



N.T.F.s Turmarsj-nytt

NR. 4

ORGAN FOR NORSK TURMARSJ FORBUND

Årgang 7



(Foto: Glåmdalen)

Vel blåst!

Fra NESMARSJEN 11. august 1985

*Grunneier Alfred Myren (i midten) sammen med
Jan Larsen, Kari Nyhus og Richard Nyhus.*

Desember 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



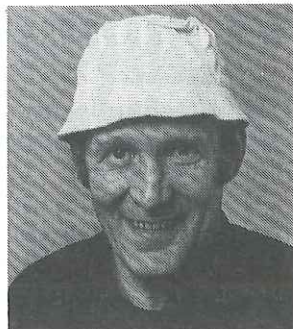
VI HAR ERFARINGENE OG PRODUKTENE
– DU HAR BEHØVET

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



Sommeren er forlengst over for denne gang, samtidig som en lang marsjesong nærmer seg sin avslutning. En rask oppsummering av året vi har lagt bak oss, kan kort uttrykkes gjennom stikordene:

Plan og Identitet.

Etter «Hamarvedtaket» hvor vår frie stilling som rent mosjonistforbund ble befestet, har forbundets arbeid fått en fastere struktur gjennom en langtidsplan med tilhørende handlingsprogram. Arbeidet innen de enkelte programområder er i godt gjenge, men det tar som kjent tid fra man starter pløying av mark til det begynner å gro.

Vårt forbund arbeider ideelt sett for å fremme interessen for turgåing og friluftsliv for alle aldersgrupper. Et viktig punkt i vårt program er derfor å tilrettelegge aktiviteten slik at alle mosjonister finner et tilbud innen vår totale virksomhet. At vi har gode tilbud er det ingen tvil om. Problemet har vært å gjøre vår virksomhet kjent. Det er imidlertid et faktum at NTF nå er i ferd med å bli anerkjent som en seriøst arbeidende organisasjon på linje med andre etablerte organisasjoner med tilnærmet samme målsetting. Med andre ord: Vi har markert oss utad — skapt vår egen identitet. Dette er en vesentlig faktor i arbeidet med å realisere vårt program. I dette arbeidet ligger det en stor utfordring til oss alle. Jeg er ikke et øyeblikk i tvil om at vi i fellesskap skal lykkes i vår målsetting.

Takk til dere alle for innsatsen i året som ligger bak oss. —
Vel møtt til et fruktbart arbeidsår i 1986.

Med turmarsjhilsen
Odd Ivar Ruud

Vi minnes

Det triste budskap har nådd oss at Nils Vatn er død i en alder av vel 60 år.

Nils fattet tidlig interesse for turmarsj. Etter et alvorlig hjer-teinfarkt ble turmarsj og fri-luftsliv en vesentlig del av hans tilværelse.

Som aktiv deltaker var han stadig å treffe på turmarsjer både i inn- og utland. Nijmegenmarsjen var også for ham et naturlig høydepunkt i sesongen.

Det var naturlig for Nils å se helheten i sin hobby og dele sine interesser med andre. Han var snart den drivende kraft og det naturlige midtpunkt i det lokale turmarsjmiløet. Molde Marsjklubb med Nils som formann, kom med i forbundet i 1981. Rosemarsjen kan stå som et verdig minnesmerke over hans innsats for turmarsjen i Møre og Romsdal. Nils hadde også overskudd til et engasjement på det regionale plan. Han var alltid beredt til å ta et tak innen det regionale samarbeidet. Selv etter at sykdommen gjorde at han gikk av som formann i Molde, stilte han opp i utvalg og komitéer for å yte sitt bidrag til beste for turmarsjen.

Nils vil bli husket for sitt gode vesen, lyse humør og for at han alltid hadde en hjelpende hånd når det trengtes. Det er mange av oss som sitter tilbake med en følelse av at vi ikke bare har mistet et god venn, men også en støttespiller som vil bli dypt savnet. — Vi lyser fred over hans minne.

Odd Ivar Ruud



BLI MEDLEM AV EN AKTIV MARSJKLUBBI

..... 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

02/7053 01



Bli med...



Fysisk aktivitet for helse og trivsel

To ganger i uken er målet.

Stadig flere arbeidsoppgaver krever liten fysisk aktivitet, eller for ensidig kroppsbruk. Også i fritiden er det mange tilbud som ikke stimulerer til fysisk innsats. Samtidig ser vi at sykdom og skader på grunn av for liten aktivitet er økende.

Økt fritid gir mulighet til å rette på dette, og det er nødvendig at samfunnet legger forholdene tilrette slik at alle har et minimum av fysisk aktivitet. Det er viktig at vi blir klar over hvordan vi bør ta vare på helsen vår.

Den ene formen for trim eller trening er ikke nødvendigvis bedre enn den annen. Det viktigste er at den aktiviteten man utfører er *lystbetonet*, medfører aktivisering av *store muskelgrupper*, har en varighet på *minst 30 minutter* og medfører *svette og anpustethet*.

Ideelt sett bør man være fysisk aktiv *minst tre ganger i uken*, men selv én gang er bedre enn ingen, og to ganger ukentlig er nesten ideelt.



Distanse målere for fjell- og turbruk

SCOUT
kr.192.-



VISER
DISTANSE:
0-40 km

SCOUT

Informasjon om tilbakelagt distanse er både nyttig og interessant ved siden av den sikkerhetsmessige nytten **DEN UNIKE GAVEN TIL DEN GLADE VANDRER**

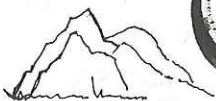
JOGGOMETER

Kombimodell, lengdemåler for løp eller gange. For: 0-100km.
Hendig format: 6x7cm. 60gr.
Enkel festeanordning - for belte e.l.

JOGGOMETER
kr.195.-



HØYDEMÅLER
kr.198.-



HØYDEMÅLER

i lommeformat
Barometeret som viser høydestigning
0-5000m
LEVERES I SKINN ETUI

Produsent:
KASPER & RICHTER Vest-Tyske presisjonsinstrumenter

Send meg: stk. Scout kr.192.-

stk. Joggometer kr.195.-

stk. Høydemåler kr.198.- + porto/oppkrav

Navn: _____

Adresse: _____

FIX EL-SERVICE

Tlf. nr.: 02 - 94 65 09

Postboks 37 Nordre Finstad,
1401 SKI

Tekst og foto: Nils Bjerkeset

Nijmegenmarsjen 1985

Europas største marsjfestival, og en enorm utholdenhetsprøve.

**AV 23.740 DELTAKERE I ÅRETS NIJMEGENMARSJ «VILLE OG KUNNE»
21.814 FULLFØRE «DE VIERDAAGSE»
SOM NEDERLENDERE KALLER MARSJEN**

Hvert år — den tredje tirsdag i juli og de tre påfølgende dager — marsjerer tusener entusiaster ut av universitetsbyen Nijmegen i Nederland, for deretter å vandre gjennom det hollandske Gelderland med bølgende eller flate partier, enorme jordsbruksdistrikter, skoger, byer og tettsteder, over kanaler og tre store elver, en sløyfe for hver dag.

Hver morgen fra kl. 04.15 til 7 starter unge og gamle, kvinner og menn, sivile og soldater, enkeltvis eller i tropp, side om side i skjønn forening under marsjens motto — «Willen est kunnen».

Det er samme anstrengende rituale hver dag: En rundtur på 30 til 50 kilometer, avhengig av alder og kjønn. Marsjen er ikke noen konkurranse i den forstand at det gjelder å komme i mål så fort som mulig. Kravet er å fullføre innen kl. fem hver dag. «Dette er ikke noen konkurranse med klokke», understreker formannen i NTF, Odd Ivar Ruud, og fortsetter: «Man konkurrerer kun med seg selv. Vilje og utholdenhet er det som må til.»

