



NTF's Turmarsj-nytt

NR. 1

ORGAN FOR NORSK TURMARSJFORBUND

ÅRGANG 10



1968 - 1988
Gratulerer!

MARS 1988

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 – 0557 Oslo 5 – Tlf.: (02) 37 47 08

Lederen har ordet



IVV 1968-1988. Vi gratulerer med 20 års jubileet. Bakgrunnen for stiftelsen av et folkesportsforbund var det faktum at mosjonsløp med klasseinndeling og tidtaking resulterte i skader og overanstrengelser, i flere tilfeller med døden til følge. Det var behov for en «folkelig» aktivitet hvor den mentale og fysiske helse kunne pleies på bekostning av konkurransepresset. I ettertid kan man slå fast at stifterne av Det internasjonale Folkesportsforbund gjorde et godt valg. IVV med sine vedtekter og retningslinjer er i dag symbolet på den moderne masseidrett. En aktivitet hvor alle kan finne sin plass. Alder, kjønn og fysiske forutsetninger er uten betydning.

Fellesskapet innen IVV er unikt i idrettssammenheng. Hver gang vi stiller til start i et folkesportsarrangement deler vi deltakergleden med tusener av likesinnede over hele Europa og verden for øvrig. Vi går alle for et felles mål: Sunnhet - styrke - samhold.

Jeg ønsker dere alle en riktig god sesong i folkesportens ånd.

NORSK TURMARSJ FORBUND

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

Redaktør: Odd Ivar Ruud - Tlf. 066/14 355

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

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

Annonsepriser: Helseide kr 1.200,-. Halvside kr 650,-.

Annonser ang. turmarsjer - kvartside kr 225,-.

Sommermarsjen 1988

HVA ER DET FOR EN MARSJ?

- En av NTF's landsomfattende fellesmarsjer.
- Blir i år arrangert for 13. gang.
- Regnes som et propagandaarrangement, og det er derfor også mulig å legge inn en mini-løype på 5-6 km, i tillegg til de «IVV-foreskrevne» 10 km.

AVIKLES NÅR?

I uke 22, fra 30. mai til 3. juni.

HVEM KAN ARRANGERE?

NTF's medlemmer, og andre lag, organisasjoner, skoler m.fl.

ER DET VANSKELIG Å VÆRE ARRANGØR?

Nei, dere kan få tilsendt vår INFO med småtips til nye arrangører.

HVA KOSTER DET?

Startgebyret er:

- For voksne kr 30,-. Barn under 16 år kr 25,-. Og alle får da marsjens medalje.
- Uten medalje: kr 5,-.

HVILKEN MEDALJE?

- Vi har lagt opp en serie med motiver fra fylkene:
- Begynte i 1983 med: A: Hedmark (Hamar). B: Møre og Romsdal (Molde). C: Troms-Finnmark (Tromsø). D: Rogaland (Hafsrfsjord). E: Østfold (Fredrikstad). F: og siste i rekken Trøndelag (Krigsminnesmerket Falstadskogen).
- Motivene: B, C, D, E og F vil være i omløp i 1988.

ER DET IVV-STEMPLING?

- Ja, alle arrangører får IVV-stempel, men for å få stempel må deltakeren ha gått **minst** 10 km.
- En del mennesker finner at 10 km er for langt når de ikke har deltatt i turmarsj tidligere. Det er derfor arrangøren bør legge opp en «miniløype» og deltakerne i denne får selvfølgelig også medaljen.

HVORDAN BLIR MAN ARRANGØR?

Ring (02) 70 55 36, eller skriv til oss og dere får opplysninger om medaljepriser, påmeldingsskjema tilsendt etc.

KAN VI TJENE PENGER PÅ Å ARRANGERE?

Ja, arrangørene kjøper medaljene ved NTF. Overskuddet mellom startgebyr og medaljepris er selvfølgelig arrangørens.

NÅR ER PÅMELDINGSFRISTEN?

10. april 1988.

HVILKEN HJELP FÅR VI FRA NTF?

- Dere får sammen med medaljene tilsendt:
- Plakater/Startkort/IVV-stempel og IVV-kort.
- Arrangementet blir tatt med i Turmarsj-Nytt nr. 2/88.
- Øvrig salgsmateriell etter avtale.

Bli vår MEDARRANGØR! Kontakt Norsk Turmarsj Forbund - Postb. 147 1473 Skårer - Tlf. (02) 70 55 36.

Robert og Pussi

«Bare ring hvis du trenger hjelp!» sier de alltid, og vi ringer både tidlig og sent. Denne gangen er vi litt sleipe - og tar det litt tidlig - for Robert sier alltid «Du kan ringe så tidlig du vil, for når du kommer opp, har jeg vært oppe et par timer».

Men i dag altså, ... jeg vant!

Vi har først en liten morgenprat med Pussi, og spør hvorfor, hva er det som får deg til å stille opp som funksjonær på så mange marsjer? Har du ikke lært å si nei?

— Nei kan jeg si, men så fremt vi har tid, sier jeg ja, for i turmarsjmiljøet treffer vi så mange hyggelig mennesker, ja miljøet er så koselig at jeg kan slett ikke få sagt det.

Går du noen marsjer også?

— Jeg begynte i 1982 - men nå går jeg ikke så mye, jeg har noen småskader, har jo vært pensjonist i en del år.

Har du drevet med annen idrett?

— Nei, aldri aktiv idrett, men jeg er glad i friluftsliv og gikk mye på ski før og er nå mye på fjellet om sommeren. Men jeg har aldri vært medlem av noen forening før de siste årene. Nå er vi medlem av både ØMK/OGK.

Har du planer om å gi deg?

— Å nei, man må holde seg i aktivitet selv om man er kommet opp i pensjonistenes rekke

Vi takker for samtalen og spør etter Robert, å ja da, men eeeeeee, Robert kommer til telefonen, men som nevnt innledningsvis var det MIN dag.

Det hører med til historien at lørdag 2. jan. skulle vi pakke 3500 medaljer (TV). Robert og Pussi hadde som van-

lig sagt «vi kommer». De valgte tid 0900 og dag, «for det skal jo ut så fort som mulig!».

Kl. 0850 kom jeg på jobben, tenkte at kaffen skal være klar, men akk, hvem stod og ventet og - «du, har du tenkt det skal bli ettermiddagsjobb!»

Herr Rasteplassjef/Dugnadssjef/Pakkesjef, m. m., ja, med mye mer - når begynte du med turmarsj?

— I 1975 ved Sognsvann. Jeg var ute å trente, og fikk se noen som satt ved et bord og mange folk som stod omkring og pratet. Jeg spurte om det var konkurranse, så ville jeg være med. Nei, ingen konkurranse, men la gå ... og så har det gått siden, jeg fikk nemlig også kjøpe min første terminliste der.

Har du drevet med annen idrett?

— Ja, jeg var meget aktiv innen sykkel, men det ble jo slutt under krigen. Så ble det orientering og langrenn, en bra erstatning, og jeg var aktiv til jeg var 48 år.

Går du også marsjer eller er du bare ham «hele Oslo» ringer til for å få hjelp?

— Klart jeg går prøvemarsj, tar det som fin trening. Men går da også mange andre marsjer.

Trening? Trener du stadig?

— Man må jo holde seg i form, men nå trener jeg bare 2 ganger i uken, går 1 1/2 til 2 mil, og så går jeg i helgen.

Hva finner du så tiltrekkende med turmarsj?

— Hyggelige folk, nye steder, en fin måte å komme seg ut blant folk, ellers blir det så lett til at man sitter inne i

helgen vet du! Turmarsj gir det lille spark mange av oss trenger/har trengt for å komme oss ut.

Du fortalte tidligere noe om hva legen din hadde sagt!

— Ja han lurte sist på om hans apparater var i orden for han sa jeg hadde blodtrykk og puls som en 17-åring, og han lurte på hvilken idrett jeg drev. Turmarsj, sa jeg.

Når leste du sist en bok?

— Nei nå er du jammen frekk, en bok, nei det kan jeg ikke huske. Men jeg leser aviser hver dag. Og Dagsrevyen må jeg se ellers blir jeg sur. Men annen lesing, TV-titting, nei du, det har jeg ikke tid til.

Dere har pusset opp en gammel leilighet for ØMK, tror du ikke at dere nå får henvendelser fra folk om hjelp til oppussing?

— Kanskje, men så blir det på mine premisser, men jeg synes det får holde å gjøre det for ØMK.

Har du en skikkelig drill?

— Ja, klart jeg har skikkelig verktøy, stor slagdrill har jeg.

Fott altså, kan du ikke tenke deg å medbringe den på kontoret neste gang du kommer, for vi har en papirholder som har løsnet. Tidligere er den satt opp av en elektriker og en blikkenslager, tenkte at en pensjonert drosjeeier kan gjøre det slik at det holder, og så har vi litt her og der altså ...

— STOPP nå, du er den ... jeg kjenner, men klart jeg fikser det for dere. Skal det være i morgen?

— Nei, det haster ikke, bare det blir i neste uke.

