



NTF's Turmarsj-nytt

NR. 1

ORGAN FOR NORSK TURMARSJ FORBUND

Årgang 7



**MED NTF FOR TURMARSJ I NORGE
1975 - 1985**

Mars 1985

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



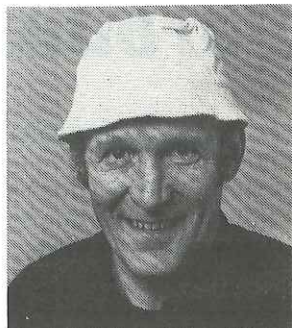
VI HAR ERFARINGENE OG PRODUKTENE
– DU HAR BEHOVET

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



Norsk Turmarsj Forbund kan se tilbake på 10 års virksomhet. Ser man på utviklingen frem til i dag - en utvikling gjennom egen kraft, uten hjelp utenfra, fra stat eller andre organisasjoner - er det grunn til å feire et lite jubileum. NTF har med grunnlag i IVVs idéer' og felles internasjonale retningslinjer, markert sin posisjon innen norsk mosjonsidrett. De tre bokstavene NTF er blitt et symbol på fri fysisk utfoldelse i et utvungent sosialt samvær. Turmarsj er i dag et alternativ til tradisjonell idrett. Et aktivitetstilbud til hjemmesitterne, eldre, funksjonshemmede, barnefamilieene - til nærmiljøet. Turmarsj lever sitt eget liv på egne føtter - året rundt.

Det tar tid å få øynene opp for denne aktiviteten, som verken kan måles i minutter eller meter. Men i jogge- og mosjonsidrettens fotefar er det signaler som tyder på at noe er i ferd med å skje. De 10 år som ligger bak oss er historie. Det er fremtiden og de muligheter som ligger i denne, som må oppta oss. NTF er oss alle, styret, valgte tillitsmenn, turmarsjdeltakere, alle som hver på sin måte arbeider for turmarsjens idé. La oss alle samles i arbeidet for fortsatt vekst og utvikling av den rene mosjonsidrett i Norge, - norsk turmarsj.

Lykke til i det nye året.

Med turmarsjhilsen

Odd Ivar Ruud

NORSK TURMARSJ FORBUND

Boks 147 - 1473 Skårer - Tlf. 02/70 55 36

Redaktør: Odd Ivar Ruud - Tlf. 02/49 86 76

Turmarsjnytt utkommer 4 ganger i året. Alle medlemslag får tilsendt 5 eks gratis.

Alle interesserte kan tegne årsabonnement på bladet for kr. 15,-, fritt tilsendt.

Annonsepriser: Helsekr. 800,-. Halvside kr. 400,-.

Annonser ang. turmarsjer - kvartside kr. 150,-.

Forbundet runder 10 år

Mange av bladets lesere forventer kanskje i et slikt tilbakeblikk, en foku-
sering av tidligere og nåværende tillitsvalgte innen NTF's organisatoriske
ramme. Noen vil også savne statistiske opplysninger fra år til år. Ved å bla
i tidligere årsberetninger og årganger av Turmarsj-nytt, finner vi alle de
opplysninger vi søker.

For 10 år siden var turmarsj et relativt nytt begrep i Norge. Mange av oss
hadde deltatt i noen få lange og krevende turmarsjer her hjemme og i
utlandet, hvor 4-dagers marsjen i Nijmegen i Nederland føyet seg inn i
bildet som en styrkeprøve. Flere var av den oppfatning at hadde en deltatt
i noen av disse «styrkeprøvene», ja, så var en i god form.

Den gangen var det neppe mange av oss som tenkte på at en slik aktivi-
tet - drevet og organisert på den rette måten - var noe hele familien,
venner og bekjente kunne være med på. Langt mindre tenkte vi på den
fred, ro og skjønnhet som kunne forbindes med slike arrangementer. En
aktivitet uten prestasjonsjag og konkurranseidealisme, hvor det var opp
til den enkelte arrangør å få vegetasjonens farger og naturens vider-
verdigheter frem i dagen.

På den konstituerende generalforsamlingen i 1975, ble det vedtatt at
forbundet skulle ivareta de tilsluttede foreningers interesser, samt ar-
beide for utbredelsen av turmarsjinteressen.

Allerede påsken 1975 ble NTF - på Det Internasjonale Folkesportsfor-
bunds - IVV's - generalforsamling i Luxemburg - invotert som medlem nr.
9. Frankrike som ble stiftet en uke før NTF, ble i samme generalforsamling
invotert som medlem nr. 8.

At NTF ble tilknyttet IVV på et tidlig tidspunkt og at NTF fulge ånden og
ideén fra IVV, er nok en av grunnene til veksten og populariteten innen
turmarsjaktivitetene. Ved starten var det bare fire medlemmer som var
forankret i IVV. Det er derfor grunn til å se med glede på utviklingen med
hensyn til antall medlemmer, arrangementer og deltakere. Forklaringen
på denne utviklingen ligger i at styret - med medlemmenes tillit - har
systematisert ansvars- og oppgavefordelingen. I dette arbeidet er IVV's
retningslinjer og vedtekter lagt til grunn.

I løpet av disse årene har Norsk Turmarsj Forbund planlagt og arrangert
to internasjonale møter. Presidentskapsmøte i Oslo høsten 1979 og ge-
neralforsamling i Kristiansand våren 1981. Gjennom disse arrange-
mentene fikk vi markert våre synspunkter, vårt særpreg og vår arbeids-
form. Vi inntar derfor en verdig plass blant de IVV-tilsluttede forbund og
enkeltmedlemmer.

Jeg ønsker derfor jubilanten - som har vist seg å ha livets rett - lykke til i
det videre arbeidet både på internasjonale - og nasjonale plan.

Einar Hermanrud

Vi takker Einar for disse linjer, og synes vi likevel vil få lov å nevne hvem som var med i NTF's første styre:

Formann	Einar Hermanrud, Tugala
Nestformann	Andreas Omundsen, Sørlandsmarsjen
Sekretær	Tor Rolandsen, Østmarka MK
Kasserer	Sigurd Venemark, Ski TMF
Stempelforvalter	Birgith Sørensen, Østmarka MK
Styremedlem	Bernhard Hoel, Oldtidsmarsjen
Styremedlem	Odd Jakobsen, Oslo Gangklubb

Takk for innsatsen, red.

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



TOLVER'N

3. august 1985 i Kristiansand S

12 - 24 - 120 km



Neste nr. av Turmarsjnytt utkommer først i juni

Stoff til bladet må være redaksjonen i hende innen 1. mai. Vi gjør oppmerksom på at artikler som blir brukt i bladet står helt for den enkelte forfatters regning og behøver nødvendigvis ikke være i samsvar med forbundsstyrets syn i de forskjellige saker. Innlegg kan settes inn under merke, men redaktøren må ha navn og adresse på innsender.

SKRIV TIL OSS!

HVA ER IVV?

Historikk

Folkesport har oppstått fra mosjonsløp (Volkslauf) som idrettsklubber i Syd-Tyskland arrangerte i Bobingen, en liten by i nærheten av Augsburg. Hensikten var å stimulere interessen for klubbens trimaktiviteter blant den lokale befolkning. Ideén fenget raskt og innen få år fikk løpene stor utbredelse i Syd-Tyskland. I 1968 ble «Internationaler Volkssportverband» stiftet av Vest-Tyskland, Sveits, Liechtenstein og Østerrike. De fire nasjoners flagg er plassert i den indre sirkel på IVV's emblem.

