



NTF's Turmarsj-nytt

Nr. 1

ORGAN FOR NORSK TURMARSJ FORBUND

Årgang 6



Marsjdeltagere på M/T "Moscliff"

TURMARSJ OMBORD!

Mars 1984

TURMARSJARRANGØR!

La oss hjelpe deg med:

- Medaljer i alle utførelser
- Trykte og broderte merker
- Årsanheng – tall til bånd
- Plaketter – æresmedaljer
- Klebemerker
- Diplomer, startkort, program
- T-trøyer - luer m/trykk



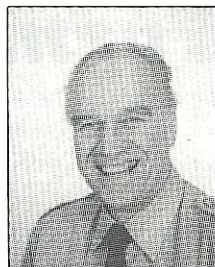
VI HAR ERFARINGENE OG PRODUKTENE
– DU HAR BEHOVET

Ta kontakt og sammen skal vi komme frem til
et godt resultat.

Produktmerking a.s

Sannergt. 25 - Oslo 5 - Tlf.: (02) 37 86 43 og 37 47 08

Formannen har ordet



De fleste har vel forlenget konstateret at marsjåret 1984 er i gjenge. Året vil forhåpentligvis – sammen med familien, venner og andre – gi den enkelte nye og positive opplevelser.

Å gå er ikke bare en mote. Gangaktiviteten har sitt utspring i menneskenes urgamle trang til bevegelse. I dagens motoriserte samfunn må derfor denne form for bevegelse, tillegges noe mer enn å ta seg fram fra sted til sted. Kontakt med naturen gir nemlig den enkelte noe av livets helhet og harmoni. NTF's terminliste for 1984 – som har arrangementstilbud fra 12.2.–30.12. – bør brukes som en kalender, slik at flest mulig kommer seg ut av "dvalen".

IVV-kilometermerker for sykling er innført for 1.000, 2.500, 5.000, 7.500 og 10.000 tilbakelagte kilometer. Deretter er det merker for hver 5.000 tilbakelagte kilometer.

Fra 1.1.84 er IVV forsterket med et nytt medlemsland, nemlig Storbritania. Bill Greenwood er valgt til president for de omlag 20 tilsluttede medlemmene. Forbundet ser optimistisk på fremdriften, og regner med at det vil være 180 medlemmer – med 200 arrangementer – innen utgangen av 1984.

Forbundets navn er Great Britain Federation – GBF – og adressen er 4 Winston Drive, Isham, Kettering, Northants, NN 14 1 HS.

I likhet med de 3 siste årene, vil det i NTF's regi bli arrangert en landsomfattende TV-innsamlingsmarsj. I år er 28. oktober D-dag. NTF vil senere sende ut invitasjon.

Navnet på årets TV-aksjon er: "Aksjon Amnesty 1984". Amnesty International er en internasjonal, uavhengig og politisk nøytral menneskerettsorganisasjon som ble tildelt Nobels fredspris i 1977. Norsk avdeling vil avsette innsamlingsmidlene til blant annet materiell støtte til samvittighetsfanger, torturofre og pårørende av "savnede" personer og ofre for utenomrettslige henrettelser.

Jeg ønsker bladets lesere og andre en god og hyggelig marsjsesong!

Med turmarsjhilsen

Einar Hermanrud.

Turmarsj i Rogaland

Ja så er det hele overstått her i turmarsjfylke nr. 1 i Norge, Rogaland. Vi må si oss tålig bra fornøyd med sesongen som helhet, selv om vær-gudene ikke alltid var på vår side. Siden vi ikke kan styre over været får vi prøve å se bort fra den faktoren i våre vurderinger.

Sesongen begynte brukbart med Harald Hårfagre-marsjen 13. mars. Bortsett fra været var Tu-marsjen 20. mars en brukbar marsj som var dyktig arrangert. Hå-marsjen 27. mars, var heller ikke så verst. En av sesongens fineste marsjer var Nordsjø-marsjen 10. april. Den var en nytelse fra begynnelse til slutt. Deltakerantallet på disse marsjene var henholdsvis: 860 på Harald Hårfagre-marsjen, 890 på Tu-marsjen, 2000 på Nordsjø-marsjen. Vi har ikke fått opplyst antallet på Hå-marsjen, men det ligger sannsynligvis en plass mellom 1000 og 2000.

På Nordsjø-marsjen var det morsomme kommentarer langs løypa som holdt humøret oppe.

Sesongens første store skuffelse var Austrått-marsjen. I 1982 var Austrått-marsjen en av distriktets absolutt fineste. I 1983 var den en av de mindre bra. Været har vi da sett bort fra. Det som hadde skjedd siden 1982-sesongen var at løypene var lagt om. Vi håper at arrangøren legger løypene tilbake til der de lå før, uansett hva eventuelle idrettslag i nærheten måtte mene om saken. Austrått-marsjen 17. april 1983 vil nok bli husket av de 2279 deltakerne som en tung marsj uten for mange lyspunkter. Vi har tro på at arrangøren vil og kan bedre.

Tananger-marsjen 24. april var flott, men denne gang som året før var det nesten umulig å få fatt i første årets medalje dersom en ikke var temmelig tidlig i mål. Vi ser helst at arrangøren ser til at dette ikke gjentar seg. Det var 1750 deltakere på Tananger-marsjen. Skjalg-marsjen 1. mai var brukbar. Vi har ikke fått oppgitt antall deltakere på Skjalg-marsjen med det var nok et sted mellom 1000 og 2000.

Vår egen turmarsj Gaugen-marsjen gikk av stabelen 7. og 8. mai. Gaugen-marsjen var sesongens første og Rogalands eneste 100 km. Noen stor suksess ble det ikke, men 793 deltakere ble det likevel.

Slettebø-marsjen som gikk av stabelen 7. mai er en av distriktets aller fineste marsjer, men til tross for det var det ikke flere enn 666 deltakere. Randaberg-marsjen som gikk av stabelen 12. mai er også en av distriktets fineste. 1140 deltakere var det på Randaberg-marsjen.

Si-marsjen fikk igjen kjempevær. Oppslutningen var likevel 600 deltakere dårligere enn året før. Til tross for det er Si-marsjen fremdeles den endagsmarsjen som trekker flest folk til seg i Rogaland. 2450 deltakere

ble det i 1983. En av grunnene til deltakersvikten er nok konfirmasjonene i tiden rundt 15. mai, da marsjen ble arrangert.

I pinsen var værgudene særlig tverre. Gjesdal-marsjen 21. mai var brukbar og i alt var det 1350 deltakere på Gjesdal-marsjen. På Sola-marsjen 22. mai holdt de 651 deltakerne på å blåse og regne bort. Oltedalsmarsjen 23. mai var brukbar. Litt vått etter uværet dagen før var det, men ellers er marsjen en av distriktets fineste. Vi har ikke fått oppgitt deltakerantallet for Oltedals-marsjen som trolig lå rundt 1000.

