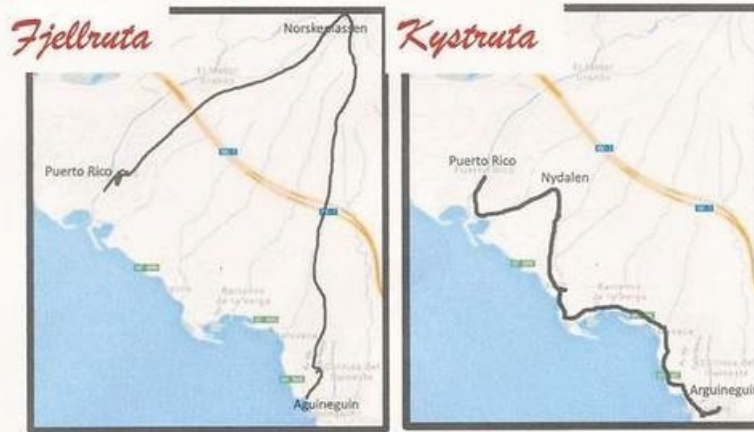
Presidenten i Den Norske Klubben ønsket velkommen og leder for idretten i Mogan kommune sa at kommunen var positiv til Miljømarsjen, og han klippet snora for åpning av marsjen. Han deltok i marsjen sammen med bl.a. den norske konsul på Gran Canaria.

Marsjen er nå delt i 2 ruter, Fjellruta ca 12 km og Kystruta ca 9 km.

# Miljømarsjen 2019

Puerto Rico - Arguineguin

*Vi går for miljøet!*



**SØNDAG 3. MARS**

Fjellruta følger grusvegen opp til Norskplasen hvor det er hvilepause, og så videre nedover utenfor gjerdet øst for gården Casa de Tosca. Stien går over kulvert på motorvegen og kommer ned til barrancoen øst for Arguineguin.

Kystruta går opp Nydalen i Puerto Rico og så videre ned i Balito-stranden videre langs stranda til Amfi del Mar hvor det var en avstikker rundt Hjertøya hvor statuen av Bjørn Lyng står. Ved Sjømannskirka var det et chanty-kor som sang fint og fikk stemningen til å nå nye høyder.

Ved starten i Puerto Rico kunne revisor telle at det var 84 personer som gikk Fjellruta, og et kvarter senere startet Kystruta, og der var det 105 personer som gikk.

Starten er alltid med Den Norske Klubbens fane først i marsjen, og deretter en flaggborg med et norske, spanske og det Canarianske flagget. Deretter la de trønderske deltakerne trøstig i veg, og det ble ikke meldt noen skader underveis. Dette en ført vandring, og turen gikk i et behagelig tempo i varmen med flere pauser. Hele turen gikk på ca 4 timer.





Trøndersk deltagelse på Miljømarsjen. Fra venstre: Torhild Høyem, Roar Bardal, Eli Høyem, Ole Tangen, Bjørg Hybertsen, Johanne Flaaum, Erling Rønning, Brit Unni Håbjørg, Torill Rønning, Svein Ulven, Rudolf Hybertsen

Ved innkomst på Pino Seco i Arguineguin fikk deltakerne servert varm mat (kylling paella) og drikke. Det var en appell ved en tidligere leder i Den Norske Klubben om miljøspørsmål og hvordan vi måtte forholde oss for å berge klimaet. Videre var det underholdning med korsang og oppvisning med seniordans. Dette er et stort arrangement med mange medarbeidere på mange plan, og arrangementet ble gjennomført på en meget god måte.

For oss turmarsjere var dette en fin tur og en opplevelse å være med i en så stor ført vandring. Vi savnet imidlertid stempling av våre turmarsjkort. Dette er ikke lenger en IVV-marsj, men den var allikevel meget fin i det gode været.

*Ragnvald*

# Spacértouren 2019

Spacértouren 2019 er en sommerserie med 8 turer, som alle foregår som førte vandring. Løypene er ikke merket, og deltakerne går i samlet flokk. Turene foregår i moderat tempo.

Startkontingenten er kr 20,- for IVV-stempel. I tillegg kan man for hver tur kjøpe merke/medalje fra Spacértouren eller Nordenfjeldske Vandring. Velg selv. Pris kr 30,-.

**Vi anmoder deltakerne om å møte opp 15-20 min før start for registrering etc.**

## **Tur nr 1.**

Starttid: Søndag 7.april, kl 1200. **Grilstad-Ranheim.**

Startsted: [Grilstad Marina.](#)

Kontaktperson: Roar Bardal, tlf 90517980.

