

# Fot-bla'e

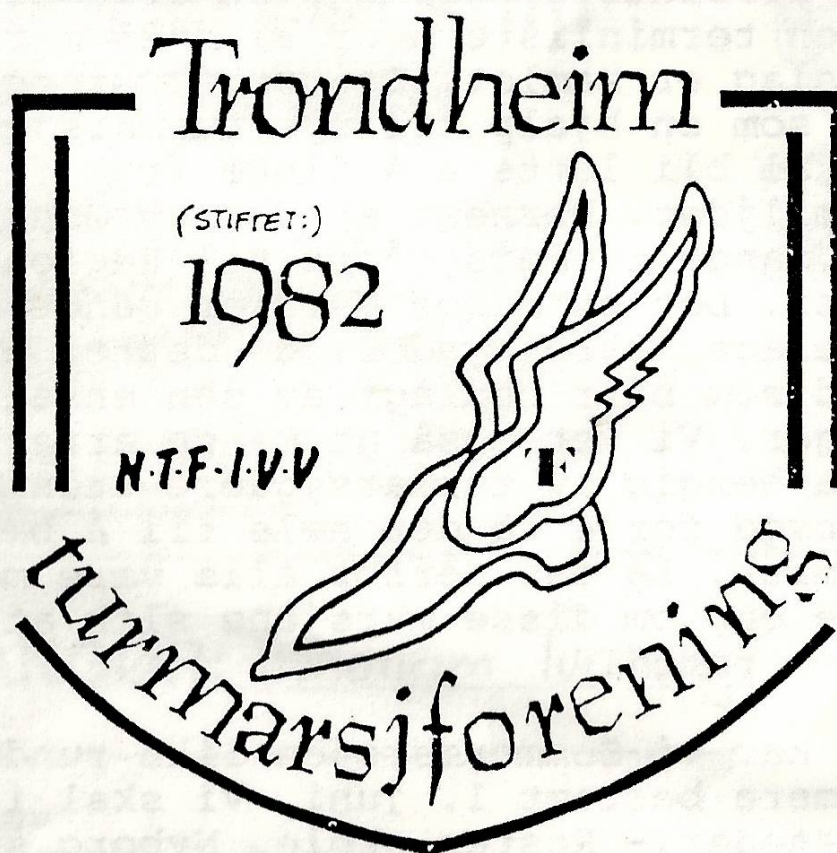
\*\*\*\*\*

INFORMASJONSBLAD FOR MEDLEMMER AV

TRONDHEIM TURMARSJFORENING

NR. 2 - JUNI 1988 - 5. ÅRGANG

\*\*\*\*\*





## LEDEREN HAR ORDET

"Kom mai du skjønne milde".  
Nettopp det har slått til i år.  
Det er en like stor opplevelse  
hvert år når snøen forsvinner  
og fugler, trær og blomster  
kommer fram fra vinterdvalen.

Vi turmarsjgåere har ikke hatt noen vinterdvale, men likevel er det herlig å få gå på tørre veier og stier og kjenne den milde vårlufta mot oss. Tenker vi over hvor godt vi har det som kan snøre skoene og gå ut og nyte dette?

Sesongen er over oss for fullt,- terminlista blir tykkere og tykkere for hvert år - det er bare og velge og vrake i marsjer.

I den forbindelse har Region Trøndelag gitt ut en egen terminliste hvor alle 25 marsjer i Trøndelag er samlet. Den er først og fremst tenkt som en hjelp til nye turmarsjgåere - at det skal bli lettere å finne fram til marsjer i nærmiljøet. Dernest er det et ønske å samle flest mange turmarsjgåere til Regionens egne marsjer. Det er mange marsjer rundt om i Trøndelags vakre bygder, og det er et stort arbeid som blir nedlagt av den enkelte arrangør. Vi vet også at mange arrangører er helt avhengig av turmarsjgåere utenfra sin egen bygd for å få det hele til å bære seg økonomisk. La oss derfor alle være med å støtte opp om disse marsjene slik at de får ha "livets rett".

Eller har vi Sommermarsjen like rundt hjørnet, - nærmere bestemt 1. juni. Vi skal i år tre startsteder,- Rosten skole, Nyborg skole og Charlottenlund ungdomsskole. Både Rosten og Charlottenlund er nye marsjsteder, og det blir spennende å se om vi får med nye marsjgåere fra disse stedene.

