



Bladet

FOLKESPORT

NR. 2 NORGES FOLKESPORTFORBUND

MAI 2006 • 28. ÅRGANG



Stomperud-marsjen 2005

Konrad Herefoss-Olsen, 6 år, Victoria Herefoss-Olsen, 8 år og pappa Kjell Olsen var blant deltagerne.



Har du noen gang spurt deg selv, hvor langt har jeg gått, hvor mange skritt har jeg tatt og hvor mange kalorier har jeg forbrent. Med ett Silva pedometer i beltet kan du få svar på alt dette. God tur!

SILVA
Get out there™

Spesial priser til medlemmer av Norges Folkesportforbund



Skritteller: **130,-** Veil 165,-
Antall skritt
Art.nr. 56012



Pedometer: **170,-** Veil 219,-
Antall skritt og distanse
Art.nr. 56013



Pedometer plus: **199,-**
Veil 279,- (anbefales)
Antall skritt, distanse, kalori-
forbruk og tidtagningsfunksjon
Art.nr. 56014

Prisene er inkl. mva
Produktene bestilles ved å ringe
Norge Folkesport forbund på telefon
67905536 eller sende en e-post til
nff@folkesport.no

Presidenten har ordet

Ledermøtet er over, jeg kunne dessverre ikke være til stede, men har lest referatet fra møtet. Noen stiller spørsmål ved ledermøtets berettigelse, min konklusjon er; ja, så absolutt! Til ledermøtet kom det inn flere spørsmål som ble diskutert. Ledermøtet er arena hvor vi kan få diskutert spørsmålene i fellesskap for å få en felles forståelse av bl. annet vårt regelverk. Det behøver selvsagt ikke bare være regelverket, men også andre forhold som opptar den enkelte arrangør.

Ikke minst er temaet aktivitet viktig. 2005 viste en gledelig oppgang for antall deltakere totalt sett, kanskje ikke så stor, men det er et positivt tegn. Likeså viste regnskapet et overskudd, ikke så stort det heller, men godt over det budsjetterte, også et positivt tegn etter min mening. Når jeg alt er inne på aktivitet og spesielt fellesarrangementene, ser jeg det stilles spørsmål om hvorfor mange lag ikke arrangerer fellesarrangementene. Jeg har tenkt litt over dette og vil da ta det området jeg kjenner godt. I en omkrets på 40 km er det 5 arrangører av marsjer, og skulle alle fem arrangere fellesarrangementene innenfor den gitte tidsrammen, ville noen kanskje bare få deltakere som går for IVV, og ikke få solgt en eneste pins.

Det jeg også registrerer, og ser, er at tiden og interessene forandrer seg. For noen år siden var eksempelvis Russlandsmarsjen et

stort arrangement i Nord-Norge. Mange kom reisende, busser med folk kom sørfra, men i dag er det andre arrangement som trekker, og Russlandsmarsjen er på det jevne når det gjelder antall deltakere. I dag er det bl.a. Svarta Bjørn som trekker folket.

Jeg tror det alltid vil være slike endringer over tid.

I mitt forrige innlegg var temaet bl.a. samarbeid. Ikke noen lett oppgave etter manges erfaring, og som tydelig kommer frem i referatet. Det er veldig avhengig av hvor man befinner seg i vårt langstrakte land. Men det nytter av og til, så oppfordringen er å ikke gi opp, det er det jeg kaller for å "mase". Det er også andre temaer jeg kunne ønske å si noen om, men det får jeg komme tilbake til ved en senere anledning.

Det jeg ønsker å si til slutt er; registrer de negative tingene og gjør noe med det dersom det er mulig, men la oss for all del være positive til de oppgangene vi har, i hvert fall er jeg det. Jeg vet hvor mye arbeid som ligger bak alle de tallene som kommer inn til vår administrasjon. Så må vi gjøre så godt vi kan de neste hektiske og spennende månedene med alle våre aktiviteter.

Lykke til.

**Beste sommer og turmarsjhilsen
Hennie Berghahn Riise**



NORGES FOLKESPORTFORBUND

Boks 147, 1471 Lørenskog. Tlf. 67 90 55 36. Fax 67 90 91 44. E-mail: nff@folkesport.no

Redaktør: Svein-Harald Ingebrigtsen, Songe terr. 32, 4842 Arendal

Tlf. 37 01 65 08. E-post: sh.ingebrigtsen@c2i.net

Bladet Folkesport utkommer fire ganger i året. Alle medlemmer får det tilsendt gratis. Alle interesserte kan tegne årsabonnement på bladet for kr. 120,- fritt tilsendt (inkl. Folkesportkalenderen).

Annonsepriser: Kontakt forbundskontoret



HJØRNE

Redaktørens

Det sosiale betyr mye!

