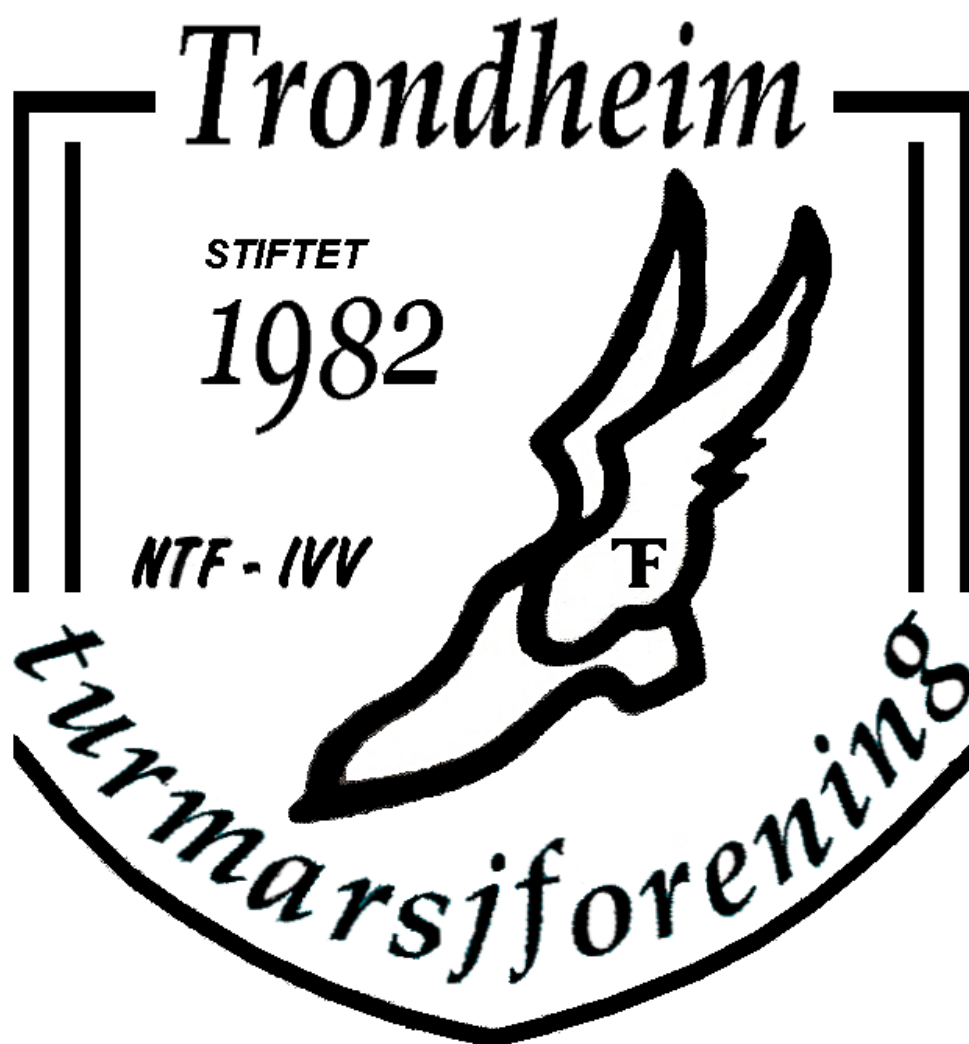




INFORMASJONSBLAD FOR MEDLEMMENE I TRONDHEIM TURMARSJFORENING

NR. 3 – September 2019 – 36. ÅRGANG



Kjære turmarsjvenner

Alle er fornøyde etter sommerens late dager?



Da er vi i gang igjen og i den forbindelse vil jeg først minne om «Høstens vakreste eventyr». Ja, det er som dere sikkert har skjønnt vår 3-dagers turmarsjhelg med start fra Utleira skole fra fredag 13. september til søndag 15. september, jeg tenker på. Den arrangeres for 37 gang på søndag Trondheimsmarsjen (6, 13, 23 km), mens Ormen Lange (5, 13, 60 eller 100 km) går lørdag og Tine-marsjen (6 og 10 km) på fredag har 30 års jubileum.

Spre det glade budskap!

Ta med familie og venner og bli med på - fra en rusletur og til Norges eneste 100 km!

Alle oppfordres til å delta for deres egen fysiske velferd og helse og for fellesskapets gleder. Et lite smil, et muntert blick og en kjapp kommentar etterfulgt av en hjertelig latter – Det er livet det. – Og etter turmarsjhelga skal mange av oss reise til IVV OL 2019. Aix-en Provence. Andre velger å være hjemme å holde turmarsjhjulene i gang her i Trondheim, takk flotte folk.

Jeg skal ikke skrive ORD for DAGEN, men kanskje dette ligner, for på dagens marsj fikk jeg mange tanker – det er rart hvor lett tankene flyr mens man går og går i sitt eget tempo. *«Hvor famlende var mine første skritt i verden – og hvor spenstige var de for noen tiår siden?»* -mens i dag var føttene mine blytunge. Pusten vil jeg ikke nevne en gang! Forbi meg går langt raskere folk – de er ikke yngre, men de er definitivt sprekere – så nå må jeg satse på at det kan bare gå en vei nemlig oppover, **men da må jeg gå oftere på tur.**

Flere av dere som har det som meg? Anledningen for å gå oftere er her vil dere se, for i dette Fotbladet kommer informasjonen om den frie PV'n. Den innebærer at man kan starte og avslutte vandringen hvor man vil. Marsjene blir lagret under historikk og du kan samle opp før du drar til ordinært startsted og registrerer dem, betaler og stempler. PV FRI er et alternativ til Permanent vandring (PV) turmarsjer i regi av Norges Turmarsjforbund, med lokale arrangører.