TAKK FOR SAMTALEN.
BARE HYGGELIG.

birgith

Behøver jeg fortelle at det ble dagen etter.
Red.

OBS! OBS!

«MANGE BEKKER SMÅ GJØR EN STOR Å»

NTF's portoutgifter er enorme, derfor ber vi om —

**AT DU MEDSENDER RETURPORTO VED ALL HENVENDELSE/
BESTILLING TIL VÅRT KONTOR.**

Neste nummer av Turmarsj-nytt utkommer sist i mai

Stoff til bladet må være redaksjonen i hende innen 10. april. Vi gjør 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!

En naken fot er fra naturens side uhyre fleksibel. I walking eller turmarsj er det viktig å velge sko som tar hensyn til dette. Hittil har naturen vært overlegen, men nå har Nikes Sport Research Laboratory etter flere års biomekaniske studier greid å kopiere fotens naturlige fleksibilitet.

Resultatet er den unike Nike Air Walker. En turmarsjsko med hele 46% bedre fleksibilitet enn noen annen sko! Og 20% bedre støtdemping takket være den revolusjonerende gass-sålen.

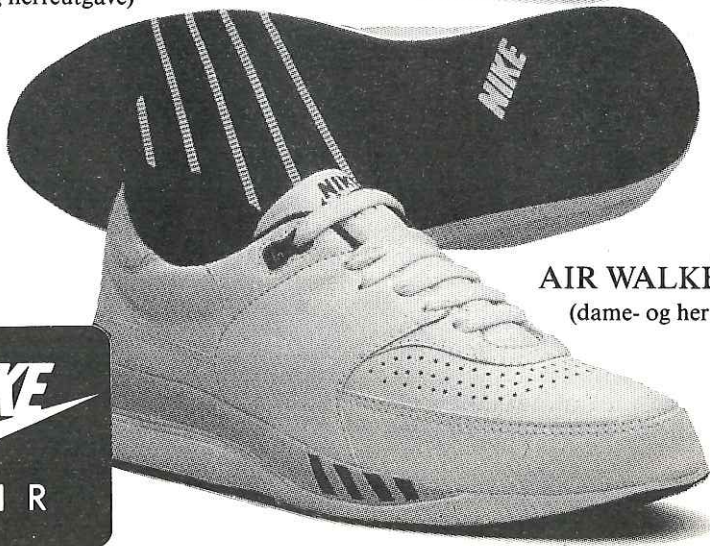
Nike Air Walker har dessuten en rekke andre detaljer utformet med tanke på maksimal beskyttelse av foten.

Prøv Air Walker neste gang du skal kjøpe sko. Nærmere naturen kommer du ikke.



AIR WALKER MAX

(dame- og herreutgave)



AIR WALKER PLUS

(dame- og herreutgave)



Feriebrev 1987

Fra Bård Kjørsvik, Bryne

Ja, nå er vi på marsj igjen, og vi har lagt et fint marsjår bak oss.

Vi var to familier fra Jæren som planla å reise til Kirkenes for å gå «Veien til Ishavet» og «Russlands-marsjen». Og heldigvis så passet fellesferien inn i det. Så var det bare for oss å legge opp reiseplan og få med oss så mange marsjer som mulig.

Vi bestemte oss for følgende rute: Første stopp var Hovdemarsjen lørdag 11. juli. Der oppe var det veldig kaldt når vi kom på fredag kveld, men når lørdagen kom så ble det godt og varmt. Det var en fin marsj, med bra deltagelse. Så reiste vi til Sjursjøen like ved Lillehammer, for å gå Rømåsen Rundt søndag 12. juli. Der var det virkelig fint terreng å gå i. Vi fikk se mye fine multemyrer. Der óg hadde vi fint vær, så ferien begynte ganske bra. Da vi hadde spist mat og ordnet oss, dro vi til «Lilleputt-byen» rett nord for Lillehammer for å slappe litt av før neste etappe. Den lengste på turen, for det var ikke noen marsjer som gikk før vi kom fram til Kirkenes torsdag 16. juli.

Vi dro fra Lillehammer og reiste over Røros til Sverige, og videre gjennom Finland. Vi kjørte følgelig ganske langt. Det tok oss en uke oppover. Da vi kom til Kirkenes var det surt og kaldt. Vi var veldig spent på hvordan det skulle gå med oss på campingplassen. Om vi kom til å regne bort eller fryse i hjel på turen. Men da fredagen kom så vi et lite solgløtt. Vi krysset fingrene for at det måtte bli fint vær på lørdag og søndag. Og det

skal jeg si dere at det ble til gangs. Da lørdagen kom ble det virkelig varmt, så «Veien til Ishavet» ble en knallfin tur med mye folk - det var visst rekorddeltagelse. Og så var det Russlands-marsjen. Da var det nesten for varmt, det var hele 38 varmegrader i skyggen. Du store verden for en fin natur vi har i Norge. Selv om det var langt å kjøre, så anbefaler jeg den turen som vi tok.

Så var det å kjøre hjem igjen. Vi fant ut at det gikk marsj på Tolga lørdag 25. juli, og vi bestemte oss for den, og søndag var det Rørosmarsjen.

Der var det veldig surt og kaldt, men det gikk da det og. Deretter var det Mossepromenaden og derfra bar det til Nattergalen og videre til Tromøya. Så det ble skikkelig med turmarsjer

Jeg vil sende hilsen til alle de kjekke folkene vi ble kjent med.

Her er de marsjene vi fikk med oss på turen:

- | | |
|----------------------|-----------|
| 1. Hovdemarsjen | 11. juli |
| 2. Rømåsen Rundt | 12. juli |
| 3. Veien til Ishavet | 18. juli |
| 4. Russlandsmarsjen | 19. juli |
| 5. Egebergmarsjen | 25. juli |
| 6. Mossepromenaden | 1. august |
| 7. Nattergalen | 1. august |
| 8. Tromøymarsjen | 2. august |

Jeg håper at det er flere som vil ta denne turen. Det var familien Oddbjørn Haugland fra Bryne, undertegnede Bård Kjørsvik og Marit Hodne fra Bryne som reiste i lag.

Jeg håper at vi får et nytt fint marsjår.



En fornøyd familie på vei til Ishavet.

Vi går og går — i vårt 20. år

Velkommen til vår JUBILEUMSMARSJ
lørdag 19. mars fra Skullerudstua, Oslo.
10 km og jubileumsdistansen 20 km
Stor jubeileumsmedalje, ca. 60 mm.



VÅRMARSJEN søndag 8. mai 1988

Start fra Rødtvedt skole
Sandåsvn. 1, Oslo 9
Fra kl. 0900-1100 for 29/18 km
og kl. 0900-1300 for 11 km
Arr.: Østmarka Marsjklubb

Gå en turmarsj da vel — gå med ØMK

Nijmegen 1987

Jan Jørgensen

Styrkeprøven blant turmarsjentusiaster, Nijmegen, Holland, ble arrangert for 71. gang 21.-24. juli. Norge hadde med flere tropper og sivile.

Fra Vestfold deltok: Hans Hansen (75), Tolvsrød, som deltok for 5. gang. Han ble tatt opp på veien, da han hadde fullført en vandring på 300 km fra Slesvig (Tyskland) til Viborg (Danmark). På grunn av sin alder skulle han bare gå 4 x 30 km i Nijmegen. De øvrige vestfoldingene måtte gå 4 x 50 km.

Kjell Hagberg (43), Horten, 5. gangs deltakelse. Sekretær i Horten Turmarsjklubb og turenas reiseleder.

Bjørn Kramer (45), Nykirke, og Jan Jørgensen (48), Tolvsrød, deltok begge for første gang på en slik lang styrkeprøve.

For å myke opp ganglaget og styrke kondisjonen ble to korte marsjen gjennomført på veien ned. Arrangementet i Nijmegen ble åpnet med tre timers show. Det var militærdrill, militærmusikk, 20-30 fallskjermutsprang (en havnet på en flaggstang, ellers landet alle trygt), rugbykamp, popsangere og reklameshow. Det hele var proff lagt opp, men tok lang tid da turmarsjen begynte klokken 0400 neste morgen.

Marsjen er et gigantisk show for forretningsstanden. Souvenirer selges og byen får øket innbyggerantallet med 50-60.000 personer til 160.000. Hotellene er fulle, campingplass ledig kun utenfor byen. Restaurantene og nattelivet florerte, byen var en kokende boblende heksegryte. Alle er opptatt av marsjen, etter sine egne synspunkter og hensyn.

Under marsjen er det private matstasjoner som selger mat og drikke. De tar rene restaurantprisene, men er

eneste tilbudet de gående har. Matstasjonene er noe ujevnt fordelt, men vi fikk mulighet til regelmessig forsyninger av væske. Gratis vareprøver, melk, brød, batterier, tyggegummi, drops, Gudsskrifter og Frelse, fikk vi underveis. I småbyene sto flere orkestere oppstilt sammen med byens borgermester og andre prominente personer.