Året etter ble det arrangert 15 turmarsjer innen IVV. Arrangementene var slik vi kjenner turmarsj i dag. Overgangen fra løp til gang viste seg å være populært, og arrangementene fikk etter hvert stor oppslutning.

Det ble gjort forsøk på å tilslutte denne nye form for folkesport til allerede eksisterende idrettsorganisasjoner. Man ble imidlertid avvist under henvisning til at virksomheten ikke var idrett, men turgåing. Man besluttet derfor å bygge opp en egen organisasjon.

I de fire forannevnte land ble det stiftet nasjonale forbund. Det er verdt å merke seg at man først grunnla en internasjonal organisasjon før man fikk en nasjonal inndeling. Liechtenstein gikk sammen med Sveits i «Volkssportverband Switzerland/Liechtenstein».

I de etterfølgende år har disse land sluttet seg til IVV:

- 1972 Luxembourg
- 1973 Danmark
- Sydtirol
- 1974 Belgia
- 1975 Frankrike
- Norge
- 1976 Italia
- 1979 USA
- Sverige
- 1980 Nederland
- 1983 Storbritania



I tillegg til disse nasjonale forbund er det flere land som har klubber direkte tilsluttet IVV, f.eks. i Irland, Canada, Mexico, Spania, Israel, Hellas og Tyrkia.

Folkesporten innen IVV omfatter foruten turmarsj, som er den klart største grenen, også ski, svømming og sykkel.

Formål og organisasjon

Forbundets navn er «Internationaler Volkssportverband e.V.» (e.V. = registrert forening). Navnet forkortes til IVV. Forbundet har sete i München, Tyskland. Forbundsspråket er tysk.

Forbundets formål er ihht vedtektenes § 2:

1. Forbundet er en sammenslutning av nasjonale folkesportforbund på internasjonalt plan.
2. Forbundets oppgaver er:
 - a. Ved fremme av utvungen sportslig aktivitet i den frie natur, å fremme folkehelsen.
 - b. Ved å grunnlegge internasjonale vennskap gjennom folkesporten, å fremme forståelse mellom nasjoner og dermed tjene fredens sak.
3. Forbundets formål er å fremme folkesportsarrangementer som ikke har konkurransemomenter.
 - a. Å samarbeide med og understøtte de nasjonale folkesportforbund gjennom jevnlig menings- og erfaringsutvekslinger, under full bevarelse av forbundets rettslige og økonomiske selvstendighet.
 - b. Som anerkjennelse for gjentatte deltakelser i folkesportsarrangementer, gjennom de nasjonale forbund, å tildele det internasjonale folkesportsmerke.
4. Forbundet er upolitisk samt rasemessig og ideologisk nøytralt.
5. Forbundet har ved fremme av folkesporten utelukkende og umiddelbare uselviske almenntilgittige formål.
6. Forbundet har ingen overskuddsrettede økonomiske mål. Om ytelser av midler til fremme av folkesporten, til medlemsforbundene, bestemmer Det samlede presidium.

Forbundets styrende organer er:

- Generalforsamlingen
- Det samlede presidium
- Det forretningsførende presidium

Generalforsamlingen er forbundets høyeste myndighet. Det består av samlede presidium og av representanter fra medlemslandene etter følgende regler:

1 - 300 medlemsforeninger: 2 representanter.

For ytterligere 300 påbegynte medlemsforeninger: 1 ekstra representant. Det høyeste antall representanter fra et nasjonalt medlemsland må ikke være over 8.

Generalforsamlingen har følgende oppgave:

- a. Vedta vedtekstendringer
- b. Godkjenne voldgiftsavgjørrelser etter nærmere bestemmelser
- c. Fastsette alminnelige regler for forbundets drift
- d. Velge Det forretningsførende presidium
- e. Godkjenne beretningen fra Det samlede presidium

- f. Innvilge Det samlede presidium ansvarsfrihet etter fremleggelse av revisjonsberetningen
- g. Avgjøre innsendte forslag
- h. Avgjøre utnevning av ærespresidenter
- i. Avgjøre evt. oppløsning av forbundet og rådigheten over forbundets midler.

Det samlede presidium består av presidenten, vicepresidentene, sekretær, kasserer, materiellforvalter og medlemslandenes presidenter eller deres stedfortreder. Det samlede presidium leder forbundet og treffer forbundsavgjørelser som ikke er forbeholdt Generalforsamlingen og Det forretningsførende presidium.

Det forretningsførende presidium består av presidenten, 3 visepresidenter, sekretær, kasserer og materiellforvalter. — Det forretningsførende presidium velges av Generalforsamlingen for en periode på 3 år.

Presidiets oppgave er:

- a. Lede forbundets drift og forvalte forbundets midler ihht vedtektene
- b. Utføre Generalforsamlingens og Det samlede presidiums beslutninger
- c. Forberede Presidiemøter og generalforsamlinger
- d. Føre protokoll og sende ut referater
- e. Fremlegge budsjettforslag
- f. Fremlegge årsregnskap

Norge har i alle år arbeidet aktivt innen IVV. Fra 1978 til 1984 var daværende formann i NTF, Einar Hermanrud, visepresident i Det forretningsførende presidium, og som sådan representant for de skandinaviske landene.

For øvrig er Norge representert i Det samlede presidium gjennom den til enhver tid sittende formann i NTF. På IVV's generalforsamling møter Norge med to representanter i tillegg til formannen.

Foruten generalforsamling, avholdes det normalt 3-4 møter i Det samlede presidium hver år. Disse møter går på omgang blant medlemslandene.

BUSS TIL NIJMEGEN

12.07. - 21.7. 85

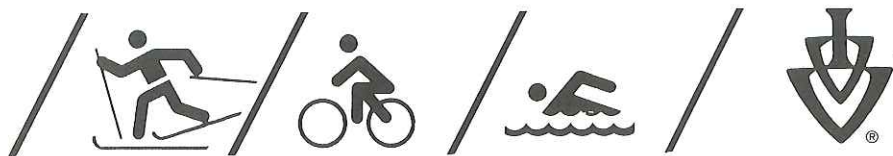
**BUSSAVGANG BÅDE FRA ARENDAL
GRIMSTAD OG KRISTIANSAND
PRIS kr 975,- inkl. buss, ferge
OG RASTEPLASSERVICE.**

**BARN UNDER 16 ÅR KR 675,-
PÅMELDINGSFRIST: 1. JULI 1985**

**NÆRMERE OPPLYSNINGER:
ROALD DRIVDAL, Kongsgård allé 48,
tlf. 042/91 495, 4600 Kristiansand.**

**EVY MAY MARKENG, Tretjønnavn. 38a,
tlf. 042/92 084, 4600 Kristiansand.**

Fra marsjen's verden



«RADFAHREN - SKILANGLAUF - SCHWIMMEN»

Det internasjonale folkesportsforbund (IVV) har ikke bare marsjer/vandringer på programmet. Det arrangeres også sykkelturner, skiturer og svømming osv etter følgende spesielle retningslinjer:

a. Sykkel.