God SOMMER!

Aslang



Bli med på turmarsj:

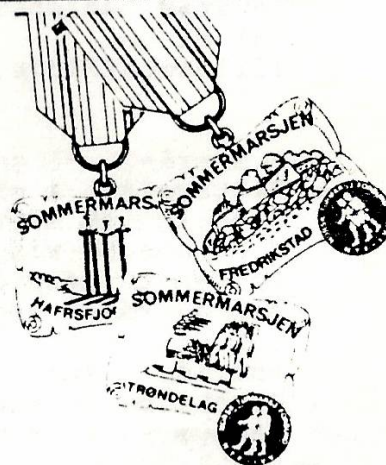


# SOMMERMARSJ

Ons dag 1. juni -88

STARTSTED: Posten skole, Nyborg skole, Charlottenlund ungdomsskole  
FRA KL. 18.00 - 19.00. Innkomst senest 21.00

**Medaljer til alle som fullfører marsjen**



STARTGEBYR:

Deltagere under 16 år kr. 25-  
Deltagere over 16 år kr. 30-

10 KM  
5 KM uten JUV.

ARRANGØR: Trondheim Turmarsjforening

Medlem av  
Norsk Turmarsj Forbund  
Tilsluttet I.V.V.

NORSK TURMARSJ FORBUND, POSTBOKS 147, 1473, SKÅRER

OBS! Deltar du i flere sommermarsjer får du bare ett stempel i deltakerkortet, men alle kilometer vil bli stempet/godskrevet.

**POSTGIRO**



# PSST!

Du liker å gå turmarsj, ikke sant? Jeg også - samt mange andre. Vi går fordi vi synes det er moro å gå sammen på veier og stier, i skog og mark (men kanskje ikke så ofte i leira, Aslaug). Derfor ønsker vi at stadig flere skal oppdage turmarsj som en fin hobby/avkobling/fritidsaktivitet/besettelse (stryk det som ikke passer). I erkjennelse av dette, som det heter, har flere engasjert seg i markedsføring av vår forenings marsjer.

Noen dager før Trondheim Turmarsjforening arrangerer en marsj (utenom Ti-trim og vinterserie) får de så mange flyveblad som de selv bestemmer. En eller to dager før marsjen legger de disse i postkasser i strøket hvor de bor og/eller plasserer dem under vindusviskerne på biler på en større parkeringsplass. Her er det rom for fantasi! Dermed har de gjort en innsats for turmarsjen og er fortsatt fri til å gå marsj som vanlig på selve marsjdagen. Her er områder som er dekket til nå og hvem som gjør det:

Lademoen  
Møllenberg  
Teglverket og Valentinlyst  
Nardo  
Vestlia og Sollia  
Stubban  
Risvollan  
Havstad  
Havstad  
Halset  
Tiller

Elsa Sørflaten  
Arvid Oksvik  
Magnus B. Småvik  
Knut Storler  
Jorun Gundersen  
Magnar Bakken  
Aslaug Eide Sandvik  
Astrid Svelmoe  
Reidun Svelmoe Simonsen  
Gunnhild Lammi  
Therese og Knut Lian

## BLI MED DU OGSÅ!

Deltagelsen i marsjene våre (inkludert Ti-trimmen) har øket, og utdeling av flyveblad har utvilsomt bidratt til dette. Gjennom din innsats vil du altså være med og finne nye turmarsjgåere. Listen ovenfor dekker bare en liten del av byen. Hvis ditt boligområde mangler, ta kontakt med en av oss i PR-komiteen!

Astrid, telefon: 552767 Priv.  
Gunnhild, telefon: 913020, linje 127 Arb.  
Magnus, telefon: 595518 Arb., 919731 Priv.

Avsløring. Du har selvfølgelig lest Ti-trimbrosjyren grundig. Da har du naturligvis merket deg at styremedlemmene figurerer med telefonnummer (flersifrede, dessverre). Hvis du har forsøkt å ringe de numre som er oppgitt for Gabriel eller Ingjerd, og ikke har fått kontakt, så skyldes det ikke at de har gått over til hemmelige telefonnumre for å få fred for aktive medlemmer. Nei da, årsaken er at tekstbehandlingssystemet har gjort en feil, som det heter. De riktige numre skal være:

Kasserer Gabriel: 883261 Arb.  
Sekretær Ingjerd: 529100 Arb.