Vi har visst om dette alternativet i 2 år, men nå blir informasjonen spredt samtidig utover landet. PV FRI skal gjøre det lettere for alle å gå, men samtidig både tror og håper jeg at vi som går turmarsjer er så sosiale mennesker at vi ønsker fortsatt og møtes å gå sammen på våre faste seriemarsjer og på PV hvor vi møtes til faste dager og klokkeslett på ordinære startsted. Jeg tror ikke dette forsvinner, alt er for hyggelig til det! For ikke å glemme våre flotte Rundvandring i Trondheim og i marka rundt byen (RV), med startsted v/Byåsen Senter, Shell v/St. Olavs og i Granåsen. Disse må vi bevare for hva fellesskapet er verdt. Viktige møteplasser som gir oss tilgang til opplevelser vi deler gjennom prat, humor og latter.

Tilslutt vil jeg si det var kjempehyggelig og meget positivt å få delta på Friluftslivets søndag 1. september på Haukvatnet. Med friluftsliv menes fysisk aktivitet i naturen og aktiviteten skiller fra sport ved mangelen på kunstige regler for hvordan den skal utføres. Dette er like naturlig aktivitet som å gå, en positiv aktivitet for helse og trivsel.

Brit

Er det verdt det?

Det var et spørsmål Aud Mirjam stilte meg da vi sto i surt vær og ventet på ei ferje som skulle frakte oss og mange andre ut Rombaksfjorden etter endt Svarta Bjørnvandring i Narvik. Det forekom meg at hun ikke syntes det hadde vært noen særlig stas med å gå 8 km-alternativet fra jernbanestoppet i Katterat ned til målet i Rombaksbotn. Selv hadde jeg gått 16 km fra Riksgränsen, en tur som nok er atskillig mer variert enn den fra Katterat. Vi hadde dermed litt ulike utgangspunkt for vurderingen. Jeg var i stuss om hva jeg mente der og da, og om hva jeg skulle svare. I løpet av sommeren har spørsmål og mulige svar surret i hodet rett som det var. Spørsmålet er høyst relevant for mer enn IVV-vandringer, men her prøver jeg å vurdere om det var verdt å delta i tre av sommerens arrangementer.

Svaret, eller svarene, avhenger av en haug faktorer: personlige synspunkter og preferanser (jeg liker eller foretrekker noe, du noe annet), ressursbruk (tid, arbeidsinnsats, penger), omstendigheter en ikke er herre over (f.eks. vær og føre, ev. kluss i arrangementet, hell eller uflaks med reisefølge, uforutsett helsetrøbbel med mye, mye mere). Først når en tur er over, har en grunnlag for å trekke en rimelig konklusjon, kanskje. Av og til kommer konklusjonen allerede mens en er underveis. For min del ble svaret angående Narvik-ekspedisjonen at, ja, det var bryet verdt, for meg. Trass i pengebruken og labert vær og en liten skuffelse over arrangementet i Rombaksbotn: jeg oppnådde det jeg hadde ønsket. Men du kan lure på hva det måtte være. Det er min hemmelighet.

NSSG avviklet 8.--10. august sin årlige utflukt til et kystområde, nå til Rørvik. Det ble en variert tur med Hurtigruta, hurtigbåt, buss og tog opp og ned Fosen-kysten og ytre Namdalen. Og så det været!

Hurtigruta går overraskende laaangsomt, men det var god plass ombord og tid for orientering om Kjeungskjær fyr, til å studere Fosenkystens uendelig karrige topper, spredte bosetting og nye landemerker i form av vindmølleinstallasjoner, øygrupper i havgapet osv. Turens første landdag bød på en bedagelig vandring på begge sider av Nærøysundbrua, med turdrøm på restene av et tysk kystfort og bruvandring; neste dag en variert 10 km-tur nord for Rørvik. Ellers: overnatting i et godt hotell, øl og pizza-lunch, en bedre middag i fjong restaurant, besøk på Norge kystmuseet (foruten kystkultur med en maleriutstilling som noen av oss likte godt) og museets avdeling Berggården (handelshus) og Woxengs samlinger av husgeråd, verktøy og skolestue fra gamle dager, men ikke eldre enn at mange av oss begynte å mimre. Hele tiden en gjeng i godt lune og med mye prating. Til tider vel mye. Men jeg kunne godt ha unnvært enkelte deltakers krammel med hotellet om betaling av matpakke; det var flaut å overvære den. Behagelig retur med hurtigbåt forbi Abelvær og gjennom trange sund til Namsos. Noen få av oss tilbrakte hele turen på dekk og bivånte bl.a. et fantastisk uvær i vest, på god avstand. Busstur til Stjørdal og tog til Trondheim. Hjemme igjen etter tre fine dager. Konklusjonen kom av seg selv og er ganske klar: Det var verdt det! For meg, iallfall.

