Fot-bla'e

****
INFORMASJONSBLAD FOR MEDLEMMENE I TRONDHEIM TURMARSJFORENING

NR. 2– Juni 2014 – 31. ÅRGANG

****

Trondheim

STIFTET

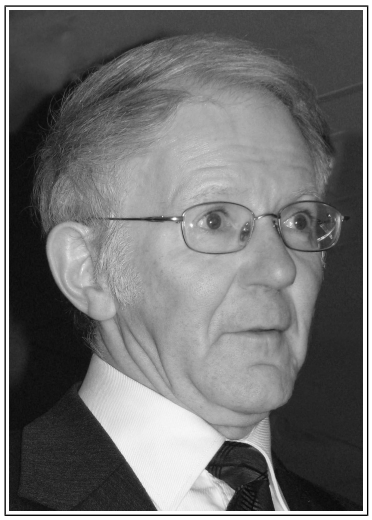
1982

NTF - IVV

F

turmarsjforening

Mange marsjer på repertoaret



I følge kalenderen er det sommer nå, og mange - i likhet med sauen - ønsker seg bedre vær, men må leve med det som kommer. Men nå som Ti-trimmen tar pause, kan vi benytte oss av andre marsjtilbud. Her er litt av repertoaret.

Pilegrimsvegene danner et løypenett på ca. 2000 km med merket vei. De passer godt enten du ønsker dagstur eller lengre distanser over flere dager. Løypene går gjennom bygd og by, fjell og skog, dal og li. Du kan oppleve et variert kulturlandskap med mye historie og storslått natur.

Ønsker du å være med på fellesturer, tar du kontakt med Pilegrimskontoret på tlf. 73 53 84 82 eller Rolf Synnes med tlf. 97 58 77 58. Du kan også gå utenom fellesturene. Mer info og rutebeskrivelse finner du på *http://turmarsjforbundet.no/aktiviteter/pilegrimslede/* og *http://www.kulturarv.no/pilegrim*
NTF har vedtatt regler om stempling. Det gis ett stempel pr. dag (minimum 20 km) i deltakerbeviset og antall tilbakelagte km i kilometerbeviset. Prisen er kr 20,- pr. stempel. Dette gjelder uansett om du går en eller flere dager. Du må selv sørge for å få en attestasjon ved startsted og ved endepunkt.

IVV-bevisene med nevnte attestasjon, samt oversikt over hvilke ruter som er gjennomført sendes NTF. Bevisene blir stemplet og returnert raskest mulig.

Nordisk Vandrebukett (frem til 2010 kalt Nordisk Marsjbukett) er en nordisk organisasjon (uten Island) som startet i 1976. Ønsker du et internasjonalt og flerårig opplegg med forskjellige marsjer, kan dette være noe å satse på.

I begynnelsen var det én marsj i hvert av de fire nordiske landene, men tilbudet er utvidet til å gjelde flere marsjer (en bukett) i hvert land. Sverige har *Laxmarschen, Böda-Luffen* og *Vägen til Gunneboslott*, Norge har *Skeidarmarsjen, Prøysenmarsjen* og *Dovregubbens vandring*, Danmark har *Gribskovmarchen, Mors Rundt* og *Frederikshavnervandringen* og Finland er representert med *Solvallamarschen* og *Raseborgsruset*. Noen av disse marsjene er allerede avviklet i år, men de fleste gjenstår.

Når man har stempler fra tre land, kan man kjøpe den Nordiske nålen, og med stempler fra alle fire land, kan man kjøpe den flotte Nordisk Vandrebukett medaljen. Stemplene behøver ikke å være fra samme år. Gjennomfører du flere ganger, får du tall/agraffer til å sette på medaljen.

