

Fot-bla'e

Nr 4 - 1985 Informasjon for medlemmer av TIF



Nijmegenmarsjen 1985 - En glad gjeng fra Trønderbussen

FORMANNEN HAR ORDET

Sommersesongen er definitivt over - høstsesongen langt fremskredet. Foreningen har to marsjarrangementer igjen dette året - 20. oktober arrangeres høstens TV-innsamlingsmarsj - til støtte for Ungdomskampanjen - samt julemarsjen 26. desember, som er i forbundets regi.

Ungdomskampanjen er upolitisk - hele beløpet blir vårt bidrag til en for mange vanskelig og vond verden. Ta med dere venner og bekjente og møt opp.

Selv om det er få arrangementer igjen i 1986 - bruk beina - begynn forberedelsene til neste sesong nå.

Reidar

ÅRSMØTE

Årsmøtet avvikles fredag 22. november 1985 kl 1930 i Tryggkameratenes klubblokale på Lade.

Etter årsmøtet, ca kl 2030, vil det bli festlig samvær med servering (muligens gryterett), kaffe og kaker.

Det er fra styrets side ønskelig at medlemmene avsetter denne fredagskvelden til foreningen. Forslag som ønskes tatt opp på årsmøte må være styret i hende innen 11. november 1985.

Styret

Vi har fått den triste melding om at Nils Watn døde 29. september bare 60 år gammel.

Nils var en god marsjvenn som vil bli savnet av alle som kjente ham.

TI-TRIM SLUTNING I VESTBYEN ILS KLUBBHUS

Onsdag 2. oktober møtte 107 små og store ti-trimmere til sesongavslutning og hyggelig samvær i Vestbyen ILS klubbhus.

For å løse på tungebåndet ble det som første post på kveldens program servert kaffe, brus, vafler og bløtkaker. Det så ut til å falle i smak, for fatene ble fort tomme.

Etter at formannen i Trondheim Turmarsjeforening hadde ønsket alle velkommen og trimmerne hadde slukket kaffetørsten, ble ordet gitt til foreningens styremedlem i Norges Turmarsj Forbund, Robert Schjevik. Robert hadde skaffet til veie Sandefjord Turmarsjforenings videokassett som var laget etter idé av Forbundets nestformann, Ivar Lunde.

Det ble et populært innslag, hvor trimmerne ble ytterligere informert om hva turmarsj er. Vi så funksjonshemmede og funksjonsfriske ute på tur, og i tillegg var formannen i NTF, Odd Ivar Ruud på farten og intervjuet marsjgåere - både nye og "gamle".

Så fulgte kveldens høydepunkt: Medaljeutdelingen. Formannen i TIF skulle dele ut 145 medaljer i henholdsvis bronse, sølv og gull. Den første gullmedaljen ble utdelt til Ti-trimmens yngste deltaker, Andreas Eide som er 5 år gammel. I fjor gikk Andreas 12 marsjer, og i år fullførte han 11.

For ikke å diskriminere spinnesiden, delte formannen ut den første sølvmedaljen til yngste dame, Camilla Berntsen, 7 år.

Camilla har fullført 9 marsjer i år. Andreas og Camilla fikk hver sin pokal som en påskjønnelse for innsatsen.

Etter medaljeutdelingen var det tid for en kaffetår igjen.

En av ti-trimmerne takket arrangørene for innsatsen med hyggelige og velvalgte ord, og håpet at det måtte bli ny Ti trim i 1986.

Kvelden ble avsluttet med allsang hvor Gunhild Lammi spilte gitar - og så var Ti trim sesongen 1985 over.

LILLOMARKA RUNDT

Datoen er 28 september, dagen er lørdag og kl er 0600. På vegne av arrangøren, Forsvarets overkommandos IL, ønsker Odd Ivar Ruud 280 deltakere en god tur de neste 90 km.

Så langt alt vel. Etter 200 meter tok noen av oss første stopp. Årsak: Porten som skulle passeres var stengt. De tøffeste klatret over og noen smøg seg under. Resten av oss ble presset igjennom på et vis.

Vel, det var langt igjen. Opp å stå, ut og gå. Været var strålende, og gjorde sitt til at humøret steg etter hvert som turfolket "våknet". Nattefrosten gjorde riktignok at godtfolk plukket frem vottene, men til gjengjeld nikke de medfølende til hovedstadens innbyggere som sto og skrapte is av bilene sine.

