



# Turmarsj-nytt

NR. 3

ORGAN FOR NORGES FOLKESPORTFORBUND

ÅRGANG 18



Foto: Thurid Cseke

Fra Hadselåsmarsjen  
Fra venstre Thurid Cseke, Helene  
og Thor-Sverre Thornes.



**HØSTVANDRINGEN**  
*Landsomfattende turmarsj  
arrangeres i tiden  
6. september til 6. oktober*

SEPTEMBER 1996

# 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

Nesbru Senter, Asker. Postboks 128, 1360 Nesbru.  
Telefon: 66 98 22 22. Telefax: 66 98 20 88.

# Presidenten har ordet

## Vel overstått sommer.

Mange har tradisjonen tro nyttet ferieukene til å oppsøke "sin marsj". Kanskje en utenlandstur med Vierdaagse i Nijmegen som avslutning eller kanskje en tur i våre nordlige fylker med sine gode sommertilbud.

Vårt land har forøvrig vært reisemålet for et stort antall utlendinger. Reisevirksomhet med kontakt til andre miljøer og knytting av nye vennskapsbånd, er i tråd med IVVs målsetting:

"to serve peace and understanding between the nations by founding international friendships".

De olympiske leker i Atlanta har naturlig nok vært i fokus med eliteidrett på høyt nivå. I glimt har vi også opplevd deltakere som etterlever det gamle olympiske ideal: "det viktigste er å delta".

Dette valgspørk er vel også vårt ideal. Folkesport som konkurransefri idrett gir alle muligheten til å delta på egne premisser. En fullført 10 km er for mange en større seier enn olympisk gull. Som forbund er det vår oppgave å legge forholdene til rette for de tusener av "vinnere".

Det ligger en stor utfordring i å markedsføre våre arrangement overfor de som følger valgspørket: "det viktigste er å delta".

Høsten med sitt rikholdige tilbud på marsjfronten, bør kunne innby til å ta familie, venner og bekjente med på tur i nærmiljøet. Det er kanskje plass også for nye deltakere i bussen når vi drar ut på langtur. Mulighetene er mange for den som ønsker å trekke andre med i vårt miljø. Husk det viktigste er å delta.

## God høst og fortsatt god marsj

Med folkesporthilsen  
*Odd Ivar Ruud.*



**NORGES FOLKESPORTSFORBUND**

**Boks 147, 1471 Skårer**

**Tlf. 67 90 55 36 - Fax 67 90 91 44**

*Redaktør: Jan-Kåre Martinsen - Tlf. 64 86 60 47*

Turmarsjnytt utkommer 4 ganger i året. Alle medlemmer får tilsendt 1 stk. gratis.

Alle interesserte kan tegne årsabonnement på bladet for kr 40,- fritt tilsendt.

Annonsepriser: Kontakt forbundskontoret.



# **2000 års markeringen**

**Et tusenårsskifte opplever vi  
naturlig nok bare en gang i livet.  
Ledermøtet i Stjørdal ga sin tilslutning  
til at denne anledningen skal  
markeres med et landsomfattende  
folkesportarrangement.**

**At forbundet i dette året kan feire  
sitt 25 års jubileum,  
gir markeringen et ekstra innhold.**

**Forbundet inviterer alle  
sine medlemmer  
til å komme med ideer / forslag  
til tiltak og gjennomføring  
av denne store historiske begivenhet.**

**Har dere en lys ide !!! —  
send et par ord til oss...**

# På turmarsjtur til Boden/Luleå i Nord-Sverige!

**F**redag 28.juni dro 26 ivrige turmarsjgåere fra Bodø til Boden og Luleå i Nord-Sverige for å delta i "Norrbottenweekend", med tre IVV-turmarsjer.

Arrangør av "Norrbottenweekend" er Bodens Vandrarforening. Innkvartering var i to 16-mannsrom tilhørende en militærtorlegning, Norrlands signalkår.

Fredagskveld, like etter ankomst Boden, var det en oppvarmingsmarsj på 10 km. "Bodenrunden" rundt i Boden med omland. Dessverre var deltakelsen fra svenske turmarsjgåere elendig, kun 7 personer stilte til start. Marsjen gikk i natur-skjønne omgivelser gjennom bolig- og skogsområder.

Tidlig lørdag morgen kl. 0800 startet neste marsj, her kunne en velge mellom 10 og 30 km. De fleste valgte å gå 10 km, men en 10-12 stykker gikk 30 km. Mar-

sjen gikk i strålende vær med noen få regnskurer underveis. Oppfølgingen av de svenske arrangørene var imponerende, overalt dukket de opp og heiet oss frem. Det ble servert drikke og vi fikk kjøpe "kjøttklæmmar" (lefse). Etter dusj og hvil, var det en tur på "by'n" for å spise middag.

Denne kvelden ble det stille tidlig, for neste morgen skulle vi forflytte oss til Luleå. Kl. 0715 kjørte vi og kl. 0800 gikk starten for "Midnattsolmarsjen" valgfritt mellom 10 og 22 km. Marsjen gikk i utkanten av Luleå i den såkalte Gammelstad. Her ble vi kjent i traktene rundt Luleå i fine omgivelser, gode skogsstier, grusveier og noe asfalt. Vi gikk bl.a. forbi Nederluleå kirke fra 1300-tallet, og noen gikk til og med gjennom kirken, inn hovedinngangen og ut på baksiden. Rundt kirken var det 425 kirkestuer (små rødmalte hus) hvor noen var helt fra 1500-tallet. Kirkestuene eies idag av folk som sokner til kirken.



Etter at alle var kommet i mål og fått sine medaljer og IVV-stempler, var vi klar for hjemreise.

Vi berømmer arrangøren Bodens Vandrarforening for gode arrangement, fine turløyper i variert terreng, godt merket, både merkebånd og hvite piler i veien/gata, slik at ingen

*Klar til Sverige-tur.*

kunne gå feil. Men, et skår i gleden for arrangøren, hvor ble de av de svenske turgjengere? Arrangøren takket oss hjertelig for fremmøte og håpet vår deltagelse kunne bidra til at turmarsjinteressen i Boden/Luleå området kunne øke, og at også svenskene kunne finne ut "at å gå turmarsj er gøy og mosjon for hele familien".

Det var IK Grand Bodø's Turmarsjgruppe som stod for opplegget og gjennomføringen av Sverige-turen.

Vi hadde en trivelig helg og en fin gjeng turmarsjgæere med på turen, og dette blir ikke siste utenlandstur for klubbens turmarsjgruppe.

*Hilsen - Ole Marius Strand.*



*Vi venter på bussavgang til Luleå, tidlig søndags morgen. Disse turmarsjgæerne har klubbens nye overtreksdress med den nye «logoen» på ryggen.*

— VI MØTES TIL —  
**Jubileumsmarsj**

**Horten Marsjklubb 15 år - Lørdag 2. november**

Start fra Sentrum skole kl. 1700-1800 -10 km

Lørdag: Husk Borre Postbankmarsj fra kl. 0900 og

Gravøl for Ynglingemarsjen på Bygdehuset kl. 2000.

— Søndag går vi videre med på

**Støvelmarsjen**

som også arrangeres for 15. gang

Opplysninger ved Horten MK, Kjell Hagberg 33 04 31 12



# Nijmegen .. for 80" gang

35.184 mennesker la tirsdag 16.juli ut på den 80'Vierdaagse.

Som vanlig var frafallet størst 2.dagen - 1.091 hadde fått nok.

For en nordbo må det sies at vi var "heldig med været" de første 3 dagene, overskyet og frisk vind. Fjerde og siste dagen ble det sol og sterk varme, noe som gjorde marsjen ekstra krevende.

Det var 32.509 som startet fjerde og siste dagen. Bare 256 gav seg siste dagen normalt er det jo et meget lite frafall, har man slitt i 3 dager skal det mye til å gi opp den siste dagen, uheld kan skje, men som en "turmarsjmann" sa, - har marsjfolket gjennomført 3 marsjdager, presser de seg som regel gjennom 4.dagen også, for innmarsjen, like fantastisk "som vanlig", den må oppleves, kan ikke beskrives.

de wandelsportorganisatie

## BAROMETER 4-DAAGSE

Aantal inschrijvingen	
Niet gemeld	
1e dag gestart	35.184
1e dag uitgevallen	599
1e dag uitgelopen	34.585
2e dag niet gestart/uitgevallen	1.091
2e dag uitgelopen	33.494
3e dag niet gestart/uitgevallen	985
3e dag uitgelopen	32.509
4e dag niet gestart/uitgevallen	

4-DAAGSE UITGELOPEN

NORGES ELDSTE TURMARSJ

## NORDMARKMARSJEN

5. oktober 1996

Stryken — Sognsvann 32 km

1 år for 34. gang



Det går tog fra Oslo S til Stryken kl. 07.40

Det blir start fra kl. 08.30

Arrangør:

Oslo Gang- og Turmarsjkrets

## Leserens hjørne

- Lesernes 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:

NFF, Turmarsj-nytt, Postboks 147, 1471 Skårer



## Angående stempling av FUV-kort for barn i barnevogn

Det har i det siste året hersket en viss dis-  
putt om hvorvidt barn i barnevogn tilkom  
stempling av kilometer i sine IVV-kort. Sa-  
ken ble som kjent behandlet på Leder-  
møtet i NFF i mars dette år. Utfallet av dette  
møtet mener vi er helt horribelt. Dette be-  
grunner vi med følgende ni punkter:

**1.**  
NFFs slagord som står på deres store flagg  
o.l. er «Folkesport er for alle» Videre heter  
det «i turmarsj finnes det ingen alders-  
grense». Folkesport og turmarsj (NFF) er  
meget nær knyttet opp imot IVV-stempling.  
Målet er at alle deltagere skal ha sine stem-  
plingskort. Som arrangør skal man gi alle  
som ikke har kort, ett sett med såkalte  
gratisbevis. Derav følger at folkesport ikke  
lenger er for alle. Barn i barnevogn, og vi  
antar at også rullestolbrukere er ikke len-  
ger berettiget til å stemple kilometer.

Barnevogn og rullestol må bli å se på  
som de respektive «bein» og naturlige  
måte og ta seg fram på, og må bli å like-  
stille med oss som er så heldige å ha to  
friske sådanne å benytte oss av. Dessu-  
ten kan vi av egen erfaring legge til at det  
som passasjeren eventuelt «sliter» min-  
dre, gjør sannelig den som skyver som  
oftest mer enn opp for.

**2.**

Turmarsj er en hobby som man driver med,  
på samme vis som med andre hobbyer,

dersom man har glede av det.