Mer info finnes på : *http://www.123hjemmeside.no/vandrebuketten/37986593*

Permanent Vandring med Hotell Schøller som start- og innkomststed er blitt det arrangementet som TTMF har størst oppslutning på. Oslo har to løyper, og ganske snart vil også vi ha det. Mange går PV'n flere ganger i uka, så for disse blir det flott å kunne variere mellom to løyper. Til og med passasjerer fra cruisebåter melder nå at de ønsker å gjennomføre vår PV.
Se *http://trondheim-turmarsjforening.org/Byvandring/*

Rundvandringen med sine åtte forskjellige løyper er et fint turmarsjopplegg. Få med deg flere, og gjennomfør fellesturer! Alt du trenger å vite om startsted, løypelengde og løypebeskrivelse finner du på websiden
http://home.online.no/~knantons/rundvandring.htm

I forrige nummer av Fotbla'e skrev jeg om turmarsjinformasjon som skulle legges i postkasser rundt omkring i byen. Vi håpet på hjelp av deg og mange andre til utdeling. Responsen var stor. Nå vet vi at det er lett å få hjelp med slik aktivitet. Alle er tydeligvis villig til å gjøre en innsats for at flere skal bli kjent med vår hobby.

Uansett valg av sted og form for sommerferie, vil du komme hjem igjen. Da vil du møte en utfordring fra noen de du har vært med å velge til å lede TTMF. PR-komiteen har den siste tiden jobbet med planer for en vervekampanje som går ut på å få flere medlemmer og aktive turmarsjere. En ny brosjyre skal deles ut sammen med den kjente gamle folderen slik at mest mulig info om turmarsj (hva, når og hvor) kommer ut.

Ververne skal premieres. Det forutsettes at de nye som begynner å gå marsjer, også melder seg inn i Trondheim Turmarsjforening. Verver du minst 10 nye medlemmer får du gull (pokal), 6-9 medlemmer gir deg sølv (diplom) og 3-5 medlemmer gir deg bronse (diplom).

Vervefristen er 22. oktober, som er siste marsj i årets Ti-trim. Utdeling av pokaler/diplomer vil skje på Ti-trimavslutningen i Autronicahallen 29. oktober.
Nye medlemmer påskjønnes med et velkomstdiplom når de har fullført minst 10 marsjer (5 eller 10 km) i perioden november og frem til sommerferien 2015.

Kampanjen starter etter årets sommerferie, fra og med marsjen fra Skistua 20. august, men vervingen kan starte allerede nå. Den som verver noen, må be det nye medlemmet oppgi ververens navn når medlemskontingenten betales.

Så ønsker jeg deg og meg en god sommer og på gjensyn med ladede batterier!

Magnus

Borgertoget 2014.

Så er det igjen tid for mai's vakreste eventyr – 17.mai. Dagen startet med en liten

regnbyge akkurat da barna skulle starte på sin vandring gjennom byen. Men hva gjør vel en liten vannskvett når dagen videre blir riktig så fin med sol og ikke mye vind. I år som ellers om årene stiller den "harde kjerne" opp til vårt innslag i Borgertoget. Rundt 30 i år også med deltager helt fra Tromsø. Siden det er Grunnlovsjubileum i år og ekstra stor interesse for å delta i Borgertoget kan man si at ventetiden for å innta sin plass i toget ble ekstra lang. Håpet er å få et korps rett foran eller bak. Embla er ikke korps men ble ett hyggelig bekjentskap. Det er mye morsommere (og penere) å gå i takt enn som en "saueflokk".

Siden vår forening har oppstillingsplass rett utenfor Vestfronten på Nidarosdomen faller det naturlig å studere denne med alle sine flotte figurer mens en venter på at noe skal skje. I år ble det noget diskusjon om hvilken engel det er som pryder nordre vestfronttårn. Ja for det er da en engel? Den ser noe krigersk ut og kunne det da være Gabriel? eller Michael? eller Rafael? Tja si det? Ingen var riktig sikker så løsningen kom først når en kom hjem og kunne sjekke " data'n". Det er erkeengelen Michael

Vel møtt til neste år og god sommer.