Kort distanse 20 - 30 km, mellom-distanse 35 - 45 km, lang distanse 50 - 60 km. Den korte distanse må ikke være under 20 km, den lange ikke over 60 km. Dispensasjon kan gis av det nasjonale forbund.

b. Ski.

Kort distanse 10 - 18 km, lang distanse 20 - 40 km. Den korte distanse må ikke være under 10 km, den lange ikke over 40 km. Dispensasjon kan gis av det nasjonale forbund. Det anbefales å arrangere en fotmarsj parallellt med skituren.

c. Svømming.

Kort distansen må ikke være under 200 m, den bør ikke være lenger enn 400 m. Mellom-distansene må ikke være under 500 m, den bør heller ikke være over 800 m. Lengste distanse må ikke være over 2.000 m.- Ved valg av distanse skal det tas hensyn til bl. a. dybde og temperatur. Dypt vann eller sterk strøm skal unngås. Det skal være hvileplasser i rimelig avstand fra hverandre. Pga faren for underkjøling skal hvil skje med kroppen under vann. Hvileplassen skal derfor være båt, flåte eller på grunt vann. Arrangementet krever bl.a lege og livreddere med nødvendig teknisk materiell inkl. rednings- og opplivningsutstyr. Ved svømming gis ikke stempel i kilometerbeviset.

Andre aktiviteter kan arrangeres etter behov og søknad.

Fornyelse av abonnement på TURMARSJNYTT

Mange har allerede fornyet sitt abonnement, og vi takker for alle de ekstra bidrag vi har fått hittil. Nesten 50% av abonnentene har betalt mer enn kr 15,-. Ja, vi har registrert innbetalinger helt opp til kr 200,- TUSEN TAKK.

Så står det bare igjen og si - GOD MARSJ.

birgith



**Vi har vært
med saksen i**

Norsk idrett

Organ for Norges Idrettsforbund

Hentet fra en artikkel av professor
Sigmund B. Strømme.
Norges Idrettshøyskole

GÅ DEG I FORM

Dersom du er i så dårlig form at du føler deg andpusten for den minste ting, bør du tenke på å starte treningen med et gå-program. Fordelen med et slikt program er at det langsomt, men sikkert gir deg bedre kondisjon, uten at du risikerer de skader som ofte melder seg hvis du går rett på et anstrengende treningsprogram. Når kroppen ikke har vært skikkelig brukt på lang tid, er muskler, ledd, sener og bånd meget ømfintlige for uvante belastninger. Det å gå er også noe du kan gjøre nær sagt til alle tider. Du kan f.eks. la bil være bil og bruke bena til alle de små ærend vi ellers er vant til å sette oss bak rattet for å utføre.

Men har det å gå noen særlig effekt på hjerte og lunger, vil du kanskje spørre. Svaret er ja, men det forutsetter at du etter hvert legger litt mer innsats i frasparket og øker skrittlengden. Flere undersøkelser har vist at systematisk gjennomførte gå-program kan gi betydelig kondisjonsforbedring hos de som starter treningen i dårlig form. Således er det vist at 40 minutters gangtrening (4 - 5 km) fire ganger pr. uke kan forbedre kondisjonen med 30% over en 4 måneders periode.

Forutsetningen for fremgang er at programmet du følger, har en viss stigning i intensitet, dvs i det tempo vi beveger oss med. Når vi øker tempoet, øker også forbruket av energi, noe som er gunstig også med tanke på den slankende effekt. Dersom tiden pr. km senkes fra f.eks. 10 til 8 minutter, innebærer dette en økning i energiforbruket fra ca. 240 til ca. 360 kcal. (100 til 150 kJ) i en 40 minutters treningsøkt.

LESERENS HJØRNE

- Leserens hjørne er åpent også for deg!
- Send oss gjerne noen ord om hva du mener om turmarsj i Norge.
- Innlegg kan gjerne settes inn under merke, men redaktøren må ha navn og adresse.

Innlegg sendes til:

N.T.F., Turmarsjnytt, Postboks 147 - 1473 Skårer.



Om god og dårlig hestehandel

Det er noe merkelig med oss som driver turmarsj på små øyer i havgapet. Veier visste vi knapt nok hva var før langt ut på femti-tallet og egentlig var det vel turroing vi burde ha beskjeftiget oss med.

En ting har vi imidlertid drevet med til alle tider og det er hestehandel. Vi lar oss ikke prakke på et hvilket som helst øk. Nå er det jo vanlig at selger prøver å framheve alle gampens fortrinn mens kjøper etter beste evne kikker på tenner, kryss og svai og hva det nå måtte hete. Er produktet for dårlig og det likevel blir handel, ja da har enten kjøper vært for godtroende, selger for glattunget - eller helst begge deler.

Det nye «fot-forbundet» er etter min mening den største hestehandel turmarsjfolket hittil har gitt seg i kast med. Er vi blitt tilbudt en racer som vil gi oss penger, heder og ære eller er det et forkledd esel vi står og ser på? Selger vil nok komme med sine argumenter, men nå er det opp til fot-folket, i ordets oppriktigste forstand, å vurdere både eksteriør og interiør på øket.

Vil det gi oss økonomisk gyldne dager? Svaret er et så klart nei! Det framgår av alle de papirer som hittil er sendt klubbene. Og er det nå så sikkert at noen flere kroner i kassen er det eneste salige, det som får oss til å lukke øynene for andre ting? Vi skal altså gjøres til idrettslag med alt som det medfører. Dessverre kan vi nok ikke få med oss bedriftsidretts-idresslag og helsesportslag inn i det nye systemet. Vi vil miste den frie stillingen vi har nå og vi vil bli sittende aller nederst av de kommunale idrettsbordene. Der går man nemlig etter helt andre kriterier enn det vi er vant til når kaken skal fordeles. Kanskje vil det bli tatt hensyn til hvor mange deltakere vi kan mønstre på våre marsjer - selv om det i seg selv ikke bør være noe mål. Mange av turmarsjforeningene har ikke engang som mål å skaffe seg en masse medlemmer. Det viktigste er å kunne gi et marsjtilbud til de «uorganiserte» dvs alle som har lyst til å gå.

Norges Idrettsforbund har vist ved flere anledninger at mosjonsidrett ikke er det som de er flinkest til å handskes med. Er det lisenssystemer vi ønsker? Trimbølgen har vært en god melkeku for den øvrige idretten. Man har visst å kvitte seg med ulønnsomme trimtiltak. Og nå skulle altså det hele på en måte bli omvendt? Man får lyst til å si med Poul Henningsen «- det er nesten for meget.»

Nei, godtfolk. Kjøp ikke øket dere vil bli tilbudt på Hamar. Du kan risikere å havne på slakteriet, både du og øket.

**Vi ønsker velkommen
til våre marsjer i og omkring Oslo**

Lørdag 27. april

Oppegård Turmarsj Forening

VELKOMMEN TIL OPPEGÅRDSMARSJEN

15 og 20 km - Start fra Greverud skole fra kl. 9-13.



Lørdag 4. mai ønsker FN-BEFALETS LANDSFORENING
VELKOMMEN TIL FN-MARSJEN - 10 og 20 km.