Utenom vår 100 km er Rogalands-marsjen den eneste todagersmarsj i Rogaland. Den gikk av stabelen 28. og 29. mai. Den første dagen var en virkelig opplevelse. Den andre dagen holdt deltakerne på å regne bort og deltakere med sørpe til knes var ikke noe uvanlig syn. Det at det var over 500 færre deltakere i 1983 enn i 1982 skyldes nok stort sett den regnfulle andre dagen. Det var i alt 3400 deltakere på Rogalandsmarsjen.

Støla-marsjen var flott. Det er et artig trekk med marsjen at løypa går frem til rasteplass og følger samme løype tilbake. Vi har ikke fått opplyst hvor mange deltakere det var på Støla-marsjen. Originale trekk som på Støla-marsjen er best i små doser.

Sommer-marsjen var brukbar. Det var i alt 3 arrangører i Rogaland. En av dem var Gaugen. Sommer-marsjen gikk av stabelen 8. juni.

Førsommerens tre siste marsjer i Rogaland var Hundvåg-marsjen 12. juni, Riska-marsjen 19. juni og Jærmarsjen 26. juni. Hundvåg-marsjen var virkelig artig. Der fikk en komme inn på Rosenberg. Det var 954 deltakere på Hundvåg-marsjen. Riska-marsjen var også veldig artig. Der var det komiske kommentarer underveis i løypa som bidro til å holde marsjhumøret oppe, slik som på Nordsjø-marsjen. Det var 1850 deltakere på Riska-marsjen. Jær-marsjen var brukbar. Det var 1204 deltakere på Jærmarsjen.

Alt i alt var førsommeren brukbar, kanskje litt mye regn for årstiden men ellers lite å sette fingeren på. Ettersommeren ble ikke like perfekt.

Ettersommerens tre første marsjer var Lykke-marsjen 7. august, Strand-marsjen 14. august og Kvernelandsmarsjen 21. august. — Lykke-marsjen var veldig fin. Det var 643 deltakere på Lykke-marsjen. Strand-marsjen var også bra. 1050 deltakere var det på Strand-marsjen. Kvernelandsmarsjen var også brukbar. 925 deltakere på Kvernelands-marsjen. Grunnen til at det var relativt få deltakere på Kvernelands-marsjen skyldes nok Sørlandstrippelen samme helg.

28. august ble en problematisk dag. Hafrsfjord-marsjen var fin, men de to korteste løypene var merket med samme farge bånd og det var dem

som gikk feil. Noen få klarte å stresse seg gjennom løypa på halvannen time eller raskere for å rekke båten til Finnøy. Finnøy-marsjen var fin, men den var ikke merket i det hele tatt. Noe som skapte problemer for noen. Det var egentlig ikke bruk for så veldig mye merking, men et skilt der lang og kort løype skiltes hadde vært ønskelig. Det var 820 deltakere på Hafrsfjord-marsjen og neppe flere på Finnøy-marsjen.

Disse to marsjene bør koordineres bedre slik at alle kan gå begge. Eventuelt kunne det også kommet inn en ny marsj den helgen slik at det kunne ble en Rogalandstrippel. Ingen er tjent med det slik det er nå.

I løpet av de to helgene etterpå gikk fire marsjer av stabelen i Rogaland. Det var Erling Skjalgson-marsjen 3. september. Der var det 441 deltakere. At der var så få deltakere skyldes nok en heller dårlig starttid. Malmheim-marsjen 4. september. 688 deltakere var det der. Gartnerhall-marsjen 10. september, 427 deltakere. Knudahei-marsjen, 11. september, 966 deltakere. Været klaffet nok ikke helt disse helgene. Ellers er det viktig å nevne at på Knudahei-marsjen kunne man besøke huset der forfatteren Arne Garborg skrev sine bøker. Garborgs fødeplass kan en besøke på Lykke-marsjen.

Etter disse to helgene gikk det 5 marsjer av stabelen før Menneskeverd-marsjen gikk. De 5 var: Stavanger-marsjen 18. september med 546 deltagere. Ulvåhut-marsjen 25. september med 880 deltakere. Havørn-marsjen 2. oktober med 950 deltakere. Hellviks-marsjen 9. oktober med 762 deltakere. Og Arboret-marsjen 16. oktober med 560 deltakere. Været i denne perioden var nokså typisk Vestlandsk høstvær. Det viser deltakertallene.

Det er ikke opplyst hvor mange arrangører det var på Menneskeverd-marsjen i Rogaland 23. oktober, men i hvert fall var Gaugen M. K. blant dem. Været var brukbart på Menneskeverd-marsjen. Det eneste negative var medaljen. Den hadde gjort seg med emalje. Siden medaljene hadde blitt dyrere kunne arrangørene heve startkontingenten til kr 25,— istedet for kr 20,—. Da hadde de også fått inn mer til det gode formålet i samme slengen.

Fjell-marsjen som gikk av stabelen 30. oktober var høstens siste marsj i Rogaland. Det er ikke opplyst hvor mange deltakere det var på Fjell-marsjen. Det hadde vært bedre om marsjen hadde begynt litt slakkere og heller blitt hardere i slutten når deltakerne er blitt varme.

Jule-marsjen var årets siste marsj i Rogaland. Den gikk av stabelen 26. desember. Det var 4 arrangører i Rogaland. En av dem var Gaugen m.k. Været var brukbart.



Velkommen til Oslo og —

V Å R M A R S J E N

Søndag 13. mai - 1984

Starttid: 26 km. Kl. 09.00—11.00

10 km. Kl. 09.00—13.00

Startgebyr: Kr 20,— for voksne.

Kr 15,— for barn/pensjon.medlemmer

Startsted: Rødvedt skole, Sandåsvn. Oslo 9.

Arrangør: Østmarka Marsjklubb. Tlf. 02/70 53 01

Tlf. 02/37 77 05



1968-1983

— nå over 1100 medlemmer.



Gratis saftstasjon på lang løype.

PINSEFEIRING I TRØNDELAG

Stjørdal Turmarsjforening

ønsker marsjentusiaster velkommen til
2 marsjer — 2 dager — 2 medaljer

Lørdag 9. juni *Slottsmarsjen*

12 - 18 - 36 km.

Søndag 10. juni *Festningsmarsjen*

15 - 26 - 42 km.

Marsjene har sin start og innkomst på
Halsen Barneskole.