Så den tredje begivenheten til vurdering. Etter mye om og men dro jeg til Stiklestad

for å delta i «Sagamarsjen Dag 2» som det står i programmet. Det var det lenge siden jeg hadde lest, dessverre. For der står det nå, opplyste påmeldingsansvarlig person, at det ikke lenger gis adgang til å gå noen marsj for den ellers sedvanlige IVV-avgiften på 20 kr. Nå kostet dagens deltakelse 150 kr, uavhengig av distanse. Jeg ble forbannet. To lokale damer på samme alder som meg hørte på meningsutvekslingen mellom meg og den påmeldingsansvarlige og avgjorde at de ikke ville gå dagens marsj. En lokal barnefamilie hadde samme dilemma. De syntes det ble dyrt, men valgte å punge ut, temmelig sikkert for ikke å skuffe ungene. Hadde jeg ikke stått opp grytidlig og kjørt hele 95 km for å komme til Stiklestad, hadde jeg også snudd og dratt hjem, som damene. Men jeg betalte og freste ut av lokalet, og ble såvidt fanget opp av en funksjonær som scannet deltakerkortet for å bekrefte starten. På første kontroll ble det et vanlig klipp, så det sikkert kostbare elektroniske opplegget som gjorde påmeldingen til en langdryg affære (i tillegg til priskranglingen) var ikke gjennomført hundre prosent. Jeg er ikke forståsepgår i IT-saker, men fiklingen med den elektroniske påmeldingen kan nok gjøres enklere enn det jeg så i kjelleren i kulturhuset på Stiklestad. Kortet jeg fikk registrerte navn, bosted, planlagt distanse, meg som ikke IML-deltaker og uten medalje – og at jeg deltar for første gang. Det siste er definitivt feil. Under diskusjonen fnyste jeg av både IML- og medalje-styret samt opplysningen om at fjerning av IVV-avgift på 20 kr ikke lenger er en sak for Sagamarsjen. Godkjent av forbundet, ble det påpekt. Jeg tror ikke at forbundet har tenkt seg godt om. Hvis det har tenkt seg godt om, er det veldig korttenkt og beklagelig. Sagamarsjen har, såvidt jeg kan skjønne, god oppslutning fra distriktet, å dømme bl.a. etter mange barnevogner og småroller langs iallfall de korteste løypene. Det kan fort bli en dyr affære å gå Sagamarsj for en familie eller vennegruppe. Dårlig politikk for rekruttering er det definitivt. Slett lune fra starten av og mer og mer regn uten utsikt til oppholdsvær med det første, gjorde at jeg kuttet ned til 5 km, men fikk dog stempel for distansen. Dom over «Sagamarsjen Dag 2»: den var ikke verdt det. Det kan hende jeg har gått min siste Sagamarsj.

Fremdeles lurer jeg på én ting etter Rørvik-turen: hva var egentlig det gråbrune kjøttguffet som lå på toppen av en av pizza-variantene vi ble servert? Det ser ut til at ethvert tettsted i Norge har minst en pizzaservering med navn som skal vekke vyer om Italia og god mat (Milano, Napoli, Roma). Vi lar oss (tilsynelatende) bløffe både med hensyn til sted og mat. Karene som driver slike serveringer kommer iallfall ikke fra det landet, og jeg lurer på om de i det hele kan lage noe annet. Og det finnes knapt alternativer rundt om i fjordene og dalstrøkene innafor. Men mye kan skyllens ned med kaldt øl.

Eli Fremstad

Busstur til Nordland

Stjørdal Turmarsjforening arrangerte tur til Nordland, Svarta Bjørnmarsjen og Skrovamarsjen i tiden 27. juni – 1. juli 2019.



Svarta Bjørn marsjen.

For å sikre oss plass på bussen, måtte vi melde oss inn i Stjørdal Turmarsjforening, og det gjorde vi så gjerne. Svarta Bjørnmarsjen hadde vi hørt om, den fristet, dessuten har vi et barnebarn som har slått seg ned like utenfor Narvik, å treffe Matias og samboeren Maya fristet også.. Så til tross for nærmere 70 mil i buss-setet, møtte vi opp på Trondheim stasjon med sekk og koffert. Bussen ble full etter at de siste kom på i Verdal, 49 tilsammen. Vi kjørte og kjørte, grisgrendte strøk etter hvert, mange fraflytta bruk og hus, og det var svært få beitedyr å se underveis. Ble de holdt inne pga bjørn og ulv i nærområdet, tro? Arbeid på vegen ga oss flere stopp, men etter ca 12 timer i bussen kom vi fram til Fauske. Gubben og jeg fikk helt sikkert det minste rommet på hotellet, men det gikk bra.

Narvik neste, de ivrigste gikk en PV, vi hadde avtalt møte med Matias og Maya, og vi spiste et nydelig fiskemåltid på Fiskehallen, stedet anbefales. Vi kjøpte med oss en side med røkt villaks, ikke billig, men knallgod. Så ble vi kjørt til Trældal, til huset deres, og fikk se hønsegården, og minigartneriet til Maya. Unge folk er sannelig miljøbevisste, jeg kan ikke erindre at vi holdt på slik da vi var på samme alder. Men tidene forandrer seg.

Vi tok tog til Katterat, vi satset på 5 km, knærne mine holdt ikke til den lengste marsjen fra Riksgrensen (Bjørnfjell). Det var ikke all verdens godt vær, det var godt gåvær, som vi sier når vi egentlig skulle hatt sol og varme. Det blåste så det flagra, heldigvis slapp vi regn, temperaturen var 7-8 grader. Ikke sommertemp akkurat. Vel nede i Rombaksbotn ble vi møtt av Narvik musikk-korps, de hadde en avdeling lenger oppe i veien også.



Rekonstruksjon av samfunnet i Rombaksbotn.

For den som ikke er helt oppdatert, Rombaksbotn er byen som forsvant etter at rallarvegen var ferdig. Den første bosetningen der startet ca år 1500, da sjøsamer holdt til der. I år 1898 slo de første rallarne seg ned, bosetningen varte til 1903, da Ofotbanen begynte å bli ferdig. På det meste bodde det ca 500 mennesker der.