Start fra VM-huset, Holmenkollbakken
20 km kl. 15.00-16.00 - 10 km kl. 15.00-17.00

Søndag 12. mai sier

ØSTMARKA MARSJKLUBB

VELKOMMEN TIL VÅRMARSJEN 10 og 26 km

Start fra Rødtvet skole, Sandåsvn. 1, Oslo 9

26 km fra kl. 09.00-11.00 - 10 km kl. 09.00-13.00



Torsdag er det OSLO BLINDES HELSESPORTSLAG

som ønsker velkommen til **Løvsprettmarsjen**

Start fra Skullerud skole 12 og 21 km

21 km fra kl. 09.00-11.00 - 12 km kl. 09.00-14.00



Søndag 9. juni

ønsker **OSLO GANGKLUBB**

VELKOMMEN TIL OSLOVANDRING

Start fra Kjelsås Idrettshall - 10, 20 og 40 km.

40 km fra kl. 08.-09. - 10 og 20 km fra kl. 08.-11.



Vi, Inger og Knut ønsker dere godt nytt år!

For tiden er vi marsjfantomer i Libanon. I den forbindelse har vi tillatt oss å arrangere julemarsj. Vi håper du tar godt imot vårt initiativ og svaret positivt på vår velferds- og idrettsoffiser I/Lt Kai Reinertsens anmodning om medaljer. Ellers kan vi fortelle at marsjmiljøet her nede er bra. Vi har vår egen Tibninemarsj som ble startet i 1978 og den er meget populær. Den må gås 5 ganger før en får medalje, så er det stjerne for hver 5. gang. Noen har faktisk oppnådd 3 stjerner på en kontingent. Marsjens lengde er 1,3 mil med våpen og grunnutrustning. Vi har også mulighet til å delta i Saqimarsjen og Cheeba-marsjen som arrangeres av NORBATT. Det svenske feltsykehuset arrangerer også en marsj som heter Naqoura-marsj. Dette var i korte trekk en del av vårt marsjmiljø. I tillegg er det en del av oss som har Nijmegen i bakhodet så treningen må holdes vedlike.

Grunnen til at vi søker så sent om å få arrangere julemarsj er at vi har vært så opptatt med den daglige tjeneste pluss juleforberedelser.

Så til slutt ber vi om å få tilsendt Turmarsjnytt slik at vi kan orientere oss om hva som skjer. Det er først og fremst referat fra Generalforsamlingen som interesserer. Kanskje er vi interessert i abonnement på bladet. Dette vil vi ta opp med velferdsoffiseren når vi kan vise ham produktet.

Vi sender også et stk. av vår medalje som kan brukes av NTF til reklame for marsj eller bare som en kuriositet.

Dette var alt for denne gang - vi håper på et positivt svar.

Ha det bra - GODT NYTT ÅR!

Hilsen

Inger Hågård

Knut Enge

Feltpost 106
Den Norske FN-styrken
OSLO avgang Utland

TIBINE,
20. desember 1984

HÅ-MARSJEN

Søndag 24. mars. Start fra Varhaug Idrettshall
fra kl. 09.00 til kl. 12.00.

2 løyper som mellom anna går på den gamle
«KONGEVEIEN»

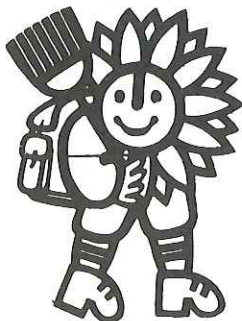
Arr.: **Varhaug Idrettslag**



«Miljøtips»

De fleste «turmarsjere» har god tid, de slapper av på rasteplassene eller andre steder i løypa. — En rasteplass kan være så mangt. Fra en enkel saftservering til et rikholdig utsalg. Eller kanskje din egen private rast i idylliske omgivelser.

I og for seg er vel ikke servering/salg avgjørende for rasteplassens verdi. Det er omgivelsene som teller. Uansett utendørs eller inne, vi setter pris på en ren og ryddig plass hvor vi kan nyte vår mat og drikke. La oss hjelpe arrangørene. Rydd bordet før du går. Fjern søppel i naturen. Ikke bare ditt eget. Det blir hyggeligere for de som kommer etter deg.



EN TURMARSJER HOLDER NATUREN REN

TA MED DEG GODE MINNER
FRA MARSJEN
MEN HUSK OGSÅ AVFALLET

UTKLIPPBOKA

Som leserne kanskje vet, har vi egen utklippbok i NTF.

Hver enkelt av våre engasjerte og interesserte ut i miljøet i hele landet ber vi være våre ambassadører.

Hjelp oss å komplettere vår historie!

Hjelp oss å gjøre den mer og mer verdifull. Grip saksa - klipp - send. Aviser, programmer, reklame-materiell, alt kan ha interesse og fortelle noe om våre marsjtilbud. Bilder vil vi gjerne ha.

Send stoffet til NTF, Boks 147, 1473 Skårer. På forhånd takk for stoff!

Det er opp til deg om boka skal bli det vi gjerne vil den skal.

NTF's TURMARSJNYTT

Hva ønsker du av bladet?

Skal vi ha med mere «fagstoff»?

Skal vi ha med flere artikler fra inn- og utland?

Skal vi ha med flere intervjuer?

Hva ønsker du at bladet skal inneholde, husk et blad kan ikke skrives uten hjelp og tips fra leserne/turmarsjdeltakerne.

Vi vil gjerne høre din mening, og få ta del i dine ideer.

Skriv til oss:

Turmarsjnytt, Boks 147, 1473 Skårer.

Velg det som lønner seg for deg:



Enten - høy rente.
DnC Personkonto-system

Eller - ingen gebyrer.
DnC Lønnskonto

DnC
-gir bedre råd

NTF's 10 års jubileumsmarsj

med Norsk Turmarsj Forbund

for Turmarsj i Norge 1975 - 1985

I april 1985 - fra mandag den 15. til og med fredag den 19. vil det bli arrangert en landsomfattende JUBILEUMSMARSJ.

Da Turmarsjnytt gikk i trykken hadde nedenstående arrangører påmeldt seg. Det blir helt sikkert flere arrangører og vi oppfordrer deltakerne til å undersøke om det «lokale» NTF-medlem å arrange marsjen, og selvfølgelig sier vi: **BLI MED PÅ TURMARSJ**, bli med på JUBILEUMSMARSJEN, og **GOD MARSJ**.