En stor del av sjarmen ved «de Vierdaagse» ligger i selve arrangementet. Hver eneste by og hvert lite tettsted på veien hilser oss marsjerende velkommen på hver sin måte. Tilskuere i tusentall vinker, klapper og jubler i takt med musikk fra orkestre, band og improviserte musikkanlegg. Denne stemningen og festivitassen får deltakerne til å glemme fotsmerter og gnagsår. Først når vi er tilbake i Nijmegen og tar av støvlene eller skoene blir vi klar over våre skader og sår.

De to første dagene går løypa i flatt terreng. Tredje dagen er terrenget mer slik vi er vant til hjemme. Løypa går over «de Hollandske alper» med bakker opptil nitti meters høydeforskjell. Før den første bakken står det på en stor tavle «Rast her, før fjelletappen!» Merkelig nok kan de syv bakkene ha en oppkvikkende virkning. Hver «nedstigning» virker som en rutsjebane — farten økes,

så vi får et slags tilløp opp mot neste bakke.

Fjerde og siste dagen må det bære eller briste. Viljen til å stå på er iallefall til stede. Marsjsangen «Captain Jack» høres fortsatt i hundretalls varianter fra hese soldatstemmer. Kilometer for kilometer «spises opp,» målet er innen rekkevidde. De siste fire km gjennom Nijmegens sydlige forstad til målet på Kaizer Karel-plassen står eller sitter hundretusener tett pakket som «sild i tønne» for å se innmarsjen. Fargerike, store blomsterbuketter får så og si alle marsjdeltakerne. De som halter mest, får flest! Det hele er et jubelbrus og folkeliv som ikke kan beskrives, men det må oppleves, sees og høres. Ved Kaizer Karel-plassen er målet nådd, Nijmegenmedaljen mottas som bevis for at hvis man vil, så kan man.

Det er stor enighet blant de ca. 1000 norske deltakerne i årets Nijmegenmarsj om at denne Europas største marsjfestival er og blir en stor opplevelse og et attraktivt mål for «fotfolket.» Eller som Odd Ivar Ruud sier: «Dette er Turmarsjens Mekka.»



Påsketur til Isle of Wight



Hva med å benytte påskedagene i 1986 til en vandring på kanaløya «Isle of Wight»?

Horten og Omegn Marsjklubb tilbyr tur til «Four day International Walk» som arrangeres fra byen Shanklin.

Løypelengdene blir 10, 25 eller 40 km etter valg. Turen går med charterfly fra Gardermoen med avreise onsdag kveld og hjemreise 2. påskedag om kvelden fra Bournemouth.

Ring eller skriv til Kjell Hagberg i Borre Sparebank, Horten for nærmere opplysninger. Tlf. 033/41 035

Den beste - verste - osv.

Jeg er egentlig en absolutt motstander av alt som heter kjedebrev og liknende aksjoner. Dette faktum til tross, holder jeg akkurat nå på å legge opp til en skriveaksjon som skal ha sirkulasjons- og smitteeffekt.

Marsjvenner, vi skal skrive i bladet vårt om eller annen marsj vi har gått, som vi forbinder med et eller annet superlativ: den beste - verste - fineste - mest interessante - mest spesielle - dårligst, osv, osv. Velg selv superlativ. Her og nå utfordrer jeg følgende til å lage et opus - og blant alle mine marsjvenner velger jeg tilfeldig ut fra en geografisk spredning følgende: Peer Huseby («Bjørne-Peer» også kalt), Annie Nystad, Gudmund Aasen, Turid Gyldenskog, John Hope, Anna Måge, Andreas Ommundsen, Karen Ohldieck, Lasse Triseth, Bobby Christensen, Odd Ivar Ruud, Birgit Sørensen, Bjørn Dahl, Johan Eker, Arne Aarstad og Arthur Olsen. Dere kan forlange feedback og utfordre f.eks. 3 nye hver når dere skriver innlegg - så ruller snøballen, vi tilføres mange opplevelser og Odd Ivar gnir seg i hendene - og får fylt avisa med stoff. Og husk: Hvorfor representerer marsjen noe spesielt for deg?

Så til den marsjen jeg har valgt ut blant min beskjedne bukett i 1985: **Bispevegen**. Det er den artigste og mest spesielle i år. Bispevegen er et historisk fenomen. Langt inne på fjellet mellom Setesdal og Telemark ligger en ensom dal. - Finndalen. Svartedauen la dalen øde, og dalen ble stølsområde. Tvers over fjellet går en gammel vei - Bispevegen - dette fordi biskopene ferdes langs den, men slett ikke bare prelatene. Veien var frier- og bryllupsvei, handels- og stølsvei. Og i dag har rein, sau og en mengde sagn overtatt Finndalen.

Denne veien gikk vi - skjønt vei: Mye er borte, men resten er der. Vi opplevde fjellet sammen med danske venner uten de store erfaringer i fjellheimen. De var: «Ih, så betatt» - mens svetten rant både oppover og nedover. Altså kjørte vi til ei campinghytte i Fyresdal i Telemark fredag kveld den 9. august i år. Neste morgen førte en buss oss oppover og innover fjellet til Nås ved Øysadammen. Her var det satt opp kve for kveg som vi måtte gjennom for å løse startkort. Så klokka 9 gikk starten. Eventyret var begynt. Været var grått og overskyet, men vi fikk nesten ikke regn og også solgløtt, så gangværet var helt topp. Merkingen var enkel, men suveren. De røde T-ene sto der. Det hadde regnet grundig og lenge over det sørlige Norge på denne tiden, så langstøvler var beste våpen. At en seig i litt av og til gjorde kanskje turen litt tyngre, men

oppe på fjellet var lufta lett, og det virket bare behagelig å gå. Den gamle ferdselsveien fortalte oss historie. Gamle buer og trær forteller sitt, og vi kan levende forstå at miljøet her oppe har avlet et utall av historier om skrømt og tusser. Spor etter et rikt dyreliv så vi, men naturlig nok ikke dyr med så mye folk i fjellet. Tok vi et lite sidestepp fra løypa, fikk vi også erfare at det ble et rikt molteår, men molta var ikke riktig moden enda. Fjellet gir det ene synsinntrykket sterkere enn det andre - og så er vi inne i selve Finndalen - på stølen og rasteplassen. Her var saft - og det ble tryllet fram kaffe, nista hadde vi i sekken.

Ferden går videre, over åskammer og langs vann. Og så; vi ser ned på Setesdalen. Det synet må bare ganske enkelt oppleves. Men fotoapparatene klikket villig, og det tok over en time å gå rett ned. Nede i dalen en ny rask saftstasjon og 4 kilometer på grus og asfalt. Valle skole i Setesdal byr på mål, garderobe og dusj.

Vi hadde brukt hele dagen på våre 3 mil, men følte at dagen var godt benyttet. Bussen brakte oss tilbake til bilen vår, vi vinket «hej» til alle de andre, forlot Telemark og dro mot Sørlandet.

Alle vi som går turmarsj har mange og artige opplevelser, men vil du ha en flott natur, høyfjell, spennende terreng og miljø - og en marsj helt utenom det vanlige - da kan du si med folkevisa: «Å kunne eg fara til Telemark» - for derved å oppleve Bjørnevatn, Gulborgsleger, Nutsfjellet, Rolvskil, Rishovden, Himmelkvævrissetene. Tovdalsbu eller hva de heter alle de spennende stedene langs Bispevegen.

Det er den mest spesielle for meg - er det noe for deg? Vel møtt.

Knut Th. Tveit.



NORSK TURMARSJ FORBUND

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

Redaktør: Odd Ivar Ruud - Tlf. 02/49 86 76 arb. - 02/15 24 13 priv.