Løypene passerer kjente steder som

Steinvikholm slott, Ole Vik's fødested, Værnes kirke (1080),

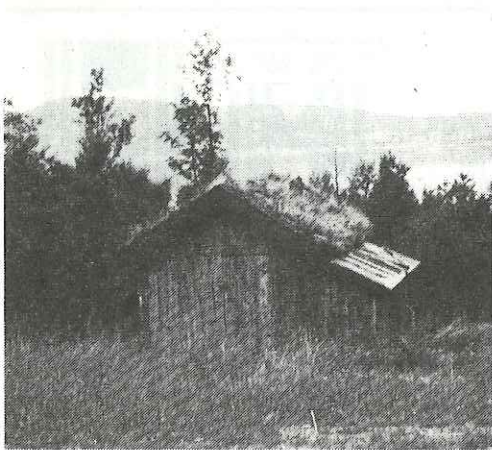
Hegra festning.

Løypene går på tørre og naturskjønne skogstier, og lite trafikkerte
bygdevier.

Overnatting, mat og dusj ved Barneskolen. — Henvendelse angående
marsjene: Alf J. Solli, Klokkerveien 7, 7500 Stjørdal. Tlf. 07/82 45 03.
Bjørn Kristoffersen, Slettekroken 2, 7500 Stjørdal. Tlf. 07/82 59 08.



Saltstrømmarsjen



Med min bopel i Grenlandsområdet er jeg svært begünstiget m. h. t. turmarsjer i min nærhet. Her i distriktet finnes det mange, og avstanden er ikke stor til andre smørøyer som området rundt Oslo i nord og Kristiansand i sør. Å reise lenger kan

således synes som om man begår den velkjente gamle dumhet å gå over bekken etter vann. Men det er både spennende og interessant å komme seg et godt stykke vekk av og til. Min hittil mest fjerntliggende marsjopplevelse var Internationale Bodensee Wanderung i Sveits. Nå har jeg nettopp avsluttet en reise som var akkurat like lang. Denne gang bar det imidlertid i stikk motsatt retning, og da havnet jeg ikke utenlands, men lenger nord i vårt langstrakte land.

Saltstraummarsjen ble avviklet søndag 21. august med løyper på 10, 20 og 42 km. Undertegnede gikk lengste løype. Den startet en time før de andre, og da det var bare 11 stykker som gikk denne, så jeg omtrent ikke andre deltakere. Den lille oppslutningen om lang løype mener jeg bestemt må skyldes det manglende kjennskapet og de dårlige mulighetene folk her opp har når det gjelder IVV. For å være ærlig, så tror jeg at jeg hadde nøyd meg med en kortere distanse om det ikke var for dette å samle seg flest mulig kilometer på kortet. Det var også betegnende at de fleste som valgte lang løype var racere som trenet til maratonløp.

Om kontakten med andre deltakere var liten, så var arrangørene meget hyggelige og imøtekommande. Sjelden har det vært så hyggelig å komme til rasteplassene. All service i forbindelse med marsjen var upåklagelig. Noe jeg aldri har opplevet før var gratis traktering på rasteplassene. Man fikk både varm havresuppe, solbærsaft, og fremfor alt nydelige hjemmebakte rundstykker med ost. Arrangørene delte ut med rund hånd, og da startkontingenten var 25 kroner, så tror jeg vi trygt kan kåre Saltstraummarsjen til Norges billigste marsj! I alle fall har ikke jeg opplevet maken!

Saltstraumen burde vel samtlige lesere ha hørt om, her har vi verdens sterkeste malstrøm og en vidgjeten fiskeplass. Her er gode overnattingsmuligheter, så når man først er her oppe bør man drøye litt og prøve fiskelykken. Broa over Saltstraumen er av ny dato, og denne preger båder merker, medaljer og brosjyrer fra marsjen. Løypa går over broa, og her bør man ikke være for snar: Det er en opplevelse å stå der oppe og titte ned på den fantastiske strømmen.

Løypa følger kystriksveien henholdsvis 5, 10 og 21 kilometer for så å snu og gå tilbake samme vei. Frem og tilbake i samme leia pleier gjerne ikke å være så populært. Dette nevnte jeg også for marsjens ildsjel John. H. Jensen, hvorpå han svarte at man får en helt annen utsikt når man går den andre veien. Dette kan kanskje høres noe pussig ut, men det er virkelig noe i det, spesielt slik naturforholdene var langs denne traseen. Dessuten fortalte han at de virkelig har tenkt hardt på å lage en rundløype, men at forholdene her gjør at dette er vanskelig.

Naturen er praktfull her oppe i nord. Saltstraummarsjen byr på fin utsikt både til fjord og fjell, og man ser også både bekker, ferskvann og fosser langs sin vandring.

Marsjen er temmelig langt unna for de fleste av våre ivrige turmarsjtilhengere, men har man tenkt seg på ferie nordover en gang, så bør man programmere dette slik at man får med seg Saltstraummarsjen. Har man litt tid på seg i nord, så kan det nevnes at Hamsundmarsjen i Hamarøy går helga i forveien, og helga etterpå er det muligheter for å ta med seg Vefsnmarsjen i Mosjøen på tur sørover igjen. Denne helga går dessuten Sagamarsjen, som nok mange gjerne vil ha vært med på.

Riktignok er det — for å ta utgangspunkt i Oslo — dobbelt så langt til Saltstraummarsjen som til Sagamarsjen, men jeg nevner dette som en mulighet for å få med seg litt ekstra på veien om man tar ferie nordpå.

Ellers kan jo de som har annet enn turmarsj i hodet finne ut litt om hva annet man vil ta med seg på ferden — hver etter sine interessefelter. Det kan være bryet verdt å lese gjennom ruta i NAF's veibok før man drar av sted.

Strømmenmarsjen 10 år

Strømmen Idrettsforening er stiftet året 1911. Den har 7 forskjellige grupper, en av de yngste er TURMARSJ. Det første uorganiserte arrangement før stiftelse av Norsk Turmarsj Forbund og stemping av IVV kort var en marsj som hadde 28 deltagere. Da NTF var i støpeskjeen deltok "mannskap" fra idrettsforeningen på møter, og det ga STRØMMEN IF medlemsnr. 7 i NTF.

Strømmen-Marsjen var fra starten av 2 dagers marsj, den siste ble holdt i juni 1981. Da var det medaljer/årstegn. Siden 6. juni 1982 gikk Strømmen-Marsjen over til en-dags marsj, og da ble årstegn utelatt så nå er det medaljer til alle, selvfølgelig i ulik variasjon. Antall deltagere i marsjen gjennom årene, vil jeg tro er et sted imellom 4–5 tusen. Om vi ikke er de store innen NTF så er det da et bidrag fra oss også. Jeg oppfordret før marsjen i fjor GÅ EN TURMARSJ, HELSE I HVERT STEG. Den var ment særlig på den lokale befolkning og nærliggende omgivelser. Nå må du gjøre noe med det! Kom deg ut av stolen og gå en turmarsj, det er helse i hvert steg. Løypetilbudene er 10 og 25 km.