Det er parkeringsautomat på moloene ved siden av startstedet.

**Karusellboka for Trøndelag er ferdig og kan hentes under arrangementet.**

## **Tur nr 2.**

Starttid: Tirsdag 18.juni, kl 1800. **Bjørktjønna.**

Startsted: [P-plass Våddan.](#)

Kontaktperson: Eli Høyem, tlf 92650090.

## **Tur nr 3.**

Starttid: Tirsdag 25.juni kl 1800. **Skylark-Herbernheia.**

Startsted: [P-plass v/Torvhusmyra, Tømmerdalsveien.](#)

Kontaktperson: Astrid Svelmoe, tlf 92600987.

## **Tur nr 4.**

Starttid: Tirsdag 2.juli, kl 1800. **Strætassfjellet.**

Startsted: [Prix Hell, kl 1745.](#)

Kontaktperson: Svein Erik Leikvold, tlf 92602629



## **Tur nr 5.**

Starttid: Onsdag 10.juli, kl 1730. **Vandring til Ranheim.**

Startsted: [Utleira skole.](#)

Kontaktperson: Roar Bardal, tlf 90517980..

## **Tur nr 6, 7 og 8.**

Starttid: Helgen 9.-11| august. **Rørvik.**

Startsted: [Rørvik.](#) Kontakt arrangør for detaljer

Kontaktperson: Per H. Sæbø, tlf 97062458.

Turen medfører 2 overnattinger, og har forhåndspåmelding. [Se egen brosjyre.](#)



Nordenfjeldske Sang- og Spacérgruppe ønsker vel møtt til hyggelige og interessante turer.



## Tur til besvær, mål til begjær

Noen ganger føltes det forferdelig langt. Skituren fra Lian til Grønlia som barn.

Tilbake skulle vi også. Heldigvis fantes det matpakker, hjembakt brød med brunost eller sukker og vann på glassflaske – saft var bare til bursdager. En appelsin hadde sikkert smakt godt, men den var til nytelse på lørdagen foran radioen, mens du hørte på barnetimen. Men du verden så godt det var å komme fram til målet – Grønlia!

Jeg vokste opp i Festningsgata, så vi kjørte Singsakertrikken til byen og Gråkallbanen opp til Lian. Skiene sto i egne stativ utenpå trikken. Jeg var alltid redd for at de skulle falle av, spesielt over den skumle Hoemsbrua, men det gikk bra hver gang.

Det var aldri spørsmål om vi ville gå på tur. Vi gjorde det bare. Frisk luft, trim og herlig natur. «Bonusen» var gnagsår som kom av stive, harde beksømsko, bak-glatte ski som var smurt med talglys og hjemmestrikka ullklær som klødde, Tross dette – jeg lært å bli glad i naturen. Når vinteren var over, smurte pappa beksømskoene med vaselin, så de skulle holde seg «myke».

Nå føles det ikke lenger så langt mellom Lian og Grønlia. Preparerte løyper og tynnere ski gjør turen lettere. Jeg går ofte og filosoferer over at våren skapes om høsten. Det er så deilig å være ute i naturen. Praten går lett, og det er så deilig å røre på seg! Naturen gir både luft og lindring. Tanken slår meg hver gang, dette er livet!

*Reidun Moe Reitan*

\*\*\*\*\*

## Har du hørt om Bunadsgeriljaen?

Det er en gruppe kvinner og menn som har slått seg sammen for å protestere mot nedlegging av fødeavdelinger, i første omgang sykehuset i Kristiansund som er tenkt overført til nye Molde sykehus. I en barnehage lekte noen barn krig, iført bunadssko. De ble spurt om hva de lekte. Vi er Bunadsgerilja, svarte de. Hva det var? Jo det er for at folk på Smøla skal få komme til Norge for å føde, slik at de skal slippe å ro hele veien.

Så har du hørt om begrepet Bunadsgerilja og ikke helt har visst det er, nå vet du det. Mye som dukker opp i et barnesinn, de snapper opp litt av hvert, og har sin egen forklaring på det meste.

*Aud Mirjam*

## Redaksjonens side.

Sommeren har allerede vært på flere korte besøk og ga oss en fin feiring av 17.mai. Vi har også fått merke tilbakeslag med snø/sludd og tordenvær med heftige regnbyger til gangs. Jeg opplevde lyn og smell komme i samme øyeblikk så det sang i ørene en ettermiddag hjemme her. Ble litt skremt av den opplevelsen og satt tilbake til barndommen der slike tordenvær med spraking fra stikkontaktene var en mer vanlig sommerting. Ingen skader påvist så langt. Kan jo håpe på en reprise av forrige sommer.