Jeg ber om tilgivelse og godt vær.

Magnus

# "OSLO-MARSJENE"

Også i tidligere tider var det trøndere som ikke var skvetne for å legge ut på en skikkelig utfordring. Fra Adresseavisen fredag 18. juli 1986 har vi sakset fra en artikkel om 30-årenes langdistansegåere.

Fra 1932 til 1937 var det tre mann som ble godt kjent p.g.a. sine gåturer mellom Trondheim og Oslo eller omvendt.

Navnene er: Sverre Sørhus, Isak Warvik og Johan Støa.

Da artikkelen hovedsakelig tar for seg Isak Warvik's bravader, lister jeg først opp hva som hendte fra 1932 til 37.

1932:	NTH-studenten Sverre Sørhus	gikk fra Oslo til Trondheim.
1933:	Warvik	gikk Trondheim-Oslo (litt under 5 døgn).
1934:	Støa	gikk Tr.heim-Oslo (4 døgn, 2 timer, 3 min.)
1935:	Warvik	gikk Tr.heim-Oslo (4 " ?
1936:	Støa	gikk Tr.heim-Oslo (4 " , 7 timer )
1937:	Warvik	" " " (4 " , 1 time, 57 min.)

Det siste er fremdeles rekord for en "gatur" mellom Trondheim og Oslo.

Her kommer noen glimt fra disse karenes forberedelser og opplevelser på

disse turene. Jeg-personen er forfatteren av artikkelen, Fritz Sverre Ramsgaard.

For Warviks vedkommende begynte det mot slutten av 20-årene med NTHs marsjkonkurranser, hvor han var en flittig deltaker, men det var høyskolestudenten Sverre Sørhus som ga ham den nødvendige inspirasjon til å prøve seg på den 56 mil lange distanse Trondheim-Oslo. Sørhus gikk i 1932 den motsatte vei, og skrev artige leserbrev i trondheimsavisene - han la ikke an på noen rekordtid, men gikk seigt og fort. Warvik tok kontakt med Sørhus, og det førte til at han bestemte seg for på prøve seg på distansen. Og han forberedte seg grundig. Utover våren 1933 gikk han flere marsjer på opp til 10 mil. Videre fant han frem til den mest gunstige skotype: En lavsko med tykk lærsåle og skrådd bak. Videre laget han seg en gamarsje til å trekke over skoen for å hindre at sand og småstein skulle komme ned i skoen, og han ble en mester til å stille føttene sine med fotbad, talkum og salve, samtidig som han gikk mye barbent.

Før starten i 1933 ba Warvik meg om å bli med som ledsager, og jeg fant oppgaven så interessant at jeg straks slo til, da jeg hadde god tro på at Warvik ville greie oppgaven. Likeså fikk Warvik med en en sportsjournalist fra Nidaros som både skulle være ledsager og lage reportasje.

Juni/juli var tid for marsjene, mens tidspunktet for starten fra Olav Tryggvassonstatuen kunne variere. Ledsagernes jobb var å være

"hare" og på sykkelen skulle han ha med de mest nødvendige ting som sko- strømpeskift, fotpleieartikler, mat - mest frukt- og drikke. Det måtte ikke være noe tidstap - tok Warvik en matpause, var det selvfølgelig at maten sto klar. Selv kjørte jeg motorsyssel, men hadde ikke anledning til å delta første dag.

Warvik hadde en avtale med fru Anna Skancke om å få ta en pause og få noe i livet på hennes hytte på Berkåk, ca. 90 km fra starten. Dit kom han i fin form, mens ledsageren ikke hadde klart å holde følge opp Soknedalen. Hos fru Skanche fikk begge utmerket forpleining, og innen kvelden nådde begge frem til Oppdal.