Det var en stor glede og motivasjon for  
oss å stemple for vår sønn. Mange av våre  
marsjvenner var også opptatt av utviklin-  
gen og vi tør påstå at han var en positiv  
faktor for miljøet. Nå er mye av gleden for  
oss borte, og vi kommer neppe å gå marsj  
igjen så lenge vi ikke får stemplet kilome-  
ter på våre barn så lenge disse sitter i vogn.  
Når den tid kommer er det ikke en gang  
sikkert at det arrangeres marsjer, i alle fall  
særlig mange.

Det er noe av rekrutteringsgrunnlaget  
vi her tar bort. I alle fall her i Agder som vi  
kjenner best til, er deltagerstrikten allerede  
farlig stor, og vi har ikke råd til å miste noen.  
Det bedrer i alle fall ikke situasjonen hvis  
en del av barnefamiliene forsvinner.

Noen barn tar seg fram på trehjul-  
sykkel. Noen går litt, noen går en stor del,  
sågar er kanskje vogna bare med i nøds-  
fall. Noen foreldre samler opp og stempler  
km hver andre eller tredje marsj alt etter  
hvor mye de mener barna har gått. Felles  
for en del av disse er at stempling av kilo-  
meter er meget viktig.

**3.**

Teksten, det vil si stemplingskriteriene som  
står på baksiden av IVV-kortene er helt  
identiske. Dette skulle tilsi at er man kvali-  
fisert for deltagerstempel er man også kva-  
lifisert for kilometerstempel.



4. Dersom det er snakk om en innskjerping av kilometerstempling, rimer det veldig dårlig med at man samtidig bestemmer at en arrangør tilkommer kilometer for korteste løype uten å gå. (Det siste er vi for øvrig glade for, da det fra før av er vanskelig nok å skaffe funksjonærer).

5. Vi er blitt fortalt hvordan spørsmålet ble behandlet på Leder møtet i NFF. Forslaget ble fremmet og der var ingen motforestillinger, nær sagt selvfølgelig ikke. Det var antagelig ingen der som saken hadde noen direkte betydning for. Vi håper og tror at utfallet hadde blitt et annet hvis våre argumenter pluss de som sikkert andre sitter inne med, hadde kommet frem for forsamlingen.

6. Det sies at hvis man får stempler man ikke tilkommer, lurer man bare seg selv. Disse små uskyldige lurer absolutt ingen. Hvis de siden hen skulle komme til at de har fått stemplet kilometer de ikke burde hatt, går det saktens an å gjøre noe med det. Det er som kjent enklere å kutte av den pølsa som er for lang, enn den som er for kort.

7. Spesielt på førte vandringer kan det føre til en svært sen kveld for arrangøren hvis små barn blir «tvunget» til å gå selv i stedet for å sitte i vogn.

8. Dette gjelder svært få og vi oppfatter bestemmelsen som svært firkantet og faktisk også diskriminerende. Det burde være opp til foreldre/foresatte/ledsagere å avgjøre hva disse finner riktig. Vi har alle vært små en gang, selv om det for mange av oss sitt vedkommende var lenge før IVV og NTF (NFF) ble stiftet.

9. Jahn Helge har også selv tidligere ment at kilometer skulle gås for å få stemplet. Vi vet også om flere meget mer betydningsfulle personer enn ham som har skiftet mening. Vi håper at også andre kan gjøre det, til folkesportens beste.

Vi håper at det er andre lesere som støtter oss i vårt syn, og at de kommer fram med dette.

*Turmarsjhilsen  
fra Ketty og Jahn Helge.*

---

---

## Uhovisk opptreden - uønsket

### Bemerkning til ovennevnte innlegg i Turmarsjnytt nr 2/96.

Undertegnede er av dem som synes samling av medaljer hører barndommen til. Kanskje det kommer av at jeg kom inn i marsjmiljøet sent i livet, og dermed har et avslappet forhold til dette. «Deltager» får finne seg i at ikke alle er like interessert som ham i medaljer, selv om enkelte kan uttrykke dette uartikulert og støtende. I stedet kan man kanskje ta opp tanken om pins? Jeg oppfordrer herved de rette instanser om å ta dette på et ledermøte.

Mange utestengninger av folk som ikke opptre/handler som oss selv tar jeg avstand fra. Vi må ikke og skal ikke leve etter Orwells bok «Animal Farm»: «Alle dyr er like, men noen dyr er mer like enn andre». I turmarsjmiljøet bør vi favne alle som ønsker å dele vår interesse enten de opptre sånn eller slik, og gjøre miljøet rundt marsjene så attraktivt og hyggelig at stadig flere kommer.

*Bodil*

# En fengslende marsj og et prikkfritt arrangement

Det er søndag 2. juni kl 0700. Jeg kikker ut av vinduet, solen skinner fra en skyfri himmel. Jeg er litt spent i dag for jeg skal ut å gå en fengslende marsj som det står i programmet til Bergmarsjen som skal arrangeres av et av våre nye medlemmer, nemlig Berg Kretsfengsel.

Når jeg i fjor fikk greie på at de ville bli medlem og også arrangere en turmarsj, ringte jeg å tilbød dem hjelp. De skulle kontakte meg hvis de trengte hjelp var svaret. Jeg hørte ikke noe fra Berg så derfor var jeg litt ekstra spent på om de skulle greie et arrangement, de som i utgangspunktet ikke var noen turmarsjere.

Jeg tok på meg sekken å la i vei over skogen til startstedet som ligger bare 2 km. fra hjemstedet mitt. Det er allerede kommet en del folk som koser seg i morgensolen med sin kaffe.

De hadde løyper på 5 km. for rullestol og barnevogner, de hadde også en miniløype pluss 13 og 17 km. Siden det var så fint vær og dette var på kjente trakter valgte jeg 17 km.

Løypa gikk i lett småkupert terreng hele tiden og det var godt med raster. En rast etter 4 km., en ny rast etter 10 km. og gratis saft etter ca 13 km. Når det gjelder merking av løyper har jeg aldri vært på en marsj med bedre merking. For eks. når du går videre på 17 km. etter løypedele 13-17 km. sto det skilt. «Du har nå valgt 17 km. løype God tur videre»

Rasteplassene var lagt fint i terrenget og hadde et meget bra tilbud og det samme var det inne i kafeteriaen. Sekretariatet var meget profesjonelt. Og ikke nok med det, de hadde også hest og vogn så barn og voksne fikk seg en tur rundt på fengselsområdet, dette var et tiltak som falt i smak.

Vi turmarsjarrangører hadde mye å lære av dette arrangementet, så jeg gratulerer Berg Kretsfengsel med et meget godt arrangement.

Disse guttene på Berg gjorde en kjempejobb.

*Med hilsen  
Dag Henriksen.*

## Arrangørstempel

**- Har fått bekreftet at nå kan en få innstemplet 10 km uten å ta et steg!**

Slik begynte et innlegg til Turmarsj-nytt som vi fikk sist i februar. Vi må dessverre innrømme at vi har arkivert oss bort, så innsender «hvem du enn er» vennligst ta kontakt med redaktør eller forbundskontor.

# Navnet Turmarsj

Det er en liten hake ved navnet «Turmarsj», det er at mange som spør oss om turmarsj tror vi marsjerer i flokk og at det ikke er det fine sosiale som mange av oss syntes er så flott.

Spørsmålet blir da: Går det ikke an å få forandret navnet så det blir mer i stil med det vi driver med? Jeg vil sende dette spørsmålet ut i Turmarsjnytt for å høre om flere som driver med en ellers så sosial og flott form for mosjon har samme erfaring som meg.

I Turmarsjnytt (nr.1/96 red anm) skriver Sissel Skoge noe som jeg mange ganger selv har hatt lyst til å skrive om, det med kortere distanser på marsjene, NFF

bør jobbe for å få godkjent 5 km. som distanse med IVV-stempel. Vi etterlyser barnefamilier, dette er mulig en ting for å få dem ut.

Det er ikke bare barn som syntes at 10 km. kan bli for langt, vi har da eldre deltagere både nye og gamle som begynner å få problemer med denne distansen av forskjellige grunner, la oss ta vare på de som har slitt med oss i mange år, la det også bli lov til å gå denne distansen to ganger den dagen de føler seg opplagt.

PS

Husker godt mine år med barn, en viste mange ganger ikke hva en skulle lokke med da distansen noen ganger ble for lang.

*Hilsen Ulf Larsen*



*Fra Håmarsjen på Jæren som går i slutten av mars.*

# Tønsberg Marsjklubb på tur til Åndalsnes og Isfjorden

Alle tiders opplevelse med fire IVV-marsjer som var tilrettelagt av Isfjorden Marsjklubb v/Inge Grøvdal & co og Rauma Røde Kors Hjelpekorps v/Ole Rønning & co, Åndalsnes.

Etter en fin busstur med siste stopp ved «Trollveggen» kunne vi fascineres av de steile fjell med sine takkete tinder som tegnet seg mot den lyse sommerhimmelen. Helt fantastisk!

Vi ankom Isfjorden i strålende sol litt før kl. 1800 fredag da marsjen skulle starte. Vi kunne nyte en fin 10 km. løype langs en glitrende elv, nygrønt i skogen, markblomster og fuglesang. Det gjorde godt å strekke bena etter den 57 mil lange bussturen. Alle var fornøyd over den vennlige mottagelsen vi fikk, den flotte medaljen samt kaffe med «svele» til. En buss med amerikanere deltok også i marsjen og var svært tilfreds. Likeledes andre tilreisende, bl. a. fra Sandefjord og Tønsberg i privatbiler.

RRKH Åndalsnes arrangement lørdag morgen hadde flere distanser. Vi tok Trollstigen fatt, riktignok med bussen vår opp til toppen for å gå ned. Tåken favnet oss, så utsyn var det lite av, men det var svært «trolsk». På litt avstand så vi hverandre bare som «skyggebilder». Vi hadde jo sett de mektige fjell nedenfra dagen før og håpet vel at værgudene ville gitt oss klarvær idet vi skulle se det hele «litt fra oven». Til gjengjeld var det interessant å betrakte stein- og plantearter, intense farger p.g.a fuktigheten, sildrende bekker, lyden og duften av natur. Det var fint å «danse» nedover i bukter og svinger i Trollstigen. Ingenting kan gjøre en så glad som å vandre i naturens elementer. Arrangørene la alt så velvillig tilrette for oss alle, ingenting

var vanskelig, det skulle være det beste, og igjen innhentet vi en fin medalje.

På ny runde i Isfjorden lørdag ettermiddag. Løypen gikk opp og ned igjen i Vengedalen bak Romsdalshorn. Dalen er vill og vakker. Grøvdal hadde skaffet guide, han kunne fortelle om dalens historie, Ivar Sæther het guiden, en bygdens mann vel 80 år. Han visste det meste fra lange tider tilbake.

Også her kjørte bussen opp, det ble en mil å gå ned igjen så vi fikk den fine medaljen også her.