Vil reklamere for Spa'certouren 2019 når vi tar sommerferie fram til 14. august.

Turorientering, Freidig og Wing, kan også anbefales varmt. Turer i nye områder av Bymarka eller Estenstadmarka.

Kanskje Eli sin nye måte å velge å velge turområde, VBT er noe for flere?

**En riktig god sommer til alle!**

*Bjarne*

---

### Redaksjonen i Fotbla'e består av:

<b>Redaktør</b>	Bjarne Stangnes <a href="mailto:bhstang@online.no">bhstang@online.no</a>	950 82 143
<b>Journalist</b>	Aud Mirjam Tokle Fjellhaug <a href="mailto:audtokle@gmail.com">audtokle@gmail.com</a>	909 44 210
<b>Journalist</b>	Eli Fremstad <a href="mailto:fremstadel@gmail.com">fremstadel@gmail.com</a>	905 36 443

---

Neste utgave av, 3-2019, kommer ut ca 10.09.2019. Ta med penn/papir og ikke minst kamera7 mobil på tur og del gleden med oss andre. Siste frist er 2. september. Har du noe på hjertet så la oss få høre om det.

Foreningen har egen internettside og der finnes mer informasjon om foreningens aktiviteter, linker til andre turmarsj-foreninger og de siste års utgaver av Fotbla'e med fargebilder:

<http://www.trondheim-turmarsjforening.org>

Minner også om at Trondheim Turmarsjforening har egen profil på Facebook. Skriv Trondheim Turmarsjforening i søkefeltet så dukker sidene opp. Lykke til!

.....

# Trondheim Turmarsjforening

## Ti-trimmen og litt til 2019

Dag/ nr	Dato	Startsted	Merknad
Onsdag 7	19. juni	Lohove barnehage	Ti-trim og rømmegrøt
		<b>Sommerferie</b>	
Onsdag 8	14. august	Skistua	Ti-trimmen
Onsdag 9	21. august	Statoil, Rotvoll	Ti-trimmen
Onsdag 10	28. august	Ferista friluftsbarnhage	Ti-trimmen (Byåsen)
Onsdag 11	04. sept.	Granåsen	Ti-trimmen
Onsdag 12	11. sept.	Statoil, Lade	Ti-trimmen
<b>Marsjhelga</b>	<b>13. - 15. sept.</b>	<b>Utleira skole</b>	<b>Marsjhelga</b>
<b>Onsdag</b>	<b>18. sept.</b>	<b>Tiller vg. skole</b>	<b>Høstvandring</b>
<b>Tirsdag 13</b>	<b>24. sept.</b>	Ugla skole	Ti-trimmen tirsdag
Onsdag 14	02. oktober	Charlottenlund ba. skole	Ti-trimmen
Onsdag 15	09. oktober	Utleira skole	Ti-trimmen
<b>Tirdag 16</b>	<b>15. oktober</b>	Ugla skole	Ti-trimmen tirsdag
<b>Søndag</b>	<b>20. oktober</b>	<b>Utleira skole</b>	<b>TV-aksjonsmarsj</b>
Onsdag 17	23. oktober	Tiller vg. skole	Ti-trimmen
<b>Onsdag</b>	<b>30. oktober</b>	<b>Risvold*</b>	<b>Avslutning</b>

\*Adminbygget Risvollan Borettslag, Asbjørn Øveråsveg 1, 2. etg.

**Starttid ti-trim: 18 Distanser 5 og 10 km**

**Startkontingent: kr. 20,-**

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

**Kontaktpersoner er:**

**Brit Solli Isachsen: 900 63 521**

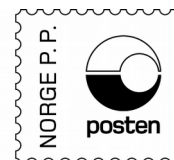
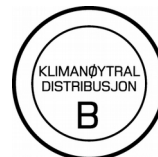
**Anne Mette Hybertsen: 992 94 317**

**Vår internettadresse: [www.trondheim-turmarsjforening.org](http://www.trondheim-turmarsjforening.org)**

Ferista friluftsbarnhage, Fjellseterveien 24, ved "Ferista" ovenfor Byåsen Butikksenter.



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:**

**NYE** OFFSET • GRAFISK PRODUKSJON • REPRO • KOPIERING  
**Heimdal Trykkerias**