Alle dagene ble meget like etterhvert da vi alle var oppsatt på å klare distansen. Opp en time før start, gå 30-50 km på 8 til 11 timer, sove 3 timer, spise og se på livet og prøve å sove igjen til neste dag. Dette med å sove var vanskelig. Grekisk og annen musikk fra gatelivet bråket utenfor oss, mens vi ville sove mellom 2200 og 0300, bråket tok ikke slutt og når vi gikk ut neste morgen ravet de siste gjestene rundt i gatene.

Det var lett å gå i det flate terrenget, men det var mange som lot seg lure til å holde for høyt tempo. 712 av 28.664 brøt den første dagen, og 1396 den andre dagen, så det var mange som kjente foregående dag i kroppen og unnlot å stille opp. Terrenget og omgivelsene ble monotone, flate asfaltveier, grusete gårdsveier, brune murstenshus, duftende bondegårder, diker, vei- og jernbaneoverganger.

795 brøt på den tredje dagen og 210 den fjerde dagen, så det var 25.551 marsjdeltakere som fikk æren av å bli tiljublet av hundretusen tilskuere langs den 5 km lange paradegaten.

Det er en deilig følelse å vandre midt i gaten og la hyllestene og gratulasjonene strømme mot deg. Jubel og hyllest fikk du alle dagene når du gikk

gjennom småbyene, men den siste dagen var helt spesiell.

Den må oppleves.

Alle butikkene stenger tidlig, stoler og benker flyttes ut, tribuner bygges og plasser leies ut. Mellom dette vandrer vi i et kjempemessig 17. mai tog. De militære pådrar seg mest oppmerksomhet, unge kjekke, fint tempo, taktfast marsjering. Ungene fikk klistremerker, våpenemblemer, luer, våpen (tremodeller) av de militære troppene. Mange av deltakerne fikk blomster av kjente og ukjente, slik at de fleste hadde blomster i armkroken da hele parademarsjen var ferdig. Vi klarte marsjen med noen småskader, som blommer og overbelastete senefester, men hva spiller det for rolle når vi fikk oppleve denne folkefest.

Turmarsj er en måte å bruke fritiden på, som ut fra medisinske, sosiale og kulturelle kriterier er gunstig. Prestasjonskravet er langt mindre fremtredende i turmarsj enn i konkurranseidretten. Vi vil få mer fritid etterhvert og denne tid bør bli fylt med mosjon, som bygger opp og tar vare på helsen vår. I Vestfold finnes det idrettsklubber og turmarsjklubber, som arrangerer marsjer. I Tønsberg er det ingen turmarsjklubb, kanskje det er på tide at byen danner en. Sandefjord og Horten har klubber, som har eksistert i 4 år. Tønsberg bør ikke flytte på disse, men stifte en selv. Norges eldste by, hvilken PR ville det ikke bli for byen, hvis vi kunne klare å få til en turmarsjklubb, og få et årvisst turmarsjarrangement på linje med de andre stor idrettsarrangementene i byen vår.

VELKOMMEN TIL

ANDØYA KVELDSTRIM
som er under planlegging
Fredag 24. juni

Start fra Idrettshallen kl. 1800-2000



BLEIMARSJEN

Lørdag 25. juni

Start fra Bleik Grendehus, fra kl. 1000-1200
10, 13 og 21 km. Overnatting kan avtales.

Arr.: Turmarsjgruppa SK Høken



KINGMARSJEN

Søndag 26. juni

Start fra Kongsvik Samfunnshus, kl. 0900-1200
12, 20 og 28 km. Overnatting kan avtales

Arr.: IL King's Trimgruppe - Tlf. (082) 37 314



Ny marsj

Ny marsj

nyhet

compeed®

● Du kan også
fortsette med
krevende aktiviteter.

**- de profesjonelles hemmelige våpen
mot vannblegger og gnagsår.**

compeed hud- og sårbeskytter
er et helt nytt preparat, som både
kan anvendes forebyggende og når
skaden er skjedd.

compeed kjøpes i sportsforret-
ninger og apotek.



MARSJLAUGET TOLVER'N arrangerer i 1988:

MILKWALK - 24. mai

Startsted: Meieriet Sør Arendal/Kristiansand

Starttid: Kl. 17.00-18.00

Startkontingent: Kr 30,-, barn under 16 år og pensjonister kr 20,-.

Distanser: 5 og 10 km

BUSSTUR TIL NIJMEGEN - 15.-24. JULI

Pris kr 1.300,-.

Opplysninger ved: Finn G. Olsen,
Buheivn. 7, 4640 Søgne, tlf. (041) 50 060.

Andreas Ommundsen,
Artillerivollen 48, 4616 Kristiansand, tlf. (042) 27 219

BARFROSTTRÅKKEN - 27. november

Startsteder: Try i Søgne og Marnarhallen i Øyslebø

Starttider: Kl. 10.00-12.00

Startkontingent: Kr 30,-. barn under 16 år og pensjonister kr 20,-.

Distanser: 10, 14, 18 og 24 km.

**Vi feirer i 1988 10 års jubileum og ønsker alle «gamle»
og «nye» hjertelig velkommen til våre arrangementer**

LESERENS HJØRNE



En turmarsjer

Turmarsj-Nytt og også en del andre har i den senere tid tatt i bruk et ord som det ikke finnes hjemmel for i noen av de språkformene som er i bruk i Norge. Jeg sikter da til ordet «turmarsjer» brukt som betegnelse på en som deltar i turmarsjer (En turmarsjer holder naturen ren).

Turmarsjer er imidlertid og vil fortsatt være flertallsformen for turmarsj, og kan følgelig ikke uten videre gis en helt annen betydning. *Pan*

Ved å måle på illustrasjonen i Turmarsj-Nytt 4/87 vil enhver lett kunne konstatere at forholdene ikke stemmer.

Av en fargeplansje jeg har synes det å fremgå at både den røde og den blå fargen er mørkere enn det som er riktig på et norsk flagg.

Den hvite fargen derimot synes (som allerede nevnt) å være tilnærmet den riktige. *Pan*

Respekt for flagget

I Turmarsj-Nytt 4/87 er det på side 27 gjengitt en ny salgsartikkel som er betegnet «Nasjonalt stoffmerke». Merket ble for øvrig solgt på en treningsmarsj like før jul.

Flagget på stoffmerket ligner på et norsk flagg, men det er også alt. Såvidt jeg kan se er alt feilaktig, muligens med unntak av den hvite fargen.

Det er gitt bestemte regler for forholdene i det norske flagget. Forholdene skal være 6-1-2-1-6 på kortsiden, og 6-1-2-1-12 på langsiden. Dette betyr at på kortsiden skal den blå fargen være dobbelt så bred som den hvite, og den røde fargen 6 ganger så bred som den hvite fargen.

På langsiden skal det lengste røde feltet være dobbelt så bredt som det korte røde feltet.

Turmarsjer på ski

I Turmarsj-Nytt nr. 2/87 er det under tittelen «Kjempesuksess» opplyst at Norges første IVV-turmarsj på ski er arrangert (Postgirottrimmen 22/2-87).

Dette er imidlertid ikke riktig. Allerede i 1980 var det mulig å gjennomføre Ås Trampen ved hjelp av skiene, og etterpå få IVV-stempel.

Blant mine papirer finnes det for øvrig et program/innbydelse for et skirenn på Fagerfjell Turistsenter lørdag 3. januar 1976. I programmet blir det lovet medalje og IVV-stempel. At det dreide seg om et skirenn framgår av en setning i programmet hvor det heter at dersom det blir dårlig skiføre, gjennomføres arrangementet som fotmarsj.

Som arrangør er oppgitt Norsk Turmarsj Forbund. Om arrangementet ble gjennomført som planlagt kjenner jeg ikke til.

I Turmarsj-Nytt 2/87 er det også et referat fra «Turmarsj til Holmenkollen». Av referatet går det fram at også dette arrangementet ble en suksess. Videre at Skiforeningen lover bedre støtte til arrangøren Oslo Gang- og Turmarsjkrets neste gang marsjen arrangeres.

Samtidig med turmarsjen gikk også Holmenkollmarsjen (på ski) med

start fra Hakadal og fra Sørkedalen. Løypene var 42 og 21 km, begge med innkomst i Holmenkollen.

I år som i tidligere år deltok det en rekke turmarsjentusiaster som i vinterlandet Norge heller ville ta en skitur på Holmenkolldagen i stedet for å ta en tur til fots.

I og med det faktum at NTF har tatt opp turmarsjer på ski på sitt program, må det være en selvsagt ting at Holmenkollmarsjen får IVV-status allerede i 1989.

Pan



Betraktninger rundt turmarsj

Som mangeårig turmarsjgæder og nyinnmeldt i Ø.M.K. vil jeg gjerne rette en pekefinger til arrangører av turmarsjer.

Enkelte arrangører synes at det viktigste ved slike arrangementer er at inntektene strømmer inn, så får kvaliteten på marsjen heller bli deretter.