Magnar flankert av Jorun Hekkelstrand og Kurt Arntzen, Tromsø

Stempling må til.

Tekst:Gry

Foto Bjarne

Velkommen til 3-dagers Utleira skole i Trondheim 19. – 21. sept. 2014

Fredag 19. september arrangeres

Tine-marsjen

for 25. gang.

5 og 10 km: start kl. 18:00 – 20:00

Lørdag 20.september arrangeres

Ormen Lange

for 25. gang.

5 og 13 km: start kl. 08:00 – 12:00
60 og 100 km: start kl. 07:00

Søndag 21.september arrangeres

Trondheimsmarsjen

for 32. 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 Magnus Småvik tlf. 970 43 993.

Velkommen!

Trondheim Turmarsjforening

11. mai 2014 – Grunnlovsvandring

De ulike turmarsjforeningene med respekt for seg selv har arrangert en GRUNNLOVSVANDRING i fbm 200 års jubileet. Det gjorde også Trondheim Turmarsjforening. Det kom en del kommentarer på dato og tid for Vandringen, det er mai og våren har kommet til Trøndelag, mange har derfor reist ut på hyttene sine, og det er konfirmasjonstid. I mai er det konfirmasjoner både lørdag og søndag enkelte helger, så det kunne bli kollisjoner uansett.

Den 11. mai åpnet Ladehammeren skole dørene sine, og klokka 10 stilte Tordenskjolds soldater manns-/og kvinnesterke opp. Løypeleggerne hadde merket i retning av Ladestien, noe annet ville være særdeles upopulært. Og Ladestien var godt besøkt denne søndagen, ikke bare turmarsjere gikk der. Lillian og Kjell Johansen hadde truffet så mange kjente og hadde pratet med så mange underveis, at de var mot normalt nesten ikke svette da de kom tilbake til skolen.

Totalt 85 stilte, og folk var godt fornøgd med turen og løypa. Vi hadde nok håpet på å se flere vandrere denne dagen. Et 200 årsjubileum er litt av en markering, og folk var rimelig sikre på at de ikke ville oppleve neste 200 års feiring. Norges Turmarsjforbund hadde fått laget egen T-skjorte til dette jubileet, primus motor Magnar Bakken fikk mange bestillinger på denne spesielle tekniske skjorta.

Endelig var det klart for start og de første la i vei.

Etter innkomst var det pins å få, samt kaffe, god kake og vaffel til de som ønsket det. Forpleiningskomiteen her representert ved Astrid Haugan og Mary Flenstad, stilte på denne marsjen, som de gjør når det er noe ekstra på gang. Vi ser mange nye ansikter på marsjene, det kan tyde på at PR- arbeidet har gitt resultater. Det gleder oss.

Tekst Aud Mirjam og bilder Bjarne

Norgeslekene 2014

I tidsrommet 31.juli – 3.august er Steinkjer Turmarsjforening arrangør av de 3. Norgeslekene. Første gang ble de arrangert på Lillehammer og andre gang i Mo i Rana. Sammen med mange andre fra TTMF og resten fra Trøndelag, har jeg vært på begge disse. Det har vært meget fine opplevelser. Denne gangen er det Steinkjer som har tatt på seg dette store arrangementet. Steinkjer var lenge i tenkeboksen før de sa ja til dette. Men etter overtalelse både fra Region Trøndelag og andre sa de til slutt ja.

Nå må en håpe at turmarsjmiljøet i Norge stiller mann/kvinnesterkt opp på Steinkjer i perioden 31.7 – 3.8. Her i Fotbla`e henvender jeg meg nå i første rekke til medlemmene i Trondheim TMF. Når det er mulig å få med fra 40 til 60 medlemmer til val Gardena eller et annet sted langt, langt ute i verden, så må det da minst være mulig at tilsvarende antall tar turen til Steinkjer. Her må en også huske at Steinkjer også har vært flink til å delta i Trondheim. De har blant annet hatt busstur til Autronica i mange år på rad. Nå er det vår tur til å stille opp !!!