Tilbake til Åndalsnes hvor vi bodde, hadde Rigmor rigget til grillmat til oss for å markere Tønsberg Marsjklubb's 2-års jubileum.

Søndag var avreisedag, men først en tur i løypa, 12 km. Denne gang i terreng rundt Åndalsnes. Da marsjen var gjennomført skinte solen og vi fikk se toppen av Romsdalshorn over hvite skydotter. Et siste storslått syn fra Åndalsnes.

Oppholdet ble avsluttet med fine følelser for vårt vakre land og hyggelige fo. Isfjorden Marsjklubb kan sammenlignes med en iherdig «hjemmefront», de får det til, selv om bygden er liten og medlemmene er få. RRRKH Åndalsnes lå på lik linje. Ingenting manglet og vi berømmer dem alle. Vi vil leve med gode minner for stedet og menneskene i lange tider.

Vil du ut å reise, legg turen til disse fine IVV-arrangementene omkring Åndalsnes og Isfjorden, det er virkelig turen verdt.

*Hilsen Tønsberg Marsjklubb v/Kari*

# At stå på en alpetopp

**Fra DMF-Bladet nr 1/96, officielt organ for Dansk Mosjonsforbund (vårt NFF), sakser vi følgende leserbrev:**

... og se hele verden ligge for sine fødder må være en betagende oplevelse. Men mindre kan vel også gjøre det.

I hvert fald er det også betagende at stå på Pfänderspitz og se det fald ned mod Bregenz og Bodensøen, som venter en forude. Dette er nok et af højdepunkterne både direkte og overført, hvis man har fået seg placeret som en af de mange deltagere fra 15 lande, der gennemfører tre dejlige vandreture rundt om Bodensøen.

Først en dag i «pænt» bakket terræn efter danske forhold gennem skovstrækninger og vinmarker på den tyske side af søen. Så en dag i Østrig med virkelig «go» på stigningerne op og ned gennem skovstrækninger, afløst af dejlige panoramaer i højderne blandt græsmarker og køers klokkeklang. Og endelig en dejlig mildt anlagt schweizisk tur gennem grønne områder og store æbleplantager. Så dejligt kan det altså være at vandre.

Dette oveni mange andre store og små oplevelser kan gjøre en ganske ydmyg over at have nydt det privilegium «at have været der». Hvor mange har oplevet Trondhjems skønne fjeldbeliggenhed med Nidaros Domkirke som et markant minde på bethinden. Eller en lille by et sted nede i Tyskland, hvor bykernen er et stort mindesmærke fra fortiden med lutter gamle huse, kirker, måske slott og meget andet.

Hvor mange har egentlig oplevet vort eget lands mangfoldigheder lige fra Fanø's brede strande til Bornholms klippekyst med små, snoede stier rundt om Hammen og ned langs kysten mod Gudhjem. Hvem har set hele vor natur lige fra Råbjerg Mile over Alheden og videre til Østjyllands frodige marker og grønne skove. Hvor

mange har set Lemvig i sommersol fra skrænterne uden for byen eller nydt en solopgang over Kattegat en stille morgenstund langs Sjællands odde.

Jeg tror, det var H. C. Andersen, der sagde: «At rejse er at leve». Jeg gledes, hver gang jeg vandrer i nye omgivelser. Jeg føjer nye minder og indtryk til de, der i forvejen fylder mit sind. Jeg lever! Hvordan kan nogen da tro, at de lever, hvis de kun oplever disse ting gennem en TV-skærm eller en rejsebeskrivelse fra biblioteket?

Nogle spørger mig, hvorfor jeg vandrer. Med mine minders vægt i ryggen kan jeg kun svare således: Hvordan skulle jeg kunne andet?»

*En vandrer*

Postbanken har  
alltid lave  
renter på lån

*Alle kan få lån i Postbanken*

Tidligere krevde vi at du måtte være kunde for å låne penger, men slik er det ikke lenger.

Det viktigste for både deg og oss er at du får en nedbetaling som stemmer med din egen økonomi.

Postbanken kan tilby deg lån som er blant markedets gunstigste enten du vil låne penger til bolig, bil eller noe annet.

 **BANKEN**

# Brev fra en Sommer- trimakkangør

I forbindelse med returen fra Bulken Turmarsjlag mottok vi et hyggelig brev. Vi skal ikke gjengi alt, men følgende vil vi gjerne dele med leserne:

«Her kjem retur frå Sommartrimmen - 96. Me hadde ein fantastisk dag! Fyrste sommardagen i år.

Det er kjekt når det vert vellukka, for jammen ligg det mykje arbeid bak dette arrangementet vårt.

Me serverte god heimlaga betasuppe. Heile 75-80 liter frakta me til stølen, nykokt og rykande varmt i lånte containarar. Likeeins hadde me nysteikte lappar. Det var meininga at desse skulle steikjast på helle ute i det fri på stølen, men bakstedeia trekte seg dagen før, så difor måtte me opp «sju mednar føre dag» for å steikja 250 lappar. I tillegg til vanleg kaffi, serverte me skogskaffi, kokt på ei trerot der inne. Folk kosa seg! !

Og me har fått mykje vellæte i etterkant»

*Til Ragnhild og alle funksjonærer: Dette hørtet veldig koselig ut, her verdsettes tydeligvis den sosiale delen meget høyt, og er det ikke nettopp det vi ønsker? Forstår godt at deltagerne var fornøyd, hyggelig at de også forteller dere det, vi er kanskje ikke alltid like flinke til det?*

*Som det heter i visa, «der skulle vi ha vøri, Karl»*

*Red.*

# Anne Kristine Furig Turmarsjente

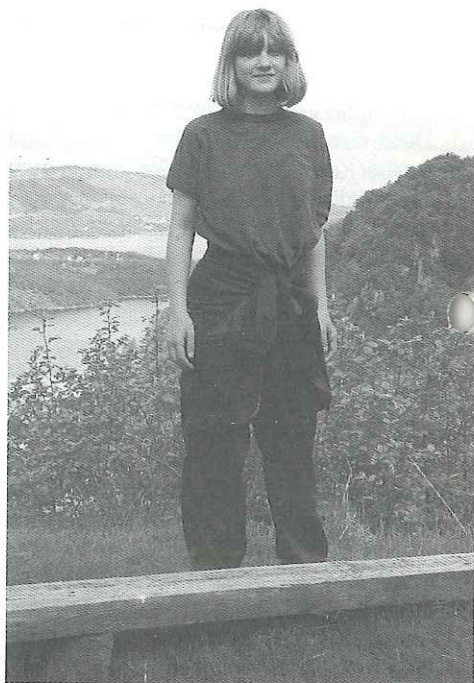
Bulken Turmarsjlag er eit ungt lag, skipa i 1994.

Likevel har den yngste medlemen vår, Anne Kristine Ringheim, 13 år, gått over 50 IVV-marsjar, og lagt bak seg omlag 550 km.

Anne Kristine deltek også i andre mosjonsløp, og ho likar seg best i terreng. Som premie likar ho best medaljer.

Biletet er teke då ho deltok på ein marsj på Osterøy.

*R.J.*



**VELKOMMEN TIL EN AKTIV TURMARSJHELG**  
*Fredag 20., lørdag 21. og søndag 22. sept. 1996*

**Vi begynner med**  
**NATTVANDREREN**

fra Bjørkelangen videregående skole

Start kl. 2000-2400

10, 15, 20, 25, 30, 35 og 40 km

Overnatting etter avtale



Bjørkelangen SF

**Fortsetter lørdag med**  
**STOMPERUDMARSJEN**

fra Idrettsplassen, Lørenfallet

Start kl. 0900-1200

11 og 23 km

Overnatting etter avtale



Sørums IL

**og**  
**LØRENSKOGMARSJEN**

fra Skihytta i Hovelsrudveien

Start fra kl. 1300-1500

10, 12 og 20 km

Overnatting etter avtale

Lørenskog Skicl.

**... og så avsluttes helgen med**  
**HØSTMARSJEN**

fra Trosterud skole, Tvetenvn. 181, Oslo

Start kl. 0900-1100 for 20 km

og kl. 0900-1300 for 11 km

Østmarka MK

# STODMARSJEN 1996

flyttes fra 29. september til 6. oktober

Start fra Stod samfunnshus kl. 1000-1130

Arrangør: Stod IL

Opplysninger: Tlf. 74 14 52 90

For 32. gang ønsker vi velkommen til

## ØSTMARKMARSJEN

Søndag 29. september

10 og 30km

Start fra kl. 0900-1300

Start fra Skullerudstua



## FINNSKOGLEDEN —

### *En vandring i villmark*

## 220 km - fra Morokulien til Søre Osen

Leden slynger seg delvis i grensegata gjennom et landskap som skifter fra furujledte åser med hvit reinmose til store myrer, bratte skrenter, praktfulle utsikter og bugnende blomsterenger.

Underveis passerer man en rekke gamle finnetorp. Noen er istandsatt og fungerer som museum, enkelte som koier til overnatting, noen ser man bare som en plankehaug, mens andre igjen

kun anes som stensettinger overkledd med mose og skog.

«Mannomsprøven» er Elgklinten - en topp der du klatrer 130 m rett til værs midt i grensegata. På toppen er det en flate på ca. 20 m i diameter med en grenserøys. Det er også en drikkevanns-ile like nord for toppen. Ned igjen på den andre siden er det like bratt.





▲ En pust i bakken med litt drikke før oppstigningen som du ser i bakgrunnen.

▼ På toppen av Elgklinten ved grenserøysa.



# Høstvandringen

## Arrangørlisten - ajourført pr 20.08

og det kommer nye arrangører hver dag - ring kontoret og få de siste opplysninger. Vil du ha ajourført liste tilsendt? - send da inn frankert svarkonvolutt. Listene vil bli ajourført 2 ganger i uken.