Vi gikk oss etterhvert varme, og etter 18 km smakte det fortreffelig med kaffe og nystekte wienerbrød.

Selve marsjen Lillomarka rundt må oppleves - det er vanskelig å beskrive. Sikkert er det at folket sørpå har litt av et terreng de kan skryte av.

Etter 6 mil er man tilbake til utgangspunktet - Krigsskolen på Linderud. Timer med frisk luft har gjort at sulden melder seg. Ikke noe problem: Her får man middag i Befalsmessa.

De siste 3 mil kan man først legge ut på etter at Odd Ivar Ruud igjen har ønsket deltakerne lykke til. Da er klokka 1800. Noen starter forresten senere av forskjellige årsaker. Det er tillatt bare man kommer i mål før kl 0300 natt til 29.9. Oppfinnsomme sjeler spurte forresten om man i år ble tildelt en time ekstra, fordi sommertiden skulle opphøre 29.9 kl 0200. Altså skulle klokka egentlig stilles en time tilbake - men nei, det gikk ikke.

Arrangørene har vel egentlig lang nok "arbeidsdag" med folket som går langløypa. Det må jo nødvendigvis ta litt tid når man stedvis går i stupende mørke.

Da årets debutanter som de siste kom i mål kl 0130 var nok alle glade - arrangørene som skulle avslutte - de andre marsjdeltakerne som kunne gå og legge seg - og debutantene som hadde greid å gjennomføre 9 mil.

Moder'n

RUSSLANDSMARSJEN/VEIEN TIL ISHAVET

Satt og leste i Fotblaé her forleden, og der ønsket de stoff til bladet. Sender et forsinket referat fra marsjene i Kirkenes. Russlandsmarsjen og Veien til Ishavet.

Det startet med at det var noen få trøndere som hadde lyst til å dra, og det ble til at 10 stk slo seg ilag. Og undertegnede hadde en god del flyskrekk, så han var skeptisk til denne turen, men etter en god del mellomlandinger så var vi der. Og ble møtt av en meget dyktig arrangørstab. Lørdag morgen var det å starte på "Veien til Ishavet". Synes det var litt for sen starttid, starten var kl 10-11 og 12 for hhv 30, 20 og 10 km. Vi ble kjørt ut til startstedene. Det var ingen merking, da det kun var en vei å gå og umulig å ta feil. Det var en veldig fin marsj, men savnet alternativt drikke, det var kun brus å få på rasteplassene. Søndag gikk vi "Russlandsmarsjen". Der var det 2 distanser: 20 og 36 km. De fleste valgte 36 km. Var litt hardt i varmen, men stort sett gikk det bra. Vi ble litt plaget av Finnmarksmyggen på søndagen.

Rasteplassene var et godt stykke innpå vidda så her var det bare saft å få. Det var to fine marsjer. Ser fram til neste gang.---