Trim er in, det er flere måter å trimme på. Variasjonene er store, avhengig av behov for aktivitet. Hvorfor turmarsj? Kroppen er skapt slik at den trenger aktivitet, for inaktivitet er en risiko for folkehelsen. Gå er en av de, for ikke å si den beste aktivitet for kroppens velvære, herunder TURMARSJ. Så kommer min utfordring til trimmere uten konkurransejag. GÅ turmarsjer. Mitt ønske er en fyldig deltagelse av smått og stort. En ny naturopplevelse i traktene Østbymarka via LOSBY byr vi nå deltagerne på 10-års dagen.

Velkommen til STRØMMEN-MARSJEN.

Arne Holm

Ettersending av Pondusmarsjmedalje 1983

Det er fortsatt noen som ikke har fått sin medalje ettersendt. — Dette beror på en beklagelig feil, og dersom du enda ikke har fått medaljen tilsendt, ber vi deg ta kontakt med Grenland Marsjklubb, Postboks 131, 3901 Porsgrunn, eller til telefon 035/52 945, og du vil få din etterlengtede Pondusmedalje.

NORSK TURMARSJ FORBUND

Postboks 147 - 1473 Skårer

Redaktør i TURMARSJ-NYTT:

Biørn Dahl, Enggaten 61 A - Tlf. 032/22 979 - 1600 Fredrikstad.

TURMARSJ-NYTT utkommer 4 ganger i året. Hvert medlem får tilsendt 5 eksemplarer gratis. Ut over dette kan det tegnes årsabonnement på bladet for kr 15,-, fritt tilsendt. Annonsepriser: Helseid kr 800,-, Halvsid kr 400,-, Annonse ang. turmarsjer: kvartside kr 150,-

Senjamarsjen

Vi kom til Gibostad lørdag ettermiddag i kuling og regn, og fant fram til Landbruksskolen sine hybelhus. Det var satt opp et oppslag ved veien med opplysning om hvilke hus marsjdeltakerne kunne benytte. Det var bare å gå inn og finne seg til rette. Hybelhusene er hyggelige med et oppholdsrom i midten med sofagruppe, spisebord, komfyr, kjøleskap, oppvaskbenk og med det som trengs av kjøkkenutstyr. På hver side av oppholdsrommet er 4 hybler med en dusj.

I nærheten er det også gode muligheter for å slå opp telt, og plass for campingvogner.

Marsjdagen opprart med oppholdsvær og brukbar temperatur. Vinden hadde også stilnet.

Det var 3 distanser å velge mellom: 12 - 20 og 35 km.

Det stilte 240 stykker til start. Deriblant noen soldater fra Bardufoss som gikk marsjen i kokkeuniformer, og utgjorde et festlig innslag.

Vi valgte løypa på 35 km. Det meste av løypa gikk på grusvei, og den var foholdsvis flat. På den lange løypa var det 2 innendørs raster og 2 saftstasjoner.

Den første del av løypa gikk i terreng innover på øya fram til første rast som var lagt til en hytte som tilhører Landbruksskolen. Der var det koselig med bål på peisen. Vi fulgte så grusvei langs et vann (Lysbotnvannet). Det ligger noen gårder og hytter der. Vannet er ganske langt, og et sted var det bare en smal tarm, og der var det bru over. Vi passerte også multemyrer med masse store røde kart. Bæra var dessverre ikke modne. Den andre innendørsrasten var i et bolighus. Eiren, som er same, bruker det som sommerhus. Utfør var det et reinsdyr i band. Der satt vi en koselig stue med filleryer på gulvet.

Derfra gikk vi en stund i terreng langs et nytt vann til vi kom ned til havet. Det siste vannet heter Sjøvannet. Det er egentlig ferskvann, men ved flo sjø flyter det inn sjøvann. Vi passerte ved flo sjø, og det så ut som vannet og havet hang sammen. (Senere kjørte vi forbi ved fjære sjø, og det viste seg at det er ganske mye strand mellom vannet og havet).

Vi tok oss tid til en stopp på alle rasteplassene, og fikk oss en prat med folk fra flere steder fra Nord-Norge.

Medaljen for marsjen viser et kart av Senja.

Nok en trivelig marsjdag hadde vi fått være med på, og vi tør så absolutt anbefale andre å ta turen til Senja.

Gibostad ligger på Senjas "innserside", og landskapet er lavt og grønt med trær og myke åser. Men øya har også en "ytterside", som bør oppleves.

Vi kjørte med bil de få milene fra Gibostad til Senjahopen. Bratte fjellsider super i havet, og på en del av strekningen hadde vi inntrykk av at veien klamret seg til fjellsida. På de verste stedene er veien lagt i tunell. Kontrasten på den korte strekningen er enorm og svært fengslende.

VEUM-MARSJEN

Kristi himmelfartsdag;
torsdag 31. mai;



Start/Mål: Østfold Psykiatriske Sykehus, Fredrikstad
Starttid: Kl. 09.00 — 12.00.
Distanser: 10 og 20 km.
Innkost: Senest kl. 16.00.
Startkontingent: Voksne kr 20,-,
Barn under 16 år kr 15,-.
I startgebyret er inkludert medalje/årstegn til alle som fullfører marsjen. — Bare IVV stempeling kr 5,-.

BLI MEDLEM AV EN AKTIV MARSJKLUBB
..... BLI ØSTMARKA MEDLEM

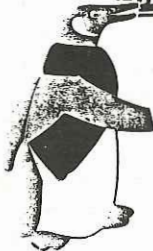
Medlemskap vil gi deg

- et hyggelig marsjmiljø
- mange nye venner
- medlemsorganet «GO-FOTEN» seks ganger i året
- terminlisten «TURMARSJER I NORGE»
- Norsk Turmarsj Forbunds terminliste og fire ganger pr år «NTF's TURMARSJNYTT»

SKRIV TIL ØSTMARKA MARSJKLUBB
Postboks 139, 1473 SKÅRER
02/70 53 01 — 37 77 05



GRENLAND MARSJKLUBB



VI INVITERER TIL MARSJHELG
I PORSGRUNN

LØRDAG 28. april
PONSUSMARSJEN

Søndag 29. april
GRENMARSJEN

Overnatting fra lørdag ettermiddag
OPPLYSNINGER VED:

Tore Eriksen, tlf. 035/28 274 arb., og 53 752 priv.
Jan Ove Hansen, tlf. 035/54 000 arb., og 11 622 priv.



Østmarka Marsjklubb



”Den lille grønne”

terminlisten TURMARSJER I NORGE inneholder foruten norske marsjer mange opplysninger om utenlandske marsjer. OVERSIKT OVER SVENSKE - DANSKE IVV-MARSJER. Utkommer i mars 1984. Bestill nå. (Kr 7,- + porto) = kr 10,- sendes til: ØMK, Boks 139 - 1473 SKÅRER
GÅ EN TURMARSJ DA VEL!



