

Fot-bla'e

INFORMASJONSBLAD FOR MEDLEMMENE I TRONDHEIM TURMARSJFORENING

NR. 3 – September 2021 – 38. ÅRGANG



Kjære turmarsjvenner – da er vi ferdig somret, hva kommer nå?



Vi skriver september med litt kjøligere drag i lufta og høsten er like rundt hjørnet. Og med høsten kommer vår kjære Turmarsjhelg. Hvert år, med unntak av 2020, arrangerer vi våre 3-dagers marsjer for turglade folk. Et arrangement fra fredag til og med søndag, hvor hver og en av dere alltid stiller opp; enten som løypelegger, eller i forpleining og/eller i sekretariatet, og som deltagere på korte og lengre marsjer.

Vi er stolte over at vi har **Norges eneste 100 km** – ja du leser riktig. Det er noen sterke og seige folk som en gang i året går 10 mil innenfor en tidsfrist på 24 timer. Har du lyst til å gå **Ormen Lange**, så meld deg på. Du vil få et minne for livet – bare spør vår kjære Jorun.

I år vil det nok komme færre internasjonale deltakere til start, men fra neste år håper vi verden er mer åpen og vi er tilbake til normalen både på jobb og på turmarsj. Men vil vi huske neste år hva som var normalt før 2020? For vi har nå faktisk holdt på i mer enn 1 ½ år å hilse med albuer og føtter, istedenfor å håndhilse og gi hverandre varme klemmer. I denne forbindelse undrer jeg på mye, blant annet om Leif Juster ville ha brukt sitt kjente uttrykk: *mot normalt*, hvis han hadde levd i dag.

Fra det ene til det andre, noe som også skjer om høsten – ja ikke hver høst, men annenhver høst – da er det VALG. ***Har dere tenkt på hva valg betyr?***

Da jeg var ung var det lettere å ta valg – enn nå som jeg har blitt fullvoksen – eller var det kanskje ikke slik? Det var kanskje omvendt; fordi jeg husker det var litt nifst å gå inn i et bitte lite «rom», trekke for teppet og stå der bak teppet i hemmelighet for å velge et parti. Jeg husker jeg etterpå alltid kom litt nølende fram bak teppet, med en usikker mine i ansiktet og så gå sakte, med konvolutten i hånda, mot en kasse merket med ei løve på rød bakgrunn. Det var alltid en lettelse når denne ble puttet ned i luken på toppen av boksen – og det var ingen vei tilbake. Gjort var gjort og valgt var valgt.

Jeg kunne skrevet mye mer om valg her – men vil til slutt nevne at vi nettopp har hatt valg i vår forening også. I den forbindelse takker jeg alle som har svart JA til å fortsette i sine verv. Jeg sier også takk til alle som har tatt på seg nye oppgaver i foreninga vår. Og takk til alle som har gjort en kjempeinnsats i en eller flere perioder, men har takket for seg i denne perioden. Noen vil sikker også, etter en pause, kanskje å ta på seg verv igjen. Det er blant annet på den måten, og at vi stiller opp for hverandre, klubben vår bærer tradisjoner videre.

Jeg ønsker alle medlemmene i TTMF en god turmarsjhøst. På med høstjakka og varmere klær – for en ekte turmarsjer finnes det aldri dårlig vær. Hørt det sitatet før?

Det er heller ikke siste gang jeg sier: Hold avstand, bruk håndsprit og bruk munnbind, gjerne med slagordet: «Lett på tå - med maska på»

Brít

En av våre veteraner, Jon Berg, fyller 90 år den 2. oktober



Gratulerer med den kommende runde dag, Jon!

Du er fortsatt aktivt med i foreningen, og PV-gjengen setter spesielt stor pris på ditt engasjement for sosialt samvær på Lille Skansen. Bord reservert for alle når de ankommer ved 11-tiden på formiddagen for en kaffe og prat før dagens vandring.

Alle dine venner i turmarsjforeningen gratulerer deg hjerteligst med dagen og ønsker deg alt godt for framtiden.

Bjarne

Turmarsvenner, we have a problem!

Uten komiteer vil ikke TTMF fungere. Uten fungerende turmarsjforening blir det ikke turmarsj. Mange har gjort en stor innsats for å bidra til at vi kan gå turmarsj. Da foreningen startet, måtte det etableres styre, komiteer og sekretariat som i fellesskap gjennomførte arrangementene. De som deltok i dette, var yrkesaktive og utførte mye av sin innsats etter arbeidstid. Mange av dem har fortsatt innsatsen lenge etter at de er blitt pensjonister.

Men medlemmer har flyttet fra distriktet, noen fått dårlig helse og andre er gått bort. Når valgkomiteen nå har bedt både gamle og nye medlemmer delta i fellesinnsats, er det for å sikre kontinuitet i foreningens virksomhet. Dessverre så er det mange som mener at de ikke kan påta seg komitearbeid, men de som går turmarsj, har vel mulighet til å bidra med innsats for fellesskapet i TTMF etter normal arbeidstid.

Vi ber medlemmene tenke gjennom hva resultatet kan bli dersom vi ikke får nok folk til å drive komitearbeid. Kunnskap om, og erfaring med, turmarsj blir ikke overført. Valgkomiteen ber derfor om at gamle og nye medlemmer sier ja takk når dere blir spurt om å gjøre en innsats for fellesskapet. Det kan også bidra til at det blir lettere å få folk til å stille opp i neste Valgkomite.

Valgkomiteen

TRONDHEIM TURMARSJFORENING

Postboks 5469, 7442 Trondheim

Tlf. 970 43 993

ÅRSBERETNING for 2020

Trondheim Turmarsjforening avviklet sitt 37. årsmøte i Autronicahallen lørdag 15.02.20
45 medlemmer deltok.