Det var dampbåthavn, toll, politi, post, skole og handelsmenn, Den 14 juli ble banen offisielt åpnet av kong Oscar II. Rombaksbotn ble raskt avfolket, mange hus brant ned, og de fleste hus ble demontert og flyttet til Narvik.

Men for å komme oss fra Rombaksbotn måtte vi ut i båt. Vi sto i vind og blåst og venta på Lofotenferja. Kaldt, sa du? Iskaldt. Etter mitt syn blåste det stiv kuling, men ifølge Bengt var det bare laber bris. Lofotenferja var av gammel årgang, den så halvråtten og skrøpelig ut, så vi var flere som satt oppe på dekk og fikk mer vind i håret. Gubere så godt det var å komme seg inn i oppvarma buss og få på andre klær og sko.

Bussen gikk videre til Lofoten og Svolvær, sannelig var det noen som tok en kveldsvandring der og, den ble annonsert som midnattssolvandring, uten sol riktignok.

Svolvær var et spennende sted å komme til, vi så Svolværgeita, og naturen var bare ubeskrivelig. Ferjetur til Skrova, vi var ute i god tid, og trubaduren *Lofotenferga*.

Per Sæbø fikk igang gitarspill og allsang i bussen. En kar var ute og lufta hunden sin og gikk forbi bussen. Hunden drog i bandet og ville bort fra allsangen, mulig det ikke hørtes helt bra ut?

Skrova neste. Der var det vakkert, sol, blå himmel og et arrangement som var imponerende. En gjeng hadde forberedt seg på innrykk, vafler og kaker, kaffe og saft. Og kvalkjøttgryte med mos, til de første som kom tilbake fra marsj. Vi gikk 5 km på vei, og maken til natur og idyll. Jeg hørte en si at Skrova var nordens Hawaii, flere sol-dager der enn noe annet sted i Lofoten. Men tilbake til grytene, kvalkjøttgryta ble altfor fort tom, de som gikk 10 km eller lenger måtte nøye seg med pølser. En som spurte om hvor mye kvalkjøtt som var tilberedt, fikk høre at de hadde brukt 15 kg kjøtt. Altfor lite for sultne trøndere ble det sagt. Det stemte nok.



Fiskarkona på Skrova

Vi fikk god tid til ferja til Skutvik kom, og i solveggen ble det nytt både øl og vin og mat. Fauske hotell var målet denne siste kvelden. Og tror du ikke gubben og jeg fikk samme lille rommet. Jaja.

Bussen gikk vel 0830 tilbake til Trondheim. Stjørdal Turmarsjforening hadde improvisert utlodning, og utallige gevinster ble fordelt. Flotte strikkeplagg, votter, sokker, grytekluter m.m. Dette kortet turen. I Mosjøen hadde vi en times stopp, vår eminente sjåfør Tor-Ola hadde ringt og bestilt pizza. Populært. Fat på fat ble båret inn og tømt. Det ble rolig på bussen videre.



Kvalkjøtt med multesyltetøy og tyttebær.

Det var nok flest marsjere fra Trondheim, her var også tøffe Gunhild Røseth og hennes Oddmund. Gunhild var nylig operert for kreft, hun hadde hatt 35 strålinger, og var ferdig med siste stråling en ukes tid før avreise til Nordland. Men denne turen ville hun være med på, og hun greidde brasene med glans. Gunhild var i god form, hun har gått Tyrkia på kryss og tvers gjennom mange år, og turen hadde gått mye bedre enn hun hadde fryktet, sa hun da vi kom fram til Trondheim stasjon.

Vi retter en stor takk til Brustad Buss som hadde lagt opp en kjempefin tur, og til radarparet Torhild Høyem og Roar Bardal som var turledere og tok seg av oss på beste måte.



Blomsterpiken Torhild. Blomster til kransen fra på toppen av Skrova fjellet.



Tøffe Gunhild og hennes Osmund.



Vakre Svolvær.



Kjærkommen beinstrekk på Aud, Svein Erik og Bengt.

Aud Mirjam

Tekst og bilder

Stemningsrapport fra Friluftslivets dag 2019

Søndag 1.9.19 var det Friluftslivets dag. Trondheim turmarsjforening stilte med egen stand ved Haukvatnet. Telt med stoler og bord, stod ferdig allerede kl. 10.30, og var



rigget opp av Ivar Askim og Reidun Moe Reitan. Dagen startet med gråe skyer, tungt regn og en bekk som valgte å finne veien tvers gjennom vår telt. Etter hvert skinte solen opp, og gav oss en super dag.

Etter at alt var rigget, overtok Brit og Anne Mette og Jorunn stafettpinnen. Med 2 stk. skuffkaker (bakt av Britt og Amanda Selven), saft, kaffe, litt konkurranse og pins fra tidligere marsjer til barna, åpnet vi opp for alle som var nysgjerrig på hva vår forening driver med.

Til å begynne med hadde vi sterk konkurranse fra naboteltet, hvor det foregikk informasjon og kontroll av sopp. Men – etter hvert var det flere og flere som fant veien til vårt telt, og nysgjerrig spurte hva vi drev med.

Spesielt var det stor interesse for kake og deltakelse på konkurransen. Konkurransen gikk ut på å gjette hvor mange steiner som befant seg i et syltetøyglass. Ved opptelling var det hele 4 tettskrevne sider med navn og telefonnummer på alle som hadde deltatt. Fordi vi samtidig lurte inn litt informasjon om foreningen, tror vi nok vi fikk formidlet til ganske mange hvem vi er og at vi finnes.