På årsmøtet i TTMF ble det i budsjettet for 2014 satt av penger med tanke på Norgeslekene. Disse pengene er tenkt fordelt på følgende måte : For hver tur en deltar på vil det bli tildelt kr 50.-. Det er totalt 6 turer så maks beløp blir kr 300.- for hver deltager. Dette er selvsagt ikke til å bli verken rik eller fattig på, men det er liten gulrot fra TTMF. For å registrere dette vil det bli laget et eget kort, og for å få dette gjelder samme regler som for tildeling av reisestøtte.

Når det gjelder detaljerte opplysninger om startsted, starttider, overnattingsmuligheter osv. så vil det være tilgjengelige opplysninger på forbundets nettsider og i programmer på våre turer.

Her vil bare nevnes: I tillegg til marsjene er det festaften lørdag 2.8 og fredag hyggekveld på jekta Pauline.

Aktuelle overnattingsmuligheter er :

Gullbergaunet Camping Tlf. 74 16 20 45 Quality Hotel Tlf. 74 16 47 00

Best Western Park Hotell Tlf. 74 14 11 00 Sannan Hotell Tlf. 95 24 69 04

Jæktvolden Fjordhotell, Inderøy, Tlf. 74 12 47 00

Koa Camping, Inderøy, Tlf. 74 15 44 71

Føllingstua Camping, Haugåshalla 6, Tlf. 74 14 71 90

Bli med på dette - Gi Steinkjer TMF den støtten de fortjener !

Magnar

Turmarsj på Gran Canaria

Ført Vandring i Las Palmas 5. mars.

Arild Rebnord inviterte til Ført Vandring i Las Palmas 5. mars. Jungeltelegrafen gikk, og ca 30 marsjere fra Tromsø, Trøndelag og Bergen møtte på bussen til Las Palmas. Vi tok fatt på en fin tur gjennom gamlebyen, var innom et matmarked, og så utallige fisker vi ikke ante hva var, men som smakte utmerket da vi fikk den tilberedt på ett eller annet spisested . Langs en lang strandpromenade så vi flere svære skip, noen lå for anker i påvente av å komme seg inn til kai for lasting/lossing, andre lå i opplag. Skipene var store, og kaiplassen var minimal. Vi var glad vi var på fast land da vi så bølgene som brøt mot land.

Været var sånn passe, vi fant fort ut at vi hadde med for lite klær til vinden og regndråpene vi møtte. Igjen fikk vi bevis for at været i Puerto Rico var langt bedre enn lenger øst. Men de som hadde gått tilsvarende vandring året før kunne fortelle at da regna det da. De ble klissvåte. Og vel så det.

Vi fant et vannhull på vår vei, og etter nok noen kilometer kom vi til et spisested hvor maten kom utrolig kjapt på bordet for noen, mens andre måtte vente. Mat var det nok av, enten vi spiste i Las Palmas, eller i Puerto Rico. Vi gikk de siste kilometrene tilbake langs strandpromenaden, og samtlige fant det best å bli med bussen tilbake til utgangspunktet. Arild Rebnord ble med oss til Patalavaca, til Casa Siri, som var behjelpelig med å stemple våre IVV.kort.