Følgende har hatt tillitsverv i inneværende periode:

STYRET:

Leder	Brit Solli Isachsen
Nestleder	Anne Mette Hybertsen
Kasserer	Magnar Bakken
Sekretær	Amanda Selven
Styremedlem	Svein Renolen
Varamedlemmer	Jorun Gundersen
	Judith Samstad
	Arne Røen

Forpleiningskomité:

Leder	Astrid Nordmark Dahl
	Randi Koren Bjertnæs
	Anne Lysholm
	Reidun Moe Reitan
	Ivar Askim
	Mary Hernes
	Aud Mirjam Fjellhaug
	Gerhard Fjellhaug

Marsjhelga:

John Berg
Dagfinn Skarpnes
Brit Solli Isachsen
Bjørn Borgen

Forpleiningsbil:

Per Ole Berg
Ole Dagfinn Berg
Ragnvald Håbjørg
Brit Unni Håbjørg

Løypekomité:

Leder	Bjarne Stangnes
	Per Klüver
	Gustav E. Karlsen
	Svein Erik Næss
	Rolf Selbekk
	Bjørn Borgen

PR-komité:**Leder**

Morten Selven
Anne Mette Hybertsen
Brit Solli Isachsen

Redaksjonskomité:**Leder**

Bjarne Stangnes
Aud Mirjam Tokle Fjellhaug
Eli Fremstad

Revisorer:

Ragnvald Håbjørg
Astrid Haugan

Rundvandringskomité:**Leder**

Roar Bardal
Jorun Gundersen
Roger Hulsund

Turkomité:**Leder**

Kjellvår Eriksen
Helen Bargel

Materiellforvalter:

Bjarne Stangnes

Vaktlister:

Svein Renolen/Magnar Bakken

Valgkomité:**Leder**

Helen Bargel
Magnus Småvik
Astrid Svelmo

Medlemstall pr. 31.12.20 var 220 inkludert familiemedlemmer.

ARRANGEMENTER I PERIODEN:

1) MARSJER

Arrangement	2020	2019	2018	2017	2016	2015	2014	2013	2012	2011
Trondheimsmarsjen	0	84	96	97	75	90	108	114	111	109
Ormen Lange	0	73	88	88	100	94	115	121	102	101
Tine-marsjen	0	61	72	90	77	91	110	114	99	98
Ti-trimmen	669	894	988	984	943	1045	1155	1245	1294	1211
Vinterserien	713	756	805	1118	1111	1215	1272	1213	1486	1383
Vårsleppet	55	64	72	71	60	52	79	89	103	98
Sommertrim	60	66	48	75	74	40	68	80	64	106
Høstvandring	54	55	55	65	61	48	87	70	71	54
World Walking	0	0	0	0	65	63	69	55	79	74
Julemarsj	0	72	72	88	80	100	102	140	125	112
Tr.heim Rundvandring	56	22	28	23	37	25	43	45	41	56
PV-19 Trondheim Byvandring	1495	1301	1560	1965	1535	1340	1670	1614	1186	825
PV-103 Ilabekken	490	92	105	115	99	179				
Turorientering	8	12	13	15	17	21	15	16	18	18
Gå for åpenhet	0	0	0	0	0	0	56	66	99	72
Til Topps	57	41	43	58	79	63	63	80	79	77
Rosa sløyfe	0	100	56	70	50	50	75	93	76	77
TV-marsjen	62	91	99	99	113	93	118	115	118	92
17-mai / (Grunnlovsmarsj / Forbundstingsmarsj/Jubileums- marsj)/Friluftslivets år	0	29	32	34	167	185	(187)	(177)	142	32
Pilegrimsvandring/Frostastien/ (Hjertemarsj)	0	31	35	64	44	58	(0)	(0)	(27)	(0)
Sum	3719	3840	4267	5119	4787	4852	5392	5447	5320	4595

2) SOSIALT SAMVÆR

TI-TRIM-AVSLUTNING

Onsdag 28. oktober gjennomførte vi på grunn av Covid 19, vår Ti-trimavslutning på Autronica, for å få nok plass til avstand og andre smitteverntiltak. 40 deltagere i tillegg til de som var med i arrangement.

3) MØTER

Styremøter

I 2020 er det avholdt 11 styremøter og behandlet 69 saker. Leder fra de forskjellige komiteer har deltatt på møtene der dette har vært aktuelt.

PR-KOMITÉ

På grunn av covid 19 har PR-komiteen ligget nede i 2020. Det vært problematisk å starte vervekampanjer eller markedsføre oss for å samle flere som ønsker å bli med på våre marsjer. Men på de fleste styremøtene har dette vært et tema, og blant annet Anne Mette Hybertsen har vært i kontakt med nye grupper. Rett før utbruddet av korona var Brit i kontakt med lederen i Trondheim Pensjonistforening. Han har tidligere gått turmarsj og han ønsket å få i gang et samarbeid med oss. Dette kommer vi tilbake til når tilstanden blir mer normal rundt oss.

På tross av store utfordringer med endringer hver uke om flytting av startsteder, tidspunkt for start og om vandringene skulle være merket eller gjennomføres som ført vandring, så har Folderen for Ti-Trimmen og Vinterserien blitt trykket og lagt ut på vanlig måte.

4) KORT ORIENTERING OM ULIKE ARRANGEMENTER SOM ER AVHOLDT

MARSJHELGA

Trondheimsmarsjen ble helt umulig å gjennomføre da alle skoler stengte og myndigheten satte krav til et sterkt begrenset antall personer samlet i samme rom.

SERIENE

Deltagelse på Ti-trimmen og i Vinterserien varierer fra år til år. Sett over flere år viser den en nedgang, og året 2020 ble som forventet intet unntak, men heldigvis våre PV'er og vår RV økte antall deltakere i 2020. Mer orientering kommer senere i rapporten.

FELLESMARSJENE

Vårsleppet, Sommertrimmen, Høstvandringen og Julemarsjen er marsjer som arrangeres i regi av Norges Turmarsjforbund, og er en vesentlig inntektskilde for forbundet. Spesielt FLAGG-marsjen fikk en god oppslutning i 2020. Den ble arrangert fra Kristiansten festning og erstattet den tidligere annonserte Fredsmarsjen.

TRONDHEIM RUNDVANDRING

Dette var det 24-ende året med full sesong for Rundvandringen. Det er fullført 56 i år en dobling mot 23 Rundvandring i 2019.