Resultatet etter opptellingen av tippekonkurransen ga 10 vinnere med en aldersforskjell fra 3-59 år og jevnt fordelt med 5 voksne og 5 barn. Fasiten på hvor mange hvite steiner befant seg i syltetøyglasset er 290 steiner og den nærmeste vinneren var Hege som tippet 292. En tidligere turmarsjer Sissel Loktu kom på 2.plass med 297

steiner. På 3. plass kom Lene Gullikstad som tippet 298 steiner. De neste vinnerne hadde tippet 300, 301, 302. Premiene var en flott treningsbag fra PUMA, t-shirts, buffer og caps.



En kort oppsummering av dagen kan være som følger:

- Vi hadde mange interesserte besøkende til vårt telt.
- Det ble avsetning på:
 - 4 liter kaffe
 - 5 liter saft
 - 30 pins
 - 50 kakestykker
 - 5 informasjonsskriv om Trondheim Turmarsjforening.
- Hovedvekten på våre besøkende var under 10 år.

Konklusjon: Mange fikk føle den koselige stemningen i foreningen, mange glade kake-spisere gikk mette og fornøyde av sted, og mange små sekker og bamser har fått hver sin pins ☺

Anne Mette



Foto: Bjarne

PV med kamera og skriveblokk, del 1

TTMF har to Permanente Vandringer (PV): PV-19 startet i 2001 og PV-103 i 2015. Begge har kortløype på ca. 7 km og en lang på 12-13 km. I «noens» fravær vedtok styret at noen burde skrive om disse. Denne artikkel handler om en del av det historiske som «noen» passerte og tok bilder av underveis da han kom hjem fra reise og gikk langløypa PV-19. Detaljert løypebeskrivelse finnes på nettet og hos Hotell Schøller.

Jeg dro til Hotell Schøller og ba om esken for PV. Der fant jeg løypebeskrivelse og skjema hvor jeg skulle skrive navn, dato, starttid og kodene for Selvkontroll som jeg kom til å observere underveis. Så forlot jeg hotellet og startet på PV-19 sin 12 km.

Rett over gaten ligger Stiftsgårdparken. Jeg observerer kong Olav som vinker med hatten idet jeg går mot Munkegata, dreide til venstre og rusler oppover langs Stiftsgården som er Nord-Europas største trepalé og bolig til den kongelige skaptrønderen, når han er i Trondheim. Her er kortversjonen av Stiftsgårdens forhistorie.

Opprinnelig hadde general Johan Wibe kjøpt opp flere tomter på hjørnet av Munkegata og Dronningens gate i årene 1684-88 og bygd sin såkalte generalsgård der. Den strøk med ved bybrannen i 1708, men ble bygd opp igjen i 1714. Eierskapet skiftet med årene, og i 1740 ble den kjøpt av Jonas Angell som i 1759 overdro den til generalløytnant Frølichs enke, Hilleborg Witberg.

Etatsråd og kammerherre Stie Tonsberg Schøller eide Leira gods, men hadde også andre rikdommer. Han overtok i tillegg en formue etter sin første hustru, Elisabeth Angell, som døde i 1742. Cicilie Christine (1720-86) ble hans andre hustru med tittelen etatsrådinne.

Da hennes mann døde i 1769, arvet hun ham og i 1771 sin mor, Hilleborg Witberg.

Det gjorde at hun kunne utfordre etatsrådinne Møllmann. Hennes mann, stiftamtman Møllmann, hadde nemlig oppført Harmonien. Cicilie rev generalsgården i 1773 og oppførte sitt palé i 1774-78. 1776 dro hun til København og kjøpte tittelen geheimrådinne slik at hun kom på samme rang som generalene og deres hustruer.



Den ferdige Stiftsgården ble taksert til 7400 riksdaler, men da geheimerådinnen forlot Trondheim i 1783, brakte hun med seg 1,5 millioner riksdaler i kontanter.

Paléet ble overtatt av staten i 1800 og gjort til offisiell kongebolig 1906. Det var året kong Haakon og dronning Maud ble kronet i Nidarosdomen.



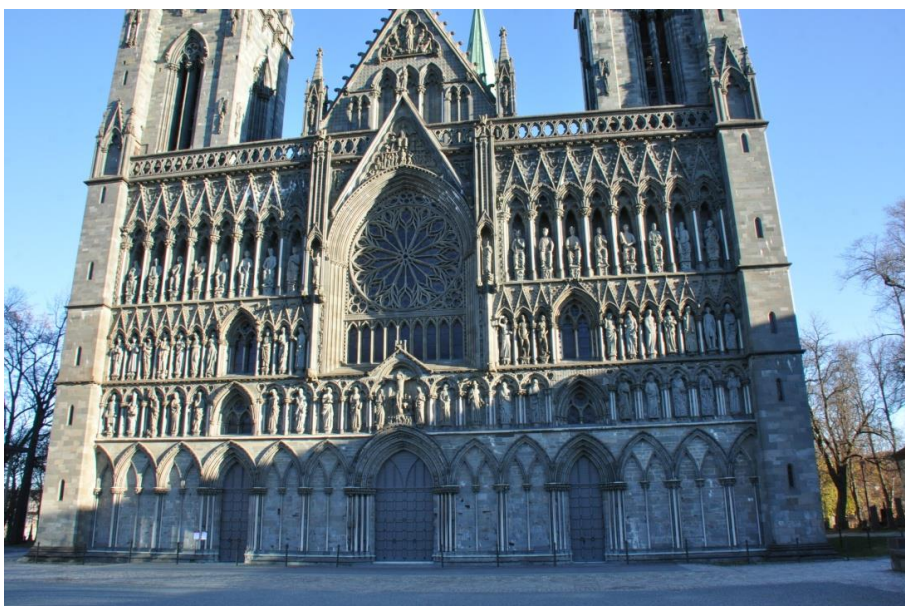
Jeg ruslet opp til Torvet hvor en 3,9 meter høy bronsestatue av ham som grunnla byen i 997, Olav Tryggvason, er plassert på en 16,21 meter høy granittsøyle. Statuen er laget av billedhugger Wilhelm Rasmussen og finansiert av grosserer Dyre Halse. Den ble reist i 1921. Nå arbeider «teskjegjengen» med utgraving av Torvet, men før de raserte området, dannet skyggen som søylen kastet, viseren i det som hittil har vært en av verdens største solur som var steinmosaikk nedlagt i 1930 til tusenårsjubileet for Olav den hellige.