For 13. gang ønsker vi marsjedeltakere
fra hele Norge og fra utlandet

VELKOMMEN TIL FREDRIKSTAD

OG TIL **OLDTIDSMARSJEN**



Marsjen finner i år sted:
LØRDAG 26. mai og SØNDAG 27. mai 1984

Offisiell åpning i Kongstenhallen
fredag 27. mai kl. 20.00.

ØSTFOLDS ENESTE TO-DAGERSMARSJ

I ÅR MØTES VI I FREDRIKSTAD!!

forts fra s. 6

Konklusjonen til slutt er at 83-sesongen var bra, men den var langt fra fullkommen. Av ting vi venter blir forandret kan vi nevne at 5 marsjer manglet tøymerker. Da nesten alle turmarsjentusiaster samler på tøymerker bør dette ikke skje igjen. På Hellviksmarsjen kunne vi bestille men i skrivende stund, 3 måneder etter er de enda ikke kommet. 4 arrangører har ikke oppgitt deltakertall for året før. 3 marsjer mangler skikkelige data i turmarsj-terminlisten. Flere ganger var det heller dårlig merking, og en plass var det for lite et-års medaljer.

I 1983 var det 5 nye turmarsjer i Rogaland. Ingen av dem ble noen stor suksess. De 5 var: Gaugen-marsjen, Erling Skjalgson-marsjen, Gartnerhall-marsjen, Hellviks-marsjen og Arboret-marsjen. I 1983 ble det arrangert i alt 39 turmarsjer i Rogaland. Pr. dato er det 41 marsjer i Rogaland. De nye marsjene er Bogarfjell-marsjen som går av stabelen 8. april 1984. Og Røde Kors-marsjen 4. mars 1984.

Vi håper at 1984 bringer mindre regn og skuffelser enn 1983. Vi håper også at deltakertallet blir stigende i 1984 i forhold til 1983.

Turmarsj ombord

Turmarsj begynner også å bli populært blant våre sjøfolk. Det viser dette utklippet fra Velferdstjenesten for Handelsflåtens FRIVAKT, og den hyggelige hilsenen fra M/T "Moscliff".

Ofte kan det trenges en dytt for å få idrettsaktivitetene i gang om bord. På m/s Niels Onstad var det oppfordringen om å delta i TV-aksjonen 83 som ga støtet til at skipet tar sikte på å gjøre seg gjeldende på poengtabellene i 1984. Idrettslaget skriver bl. a.

Etter artikkelen i Frivakts juni-nr. om å gå tumarsj med Velferden i forbindelse med Folkehjelpsaksjonen '83, begynte hjulene å rulle her om bord. Skipet var på vei fra Newport News til Japan via Richards Bay i Sør-Afrika, og den 23. oktober ville passe oss ypperlig til tumarsj.

Etter brannøvelsen kl. 13.00 lørdag den 22. ble hele besetningen samlet i sportsrommet. Her ble det orientert om søndagens forestående utskielser, samtidig som hele besetningen ble tildelt hver sin hvite T-skjorte. T-skjorten skulle brukes som antrekk i marsjen. Hver enkelt skulle bruke fantasien med tusj, og lugarens telefonnr. skulle påtegnes fronten og brukes som startnummer.

SELV BJARTMAR DELTOK

Søndag kl. 10.00 var det klart for start. Alle som ikke var i arbeid, møtte til start, de ville komme til etter hvert. Selv "Bjartmar" var blitt pyntet opp med T-skjorte og nødvendig utstyr, og satt godt fastsurret til en to-hjuls tralle. "Bjartmar" er livredningsdukka vår. Den heter "Bjartmar" fordi han representerer de dårlige sjømannsendingene på søndag. På grunn av fotografering kom starten først i gang kl. 10.08 i et nydelig solskinn. Tartan-dekket ble dermed satt på full prøve. Tartan-dekket er et grønnmalt sandstrødd felt på 1 m bredde og går rundt hele skipet. Runden blir på 552 m. For hver passering ble det foretatt stemping på T-skjorta slik at man hadde kontroll på rundene. Matstasjonen var lagt til poopen. Her fikk man forfriskninger av alle slag samt pølser og brød. Rundenanvisning og "speaker"-tjenesten foregikk over intercom.anlegget. Mange hadde vært veldig flinke med dekor av T-skjortene. Det var "sponsors" i alle former. Av besetningen på 24 stk. fullførte 23 innen kl. 18.00. Da vi sendte telexen om at 24 hadde fullført, inkluderte det "Bjartmar" som også ble trillet runde de nødvendige 18 runder + 64 m. Et vellykket arrangement som ble avsluttet med grill på båtdekket.

OBS. OBS.

Ettersom NTF har gått over til EDB er vår adressemaskin Elliott, billig til salgs. Ring Birgith, tlf. 02/70 55 36.

«Menneskeverdmarsjen på dekk»

En rapport fra M/T "Moscliff"

Etter en del forhåndsreklame var jeg spent på hvor mange som ville stille til start på aksjonsdagen. Søndag 23. oktober dagen for Menneskeverd-Marsjen opprant med strålende sol og 35C. Vi befant oss utenfor Trivandrum (India) rett over stredet til Sri Lanka. Av en besetning på 23 stilte to spreke damer og tolv like spreke karer, "marsgeneralen" vartet opp med et stort glis. At saftstasjonen i Sueskanal lugaren var populær i denne varmen er det vel ikke nødvendig å nevne.

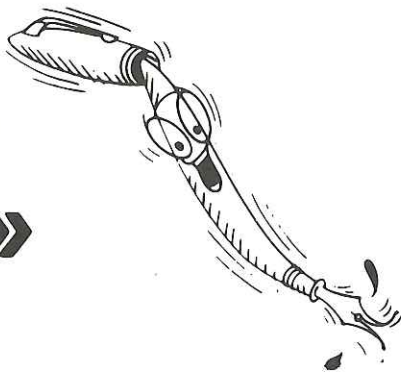
Førstehjelpsstasjonen plassert samme sted ble ikke benyttet, ingen blommer eller heteslag ble meldt. Til tross for varmen og det harde underlaget fullførte alle deltagere sine 10 km, som tilsvarer 14 ganger rundt båten. Enkelte deltagere mente at en slik tur i det blå burde vi ha hver søndag.

Moscliff er underveis fra Rastanura i Saudi Arabia til Kiiri i Japan med en oljelast på 267.000 longton. Turen tar 22 døgn, men vi har en del landkjenning underveis. Indiakysten i går, Sri Lanka (Ceylon) i dag og til helgen passerer vi Malakkastredet. Når lysene fra Singapore forsvinner akterut har vi åpent hav i ni døgn. Nå ser vi fram til Julemarsjen 2. juledag og lurar på hvilken kyst vi da befinner oss utenfor. Men i mellomtiden får vi fortsette vår traving rundt dekk. Det kan være kjedelig med den samme løypa til stadighet men en del avveksling kan det det bli. Det er fremdeles liv i havet, en hval eller delfiner er kjærkomment selskap. Flyvefiskene boltrer seg, kanskje de er på vei til Mandaley? Det hender også at fugler blir nysgjerrige og tar seg en tur ombord, liver opp med en trall og forlater oss igjen. Nå får jeg forlate dere med ønske om mange hyggelige turer ut i det blå. (hvite).