På en av sommerens marsjer innviterte jeg en nabofamilie til å prøve dette jeg hadde skrytt så av i flere år, og to voksne og tre barn stilte på startstreken i et godt sommervær. Løypa skulle være barnevognvennlig, men dette var en umulighet for denne familien å få fraktet minsten rundt i en meget vond og vanskelig løype. Ved hjelp av sterke medturmarsjere fikk vi båret vognen over de vanskelige og våte partier slik at marsjen kunne fullføres. Etter vel 3 kilometer kom det fra en av ungene: Hvor langt er det igjen, mamma? Vet ikke, svarte

moren fordi arrangøren ikke kunne fortelle deltagere underveis med kilometermarkering hvor langt man var kommet.

Marsjen ble fullført tross stor misnøye fra den forventende familien, og disse har dessverre siden takket nei til videre deltagelse i turmarsj.

Konklusjon:

Er det ikke mulig for arrangører å markere tydelig med kilometermerker hvor langt man har gått??

At løypa skal være barnevognvennlig, burde undersøkes på forhånd slik at ovenstående episoder kan unngås.

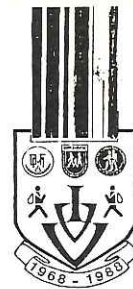
Men, turmarsj er og blir et fint tilbud til alle, og med litt finjusteringer her og der, tror jeg dette gir en økende interesse blant mange sofaslitere i vårt land. Det er opp til oss selv hvordan vi skal forme vårt fritidsliv i fremtiden.

*Med vennlig hilsen
Rodny Kaastad*

IVV's 20 års jubileums-marsj avvikles i uke 17/18

Da Turmarsjnytt gikk i trykk var nedenstående arrangører påmeldt.

Det kan bli flere arrangører. Startgebyret er kr 30,- for stor og liten og inkl. en meget fin og stor antikk sølvmedalje. I tillegg blir det laget et meget flott stoffmerke i skandinaviske farger og IVV's emblem i sølv. Prisen er kr 20,- og merket vil bli solgt både ved arrangører og fra kontoret så langt opp-laget rekker.



Arrangør:	Adresse:	Tlf.nr.:	Dato:	Startsted:	Starttid:
Oslo Gangklubb	1165 Oslo 11	02/29 67 61	To. 28	Rodeløken Kafé Bygdøy	1800-1900
Tune IL	1700 Sarpsborg	031/42 390	On. 27	Tunehytta	1800-1900
Kongemarsjens Venner	1820 Spydeberg	02/88 80 86	Ti. 26	Mysen	1730-1900
MK Vandrerne	2051 Jessheim	06/97 21 65	On. 27	Algarheid skole	1800-1900
Dal IL	2072 Dal	06/95 10 02	Ma. 25	Skolen	1730-1900
Løten IL	2340 Løten	065/91 668	Ti. 26	Klubbhuset	1800-1900
Brumunddal TMF	2380 Brumunddal	065/42 864	Ma. 25	Ungdomsskolen	1800-1900
Elverum TMF	2400 Elverum	064/12 374	Lø. 30	Hanstad skole	1400-1600
Østby IL	2423 Østby	064/55 070	Ti. 26	Østby skole	1800-1900
Braskereidfoss IL	2436 Våler i Solør	064/23 492	To. 28	Vidarvoll	1730-1830
Hadeland Marsjklubb	2750 Gran	063/30 663	On. 27	Sannes skole	1730-2000
Horten MK	3190 Horten	033/42 466	Ti. 26	Lottehuset	1730-1930
Slemmestad IF	3470 Slemmestad	02/85 19 80	Fr. 29	Idrettsparken	1800-1930
Helgerød IL	3200 Sandefjord	034/76 351	On. 27	Helgerød klubbhus	1730-1900
Kvelde Marsjklubb	3272 Kvelde	034/12 251	Fr. 29	Kvelde skole	1730-1900
Kverneland BIL	4062 Klepp	04/42 39 71	Fr. 29	Frøyland ungdomsskole	1730-1830
Finnøy IL	4160 Judaberg	04/51 25 53	On. 27	Finnøy sentralskole	1830-1900
Gaugen MK	4301 Sandnes	04/62 38 10	Ti. 26	Statoil-Forus	1730-1900
Marnardal IL	4532 Øyslebø	042/26 500A	To. 28	Marnarhallen	1700-1800
Skosålen MF	4560 Vanse	043/91 852	On. 27	Listahallen	1730-1830
Kristiansand MF	4601 Kristiansand	042/12 008	On. 27	Ekserhuset	1800-1900
Austre Moland IL	4600 Arendal		On. 27	Neshøen skole	1700-1800
Østre Tromøy T & IL	4812 Kongshamn	041/88 497	Fr. 29	Tromøyhallen	1700-1800
IL Imås	4890 Grimstad	041/41 398	To. 28	Kommunens hus på Odde	1800-1900
Bysheim UL	5252 Hosanger	05/39 23 83	To. 28	Ungdomshuset	1700-1800
Askøy TMK	5306 Erdal	05/14 09 80	On. 27	Florvåg ungdomsskole	1700-1830
IL Bjørn	5320 Gaupen	056/81 194	To. 28	Pyramiden	1800-1900
IL Ravn	6265 Vatne	071/13 447	Sø. 24	Tindfjord barneskole	1000-1300
Rødven MK	6350 Eidsbygda	072/29 242	Fr. 29		1800-2000
Vågane UL	6375 Hovdenakken	072/40 546	Sø. 24	Vågheim - Røvik	Ikke fasts.
Vestnes Vandrerkubb	6390 Vestnes	072/80 275	On. 28	Helland	1830-1930
Molde MK	6400 Molde	072/11 243	On. 27	Godsentralen Molde	1800-1900
Elnesvågen IL	6440 Elnesvågen	072/62 528	To. 28	Kommunehuset	1700-1800
Trondheim TMF	7001 Trondheim	07/96 79 59	Ma. 25	HV Brakka - Byåsen	1800-1900
Fevåg IL	7110 Fevåg	076/53 711	Ma. 25	Klubbhuset	1800-2000
Råkvåg MK	7114 Råkvåg	076/53 381	To. 28	Råk skole	1800-2000
Stjørdal TMF	7500 Stjørdal	07/82 69 16	On. 27	Stjørdalshallen	1830-1930
Frosta TMF	7510 Skatval	07/80 36 87	On. 27	Odd Rossing	1800-1900
Verdal Røde Kors Hjk.	7651 Verdal	076/79 464	To. 28	Kassefab., Verdal	1800-1900
Inderøy Røde Kors Hjk.	7660 Sakshaug	077/53 312	On. 27	Inderøy ungdomsskole	1800-1900
Steinkjer TMF	7730 Beitstad	077/48 361	Fr. 29	Steinkjer samfunnshus	1800-1900
Flyktningerennet	7882 Nordli	077/37 144A	To. 28	Samfunnshuset	1800-1900
Trimutv. Bodø BIR	8114 Hunstadmoen	081/60 746	On. 27	Hunstad barneskole	1630-1800
Fauske IL	8200 Fauske	081/44 442	Ti. 26	Hauan grendeskole	1800-1900
Sagfjord IL	8260 Innhavet	081/71 934	To. 28	Innhavet skole	1800-1900
Sortland BIR	8400 Sortland	088/21 633	Lør. 30	Sortlandshallen	1500-1600
UF Vårbud	8485 Dverberg	088/45 210	Sø. 24	Skarstein ungdomshus	1000-1300
Fagernes IL	8500 Narvik	082/44 954	On. 27	Idrettens hus	1700-1830
Skarven IL	9110 Sommerøy	083/40 186	Ma. 25	Sommerøy skole	1800-2000
IL Rya	9112 Straumsbukta	083/93 104	To. 28	Treskjæringsbrua-St.B.	1800-2000
UL Fremskritt	9320 Aspelund	089/36 866	Fr. 29	Ungdomshuset Rønningen	1800-1900
Gibostad IF	9372 Gibostad	089/47 217		Skolen	1800-1900
Mefjordvær U & IL	9386 Senjatoppen	089/58 638	On. 27	Mefjordvær helsehus	1800-1900
Harstad BIR	9405 Kanebogen		On. 27	Harstad hallen	1800-1900
Il King	9436 Kongsvik	082/37 314	Ma. 25	Kongsvik skole	1730-1930
Bjørnevatn IL	9910 Bjørnevatn	085/98 422	Lø. 30	Bjørneborg	1000-1200

Vi ønsker alle en riktig god marsj - og lykke til i de neste 20 marsjårene.

Norsk Turmarsj Forbund

Turmarsj i USA

Jan Jørgensen

USA er et ungt land når det gjelder turmarsj. AVA, AMERICAN VOLKSPORT ASSOCIATION ble stiftet i 1979, selv om den første turmarsjen ble holdt i 1976. AVA har 300 aktive klubber og deltakelsen pr. marsj er 150-250 stk. Totalt sett er det få amerikanere som går turmarsj i forhold til Norge. USA har 260 millioner mennesker og Norge 4 millioner, men antall klubber, stevner og deltakelse er likt. Yankien er late, men de kommer etter nå som joggingen er på vei ut og turmarsj blir mer «in».