PERMANENT VANDRING

Dette var 20. året for PV-19 Trondheim Byvandring. I år ble det en markert økning for deltagelse i forhold til fjoråret. Økningen for PV-19 fra 2019 til 2020 er 194 deltagere. For PV-103 Ilabekken, sjette gangen i år, er økningen 398 deltagere for samme periode. Tilsammen er det 1985 deltager på de to PV'ene. I tillegg har det kommet nye deltakere som bare går disse vandringene og deltar sjelden eller aldri på vanlige seriemarsjer.

TURORIENTERING med IVV-stempling.

Deltagelsen har vært ganske stabil. I 2020 fullførte 8 personer. Samarbeidsavtalene vi har hatt med Freidig og Wing om IVV-stempling i forbindelse med deres turorienteringsopplegg, vil fortsette også i 2021.

ANDRE ARRANGEMENTER

Vi er med i opplegget Til Topps, Rosa sløyfemarsj og TV-aksjonen. Overskuddet fra sistnevnte arrangement har gjort at TTMF i løpet av sin levetid har kunnet gi langt over 350 000 kroner til TV-aksjonen. Mesteparten av de pengene er kommet fra medlemmer av TTMF.

Marsj på 17. mai ble avlyst i 2020. Den gir oss anledning til å vise foreningens eksistens og vi gleder oss til vi igjen kan stille oss bak fanen på nasjonaldagen. Det er hyggelig med IVV-

stemplingen denne dagen som en bonus. Kanskje vi også i 2022 kan markere vårt jubileum, som 40 åring, på en måte som gjør oss enda mer synlig på Norges nasjonaldag.

Pilgrimsvandringen fra Lian til Domkirken i 2020 ble bokstavelig talt som en pust i bakken, utsatt den også på linje med mange andre marsjarrangement. De fleste ble dessverre avlyst eller utsatt til neste år og i tillegg var mange rammet av pandemien og vi hadde ingen vaksine ferdig utviklet for å hindre og begrense smitte i befolkningen.

SMS-VARSLING OM ARRANGEMENTER

PR-komiteen fikk i 2016 bevilget kr 6000 til kjøp av mobiltelefon og dekning av bruk. Våre medlemmer fikk varsel om tid og sted for våre arrangementer. I koronatiden ble denne funksjonen helt nødvendig for å nå ut til alle våre turvenner og i tillegg fungerte denne ordningen som en informasjonskanal på mange nivå. Viktige beskjeder som var helt nødvendig å sende ut på øyeblikkelig varsel om plutselig endret startsted og klokkeslett, merket eller førte vandringer og arrangementer med eller uten kaffeservering, tikkett inn på våre telefoner både som påminnelser og pådrivere for å få oss ut på tur.

5) FOT-BLA'E

Leder av redaksjonskomiteen er ansvarlig for produksjon og utgivelse av bladet. Og som et mirakel har de også i år hatt fire utgaver. Ikke like enkelt å skaffe stoff til Bla'e, men redaksjon har stått på og de har lokket fram kjente og ukjente historier. Fremdeles ønskes også ditt bidrag så hvorfor ikke spisse pennen og lage et innlegg? Redaktør og journalister ønsker fortsatt tilbakemeldinger om medlemmers opplevelser relatert til turmarsj, ros eller ris. Også i 2020 ble noen artikler tatt inn i Turmarsjnytt, et blad som dekker stoff om turmarsj for hele Norge.

6) FORPLEININGSKOMITEEN

Forpleiningskomiteen organiserer innkjøp, lagring og servering av mat på flere av våre arrangementer, færre i år enn i et vanlig år. Men de ganger vi har fått mulighet til å komme inn under tak, så har medlemmene av denne komiteen vært raske til å sette i gang vaffeljernet. Spesielt er vi glade for det arbeidet denne komiteen gjorde da vi fikk gjennomført avslutning Ti-Trimmen 2020 på Autronica. Og da de måtte improvisere gratis servering på Utleira skole før sommerferien – da Lohove Barnehage stengte ned på grunn av Koronapandemien.

7) FADDERORDNINGEN

Organiseringen av Fadderordningen var kommet på plass da vi ble stengt ned, men dette nødvendige oppdraget vil fortsette så snart vi er tilbake til vanlig hverdag. Vi skal prøve i løpet av september å få komme tilbake til vanlig start kl.18.00 for alle våre seriemarsjer og da også med Fadderkorpsset på plass. Det planlegges 15.09.21, men Rosten skole er noe i tvil om det går.

8) SLUTTORD

I 2020 er det avholdt til sammen 50 arrangement. Disse består av 18 turer i Ti-Trimmen og 18 i Vinterserien, 4 fellesmarsjer, RV, PV19, PV FRI og PV103, Til Topps, TV marsj, Rosa og Blå sløyfemarsj, Turorientering og Stolpejakt.

– Ti-Trimavslutning og Julebord på Capri Restaurant Risvollan.

Dessverre ble de planlagte reiser ikke gjennomført i regi av Trondheim Turmarsjforening. Noen har vært med på Per Sæbøs flotte turer i Trondheim og på litt lengre turer i distriktet. Det innebærer at den totale deltagelsen på våre arrangementer har dessverre vist nedgang det siste året, men noe optimistisk kan vi være når pandemien krevde at marsjer måtte avlyses.

VI TAKKER:

Styret takker alle **komité-medlemmer og alle enkeltmedlemmer i TTMF** som så helhjertet har ytet en innsats. Dette har gjort at vi sammen har kunnet holde vår høye aktivitet.

Trondheim Turmarsjforenings eksistens er avhengig av innsats fra sine medlemmer, så derfor vrir vi på en kjent uttalelse: *Ikke spør hva din turmarsjforening kan gjøre for deg! Spør hva du kan gjøre for din turmarsjforening!*

Vi vil rette en takk til COOP Obs City Lade, Goman Bakeriet AS, Rema 1000 avd. Bromstad, COOP Extra Risvollan og Prix Jakobsli for god støtte. Videre takker vi Vintervoll for støtte til trykking av informasjonsmateriale. Vi takker også Quality Hotel Augustin, Shell Elgeseter og Statoil Wullumsgården, Ferista Friluftsbarnhage, Lohove Barnhage og samt de skoler som så velvillig har lånt oss lokaler i forbindelse med våre arrangementer og Risvollan TV. Til slutt retter vi en stor takk til Byåsen Idrettslag, Trimavdelingen v/ Rolf Selbekk som stiller opp med sitt team når vi er i knipe om løypeleggere og lokaler med servering. Uten all denne velvillighet hadde det vært umulig å holde et så høyt aktivitetsnivå som vi gjør.