ARRANGØR	POSTSTED	TELEFON	STARTSTED	min	DAG	TID	FYL
HØYBRÅTEN OG STOVNER IL	0982 OSLO	22 10 05 82 P	HØYBRÅTEN IDRETTSPASS	*	20.09	1700-1900	OS
ØSTMARKA MK	0982 OSLO	22 10 83 83	HØYBRÅTEN STASJON - OSLO	*	06.10	1200-1400	OS
FREDRIKSTAD TURMARSJ KLUBB	1630 GML FREDRIKSTAD	69 32 20 41	FBS KLUBBHYTE	*	11.09	1700-1830	ØS
DAL IL	2072 DAL	63-95 10 02 P	DAL SKOLE	*	07.09	0900-1200	AK
EIDSVOLL TMF	2074 EIDSVOLLVERK	83-05 17 18	EIDSVOLL STADION	*	17.10	1800-1900	AK
NORD ODAL TMF	2133 GARDVIK	62 97 42 76 P	AUSTVATN GRENDEHUS	*	11.09	1800-1900	HE
SOLØR TURMARSJFORENING	2280 GJESÅSEN	62 95 13 06	SØNSTERUD SKOLE	*	06.09	1800-1900	HE
BRUMUNDDAL TMF	2380 BRUMUNDDAL	62-34 33 46	BRUMUNDDAL UNGDSKOLE	*	12.09	1800-1900	HE
ELVERUM TMF	2400 ELVERUM	82-41 23 74	HANSTAD SKOLE	*	07.09	1500-1700	HE
LILLEHAMMER TMF	2600 LILLEHAMMER	61 26 98 40	SMESTAD SKOLE	*	10.09	1800-1900	OP
DOVRE MK	2662 DOVRE	61 24 02 00	DOMBÅS SENTER, DOMBÅS	*	29.09	1200-1300	OP
HADELAND MK	2770 JAREN	61 32 99 07	TRINTON SKOLE, GRAN	*	15.09	1500-1600	OP
SNERTINGDAL IF	2828 SNERTINGDAL	611 84 059	SNERTINGDALSHALLEN	*	15.09	1500-1600	OP
TØNSBERG MK	3092 SUNDBYFOSS	33 05 90 05	BORGHEIM SKOLE, NØTTERØY	*	22.09	1000-1200	VE
SANDEFJORD TMF	3201 SANDEFJORD	90 69 15 65	KLUBBHUSET, HAUKERØD S.FJ.	*	08.09	1000-1200	VE
MODUM TURMARSJFORENING	3340 ÅMOT	32 78 49 52	BUSKERUD BARNESKOLE, ÅMOT	*	17.09	1630-1800	BU
GAUGEN MK	4301 SANDNES	51 42 06 75	AUSTRÅTT SKOLE, SANDNES	*	10.09	1730-1900	RO
SANDNES TUR & TRIM	4332 FIGGJO	51 67 00 62	GISKEHALLEN SANDNES	*	17.09	1800-1900	RO
IL EIGER	4370 EGERSUND	51 49 20 53	BAKKEBØ	*	11.09	1700-1800	RO
SJØSANDEN FSK	4500 MANDAL	38 26 27 50	RUTEBILSTASJONEN	*	08.09	1800-1900	VA
KRISTIANSTAD MF	4621 KRISTIANSTAD	38 01 20 08	SILOKAIA	*	14.09	1600-1700	VA
FLOSTA IL	4920 STAUØ	37 03 45 34	FLOSTA SKOLE	*	09.10	0900-1200	AA
KNAUSANE UNGDOMSLAG	5247 BRUVIK	56-39 19 95	VASSDAL SKULE/BRUVIKDALEN	*	07.09	1400-1500	HO
LHL ØSTERØY	5248 HAUS	56 39 02 78	KLUBBHUSET HAUS	*	06.10	1000-1100	HO
BYSHEIM UL	5250 LONEVÅG	56 39 20 54	BYSHEIM	*	22.09	1000-1100	HO
ARNA MARSJKLUBB	5265 YTRE ARNA	55 24 81 44	KLUBBH. VLJOSHAL, IARNA	*	11.09	1700-1800	HO
BULKEN TML	5277 BULKEN	56 51 42 18	BULKEN SKULE	*	10.09	1800-1900	HO
ASKØY TURKOMPANI	5303 FOLLESE	56 14 82 87	FRIV.SENTRALEN + FLERE	*	09.09	1800-1815	HO
AUSTEVOLL FOLKESPORTLAG	5392 STOREBØ	55 22 89 79	STOREBØ SKULE	*	10.09	1730-1800	HO
STORD FSK	5401 STORD	53 49 33 44	VABAKKEN	*	11.09	1800-1900	HO
ETNE IDRETTSRÅD	5590 ETNE	53 75 44 65	ETNE VMEIERIET	*	15.09	1000-1200	HO
SKODJE IL	6260 SKODJE	70 27 55 37	KLUBBHUSET SKODJE IL	*	25.09	1730-1800	MR
BRATTVÅG RØDE KORS HJ.KORPS	265 VATNE	70 21 97 91	HILDRE BARNESKOLE	*	14.09	1000-1200(1300)	MR
RAUMA RØDE KORS HJ.KORPS	6301 ÅNDALSNES	71 22 1177	RØDE KORS HUSET	*	11.09	1800-1830	MR
MOLDE MK	6400 MOLDE	71 25 40 19	TRIBUNEY, MOLDE STADION	*	26.09	1800-1900	MR
AUKRA MK	6420 AUKRA	71 17 49 53	BRANNSTASJONEN AUKRA	*	05.09	1700-1730	MR
VÅGANE MARSJKLUBB	6456 SKALA	947 74 381 P.SØK	NESJESTRANDA VG. SKOLE	*	12.09	1800-1830	MR
TRONDHEIM TMF	7036 TRONDHEIM	73 96 45 34	MARITIME SKOLE	*	11.09	1800-1830	ST
STØREN SP.KL. TRIM	7090 STØREN	72 43 15 38	STØRENHALLEN	*	19.09	1800-1830	ST
STORFOSNA U & IL	7150 STORFOSNA	72 52 31 52	UNGDOMSH. STORFOSNA	*	08.09	KONT ARR	ST
EIDE IL	7200 KYRKSJETERØRA	72 45 26 14	SØVASSLI UNGD.SENTER	*	07.09	1300-1500	ST
RØROS IL	7460 RØROS	72 41 22 03	E-VERKSBYGGET ØRA	*	09.09	1800-1900	ST
STJØRDAL TMF	7500 STJØRDAL	74 82 19 22	STJØRDALSHALLEN	*	09.09	1800-1830	NT
LEVANGER KOM.BIL	7600 LEVANGER	74 08 48 56	LEVANGER RADHUS, JERNB.GT	*	19.09	1700-1730	NT
VERDAL RØDE KORS HJK	7600 LEVANGER	74 07 21 98	KASSEFABRIKKEN	*	17.09	1800-1830	NT
BIL NORSKE SKOG, SKOGN	7620 SKOGN	74 09 52 64	SKOGNHALLEN	*	10.09	1800-1830	NT
FROSTA TMF	7633 FROSTA	74 80 72 55	PER AURSAND	*	27.09	1600-1730	NT
STEINKJER TMF	7672 RØRA	74 15 45 91	STEINKJER VIDR SKOLE	*	11.09	1800-1900	NT
IK GRAND BODØ -MO.GR.	8001 BODØ	75 52 54 42	KONT. ARR	*	02.10	KONT ARR	NO
FAUSKE IL	8200 FAUSKE	75 64 67 17	FAUSKE BYGDETUN	*	17.09	1800-1900	NO
SAGFJORD IL	8260 INNHAVET	75 77 25 90	STEIGENKRYSSET, TØMMERNESET	*	15.09	1300-1400	NO
VÅGAN LAG AV LHL	8300 SVOLVÆR	76 07 03 83	LHL-DAG-KURSSENTER, SVOLVÆR	*	06.10	1000-1400	NO
SKROVA IL	8320 SKROVA	76 07 63 44	TIDL. BANKLOKALET	*	29.09	1100-1200	NO
SORTLAND MK	8400 SORTLAND	76 12 21 18	SORTLANDSHALLEN	*	11.09	1800-1830	NO
ØVERGÅRD GÅRDSFORENING	8430 MYRE	76 13 32 14	ØKSNESHALLEN, MYRE	*	10.09	1800-1830	NO
BØ TRIMGRUPPE	8470 BØ I VESTERÅLEN	76 13 54 76	PARK.PL. BRENNÅ BØ I.V.	*	29.09	1000 fel.st	NO
UL VÅRBUD	8480 ANDENES	76 14 52 48	SKARSTEIN UNGD.HUS	*	15.09	1000-1200	NO
ANDØYA LOTTEFORENING	8480 ANDENES	76 14 25 56	LOTTEHUSET, KONG HANSGT. 71	*	22.09	1000-1200	NO
HADSEL FOLKEDANSLAG	8490 MELBU	76 93 01 16	HANDICAPH/STOKMARKNES	*	08.09	1600-1800	NO
LØDINGEN IL	8550 LØDINGEN	76 93 10 78	KLUBBHUSET	*	23.09	1730-1830	NO
RANA TURMARSJKLUBB	8632 SKONSENG	75 14 81 73	KLOKKERHAGEN	*	15.09	1100-1300	NO
NORSK FOLKEHJELP KORGEN	8646 KORGEN	75 19 58 17	VILLMONES	*	08.09	1600-1800	NO
TROMSØ TML	9001 TROMSØ	77 67 35 46	FLØYAHUSET, TROMSØ	*	10.09	1800-1900	TR
TROMS FYLKESLAG AV NAAF	9008 TROMSØ	77 68 76 86	BJØRNEBEKKEN/TROMSØHALLEN	*	06.10	1000-1200	TR
LÅKSELVDAL SPRINT	9040 NORDKJØSBOTN	77 72 84 04	LÅKSELVDAL SPRINT KLUBBHUS	*	28.09	1100-1200	TR
LENANGSØYRA IL	9064 SVENSBY	77 71 35 84	LENANGSØYRA KIOSK	*	12.09	1800-1900	TR
INDRE KÅFJORD IL	9072 BIRTAVARRE	77 71 75 71	BIRTAVARRE	*	07.09	1500-1600	TR
KATTFJORD SPORTSKLUBB	9105 EIDKJØSEN	77 64 34 29	KATTFJORD SKOLE, SjøTUN	*	14.09	1400-1500	TR
SKARVEN IL	9110 SOMMARØY	77 64 02 19	SOMMARØY SKOLE	*	06.10	1000-1200	TR
IL RYA	9112 STRAUMSBUKTA	77 69 31 30	STRAUMSBUKTA SKOLE	*	22.09	1000-1200	TR
U.L.START, GRUNNFJORD	9130 HANSNES	77 74 75 98	UNGDUSET I GRUNNFJORD	*	08.09	1100-1300	TR
KULTUR -UNDERSVISETATEN SKJERVØY	9180 SKJERVØY	77 76 01 11	SKJERVØY STADION	*	10.09	1600-1700	TR
U.L.VARVON	9200 BARDUFOSS	77 18 31 10	NEDRE BARDU SKOLE	*	08.09	1000-1200	TR
SØRREISA TURMARSJ LAG	9310 SØRREISA	77 86 13 51	IDRETTSHALLEN	*	12.09	KONT ARR	TR
DYRØY MK	9340 BRØSTADBOTN	77 18 81 45	UNGDUSET, ESPENESBOGEN	*	15.09	1200-1300	TR
UL PRØVEN	9350 SJØVEGAN		0 MEDBY GRENDEHUS	*	30.09	KONT ARR	TR
HARSTAD TURLAG	9401 HARSTAD	77 06 60 00	LANDASHALLEN	*	14.09	1500-1700	TR
IL KING	9436 KONGSVIK	76 93 73 14	KLØVERHEIMEN	*	15.09	1130-1300	NO
PORSÅNGER TMK	9700 LÅKSELV	78 46 10 27	LÅKSELV RØDE KORS BARHEHAGE	*	11.09	1730-1830	FI
KISTRAND IL	9713 RUSSESEN	78 46 38 01 A	KISTRAND MARATON	*	28.09	1800-1830	FI
TRIMGR IL POLARSTJENEN	9810 VESTRE JAKOBSELV	78 95 61 69	V.JAK.BARNEHAGEN	*	18.09	1830-2100	FI
BÅTSFJORD TML	9990 BÅTSFJORD	78 98 35 46	IDRETTSHALLEN	*	09.09	1700-1800	FI

# Tilbakeblikk

**En trofast og hyggelig bidragsyter i Turmarsj-nytt er Charles Alfsnes. Denne gang gjør han seg noen tanker om det å gå de «gode gamle traverne» og gleden ved å finne nye marsjer å prøve seg på.**

Det hender fra tid til annen at man tenker litt tilbake på de marsjer en har gått i årenes løp. Og det er nå merkelig hvordan det hele forandrer seg med tiden. For i de første årene så er jo alt nytt, og når en gjerne går 100 marsjer og vel så det pr. år er det temmelig mange som etter hvert blir en vane. Det er svært få som skiller seg ut, men det er alltid enkelte det er hyggelig å komme tilbake til år etter år. Skal ikke ta de for meg nå, for det har jeg vel gitt nokså klart uttrykk for tidligere.