Jeg hadde med hjelp av den internasjonale turmarsj-kalenderen og brevkontakt med sonesjefene funnet fram til 6 mulige turmarsjer. Det er en turmarsj-sjef for hver sone (3-6 stater), samt et hovedstyre for hele USA. Det er tydelig at på grunn av landets størrelse at det er nødvendig med en slik oppdeling. Et sentralstyre ville være tungdrevet.

Alle turmarsjer er vurdert etter vanskelighetsgrad etter en skala fra 1 til 10. Flat vei = 1, småkupert = 3. Bergmann-marsjen i Kongsberg bør ha en gradering på over 10, hvis jeg skulle legge min erfaring til grunn for en norsk standard.

Distanseangivelse var det bare i Columbus for hver miles. Ingen av de andre hadde det.

Matstasjonene og forholdene på startstedene var som hjemme. Intet var fremmed eller uvant.

Startkontingent var 4\$ med medalje og 1\$ for IVV stempel.

Jeg hadde 3 uker på meg i statene. Mellom VM i triathlon, 3,8 km svømming, 180 km sykling og 42 km løp i sammenhengende rekkefølge på

Hawaii 10. sept. -87 og New York Marathon 1. nov. -87. Jeg hadde tid til å forflytte meg til de forskjellige marsjene, det var mulig å rekke i dette tidsrommet.

Siden mitt utgangspunkt var Hawaii, ble min første marsj i Honolulu. Vi fikk en enestående service av Barbara Mateo og henns klubb MEMEHUME MARCHERS, vi ble hentet på Honolulu Int. Airport og fraktet til Hicham Air Force Base, hvor marsjen fant sted. Klubben var bare 3 måneder gammel, og dette var deres første turmarsj. Min datter Janne og jeg fikk klubben's formann Barbara Mateo som guide på en deilig tur rundt flyplassen, steikende varmt (40°C) og sterk vind. Løypa var dønn flat, fortauskanter var de største høydekurvene. Merkingen var bra, selv om Barbara fikk noe klage på markeringen på skillet mellom 10 og 20 km. De aller fleste marsjene er 10 km. Måleenheten for lengden er kilometer i turmarsjboka, men miles (1608) i brosjyrene som er den normale lengde enhet i USA.

Jeg hadde med meg klubbmerke (Horten Turmarsj klubb's) og de ble byttet bort i emblem og T-skjorter. Klubblua til Horten Turmarsj klubb forsvant på første matstasjon. Jeg hadde håpet at den skulle overleve hele turen til New York, men jeg lot den gå etter kun 3 km. Så hvis dere ser en caps med Horten på når dere kommer til Hawaii, så er den min. Oppholdet i Honolulu var bare på 12 timer og etter 5 timer i turmarsjmiljøet ble vi fraktet tilbake til Honolulu int. airport, hvor vi skiftet om til pent tøy og dro på shopping.

Min neste turmarsj skulle være i Monterey California. Byen ligger 8 mil syd for San Francisco og marsjen var en «året rundt» marsj. Merket løype og selvregistrering hele året. Vel, for å gjøre historien kort, jeg glemte turmarsjboka på hotellet i San Francisco. Ga opp marsjen da jeg oppdaget feilen nesten framme i Monterey og tok en bedre middag.

Dagen etter dro jeg til Sacramento hvor det også var en «året rundt» marsj. Jeg kom med buss og fikk vite at startplassen lå langt utenfor byen. Tok en taxi ut til Sandman Motell og da jeg kom dit hadde et ektepar fullført sin marsj. De hjalp meg med å stemple distanse og stevneboka, legge 4\$ i en konvolutt samt skrive navnet på denne.

Det var ikke kontrollpunkter underveis så det var fritt fram for juks. Jeg fikk også vite at den første 100 km marsjen hadde startet to timer før min ankomst, det hadde vært noe bedre enn lusne 10.

Fikk en brosjyre om hvor du skulle gå og den var det vanskelig å gå etter. Jeg skulle gå gjennom gamle Sacramento, gammel bydel, delvis cowboy-by, punktene i brosjyren refererte til visse bygninger hvor jeg skulle skifte retning. Jeg gikk feil, men kom inn i løypa igjen. Brosjyren burde vært supplert med gateangivelse og kort resyme om de gamle husene. Ikke bare RAILWAY STATION eller RANCH HOUSE. I Norge er det mange flinke arrangører som gir en fylldig beskrivelse av de steder marsjen går gjennom. Hvorfor ikke i USA!!

Etter to timer vendte jeg tilbake til motellet. Senere vandret jeg 2 km tilbake til buss-stasjonen, så yankien's oppfatning av hva som er LANGT er helt forskjellig fra min. Jeg fikk 10 km i boka, men ellers var marsjen's verdi lik null.

Etter en ukes busstur kom jeg til Dayton i Ohio, hvor det var tre marsjer i løpet av helgen.

En «året rundt» marsj i West Carrollton tok jeg fredag kveld. 10 km rundtur med stempeling underveis på en bensinstasjon. Dette med kontroll må være minstekrav i en «året rundt» marsj. Jeg kom klokken 1800 til en sportsbutikk som hadde AVA utstyret. Betaling var greit, men stempelingen av bøkene måtte taes etter marsjen og da jeg kom tilbake var forretningen stengt. Det var skrevet i brosjyren at det var turmarsj mellom 0800 og 1900. I ettertid vet jeg det var forretningens åpningstid, men AVA burde angitt at senest innkomst var klokken 1900. Lørdag måtte jeg ta en ekstra biltur for å ordne opp.

Lørdagens marsj foregikk i et skogsreservat. Området tilhører en speiderorganisasjon, men var åpent for besøkende. Store arealer er ofte private og ADGANG FORBUDT lyser villig vekk på svære plakater rundt om.

Dette var en turmarsj etter kjent mønster. Stevnelederen Jerry Mcelfresh var ute i løypa så jeg startet marsjen. Terrenget var «norsk» småkupert og med en fin høststemning kunne minne om tur i bøkeskogen ved Larvik. Løypa var krokete med mange slynger fram og tilbake. Matstasjon og stempeling midtveis. På den siste halvdelen passerte vi forbi startstedet og etter en del kroker og slynger kom vi fram til en kulle hvor det var en klippetang som siste kontroll og da var vi igjen bare 300 meter fra mål. Turmarsjen var den beste opplevelsen skjønnhetsmessig. Kroppen var i orden og farten på topp, 8 km/t og steglengde som en elg. American'ene flagret til begge sider i skogen, der jeg trampet fram.

Løypa var meget godt merket og alle steiner og røtter var merket med fosformaling. I USA er alle forsikringsbevisste og før du kan starte på turmarsjen

må du undertegne et A4 skjema, at du ikke vil reise rettsak mot arrangør, AVA eller grunneier om du ødela deg under marsjen. Derfor merkes alle vanskelige punkter med maling, ingen sjanser taes med å få en rettsak mot seg. HVA MED NORSKE SKOGER????

Tempoet mitt vakte oppsikt, de var ikke vant til slikt. Turmarsjboka vakte også deres interesse. 100 marsjer og et gjennomsnitt på 25 km. 20 km var det lengste de sprekeste gikk. Nijmegen hadde de bare hørt om. THAT WAS GREAT.

Søndag var det bymarsj i Columbus, THE GERMAN VILLAGE, et minne etter de første tyske immigrantene. Tyske innvandrere slo seg ned på bestemte steder og Columbus var en av disse plassene. Bydelen består av 6 x 12 kvartaler og vi gikk opp en gate og ned neste til 10 km var tilbakelagt. Ikke det mest morsomste opplegg av en

marsj, festen etterpå den kan bare tyskere gjøre bedre. Umpa-umpa og tyrolermusikk, ølkrus dunkes i bordet, sang, bratworst og hjemmebakte kaker.

Jeg visste det skulle deles ut en premie til den lengst veifarende, men etter samtale med lederen Paul Schrader fikk jeg vite at da måtte jeg ha betalt startkontingent 14 dager før stevnet. Så den premien mistet jeg, men jeg fikk andre gaver av klubben og en deilig stund blant rette type mennesker.

Uken etter var det New York Marathon som jeg fullførte gående på 6.18, men det er en annen historie.

Fikk mange kjente under hele USA-turen, men det blir nok ingen muligheter til å se noen av dem igjen.

Min konklusjon er at Norge lager bedre marsjer, men du har ingen grunn til å la turmarsjboka bli hjemme når du reiser utenlands. Studer den internasjonale IVV-kalenderen og ta en tur.

Ny dato



ORRE IL ønsker velkommen til NORDSJØMARSJEN

Obs! Ny dato: 2. påskedag 4.april -88

Start fra Orrehallen kl. 1000-1100

Distanse: 10 og 18 km



®

Ny marsj



Velkommen til ST. GEORGS MARSJEN på HAMAR

Søndag 24. april -88

Start fra Speiderhuset v/Ajer ungdomsskole
fra kl. 1000-1300. Distanser: 10 og 20 km.