Postnr.	Arrangør	Dato	Startsted	Tid	Telefon
9910	Bjørnevatn	Fre. 19.	Bjørneborg	16.00-18.00	085/98 422
9405	Kaneborg	Ons. 17.	Harstadhallen	17.00-	082/74 875 P
9372	Gibostad	Man. 15.	Skolen	K.A.	089/47 217 P
9110	Sommerøy	Tors. 18.	Skolen	17.00-19.00	083/40 186 P
8484	Risøyhamn	K.A.	Risøyhamn	K.A.	088/47 601 P
8475	Straumsjøen	K.A.	Straume skole	K.A.	088/35 260 A /Ø Strandback
8423	Maurnes	—	Klubbhuset Holmen	18.00	088/25 169 P
8200	Fauske	Ons. 17.	Hauan Grendeskole	18.00-	081/44 452 P
8010	Bodin	Ons. 17.	Bodø	K.A.	081/10 109
7820	Spillum	Ons. 17.	Forsamlingshuset	17.00-19.00	077/87 410 P
7700	Steinkjer	Ons. 17.	S. Videreg. skole	18.00-19.30	077/48 361 P
7713	Sandvollan	Inderøy R.K. Hjelpek.	K.A. Sakshaug ungd.skole	18.00	
7651	Verdal	Verdal R.K. Hjelpek.	Tors. 18. Ørmelen skole	18.00-19.00	076/79 464 P
7533	Frosta	Frosta TMF	Ons. 17. Odd Rossing	18.00-20.00	07/80 71 11 P
7500	Stjørdal	Stjørdal TMF	Ons. 17. Stjørdalshallen	17.00-19.00	07/82 45 03 P
7167	Vallersund	Asserøy IL	Tirs. 16. Bakketun	18.00-20.00	076/27 562 P
7090	Støren	Støren SK	Tirs. 16. Størenhallen	18.00-20.00	074/31 645
← ————— →					
7000	Trondheim	Trondheim TMF	Ons. 17. Hv.brakka - Byåsen	18.00-19.00	07/98 00 28 P
6400	Molde	Molde MK	Tirs. 16. Godssentralen	18.00-	072/53 342 P
6390	Vestnes	Vestnes VK	Ons. 17. Helland	18.00-	072/80 953 P
5820	Gaupne	IL Bjørn	Tors. 18. Utleiebygget	18.00-19.00	056/81 194 P
5306	Erdal	Askøy TK	Ons. 17. Erdal skole	17.30-19.00	05/14 09 80 P
5252	Hosanger	Bysheim UL	K.A. Bysheim Ungdomslag	—	05/39 23 83
4670	Hornes	Hornes MF	Tors. 18. Evje skule	K.A.	043/30 063 A /I. Haugen
4601	Kristiansand	Kristiansand MF	Tors. 18. Ekseserhuset	17.00-18.00	042/91 491 P
4551	Farsund	Skosålen MF	Ons. 17. Listehallen - Vanse	17.30-18.30	043/91 732
4532	Øyslebø	Marnadal IL	Ons. 17. K.A.	17.00-18.00	043/87 570 P
4344	Kvernaland	Kvernaland BIL	Ons. 17. Samfundshuset	17.00-18.00	04/43 39 79
4300	Sandnes	Gaugen MK	Man. 15. Øygård ungdomskole	17.30-19.00	04/62 11 67 P
3200	Sandefjord	Sandefjord TMK	Fred. 19. Runarhallen	17.00-19.00	034/77 368 P
3190	Horten	Horten og Omegn MK	Ons. 17. Lottehuset - Holtand.	17.30-18.30	033/41 973 P
3160	Stokke	Stokke IL	K.A. Stokke IL's klubbh.	17.00-19.00	033/37 808
2423	Østby	Østby IL	Tirs. 16. Østby skole	17.30-18.30	064/55 070
2400	Elverum	Elverum TMF	Ons. 17. Frydenlund skole	16.30-18.30	054/12 374 P
2380	Brumunddal	Brumunddal TMF	Ons. 17. Ungd.skolen	18.00-18.30	065/42 684
2270	Flisa	Flisa IL	Ons. 17. Bjørkheim Idrettspl.	17.00-	066/51 889 P
2200	Kongsvinger	Kongsvinger BIR	Tirs. 16. STK.-fabrikken	K.A.	066/17 111 A /K. Skyrudhaugen
2072	Dal	Dal IL	Man. 15. Dal skole	17.00-19.00	06/95 10 02 P
2051	Jessheim	MK Vandrerne	Tirs. 16. Jessheim	18.00-18.30	06/97 81 56
1720	Greåker	A/S Greåker Ind. BIL	Man. 15. Moa Idrettsplass	16.00-18.00	031/40 412 P
1580	Rygge	Rygge friluftslag	Tirs. 16. Rygge Idrettshus	17.30-19.00	032/60 587
1400	Ski	Ski TMF	Tirs. 16. Ski ungdomsskole	19.00-20.00	02/87 11 23
Oslo 6	Østmarka MK	Ons. 17. Trosterud skole	18.00-19.00	02/70 53 01	

Startgebyr er: Voksne kr 25,-, barn under 16 år kr 20,- og dette er inkl. en inkl. en meget fin BRONSEMEDALJE preget med vårt JUBILEUMSMERKE. Distansen omlag 10 km. Medaljen vil bare kunne erhverves ved deltakelse i uke 16, mens marsjens stoffmerke vil bli solgt utover våren (opplaget er ikke stort).

Et hyggelig intermesso

«Hallo, er det formannen i turmarsjforbundet?»

Ingen uvanlig åpning på en telefonsamtale en stille kveldsstund. Men denne gangen utviklet dette seg til en lengre kosetund med småprat. Selvsagt om turmarsj.

Min telefonvenn denne kalde januarkvelden var Gudveig Ranglo fra Maura. Hun vil gjerne vite hvor hun kan få kjøpt en god marsjsko. For øvrig som et resultat av en annonse i Norske Turmarsjer.

Det er viktig med gode sko vet du. Jeg gikk 30-mila (Hærvejsvandringen) i 1983, og det skal jeg gjøre om igjen. Jeg reiste ned alene, men det var ikke noe problem. Jeg traff så mange hyggelige mennesker. Nå liker jeg å ta det litt med ro for å se meg om, så de jeg startet sammen med var jo inne lenge før meg. Dessverre fikk jeg ikke med meg hjem så mange kort som jeg skulle ønske. Det var jo så mange pene steder vi passerte.

– Du må ta deg en tur til, forsøker jeg.

Ja, det skal jeg. Den marsjen vil jeg fortsette med. Det var så flate og fine fløyper. Spesielt likte jeg den dagen da vi gikk under alle broene. 30-mila er mye bedre enn Admiralen. De første 30 kilometerne der var harde. Jeg skulle forresten ha gått 30-mila i fjor også, men da jeg har dårlig hjerte måtte jeg stå over. Jeg er plaget med leddgikt også, men alle marsjene jeg går gjør at jeg klarer meg bra. På sykehuset sa de at jeg takket være min gode kondisjon, ble jeg mye raskere frisk etter det siste hjerteanfallet. Derfor vil jeg fortsette med turmarsj. Med kondisjon og godt humør vil det helst gå godt. Jeg har forsøkt å få med mannen min også. Han kunne trenge å gå litt, men han sier at jeg er gal som løper slik etter veien. Vi har forresten solgt bilen, så nå er vi nødt til å gå.

– Det er jo flere som er «gale» og går turmarsj?

Ja, jeg har forsøkt å få med meg noen venninner også. De går en eller to marsjer der de bor, men så gidder de ikke mer. Ja, jeg sier det igjen jeg. Folk med dårlig hjerte eller andre skavanker burde gå mer. Ta det med ro i begynnelsen slik jeg gjør, og så heller øke etter hvert.

– Men da må vel skoene være i orden?