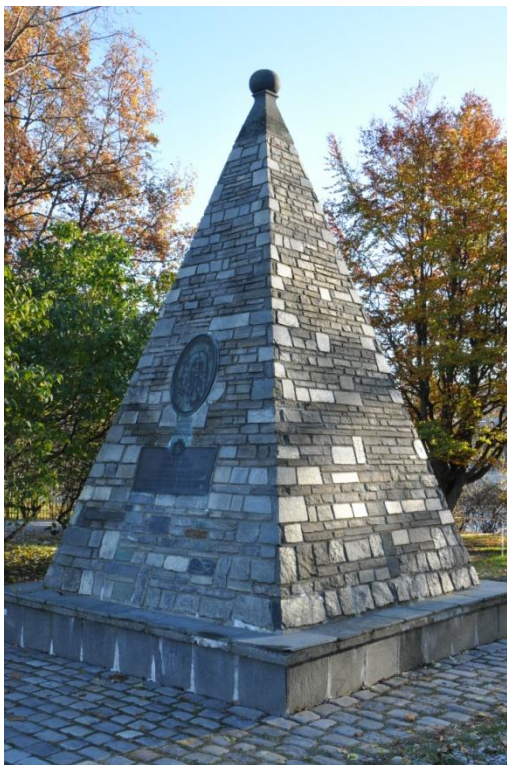
Jeg kom meg over Torvet uten å bli forvekslet med arkeologiske funn og passerte gullsmed Møllers gamle forretning. (Årstallet skriver jeg ikke, for det er koden for Selvkontroll 1). I

bakgården hos Møller møttes vi og fikk stemplet IVV av Gunnar og Aslaug første gang vi gikk turmarsj i borgertoget 17. mai. Da parkerte vi på Hesthagen ved NTH og gikk til byen. Der sto Robert Schevik med fanen til Trondheim Turmarsjforening. Etter marsj og stempling, gikk vi tilbake til bilene.

Dagens ferd gikk til Nidarosdomens hovedinngang og til høyre mot plassen foran domens mektige vestfront med dusinvis av skulpturer. Den helt til venstre i nederste

rekke er Olav Tryggvason, men Stinius Fredriksen har gitt ham ansiktet til Fridtjov Nansen. Helt til høyre i samme rekke var opprinnelig laget som St. Ansgar (Norden Apostel), men sommeren 1945 skiftet den navn til St. Frans av Assisi.





Jeg gjør en avstikker til den lille pyramiden som står lengst sør på den åpne plassen vestenfor Erkebispegården. Den er til minne om at Jørgen Bjelke og hans bror Ove fullførte gjenerobringen av Trøndelag fra svenskene den 11. des. 1658 etter at danskekongen Fredrik III hadde måttet avstå området Helgeland - Sunnmøre som en del av freden i Roskilde 10. mai 1658.

I takknemlighet for at jeg var hverken sjuk eller svensk, fortsatte jeg nedover Prinsens gate. Underveis passerte jeg Trøndelag teater - Norges eldste teaterbygningen fra 1816 - og kom til Olav Tryggvasons gate. Etter bybrannen i 1681 ble denne kalt Strandgaten.

Jeg kom meg over gata ved første anledning og fulgte svingen ned mot høyre til Fjordgata. (Borte til venstre så jeg nå Ravnkloa fiskehall). Herfra går løypa rett frem til Kjøpmannsgata, men det går også an å gå ned til kaiene rett etter svingen for å se alle båtene som ligger i Kanalen. Man fortsetter da langs kaiene frem til Jernbanebrua, går opp til Fjordgata igjen og tar til venstre i den. På nest siste bygning på høyre side finner man Selvkontroll 2 på et nedløpsrør. I Kjøpmannsgata, som het Søgaten etter bybrannen i 1681, tar man til høyre. (Sigrid Undset bodde i Trondheim i sin oppvekst, og hun har skrevet en bok om «Huset i Søgaten».



I det man kommer inn i Kjøpmannsgata ser man Trond-hjems Sjøfartsmuseum på venstre side. Det har tidligere vært havnekontor og lenge før det et slaveri (fengsel). Dets mest berømte fange er vel Gjest Baardsen. Den 14. juli 1818 ble han plassert i

arresten i rådstua (rådhuset) i Trondheim, men 23. november samme år ble han overført til Slaveriet på Brattøra. Der satt han sammen med 13 andre. En høstnatt i august 1820 rømte alle de innsatte gjennom en tunnel de hadde gravd under muren og ned til stranden. Gjest ble på frifot i to måneder før han ble tatt



Jeg fulgte Kjøpmannsgata oppover til Bakke bro, gikk over og tok til høyre mot Nedre Bakklandet. Underveis passerte jeg en lekeplass ved nr. 36, og så kom jeg til «Kokhuset». Det har fått sitt navn fordi det på grunn av brannfaren ikke var lov å gjøre opp ild ombord på skipene som lå på bysiden av elva. Derfor måtte kokken legge all

mat som skulle kokes, i kasseroller og bære dem til Kokhuset hvor han kokte maten og så bar den tilbake.