Den 10.03 ble nok en Ført Vandring annonsert, med utrettelige Arild Rebnord som leder. Da tok vi buss til San Augustin, og turen skulle gå langs sanddynene til Mas Palomas. Vi var 14 stykker som la ut. Været var helt upåklagelig, passe varmt, floa var også passe, slik at det var fast og godt å gå stranda. De fleste av oss hadde gått der tidligere, det var masse folk ute på sanddynene, og vi fikk se det som var å se, og vel så det. Sumt var no gaman, og sumt var no ant, som det heter. Eldre folk tar seg best ut med klær på, mener nu jei. Litt klær i alle fall. Vinden var såpass frisk at det var røde flagg å se, derfor lite folk ute i sjøen. I Mas Palomas fant vi også et spisested som sørget for kjapp servering. Noen gikk videre og oppnådde ca 15 km, noen ville shoppe, eller bare titta, som selgerne sa, og noen tok bussen tilbake til utgangspunktet. Fin tur, trivelige turkolleger, og godt å bruke beina.

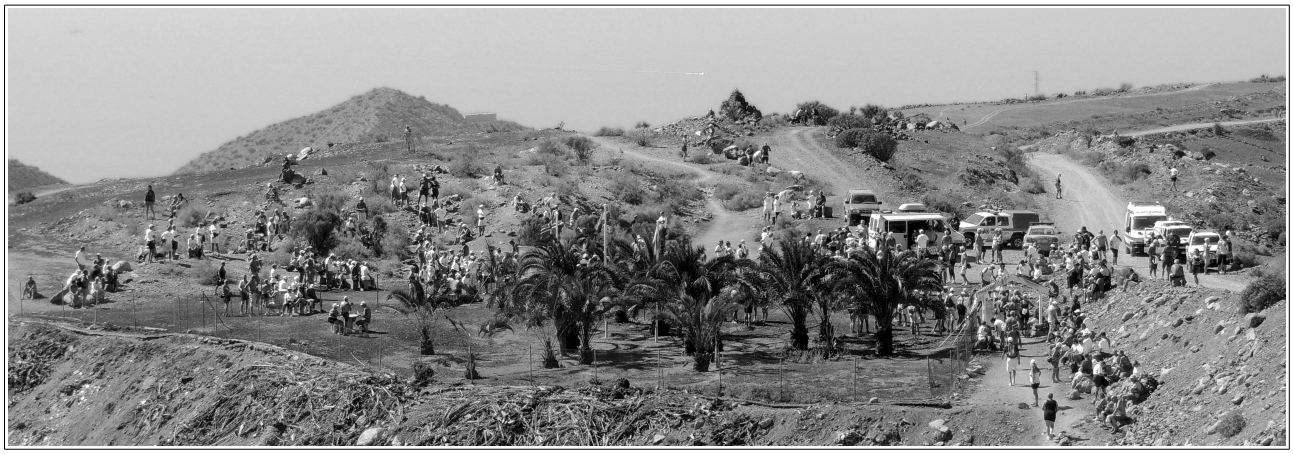
Aud Mirjam

MILJØMARSJEN 2014, Gran Canaria

Anført av flagg og faner opp bakkene fra Puerto Rico

Miljømarsjen, som går årlig første søndag i mars, arrangeres av Den Norske Klubben i Arguineguin. Det er en strekning på ca 12 km som starter i parken i Puerto Rico og går via Norskeplassen til Arguineguin.

Marsjen er godt kjent blant nordmenn som valfarter til Gran Canaria/Puerto Rica. I år var det 25 års jubileum. Historien bak denne spesielle marsjen går langt tilbake i tid. En nordmann, Erling Samseth, hadde gått i fjellene mellom Puerto Rico og Arguineguin i årevis, og sett seg lei på alt søppelet som lå slengt overalt. Han begynte å plukke med seg det han fant, og fikk med seg flere på søppelfangsten.



Rasteplassen på "Norske-Plassen"

Den norske Klubben, som er et begrep på stedet, ble stiftet i 1988, og har bl.a. som mål å utvikle samarbeidet mellom lokalmiljøet og nordmenn som bor i Gran Canaria i kortere eller lengre tid. I 1989 ble den aller første Miljømarsjen arrangert. Den Norske klubben stiller med mat, drikke og underholdning, sammen med lokale krefter. Deler av påmeldingsavgiften går til trengende spanjoler i nærmiljøet.