Neste dag innhentet jeg Warvik ved Kongsvoll, han hadde overhodet ikke hatt vanskeligheter med stigningene i Drivdalen, men var lei seg for at han ikke hadde hatt kontakt med sin ledsager, som jo hadde de saker Warvik så hardt trengte. Heldigvis hadde jeg med noe varm drikke på termos og noe niste. Vi ble enige om at jeg skulle dra til Fokstua i forveien for å ha alt klart til en skikkelig hvil og noe å spise der. Før Warvik kom, ringte jeg også Nidaros for å forklare hvordan marsjen hadde utviklet seg. Humøret var atter på topp da vi forlot Fokstua, og det bød ikke på problemer å no Toftemo - sør for Dombås - utpå kvelden. Sportsjournalisten innfant seg vel en time etter oss - hele denne dagen hadde Warvik ikke sett noe til ham, og jeg ventet at Warvik ville si noen "Pauli ord". Men sindige Warvik lot som intet og godtok han forklaring om at han hadde hatt mavetrøbbel. Fra Toftemo bar det unna ned Gudbrandsdalen, og vår sportsjournalist slet hardt, og greide å holde følge fram til Oslo.

Vi hadde en særst trivelig overnatting på Ringebu hotell, og neste etappe gikk til Hamar. Warvik var en fremragende morgenfugl, samtidig som han hadde en storartet evne til å sovne straks han la seg. Neste morgen var han som vanlig oppe ved hanegal for å ta fatt på den 12 mil lange slutt etappen, og alt gikk som smurt. Fra Gjelleråsen og inn var det en enorm oppslutning av folk som ville heie Warvik inn, men politiet grep inn og ordnet trafikken. Nå dukket også Sverre Sørhus opp, og sammen holdt de glimrende fart inn til målet, Kristian Kvart-statuen på Stortorget i Oslo. Tiden ble noe under 5 døgn, og begeistring for Warviks prestasjon var enorm. Vi fikk også høre at Nidaros hadde økt sitt løssalg til det dobbelte disse dagene.

Så slo Støa til med rekordforbedring til 4 døgn, 21 timer og 3 minutter året etter, følgelig finner vi Warvik på startstrecken igjen 1935. Han hadde høstet stor erfaring på den første marsjen, noe som kom ham til nytte i høy grad. Alt gikk etter programmet til Otta. På strekningen dit hadde Warvik to nye ledsagere som utvilsomt gjorde en utmerket jobb. Peter Skancke og jeg avløste dem her. Vi var somme dag ankommet Otta pr. sykkel etter en fottur i Jotunheimen. På den tid var det å å si bare grusveier mellom Trondheim og Oslo, og for en som går, kan det være like bra som asfaltdekke.

En spesiell opplevelse på marsjens nest siste dag fikk vi da Warvik ville avslutte for dagen, men intet hotell/pensjonat fantes

innen et par mil. Vi så et småbruk like ved veien og henvendte oss der. Vi forklarte hvem vi var og hva det gjaldt. Det var nok navnet Warvik som virket som et "Sesam - lukk opp". Vi fikk faktisk et "hjertelig velkommen" og stuens beste rom ble straks stilt til disposisjon. Snart kom rikelig med varmt vann inn, vi fikk stelt oss og snart sto bordet dekket. Vertsskapet var langt opp i årene og fikk neppe mye søvn, for som vanlig var Warvik tidlig ute neste morgen. Denne gang ankom vi Oslo ut på natta, og det var lite folk ute til å gi Warvik en velfortjent hyllest, for han hadde senket rekorden grundig.

Selvsagt fikk Støa blod på tann, og i 1936 gikk han marsjen for annen gang, og fikk da sin beste tid: 4 døgn og 7 timer.

1937 kom så Warviks tredje og siste marsj, som skulle gi han den endelige rekorden på 4 døgn, 1 time og 57 minutter, som fortsatt står. Denne gang ville han ha med bil som sitt nødvendig utstyr og to mann til å skifte på kjøringen, samt sykkel for "harevirksomheten". Ut fra Trondheim og et par mil sørover var journalist Per Opøyen med for å gi øyeblikksbilder fra marsjen til Adresseavisen. Opplegge ellers fungerte utmerket og det gikk faktisk an å bile med så sakte fart så langt. Men denne gang inntraff noe som holdt på å sette en stopper for det hele. I påsken samme år hade Warvik vrikket ankelen, men ikke alvorlig. Men oppe på Dovre begynte den å hovne opp, og nå så det heller trasig ut. Vi ble enige om å kontakte nærmeste apotek på Dombås om noe effektivt middel skulle finnes. Nå fikk bilen for en gangs skyld sette opp farten, og på apoteket anbefalte de å prøve "Sloan's Liniment". Til alt hell viste dette seg å være effektivt for Warviks ankel - om den ikke ble helt god klarte han med sin fantastiske innsatsvilje å nå målet, og det på rekordtid. Ankomsttiden var denne gang mer gunstig, og Warvik fikk igjen enorm hyllest, og dertil megen positiv omtale i pressen. I NRK ble han intervjuet. Det ble etter innkomsten alltid noen trivelige dager i Oslo, hvor også et møte med Støa og hans ledsagere hørte med. Fast regel var det også at Warvik fulgte Støa et par mil ut fra Trondheim ved hans starter derfra.