Ja, jeg vil ha gode sko. Det sier jeg klart ifra hver gang jeg kjøper nye. I butikken tror de visst at jeg er litt rar. Skoene må være romslige med god helkappe. Det må ikke være sømmer som gnager. Jeg liker ikke å bruke plaster eller artiflex. Føttene mine har forresten vokst etter at jeg begynte med turmarsj. Før brukte jeg nummer 38. Etter 30-mila måtte jeg ha nr. 41.

(Vi ble tilslutt enige om at føttene nok utvider seg en del i løpet av en så lang marsj. Vi ble også enige om at skonummerene varierer mye for de forskjellige typer sko.)

– Det er ikke høflig å spørre om en dames alder?

(Litt nølende) Jeg er 58, men det er jo ingen alder å snakke om. Gjennom

turmarsj og godt humør ser jeg lyst på fremtiden.

Takk for samtalen og på gjensyn i løypa Gudveig. Håper at helsa og skoene holder til riktig mange og gode marsjesonger.

Ble det ikke litt varmere i stua etter denne samtalen?

I hvert fall følte jeg det slik.

Odd Ivar



VÅRMARCH, 10 km lørdag 30. mars

Start/Mål: SKEE Järnbanestation, 5 km söder Strömstad vid E6

Starttid: Mellan kl. 09.30-11.30 (obs. tiden)

Startavgift: Voksne kr 25,- Barn under 15 år kr 20,-

Medalj: Landskapsvapen. Ny medalj

UDEVALLA lørdag 13. april Blekets Fritidsgård.

Start mellan kl. 16.00-18.00

ÄLGKLIVET søndag 14. april 25 og 10 km

Start/mål: Blekets Fritidsgård

Starttid: 25 km: Kl. 07.30-10.00 - 10 km: Kl. 07.30-13.00

Startavgift: Voksne kr 30,- Barn under 15 år kr 25,-

Medalj: Ny medalj. Alla i mål senast kl. 15.00

Övernattning på Fritidsgården fra L/S. Sovepose, liggeunderlag må medbringes.

Upplysninger: Gösta Nilsson, Malorsgatan 5

S-42461 ANGERED, Tlf. 094 46 31 - 30 30 33

Alla marcher tilsluttet SFO/IVV

Arr.: VK ÄLGARNA, UDDEVALLA

INNTA GLASSENE!



BRÅD AB Bates 1

Melk og brød sammen er bedre enn hver for seg fordi de utfyller hverandre ernæringsmessig.

Drikk melk til brødmåltidene.



Turmarsjene, et tilbud også for handicappede **Av Steinar Voldseth** **nestformann, Innherred Trekk- og Brukshundklubb.**

Norsk Turmarsj Forbund arrangerer årlig et stort antall turmarsjer. Bare et fåtall av dem er kjent for meg, og nesten alle disse har jeg fått kjennskap til gjennom mitt engasjement i Innherred Trekk- og Brukshundklubb (ITB). ITB driver nokså aktivt med kjøring av funksjonshemmede fra forskjellige institusjoner. Passasjerene kan ha ulike lidelser, fra sterkt psykisk, til bare lettere fysiske handicap. Ofte er vår passasjer belemet med begge typer handicap.

Vårt tilbud til disse folkene går ut på å befrakte dem til steder, eller over distanser, som de ellers er avskåret fra å oppleve i nær kontakt med natur eller med mennesker. Dette kan f.eks. skje i form av en fjelltur i hundeselede vinterstid, eller - en turmarsj i hundevogn.

Av de 3-4 turmarsjene som blir arrangert i vårt distrikt (Innherred), er SAGAMARSJEN fra Medstugan til Stiklestad den desidert største, både når det gjelder lengde og deltakelse. Den går, som kjent, over to dager, så det klientell vi befrakter ville naturlig nok ikke klare den påkjeningen, men «kortetappen» på ca. 2 mil den andre dagen er overkommelig for de fleste. Det har derfor, med et par unntak, vært denne vi har tatt med våre klienter på.

ITB har de siste fire årene gått ut med tilbud om frakting av funksjonshemmede under Sagamarsjen, og interessen har vært jevnt økende. I 1984 ble hele femten personer kjørt med hundespenn gjennom de to milene inn mot Stiklestad. Dette betyr at det kreves stort engasjement fra klubbens medlemmer, da våre sikkerhetsforskrifter krever to kjørere pr. spann. En så høy deltakelse er også det maskimale vår utstyrspark kan klare, selv om alt som finnes av klubbvogn og privateide vogner trommes sammen.

Når vi husker på at de kjørende også må ha pleiere med under turen, vil deltakerne i vognotet telle 50 - 60 mennesker, og 35 - 40 hunder vil være i arbeid foran vognene.

Men vi får betalt for innsatsen med å gi dette tilbudet til handicappede personer. Vi ser jo, under hver eneste turmarsj, hvor moro de fleste synes dette er, - hvilken opplevelse det er. Vi ser dessverre også noen ganger at passasjerene har plager underveis, de kan f.eks. få gnagsår de også, samme hvor gode forholdsregler man tar. Men til tross for dette er nå de fleste frampå om skyss neste gang en turmarsj arrangeres igjen.

Vi hundekjørere har mange ganger blitt forundret og imponert over den hardførhet og utholdenhet folk med temmelig store handicap kan framvise. Meddeltakere langs landeveien er blitt imponert, og alltid har de handicappede høstet stormende applaus ved innkomsten, - vel fortjent.

Bare positivt så langt altså. Dessverre har mørke skyer dukke topp over horisonten på dette tidspunkt ved flere års arrangement. Arrangørene har nemlig ikke delt vår, deltakernes, publikums vurdering av innsatsen. Man var av den mening at de handicappede ikke hadde krav på bli tildelt

deltakermedaljen, da de hadde kjørt i vogn, - ikke gått!!!!!!

Dette standpunktet fra arrangementskomiteéns side er selvfølgelig helt uhørt, og har da også blitt trukket tilbake hver gang. Men den som tror at en mann er dum fordi han har et handicap som gjør at han sitter og gaper hele tiden, han er temmelig langt ut på jordet, og mange bitre scener har vi vært vidne til mens «forhandlingene» om medalje har pågått. Det hele har vært så uverdige at vi vel bør forsøke å glemme det fortrest mulig. Det er for øvrig med glede vi har registrert at Norsk Turmarsj Forbunds styre nå har fattet vedtak som vil gjøre slike uheldige diskusjoner overflødige.

Skal jeg prøve å gi et kort resymé av forhold som har med turmarsjer/handicappede å gjøre, vil jeg ikke nøle med å framheve den betydning slike arrangementer har for handicappede. For mange er dette terapi, - et lite glimt inn i en annen verden. For andre en stor opplevelse, som de minnes og lever på i lang tid. For atter andre en hyggelig tur, med anledning til å treffe folk og prate over en kopp kaffe i veikanten.

Hvordan skal vi friske og førlige i det hele tatt kunne ha forutsetning for å forstå betydningen av slikt? Vi som kanskje bare har den **dødsens kjedelige uka** på sykehus i 1967 å minnes? Vi kan ikke forstå, men det vi kan ane er nok til å overbevise.

Vi håper på stadig bedre samarbeid mellom Turmarsjforbundet og de handicappede og deres organisasjoner. Turmarsjene burde, med enkle tiltak, kunne gjøres tilgjengelige også for folk med andre former for, og grader av, handicap enn de som har behov for våre tjenester.