Turmarsj-nytt utkommer 4 ganger i året. Alle medlemslag får tilsendt 5 eks. gratis.

Alle interesserte kan tegne årsabonnement på bladet for kr 20,- fritt tilsendt.

Annonsepriser: Helseid kr 800,-. Halvsidde kr 400,-.

Annonser ang. turmarsjer - kvartside kr 150,-.



**Vi har vært
med saksen i**



-POSTEN

Jugoslaviabesøk

YP: Ragnar Jenssen

I år hadde jeg gleden av å være gjest i Zagreb under arrangementet av det jugoslaviske motstykket til Partisanmarsj.

Marsjen blir arrangert 4. juli hvert år. Dette fordi 4. juli er en nasjonal festdag i Jugoslavia - det var på denne dagen i 1941 at partisanene besluttet å gå til åpen kamp mot tyskerne. Ca. 1.100 mennesker deltok i årets marsj. Vi gikk opp til toppen av Zagreb-fjellet, en tur på ca. 10 km med tildels sterk stigning.

På toppen av fjellet var det «partisanlunch» - alle marsjdeltagere fikk sterkt krydret lapskauslignende rett med hvitvin til. Måltidet smakte praktfullt etter den slitsomme stigningen. Igjen fikk jeg oppleve hvor høyt jugoslavene verdsetter vår marsj i Norge. Det var mange lovord å høre, og mange nevnte idrettslaget «Irljar», slik jugoslavene uttaler det.

En gave til laget brakte jeg med meg hjem i kofferten. Det var et håndmalt keramikkfat som sikkert vil ta seg pent ut på veggen på Yrjarheim. Giver var idrettshøyskolen i Zagreb, en god samarbeidspartner for oss i komiteen for Partisanmarsjen, gjennom mange år.

Til slutt vil jeg gjerne drive litt reklame for en tur til Zagreb og Jugoslavia under marsjen der nede. Marsjen er ikke hard, derimot er den morsom og du treffer hyggelige folk, - og Jugoslavia er et godt og rimelig land å feriere i.

Jugoslavisk «ÆRESPRIS» til I.L. Yrjar . . .

13. mai i år hadde Brekstad besøk av omlag 100 jugoslavere. Under dette besøket fikk IL Yrjar overlevert en meget høy utmerkelse, KRIGSVETERANFORBUNDETS DIPLOM.

Før denne beslutningen om utdeling til Yrjar ble tatt, hadde både jugoslaviske regjeringsmedlemmer og den jugoslaviske ambassadør i Norge gitt sine anbefalinger.

Årets PARTISANMARSJ er over . . .

I et strålende sommervær ble den 8. Partisanmarsj i IL Yrjars regi arrangert.

Til tross for godværet var det ikke mer enn 650 personer som stilte til start, men arrangementet gikk knirkefritt og de aller fleste som gikk marsjen var svært så fornøyd.

Hva er årsaken til at ikke flere av distriktets innbyggere stiller til start på et storarrangement som dette?



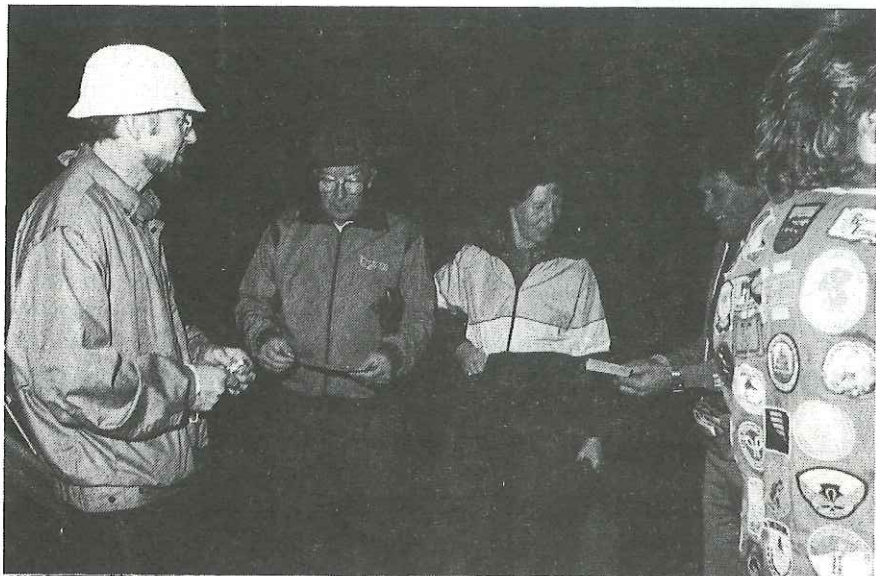
Antagelig noen av initiativtagerne til IL Yrjars Jugoslaviske ærespris. I midten Stjepan Heimer, med kone. (tv.)



Ordfører Tomislav Torcic t.v. passerer her Krinsvatn bru med en landsmann ved sin side

Fra Indre Akershus blad.

BSFs nattvandring - en stor suksess!



Vårt bilde viser BSF-veteran og æresmedlem John H. Nadden på klippepost sammen med fru Kjellaug. Bjørn Husstad er kontrollør. (t.v.) Foto: Voj.

Hva er det som får 450 små som store ut i nattens mulm og mørke? (dog, det var flomlys i BSFs lysløype) Nattvandrerene, den andre i BSFs regi ble en gedigen suksess. Små som store travet lysløypa igjennom - en, to, tre ganger, ja til langt på natten. Kom ikke her og fortell at Ola Nordmann er en lat sofaabonde!

Nei, turmarsjfolket er det bare å ta av seg hatten for. De som blir borte i bare merker er jo «helfrelst», men jammen hadde arrangøren klart å lokke ut mange «menige» også. Det er flott! En tur i skog og mark - selv etter mørkets frambrudd er det ingen som tar skade av. Litt bløtt var det selvsagt i løypa etter alt regnet i det siste, men det var det ingen som klaget over. Turmarsjfolket er noen tøffinger, det kan vi bare være enige om.

For arrangøren BSF ble det en hyggelig affære. Nøyaktig 447 på startstreken, 78 lå over i en eller annen form, 29 spise frokost og turgåerne var fra Stavanger såvel som Fredrikstad. Vi vet ikke hva som skal stoppe vårt kjære fotfolk. Artig å følge disse menneskene. Velkommen igjen!



Fra Hamar Arbeiderblad.

ALLE SKAL MED:

Moelv Hundeklubb sørger for at også handikapte kan få glede av turmarsj.

Foto: Hamar Arbeiderblad.

Over 300 gikk Kaupang-marsjen

— og 20. oktober er det ungdomsaksjon

Fint høstvær og hyggelig temperatur lokket mange ut søndag. Ikke alle gikk organiserte turer, men Hamar Turmarsjforening og Trimutvalget kunne glede seg over 339 deltakere til Kaupang-marsjen.

Deltakerne fordelte seg godt ut over formiddagen, og ingen var i tvil om hvem som kom der ruta var lagt.

Neste store turmarsj i Hamar er «Ungdomsmarsjen» 20. oktober. Det er den tradisjonelle turmarsjen i forbindelse med TV-aksjonen. I år legges det vekt på blant annet «Felles framtid - felles ansvar».

80 prosent av verdens unge lever i utviklingsland, og ungdomskampanjen '85 vil bruke nærmere halvparten av midlene som kommer inn til utdanning i utviklingsland.

Det er også her Hamar Turmarsjforening/Trimutvalget som står for arrangementet. Start og innkomst er lagt til Lærerskolen, og distansen som skal gås er ti kilometer.