Warvik var født i 1893 og var altså 40 år da han startet første gang - en alder da en idrettsmann i våre dager regnes for å være "på retur" - for Warvik kan ikke den regelen ha stemt! Ellers arbeidet han i sin mest aktive periode på havna i Trondheim med lasting og lossing.

Han døde i Asker 84 år gammel i 1977. Jeg avslutter med det Adresseavisne skrev om ham ved hans borgang: "Han hadde en oppslitelig trang til å gå og en ukuelig vilje kombinert med en usedvanlig seig legemlig utholdenhet. Dette skapte sammenlagt forutsetningene for hans bemerkelsesverdige marsjprestasjoner".

Etter krigen er det andre trønder som har gått fra Trondheim til Oslo. Først var det "kaffefarfar", Kammen fra Leksvika. Den siste var frostingen, "melkefarfar", Søren Fjæran. Disse to var begge i seksti - syttiårsalderen da de tilbakela turen. Men det må sies at de ikke hadde det så travelt som 30-årenes helter. Så Kammen og Fjæran hadde nok passet bedre inn i dagens turmarsjmiljø.

Magnar Bakken.

# SAKER OG TING.

17. MAI 1988.

Selv om temperaturen var ganske lav, varmet sola sammen med det vakre barnetoget som bølget seg gjennom bygatene denne maidagen.

Også folketoget var langt og innholdsrikt, MEN det viktigste innslaget manglet.

Hver onsdag stiller det opp 2 - 300 turmarsjgåere på startsteken til vår Ti-trim. Og jeg kan forsikre dere om at det er et fantastisk flott syn når alle går ut fra startstedet.

På årsmøte/festen i 1986 fikk vi en flott gave fra vår nå æresmedlem Robert Schjevik. Det var en fane med IVV-emblemet på. Til årsmøte i 1987 hadde vi fått trykt på Trondheim Turmarsjforening, og det er mitt ønske at vi til årsmøte 1988 kan ha fanen ferdig med snorer og det hele. Og dag kjære turmarsjgåere, er det klart for en "liten turmarsj" i folketoget 1989. Marsjen vil ikke gi noen IVV-stempling, men jeg tror den vil gi oss en opplevelse av det sjeldne,- det å få presentere det vi alle "brenner" for, - og få vise de av byens befolkning som enda ikke har begrepet turmarsj klart, at vi er en aktiv gruppe som lever for SUNNHET - STYRKE - SAMHOLD.

Kanskje blir det ny jobb for PR-komiteen å å lage transparanger/plakater med en presentasjon av HVA vi driver med.

Jeg vet at dette er giveren Robert's ønske at fanen blir brukt til å presentere det den står for - TURMARSJ for alle i alle land.

Aslaug



# TI-TRIMMEN 1988.

Så er vi igang med Ti-trimmen igjen folkens. Og for en start vi har hatt i år. Se bare på denne lista:

Dato	Vandring	Antall deltakere		
		88	87	Økning
27/4	Ladevandring	262	156	+ 106 (+68 %)
4/5	Strindavandr.	251	140	+ 111 (+79 %)
18/5	Nardovandr.	210	180	+ 30 (+17 %)
Sum		723	476	+ 247 (+52 %)

Dette er fantastisk. Dessuten bør det være mye å gå på. For i følge Per`s (Sæbø) utmerkede statistiske behandling av materialet, var det bare 111 av de 375 som var innom Ti-trimmen i 87 som startet første gangen i år.

Vi har fremdeles plass for mange flere, og det er enda god tid til å sikre seg bronsjefatet. Så stå på! Agitere for Ti-trimmen og turmarsj generelt. Dess flere vi blir dess mere morro blir det å gå turmarsj!

**S I S T E**

gledelige melding om

**PARTISANMARSJEN 21. AUG.88.**

Lørdag 21. mai gikk det ut melding over lokalradioen om at vår kjære partisanmarsj måtte gå ut. Årsak - det var ingen til å ta seg av arrangementet.