Hilsen en sjøens marsjoman.
S. Christiansen



«Leserens hjørne»



RETNINGSLINJER OG BESTEMMELSER

Det informeres til Norsk Turmarsjforbunds medlemmer, ved Turmarsjnytt og INFO.

(Diverse informasjoner for NTF's medlemmer).

I retningslinjer nr. 1 b er å lese: Avstanden mellom 2 marsjer som arrangeres på samme dag skal minst være omlag 100 km. De marsjer som har mindre avstand enn nevnt overfor er i Oslo – Akershus, bokstav A og C. Marsjene gjelder Lionmarsjene og FN-marsjen 7. mai, samt Stomperudmarsjen og Norgestrimmen samme dato lørdag 24. september i år.

I siste avsnitt 1. b er følgende å lese: "Dersom avstanden er mindre, skal berørte parter gi skriftelig avtale. I så tilfelle bør det opplyses igjennom f. eks. INFO, til medlemmene.

Jeg refererer fra Turmarsjnytt nr. 3, årgang 3, under: Aktuelt nå, fra stempelforvalteren, sitat: "Vitsen ved turmarsj er ikke at en del folk skal dra land og strand rundt og overtrede alle retningslinjer og arrangørbestemmelser for så igjen å gå rundt å skryte av hvor mange stempler og medaljer de klarer å samle."

Jeg finner ikke system og sammenheng i det Birgith Sørensen skriver her, når det kan leses i samme Turmarsjnytt følgende annonse side 10:

2 dager	3 marsjer	tilsluttet NTF
Stomperudmarsjen	Norgestrimmen	Høstmarsjen
Sørum IL	R. Bedrifts.Kr.	Østmarka Marsjklubb
Egil Solberg	Finn Hamre	Birgith Sørensen

Jeg siterer: "Folk drar land og strand rundt og overtreder alle retningslinjer og arrangørbestemmelser."

Men i eksempel som er nevnt ovenfor, 2 dager 3 marsjer, har jeg den følelse av at det er arrangørene som ikke har respekt for lovverket i NTF. Det er (underlig) merkelig at det arrangeres 2 marsjer lørdag hvor avstanden er merkbart mindre enn 100 km, dagen før Norges største marsjklubb, Østmarka Marsjklubb har sine arrangement. Vår og Høstmarsjen.

I siste INFO nr. 3/83 under, Turmarsjkaruseller/" Egne trimarrangement," innskjerpes det på nytt:

Avstanden mellom 2 marsjer som arrangeres samme dag skal minst være 100 km. Videre, det betyr . . . osv.

Siste avsnitt om avtaler under 100 km. er ikke nevnt. Jeg vil spørre hvorfor?

Terping om at det skal være 100 km. mellom marsjstedene samme dag når lowerket ikke respekteres, og til og med overtredes av styremedlemmer i Norsk Turmarsjforbund.

Hilsen Arne Holm

SVAR TIL ARNE HOLM – fra birgith

I. h. t. "Retningslinjer for gjennomføring av marsjarrangementer" pkt 1-b skal det være 100 km mellom marsjer som arrangeres på samme dato.

Spørsmålet i brevet ble besvart på generalforsamling på Ås i 1983 hvor også Holm var til stede. Og følgende står å lese i referatet:

"Birgith Sørensen sa at det ikke er noe i veien for at man kan ha en marsj om morgenen og en annen om ettermiddagen når det ikke er 100 km imellom, og så en marsj dagen etter. Dette skjer flere steder i landet, og her bestemmer arrangørene selv hva de vil gjøre". Dette gir jo egentlig svar på brevet fra Holm, men ettersom Holm i sitt brev nevner flere konkrete marsjer/personer, må jeg gå litt nærmere inn på de forskjellige punkter.

– LIONSMARSJEN OG FN-MARSJEN 1983

– Lionsmarsjen arrangeres på Sørumsøra lørdag formiddag, og FN-marsjen i Oslo samme dags ettermiddag. Lionsmarsjen har starttid fra kl. 09.00–11.00, har løyper på 11 og 23 km.

FN-marsjen har start fra kl. 15.00 – slik at alle som har lyst å gå 23 km på Sørumsøra – har tid til dette, selv om de har lyst å gå også FN-marsjen på samme dag. Lionsmarsjen mistet ingen deltakere på dette, tvert om, flere langveisfarende kom til disse marsjer denne dag – og fikk en marsj mer ut av reisen. – I 1984 har Lionsmarsjen flyttet, men FN-marsjen har gitt tillatelse til at Langhusmarsjen kan starte lørdag formiddag med start fra kl. 09.00–11.00.

Når det gjelder 2 dager, 3 marsjer – tilsluttet NTF – er det tenkt på 4. helg i september, hvor Stomperudmarsjen – lørdag formiddag – har gitt tillatelse til at Norgestrimmen kan gå lørdag ettermiddag. Og på søndagen er det bare en marsj – ennå, nemlig Høstmarsjen.

At det arrangeres flere marsjer i samme distrikt, dagen for "Norges største" marsjklubb har sine arrangementer, har ikke noe å gjøre med hvilken klubb det er. At ØMK har tatt kontakt med "lørdagsarrangørene" skyldes kanskje det enkelte at ØMK – og tydeligvis – lørdagsarrangørene forsøker å legge forholdene best mulig til rette for turmarsjdeltakerne.

Jeg bør kanskje også tilføye siden det ikke så mye er marsjene man har imot, men kanskje mere det at jeg også er medlem i ØMK, at ØMK faktisk var den første arrangør som gav dispensasjon for 100 km regelen – for Sarpenmarsjen. Det er i underkant av 90 km, men dersom deltakelsen er synkende for ØMK må klubben nok lete etter andre feil enn "Sarpenmarsjen".

Enhver arrangør bør forsøke å legge forholdene best mulig til rette for deltakerne, og det skader jo ingen at arrangørene samarbeider.

Vi har etter hvert mange "helge-samarbeid" mellom arrangører som går sammen om marsjprogram/annonsering/overnatting for deltakerne. Også Sørlandet har fått øynene opp for, at man kan gå sammen om en "trippel" og få flere langsveisfarende deltakere, som på denne måten får mer ut av sin reise.

Turmarsjtilbudet er stort i dag, arrangørene kan aldri bli for dyktige, og samarbeidet er til beste for arrangører og IKKE MINST deltakerne.

Og når jeg nå får en helt gratis sjanse som dette brevet fra Holm gir, benytter jeg anledningen til å ønske velkommen til "2 dager, 3 marsjer" i sept.