Norges hundekjørerforbund I et samarbeide med NTF

Norges Hundekjørerforbund ble dannet i 1951, og opptatt som medlem i Norges Idrettsforbund i 1956. I dag har forbundet ca. 5.000 medlemmer fordelt på 60 klubber. Klubbene er igjen organisert i 12 særkretser/utvalg, som er inndelt etter fylkesgrenser.

Ambulansekjøring og kjøring av funksjonshemmede er et sosialt engasjement, og drives på frivillig basis av lokale klubber over hele landet.

Denne virksomheten ivaretas av «Utvalget for sosiale tjenester». Formannen i utvalget er Harry Bjørk. Han er drivkraften og koordinatoren av forbundets sosiale engasjement. I følge Bjørk er alle klubber opptatt av å få mest mulig ut av sommersesongen hva angår trening og disiplinering av hundene. Målsettingen er nå å kombinere dette med et sosialt engasjement som ikke bare kommer hundefolk til gode.

Den er allerede i dag etablert et samarbeide med enkelte turmarsjarrangører rundt om i landet. Dette samarbeide bør kunne utvides til å omfatte nær sagt alle turmarsjer. Det bør derfor etableres lokal kontakt mellom turmarsjklubber og de aktuelle hundeklubber i de tilfelle dette allerede ikke er gjort.

Opplysning om klubber og adresser kan fås ved henvendelse til Norges Hundekjørerforbund eller til NTF's sekretariat på Skårer.



Hundespann i aksjon under «Løvsprettmarsjen». Hundekjørerklubber fra Oslo-området mønstret et 20-talls hundespann på denne marsjen.

Julemarsjen '85

Nedenstående arrangører er påmeldt til årets julemarsj. Det kan bli flere, derfor følg med i lokalpressen. Våre fellesmarsjer Sommer- og Julemarsj har i alle år vært forbundets beste inntektskilde. En svikt i deltakertallet vil være følbart for hele turmarsjsaken. I 1984 registrerte vi 8967 deltakere — bli med og gjør dette tallet større. GOD TUR.



Postnr.	Arrangør	Startsted	Tid	Telefon
9910 Bjørnevatn	Bjørnevatn IL	Bjørnebo	10.00-12.00	085/98 422
9430 Gausvik	IL King	Kongsvik skole	11.00-14.00	082/37 314
9400 Harstad	Harstad BIR	Harstadhallen	11.00-12.00	082/74 875
9387 Mefjordvær	Mefjordvær U & IL	Samfunnshuset	10.00-11.00	089/58 638
9372 Gibostad	Gibostad IF	Skolen	12.00-13.00	089/47 217
9200 Bardufoss	Bardufoss flystasjon BIL	Se lokalavis	10.00-12.00	088/33 011
9200 Bardufoss	B.O.I.F./Trimgr.	Bardufosshallen	11.00-14.00	089/33 836
9112 Straumbukta	IL Rya	Skolen	10.00-13.00	083/93 127
9110 Sommerøy	Skarven IL	1000-1300	12.00-14.00	083/40 186
8489 Nordmela	UIL Sjøbrott	Bygdehuset	11.00-12.30	088/46 781
8485 Dvergberg	U/F Vårbud	Skarstein ungd.hus	10.00-12.00	088/45 210
8484 Risøyhamn	Andøygutten IL Trimgr.	Risøyhamn/Skolen	14.00-15.00	088/47 601
8475 Straumsjøen	Straume IL	Bø kommunehus	12.00-13.00	088/38 172
8423 Maurnes	IL Holmgang	Holmen	11.00-12.00	088/25 169
8200 Fauske	Fauske IL	Hauan Grendeskole	10.00-12.00	081/44 452
8010 Bodin	Trimutv. Bodø BIR	Hunstad barneskole	10.00-12.00	081/10 109
7730 Beitstad	Steinkjer TMF	Steinkjer Vidr. skole	12.00-15.00	077/48 361
7720 Malm	Trimutv. Malm IL	Malm stadion	11.00-13.00	
7650 Verdal	Verdal Røde Kors hj.	Ørmelen skole	10.00-11.00	076/79 464
7510 Skatval	Frosta TMF	Odd Rossing	10.00-12.00	07/80 36 87
7500 Stjørdal	Stjørdalshallen	Stjørdalshallen	09.00-11.00	07/82 45 03
7167 Vallersund	Asserøy IL og UL	Bakketun	10.00-12.00	076/27 562
7130 Brekstad	Partisanmarsjen	Yrjarheim	09.00-12.00	076/24 516
7090 Støren	Støren Trimgr.	Størenhallen	10.00-13.00	074/31 645
7000 Trondheim	Trondh. Tmf	HV-Brakka Byåsen	10.00-12.00	074/38 00 28
6400 Molde	Molde MK	Odd Hostad kolonial	10.00-12.00	072/52 347 A
6390 Vestnes	Vestnes VK	Se lokalavis	S.A.	072/80 275
6385 Innefjorden	Trgr. Innfjorden IL	Samfunnshuset 29. des.	12.00-14.00	072/28 284
6375 Hovdenakken	Vågan	Vågheim	12.00-14.00	072/41 546
6352 Rødven	Rødven MK	Skolen	13.00-15.00	072/29 242
6130 Rovde	Rovde IL	Skulen	14.00	070/22 531
5330 Tjeldstø	IL Øyar	Skjærgardsheimen	10.00-15.00	05/38 92 61
5306 Erdal	Askøy Tmk	Florvåg U.skole	10.00-12.00	05/14 09 80
5252 Hosanger	Bysheim UL	Ungdomshuset	10.00-12.00	05/39 23 83
5212 Søfteland	Søfteland Turn & IL	Skolen	10.00-12.00	05/30 72 02
4890 Grimstad	IL Imås	Landvik Sentralskole	10.00-12.00	041/43 132
4812 Kongshamn	Østre Tromøy Trim og IK	Hove-leiren	11.00-12.00	11.00-12.00
4800 Arendal	Austre Moland IL	Nesheim skole	10.00-15.00	
4600 Kristiansand	Kristiansand MF	Eksershuset	09.00-11.00	042/91 495
4550 Farsund	Skosålen MF	Farsund	09.30-10.30	043/91 732
4370 Egersund	Bakkebø IK	Bakkebø	09.00-11.00	04/49 00 44 Fritidsk.
4300 Sandnes	Gaugen MK	Stavanger Rørhandel	09.00-11.00	04/66 75 35
4200 Sauda	Sauda IL	Sauda stadion	10.00-11.30	047/92 575
4070 Randaberg	Randaberg IL	Idrettshuset	12.00-14.00	04/59 76 55
3900 Porsgrunn	Grenland MK	Rådhuset	10.00-11.00	035/37 022
3880 Dalen	Tokke IL	Samfunnshuset	12.00-14.00	036/77 232
3503 Tyrstrand	Tyristubben IF	Klubbhuset	12.00-13.00	067/42 298
3280 Tjordalyng	Tjølling	Løveskogen I.plass	10.00-12.00	034/20 139
3200 Sandefjord	Helgerød IL	Helgerød klubbhus	10.00-12.00	034/53 003
3190 Horten	Horten og Omegn MK	Lottehuset - Holtan	09.00-12.00	033/41 973
2636 Øyer	Øyer TMK	Samfunnshuset	10.00-12.00	062/78 450
2450 Rena	Norsk Folkeh. Rena lag	Hedm. distriktshøgsk.	10.00-12.00	064/40 282
2380 Brumunddal	Brumunddal TMF	Ungdomsskolen	10.00-12.00	065/41 955 1.211
2340 Løten	Trimutv Løten IL	Klubbhuset	10.00-11.00	065/90 207
2270 Flisa	Flisa IL	Bjørkheim	10.00-12.00	066/51 889
2260 Kirkenær	Grue IL	Ungdomsskolen	09.00-12.00	066/47 290
2200 Kongsvinger	Kongsvinger BIR	Standard T & K fabrikk	10.00-12.00	066/17 111
2072 Dal	Dal IL	Skolen	10.00-12.00	06/95 1002
2050 Jessheim	MK vandrerne	Døli barneskole	10.00-12.00	06/97 81 56
1720 Greåker	Greåker Ind BIL	Folkets hus	10.00-12.00	031/40 412
1580 Rygge	Rygge friluftslag	Rygge Idrettshus	10.00-13.00	032/60 587
1440 Drøbak	Drøbak Frogd TMF	Seiersten Ungd.skole	10.00-12.00	02/93 22 17
1400 Ski	Ski TMF	Ungdomsskolen	10.00-12.00	02/87 11 23
Oslo 6	Oslo GK	Hv-huset Ekeberg 29. des	09.00-11.00	02/26 57 41

Vi ønsker alle deltakere og arrangører en riktig god jul/marsj.