Er nå heldigvis i den situasjon at jeg tross alt har fått gått nye marsjer hvert

eneste år, til tross for at jeg har holdt på en del år. I fjor var det Skjernøy-marsjen som var den nye av året for min del. Den hadde jeg hørt en del skryt av fra kjente som hadde gått den før. Det var jo med en viss forventning jeg startet på den lange løypen sammen med hyggelig selskap fra Telemark. Og jeg må bare innrømme at denne marsjen så absolutt svarte til de forventninger som jeg hadde ved starten. Jeg håper det kan bli en ny anledning også dette året til å ta turen til Skjernøy og kunne kombinere det med både Christian Quart og Søgne Kveldstrim.

Til dags dato i 1996 har det blitt to nye marsjer så langt, Byremomarsjen og Mandals 75 års jubileumsmarsj, den siste kommer vel neppe igjen. Gikk man langløypen i Mandal fikk en se en god del av byens sentrum og området omkring.

*Charles Alfsnes.*



**Bilde fra Horten Marsjklubbs tur til Finland i mai. Det var et veldig fint opplegg og mye moro i tillegg til det å gå marsjene.**

**Bildet er tatt etter Kungsvegma-sjen og viser fra venstre:**

**Lise Høyer Pedersen, Anne Marie Auflem og Astri Rørbu.**

*Hilsen  
en fornøyd deltaker,  
Astri Rørbu*

# FRIFOs årsmøte

**Årsmøte i Friluftslivets Fellesorganisasjon ble avholdt den 21. mai. President, visepresident og Generalsekretær representerte NFF.**

**I forbindelse med presentasjon av årsberetningen sa FRIFOs styreleder, Odd Kjell Skjeggstad:**

«Den enkelte friluftslivsorganisasjon skal være tjent med å ha FRIFO. Ingen tilskade, alle til gagn, må prege vårt FRIFO-samarbeide. Vi skal bidra til at våre medlemsorganisasjoner når sine mål og at vilkårene for friluftsliv i Norge styrkes.

Alle her kan bidra til å stake ut kursen.

Styret i FRIFO legger på årsmøtet fram utkast til Langtidsplan 1996-99. Det er styrets intensjon på bakgrunn av den Langtidsplan som blir vedtatt, å lage årlige Handlingsplaner. Handlingsplan for 1997 skal utarbeides i løpet av høsten 1996 i nært samarbeid med generalsekretærene i medlemsorganisasjonene.

Vi er i FRIFOs vedtekter pålagt å legge fram rullerende langtidsplan med langtidsbudsjett hvert år. Jeg ønsker å ta opp spørsmål om å lage langtidsplan for 4 år og som blir rullert hvert annet år.

Årsberetningen følger kalenderåret. Jeg vil peke på noen sider som opptar oss.

Det er nødvendig å få et tettere samarbeide mellom friluftslivets organisasjoner på fylkesplan. De 12 medlemsorganisasjonene i FRIFO oppfordres til å bidra aktivt til å finne beste form.

FRIFO har hatt møter med statsråden både i Kulturdepartementet og Miljøverndepartementet. Vi har også en saklig og god kontakt med Direktoratet for Naturforvaltning i Trondheim. Det har lyktes oss i år å få et lite løft i midlene fra KD og MD, men her står et godt stykke arbeide igjen å gjøre for det nye styret og administrasjonen.

Vi har også hatt kontaktmøter med ledelsen i Norges Bondelag og i Norges Skogeierforbund, og vi er blitt med i prosjektet «Levende skog». Vi er opptatt av å avklare hvor vi har felles interesser med grunneierorganisasjoner, og hvor vi må leve med ulike syn.

Det er lenge til jul, men jeg ønsker meg i FRIFO en gruppe som spesielt arbeider med bruk - vern utfordringene for friluftslivet og med kompetanse fra medlemsorganisasjonene. Vi vil i det nye styret ta tak i spørsmålene rundt kommersialisering av friluftslivet.

FRIFO har en fordelingsnøkkel bygget på antall medlemmer/lag i hver medlemsorganisasjon. Både Kulturdepartementet og Miljøverndepartementet er mindre opptatt av å gi grunnstøtte til organisasjoner, men mer opptatt av å gi midler til aktiviteter/prosjekter. Vi mener denne policy burde endres, men vi må finne oss i å leve med de rammevilkår som settes så lenge det er politisk flertall for denne form for støtte til de frivillige organisasjoner. Dette betyr at vi får problemer med vår fordelingsnøkkel, og jeg signaliserer allerede nå at vi bør bruke den nærmeste tid til å gjennomdrøfte vår strategi og vårt opplegg på dette området for evt. fremlegg på neste årsmøte.

Departementet er opptatt av at FRIFO må påta seg et langt større ansvar for koordinering og samordning enn hva tilfelle er i dag.

La meg også minne om at ledelsen dere i dag velger for FRIFO skal representere det hele friluftsliv og ikke være partrepresentanter for den organisasjon hvor den enkelte er flasket opp.

Det er på tide å advare mot sofa-kulturen. De mange og lange sendinger

på TV i helgene er en farlig konkurrent til folks egne aktiviteter for idrett og friluftsliv. Det ville være ille om Tv-stolen overtar for turkulturen.

Norge topper listen over land med flest sportssendinger på TV. I en avis under overskrift «Full sofa hele søndagen» kunne vi forleden lese at Tv-sporten kan si seg fornøyd med oppslutningen om søndagens sendinger. Allerede før klokken 10 satt 650 000 nordmenn over 12 år foran skjermen. I tillegg kommer barna. Midt på formiddagen var det 820 000 Tv-tittere, og 845 000 så sportssendingene samme kveld.

Tv-stolen må ikke overta de fine norske friluftslivs tradisjoner. Utøvelse av friluftsliv er viktig i det forebyggende helsearbeid og som trivselskaper for mennesker.

De 12 landsomfattende friluftslivsorganisasjoner som samarbeider i FRIFO, gir folk et rikere liv. De er opptatt av turer i skog og mark, på fjell og fjord, sykling, turorientering, padling, speiderliv, 4 H-liv, jakt og fiske, hjelpekorpsjeneste, turmarsjer og skiturer. Over 4100 lokale lag finnes spredt over hele Norge med nærmere 480 000 medlemmer.

Produktet organisasjonene har må verdsettes av politikere og myndigheter. Det må ikke være slik at det er nødvendig «å finne på ting», lage nye produkter og prosjekter for å konkurrere om midler. De tilbud organisasjonene er dannet for, og har, er gode.

Vi fikk fra Kulturdepartementet endelig en økning i spille- og tippemidler for friluftsliv. Et ordtak sier: når det regner på presten, drypper det på klokkeren. Her er det slik at når det regner på idretten, faller det bare dugg på friluftslivet. Når speiderne i landet får avslag på 60 000 kroner til noen enkle aktiviteter for barn og unge, mens idretten får - og uten den departementale detaljstyring FRIFO er utsatt for - nær 600 000 000 kroner, må vi se utfordringene.

Norges Idrettsforbund får 196 millioner kroner.

FRIFO må arbeide hardt for å bedre friluftslivets kår. Vi må stå sammen om dette. Det har ennå ikke lyktes oss å få midler til administrativ støtte til medlemsorganisasjoner. Vi angriper ikke idretten, men støtten til den i forhold til satsingen på det enkle friluftsliv som 8 av 10 nordmenn er opptatt av, er påfallende.

- Ut av hallene, inn i naturen, kunne være statsråd Åse Kleveland's motto.

Helseminister Gudmund Hernes signaliserer at vi alle må ta vare på vår egen helse. Han vil også at alle skal lære førstehjelp. Miljøvernminister Thorbjørn Børnsen er talsmann for at friluftsliv og naturopplevelse gir helse og trivsel.

Et samarbeide mellom disse to statsråder for å utvikle videre friluftsliv som ledd i å bedre folks helse, er av interesse. Friluftsliv kan være et middel til å stålslette oss fysisk og psykisk. Vi ser det gledelig at helseministeren er opptatt av forebyggende helsearbeid.

Den norske form for friluftsliv, enkelt og miljøvennlig, bør kunne brukes mer aktivt i forebyggende helsearbeid og i rehabilitering. Det finnes allerede noen gode eksempler på dette, men systematisk er dette ikke brukt til nå. Bare belastningsskader koster samfunnet et to-sifret milliardbeløp årlig.

Vi er opptatt av det enkle friluftsliv som middel for å styrke oss helsemessig. Vi har som mål å gi et friluftslivstilbud for alle.

Kan vi sammen med de to statsråder stake ut en kurs for mere bevisst å satse på det enkle friluftsliv, ville det være spennende. I offentlige dokumenter er friluftslivets helsemessige betydning ofte understreket. Et systematisk opplegg med å tilby de mange aktiviteter friluftslivets organisasjoner byr på, i tiltak for å bedre folkehelsen og trivselen, kan være satsingen verd. Den ball helseministeren har spilt ut om å øke kunnskapene i førstehjelp i den nor-

ske befolkning, er også en utfordring friluftslivs-organisasjonene bør ta.

Oppslutningen om Naturvettene hvor 53 000 barn deltok i 1995, viser at friluftsliv er in. Naturvettene fortsetter nå med kulturminner som rød tråd.