Så lenge Stomperudmarsjen har gitt dispensasjon for Norgestrimmen, verken kan eller bør NTF har noen innvendinger mot dette. Hvor mange marsjer som er lørdagen før ØMK arrangerer sine marsjer, har klubben naturligvis ikke noe med.

– Det skal kort og godt være 100 km mellom marsjer som arrangeres på samme dato, men gir arrangørene dispensasjon er det greit. Flere arrangører er forespurt og har sagt nei, og dette blir respektert av NTF og den arrangør som har bedt om at det blir spurt.

Det står videre i referatet: "Odd Ivar Ruud bemerket at turmarsj er til for de som ønsker å gå og liker sporten. Han syntes at man skal legge forholdene til rette for at de som gjerne vil gå 3 marsjer på en helg kan gjøre det."

– Altså pr. dato blir denne regel ikke overtrått, verken av NTF's styremedlemmer, eller andre.

Fortsatt god marsj, det er for deltakerne vi arrangerer.

birgith

ETTER OPPDRAG OG FORBANNELSE FRA MANGE DELTAGERE

Det henstilles til Turmarsjforbundets arrangører av turmarsjer, at det for fremtiden må bli slutt på all løping. Dette gjentar seg stadig, mange kommer brasende og roper løype, ergo mange eldre og også handikappede må vike plass. Spørsmålet er: Er det vi driver med Turmarsj eller terrengløp.

Jeg henstiller til Forbundet at samtlige arrangører blir pålagt, enten ved oppslag og/eller innbydelsen gjøre deltagerne kjent med at løping er forbudt.

Hvis en person blir påtruffet løpende skal startkortet fratas ham. Det må også settes ut flere vakter i løypa.

Nytt fra Sekretariatet

En ny sesong er igang og før året er omme vil vi antakelig ha hatt omlag 500 marsjer/arrangementssteder.

Når det gjelder stempeling av IVV-kort er det tilsynelatende en del uvitenhet ute og går. Vennligst les nedenstående, og har du flere spørsmål – er det fint om du sender oss et par ord.

1. Ha alltid med deg IVV-kortene på marsj.
Etterstempeling er ikke tillatt. Det er heller ikke tillatt å få stempel på lapper og lime dem inn i kortene.
2. IVV-kort kan kjøpes ved alle marsjer som er tilsluttet Norsk Turmarsj Forbund. Dersom arrangøren skulle være utsolgt, få dem da til å ta imot bestilling/penger. Når NTF får beskjeden tirsdag/onsdag stempler vi kortet og sender det umiddelbart til deg, slik at du har det til søndagens marsj.
3. Kortene koster kr 15,—. Denne prisen inkl. nål/stoffmerke og diplom.
I tillegg kan du få kjøpt et stort metallmerke (i den grad du har Innøst). Disse store merker "Brystmerker" bestilles og betales via postgiro 3 90 17 33 (og sendes ikke ut på postoppkrav).
4. Du kan stemple både deltakerkort (grønn eller violett) og kilometerkort (blå) på samme tid.
5. Dersom du går flere løyper på en marsj, får du alle km godskrevet, **MEN BARE ET STEMPEL I DELTAKERKORTET**. Dette gjelder også for **SOMMER OG JULEMARSJEN**, går du på flere startsteder, får du bare KM, og ikke flere stempler i deltakerkortet.
(Hver marsj/dag har et stempel med spesielt nr. som bare brukes på denne ene marsjen. **DVS i deltakerkortet SKAL DET IKKE FOREKOMME MER ENN ETT STEMPEL MED SAMME NR.** (I km-kortet kan det forekomme flere stempler med samme nr, dersom deltakeren har gått flere løyper på samme marsj).
6. Får du mer enn 500 km på ditt km.kort?
Få da den arrangør som tar imot ditt kort (der du kjøper nytt kort) til å overføre de "tiloversblevne" km til nytt kort.
7. Du får stempel på **ALLE MARSJER SOM ER TILSLUTTET IVV**. I Norge er det marsjer som er tilsluttet NTF, (Du vil alltid finne IVV's emblem på programmer for marsjer som er tilsluttet IVV).
8. På en IVV-marsj kan du ikke få stemplet **ANDRE TRIMBØKER**.
9. På marsjer som **IKKE ER TILSLUTTET IVV/NTF** får du selvfølgelig **IKKE IVV STEMPEL**, og **ALLE andre stempler i IVV-kortet er ugyldige og godkjennes ikke**.
10. Når kortene kommer inn til NTF blir de registrert/kontrollert før merker sendes ut. Hvis det finnes feil, – som f. eks. 2 stempler med samme nr. i deltakerkortet, eller andre stempler, blir kortene returnert til sender. Hvis "feil" gjentar seg, vil hele kortet bli kjent ugyldig, eller deltakeren vil bli ekskludert for deltakelse i IVV-marsjer.

NYE MARSJER/FORANDRINGER/TILFØYELSER TIL TERMINLISTEN

- 26.02. BANEMARSJ, 10 og 20 km.
Arr: HOLMENKOLBANEN IL v/Olaf Røang, Sørkedalsvn. 15,
Oslo 3. Tlf. 02/46 67 22.
- 04.03. BRYNE RØDE KORS MARSJ, 11 og 20 km.
Arr: BRYNE RØDE KORS v/Signe Nysted, Austbøvn. 5 a,
4340 Bryne. Tlf. 04/48 23 33.

KMV-marsjen, arr. KMV - BIL, Kristiansand flyttes fra lørdag
21. april til lørdag 28. april.

VÅGMARSJEN, arr. IL Vågsbygd flyttes fra søndag 22. april til SØN-
DAG 29. APRIL.

- 11.06. STRAUMEN RUNDT, 12 og 20 km.
Arr. EID IL v/Audun Frøisvold, 6350 Eidsbygda. Tlf. 077/
23 820.

Feil i vår norske terminliste:

VÅGMARSJEN i Vågsbygd har blitt til Vårmarsj, VÅGMARSJ er
riktig.

OLAVS-MARSJEN i Sarpsborg har fått feil dag, torsdag, men det er
selvfølgelig SØNDAG 06.05.

— og mens vi er ved 06.05. er avstanden fra Nittedal stasjon til Sørli
skole 800 m (ikke km) og det er på HESTEHOVMARSJEN.

16.06. BERGMANNSMARSJEN ER EN TO-DAGERS MARSJ og
riktig dato blir da 16. og 17.06.

15.09. ULLENSAKERMARSJEN ER EN TO-DAGERS MARSJ og
riktig dato blir da 15. og 16.09.

“TV-MARSJEN 84” AKSJON AMNESTY 1984 – GÅR 28. OKT, OG
DET VIL DERFOR BLI NOEN FORANDRINGER PÅ DEN OPPSAT-
TE TERMINLISTE FOR SISTE HALVDEL I OKTOBER. DET SKAL
VI KOMME TILBAKE TIL.