Turmarsj til sjøs

Søndag 2. juni 1985 ble tidenes første sommermarsj offshore avviklet på Ekofisk Senteret. Lørdag 1. juni var den opprinnelige dagen, men en uforutsatt shut down, gjorde at vi bestemte oss for å utsette hele marsjen til søndag. Selv om været var bra på lørdag, så var det desto bedre dagen etter. Klart, varmt og nesten havblikk. Helt perfekt for en turmarsj.

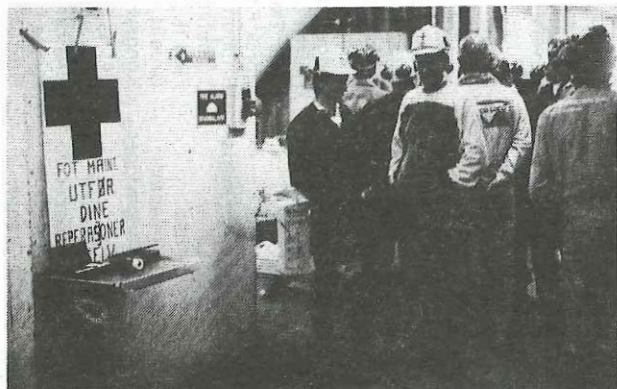
Presis klokken 18.00 la de første deltakerne ut ifra Ekofisk Hotell. Løypen var lagt som en runde på Senteret med fire ytterpunkt hvor deltakerne fikk kontroll-klippet sine startkort. Denne runden måtte tilbakelegges fire ganger, hvilket igjen tilsvarte en distanse på ca. 10 km. Det startet i alt 168 marsjere, og samtlige av disse fullførte, tatt i betraktning av at mange startet med hjelm og kjeledress og vernesko. Hjelm og velegnet skotøy var for øvrig påbudt under hele marsjen. Underveis i løypen var det også satt opp rasteplass og førstehjelpsstasjon, begge med selvbetjening.

De fleste firmaer og stillingsgrupper på Ekofisk var representert under marsjen. Etter fullført distanse vanket det medalje, tøymerke og diplom på alle sammen. Det var dessuten også satt opp en holdpokal til den gruppen som prosentvis stilte flest deltakere.

Marsjen ble for øvrig arrangert helt etter Norges Turmarsjforbunds regler, og den var godkjent for IVV.

Alt i alt en meget vellykket marsj, og som arrangør må jeg si meg meget godt fornøyd. Spørsmål om oppfølging til neste år, har allerede kommet fra mange hold. HVORFOR IKKE?

Roger Schulstock



«Miljøtips»

«Turmarsjens særpreg bør kunne bidra til økt kontakt og trivsel i lokalsamfunnet. — Turmarsj kan bli en faktor i lokalsamfunnet ved å vie den sosiale og kulturelle ramme omkring arrangementene større oppmerksomhet.»

Sitatet er hentet fra forbundets program for 1985-90, og henpeiler seg på den miljømessige del av vår virksomhet. I siste nummer av Turmarsjnytt er for øvrig den kulturelle rammen omkring turmarsj nevnt i forbindelse med et par marsjer.

Vårt tips i dette nummer gjelder markedsføring av turmarsjens sosiale og kulturelle betydning. Vi kan tenke oss en fast spalte i alle landsdelsdekkende aviser hvor alle slike sider av turmarsjen tas opp. Spalten bør nødvendigvis ikke være på sportssiden, den kan like gjerne være på en side med sosialt eller kulturelt stoff. — Dette er allerede iverksatt på Sørlandet hvor Fædrelandsvennen har stillet spalteplass til disposisjon.

Bruk fantasien og sett i gang.



EN TURMARSJER HOLDER NATUREN REN

TA MED DEG GODE MINNER
FRA MARSJEN
— MEN HUSK OGSÅ AVFALLET

STOREBRAND  **NORDEN**

Støtter

NORSK TURMARSJ FORBUND

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.



Brev til Ørebømarsjen

Jeg har lenge tenkt at jeg skulle skrive til dere. Først vil jeg takke for en bra arrangert 100 km. Jeg har gått 100 km hos dere i 1980, 81 og 82. Så i år bestemte jeg meg for å gå igjen. Jeg var litt skeptisk for det jeg leste i programmet under spesielle opplysninger vedr. 100 km om at det var 84 km til hovedrast på Skarpengland skole. Ved ankomst sekretariatet fredag kveld fikk vi utdelt bl.a. kart og en meget god liste over avstand til viktige vegkryss og rasteplasser. For rasteplassene var det beskrevet hvilke tilbud som fantes der. Ved gjennomgang av lista kunne vi lese: 70 km rast, toalett og dusj. Altså vi som skulle gå sammen, Jorunn, Finn og jeg, bestemte oss for at her skulle vi ta vår hovedrast mens vi ennå hadde krefter nok til å utnytte en langhvil. Vi sendte da bagasje til 70 km slik at vi fikk dusje og skifte tøy. Dette viste seg for oss å være fornuftig.

Det var mange som brøt. Jeg vil nevne 2 hovedmomenter som etter min mening er årsaken til at så mange brøt:

1. Mange startet ut for dem i et for stort tempo med derav følgende problemer senere. — Vi la oss helt sist i rolig tempo, 10 min pr km. De andre bare forsvant fra oss.
2. Mange av de som brøt beregnet å ta hovedrast på Skarpengland skole. På dette tidspunkt var de så slitne at de ikke hadde av utbytte av langrast her. Hadde de derimot lagt langrasten til Hægeland skole ved 70 km som oss, hadde de hatt større mulighet til å fullføre.

I programmet for neste år bør dere fremheve at det er mulig for hovedrast ved 70 km.

Ellers var løypa lett å gå, grei trasé og opplegg. Det at starttidspunktet var flyttet til kl. 09.00 er positivt med hensyn til alle som skal kjøre langt etter marsjen. Det blir mindre risikofylt hjemreise. Jeg ønsker dere fortsatt lykke til med en fin marsj.

Med hilsen Ragnar Svendsen

RED. ANM:

Foruten tips til arrangør gir brevet også gode råd til deltakere. En langdistanse må gjennomføres like mye med hode som med bena. Lytt til erfarne folk. De vet som regel hva de snakker om.

«En sunn sjel i et sunt legeme»

I et par år har vår familie hatt glede av å delta på en rekke turmarsjer. Vi har bare godt å si om disse arrangementene, som er den beste form for masseidrett en kan tenke seg. Vi liker imidlertid også å få med oss søndagsgudstjenestene, og offer har vi stått ovenfor et valg her. Jeg har tenkt en del på dette, og vil gjerne komme med et forslag som kan tjene både turmarsjarrangørene og de lokale menighetene til gode.