Arr.: 2. Hamar speidertropp

Opplysn. ved: Tom Ottesen - tlf. (065) 76 115



®

«Enkel turmarsj»

Kona og jeg begynte å gå turmarsjer i 1985, og er av de som har fått helt dilla. Ja, de første par årene, var sønnen også med. Men når han ble 17 år, ble det vanskelig å få han opp søndag morgen. Fikk noen sene lørdagsinteresser. Men, nok om det. Det jeg hadde lyst til å fortelle om, var vår første utenlands marsj.

På «Støvlemarsjen» i Horten, søndag 8. nov. -87, kom vi over en brosjyre som reklamerte for en «UNICEF» marsj, som skulle gå i Skee, i Sverige, ikke så langt fra Strømstad, lørdag den 14. nov. d.å.

Jøss, tenkte vi, dette var jo midt i blinken for oss. For ikke så langt derfra, en 3-4 km er det et lite sted som heter Fløghult, og der bor vår datter og svigersønn, Mai-Britt og Jan, samt våre barnebarn Tine og Marianne, på henholdsvis 5 og 8 år.

Planen var likevel å gå «Postgiromarsjen» i Fredrikstad neste helg, så her slår vi to fluer i ett smekk, samtidig som vi kan besøke vår familie i Sverige. Det blir dessverre ikke så ofte, da vi bor i Drammen og det er 20 mil mellom oss. Fredag den 13. nov., ja, tenk «Fredag den 13.», la vi i vei nedover. Fy, filler'n for en tur.

Reiste fra Drammen ca. kl. 16 - i øs, pøs regn og tåke. Bare gjennom Oslo brukte vi en time. Brukte en halv time bare fra Sjølyst til Rådhuset. Og slik var det hele veien til Sverige. Satt med hodet helt inn i frontruta for å kunne følge med på veien. Kom ikke til Fløghult i Sverige før kl. 20 om kvelden. Det er en av de verste kjøreturer vi har hatt. Værmeldingen for helgen ga heller ingen lyspunkter.

Vår tanke var jo også selvfølgelig å få overtalt vår «halv»-svenske familie til å bli med oss på denne omtalte

marsjen i Skee, dagen etter. Men det var ikke så lett med dette fryktelige været.

Men lørdag morgen var det litt lettere. Jeg fikk overtalt folkene mine til ikke å spise frokost, for jeg ville rive i litt «snadder» på startstedet. For av erfaring her i Norge, pleier vi å kose oss med en kopp kaffe og en vaffelbit før start. På den måten støtter vi litt økonomisk for flinke arrangører.

«Det hodet er fullt av, renner kjef-ten over med», heter et gammelt ordtak. Og slik er det med oss óg. Kvelden før pratet vi oss varme om «turmarsjer».

Jeg har alltid hørt og lest at svenskene er bedre enn oss nordmenn i alt. Så det var med store forventninger vi la i vei mot Skee, denne lørdag formiddag. Skee, er også et bitte lite sted ute på landsbygda, med en 2-3 affærer og en nedlagt jernbanestasjon. Vel fremme begynte vi å stusse, så ikke et menneske. Men starten hadde gått for 10 min. siden så jeg regnet med som vanlig hadde de fleste gått, men her var jo ikke en levende sjel. Men så oppdaget vi at bak den gamle og forfalne murstensbygningen var det en god del parkerte biler. Vi ruslet litt rundt her og tittet. Jeg fikk nå bange anelser. Men inne i et lite leskur, satt en gammel «gubbe». Ja, en veldig hyggelig og koslig «gubbe» og ved siden av seg, hadde han en skoekse med penger og startkort. Dette var altså sekretariatet. Skuffelsen var til å ta og føle på. Mine to barnebarn tittet skjevt opp på meg. For bestefar hadde jo lovet både bol-ler og brus, ja vaf-ler med, før start. Men de sa gudskjelov ingen ting. Vel, vel, tenkte jeg, da er det vel en matstasjon ute i løypa. Vi betalte så for 5

startkort og fikk forklart at det var bare å følge de blå bånd. Vi la i vei, det var nå oppholdsvær, stille og en 2-3 pluss grader. Ja, til og med sola begynte så vidt å titte frem, så det var et ypperlig marsjvær.

Etter ca. 3-4 km, ikke ikke vært mer etter tiden vi brukte å gå dit på, på en fin grusvei og gjennom en vakker skog, en del bakker opp og ned, og forbi 4 (fire) blå merkeband, traff vi igjen på en koselig gammel svensk «gubbe». Han var kontrolløren og hadde klippetang. Her fikk vi våre klipp og så fikk vi forklart at det bare var å gå samme veien tilbake igjen. På spørsmål om det virkelig var 5 km hit, svarte han, med et lunt smil, at «jag vet inte helt sikkert, men jag synes det var langt nog». Men Tine og Marianne var nå så slitne, at vi var bare glade til vi.

Men det som var synd var at det var heller ingen ting å få kjøpt her av verken vått eller tørt. Barna ble nå virkelig sure, så tilbaketuren ble for dem både lang og kjedelig. Selv om jeg både hoppet og danset med de og fant på forskjellige historier å fortelle, så gikk det tregere og tregere. Men til slutt kom vi da til mål. Barna lyste opp av glede og så med stor forundring over de flotte medaljene de fikk. Og takk for det, for de var virkelig flotte. Så dette var i sannhet

det enkleste turmarsjopplegg vi noen gang har vært med på. Vi pratet litt med denne svensken som var i sekretariatet og han kunne fortelle at de egentlig var tre mann i arr.komiteen, tredje mann hadde meldt sykeforfall. Og en annen ting som forundret oss meget, var at vi så bare kjente turmarsjfolk fra Østlands-området som vi ser hver helg. På spørsmål om dette, svarte han at det var 150 nordmenn og en finne med, som hadde startet, altså ikke en eneste svenske. For svenskene gidder ikke slikt, dem, sa han.

Ja, nå kunne vi ikke annet enn å tenk her reiser vi til utlandet for å gå turmarsj og hadde slike tanker som at vi kanskje blir sett rart på av svenskene som kommer helt hit for å gå marsj osv., og så var det ikke en eneste svenske med. Men, men, marsjen var ok den, flotte medaljer og IVV-stempel og gode greier. Fikk jo handlet en del svenske billigvarer. Her i Norge hadde nok ikke et så enkelt opplegg gått, tenk for en kritikk det hadde blitt. Men her var det ikke noe kritikk å høre, bare blide fjes. Men så gikk vel inntekten til et godt formål, all den tid det hette «UNICEF»-marsjen.

Så vi går den igjen og vil anbefale andre til å gjøre det samme.

Roald

SOMMERSERIE - ELVERUM

Elverum TMF arrangerer Sommerserie m/IVV-stempling slik:

Start fra Søbakken skole 19/4 og 28/6

Start fra Lillemoen skole 31/5 og 16/8

Start fra Hanstad skole 3/5 og 9/8

Start fra Vestad skole 7/6 og 23/8

Alle dager start kl. 1800-1900



May-Britt, Tine, Marianne, «Gubben» i sekretariatet og Eva.



FÆSSA - MARSJEN

EN AV SOLØRMARSJENE

Lørdag 4. juni 1988

på Braskereidfoss

Startsted: Idrettsplassen

Distanse: 12 - 22 og 32 km. IVV. Løype for funksjonshemmede.

Starttid: 12 km: kl. 0800-1500. 22/32 km: kl. 0800-13.00.

Startgeb.: Kr 30,-. Barn under 16 år kr 25,-.

Arrangør: Braskereidfoss IL - Trimgruppa

Fæssa-marsjen

Fæssa - betyr fossen - med dialekt-uttale fra dativendingenes tid, og æ-en uttales med en lyd som ikke finnes i vårt alfabet. (Den må dere lære dere når dere besøker oss.) Stedet er Braskereidfoss ved Glomma i Våler kommune i Solør, med navn etter eidet ved den 8 meter høge fossen som i lengst henfarne tider fikk navnet Brask - den brautende, bråkende, men som nå brummer med sordin, temmet i turbiner.

De første som streifet her, jegerfolket, som kom etter at isen langsomt hadde trukket seg tilbake etter siste istid omkring 10.000 år sia, møtte fossen og måtte trekke sine skinnbåter over land før de kunne fortsette mot det senere Alfarheimr (Elverum) og videre mot de store veidemarker i nord og sør.

Men - dere har det mye enklere. Nå er det merket fra riksveg 3 til idrettsplassen ved Nordhagen skole, der trimgruppa i idrettslaget tar mot dere.

Braskereidfoss Idrettslag har trimtradisjoner. Det var dette laget som i 1960-70 åra arrangerte sommerski-renn på natursnø som hadde vært oppbevart fra vinteren under sagflis fra naboen Våler Skurlag, under mot-

toet «Vintertrim i sommerdag», med hoppetau som inngangsbevis, med norske og svenske toppstjerner i sporet og Bjørge Lillelien ved mikrofonen. Et av slagordene fra dengang var: Ta vare på kroppen din, du trenger den hele livet. La dette gjelde også for Fæssa-marsjen.