Og så kom jeg til Trampe - den eneste sykkelheis i verden. Der kan man sette seg på sykkelen, plassere høyre fot på en pedal som er festet til transportkabelen som beveger seg under bakken, og så skyves oppover til toppen av Brobakken. Gjør du det på formiddagen om sommeren, må du regne med å bli fotografert av turister fra Hurtigruten eller et cruiseskip.

Men jeg gikk PV og skulle over Bybroen. Den ble anlagt etter bybrannen i 1681 og ferdigstilt 1685. Den var militærstrategisk plassert nedenfor Kristiansten festning. Broen hadde et jerngitter på midten og bevoktet byport på vestsiden (frem til 1816). På begge ender var det aksisehus (toll- og vakthus). Det vestlige er i dag kjent som Brovaktens Hus og står ennå, men det østlige ble revet i 1824. Dagens bro ble bygget i 1861 av stadsingeniør Carl Adolf Dahl.



Mens jeg sto og så på broen, var det naturlig å tenke på en kjent sang. Rørleggersvenn, sanger komponist og motstandsmann Kristian Oskar Hoddø fra Namsos skrev «Nidelven stille og vakker du er» i april 1940. «Lykkens portal» midt på broen kan være et minne om ham som tyskerne henrettet sammen med 34 andre på Kristiansten festning 17.11.1943. Det er reist et minnesmerke over Hoddø i Vikaparken i Namsos.

noen

TV-aksjon 2019



Årets TV-aksjon skal skape et bedre liv for kvinner i noen av verdens mest sårbare områder. TV-aksjonen skal gi 400 000 kvinner mulighet til å tjene sine egne penger, bestemme over egen kropp og få sin stemme hørt.

I den forbindelse arrangerer Trondheim Turmarsj forening:

TV-marsj 2019

Startsted: Utleira skole
Dato: Søndag 20. oktober
Starttid: 10: 00 -12:00
Løypelengde: 5 km og 10 km
Premiering: Pins til alle
Startkontingent: Voksne: kr 50.- Barn, kr 30.-

Loddsalg og det blir mulighet til å kjøpe kaffe og vafler.

All inntekt går uavkortet til TV- aksjon.

TTMF har støttet tv-aksjonen siden 1982, og hele overskuddet har gått til aksjonen, minst kr. 10.000 hvert år. Vårt bidrag er på ca kr. 350.000 siden starten og er en bra reklame for foreningen. Ta med venner / bekjente og møt fram.

Rosa Sløyfe marsj 2019



Startsted : Charlottenlund barneskole

Dag/dato : Søndag 29. oktober

Starttid : 10.00 - 12.00

Distanser : 5 og 10 km

Startkont. m/ merke: Voksne Kr. 50,00 og barn Kr. 30,00

Kun IVV : Kr. 20,00

Alt overskudd går til: Kreftforeningen for brystopererte.

Salg av kaffe og vafler/kaker.

Møt opp og støtt Kreftforeningen

Redaksjonens side.

Vel møtt til høstserien og turmarsjhelga som er like om hjørnet. Oppgaver er fordelt og forberedelsene i full gang. Håper været blir bra og likeså deltagelsen.



Reidun og Sissel er to av Gå-fadderne.

Har dere observert noen med nye hvit t-skjorter med «Gå-Fadder» på brystet? De er medlemmer av ett nyopprettet korps av rutinerne turmarsjere, 10-12 personer, som har sagt seg villige til ta seg av nye deltagere som kunne dukke opp. Slå følge med dem på den første marsjen og proppe de med informasjon om praktiske ting om turmarsj og miljøet i foreningen. Kort sagt gi de en god velkomst i miljøet så de kommer tilbake.

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	Eli Fremstad fremstadeli@gmail.com	905 36 443

Neste utgave av, 4-2019, kommer ut ca 10.12.2019. Ta med penn/papir og ikke minst kamera/ mobil på tur og del gleden med oss andre. Siste frist er 2. desember. 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!

.....



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



Fredag 13. sept. Tine-marsjen for 30. gang
5 og 10 km, start mellom kl. 18 og 20.

Lørdag 14. sept. Ormen Lange for 30. gang
5 og 13 km, start mellom kl. 8 og 12
60 og 100 km start kl. 7

Søndag 15. sept. Trondheimsmarsjen for 37. gang
5 og 13 km, start mellom kl. 9 og 12
23 km start mellom kl. 9 og 10.

Kafeteria på startstedet.

OL i Aix -en -Provence.

Det er mange måneder siden vi meldte oss på tur til OL i Aix-en-Provence. Turen har virket langt borte, men vi fikk en god påminnelse i form av en restregning nylig. Vi vet at mange har vært på fine turer og marsjer i sommer. Men, så er det heldigvis slik at både turer og turmarsjer gir god mersmak. Derfor er vi sikker på at dere begynner å se fram til turen til Frankrike. Foreningens tur har en liten rundtur forut for selve OL som vi håper blir både trivelig og interessant. Ettersom turkomiteen ikke har vært på studietur på forhånd, er vi like ukjent med stedene som antagelig flesteparten av dere. Da vi satte fram ønsker til reisebyrået, nevnte vi muligheter for litt gåing der vi skal overnatte. Hvis det viser seg at dette klaffer, kan vi kanskje få til et stempel eller to. Tiden vil vise.