I siste Stortingsproposisjon fra Miljøverndepartementet heter det: «Mange barn og unge får av ulike grunner ikke anledning til å oppleve natur, lære ferdskultur og friluftsferdigheter i samvær med voksne og gjennom lek på egenhånd. Dette kan føre til at en økende andel av befolkningen vil mangle grunnleggende kunnskaper og ferdigheter for å opptre ansvarsfullt i naturen. Manglende kartkunnskap og liten erfaring med friluftaktivitet innebærer økt fare for ulykker...»

Naturvettene bør være rett i blinken i denne sammenheng. Vi arbeider nå med en plan for Vettene mot år 2000. Medlemsorganisasjonene og FRIFO har også tatt den utfordring å øke befolkningens kunnskaper om bruk av kart og kompass, spesielt blant barn og unge. Et opplegg for at vi skal kunne bedre beherske bruk av kart og kompass er under planlegging. På

denne måte skal vi være trygge ute i naturen.

La meg til slutt si litt kort om allemannsretten. Friluftslivets organisasjoner bør være mere opptatt av kystfriluftslivet. Altfor mange steder er utmarka i vår flotte skjærgård blitt borte. Allemannsretten er hindret av en skog av dispensasjoner fra byggegrense mot sjøen og adgang-forbudt skilt. Utfartsområdene både ved kysten og i innlandet trues av omfattende inngrep og forstyrrelser. Tilgjengeligheten er redusert, men jeg tror tross alt at vi i Naturvernåret maktet å få belyst allemannsretten på en måte som vil få positiv betydning for friluftslivet. La oss sammen ta vare på den norske friluftskultur.»

Til årsmøte forelå det søknad fra Forbundet Kysten om medlemskap i FRIFO, denne ble ikke tatt til følge.

Årsmøtet uttalte imidlertid: «Årsmøtet mener FRIFO og medlemsorganisasjonene bør vise større oppmerksomhet om stimuleringen til et aktivt friluftsliv i kystområdene og ser Forbundet Kysten som en aktuell samarbeidspartner i denne sammenheng.

### FRIFOs styre 1996:

Ordfører	Georg Fr. Rieber-Mohn	
Leder	Odd Kjell Skjeggstad	
Nestleder	Eli Strande	Norges Orienteringsforbund
Styremedlemmer	Carsten Riekeles	Skiforening
	Bjørn Kummeneje	Syklisternes Landsforening
	Morten Rian	Norges Speiderforbund
	Børre Pettersen	Norges Jeger- og Fiskeforbund
	Mari Sand Sivertsen	Norske 4 H
Varamedlem	Liv Eltvik	Norges Padleforbund

## Er du i nærheten av 600 IVV-stempler?

Rødt IVV-bevis med plass for 50 stempler,  
kjøpes via NFFs kontor.

Men du kan også bruke distansekort, og rette forsiden.

# IVV-Konsulentene

GODKJENTE IVV-KONSULENTER	POSTNR- STED	TLF PRIV
LISS ØSTLI	1405 LANGHUS	64 86 60 47
JAN KÅRE MARTINSEN	1405 LANGHUS	64 86 60 47
ROY TAIT	1405 LANGHUS	64 86 67 37
BJØRN KIHLM BØDTKER	1410 KOLBOTN	66 80 34 95
EGIL SEIM	1440 DRØBAK	64 93 22 17
TOM JOHNSEN	2040 KLØFTA	63 98 21 66
ARVID DANIELSEN	2400 ELVERUM	62 41 23 74
DAG HENRIKSEN	3190 TØNSBERG	33 36 87 79
ODDVAR TRØNNES	3727 SKIEN	35 53 70 22
SIGMUND SKOGE	4028 STAVANGER	51 54 13 32
ODDVAR JOHANSEN	4056 TANANGER	51 69 64 54
ERNST KRISTENSEN	5080 EIDSVÅG	—
ERLING FAHLE	6400 MOLDE	
JOHAN PETTER MÆHRE	7500 STJØRDAL	92 25 74 07
MAGNAR BAKKEN	7036 TRONDHEIM	73 96 45 34
PER AURSAND	7633 FROSTA	74 80 72 55
ANNIE NYSTAD	8200 FAUSKE	75 74 67 17
HARALD MYRMO	9000 TROMSØ	77 68 81 82
BJØRN PEDERSEN	9001 TROMSØ	77 69 23 81
ALBERT NILSSEN	9112 STRAUMSBUKTA	77 69 31 30
HENNIE BERGHAHN RIISE	9400 HARSTAD	77 07 58 42
JOHN HERLUF JAKOBSEN	9601 HAMMERFEST	78 41 88 93
ØYSTEIN PETTERSEN	9713 RUSSENE	78 46 38 24

- Nye og gamle arrangører! Alle kan kontakte IVV-konsulentene. Her kan dere få råd og veiledning før marsjen.
- Konsulentene reiser også en del rundt på marsjer og gir tips og veiledning til arrangøren.
- Når en konsulent kommer på besøk vil han/hun ta kontakt med den som har ansvaret i sekretariatet.
- Konsulenten skal - etter å ha gått marsjen - sammen med arrangør fylle ut vurderingsskjemaet.
- Arrangør og forbund får kopi.
- Arrangøren har forpliktet seg til å følge NFF/IVVs retningslinjer for gjennomføring av folkesportarrangement, og skal ha oppnevnt en person med ansvar for at IVV-stemplingen blir ivare tatt iht retningslinjene.

Hensikten med konsulentene er å gi hjelp til arrangører, ikke å være "marsjpoliti", men det er også konsulentens plikt å påpeke og gi råd i saker som ikke er i henhold til retningslinjene

**NFF vil gjennom Turmarsjnytt rette en takk til de konsulentene som av forskjellige årsaker ikke lenger har funnet å kunne fortsette sin konsulentvirksomhet. Dere har vært blant «pionerene» i denne virksomheten og har vært med på å skaffe erfaringer som forbundet vil bygge videre på.**

### ... fra innkomne sommer-konsulentrapporter klipper vi

- Dette var en turmarsj veldig mange arrangører kunne lære av. Jeg kan ikke sette fingeren på noe.
- Rasteplassene hadde et stort utvalg av varer og det var også saftstasjon utenom rast. (Bergmarsjen)
- Meget fine løyper i vakkert turterreng. Fikk kart over løypene i folder ved start. (Malmvegen)
- Meget god merking i flere veikryss før man kom til startstedet - Stor pil som viste løypeskille godt (Skognesmarsjen)
- Pga usaklig press fra flere av deltakerne begynte sekretariatet med påmelding ca kl. 2115 - og så gikk alle ut kl. 2140 (skulle ha vært 2200) Deltakerne er årsaken til dette. Vi har diskutert problematikken og er enige om at vi skal overse deltakernes press .. (Midnattsolmarsjen)
- I tillegg til rasteplass var det 4 saftstasjoner på lang løype (20 km) .. (Midnattsolmarsjen)
- Vil berømme "løypegjengen" som slet med at merkingen ble revet ned hele tiden. Selv barken på trærne var fjernet for å ødelegge den faste merkingen. Likevel ble vi lost gjennom løypene ved hjelp av kontinuerlig ettermerking (Gladlaksen)
- Artig at hovedpersonen, Shirley, selv delte ut medaljen. Klubben har gjennomført en fin turmarsjhjelp (Shirley-marjen)
- Løypa var en flott terrengløype over myrer med multebærblomster. Alternative løyper for handicapede og barnevogn. Fine lokaler - hyggelig atmosfære (Kistrandmarsjen)
- Det var merket ca 3 km fra start, så noe problem var det ikke å finne startstedet. Rasteplassene var veldig fine, utvalget var bra, og betjeningen veldig koselige. Løypene må nevnes. Har gått en del marsjer i Hedemark og mange av disse har gått på asfalt med skogen som nabo. Her var alt snudd på hodet, løypene gikk i nydelig skogsterreng på nydelige stier og skogsveier (Skjeppåmarsjen)

- ja, vi kunne fortsette. Selvfølgelig er det ikke bare god-ord å hører fra konsulentene det skulle da bare mangle, men det negative tar vi i første omgang opp direkte med arrangøren. Blir dette ikke rettet neste år, vil vi ikke love at vi ikke skriver om dette i "konsulentklipp".



# Presseprisen 1995

Etter vurdering av de innkomne forslag vedtok forbundsstyret at NFFs pressepris for 1995 skulle tildelings avisene «Tromsø» og «Østlandets Blad» (Ski).

Begge avisene har på en fremragende måte bidratt til å markedsføre forbundets aktivitet innen sine respektive distrikter.

Nyhetsredaktør Ivar Brynildsen i Østlandets blad (ØB) sa bl. a. følgende om tildelingen: «Det er svært hyggelig å motta en slik pris. Han legger til at ØB ønsker å satse på mindre idretter, og at dette skal prioriteres i avisen. Hvis NFF synes avisens medarbeidere er flinke på turmarsjer, tror jeg det betyr at ØB er flinke til å dekke det som skjer i distriktet. Vi vet at turmarsjer engasjerer veldig mange. Og vi har en følelse av at det er noe leserne våre setter pris på. De som driver med turmarsjer er også flinke til å tipse avisen om sine arrangementer. Dette er et samarbeid som fungerer godt».



ØB v/Vidar Svinndal fikk overrakt prisen av formann i Ski Tur- og marsjforening, Roy Tait, under avviklingen av årets Dyreparkmarsj den 28. april.

Fredag 19.april ble bladet «Tromsø» gjenstand for heder og ære da avisen fikk overrakt Presseprisen. Det skjedde samtidig som årets sesong startet med «Tromsømarsjen».



Heder. Harald Myrmo overrakker blomster, diplom og krystall til «Tromsø»-redaktøren Yngve Nilsen. Nilsen overlot mesteparten av æren til en ekte entusiast, Steinar Krokmyrdal.

-Vi avisfolk er raske til å gripe slike sjanser, men denne gangen er det Steinar Krokmyrdal som skal ha ros og heder, sa redaktør Yngve Nilsen da han mottok krystallsestake, diplom og blomster som håndfaste bevis på utmerkelsen.

-I Tromsø er det årlig minst et 50-talls marsjer. Det betyr at det foregår slike arrangement hver eneste uke. Og ettersom jeg er med i turmarsjmiljøet, og samtidig liker å skrive, er det en grei kombinasjon, sier Steinar Krokmyrdal.



## Presseklipp



.. klipp fra Finnmark Dagblad .. vi tar bare et lite utsnitt av avisens fine omtale av marsjhelgen.

### Marsjhelg i Hammerfest

I helga slår turmarsjmiljøet i Hammerfest på stortromme med hele fire marsjer på tre dager. Det kommer ivrige travere fra hele landet for å delta på marsjene.

Jon H Jakobsen og Eldbjørg Olsen fra Hammerfest Turmarsjklubb håper at riktig mange hiver seg med på en eller flere av marsjene. De har fulle lagre med nylagede medaljer til deltagerne. Faktisk er det investert hele 90.000 kroner i medaljer.