Årets arrangement er det 8. i rekken. Nytt av året er ei spesiell handicap-løype på ca. 3,5 km. Løypelengder for øvrig er 12, 22 og 32 km. Turen går i variert jord- og skogbruksområde, og med noen fine utsiktspunkter for de som tar seg tid til å løfte blikket. Etterpå venter den årlige medalje, foruten gleden over vel fullført.

Marsjen er en av Solør-marsjene, som har i alt 8 tilbud. Den som deltar i 5 av disse, får anledning til å skaffe seg Solør-trofeet, en håndskåret dyrefigur - i år en tiur.

Ta en titt på annonsen i bladet og planlegg en Solørtur. Trimgruppa ønsker velkommen til Braskereidfoss 4. juni og hilser med et annet av de gamle slagordene: Unn deg det beste selskap - en veltrimmet kropp!

Amund

Velkommen til
SLEMMESTADMARSJEN 1988
Lørdag 30. april fra kl. 0900 og

IVVs 20 års JUBILEUMSMARSJ
Fredag 29. april fra kl. 1800

Muligheter for overnatting fra fredag til lørdag.
Opplysninger ved Sven M. Ørnfjord - Tlf. (02) 85 19 80



Ny turmarsjklubb Den første i Bærum!

Bærum har fått sin første turmarsjklubb. Bærum Turmarsjklubb ble stiftet 18. november 1987, og er tatt opp som medlem i NTF fra 1. januar 1988.

Initiativtakerne er en liten gruppe «ferske» og noe mer erfarne turmarsjere fra Bærum som ønsket en fast tilhørighet i en lokal klubb.

Som klubbens første leder ble valgt Tore Ulshagen, Rud. Øvrige medlemmer i styret er: Nestleder Rolf Morthaug, Eiksmarka. Kasserer Steinar Ulshagen, Rud. Sekretær Bjørg Hegermann, Eiksmarka. Styremedlem Johannes Antonsen, Østerås.

Medlemsmassen på stiftelsesdagen var beskjedne 10 personer, noe Birgith på forbundskontoret påsto var tilstrekkelig til å sette i gang. Og det gjorde vi da!

Allerede på stiftelsesmøtet dro vi inn våre første inntekter, nemlig kr 100,- i overskudd på loddosalg. Da de 10 medlemmene samtidig sa seg villige til å forskuttere kontingenten for 1988 var et spedt økonomisk grunnlag lagt.

For å styrke vår økonomi ytterligere i startfasen ble en av våre første oppgaver å undersøke hvilke tilskudds-

ordninger som finnes for en klubb som vår. I første omgang resulterte dette i en søknad til kommunen om etablerings- og driftstilskudd.

Så var det å gå løs på oppgaven med å markedsføre oss selv for å få medlemmer. Til dette arbeidet ble det valgt en PR-komité som har forsøkt å gjøre klubben kjent gjennom lokalpressen, ved «plakatklistring», ved runskriv i postkasser, ved løpesedler i forbindelse med marsjarangementer og endelig nå gjennom Turmarsj-Nytt. Vi venter spent på responsen!

Ellers arbeider en Logo-komité med å utforme klubbens logo, og en Marsj-komité har startet forberedelsene til at vi skal kunne arrangere vår egen turmarsj i 1989.

Vi ønsker nye medlemmer velkomne til klubben, både etablerte turgjengere og «nybegynnere».

Klubbens adresse er: Bærum Turmarsjklubb, Rudsdalen 42, 1351 Rud.
Kontakttelefoner (etter arbeidstid):
(02) 54 14 35 Ulshagen
(02) 24 24 94 Morthaug

*Bærum Turmarsjklubb - PR-gruppe
Cay Hegermann/Steinar Ulshagen*



VELKOMMEN TIL VÅREN I FREDRIKSTAD

VEUM-MARSJEN 12. mai

Start: Østfold psykiatriske sykehus
kl. 0900-12.00 — 10 og 20 km.



OLDTIDSMARSJEN 28. og 29. mai

Start ved Kongstenhallen kl. 0800-1100
10 (nyhet), 20 og 30 km — 1 eller 2 dager

Internasjonaler Volkssports Verband - IVV Feirer i 1988 20-års jubileum

IVV ble stiftet på våren 1968 av marsjforeninger i Tyskland, Sveits, Lichtenstein og Østerrike. I 1988 består IVV også av forbund i Luxemburg, Danmark, Sydtyrol, Belgia, Frankrike, Norge, Italia, USA, Sverige, Nederland, Storbritannia og Canada, dessuten foregår det IVV-arrangementer i Irland, Malta, Israel, Spania, Hellas og Tyrkia.

IVV's 4650 medlemsforeninger og 5500 tilsluttede arrangementer samlet i 1987 omlag 14,8 mill. deltakere.

I anledning 20-års jubileet går IVV-forbundene i Danmark, Norge og Sverige sammen om en JUBILEUMSMARSJ.



Gikk du Thærie Wiighen-marsjen?

Det er alltid spennende med en ny marsj og førsteinntrykket betyr mye for senere deltagelse.

Ved en jomfruelige Thærie Wiighen-marsjen lå alle forhold til rette for et vellykket arrangement. Værgudene hadde sørget for det vi her på sørlandet kaller en «smeigedag» og funksjonærene var blide og fornøyde.

Det er vel ikke så ofte at arrangørens leder opptrer som liten tue som bekjent kan velte stort lass. Men så altså her. Undertegnede besørget fadeseen helt mutters alene.

Min store tabbe bestod i at jeg fra min post på rasteplass henviste samtlige marsjdeltagere, også de som hadde til hensikt å gå 20 km, til løypa som gikk tilbake til mål, slik at alle endte opp med en distanse på 10 km. Aldeles utiligelig gjort av meg; løype-sjefen hadde klart og tydelig på forhånd informert meg om løypene. Etter den første forskrekkelsen over så brått å være kommet i mål, utviste de aller fleste en stor overbærenhet

og tok situasjonen med stoisk ro. De som hadde lyst gikk milløypa en gang til.

Kjære alle dere som gikk Thærie Wiighen-marsjen; la ikke denne min tåpelige tabbe få konsekvenser for **din** deltagelse i samme arrangement neste gang. Jeg lover å skjerpe meg og at lignende ikke skal gjenta seg. Jeg lover også å legge hele tyngden på for at Thærie Wiighen-marsjen -88 skal bli et arrangement man husker for de positive sider.

Og til deg som ikke har deltatt før: Sørlandet er på sitt ypperste i ju måned. Den påfølgende dag går Eide-marsjen av stabelen for tiende gang. Samme helg har Noregs Ungdomslag sitt landsstevne i Thærie Wiighens by, hvilket medfører tusener av tilreisende. Kanskje vil det være et aktivitets/underholdningstilbud som passer deg etter at marsjen er avsluttet?

Velkommen til Grimstad 2. og 3. juli 1988!

Eli Gjone Morvik

Ny marsj i nord

Bleikmarsjen arrangeres for 1. gang lørdag 25. juni 1988.

Tettstedet Bleik ligger på nordvest siden av Andøya, ca. 1 mils vei fra kommunesenteret Andenes med gode vei- og flyforbindelser.

Stedet har meget gammel bosetning hvor fiske og noe jordbruk har vært livsgrunnlaget. I dag bor ca. 600 innb. på stedet hvor fiske, fiskeforedling, bil- og mek. verksted sysselsetter de fleste.

Bleiksfolket er kjent for sitt gode samhold. Dette gir seg bl.a. utslag i en utstrakt dugnadsånd, som fremdeles er levende. Turmarsjløypen har 3 alternativer, 10 - 13 og 21 km. Korteste løype går etter fylkesvegen inn over Bleikdalen og tilbake til utgangspunktet idrettsanlegg/grendehus. De to leng-

ste løypene går i et mer variert terreng. Deltakerne vil få oppleve natur som små bjørkeskog, kupert hei, hvite sandstrender og rike fiskevann.

Løypene gir rik mulighet for utsikt over sjøen med bl.a. det landskjente fuglefjellet, Bleiksøya, med et yrende fugleliv på denne tida av året.

Man kan fra det høyeste punkt av løypa 21 km se ut mot farvannet der det nå legges opp til hvaltitting (hval-safari) - det nyeste i turistøyemed.

I godt vær vil turmarsjen være en opplevelse også for den som ønsker å se midnattsol i sjelden natur.

For den som vil ha flere marsjalternativer anbefaler vi Kingmarsjen som går i Kongsvik neste helg.

Turmarsjgruppa Sk. Høken



**Vi ønsker VELKOMMEN til
det utsatte 25 års jubileumsarrangement
for NORDMARKSMARSJEN
NORGES ELDSTE TURMARSJ**

Søndag 22. mai 1988

Stryken - Sogn 32 km

Arr.: Oslo Gang- og Turmarsjkrets



NB! IKKE GLEM!!!