Innherred Trekkhundklubb i «jobb» på Sagamarsjen

«BLIKJENT» ARTIKLER



På oppfordring bringer vi her en Salgs/prisliste

NTF brodert stoffmerke	kr 15,-
*NTF brodert jubileums-stoffmerke	kr 15,-
NTF vevd stoffmerke	kr 5,-
*NTF marsjebok	kr 10,-
NTF klebemerke	kr 4,-
IVV klebemerke	kr 6,-
IVV gullnål	kr 10,-
Blå plastetui for IVV-kort	kr 5,-
T-shirts m/NTF's emblem (bare barnestr.)	kr 35,-
Caps m/NTF's emblem	kr 25,-
Brystmerker	kr 20,-
Bjelker	kr 35,-
(brystmerker/bjelker kan kjøpes i den grad kortene er innløst)	
Artiflex	kr 6,-
*fra medio april	

Norske Turmarsjer tilsluttet NTF er gratis, men send inn adressert/frankert (kr 5,-) svarkonvolutt.

Den Internasjonale terminliste (IVV) . kr 12,- + porto kr 12,00 = 24,00
Den danske terminliste kr 10,- + porto kr 7,50 = 17,50

Alt ovennevnte kan bestilles/betales via postgiro 3 90 17 33 - og husk skriv tydelig navn/adr OG hva bestillingen gjelder på den del av girokortet som vi får. (Ekspedisjonstid omlag to uker fra vi har mottatt bestillingen).

NIJMEGENMARSJEN

– samarbeide med forsvaret

Nijmegenmarsjen er hvert år det store målet for sivile og militære marsj-entusiaster. De militære rasteplassene har i tillegg til sin primære funksjon, også i en viss grad ivaretatt sivile deltakeres behov for medisinsk støtte under marsjen.

Det har lenge vært et ønske fra de sivile deltakerne om et eget norsk støtteelement, som i tillegg til det medisinske, også kan ivareta den forpleiningsmessige siden under marsjen. NTF føler et visst ansvar i denne sammenheng. Forbundets økonomi tillater imidlertid ikke iverksetting av tiltak på dette området.

Forbundet har derfor forsøkt på få istand en avtale med Forsvaret om et samarbeide i Nijmegen. Dette er imidlertid avhengig av en godkjenning fra nederlandske myndigheter. Det er det nederlandske forsvar som leier de områder som trengs for rasteplasser under marsjen. Disse blir dimensjonert etter antall militære deltakere. En stor pågang av sivile deltakere fra forskjellige nasjoner vil lett sprengte kapasiteten på de områder som blir leiet. Spørsmålet vil derfor bli tatt opp med Nederland iløpet av våren. Det er imidlertid ikke realistisk med noen løsning før neste år.

Forsvaret har imidlertid uttalt at alle sivile deltakere som har problemer av forskjellige slag, selvsagt er velkommen til rasteplassene. De vil få den hjelp de har behov for i den utstrekning betjeningen har kapasitet.

Forbundet vil arbeide videre med denne saken, vel vitende om at det ikke står på velvilje fra Forsvarets side.



«AKTIV FERIE»

Med lysere tider går tankene mot sommer og ferietid. Hvordan bruker vi ferien? Skal sommerferien nyttes til huslige sysler, eller skal vi lete opp sol, varme og badeliv? Eller skal vi velge en riktig marsjferie? NTF's fjellturer - selvsagt med IVV-stempling - er et alternativ. En utenlandstur, kanskje med Nijmegen som mål, er midt i blinken for en turmarsjentusiast. I så fall er nedenforstående fra Forsvarets marsjforening Ringerike et tilbud om alternativ reisemåte.

«Forsvarets marsjforening Ringerike arrangerer hvert år busstur til Nijmegen.

I fjor var reiseruten Hønefoss - Oslo - Kiel - Nijmegen og retur.

I år er reiseruten Hønefoss - Gøteborg - Kiel - Nijmegen og retur. Dette er en relativt behagelig reiserute. For tur/retur koster turen ca. kr 1.000,- inkl. fergebilletten.

Reisedeltakerne må selv ordne med påmelding til marsjen og med overnatting i Nederland. — Da det var stor interesse for turopplegget vårt blant turmarsjdeltakerne under marsjdagene i fjor, lurte vi på om dere kunne gjøre det kjent gjennom Turmarsjnytt at vi også i år kan ta med deltakere på vår buss. — Vi pleier å ha god orden og et fint miljø under reisen. Det var blant annet dette mange hadde merket seg i fjor.

Spørsmål vedrørende opplegget kan rettes til FMR v/formannen på telefon 067/23 022 lj. 717, eller skriftlig til FMR v/L. Odda, 3509 Helgelandsmoen.»

Forbundet tar med glede imot andre tilsvarende tilbud. Både når det gjelder Nijmegen og andre fellesturer i inn- og utland.

Turene vil bli kunngjort i påfølgende nummer av NTF's Turmarsjnytt.



NYTT I 1985:

TURMARSJ MED FORSIKRING

Fra 1. januar 1985 har NTF innført en ordning med kollektiv ulykkesforsikring for alle deltakere i arrangementer tilsluttet forbundet.

Forsikringspremien er inkludert i startkontingenten. Deltakeren har således gyldig forsikring når denne er betalt. Dette gjelder også for den som kun kjøper kort for IVV-stempling.

Forsikringsordningen administreres av forbundet. Den enkelte arrangør vil derfor ikke bli belastet med ekstra arbeide i denne sammenheng. Arrangøren må imidlertid avkreve hver enkelt deltaker fullstendig navn og adresse. Dette skal påføres startkortet.

Forsikringen gjelder under marsjen fra start til mål. Ordningen omfatter således ikke reisen til/fra arrangementet.

Fullstendig avtaletekst vedrørende forsikringsordningen er gjengitt nedenfor.

Bestemmelser og vilkår kollektiv ulykkesforsikring for Norsk Turmarsj Forbund

Forsikringen omfatter bare deltakere i marsjer arrangeret i Norsk Turmarsj-Forbunds regi, og som har betalt sin startkontingent.

Forsikringen er begrenset til å gjelde skader som måtte oppstå under turmarsj organisert av Norsk Turmarsj Forbund eller en av deres medlemmer og gjelder fra turmarsjens startsted og til inntakssted. Forsikringen gjelder m.a.o. ikke under «trening» og heller ikke på vei til og fra det oppsatte start/inntakssted for turmarsjen.

Det er en forutsetning at forsikringsselskapet ved sesongens begynnelse skal ha oppgave over hvilke turmarsjer som arrangeres i sesongen og som skal omfattes av denne forsikring.

Premien for forsikring skal innkasseres av den enkelte turmarsjarrangør, og sendes inn til N.T.F. som avregner premien med forsikringsselskapet to ganger i året, - henholdsvis 1.7. og 1.11. hvert år.

Premien utgjør 15 øre pr. deltager pr. marsjdag.

Forsikringssummen er fastsatt til kr 100.000,- ved invaliditet og kr 10.000,- ved død for hver person.

Behandlingsutgifter utgjør inntil 5% av invaliditetssummen.