Mange nordmenn kommer ned bare for å gå marsjen, så også i år, herav ca 20 trøndere. Også andre skandinaver har fått øynene opp for denne begivenheten, 438

startet, den eldste var 92 år, også 3 barn var med på ferden. Ikke alle var like god til bens, mange gikk med stokker, noen gikk med krykker. Og slett ikke alle ga inntrykk av å være i superform. Mange hadde noen kilo ekstra å drasse på. Alle kom i mål, uten store skader underveis. Noen knall og fall var det, og spanske Røde Kors, Saniteten og det lokale Politi var med på ferden og tok vare på de som hadde behov for det.

Dette er en tur som ikke er spesielt krevende, farten er ikke stor, men det å gå i gåsegang i lang, lang rekke i 4-5 timer kan være utfordrende. Enkelte partier går på smale grusstier, og det er lang tid mellom de første som kommer ned fra fjellet og de som danner baktroppen. Først i toget går en flaggborg med flagg fra Den Norske Klubben, Mogan kommune, og det spanske flagget. Arrangørene vil gjerne at flaggborgen skal være først, og gir beskjed om at ingen får/bør gå foran, men de kjappeste greier ikke å innordne seg dette, og mange sier at denne gåsegangen gjør at de vegrer seg for å gå flere år. Men likevel kommer folket tilbake. Ca 60 fikk stempel på sine IVV-kort i år.

Lang, lang rekke; på vei mot Aguineguin

Været var ypperlig, en bris gjorde at turen over fjellet ikke ble for varm. Men folk som kom ned lørdagen før, skiftet hudfarge fra vinterblek til mange nyanser i rødt. En trønder som før marsjen påberopte seg å ha trøndelags hviteste legger, meldte fra i dagene etterpå at dette ikke lenger stemte.

D-vitamin-lagrene ble fylt opp, og etterlengtet brunfarge kom gradvis på plass.
Om vi kommer ned igjen for å gå marsjen neste år? Det får tiden vise.

Tekst :Aud Mirjam

Foto Ole Kr. Tangen

Er du turmarsjer?

Eller er du eksamensvakt?

Jo takk, begge deler, som Ole Brum sa. Mange turmarsjere jobber som eksamensvakt i disse mai/juni-tider. Vi har møtt flere kjappføtter (d.e. turmarsjere) spesielt i gangene på Trondheim Spektrum.

Og dette innlegget vil ikke egentlig handle om turmarsj, men om det å være eksamensvakt. Samtidig er det elementer av turmarsj i løpet av en vakt-dag.

Gubben og jeg fikk høre at folk jobbet som eksamensvakter, og tok kontakt med Høgskolen i Sør-Trøndelag, dvs HIST. Vi ble kjapt godkjent, og begge har fått 8 vakter i vårsemesteret. Vi ble først satt opp på kortere vakter i Sukkerhuset på Løytenhaven, men så ble det Trondheim Spektrum. Og der satt flere hundre eksaminander i store saler, og vi vaktene fikk ansvar for ett par rekker på ca 50-60. Noen vakter satt foran studentene, andre midt i salen, og så var det plassert noen bakerst. Jeg erfarte fort hvorfor vi ble plassert slik.

Noen har sagt at det er sså kjedelig å være eksamensvakt, men det er ikke min erfaring. Studentene får beskjed om ikke å levere blankt før kl. 10.00, går de tidligere må de ta opp hele faget, leverer de oppgaven etter 10.00 kan de kontinuere til høsten.

Studentene sitter konsentrert, dvs de drikker og de spiser, og det som går inn må ut. Vi går så å si kontinuerlig ut på toalettene med en eller annen. Når de vil ha mer papir må de rekke opp en hånd med et ark, eller de peker ut. Det er litt spennende å følge med, av og til går det en hånd i været, men da er det gjerne for å klø seg i hodet. Så går det to hender opp, da er det enten en flette som skal ordnes, eller de må strekke på seg for ikke å stivne helt. Det tar på å sitte i timevis og skrive for hånd, vanligvis jobbes det med PC, de rister på hender og fingrer.