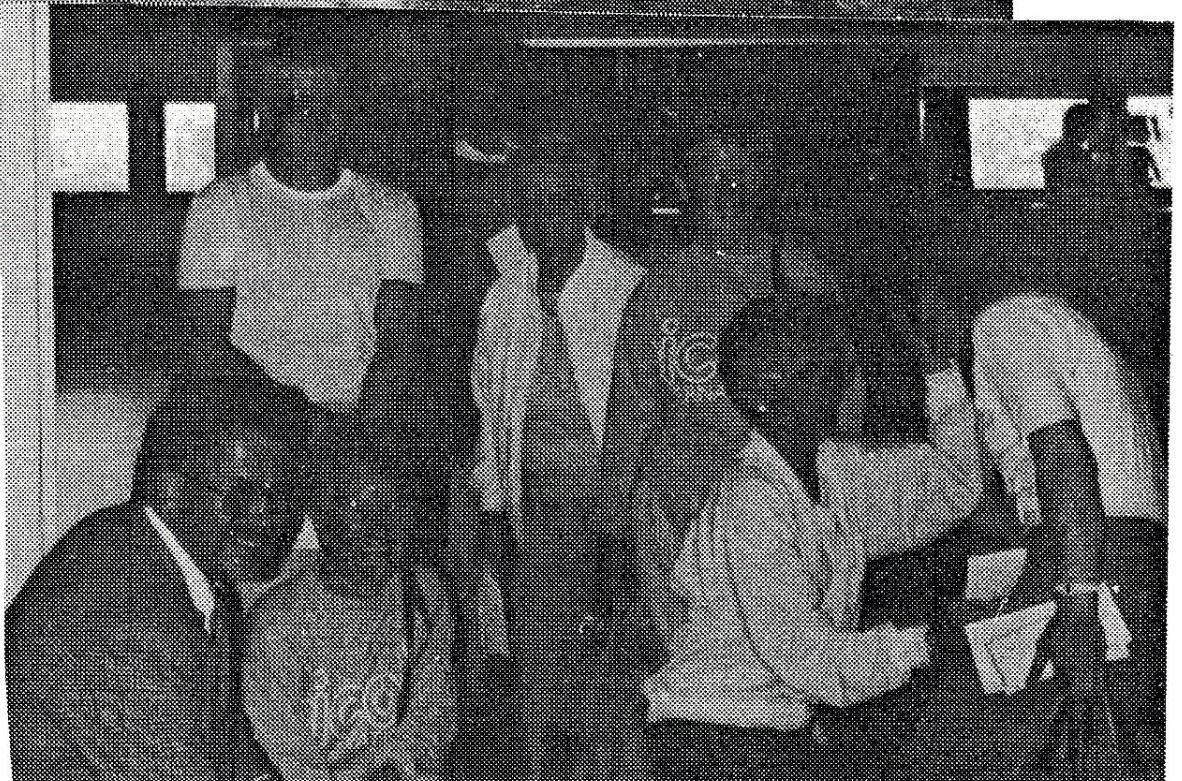
Alt i alt så var det ca 30 trøndere som hadde reist nordover. Det var ca 800 - 900 som gikk begge marsjene, og Steinkjer Turmarsjforening fikk plakett for flest deltakere. Jeg vil gi ros til Bjørnevåtn IL ved Roy Jacobsen for et prikkfritt arrangement.

En liten historie til slutt om hva folk gjør for å gå turmarsj: Abraham Mendes fra Israel/

Steinkjer, ville gå marsjen, men han fikk ikke plass på flyet. Hva gjør man så? Jo, man kjøper 1 stk moped og kjører i ett strekk i 3 døgn på moped.

Mendes kjørte tilbake også, men da med flere overnattinger, Det blir ca 360 mil for å gå 2 turmarsjer! Jeg synes det var en sterk prestasjon det han gjorde. - Men hva gjør man ikke for å få gå turmarsj.

Turmarsjgårer med flyskrekk.



Bildene ble litt mørke, men noen kjente ansikter kan vi jo skimte.

NIJMEGENMARSJEN 1985

Ca 50 marsjentusiaster dro den 12.7 avgårde med buss fra Fjerdingen, Stjørdal til den 69. Nijmegenmarsj i Nederland. Vi var i alderen 17 til 72 år, noen reiste for 1. gang og andre med fra 1 - 16 deltakelser bak seg.

Ca 23000 startet - så køståing hører med til marsjen. Kø for å starte - stemple - handle - dokø - men er en oppmerksom på at dette hører til arrangementet blir ikke irritasjonen så stor. Noen få av oss gikk 30 km pr dag - de fleste gikk 40 km (noen med 10 kg pakning) og atter andre gikk 50 km. Dette er alders- og kjønnsbestemt.

Ingen fra vår buss var blant de 2000 som brøt marsjen. Vi sleit oss i mål 4 hele dager til ende. Og hardt er det å gjennomføre Nijmegenmarsjen. 99% av distansen går på asfalt, brostein og betong og løypene er så og si helt flate. Dette gir en ensidig og uvant belastning på muskulaturen i legger og lår og det er lett å få varmegang under fotsålen.

Det er befriende den 3. dag når vi kommer til "klatreetappen" og kan få strekke litt ut. Men tross alt slitet er det selvfølgelig mest hygge og moro i løypa. Vi passerer koselige byer og landsbyer, fine frukthager og store jorder. Langs hele løypa er det tilskuere. Noen er allerede på plass kl 4 om morgenen (da starter 5-mila).

Folkelivet i Nijmegen på kveldene kan ikke beskrives - det må du oppleve selv. Kafeene flytter ut på gata og over alt hører du musikk.

Vi bodde i en sportshall som lå midt i byen, og der stortrivdes vi, selv om vi lå på gulvet i en gym sal. Det var "norskt marsjopplegg" med medbrakt sovepose og gummimadrass. Dusj- og toalettforholdene var flotte - kort sagt vi hadde det alle tiders.

Kafeen i 2. etasje åpnet kl 4 for å servere frokost til oss.