### Stort arrangement

Helgas marsjer er det største løftet det unge turmarsjmiljøet i Hammerfest har tatt på seg hittil. Hensikten er å trekke til seg folk fra fjern og nær. Og det ser det ut til at de har lykket med..

.. og avisen følger opp etter marsjen med ennå en halvside...

### Smil og regn på turmarsj

Folk og dyr, gammel og ung, kvinne og mann. Alle var representert under fire turmarsjer i Hammerfest i helga.

- Vi møter masse folk, og det er fint å få bevege beina litt, smiler en dryppende våt Geir Hansen omtrent halvveis i den siste av fire turmarsjer.

Ute regner det på tvers, men det er ingen sure fjes å se blant de som strømmer til klippe- og drikke stasjonen på Finnmarks Dagblad.

- Været betyr ikke noe, det er fint å gå likevel, sier alle. Man kan nesten tro det er avtalt spill, men glitrende øyne og mye latter forskreide oss om at turmarsj er gøy, uansett!.

### Lang vei

Det var ikke bare hammerfestinger som deltok på turmarsjene. For eksempel Tromsø, Oslo og Helsingfors hadde sine representanter. Hammerfest Turmarsjklubb hadde ventet et gjennomsnitt på 150 deltakere, mens resultatet ble over 190....

*Vi blir i det nordlige med et klipp fra Harstad Tidende.*

### 288 turgåere på Midnattsolmarsj.

Fredag kveld var det Midnattsolmarsj i Kvæfjord. Selv om ikke været var det beste, så var nesten 300 turgåere i løypene.

Solen glimtet av og til, og løypene var bra. Alt lå til rette for en flott turmarsj.

Med nesten 300 turgåere hadde man vel forventet seg en stor klynge med mennesker på vei fra Borkenes sentrum, men nei, da.

- Det er vanskelig og samtidig sørgelig at turdeltakerne ikke kan vente til klokken er ti før de begynner å gå. Dette er vi nødt til å gjøre noe med neste år, sier turmarsjleder Are Stenkjær.

Marsjen var delt opp i tre forskjellige løypelengder, 10, 16 og 20 kilometer. De fleste valgte den korte distansen....

*... nedenstående er klippet fra "Fylket" i Møre og Romsdal . . .*

### Herdebreimarsj og anna kultur på Sekken.

Sport og idrett som en del av det såkalla "utvida kulturomgrepet" er velkjent og akseptert stort sett over alt. Men under Herdebreimarsjen på Sekken opplever ein at dette har fått eit litt ekstra innhald. I Programmet er arrangøren presentert som

Sekken Idrettslag/Folket på øya, og det er tydeleg at her stiller "heile øya" opp. Heile stemne er så heilprofft som berre entusiastiske og fantasirike amatørar kan få gjort det. Det er festdag på øya, med flagg til topps.

Herdebreimarsjen - den 13. i rekka - samla i år 408 startande, fordelt på i alt 5 løyper, fra 5 til 22 km. Veret var heilt ideelt, godt og varmt, men ein svalande bris innimellom.

Særleg to ting skil marsjen på Sekken ut frå det vanlege, for det første at unge og eldre frå heile øya sluttar opp, for å gjere stemnet til ein festdag. Og for det andre eit løypetilbod som ein vanskelig kan finne maken til. Terrenget på Sekken er utruleg interessant og variert, og ingenting er spart når det gjeld å gjere løypene så attraktive som mogeleg. ...

... *Rakkestad Avis skriver...*

### **Mange trosset sur vind**

- Kaldt. Men det er glimrende marsjvær. Det er meldingen fra de mange som trosset sur vind og tok på seg spaserskoene for årets utgave av Trollmarsjen i Degernes søndag.

- Godt å lee på seg. Været er surt, men glimrende å gå marsj i. Vi har hatt en deilig tur, fortelle Liv og Birgit Elnes. Sammen med hunden Jenka (7) gikk de den korte runden i Trollmarsjen.

- Jenka er mer sliten enn oss. Vi bor på gård så hunden er ikke vant med å gå så lange turer, blir det fortalt.

### **Flere løyper**

Turmarsjdeltakerne kunne velge mellom

fire løyper, alt etter trening og form. Den korteste var syv kilometer, de fleste valgte 12, mens de med bedre form valgte seg 17 eller 25 kilometer...

Trollmarsjen har fått navnet sitt fra Kleppetrollet, som ifløge sagnet sto på Linnekleppen og kastet stein utover fylket.

... *denne lille klipperunde avsluttes med....*

### **Turmarsj mot toppen!**

et klipp fra Asker og Bærum Budstikke.

Ingen tvil om at turmarsj er et trimtilbud oppgang. I inneværende år kan Bærum Turmarsj Klubb vise til 50 nye medlemmer, ifølge årsmeldingen. Men klubben er ikke alene om å oppleve stigning, også de rundt 60 deltakere fikk føle stigningen på kroppen - takket være et særdeles kupert trasevalg i onsdagens sommertrim. Den femte i rekken.

- Løypa var fin, den. Tung, men svært variert. Og så den flotte utsikten ved Kirkerudbakken. Selv har jeg bodd i Bærum i 16 år, men her har jeg aldri vært, sier Britt Kuhn fra Bærum Verk. Her rører hun ved et vesentlig punkt når det gjelder turmarsjer - man blir kjent i bygda!

Og sommertrimmen bød på flere overraskelser. Vel tilbake i klubbhuset på Emma Hjort, kunne arrangøren friste med kaffe, vafler - og lodd i "Julelotteriet" (?) Tiden går fort i godt lag, så det gjelder å smi mens jernet er varmt.....

- Neste sommertrim går ....

Deretter følger felles tur til "Kanalmarsjen" ....

***Ut på tur — aldri sur***

# Info 3/96

## Nytt fra forbundsstyret og kontoret

### Velkommen som medlemmer i NFF

- 662 Folkets Hus Sjønstå,  
Edgar Wammervol,  
Moen, 8200 Fauske
- 663 Voll IL, Leon Andersen,  
Boks 97, 4060 Kleppe
- 664 Ringvassøy IL, Tone Hoberg,  
9130 Hansnes
- 665 Lånke IL, Thomas Dybwad,  
Boks 84, 7570 Hell
- 666 Hovdebygda IL, Marian Lund,  
6160 Hovdebygda
- 667 Tamokdal IL, Aadne Olsrud  
Tamokdal, 9234 Øverbygda
- 668 Faldaasen Skolemuseum,  
Idar Stenbakken,  
2280 Gjesåsen

### Status...

Deltakelsen 1.halvår 1996 er på totalt 108.000. Ser man bort fra Fredsmarsjen som jo hadde en enorm oppslutning i 1995, er serier og øvrige fellesmarsjer gått tilbake med omlag 5.000 deltakere. De ordinære marsjer har omtrent samme oppslutning som i fjor. Nå skal vi ikke skylde på været, annet sted i bladet kan vi lese at dårlig vær er ingen hindring, men likevel, har vi fått så mange meldinger om at det har vært "veldig mye vær" - så vi skylder likevel på været, og tror at oppslutningen vil bli ganske bra resten av året.

Innløsning av IVV-bevis i første halvår 1996 er på 4.300 en tilbakegang på 4% i forhold til i fjor.

Marsjer har blitt avlyst, mens nye marsjer har sett dagens lys. Aktiviteten er stor, det er godkjent hele 51 nye arrangementer i 1996, i tillegg til de 96-marsjer som ble godkjent siste halvår 95, skulle dette tilsi at vi ved årets utgang kan telle ennå flere marsjer enn i 1995.

### IVV-Seminar

Lørdag 9.nov på Bardufoss Hotell, søndag 10.nov på Evenes Fjordhotell.

Det vil gå ut invitasjon til alle medlemmer innen postområdet 8300-8599, 9000-9499.

Lag utenfor dette område er også velkommen. Program fås tilsendt ved henvendelse til kontoret.

Husk - alle medlemslag er forpliktet til å ha minst en person som er IVV-ansvarlig, og nå gis det altså anledning til å komme på kurs og lære, og for tidligere kursdeltakere å få frisket opp kunnskapene.

### Husk.....

Forbundstinget 1997 finner sted lørdag 8.mars på Lilletorvet hotell i Trondheim.

Valgkomiteen er i arbeid. Det er sendt rundskriv til alle medlemslag, og vi minner om fristen for forslag, 1.oktober 1996.

### Julemarsjen'96

Invitasjoner til arrangører blir sendt ut i begynnelsen av november.

### Terminlisten 1997....

De arrangører som ikke har innsendt skjema med opplysninger - har nå bare sjansen for å bli med ved å kjøpe seg annonseplass.

Fristen for innsendelse var 20.juni.

## Stempeljuks....

- Igjen har det vært nødvendig å stryke en del stempler. 3 deltakere har fått strøket tilsammen 11.000 km og 350 deltakers-templer.

Husk! IVV-beviset skal fremlegges personlig .

En deltaker har bare krav på stempel når den påmeldte distanse er gjennomført på den oppsatte dag og tid.

Forbundet har motatt rapporter fra arrangører som har oppdaget juks og har nektet å stemple IVV-bevisene. Det er arrangørens plikt, og vi ser det som positivt at arrangørerne er sitt ansvar bevisst.

## Telefon spørsmål...

- Kan dere skrive hvordan arrangøren skal overføre "tiloversblevne" kilometer, det blir sagt og skrevet så mye forskjellig.

Dette burde være enkelt. Dersom en deltaker har f.eks. 516 km på første kort skal 16 km overføres til neste kort - og det skal stå 1000 km på forsiden av dette kort. Altså:  $516 - 500 = 16$  som er "tiloversblevne kilometer" som overføres til nytt IVV-bevis.

## .. og vi mottok flg. oppfordring

Vandrerne "Sønner av Norge" - husk på TUBFRIM. Vi lar oppfordringen gå videre og sier: send brukte frimerker til Tubfrim, 3540 Nesbyen.

## ..om dataprogram

er det noen som har spesialutviklet data-programmer for registrering av IVV-marsjer??

Vårt svar var ja/nei. Vi vet mange har utviklet egne program, men vil de dele dem med andre?? Send oss et par linjer, så kan vi formidle adressen videre.

## Ros til arrangøren, er dette blitt en mangelvare?

En arrangør skrev til oss. Resultatet var bedre enn i fjor. Været var ikke noe å skryte

av - sterk nordvestlig kuling og kjølig. Det ble derfor en anstrengende tur. Likevel kom deltagerne i mål med godt humør. Vi fikk til og med ros for utmerket merking av løypene og en godt planlagt marsj. Og selvfølgelig satte vi stor pris på å få høre dette oppfordret av flere deltakere.