En eksamensvakt hadde hatt på seg en skritt-teller i Trondheim Spektrum, og det ble over 12 tusen steg i løpet av en dag. Så om det ikke er ordinær turmarsj, får vi bruke beina.

Så jo takk, begge deler er slett ikke feil.

Aud Mirjam

Strandlinjene i Trollamarka

Det har lenge vært kjent både for fagfolk og byens innbyggere at vi finner en tydelig terrasse (strandlinje) i fjellgrunnen nokså sammenhengende fra Sverresborg og Blyberget nordover til skaret der Driftsvegen fra Vestoppfarten møter stien vi til daglig kaller Strandlinja. Det har også vært kjent at den marine grensen -høyeste havnivå under avsmeltingen etter siste istid - ligger noe høyere i terrenget enn dette.

I forbindelse med VM i orientering i 2010 fikk Freidig og de andre arrangørklubbene laget et svært nøyaktig høydekart over Bymarka ved hjelp av laserscanning av terrenget fra fly. I motsetning til flyfotobaserte kart, som hittil har vært vanlige, har laserkartet ganske eksakte høydekurver uavhengig av om terrenget er åpent eller har tett skog slik vi har mange steder i Trollamarka. Ekvidistansen er 1,25 meter.

På dette kartet kommer strandlinjene klart fram. Vi ser tydelig at Standlinja i Ilabergan fortsetter mer og mindre sammenhengende gjennom Trollamarka ut til Løftan, der kartdekningen slutter. Dessuten ser en klart en litt mindre markert terrasse/strandlinje på et 15 meter høyere nivå. Denne viser den marine grensa. Vegen mot Holstvollen fra Trolla barnehage går på den nedre terrassen mens idrettsbanen i Trolla ligger på den øvre terrassen som utgjør marin grense. Begge terrassene er dannet da den siste innlandsisen trakk seg tilbake og smelta for 12 -14 000 år siden.

Den øvre terrassen ble dannet først, sannsynligvis for 13 - 14 000 år siden. Etter at isen under en relativt varm periode trakk seg innover i landet, og havet fulgte etter, fikk vi en markert kaldere periode hvor iskanten og sjøkanten ble liggende i ro. Da ble terrassen erodert ut, først og fremst ved frostsprengning. Så ble det varmere klima igjen, og isen smeltet videre. Samtidig hevet landet seg fordi istyngden ble mindre, slik at strandnivået sank i forhold til terrenget. Det gikk så 1000 - 1500 år før det kom en ny kald periode hvor sjøkanten ble liggende på samme nivå. Den mest markerte strandlinja i Ilaberga og Trollamarka ble dannet i denne perioden, for drøyt 12000 år siden; 15 m lavere enn den marine grensa.

I tillegg til selve terrassene viser det nøyaktige laserkartet også hvordan høydenivået på strandlinjene endrer seg fra Trolla østover til Sverresborg. Årsaken er at landet har hevet seg mer jo lenger øst vi kommer mot innlandsisens "tyngdepunkt" ved Bottenviken. Endringen er faktisk så stor som 8 høydemeter fra Trolla østover til Sverresborg. Mens marin grense ligger ca. 167 meter over dagens havnivå ytterst i Trolla, er nivået på Sverresborg ca.175 meter, det samme som toppflata på borgklippen.

Tekst: *Tore Angeli-Petersen*

Redaksjonens side.