Takk til Ole Kr "Tursjef" Tangen for nok en fin busstur. Håper du arrangerer tur neste år også.

"Gurine Huskerud"

TANKER

OM TURMARSJ

MARSJ er et tysk ord (!) og betyr "bevegelse til fots". Turmarsj er ikke bare fotturer, det skapes et miljø rundt marsjene og innen de enkelte marsjforeningene. Folk utenfor miljøet trekker likegyldig på skuldrene når de hører ordet turmarsj, det er liksom ingenting. Eller de rister på hodet over vår entusiasme for slik "organisert galskap". Turmarsj er ikke idrett i manges øyne fordi det ikke er konkurranse, det er ikke vin- nere og tapere! Og tenke seg til å gå tur i flokk - og attpå til å måtte betale for det!

Ordet idrett kommer av norrønt iprott, der i = virk- somhet og rottr = styrke. Idrettens filosofi var opp- rinnelig å oppnå åndelig og fysisk harmoni, selvbe- herskelse og karakterdannelse.

Jeg vil kalle turmarsj for en idrett - en idrett hvor de aller fleste kan delta. Jeg har sett deltakere i barnevogn, handicappede i rullestol, på hesteryggen eller med trekkhunder, ja tilogmed en som hadde bare en fot gå turmarsj!

På turmarsj gjelder det som sagt ikke å vinne eller å komme først i mål, det er ikke lagt opp til noe kon- kurranseforhold. Det er gjerne flere distanser å velge mellom og en kan gå fort - eller bare rusle gjennom løypa. Enhver får bruke dagen som de vil mellom start og innkomst. Det finns også lange turmarsjer for mil- slukerne - de som synes at 2-3 mil bare er til opp- varming.

Alle aldersgrupper er representert, og vi ser ofte at hele familier deltar. Og hvor mange andre steder ser du unge og eldre hygge seg sammen?

Ønsker du å ha en stille og rolig dag, kanskje vandre alene og tenke, eller bare nyte naturen, så kan du det. Er du pratesyk, har du på en turmarsj sjanse til å finne en eller annen å dele tanker og synspunkter med. Blir dere lei hverandres selskap, er det bare å sakke akterut eller gå på. I verste fall ta en tur "i skauen"!

Turmarsj kan være dyrt, eller du kan gjøre den billig. Skal du langt avgårde for å gå, kan flere slå seg sammen om trnasporten. Du kan bo på hotell og spise godt - eller du kan ta med deg sovepose og niste. Utstyr? Her trenges ikke dyrt eller moderne utstyr, på en turmarsj kan du finne alle varianter av påkledning - ingen løfter på øyebrynene av den grunn.

Det arrangeres marsjer både i inn- og utland og bedre sjanse til å bli kjent på et sted, enn ved å GÅ der, finnes vel ikke. Marsjene er ofte lagt over historisk grunn og arrangørene ønsker å vise fram mest mulig av sine naturskjønne steder og severdigheter. Mange fritidsaktiviteter krever at du deltar hver gang og til faste tidspunkt. Hvor herlig er det ikke at en turmarsj kan du selv velge OM - NÅR og HVOR du vil gå!

Dette var reklamen. A

Det beste ved for trange sko, er at du glemmer andre plager.

ooo"ooo

TTF's VINTERSERIE

Vinterserien starter opp fra Nardo skole søndag 10. november kl 1030.

En løype på 10 km og en kort løype på 4 - 5 km. Serien fortsetter søndag 24. november med start fra Lohove - sammt tid og distanser.

Formannen

TRENINGSMARSJ (IVV) - STØREN

Region Trøndelag har møte på Støren 2. november 1985 og i den forbindelse vil NTFs vinterserie få sin premiere i landsdelen. (Se om vinterserien et annet sted i avisen).

Start fra Størenhallen lørdag 2. november kl 1630. Startkontingent kr 5,- pr deltaker.

Ingen merking av løypen - vi går i samlet tropp.

Robert

TAKK FOR OSS!

Nå overlater vi roret i FOT-BLA'e til andre.
Takk til dere som sendte oss stoff og alle
dere som leste bladet!
Til den(de) som overtar sier vi **LYKKE TIL.**

Astrid og Elsa

NTFs VINTERSERIE

Styret i NTF har besluttet å sette igang
en vinterserie for å holde marsjformen ved
like også i vintersesongen.

D v s at organiserte treningsmarsjer vil
få IVV stempling. Dette administreres av
regionene og samordnes med en terminliste
for hver region.