Vi er med i Grasrotandelen hos Norsk Tipping.

Vi er oppført i Foretaksregisteret med organisasjonsnummer: 997870670.

Styret vil til slutt ønske det nye styret og komiteene for 2021 til lykke med et nytt arbeidsår, og håper at medlemmene også dette året slutter helhjertet opp om det arbeid styret og komiteene yter for fysisk fostring og psykisk helse gjennom turmarsj og andre helsefremmende tiltak.

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

GÅ EN TUR FØRST - DU KAN HVIS DU VIL!

Styret og varamedlemmer til styret
i Trondheim Turmarsjforening

Brit Solli Isachsen Anne Mette Hybertsen Magnar Bakken

Amanda Selven Svein Renolen Jorun Gundersen

Judith Samstad Arne Røen

Trondheim Turmarsjforening

Styre og komitéer 2021-2022.

Funksjonsperioder:

STYRET:

Leder	Brit Isachsen	2 år gv
Nestleder	Anne Mette Hybertsen	1 år ipv
Kasserer	Magnar Bakken	2 år gv
Sekretær	Amanda Selven	1 år ipv
Styremedlem	Svein Renolen	1 år ipv
Varamedlemmer	Jorun Gundersen	1 år ipv
	Samstad, Judith	1 år ipv
	Sissi Utgård	2 år ny

Forpleiningskomité:

Leder:	Astrid Nordmark Dahl	1 år ipv
	Anne Lysholm	1 år ipv
	Reidun Moe Reitan	1 år gv
	Ivar Askim	1 år gv
	Mary Hernes	1 år ipv
	Reidun Bremseth	2 år ny
	NN	2 år ny
	NN	2 år ny

Marsjhelga:

John Berg	1 år ipv
Anne Nordskag	1 år ffp
Brit Isachsen	2 år gv
Bjørn Borgen	2 år gv

Forpleiningsbil:

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

Løypekomité:

Leder S	Bjarne Stangnes	1 år gv
	Per Klüver	1 år ipv
	Gustav E. Karlsen	1 år ipv
	Svein Erik Næss	1 år gv
	Bjørn Borgen	1 år ipv

Vaktlister: styresak**PR-komité:**

Leder	Morten Selven	1 år ipv
	Anne Mette Hybertsen	1 år ipv
	Brit Isachsen	1 år ipv

Redaksjonskomité:

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

Revisorer:

Ragnvald Håbjørg	1 år ipv
Astri Haugan	1 år gv

Rundvandringskomité:

Leder	Roar Bardal	2 år gv
	Jorun Gundersen	1 år ipv
	NN	2 år ny

Turkomité:

Sylwia Skorstad	1 år ny
Astri Haugan	1 år ffp

Materiellforvalter: Bjarne Stangnes 1 år ipv

Valgkomité:

Leder	Helen Bargel	1 år ipv
	Magnus Småvik	2 år gv
	Morten Selven	2 år ny

ffp = fullføre forgjengers periode. Ref. Vedtekter §5, pkt 1.

Godord, bare godord

Når NSSG (gå inn på Facebook hvis du ikke vet hva forkortelsen står for) inviterer til å delta i «førte vandringer», da er det bare å si ja, takk. Det er ikke engang nødvendig å se hvor turen skal gå, for det er verdt å delta uansett. Trass i de siste 18 månedenes begredelige avlysnings- og innskrenkningsregime har NSSG, Trondheim turmarsjforening og Byåsen idrettslags trimavdeling holdt aktiviteten, og oss, gående. Og takk for det!

NSSG's aktivitet skiller seg fra andre vandrearangementer ved å gi noen av turene en historisk eller kulturhistorisk ramme. I farten minnes jeg tidligere vandringer med tema skulpturer og broer, og ikke minst sommerens snublesteiner, Steinvikholmen og gårder og anlegg på Lade og omegn. På slike turer er alltid noen godt forberedt til å informere oss andre om de valgte temaene. Årets historiske turer er særlig minneverdige. Selv om jødernes tragedie for snart 80 år siden er kjent for mange, også for meg, sto tårene i øyekroken og klumpen i halsen under den vandringen. På Steinvikholmen imponerte den lokale Steinvik som formidler av en viktig del av Norges historie, i en sommerkveld som var noe av det fineste landsdelen kan by på. Heldiggris, tenkte jeg, som opplever dette.

Det historiske suset var sterkt også da Per Sæbø ledet oss fra Saxenborg til Lade gård, Villa Rognli, Ringve, Devle, Leangen, Loiselyst og Falkenborg – har jeg glemt noe? Ja, Fagerheimområdet og Smedstua. Her har vi masser av politisk historie, kultur- og stilhistorie, kjøpmannskap og lokale helter, og kanskje noen mer tvilsomme emner, fra iallfall vikingtid til middelalder, 1700- og 1800-tall og til dagens ofte tvilsomme utvikling i området. Kvelden, denne også, ga grunn til ettertanke. Jeg var hjemme i 22.30-tiden, etter en vandring på 8–9 km (tror jeg) og 4–5 timers varighet.

På vegne av alle deltakerne, og spesielt den harde kjernen som var med helt til slutt ved Falkenborg, tar jeg meg frihet til å takke Per Sæbø, Roar Bardal og deres medhjelpere i NSSG for gode opplevelser under førte vandringer. Vi møtes vel flere ganger?