Etter å ha snakket med kultursjefen på Ørlandet, Ragnar Jensen sent 2. pinsedag, kunne han gledelig bekrefte at de "jobbet med saken", og det var ingenting som tydet på at marsjen måtte avlyses.

# MIN TURMARSJOPPLEVELSE.

Vi har lagt nok en turmarsjhelg bak oss og denne gang med marsjene i Steinkjer pinseaften og 1. pinsedag og på Inderøya 2. pinsedag.

Trass metrologens dystre værspådommer skinte sola nesten uavbrutt alle dagene og var med og dannet rammen om de flotte arrangementene. Arrangørene var også godt fornøyd med deltakerantallet, - økning på alle marsjene fra siste år.

Selv besøkte jeg Inderøya for aller første gang, og ble sterkt anbefalt å gå 10 km-sløyfa. Med blikkstilte fjord og strålende morgensol var løypa en opplevelse og kan anbefales på det varmeste, og det var da også bare blide fjes å se ute i løypene.

Ellers er det svært gledelig å oppleve at alle arrangørene brukte forbundets veiledende priser på rasteplassene. Kr. 5,- for en kaffe og et stort hjemmebakket kakestykke, - ja da kan vi trykt reklamere med familievennlige priser.

Takk for hyggelige turmarsjdager!

Aslang

---

## VEDR. BYÅSENMAR SJEN

Sekretæren i Byåsen Idrettslag beklager at det har kommet ut melding om at Byåsenmarsjen er flyttet til 12. juni -88.

Marsjen skal avvikles søndag 4. september i h.h.t. terminlista.

Robert Schjevik  
regionsleder

# HØRT PÅ.....

## *turmarsj!*

### NYTT MERKE FRA V - POLET

Det sies at Grete Waitz har sagt opp alle sine sponsoravtaler med Nike, Adidas, Hummel, La Coste og et femtitals til. Hun har i følge "godt informerte" kilder inngått ny avtale med Vinonopolet. FY OG SKAM! Polet mener å kunne oppnå en salgssuksess av dimensjoner ved hjelp av denne avtalen. De skal markedsføre det nye merket Waitz-sprite.

### PSYKOLOGITEST PÅ SVENSK SESJON

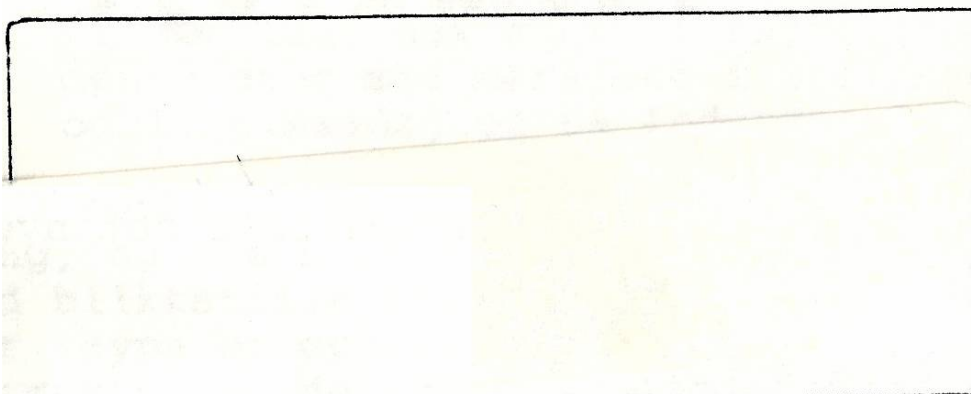
- Hva vill skje hvis du mistet det ene øre?
- Det ville gå utover hørselen, herr Kaptein.
- Og hva ville skje om du mistet det andre øret?
- Det ville gå utover synet, herr Kaptein.
- ????
- Jo, lua ville falle nedover øynene.....

### HU SOM VART DISKA PÅ TURMARSJ

Har dere hørt om a` Nelly som vart diska på turmarsj.

Grunn: Hun gikk med spiral i buksa.....

SENDES TIL:



**B**

*fot-bla'e*

AVSENDER:



**TRONDHEIM TURMARSJFORENING**

Triløstet  
Norsk Turmarsj Forbund



POSTBOKS 5653, 7002 TRONDHEIM