Jeg foreslår at det kunne være et samarbeid mellom turmarsjarrangøren og den lokale menighet. Marsjene går vel ofte forbi kirker eller kan legges i nærheten av en kirke. Dersom det i brosjyren/katalogen var opplyst om dette og hvor langt kirken ligger fra start, kan den enkelte regne ut hvor lang tid en vil bruke dit for å få gudstjenesten med seg midt i marsjen. Evt før eller etter marsjen dersom kirken ligger et stykke fra løypa. Slik som de har gjort det på Kongemarsjen i Eidsberg med innlagt sportsgudstjeneste, var jo helt flott, men likså bra ville det være om vi bare kunne gå inn i den vanlige gudstjeneste på et sted. Vi er en hel del mennesker som nødig vil unnvære gudstjenesten, som jo er i pakt med den opprinnelige hensikt med hviledagen. Å få kombinere det med en frisk tur ute, ville jo være det aller beste. Jeg har vært i kontakt med mange kirkegjengere som gjerne kunne tenke seg en slik kombinasjon. Dersom arrangørene gikk ut med et slikt tilbud, er jeg sikker på at antall deltakere vil øke, spesielt fra lokalsamfunnet. Og kirken fikk noen tilreisende «gjester». Hittil har vi ringt arrangøren for å høre om løypa går forbi en kirke, evt. hvor langt fra start, og om det er gudstjeneste i kirken den søndagen. Men dette er jo en tungvint ordning både for deltaker og arrangører. Enklere ville det være om arrangøren undersøkte dette på forhånd og gikk ut med disse opplysningene. Det var da mulig at presten lot gudstjenesten få preg av en sportsgudstjeneste, men dette ville trolig ikke ha noen betydning for de som ville benytte seg av ordningen.

Husk det tredje bud «Du skal holde hviledagen hellig» og visdomsordet «En sunn sjel i et sunt legeme.» Turmarsj er vel kanskje den eneste form for søndagsidrett hvor en slik kombinasjon vil være enkel å gjennomføre. Ingen vil få noe påtvinget og alle ville tjene på det. Jeg vil ønske lykke til i arbeidet med dette. Jeg håper at dere kan drøfte dette og gå ut til arrangørene med det slik at det kunne få virkning allerede for sesongen 1986.

Med vennlig hilsen fra Gerd Marie Lye

«Min 100. marsjdag» på Romsdalsmarsjen

I «Turmarsj-nytt» nr 3 har Ole Kr. Tangen beskrevet sin 100. marsjdag, som ble tilbrakt i Romsdalens vakre natur på årets første marsjdag av Romsdalsmarsjen.

Tangen beklager seg over servicen på rasteplassene, og vi synes det er synd at marsjdeltakerne ikke er fornøyd idet vi helt siden starten har bestrebet oss på å skape et arrangement som man gjerne vil komme tilbake til. Vi vil ikke unnskylle oss, men gjerne forklare. Ettersom Tangen tydeligvis går lang løype vil vi spesielt ta for oss denne.

Lørdag har vi på 30 km-løypa kun 2 rasteplasser, i tillegg har vi de to siste årene servert gratis XL-1 ved vendepunktet. For 2 år siden ble det bygget en turist-kiosk der vi hadde vår første rasteplass, og vi fant det naturlig å la denne overta funksjonen som rasteplass, av flere grunner:

1. Kioskeieren er grunneier både der hvor kiosken ligger, og en lang strekning lengre nedover langs løypa.
2. Kiosken kan tilby mer assortert vareutvalg, og den kan tilby varm kaffe og varme pølser, noe som av og til kan være vanskelig for oss hele dagen.
3. Kiosken har skikkelig sanitæranlegg med vannklosetter.

Vi har regnet med at turmarsjdeltakerne da heller ville betale de få kroner mer for den service turistkiosken kan tilby.

Noe annet er at det kanskje er langt fram til første rast, og vi vil til neste år forsøke om vi kan make å opprette en forenklet rasteplass f. eks. ved Sogge Bru, dvs. etter 5 km.

Nå tror vi at Tangen måtte være særdeles uheldig om han i år ikke fikk varm kaffe på neste rasteplass ved Fiva Gård, idet vi i år bestrebet oss spesielt på å holde denne rasteplassen med varm drikke og varme pølser.

Søndag tilbys marsjdeltakerne på lang løype 4 rasteplasser, og på vår «kafeteria» i Isfjorden tror vi å kunne påstå at varm drikke virkelig serveres varm.

I det hele tatt — våre ca 60 funksjonærer forsøker å legge seg i selen for å skape best mulig forhold, men tross det kan enkelte selvsagt være uheldig.

Når det gjelder blemmeballet så arrangerte vi dette de første årene, men fant at det var rovdrift på våre mange unge funksjonærer å la dem stå på fra 07.00 lørdag til over midnatt, for så å purre dem igjen til en ny strevsom dag søndag 06.00. Når det så i tillegg viste seg at det var relativt få av marsjdeltakerne som møtte opp på dette fant vi å ville stanse dette arrangementet. Vi har istedet gitt Rauma Røde Kors Hjelpekorpets adgang til å arrangere en åpen dansetilstelning (blemmeball) i tilknytning til marsjen, slik at der dermed er et tilbud til dem som ønsker det.

Vi er takknemlig for alle forslag til forbedringer som ligger innenfor det vi kan make å gjennomføre, og ønsker velkommen tilbake til Romsdalsmarsjen 28. og 29. juni 1986.

Med vennlig hilsen for Romsdalsmarsjen, Oddfinn Thue

Valg av sko

Som turmarsjer er skotøyet man bruker av største betydning. Jeg er nybegynner og kunne tenke meg å få tips og råd om hvilket skotøy man burde velge. Finnes f.eks. sko som kan benyttes både i skogsterreng (ev. fjell) og på asfaltert vei? Flere turmarsjer har slike løypekombinasjoner. Skoene blir våte ute i terrenget og gnager skikkelig når man så går på asfaltert vei. I skogen eller på fjellet prioriteres stødige, vannette og kanskje litt tyngre sko, mens langs vei er lette joggesko å foretrekke.

Hvilke råd kan dere gi i Turmarsj-nytt — eller leserne for den saks skyld — gi angående skotøy?

Hilsen en nybegynner

Red.

Turmarsj-nytt kommer med en artikkel vedr. valg av sko i et senere nummer.



Starttider

Kan dere forlenge starttiden på enkelte turmarsjer fra neste år? F.eks. fra kl. 09.00 til 13.00. Som regel svikter lokalbefolkningen på de fleste steder. Jeg tror at dette skyldes starttiden for de fleste. Jeg tror at man kan få flere med på denne måten Det er slik med alt, det er populært til å begynne med, men så dabber det av. På hver turmarsj var det til å begynne med ca 600, men nå er det ca 400.

Hilsen Jan Erik Grændsen

TURMARSJDELTAKEREN'S MARSJBOK FRA INNHOLD:

Stell av føtter - Litt om skotøy - Behandling/forebyggelse av marsjskader.
Eget «IVV-kort kartotek» for DELTAKERKORT og KILOMETERKORT.
«Privat kilometer-teller» og «MARSJ-DAGBOK». — Pris kr 10,-.



En sol- og hjertevarm hilsen fra Mallorca

Jeg fikk slik lyst til å sende en varm og solfylt, men sen sommerferiehilsen fra Alcudia-kysten på Mallorca, til alle som leser Turmarsnytt i denne grå før-julstiden.