Elí Fremstad

Turmarsjguden

I dag sa Turmarsjguden, hvem nå det måtte være, at gubben og jeg burde ta oss sammen og gå ut på tur. Ja, ingen dårlig ide, jeg hadde et ærend på Folkebiblioteket, så da skjærpet vi oss og starta en PV-fri og gikk til byen. Vi planla å ta lunsjen på kafeen Isak på Biblioteket, de serverer god og spennende mat, men mandager er altså kafeen stengt, så vi måtte endre planen. Det er mange små spisesteder på Bakklandet, vi trava avgårde dit. Til vår forundring var det masse folk midt i krysset fra Gamle Bybro, en diger vogn sto opplinja, og det var filmopptak. Vi kjente igjen Renee, tex-mex-dama som reklamerer for Rema 1000, ho sto og gjentok seg sjøl i det kjedsommelige, mens fotograf og lydfolk aldri ble fornøyd med opptakene. Tex-mex var tydeligvis det en skulle spise. Det var igrunnen artig å se på opptakene, vi fant både kaffe og rundstykker og hadde fri utsikt til skuespillet som pågikk. Folk stoppet opp og glante og tok bilder. Det gjorde jeg og. I bakgrunnen sto sannelig Otto Nilsen og såg på det som foregikk, fra sin radioskulptur. Mangt å se i byen, når en for en gangs skyld har tid til å settes seg ned.

Det ble en 7 km.

Apropos Turmarsjgud, hva er det egentlig som foregår i hodene på oss som går og går. Gubben og jeg har gått turmarsj siden først på 1990-tallet. På aktuelle dager, når vi har tid og sted, ifører vi oss uniformen, som vi sier, uansett vær og føre, og går ut på tur. Er det kun vane, eller er det håp om god form og et langt liv som er drivkraften? Mange går en tur eller to, og kutter ut, men vi, og mange med oss, blir grepet av turmarsjbasillen og fortsetter? Noen blir mer grepet enn andre, de går i inn- og utland og samler på sløyfer og medaljer. Og kilometer.

Vel, noen betraktninger bare en helt vanlig mandag, med noen opplevelser på en PV-fri marsj. Og til helga er det årsmøte med påfølgende fest. Mange trivelig turmarsjvenner å treffe, i mer siviliserte klær enn turmarsjuniforma.

Aud Mirjam

Stolpejakt

Med min første turorienteringstur i Vikåsenmarka friskt i minne, parkerte vi bilen på Sæterbakken en dag i juni. Før vi fant 1.stolpe ante vi at valget av tur ville bli ubehagelig. Fluer overalt. Dess flere, dess mer frustrerte ble vi. Gerd-Eva ikke mindre enn meg. Fluene - i svermer dekket etterhvert mobilen, fløy i ørene, øyne og nesen. Resultatet ble en ganske stressende tur. Vi fant noen stolper, men kom oss over og ned til Vikåsen. En is ga oss litt påfyll av energi. Stolpene i bebyggelsen og langs Vikelva ble registrert, men da fristet en busstur eller to mer enn nye fluesvermer i marka. De siste stolpene fikk stå, buss til Sirkus, ny buss til Sæterbakken for bilen måtte jo også hentes. Fortsatt gjenstår 3 stolper. Men fluesesongen er over for lenge siden og vi har som mål å gjenopprette «vennskapet» til Vikåsenmarka før stolpesesongen er over.

Anne E. Lysholm

Sagamarsjen 2021

Ei fantastisk helg er over og 57. Sagamarsjen er historie.

På grunn av omstendighetene ble det i år nytt startsted lørdag fra St. Olavs Bru over til Karl Johans veg. Klopping og til og med ei trapp! i løypa, gjorde at vi, med litt forsiktighet, kunne gå tørrskodd. Det hadde regnet mye dager i forveien, så egentlig burde dette være helt umulig.

Vi startet med å gå langs den gamle veien og forbi utløpet av Kvilbekken som renner ned i Innsvatnet. Langs hytteveg den første biten, deretter delvis kloppt og en nybygget trapp før vi kom på snaufjellet. For en løype! I krysset mellom ny og gammel løype sto en smilende Ranja Arntzen og tok imot og viste oss riktig vei inn på gammel løype - opp forbi Gapahuken ved Kvilbekken og til Høgfjellstøtta, hvor vi snudde og gikk tilbake til Sul. Jeg trenger ikke nevne været, det går frem av bildene, en helt fantastisk dag i fjellet.



Kvilbekken



Flott fjellsti over myra



På toppen ved Høgfjellstøtta sto Arnt Tore Lustad og tok imot oss, bare trivsel. Koronakontroll (signatur) og stempel i startkortet.

Ved Gapahuken hadde vår gode hjelper Åsmund Karlgård gjort i stand bål til oss, både for grilling og god bålcaffe. Vi kan ikke få takket Åsmund nok, han stiller opp for oss år etter år. Og – i år dukket det opp en spellemann også – veldig trivelig.



Bålkaffe og pølsegrilling ved Kvilbekken, slik tradisjon er, spellemann Morten Fornes bidro også med god stemning ved Gapahuken samme sted.



Honnør til Sagamarsjkomiteen, sjøl med «utekontor» i Sul, klarte de å ha hele påmeldingssystemet oppe å gå!

Dag 2 var som før, start og innkomst på Stiklestad Kulturhus. Hele 500 vandrere deltok, imponerende i disse dager



Utsikten fra løypa ved Forbregd Lein og se utover Verdal er imponerende. Runden rundt golfbanen på Trones og opp langs elva gjør søndagen til en flott vandring.

Med hele 258 års erfaring fra Sagamarsjen håper vi å se deg neste Sagamarsj – alltid siste helga i august. Elsa Sørflaten(47), Roar Bardal(40), Per Sæbø(39), Inger Jakobsen(7), Eli Høyem(38), Torhild Høyem(44), Dag Tore Suul(43)



Svært ofte hører vi i løypene: «vi må få med flere/nye turmarsjere»- Fint det – men bør vi ikke ta vare på de

turmarsjerne som er igjen også? Overraskende få fra Trondheim Turmarsjforening deltok på Sagamarsjen i år, bør vi ikke støtte opp under de turmarsjene som legger ned stor innsats og får til gode arrangement?

Forslag til neste år: Trondheim turmarsjforening setter opp buss til Sagamarsjen for klubbens medlemmer.

Kraftig subsidisert – gjerne gratis - buss til Sagamarsjen. Bruk penger på de som fortsatt går turmarsj, mens de enda finns. Hva hjelper det med penger på bok når arrangør etter arrangør ikke orker mer fordi det ikke kommer folk?

Æ spør nu bærre æ?