MENNESKEVERD-MARSJEN 23.10.83.

Regnskapet gjøres opp i disse dager. Overskuddet blir omtrent som i
fjor: 143.000.

Alle arrangører vil få tilsendt regnskap, og en liten plakett som takk for
innsatsen for marsjen.

Nå er vi allerede igang med arbeidet for AKSJON AMNESTY 1984.
Husk her kan ALLE FORENINGER/LAG/KLUBBER/SPEIDERE/
SKOLE ETC bli medarrangører. Skal arrangørtallet bli større enn 1983

— 117 arrangører — ja det er blant mye annet opp til våre lesere. Er det en marsj på ditt hjemsted?

Kontakt Norsk Turmarsj Forbund for flere opplysninger.

JULEMARSJEN 1983

2. juledag benyttet 7940 deltakere til å gå julemarsj på de 55 startsteder fra Bjørnevattn i Nord til Lista i Sør.

Denne marsj har for mange blitt en tradisjon, uansett vær og vind går de julemarsj. Går du med i 1984?

SOMMERMARSJEN 1984



Årets Sommermarsj arrangeres over hele landet **ONSDAG 06.06.** Marsjen kan arrangeres av alle NTF's medlemmer. I 1983 var det 51 arrangører. Årets medaljemotiv er hentet fra Molde, medaljen er i emalje og har samme utforming som i 1983.

LØRDAG DEN 3. MARS AVVIKLES FORBUNDETS GENERALFORSAMLING I VERDAL.

Det er Verdal Røde Kors Hjelpekorps som er teknisk arrangør og det ventes delegater fra hele landet.

Her har vi ikke tenkt å gjengi hele årsberetningen, men noen tall og statistikker kan sikkert være interessant for alle turmarsjinteresserte:

DEN TOTALE DELTAKELSE i 1983: 176990

DET VAR 474 ARRANGEMENTER/DAGER (inkl. Sommer/Jule/Aksjonsmarsjen)

Det er innløst 5060 IVV-kort, dette er en økning fra 1982 på 660.

OBS. Mathilde, vår automatiske telefonsvarer vil hver fredag/lørdag gi opplysninger om nye marsjer og endringer i terminlisten. Ring 02/70 55 36 og du får siste nytt om helgens marsjer.

forts. fra s. 18

Nå som turmarsjen faktisk er blitt en folkesport, hvorfor skal vi la dette utarte seg? De som vil løpe må delta i terrengløp eller maraton, det er der disse tilhører. Altså: All løping er forbudt, det skal gåes, hvis ikke blir startkortet fratatt.

Jeg vil også henstille til arrangørene om å være mer nøyaktige med distansene slik at disse samsvarer med hva som er opplyst i innbydelsene.

Bjarne Lønnkvist

Nye medlemmer i NTF

243 Rovde IL

Åshild Knardal, 6130 Rovde. Tlf. 070/97 631.

246 Holmenkolbanen Idrettslag

Olaf Røang, Sørkedalsv. 15, Oslo 3. Tlf 02/46 67 22.

244 Posten Bedriftsidrettslag, Fr.-stad.

Ivar Sæterøy, 1600 Fredrikstad, postkontor. Tlf. arb. 032/15 970, priv. 031/42 830.

247 Eid Idrettslag

Anders Friisvold, 6350 Eidsbygda. Tlf. 072/23 820.

245 Skarven IL

Asbjørn Ottarsen, 9110 Sommerøy. Tlf. 083/40 186.

FORNYELSE AV ABONNEMENT FOR TURMARSJNYTT

– med nr. 4/83 ble det utsendt girokort for betaling 1984. Vi takker for alle de ekstra bidrag vi har fått. Tro det eller ei, men flere har betalt helt opp til kr 100,– og enda flere har betalt fra kr 30,– til 50,–. Koselig at dere setter pris på bladet. TAKK.

FORSENDELSE AV TURMARSJNYTT

– alle som har fornyet sitt abonnement "er lagt på disk" på vår kjære "Marie-Osborne". Dersom ditt navn/adr. er feil skrevet, har vi tolket ditt girokort feil. – Vennligst rett opp og send inn konvolutten til oss, slik at dette kan bli rettet opp.

Neste nr. av Turmarsjnytt utkommer først i juni. Stoff bes innsendt innen 1. mai.

INNØSTE IVV-KORT FORDELER SEG SLIK:

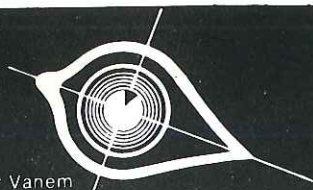
10	30	50	75	100	125	150	175	200	225	250	275	300
1343	769	465	282	158	111	60	42	33	26	25	27	20
325	350	375	400	425	450	475	500	525	550	575	600	
13	12	7	4	1	1	2	2	2	1	1	1	=3407
500	1000	1500	2000	2500	3000	3500	4000	4500	5000	5500	6000	
535	318	188	113	99	69	55	46	37	37	29	28	
6500	7000	7500	8000	9000	10000	11000	12000	13000	14000	15000		
25	16	14	14	10	8	7	4	1	2	1		=1656

– i denne opptelling kan det være mindre feil.

– totalt + ÷ 25 stk.

ARGUS markering a/s

Per Vanem



Adresse: Postboks 91 - 1501 Moss
Telefon: (032) 67 501 - 67 502

VÅRE SPESIALOMRÅDER:

- MEDALJER - alle utførelser
- STOFFMERKER - alle utførelser
- METALLMERKER - alle utførelser
- PLAKETTER - flere utførelser
- SELVKLEBENDE MERKER
- BORDFANER/VIMPLER
- TRANSPARENTER/FLAGG
- REKLAMESKILT - alle materialer
- SALGS-/PR-ARTIKLER:
nøkkelringer,
reklameluer,
kulepenner,
T-skjorter,
osv. **SPØR OSS!**



Ta oss med på råd. Vi hjelper Dem med valg av kvaliteter og tegneforslag til motiv.
Våre priser vil De finne meget behagelige.
Vennligst kontakt oss for tilbud.

Medaljer til alle...

Til sportsstævner, mesterskaber
eller marcher.

Medaljen udføres i forgyldt, forsøl-
vet, bronzeret eller ilagt ægte emalje
i farver nøjagtigt efter Deres ønske.
Monteres med langt eller kort bånd
alle farver.

Send os Deres forslag eller medalje
og vi giver Dem straks et ufor-
bindende tilbud med rentegning.
Udkast / rentegning er uden udgift
for Dem.



G.K. PEDERSEN ApS

FUGLEVADSVEJ 75 - DK-2800 LYNGBY - DANMARK
POSTBOKS 19 - TELEFON (02) 87 04 74 - TELEX: 37 109 gkp dk