Jeg har selv ligget i snart 14 dager på en solvarm strand, og de gangene jeg har følt behovet for å ha noe å lese i, har jeg tatt siste nummer av turmarsnytt opp av strandvesken. Det blir ikke lest mange linjene om gangen, før jeg føler behovet for å ta en dukkert i et ramsalt og krystallklart Middelhav med en temperatur på 27 C. Lesingen har gjort sin misjon til inspirasjon. Jeg har gått «turmarsj» langs strandlinjen for ikke å glemme hvordan det er å gå, men jeg har liksom savnet «miljøet». Tankene har vært hos hver og en av dere som jeg har blitt kjent med siden jeg gikk over fra aktiv håndballspiller til aktiv turmarsjgåer. Denne form for aktivitet er meget positiv på mange måter. Mosjon er en ting, men all denne hyggen og vennligheten en møter over alt gir enda mere. Og så denne fine naturen som vi omgir oss med på de turene vi får ved å være aktiv med i turmarsj. Nå har jeg spesielt to av mine turer i sommer i tankene. Den første var til «Moskus- og Dovremarsjen» 6. og 7. juli. Jeg hadde jo vært i området rundt Dombås og Dovre tidligere, men bare på gjennomreise. Jeg hadde stor forventning til disse to marsjene da jeg satte meg på bussen som Steinkjer Turmarsjforening ordnet med. Turmarsjgåere fra Nord-Trøndelag, så og si, fylte bussen, og det er en hyggelig og kameratslig ånd som råder på disse bussturene. Etter en helg på Dombås og Dovre sitter jeg igjen med at forventningene ikke ble gjort til skamme. For du verden, for en fin turmarsjhelg. Har aldri opplevd maken. Ingen kan stilles ved siden av. Mottakelsen var velment og hjertegod, og det ble gjort det som gjøres kan for at vi skulle trives og ha det

best mulig på alle måter. Overnattingen var på små klasserom i stedet for store gym-saler. Det er en stor fordel for alle. Begge marsjene ga oss en panoramautsikt som vi ikke ser så mye til når vi sitter i bil på E6. Løypene varierte mellom asfalt og skogsstier, flatt, opp og ned, så en fikk utfordringer så en kjente det på kroppen. Så var det løypenes høydepunkt: vannkannene med kaldt, friskt vann, plassert der du mest følte behovet. Rasteplassene med smilende, hjelpsomme og vennlige serviceinnstilte damer. La meg få lov å nevne spesielt den rasteplassen der vi kom ut fra skogen og inn på et gårdstun. Der satt en smilende dame i rullestol og stekte rømmevafler, som vi fikk servert med jordbærsyltetøy og rømme til, og sterk, god kaffe. Kan en få noe bedre?

Helsesportslaget i Dovre med Hans Workinslien som primus motor skal ha all den ros de kan få for de to fine dagene. Værgudene viste seg også fra sin beste side Da jeg muntlig overbrakte min største takk for en fin turmarsjhelg og for et prikkfritt arrangement, fikk jeg til svar at neste år skulle det bli enda bedre. Hva skal det være som kan bli bedre?

Så var det den andre fine turen i sommer. Den gikk til Finnmark med fly. Det var «Veien til Ishavet» og «Russlandsmarsjen» 20. og 21. juli som jeg også skulle gå for første gang. Også under disse to marsjene viste det seg at vi hadde værgudene på vår side. Arrangementet var helt på topp. Vi ble hentet fra flyplassen i Kirkenes til Bjørnevatn Ungdomsskole med privatbiler, og som sjåfører var det arrangørene fra idrettslaget, og brakt tilbake på samme vis før disse skulle på jobb på mandagsmorgen. Gjestfriheten fra hyggelige finnmarkinger som vi møtte under marsjen ga utslag i invitasjon privat, og til sterk god kaffe med hjembakt til. Overraskende tok en av arrangørene oss med på sight-seeing i Kirkenes. For en opplevelse! Etter slike turer sitter en igjen med mange gode minner og fornyet bekjentskapskrets. Turmarsj har sin misjon. Jeg vil anbefale alle turmarsjgåere disse marsjene.

Til slutt takker jeg Helsesportslaget i Dovre og Bjørnevatn Idrettslag for to uforglemmelige helger i sommer, selv om jeg måtte stå over Vestnes-, Rose-, Ullensakermarsjen og Lillomarka Rundt. Så vil jeg benytte anledningen til å takke for de mange hyggelige hilser som jeg fikk fra kjente turmarsjgåere på dagen min 15. september.

En varm turmarsjhilsen fra
Halldis Hjelde, hjemmehørende i Verdal

Fotokonkurranse

Vi har gleden av å invitere til forbundets første fotokonkurranse! TEMA: «TURMARSJ 86»

Konkurranseregler:

1. Konkurransen er åpen for alle. Juryens medlemmer og deres nærmeste familie kan ikke delta.
2. Du kan delta med inntil 6 bilder totalt. Det står deltakerne fritt om de vil sende lysbilder og/eller papirbilder, svart/hvitt og/eller fargebilder. — Papir bildene skal måle minimum 13 x 18 cm, maksimum 24 x 30 cm.
3. Samtlige bilder MÅ merkes med fullt navn og adresse. På papirbilder skal dette gjøres på baksiden, på lysbilder på den lyse rammedelen.
4. Bildene må være redaksjonen i hende innen 31. oktober 1986. Sendingen emballeres godt og merkes «Turmarsj 86».
5. Bildene vil bli vurdert av en

fagjury på tre medlemmer. Juryens dom er endelig. — Bilder som premieres vil bli nyttet i Turmarsj-nytt uten nærmere honorar. Etter trykking returneres vinnerbildene. — Bilder som ikke blir brukt, blir returnert innen tre uker uker fra fagjuryens bedømmelse. — Resultatet av fotokonkurransen vil bli tilsendt den enkelte, evt. gjennom vedkommendes forening.

Nærmere opplysning kan fås ved henvendelse til redaktøren: Odd Ivar Ruud, tlf. 02/49 86 76 arb. eller 02/15 24 13 priv.

LYKKE TIL!

Bildene sendes til: Norsk Turmarsj Forbund Postboks 147, 1473 Skårer.

Kan du hjelpe oss med nye idéer?

TEGNEKONKURRANSE



NTF's T-shirts med emblem har i mange år vært en god salgsartikkel, og bør fortsatt være vårt «paradeantrekk» også i fremtiden. Det er fra flere hold fremmet tanker om et mer «fancy» motiv. Utfordringen går herved til alle våre lesere: Hvilke motiv skal vi ha på en evt. ny T-shirt?

Forslag bes sendt redaksjonen innen 15. februar 1986. merk sendingen «Tegnekonkurranse».



IDRETTS-BANKBOKA

R D BOK egner seg utmerket for penger som du ønsker å ha lett tilgjengelig – men samtidig lønnsomt og trygt oppbevart. Du kan med andre ord betrakte denne boka som en grei og praktisk «lommebok» fordi beløp kan heves uten opps ing og uten fradrag i renten.

En r d postsparebankbok er også ypperlig som «reisebok» på ferier o.l.

Ved reiser i Norge står ca. 2.700 postkontorer og ca. 2.100 landpostbud til din disposisjon – *alle hverdager*. På boka kan du også ta ut valuta for inntil 10.000 norske kroner pr. reise ved i alt ca. 3.500 postkontorer i Danmark (inkl. Færøyene og Grønland), Finland, Island, Sverige og Vest-Tyskland.

POSTSPAREBANKEN

- banken på postkontoret -

Årets TV-innsamling UNGDOMS- KAMPANJEN 85



NTF takker alle 157 arrangører og de 13.800 deltakere som tok del i UNGDOMSKAMPANJEN 85 den 20. oktober.

En spesiell takk til DnC som også i år har levert trykksaker for et ikke ubetydelig beløp.

Overskuddet fra marsjen — ca 170.000 kroner går i sin helhet til kampanjens formål under mottoet «Felles framtid — felles ansvar». Vi samles alle i et ønske om at dette arbeidet må gi resultater.