Turmarsjhilsen fra :

Torhild Høyem

Fremmedord og sånt

Nylig ble det meldt både i NRK TV 1 og andre medier at barnehagebarn snart snakker like mye engelsk som norsk. Det er bemerkelsesverdig hvordan engelsk trenger seg inn i nær sagt alle tenkelige kroker og hjernemasser alt fra førskolealder til oldemorgenerasjonen, dog mindre i den siste enn hos de yngste. Engelsk er særlig påtrengende i handelsstandens reklamer og valg av firmanavn, som nylig kommentert i Adresseavisen: Langs Nordre gate er det en høy andel av engelske navn på butikker og aktiviteter. NTNU og andre utdannelsesinstitusjoner har offisielt vedtatt at norsk er hovedspråket der i huset, men med mange utenlandske (ikke norskspråklige) ansatte, stipendiater og studenter er der ikke enkelt å opprettholde norsk som dominerende bruksspråk i undervisning og publisering, ikke engang i dagligdags omgang på instituttene. Faglig publisering på engelsk (og et par andre språk) gir dessuten større faglig prestisje, spredning internasjonalt og økonomisk uttelling enn publikasjoner skrevet på norsk. Så hvem vil da velge norsk?

Det norske språket står overfor flere problemer. En del ord og uttrykk som tidligere var i allmenn bruk, ser nå ut til å ha mistet betydning, dvs. innhold og mening. Eller innholdet og meningen er i stor grad neglisjert, fordi ordet eller uttrykket ikke passer inn i manges holdninger og ønsker om fri utfoldelse. Forleden mente en forarget Sylvi Listhaug, i forbindelse med en protestaksjon i Oslo, at de protesterende måtte «oppføre seg som folk». For en gangs skyld kunne jeg si meg ening med Sylvi; problemet mitt var bare at det begynner å bli kinkig å skulle beskrive hvordan folk skal eller bør oppføre seg. Å følge Bibelens ord til punkt og prikke er blitt litt avleggs og noe upraktisk. Men det var nettopp der termen «folkeskikk» ga en veiledning til hva som var mer eller mindre allment akseptert blant visse deler av befolkningen. Jeg skriver med hensikt *var*, for dagen bruk av diverse sosiale og usosiale medier viser at mange mener de kan oppføre seg akkurat slik det faller dem inn, uten noen som helst hemninger eller grenser.

En studiekamerat vakte latter da hun, for ca. 50 år siden (huff a meg som tiden går, nei den traver), fortalte om en lærer som hadde forsøkt å innprente elevene sine «høvisk atferd». Hæ? Vil noen si. Hva betyr høvisk? Her har vi noe å diskutere neste gang vi møtes.

Eli Fremstad

Så er sommeren gått

Så skriver vi sannelig september. Første høstmåned, vi merker det på at dagene blir kortere, og temperaturen daler om nettene. Snart er det på tide å ta på refleksvesten når vi skal ut på tur onsdagskveldene.

Og hva skal berettes om sommeren 2021? Har du gått mye? Mange toppturer kanskje? Nei, sorry, lite å skryte av. Mange har gått PV-er, rundløyper, alternativ Nijmegenmarsj, og Nordenfjeldske Sang og Spasergruppe har vært aktive på løypefronten. Ære være dem for det. Når disse har vært arrangert, har vi enten vært på hytta, eller vi har hatt besøk, eller faktisk vært i Frankrike. Tro det eller ei. Etter 2 år uten besøk av barn og barnebarn tok vi sjansen på å prøve oss på en utenlandstur. Vi skrev ut det europeiske vaksinepasset, og vi slapp igjennom på Værnes. Vi fryktet Schippol, Nederland har vært rødt og det har versert rykter om testing og karantene. Riktignok gikk vi med munnbind, og vi satt på flyet med munnbind, uten når vi fikk servert mat. Men vi slapp igjennom uten verken det ene eller det andre. Så ordtaket; 95 % av bekymringene slo aldri til.

Og sannelig fikk vi den franske familien på besøk i august, det gikk like greitt for dem å komme inn i Norge, og tilbake i Frankrike.

Har vi i det hele tatt ikke gått i sommer? Jo da, noen PV-fri-er har det blitt, og da sommerserien startet opp igjen i august var vi igjen ute i løypene. Men vi føler oss som nybegynnere, god gåform er ferskvare, og bør opprettholdes. Så nå er vi fit for fight, som det heter.

Aud Mirjam

Dvergbjørka



Jeg trives og gleder meg mye når jeg er på fjelltur. På fjellet er det mye spennende: myr og steiner, lav og mose, lemen og rype, molter og krekling. Aller mest forundret er jeg over dvergbjørka. Uten å gjøre mye vesen av seg står den seig og sterk der hvor den vanlige bjørka måtte gi tapt for vær og vind. Et bitte lite tre med bitte små blader, hvert blad som et lite smykke med mykt takkede kanter - kraftig grønne blad om sommeren, flammende røde om høsten.

Der står den mellom fruktbar jord og en uendelig himmel.

Jeg tenker ofte i mitt stille sinn: så uendelig mye vakkert å glede seg over !

Reidun Moe Reitan

**NSSG (NORDENFJELDSKE SANG- OG SPACÉRGRUPPE) ARRANGERTE
«DEN ALTERNATIVE FIREDAGERS NIJMEGENVANDRING» I TRONDHEIM -
Tirsdag 20. juli – fredag 23. juli 2021**

Hva gjør man når et av årets høydepunkt – Nijmegenmarsjen - blir avlyst for andre år på rad?

Vi Arrangerer selv!

Vi var ikke helt bak mål når det gjaldt ønsket om en felles vandring midt i juli – i løpet av de 4 dagene deltok totalt 115 vandrere, fordelt på 5 og 20 km løyper hver dag. Alle startet ut sammen, unntatt siste dag da vi møttes på Solsiden og gikk samlet til mål.

Start og innkomst var bak Vår Frue kirke, i sentrum av Trondheim

Dag 1 (tirsdag 20.7): Byåsen, 26 deltaker

Dagens løype gikk via Skansen og steg gradvis opp mot Havstein, med innlagt rast utenfor Rema Stavset før vi vendte nesen ned mot byen igjen via Sverresborg og nedre Byåsen.