Selskapet svarer for invaliditeter på 5% og høyere.

Forsikringen omfatter ikke dagpenger.



Det jobbes, det jobbes. 5.000 medaljer for Amnesty-marsjen legges i konvolutter og stiftes.

Fra venstre: Håkon Haugli, Odd Ivar Ruud, Sonja Stücken, Tom Bremnes.



Idrettens dag i Oslo - Norsk Turmarsj Forbund var på plass.

STOREBRAND  NORDEN

støtter

NORSK TURMARSJ FORBUND

Nytt fra sekretariatet

En ny sesong er igang. Vi håper det vil bli en brasessong med mange fine marsjer. 1984 er blitt statistikk og den skal vi vise her:

INNØSTE IVV-KORT FORDELER SEG SLIK:

10	30	50	75	100	125	150	175	200	225	250	275	300	dager
1242	636	425	318	245	151	95	71	46	30	23	18	22	
325	350	375	400	425	450	475	500	525	550	575	600		dager
22	12	11	9	9	6	3	1	1	1	2	2	2	
650	700												dager
1	1												= 3.403
500	1.000	1.500	2.000	2.500	3.000	4.000	4.000	4.500	5.000	5.500	6.000		kilometer
500	309	208	140	99	73	58	58	47	34	29	24		
6.500	7.000	7.500	8.000	9.000	10.000	11.000	12.000	13.000	14.000	15.000			kilometer
22	24	21	20	19	9	8	6	5	3	3			
16.000	17.000												kilometer
1	1												= 1.721

I denne oppdeling kan det være mindre feil. Totalt + , 25 stk.

STATISTIKK

	1980	1981	1982	1983	1984
Marsjdager	129	179	218	264	279
Total deltakerantall	145.892	176.082	180.566	176.990	170.372
Arrang. av Sommermarsjen	33	38	46	51	54 (5.900 d)
Arrang. av Julemarsjen	30	41	49	55	62 (8.967 d)
Arrang. av «TV-marsj»	—	85	90	117	137 (15.000 d)
Innløste IVV-kort	2.595	3.800	4.400	5.080	5.121

279 arrangementsdager + Sommer/TV/Julemarsj, tilsammen 529 arrangementer, mot 1984's 484 arrangementer.

Deltagelsen i 1984 gikk altså ned med 6600. Høstsesongen var meget bra og disse deltakere er nok «mistet» på våren med mye regn. Men la oss sammen sørge for at tallet i 1985 blir bedre.

Vi regner med at det vil bli avviklet omlag 600 marsjarrangementes/dager.

På kontoret er undertegnede igjen alene, men har meget bra hjelp av dugnadsgjengen. All skriving av diplomer vil i år foregå fra Sandefjord, og vi tror likevel at vi skal klare en ekspedisjonstid på under 4 uker fra kortene er mottatt av kontoret.

Vi har i vinter fått en del etterlysninger av merker/diplomer og det skyldes nesten hver gang - mangel på navn/adressering. En del deltakere får av den grunn også diplomene med feilskrevet navn. Noen deltakere er ikke så nøye med det og vi får ikke beskjed. Derfor blir det en feil vi fortsatt må slite med. Navn/adresse blir ikke rettet opp i kartoteket og vi vil også i fremtiden få problemer med å finne disse deltakere. Så vær så snill og hjelp oss, slik at vi kan spare unødig arbeid/tid.

Jubileumsmarsjen — årets første fellesmarsj — går av stabelen i uke 16. Nytt av året er at arrangør av våre fellesmarsjer selv kan velge på hvilken hverdagskveld marsjen skal arrangeres. Dette er gjort for å unngå lokale kollisjoner med andre trimarrangementer, og med tanke på de mange som har skift- og deltidsarbeid.

Mht. stemping av IVV-kortene er det det å si. «Deltar du på flere steder, får du likevel bare 1 - ett - stempel i deltakerkortet, mens du får alle kilometer stemplet og godskrevet.

I deltakerkortet skal det som vanlig ikke forekomme flere stempler med SAMME NUMMER.

Det nye **Jubileums-stoffmerke** er et engangs opplag og vil bli solgt fra uke 16 og utover våren til opplaget er utsolgt.

Vi har fått flere henvendelser om å få tilsendt vår nye brosjyre «Informasjon for nye turmarsjdeltakere». Finner du den ikke ute på marsjene, kan du bare innsende en frankert/adressert svarconvolutt og posten ordner resten.

Nye medlemmer i NTF

VI HAR GLEDEN AV Å ØNSKE FØLGENDE NYE MEDLEMMER VELKOMMEN I NTF:

271, Tretten Røde Kors Hjelpekorps, Erling Olsen, 2635 Tretten.

272 U.S. Air Force /U.S. element, Jan O. Ormseth, Østerdalen 13, 1345 Østerås.

273 Rygge Friluftslag, Anders Røhr, Rør Nordre, 1580 Rygge.

274 Lions Club, Nesset, Nielse Bang, Havgaten, 6460 Eidsvåg I R.

275 Norsk Data BIL, Finn Hamre, Kapt. Oppegaardsvei 23 a, 1164 OSLO 11.

276 U & IL Sjøbrott, Jan-Viggo Helmersen, boks 48, 8489 Nordmela.

277 Helsesportslaget i Dovre, Hans Vorkinslien, 2662 Dovre

Julemarsjen 84



Forbundets beste inntektskilde har i alle år vært de to fellesarrangementene. En svikt i deltakerantallet vil være følebar når det gjelder forbundets økonomi.

Vi kan derfor med glede registrere at Julemarsjen 84 fikk den forventede oppslutning. 62 arrangører og 8967 deltakere gir et pent overskudd som vil komme godt med når budsjettet for 1985 settes opp.

Styret retter gjennom Turmarsj-nytt en hjertelig takk til dere alle.

TV-innsamling til Amnesty International



«Turmarsjfolket» overgår seg selv. Etter at alle beløp er kommet inn og alle regninger betalt, er overskuddet fra marsjen blitt ca 190.000 kroner.

Beløpet er overrakt «Aksjon Amnesty 1984» gjennom en krysset sjekk.

NTF takker dere alle igjen for en helhjertet innsats. Resultatet er en bekreftelse på at vi ved felles anstrengelse kan oppnå store resultater.

Nye marsjer / avlysning / forandring:

- FINNSTADMARSJEN SØNDAG 10. MARS ER AVLYST.

- Feil på terminlistens side 83:

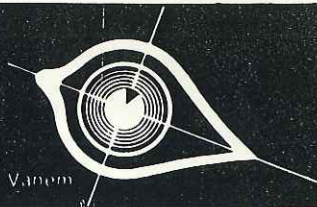
- NAMDALSMARSJEN ARRANGERES SØNDAG 12. MAI og ikke som skrevet 16 mai.

27. MAI ARRANGERES GULLFLYNDREMARSJEN av Inderøy Røde Kors Hjelpekorps, adra. Einar Ulvær, Haugavn. 29, 7713 Sandvollan.

09. JUNI ARRANGERES DOVREMARSJEN av Helsesportslaget i Dovre, adr. se over

- SOMMERMARSJEN ARRANGERES I UKE 24 FRA 10. TIL 14. JUNI..

ARGUS markéring a/s



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.