Vi har mottatt følgende brev fra Frosta Turmarsjforening:

«Vedlagt følger et utklipp fra Adresseavisen 21.10.85 og ber om at dere tar det inn i Turmarsj-nytt for desember. Innbetalingen kan jo skje til Forbundet slik at dere senere kan overlevere en ny sjekk til Ungdomskampanjen 85. Turmarsjforeninger har såpass penger i kassen at de kan bevilge 300 kroner ekstra. Håper dette lar seg gjøre.

jobbet på spreng for å få det hele til å gå knirkefritt, satt ti kvinner og tok imot telefoner fra hele landet om tilbud og bud på gaver. Under den hektiske virksomheten kunne vi blant annet notere at Frosta Turmarsjforening bevilget 300 kroner og oppfordret samtlige 250 av landets turmarsjforeninger til å gjøre det samme. Det ville innbringe tilsammen 75 000 kroner.

Vennlig hilsen
Frosta Turmarsjforening
Odd Rossing»

Redaksjonen lar hermed utfordringen gå videre.

Neste nummer av Turmarsj-nytt utkommer først i mars.

Stoff til bladet må være redaksjonen i hende innen 27. jan. 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!

INFO - 3.85

mest for NTF's medlemslag

Indirekte kjøp/salg av medaljer

Det er stilt spørsmål om den som starter flere ganger på EN MARSJ - PÅ EN DAG, og kjøper startkort for hver løype, også kan få f.eks. 1.-gangs, 2.-gangs MEDALJE, SVARET ER NEI, bare IVV-km godskrives for hver løype.

STARTKORT FOR «BARE IVV-STEMPLING» kr 5,- pr. dag: SELV OM DELTAKEREN GÅR FLERE LØYPER gis bare ETT DELTAKERSTEMPEL, MEN ALLE KM GODSKRIVES.

Overføring fra deltakerkort til kilometerkort:

Mange deltakere har begynt med deltakerkort, og har senere spurt om de kan få godskrevet kilometerne.

STYRET HAR VEDTATT at alle deltakerstempler kan godskrives i KM-kort. MEN 1 DELTAKERSTEMPEL SETTES TIL 10 KM. DVS en deltaker som har fått f.eks 75 deltakerstempler kan få godkjent 750 km. Hvis dette ønskes må det innsendes kr 20,- pr 500 km. (kort kr 18,- + portostøtte).

Det vil være en fordel å få dette ordnet innen 1. april, DETTE MÅ ORDNES VIA KONTORET, OG GJELDER BARE FOR DELTAKERE REGISTRERT I NTF/BO-SATT I NORGE.

TERMINLISTEN 1986 er trykt med de opplysninger som forelå medio OKT. Når det gjelder marsjer hvor noen opplysninger mangler BER VI DELTAKERNE kontakte arrangører før evt. reise. Listen følger vedlagt til alle abonnenter. Frankert (kr 5,-) adressert konvolutt kan for øvrig innsendes og listen vil bli sendt til de som ønsker det.

ARRANGØRER SOM IKKE HAR INNSENDT SJEMA TIL TERMINLISTEN, må selv bestille materiell fra NTF - senest 3 uker før terminsfestet dag. (Terminliste '86 utsendt juni 85.)

Den internasjonale terminliste ventes medio januar.

Prisen er som i fjor kr 12 + porto kr 12 = kr 24,-

Den danske terminliste ventes likeledes inn medio januar.

Prisen er som i fjor kr 10,- + porto kr 7,50 = kr 17,50.

Følgende medlemmer ønskes velkommen i NTF:

287 - Norsk Folkehj. Sanitet Rena Lag
Grethe Nygårdsmoen, Skyttervn. 8, 2450 Rena. Tlf. 064/40 282

288 - Rødønes IL
Åsmund Degnes, Søby Gård, 1870 Ørje. Tlf. 02/81 33 69.

289 - Hovden ferie service A/S
Ole P. Bruun, boks 18, 4695 Hovden i Sætedal. Tlf. 043/39 600.

290 - Mefjordvær U. & IL
Ann-Karin Wilsgård, 9387 Mefjordvær. Tlf. 089/58 638.

291 - Sogne Marsjklubb
Johan Watne, Kvenstien 9, 4630 Søgne. Tlf. 042/66 067.

Nedenstående registreres som medlemmer fra 01.01.86.

— **Brekstad Ballklubb**
Aud Lund, 7130 Brekstad.

— **Måndalen IL**
Arve Søbbø, 6386 Måndalen. Tlf. 072/23 471.

— **Betel speidernes foreldrefor.**
Svanaug Staurheim, fjelldalsvn. 154, 3700 Skien. Tlf. 035/90 255.

— **Lions Club Billingstad**
Odd Henriksen, boks 84, 1362 Billingstad. Tlf. 02/84 53 64 P. - 59 01 00 A.

— **Bardufoss og Omegn IF Trimgr.**
Brit Halvorsen, Rustadhøgda, 9200 Bardufoss. Tlf. 089/33 836.

Til slutt TAKK FOR I ÅR - OG RIKTIG GOD JUL/MARSJ

birgith

Nytt i 1985/86

Vinterserie

HENSIKT:

Gi et tilbud til de som ønsker å vedlikeholde marsjformen i vinterhalvåret.

TIDSROM:

1. november - 31 mars.

OMFANG:

**

Vinterserien arrangeres regionvis og omfatter:

- Allerede etablerte marsjer i nevnte tidsrom.
- Treningsmarsjer på helger hvor det ikke er ordinære marsjer. Distanse 10 km.

BEGRENSNING:

NTF's julemarsj er ikke inkludert i Vinterserien.

- Treningsmarsjer som inngår i Vinterserien kan ikke arrangeres på helger hvor det er ordinære marsjer innen en avstand av 100 km.
- Ved godkjennelse av ordinære marsjer innen 100 km, må en evt. treningsmarsj samme helg utgå.

MEDALJER/MERKER:

- Etablerte marsjer beholder sitt medalje-/merkesystem.
- Treningsmarsjene gir bare IVV-stempling.
- Vinterseriemerket oppnås etter å ha gjennomført 70% av arrangerte marsjer innen bosteds-regionen.
- Merkene bestilles regionvis etter avviklet serie.

STARTGEBYR:

- Etablerte marsjer beholder sitt vanlige startgebyr.
- Treningsmarsjer har intet startgebyr utover kr 5,- for IVV-stempling.
- Vinterseriemerket betales ved bestilling og sendes i oppkrav.



ADMINISTRASJON:

- Regionene sørger selv for arrangører og setter opp regionens terminliste.
- Alle marsjer kunngjøres i forbundets terminliste.
- Spesielle startkort utarbeides sentralt.
- Forbundet foretar felles innkjøp av merker.

** - for inneværende sesong '85/86 må det arrangeres min. 6 arrangementer i regionen. (70% av 6 = 4.2 DVS - en deltaker må ha gjennomført minst 4 av 6 marsjer for å innløse merket.

70% av 8 = 5,6 DVS - en deltaker må ha gjennomført minst 6 av 8 marsjer for å innløse merket.)

Nærmere opplysning fås ved henvendelse til kontoret på Skårer.

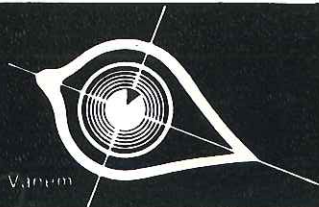


Turmarsjnytt - abonnementsfornyelse

Abonnementsprisen er vi nødt til å sette opp til kr 20,-. Innbetalingskort følger vedlagt. - Det vil være hyggelig om du setter så stor pris på bladet at du betaler litt mer - vi takker på forhånd.

ARGUS markéring a/s

Per Vangem



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.