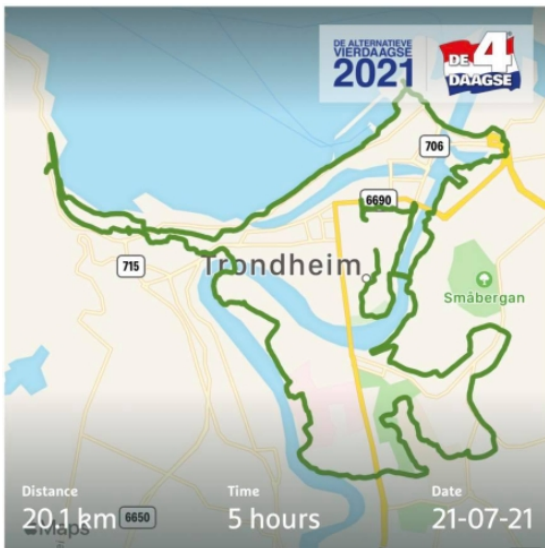
Løype dag 1



Hele gjengen på Skansen

Dag 2 (onsdag 21.7): Rundt Sentrum, Bakklandet, Brattøra, Ila, Øya, Gløshaugen, Singsaker -27 deltakere

Turen i dag gikk via Bakklandet, Brattøra, Skansen, Ila og helt ut til Killingdal gruver med rast i parken ved Ilabekken og Soknedal bakeri i Ila, før vi snudde og vendte mot Øya, NTNU/Gløshaugen og Singsaker. Dag 2 i Nijmegen er flat, det må vel nesten kunne si om denne løypa også,



Løype dag 2



Vestveggen på Nidarosdomen



Ved Leiv Eiriksson-statuen Piren



Rast i parken ved Ilabekken i Ilsvika



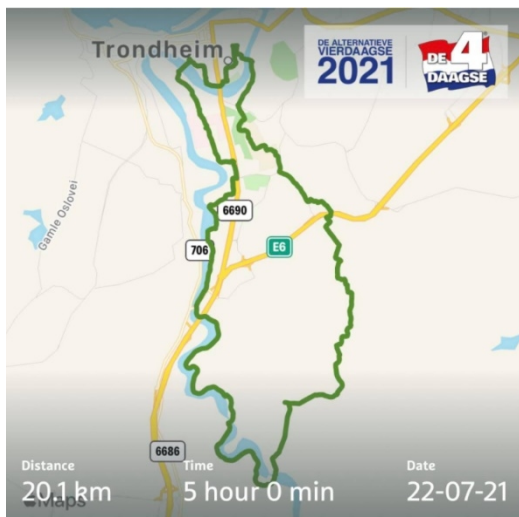
Inspirert av all blomsterprakten i Nijmegen? Trondheim Kommune har gjort en kjempeflott pyntejobb i byen.

Dag 3 (torsdag 22.7): Langs Nidelva, Øvre Leirfoss – 30 deltakere



Vi startet dagen med en liten markering ved monumentet til 22.07.2011 – 10 år siden – håper vi aldri får en sånn hendelse igjen.

Dagens løype tok oss med opp langs Nidelva i flotte omgivelser, Nidelvstien er bare helt fantastisk. Rast ved Øvre Leirfoss, før vi vandret videre.



Løype dag 3

Stien langs Nidelva



Lykkens Portal - Gamle Bybro

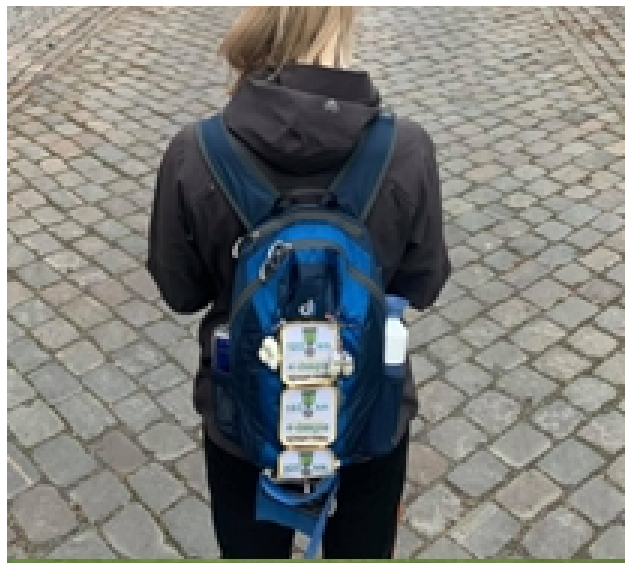
Dag 4 (fredag 23.7): Persaunet, Grillstad, Lade, Solsiden – 32 deltaker

Dagens løype tok oss via Persaunet, Grillstad, rast her, videre langs Ladestien og til Solsiden hvor 5 km og 20 km møttes og gikk sammen opp Nordre gate til Vår Frue Kirke.

4 dager gikk fort, når en først setter i gang – veldig sosialt, mange gode og hyggelig samtaler – og ekstra hyggelig at vi fikk til både 5 og 20 km løyper, mange som satte pris på det.



Løype dag 4



Litt «Nijmegen-feeling» med brostein i St. Jørgensveita bak Vår Frues kirke



Lang rekke over kornåker i Brundalen



Pause på Kjerringberget



Vi stiller opp for felles innmarsj i Nordre



Da vi kom hjem fant vi denne i postkassen

Neste år håper vi å få dra til Nijmegen igjen, selv om vi hadde det hyggelig i løypene her i Trondheim, vi får ikke helt den samme stemningen som det er i Nijmegen. Det er og blir noe helt eget.

Turmarsjhilsen

Torhild Høye



Velkommen til 3-dagers fra Utleira skole i Trondheim 24. – 26. sept. 2021



Fredag 24. september arrangeres

Tine-marsjen

for 31. gang.

5 og 10 km: start kl. 18:00 – 20:00

Lørdag 25. september arrangeres

Ormen Lange

for 31. gang.

5 og 13 km: start kl. 08:00 – 12:00

60 og 100 km: start kl. 07:00

Søndag 26. september arrangeres

Trondheimsmarsjen

for 38. gang.