Ved å gå 70% av treningsmarsjene som arran-
geres i regionen kan en ved sesongens slutt
få innløse merke (medalje). Lengden på
marsjene vil være 10 km. For hver marsj
en går må det betales kr 5,- for stempling.
Betaling for merke (medalje) gjøres gjennom
regionen.

Treningsmarsjene skal avvikles på lørdager/
søndager hvor det ikke er noe annet IVV-
arrangement i 100 km's avstand.

Arrangementene settes i gang 1. november og
avsluttes 31. mars så terminlisten er vel
like om hjørnet.

MODERASJON VED NSB

På grunn av en del uheldige misforståelser
er avtalen mellom NSB og Trondheim Turmarsj-
forening satt ut av kraft.
BEKLAGER.

Formannen

HVA KOSTER EN EKSTRA RUNDE?

En del marsjarrangører i Trøndelag mener at man skal betale 5 kroner ekstra, altså løse nytt startkort for IVV, hvis man vil gå to løyper på samme marsj. Dette er et problem som angår de færreste, men siden jeg og andre "kilometerhaier" er berørt av det, etterlyser jeg retningslinjer fra forbundet. Det finnes mange marsjer hvor lengste løype er 20 - 30 km, og for min del synes jeg dette blir i korteste laget, spesielt hvis man trener til Nijmegen. Jeg går derfor gjerne en kortløype først. Starttidene er som regel slik at dette går an.

Jeg kan i grunnen ikke skjønne hvorfor man skal betale 5 kroner ekstra for denne runden. Man får jo ikke noe nytt marsjstempel, men blir registrert som marsjdeltaker to ganger ettersom nytt IVV startkort fylles ut. Noe ekstra belastning for arrangøren er det heller ikke, tvertimot vil omsetningen på rasteplassene øke. Såvidt jeg har hørt, er ikke dette omtalt i forbundets vedtekter, og ifølge formannen er det derfor ikke ukorrekt å kreve ny startkontingent. På bakgrunn av overnevnte argumenter mener jeg det korrekte må være at det betales kun en startkontingent pr marsj, samme hvor langt man går.

Per H Sæbø

Vi har fått svar på dette fra NTF's representant i Trondheim og han sier:

1 marsj er 1 marsj - det er det samme hvor mange runder en går - kontrollklipp skal vise distansen og det skal betales bare en gang. Så neste gang betaler du ikke for ekstrarunden.

NÅKKA TÅ KVART

DOVREMARSJEN/MOSKUSMARSJEN. Vi har hørt så mye skryt av disse marsjene at neste år deltar vi selv. Det skal mye til for å innfri forventningene - de vi har snakket med kan ikke få full-rist marsjene nok. Vi tror nok Hans Vorkinslien har størstedelen av æren for det - Han har hele tiden tenkt på hva marsjdeltakerne er best tjent med - ikke bare økonomisk overskudd. Det lønner seg nok nå ren tenker framover.

KOPPARENMARSJEN. Når det er så fin vær som i år er det kanpt en marsj i landet som kan by på slik utsikt. For en førstegangsgåer frister turen til gjentagelse.

PARTISANMARSJEN. I år var værgudene på arrangørens side. Det er en fin tur når sola skinner, men vi tror det må være landets dyreste marsj. Kr 30,- for en endagsmarsj, ingen reduksjon for barn og kr 10,- for en plate med vafler. Er det noen som har høyere priser å fortelle om så er det fritt fram.

RØDVEN RUNDT vil vi anbefale for alle. Vi fra TTF som tok turen syntes det var helt topp, selv om striregn ødela mye for en ellers flott marsj. Vi skal tilbake neste år og da har Per lovet oss solskinn.

SAGAMARSJEN - De e no den likaste læll!
Og i år fikk vi (TTF) både prinsesse og prins. Prinsessen, Reidun, kjenner vel de fleste mens Prinsen, Johs Okstad er vår medlem fra Høylandet. Gratulerer begge to.

Vi vil på etterskudd gratulere **SIFFEN BØDTKER** med 50-årsdagen i august. Og ikke nok med det. Like før hun kunne feire 50-årsdagen ble hun oldemor - til 5 hvalper. Gratulerer.

TRONDHEIMSMARSJEN som jo er vårt flaggskip er det ingen som har tatt seg til til å skrive noen linjer om. Det er da litt for dårlig folkens. Kom igjæn.