## .. en annen arrangør ringte oss både fortvilt og forbannet.

Neste år har vi fellesstart fra kl.1000, og det blir ikke 0930 eller noe annet. Lokal befolkningen vil ha fellesstart, og så får de tilreisende ta dette til etterretning, eller også får de gå ett annet sted, nå vil vi ikke ha mere kjeft.

(for ordens skyld, det var ikke Midnattsolmarsjen -nevnt under presseklipp- som kom med denne utblåsing).

- Vi har hatt flere telefoner fra fortvilte arrangører. Sure deltakere fordi arrangøren følger det tidsskjema som er oppsatt.. Vi vet jo at det finnes "yrkeskverulanter" og om det så hadde vært start kl. 0600 ville de ha ønsket å starte en halv time før. Men, det er klart alle deltakere må følge gjeldende bestemmelser, er det start kl. 1000 så er det start kl.1000. Husk Turmarsj skal være tur..., ikke stress og ikke bruk unødig kjeft på arrangørene. Har dere ikke tid til å gå marsjen, så velg en annen marsj som dere har tid å gå, dere kan ikke være to steder på en gang, og det er ikke arrangørens skyld.

## Nytt fra FUV

### Folkesportolympiaden 1999.

Søknad om tildeling av arrangementet av Folkesportolympiaden for 1999 er innkommet fra Belgia og Tsjekkia.

Søknadene vil bli behandlet på IVV-presidiemøte mai 1997



# Høstvandringen 1996

Årets soppmotiv er Engrøyksopp, hvorom vi kan lese:

Fruktleget 1,5-4 cm brede og noe flattrykk oppå, gulhvitt-gulbrunt, av og til med gråtone. Det steile stilkpartiet er kort og tydelig kornet. Ikke vanlig, men vokser på eng på Østlandet og på kyststrøkene i Sogn. August- oktober. Bra blandingsopp.

## Vinterserien 1996 - 1997

Årets medalje ..

man kan nesten hører ulven hyle.

Fristen for påmelding er 10.sept. liste over seriearrangører vil være klar fra omlag 10.oktober. Sentralt lager vi ikke noen liste med opplysninger om alle 7-800 turer, men dersom du sender inn frankert svarkonvolutt kan du få adresseliste tilsendt.




Post-bestillinger

### ... Sukk, hjerte brist ikke ...

- Hvem er dette og hva ønsker vedkommende å bestille?, Toril bare spør. Ofte har vi en eller annen ledetråd og finner frem med hjelp fra Postbanken, men denne gangen ei. For 30 kr setter vi ikke igang en etterlysning via bank, som vil koste oss 50-75 kr.

Ofte, alt for ofte mottar vi mangelfulle bestillinger, - så vær så snill, skriv både navn, adresse og bestilling på giroen.

POSTGIRO <small>NONREVENUE</small>	INNBETALING	12 • Beløp
Bestillingkort / Besiller: _____ _____ _____	Underskrift ved giroring / Innbetalingsnummer 	
Betalt av _____	Betalt til Norges Folkesportforbund Postboks 147 1471 SKÅREH	
13795	Betalt konto: 7 2 1 0 1 0 9 3 3 6 8	
Kundoreferansen	Norske kroner    Dns	Til konto
	30 - 00	<6101703220> 08013901733 +00+

# 5. FUV Volkssportolympiade

Vierumäki i Finland  
26.- til 29. juni 1997



**NFFs tur til Folkessportolympiaden.  
Bli med på følgende opplegg.**

## **Onsdag 25.06.1997**

Fly fra Fornebu ca kl.1900  
overnatting m/frokost - på bra hotell i Helsingfors

## **Torsdag 26.06**

Sightseeing i Helsingfors. Buss opp til Vierumäki hvor vi innkvarteres på hotell i dobbeltrom.

Her skal vi bo til søndag. Her spiser vi frokost.

**Og søndag** kjører vi med buss tilbake til Helsingfors. Vi skal være på flyplassen kl. 1630 dvs vi må reise fra Vierumäki ca kl. 1400

## **Foreløpig program for den 5.folkessportolympiade:**

**26.06** Åpning av Olympiabyen omkring kl. 1800 (?). Etter åpningsseremonien er det skikkelig blemmeball m/dans

**27.06** OL-åpning omkring kl.1000 Svømming, sykling fra kl. 1300, og .. skitur (rulleski) fra kl.1300 og dagen avsluttes med "Finsk aften" m/dans

**28.06** Maraton 42 km og turmarsj: 10 og 20 km, sykling 25 og 50 km, svømming og skitur fra kl. 0700, — dans fra kl. 2000 og kveldsvandring fra kl. 2300 — og iflg programmet skal vi synge kl.2400

**29.06** Turmarsj 10 km, sykling 25 km og svømming fra kl. 0800 avslutning kl 1500 (vi reiser altså kl.1400) men har likevel god tid.



---

**Turen koster Kr4.650.-** Flyt/r Fornebu/Helsingfors Overnatting i Helsingfors Byrundtur i Helsingfors, buss t/r til Olympiabyen, 3 overnattinger m/frokost. Vår tradisjonelle t-shirts og caps.

Olympisk Pass som alltid må bæres i olympiabyen. (henge rundt halsen)

**I tillegg** kan du få kjøpt en fin treningsoverall til spesialpris kr 500.-

Vanlig utsalgspris vil antakelig bli fastsatt til kr 660.-

(Må bestilles sammen med turen.)

Evt. avbestillingsforsikring kommer i tillegg.

Startgebyr er ikke inkl. i vårt opplegg.

Våre priser er kalk. etter dagens priser /skatter og kurser og det tas forbehold om evt. endringer.

### **Påmelding og betingelser:**

Påmelding blir først registrert når kr 650.- er inngått på vår postgirokonto 0801 3901733 eller er vedlagt bestillingen i sjekk.

Kr 2000.- betales senest 01.02.1997 og de siste kr 2000.- betales senest 15.04.97.

Påmeldingen er bindende. Ved avbestilling etter 01.08.96 tilbakebetales intet depositum. Vi anbefaler derfor at du tegner avbestillingsforsikring - og ved evt sykdom får tilbakebetaling etter gjeldende regler fra forsikringsselskapet. Avbestillingsforsikring må tegnes ved påmeldingen.

Hvis vi kan få solgt din plass er vi selvfølgelig ikke vanskelige, men vi kan dessverre ikke ha en lang påmeldingsliste bare fordi det bare koster kr. 100.- å ombestemme seg. Det er ikke fair overfor alle de som ønsker å være med oss. Vi har reservert 50 plasser og den som kommer først til mølla.....

---

---

## **Påmelding 5.Intr. Volkssportolympiade - Vierumäki i Finland \* 25.06.- 29.06.1997**

Navn: .....

Adresse: .....

stnr.sted: .....

Tlf. arb: ..... Tlf pri: .....

Bestiller tur til Finland. Innbetaler depositum kr 650.- pr pers

Jeg ønsker i tillegg å tegne avbestillingsforsikring

Hvis ja, må forsikringen bestilles sammen med turen.

avbestillingsforsikring kr 279.- pr delt. Mens helårsforsikring koster kr 175.- for single,

kr 265.- for ektepar/samboer og kr 350.- for familier

For forsikring må oppgis person og fødselsnr:

Beløpet kr ..... Vedlegges i krysset sjekk

Innbetales på postgiro 0801 3901733



## Forandringer og tilføyelser til terminlisten'96

Dato	Marsjnavn	Arrangør
06.09-06.10	HØSTVANDRINGEN	Landsomfattende turmarsj
07.09.	MILJØBYMARSJEN '96, Os	Arr. Østmarka MK, tlf. 2221 1422
08.09.	FEVÅGMARSJEN, ST,	Arr. Fevåg IL, tlf 7385 3890
08.09.	SANDVOLLAN-MARSJEN, NT	Arr. Sandvolla IL, tlf.7415 6361
13-15.09	ULLENSAKERMARSJEN, AK	Arr. MK Vandrene, tlf 6388 1312, overnatting mulig
15.09.	TROMSØ ALLERGIMARSJ, Tr	Arr. Tromsø Fylkeslag av NAAF, tlf 7768 79 15
15.09.	NORDFJORDMARSJEN, SF	Arr. Eid Idrettsråd, tlf.5786 3529
23.09.	TEKSTILARBEIDERMARSJEN, Ho	Arr. Arna Turn og IL, tlf 5524 7608
28.09.	ULFSTINDMARSJEN, Tr	Arr. Helselaget Vern, tlf. 7763 5452
29.09.	ELISABETHMARSJEN, Tr	Arr. Helselaget Vern, tlf. 7763 5452
29.09.	STODMARSJEN, NT	flyttes til 06.10
05.10.	NORDMARKSMARSJEN, Os	Ny starttid: fra kl.0830 / tog fra Oslo S kl.0740
06.10.	STABURSMARSJEN, NT,	Arr. Lånke IL, tlf. 7480 6554
06.10.	KAUPANGMARJSEN, He	Arr. Hamar TMF , tlf 6253 2411
02.11.	HORTEN MKs 15 Års UB.MARSJ	Arr. Horten MK, tlf 3304 3112
28-29.09	Kettering Triathlon, England adr. Ise Valley Vagabonds, Bill Greenwood	Sykle - gå og svømme 4 Vinston Drive, Isham Kettering, Northants NN14 1HS
02.03.97	MILJØMARSJEN Gran Canaria	Arr. Den norske Klubben, tlf 0034 2815 0307



**NORGES FOLKESPORTFORBUND,**  
Postboks 147, 1471 Skårer Tlf 6790 5536 \* Fax 6790 9144

**Bare folkesport-turmarsj-mosjonsarrangement godkjent av vårt forbund er godkjent også av Internationaler Volkssportverband IVV - og er dermed godkjent for IVV-stempling.v**

Vintertid = Mørketid

## REFLEKSVEST

Gul vest med  
to refleksstriper for og bak  
NFF's logo i to farger  
og teksten «vi bare går»

Prisen er kr 135,-



Bestilles gjennom ditt medlemslag,  
som sender samlet bestilling til NFF - senest 15.09.  
Levering finner sted medio oktober - før starten på vinterserien.

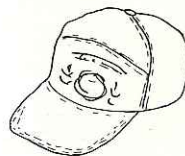


## Nye T-shirts

Grå eller marineblå  
Str. S/M M/L, L/XL, XL/XXL

## Caps

Blå eller rød



Du kan bestille direkte fra NFF's kontor  
T-shirts kr 70,-. Caps kr 35,-. Bruk postgiro 0801 3901733

Neste nummer av Turmarsjnytt utkommer uke 49.

Stoff til bladet må være redaksjonen i hende innen 4. november.

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 sendes inn under merke, men redaktøren må ha navn og adresse på innsender.

**SKRIV TIL OSS!**