Redaktøren sliter litt med å skaffe relevant stoff til å fylle vårt medlemmsblad. Det er sikkert mange flere enn Aud Mirjam dere ute som har intersant stoff og bidra med, kom med det. Jeg er åpen for mottak av tanker og innspill om det som opptar dere. Er du ikke fornøyd med dine evner til å forme det så skal vi i fellesskap gjøre det så godt vi kan.
Møtes vi på Steinkjer til Norgeslekene?
Har tatt med litt av det som vi hadde i siste utgave om det arrangementet. Håper jeg blir tilgitt.

God sommer alle sammen!

Bjarne

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	Svein Renolen svereno@online.no	911 84 395

Neste utgave av Fotbla'e, 3-2014, kommer ut i medio september. Ta med penn og papir/ PC ? og kamera på tur og del gleden med oss andre. Siste frist er 10. sept. Har du noe på hjertet så la oss få høre om det.

I forrige utgave av Fotblae hadde det blitt en feil (klipping og liming er ikke bestandig like enlelt) i refratet fra årsmøte under styret og komiteer for 2014, bemanning forpleiningsbil. Brit Unni Håbjørg var utelatt. Riktig tekst er som følger:

Forpleiningsbil:

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

Besøk av presten:

Presten var på besøk hos gamle Anna. Dei sat i stova og prata då presten sa: - vil du Anna, at jeg skal synge en salme?
Ja, gjer det, sa Anna, så går jeg ut på kjøkkenet og koker kaffe.

Ti-trimmen og litt til sommer og høst 2014			
Dag/ nr	**Dato**	**Startsted**	**Merknad**
Onsdag 8	18. juni	Lohove barnehage	Ti-trim og rømmegrøt
Sommerferie			
Onsdag 9	20. august	Skistua	Ti-trimmen
Onsdag 10	27. august	Skogly skisenter	Ti-trimmen
Onsdag	**03. sept.**	**Ugla skole**	**Høstvandring**
Onsdag 11	10. sept.	Ferista friluftsbarnehage	Ti-trimmen (Byåsen)
Onsdag 12	17. sept.	Lohove barnehage	Ti-trimmen
Marsjhelga	**19. -21. sept.**	**Utleira skole**	**Marsjhelga**
Onsdag 13	24. sept.	Granåsen	Ti-trimmen
Onsdag 14	01. oktober	Ugla skole	Ti-trimmen
Onsdag 15	08. oktober	Ladejarlen v.g.s	Ti-trimmen
Onsdag 16	15. oktober	Charlottenlund ba.skole	Ti-trimmen
Onsdag 17	22. oktober	Tiller vg.skole	Ti-trimmen
Onsdag	**29. oktober**	**Autronica hallen**	**Avslutning**

Starttid ti-trim: 18^{00} – 18^{15}. 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

Ferista friluftsbarnehage, Fjellseterveien 24, ved « Ferista» ovenfor Byåsen Butikksenter.

****

Drømmer:
Han Lars og han Ola satt på gamlehjemmet ett sted i Trondheim, og prata sammen. Så sa han Ola:

- Du kan tru æ hadd en rar drøm i natt, æ drømt at æ va så sprek at æ sykla herfra til Oslo.
- Å du verden, va du så sprek, sa Lars, - æ hadd forresten en drøm i natt æ også, men æ vet itj om æ tør fortelle hva det var.
- Å, kom igjen med det, sa Ola.
- Jau, du skjønne, æ drømt at æ våkna og låg med Sophia Loren i den ene armen og Gina Lollobrigida i den andre, og begge var splitter nakne.
- Men i jøssenamn, kofør vekte du itj mæ da? sa Ola.
- Nei du, sa Lars, - du va jo på sykkeltur til Oslo, du.

Fritt etter boka: Gammelt skinn, - ung i sinn.

Sendes til:

B

Fot-bla'e

Returadresse:

TRONDHEIM TURMARSJFORENING

Tilsluttet
Norges Turmarsjforbund

Postboks 5469, 7442 TRONDHEIM
Telefon: 970 43 993

Trykking*: Heimdal Nye Trykkeri AS*