HESTEHOV

i Nittedal søndag 15. mai

med start fra kl. 0900-1200

Du rekker flere marsjen samme dag, men start hos oss på Sørli skole, 800 m fra Nittedal stasjon.

Arrangør: Marsj- og trimgruppa, NIL
v/Britt Hexeberg - Tlf. (02) 77 14 71

INFO 1/88

NYTT FRA FORBUNDSSTYRET OG KONTORET

Et nytt marsjår er godt igang og vi begynner dette blad med å ønske følgende nye medlemmer velkommen i NTF:

355 Skien-Telemark Turistforening
STT's sekretariat, Boks 76, 3701 Skien
Tlf. (03) 52 82 27

356 IL Jevn
Vidar Gullheim, Toso, 3520 Jevnaker.
Tlf. (063) 12 033

357 Nærlandsheimens BIL
Birger Terland, Nærlandsheimen, 4350
Nærbø. Tlf. (04) 43 40 00

358 Bærum Turmarsjklubb
Grete Ulshagen, Rudsdalen 42, 1351
Rud. Tlf. (02) 51 88 00 A

359 Ten-Treff - KFUK/M
Bjørn Tore Grutle, Møllergt. 1, 0179
Oslo 1. Tlf. (02) 41 04 41 A

360 Sekretærforeningen - KFUK/M
Sverre Kragset, Møllergt. 1, 0179 Oslo 1.
Tlf. (02) 42 10 66 A

361 Befalsskolen for marinen
Herman Hansen, Boks 53, 3191 Hor-
ten. Tlf. (033) 42 081 linje 240

362 2. Hamar speidertropp
Tom Ottesen, Sandvikavn. 12, 2313
Ottestad. Tlf. (065) 76 115

TILFØYELSER OG FORANDRINGER TIL TERMINLISTEN

04.04. NORDSJØMARSJEN. Arr. Orre
IL flytter fra 1. påskedag til 2. påskedag.

24.04. ST. GEORGS MARSJEN, Hamar
arr. 362. 10 og 20 km.

23.06. T T - MARSJEN, arr. nr. 359. 10
og 20 km.

25.06. Det er planer om Andenes
kvedlstrim, fredag 24.06, i samarbeid
med BLEIKSMARSJEN, arr. SK Høken,
Egil Arne Andersen, 8481 Bleik, 10-13
og 21 km.

11.09. GAUSTADMARSJEN, arr. nr.
355. Det blir tur til toppen 10 km.

**FORSIKRING AV TURMARSJDEL-
TAKERNE.** Som kjent har NTF i flere
år hatt en forsikringsavtale med Store-
brand. Selskapet har meddelt at de
ikke lenger kan oppfylle sin del av av-
talen (annonseavtale) og NTF ser der-
med ingen mulighet for å fortsette for-
sikringsordningen.

Forsikringen ble avviklet fra 01.01.
1988. Du har vel selv en ulykkesfor-
sikring? Ellers bør du ha det, ikke bare
ved deltakelse i turmarsj, men rent
generelt (nei, vi får ikke noe for å skrive
dette), men vi vet at din private forsik-
ring dekker vel så mye som den NTF
hadde om «107» er ute.



SOMMERMARSJEN er beskrevet annet sted i bladet. **PÅMELDINGSFRISTEN** er 10. april. Det samme som **IVV's 20 ÅRS JUBILEUMSMARSJ** som avvikles sist i april.

Noen spør om det er for sent med påmelding. Svaret er nei, der kan nå det, men om dere kan få medaljer til marsjen det er det store spørsmålet. **MEN ALLE VIL FÅ**, en evt. etterbestilling er lovet på 2 uker. Medaljen er en meget fin, stor og kraftig preget — har dere glemt påmeldingen? Tlf.nr. er (02) 70 55 36 - men det haster ...

FJELLVANDRINGER. Kan vi gå rutene på ski? Ja, vi ønsker riktig god tur.

Nye ruter for sommeren 1988 vil bli tatt inn i TMN nr. 2/88, men programmet vil være klart fra kontoret omkring 1. april.

FORNYELSE AV ABONNEMENT PÅ TURMARSJNYTT

Dere har vært flinke til å bruke de tilsendte girokort, det letter arbeidet mye for oss — TAKK!

Deres **har vært meget flinke til å betale ekstra.** Kr 9.271.20 har vi mottatt bare i desember måned — TUSEN TAKK!

TERMINLISTE '88

Ca. 95% har også ønsket og betalt for Terminlisten 1988, men til de av våre lesere som ennå ikke har anskaffet seg **TERMINLISTEN 88**, kan vi si at den inneholder opplysninger om ca. 330 marsjer + en del informasjon.

Den kan kjøpes ved NTF-arrangøren eller direkte fra kontoret.

Prisen er kr 10,-. Ring (02) 70 55 36 eller bestill via postgiro 3 90 17 33.

TERMINLISTEN FOR ALLE IVV-MARSJER har vi forlenget fått inn: kr 20,- + porto, og i denne pris er det i anledning 20 års jubileet ilagt et **IVV-klеbemerke.** **DEN DANSKE TERMINLISTE** har vi også, prisen er kr 15,- + porto.

Den oppmerksomme deltaker vil kanskje allerede ha registrert at **POSTGIRO** i år går aktivt inn for å sponse Norsk Turmarsj Forbund. Vi vil få mange av våre trykksaker fra Postgiro, og det er vi meget fornøyd med.

I den forbindelse må det være lov å reklamere litt.

POSTGIROS MEDLEMSSERVICE - kjenner dere til dette tilbudet?

Hvorfor slite ut sekretæren og kassereren i laget, når Postgiro kan gjøre jobben til en meget rimelig pris. Dere slipper jobben, men dere får en bedre oversikt over kartoteket, og dere får det meget lettvis.

Som tidligere sekretær i en stor marsjklubb som la over sitt kartotek til postgiro, kan jeg ikke anbefale dette system bra nok.

Ble dere nysgjerrig? Ring Postgiro (02) 40 91 64, eller ring oss, vi har lager av brosjyren.



STATISTIKK.

Nei, det er ikke tørt, men bare hyggelig å gjøre opp status for 1987.

Deltakelse: 146.055 (+ 2.074 fra 1986). Innløste IVV-kort: 4.583 (\div 13, men dette har allerede rettet seg). Hvor langt og hvor mye?: 25.000 km, og 900 arrangementer er nådd.

Men minst like gledelig: 799 har innløst for 10 arr., 381 for 500 km.

GENERALFORSAMLINGEN FINNER STED I SANDEFJORD lørdag 5/3-88

Det foreligger flg. saker til behandling: Forhøyelse av medlemskontingent til NTF (gjelder foreninger), forhøyelse av marsjavgift (avgiften arrangøren betaler til NTF), forslag om et medlemmene plikter å arrangere en av forbundets fellesmarsjer i året, forslag om representasjonsrett for regioner, forslag om at etteranmeldingsgebyr sløyfes.

Til de som nå tror at alle forslag om forhøyelser er fra styret, kan vi tillegge at dette er feil. Heldigvis har NTF medlemmer som vet at også forbundets økonomi må være i orden for å yte den servise alle ønsker seg.

Sist, men slett ikke minst, kan vi i tillegg til kontortiden oppgitt i Turmarsjnytt nr. 4/87, si at vi er på jobb hver dag. Men en del ting foregår også utenfor kontoret, og man kan som kjent bare være et sted av gangen, derfor har vi mht. telefoner og besøkende sagt: Tirsdag, onsdag og torsdag kl. 0900-15.00, men det betyr ikke at vi ikke tar telefonen mandag og fredag, eller de kvelder vi er tilstede.

Fortsatt godt marsjår!

Birgith

DEN SMARTE BETALINGSMÅTEN

Skaff deg en postgirokonto!

- Du unngår gebyrer når du skal betale regninger, enten det er postgiro eller bankgiro.
- Du sparer tid. Regningene underskrives og sendes i postgirokonvolutten fra nærmeste postkasse - portofritt.
- Du får renter på inntøende.

Spør på posten!

**PRIVAT
GIRO**
- kontoen er gratis



MERKER/MEDALJER/PR-ARTIKLER til støvelslitere



- * BRODERTE/VEVDE/TRYKTE EMBLEMER
- * MEDALJER I VARIERT UTFØRELSE
- * MERKER/ÅRSTEGN I METALL
- * GLASSTØVLER
- * KLEBEMERKER
- * BORDFANER og GAVEVIMPLER
- * PLAKETTER

Ring oss i dag og be om brosjyrer og prislister



BARRA AS

Etabl. 1923
Industri- og reklamemerking

Harry Fetts vei 2 - Postboks 130 Bryn 0611 Oslo 6 - Tlf. 02/27 74 00

«VI STØTTER NTF»

NORGES BILLIGSTE BRODERTE STOFFMERKER?

Priseks. 501 eks. Ø 75 mm kr 6,50 pr. stk.
Skriv etter gratis og uforpliktende prisliste.

MØKLEGÅRD TRADING

Møklegård — N-1620 Gressvik — Telefon: 032/31 415