5 og 13 km: start kl. 09:00 – 12:00

23 km: start kl. 09:00 – 10:00

IKKE muligheter for bruk av gymsalen /overnatting på skolen.

Kafeteria på startstedet. Bra med parkeringsplasser.

Sekretariatet for Ormen Lange er på Quality Hotel Augustinn, Kongens gate 26, fra lørdag kveld kl. 20. muligheter for noe mat.

For ytterligere informasjon, ring Brit Solli Isachsen: 900 63 521 eller Anne Mette Hybertsen: 992 94 317.

Velkommen!

Trondheim Turmarsjforening

Våt fornøyelse



Turmarsjen fra Granåsen onsdag 8. sept-ember var en meget våt fornøyelse, det silte ned hele dagen. Ingen sure minner av den grunn. Her er en av de som ikke lot seg skremme av Yr sine værprognose om flere millimeter nedbør. Vi var ca 25 som stilte til start denne ettermiddagen, fordelt på ført vandring og merket løype. Det er ikke dårlig vær -- bare dårlige klær som er utfordringen og *ikke* minst dørstokkmila

Det viste fler av de våt turmarsjer som kom innpå rekke og rad. En av de tøffeste var den snart 88 år gamle Thor Edvin Loktu. Han gikk 5 km fra Granåsen i et heller vått vær og terreng.

Bjarne

Foto: Aud Mirjam

Nærturer i Trondheim

I løpet året har deler av Midtbyrunden, Tiller- og Leirfossrunden blitt benyttet, og planen er å forsette med det utover vinteren til turmarsjer.

Pekerskilt er utviklet spesielt for prosjektet og brukes i tre varianter. Vandrer på skiltet er alltid være orientert i pekerretningen på sidepekerskiltet, rettfram, høyre eller venstre. Alle skiltene er med dobbeltsidig merking. Skiltene er plassert på engene stoler og i ca 2,5 m's høyde.



- ☒ Leirfossrunden
- ☒ Tillerrunden
- Midtbyrunden
- Saupstadrunden
- ☒ Forsvarsrunden
- ☒ Ranheimsrunden
- ☒ Sentrumsrunden i Kl..
- ☒ Havsteinrunden
- ☒ Campusrunden

Mer informasjon på Trondheim kommunes nettsider: Nærturer i Trondheim

Bjarne

Redaksjonens side.

«Du skal ikke bekymre deg for helsen, den forsvinner av seg selv» siterte jeg sist. Vi er langt fra ferdig med den saken. Ordet korona er i bruk hele døgnet, ikke minst i nyheter og kommentarer, men også i våre aktiviteter og påvirker vår hverdag mer enn vi setter pris på. Selv om vi ikke har kunnet arrangere alle de planlagte turmarsjene så er det tydelig at mange er svært så aktive som turgåere og det er bra for helsen og velværet.

Noen gir riktignok uttrykk for bekymringer over slitasjen på naturen av alt folket som vrirler rundt i hele marka. Den vil de ha for seg selv til rulleskiløyper og sykkelveier. Brukes vanlig folkeskikk og sunn fornuft så har jeg troen på at det går bra både med oss, marka og dens fauna.

Den terminlisten som er på motstående side er hva som kan bli dersom det åpnes opp for bruk av skoler mm.

Følg med på meldingen som sendes ut til mobiltelefon. Får du ikke melding så ta kontakt med leder.

Tví tví! La oss leve í hápet!

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 fremstadel@gmail.com	905 36 443

Neste utgave av, Fotbla'e , kommer ut ca 10.12.2021. Bruk kamera flittig på tur og del opplevelsene med oss andre. Siste frist er 1. september. Har du noe på hjertet så la oss få høre om det.

Foreningen har egen internettside med informasjon om foreningens aktiviteter, linker til andre turmarsj-foreninger og Fotbla'e fra 4-2004 og til 2-2021.

<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 vinterserie 2021

Dag/ nr	Dato	Startsted	Merknad
		Sommerferie	
Onsdag	22. sept.	Klybbhuset fotballbanen, Dalgård, Byåsen	Høstvandring kl 18
Marsjhelga	24. - 26. sept.	Utleira skole	Marsjhelga
Onsdag 15	29. sept.	Charlottenlund ba. skole	Ti-trimmen kl 1730-18
Onsdag 16	06. oktober	Rosten barneskole	Ti-trimmen kl 1730-18
Onsdag 17	13. oktober	???	Ti-trimmen kl 1730-18
Onsdag 18	20. oktober	Charlottenlund ba. skole	Ti-trimmen kl 1730-18
Søndag	24. oktober	Utleira skole	TV-aksjonsmarsj
Onsdag	27. oktober	Risvold*	Avslutning
		Vinterserien	
Onsdag	3. november	Rosten barneskole	Vinterserie kl 18
Onsdag	10. november	Charlottenlund barneskole	Vinterserie kl 18
Onsdag	17. november	Utleira skole	Vinterserie kl 18
Onsdag	24. november	Klybbhuset fotballbanen, Dalgård, Byåsen	Vinterserie kl 18
Onsdag	1. desember	Utleira skole	Vinterserie kl 18
Onsdag	8. desember	Rosten barneskole	Vinterserie kl 18
Onsdag	15. desember	Charlottenlund barneskole	Vinterserie kl 18
Søndag	26. desember	Utleira skole	Julemarsj

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

Startsted kan bli endret pga kovi restriksjoner.

Starttid vinterserien: 18.00 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

TRONDHEIM TURMARSJFORENING

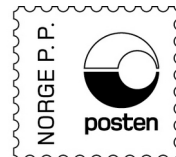
Tilsluttet

Norges Turmarsj forbund

Postboks 5469, 7442 Trondheim



Mottaker:



Avsender:

Trondheim Turmarsjforening

Postboks 5469

7442 Trondheim



TRONDHEIM TURMARSJFORENING

Tilsluttet

Norges Turmarsjforbund



Postboks 5469, 7442 TRONDHEIM

Telefon: 900 63 521

Redaktør: Bjarne Stangnes

Trykking:

NYE OFFSET • GRAFISK PRODUKSJON • REPRO • KOPIERING
Heimdal Trykkerias