I Aix-en-Provence følger vi programmet for OL, og ellers er det opp til hver enkelt hva man gjør på "fritida", vandre rundt i Aix og kanskje ta en tur til Marseille som ligger ca. 3 mil unna. Avslutter med ønske oss alle "Bon voyage" og "Au revoir" i Frankrike.

For turkomiteen
Kjellvår Eriksen

Informasjon om appen PV fri

PV fri er et alternativ til Permanentvandring (PV) en turmarsj i regi av Norges Turmarsjforbund med lokale arrangører. Arrangementet er tilknyttet IVV. Permanentvandringen er en marsj som kan gås hver dag hele året. Det gis ett stempel i **deltakerbeviset** pr. kvartal. Max fire pr. år. Alle kilometer (tilsvarende lengde på PV) godskrives og stemples i **kilometerbeviset** etter hver runde. **OBS! Kun en runde pr dag pr PV.** Etter at marsjen er unnagjort stemples kortene og man betaler startkontingent. Oversikt over Permanentvandringer finner man på <http://www.turmarsjforbundet.no/category/permanentevandring/>

Med PV FRI kan man starte og avslutte vandringen hvor man vil. Marsjene blir lagret under historikk og man kan samle opp før man drar til ordinært startsted og registrerer seg, betaler og stempler. På appen PV Fri finner man alle permanentvandringene korte og lange og du kan gå hvor du vil i den kommunen den ordinære permanent vandringen er registrert. Forbundet har lagt inn alle registrerte Permanent vandringer.

Før du installerer appen må du sjekke at du har et abonnement inkludert mobildata. Så går du inn på innstillinger og setter på sporing, det må du for at GPS skal finne din mobil.

Så går du på «apper» og finner Play butikk på Android eller App store på I phone og laster ned.

Du trykker på handle ikonet og søker etter PV FRI



- ▶ Du laster ned Appen
- ▶ Registrer deg med
 - ▶ Navn
 - ▶ Mobilnummer
 - ▶ Postnummer
- ▶ Så må du godta personvernopplysningen
- ▶ Vi kan se at du har vandret i NN kommune, men ikke hvor du har gått.

Mer informasjon finnes på: www.turmarsjforbundet.no/pv-fri/

Lykke til!

Bjarne

Trondheim Turmarsjforening

Ti-trim/ vinterserie og litt til 2019/2020

Dag/ nr	Dato	Startsted	Merknad
Marsjhelga	13. - 15. sept.	Utleira skole	Marsjhelga
Onsdag	18. sept.	Rosten barneskole	Høstvandring
Tirsdag 13	24. sept.	Ugla skole	Ti-trimmen tirsdag
Søndag	29. sept.	Charlottenlund ba. skole	Rosa sløyfemarsj
Onsdag 14	02. oktober	Charlottenlund ba. skole	Ti-trimmen
Onsdag 15	09. oktober	Utleira skole	Ti-trimmen
Tirsdag 16	15. oktober	Ugla skole	Ti-trimmen tirsdag
Søndag	20. oktober	Utleira skole	TV-aksjonsmarsj
Onsdag 18	23. oktober	Rosten barneskole	Ti-trimmen
Onsdag	30. oktober	Risvold*	Avslutning
		Vinterserie	
Onsdag 1	6. nov.	Rosten barneskole	Vinterserie
Onsdag 2	13. nov.	Charlottenlund barneskole	Vinterserie
Onsdag 3	20. nov.	Utleira skole	Vinterserie
Tirsdag 4	26. nov.	Ugla skole	Vinterserie tirsdag
Onsdag 5	4. des.	Rosten barneskole	Vinterserie
Onsdag 6	11. des.	Charlottenlund barneskole	Vinterserie
Onsdag 7	18. des.	Utleira skole	Vinterserie
2. juledag	26. des.	Rosten barneskole	Julemarsjen
Tirsdag 8	7. jan.	Ugla skole	Vinterserie tirsdag
Onsdag 9	15. jan	Rosten barneskole	Vinterserie
Onsdag 10	22. jan	Charlottenlund barneskole	Vinterserie
Onsdag 11	29. jan	Utleira skole	Vinterserie
Tirsdag 12	4. feb.	Ugla skole	Vinterserie tirsdag
Onsdag 13	12. feb.	Rosten barneskole	Vinterserie
Onsdag 14	26. feb.	Charlottenlund barneskole	Vinterserie
Onsdag 15	4. mars	Utleira skole	Vinterserie
Tirsdag 16	10. mars	Ugla skole	Vinterserie tirsdag
Onsdag 17	18. mars	Charlottenlund barneskole	Vinterserie
Onsdag 18	25. mars	Utleira skole	Vinterserie

*Adminbygget Risvolla Borettslag, Asbjørn Øveråsveg 1, 2. etg.

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

Startkontingent: kr. 20,-

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

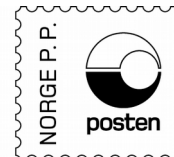
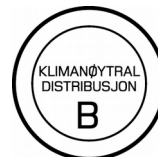
Kontaktpersoner er:

Brit Solli Isachsen: 900 63 521

Anne Mette Hybertsen: 992 94 317

Vår internettadresse: www.trondheim-turmarsjforening.org

Mottaker:



Avsender:

Trondheim Turmarsjforening

Postboks 5469

7442 Trondheim



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