Vi har alle våre ulike grunner for å delta i turmarsjaktiviteter. De fleste av oss holder på fordi det gir oss mosjon uten konkurranse. Det er en befrielse å komme ut i frisk luft og få beveget kroppen et par timer. Det gir overskudd og styrke til å møte alle kravene i jobben. I tillegg gir det bedre samvittighet for at en selv tar vare på sin egen helse. Den psykiske styrken har vi alle opplevd øker ved aktiviteter utendørs. Andre deltar kanskje for å få medaljer eller andre premier. I dag er tilbudet om ulike former for mosjon så stort at jeg tror vi innen IVV-aktivitetene må tilby noe spesielt for at vi skal være konkurransedyktige.

Jeg registrer at det er økning i antall marsjer med under hundre deltakere. Det er fint med alle deltakere vi har, uansett hvor små marsjene er. Jeg liker likevel ikke utviklingen. Heldigvis er det ennå en del turmarsjer igjen med stor deltakelse og noen få med vandring-er over flere dager. Likeledes er det økning i deltakertallet på permanente vandring-er. Det er jo fint med økt deltakelse uansett hvor de kommer, men jeg liker altså ikke denne ten-

densen. Betyr dette at vi bare skal gå hver for oss og så være fornøyde med det?

Det er jo mulig jeg har misforstått dette med IVV, men jeg trodde det var slik at den viktigste kvaliteten både nasjonalt og internasjonalt er at det sosiale vektlegges i betydelig grad. Det må vel bety at vi skal ta oss tid til å lytte oppmerksomt til det andre har å si. Videre skal vi sitte sammen med andre og prate slik at det gir mening for andre og oss selv. Er det slik å forstå at vi er i ferd med å

bevege oss bort fra dette? I tilfelle er jeg alvorlig bekymret for framtida. Et av de argumentene vi bruker for å markedsføre turmarsj er jo nettopp dette at vi driver med en mosjonsaktivitet der det sosiale står sentralt.

Tilbakemeldingene jeg har fått fra deltakere på serieturene våre er at det er så hyggelig å kunne sette seg ned å snakke sammen etter å ha gått. Det blir fortalt morsomme historier og latteren sitter løst. Folk skjemper med hverandre og en får løst opp de fleste spenninger. I tillegg kommer det at en kan få hjelp til svar på mange spørsmål. Det er så mange personer med ulik kompetanse som går marsj at en kan få hjelp til det meste. Jeg har også fått tilbakemeldinger om enkeltpersoner som går ut på at "før han begynte å gå marsj gikk han bare rundt seg selv". Det fins mange som har bruk for et sosialt miljø der folk bryr seg. Sitter vi nå stille og ser på at dette positive miljøet forsvinner smått om senn? Blir vi i for stor grad opptatt av stempler og bare det?

En god og sosial sommer til alle!



Bladet Folkesport nr. 3 - 2006 sendes ut uke 37, fra 11. september

Stoff som skal med i bladet må være forbundet i hende senest 15. august.

Bilder som skal brukes i bladet vil vi helst ha som digitale filer, men papirbilder kan også brukes.

Bilder tatt med mobiltelefon er i de fleste tilfeller ikke egnet til trykk.

Stoff, avisutklipp, bilder, små-nytt og klubbavisar kan sendes:

Bladet Folkesport, Songe Terr. 32, 4842 Arendal

Miljømarsj på Gran Canaria 5. mars

Søndag 5. mars inviterte Den Norske Klubben på Gran Canaria til Miljømarsj, den 17 i rekken. Marsjen går fra Motor Grande, som ligger ca 2,5 km fra Porto Rico sentrum, følge "La Ruta Norwegia" over fjellet via Norskeplassen (Plaza Noruega) og til Plaza de Iglesia på Arguineguin. En strekning på ca 11 km, med sterk stigning de første 2 km, og det var anbefalt at deltagerne måtte ha god gripesåle. De som ikke ville gå den første stigningen kunne bli kjørt opp til Norskeplassen for så å fortsette derfra. Marsjen er åpen for alle nasjoner.

Presidenten i Den Norske Klubben, Jostein Singstad holdt en kort appell og deretter åpnet turist-sjefen i Mogan marsjen ved å si noen pene ord om arrangementet samt å klippe båndet. I henhold til arrangørene var det 362 voksne og 5 barn som startet. Først gikk en flaggborg med 3 flagg, det spanske, det norske og Kanariøyenes eget flagg. Det var meget stilig. Jeg beundrer de som gikk og bar flaggene opp åsen. Vi startet klokken 1000 og ankom Norskeplassen etter ca en time. Da hadde vi gått ca 2 km i motbakke, først ganske slakt terreng for så å forsere ca 500



Det var forventningsfulle deltagere fra Bærum Turmarsjklubb som stilte til start på Motor Grande søndag formiddag.

meter med til dels meget bratt stigning hvor folk med høydeskrekk kunne få noe ubehag. Vel oppe på toppen fulgte vi en sti med noe stigning for så å følge de siste ca 700 metrene på grusvei til Norskeplassen. Dette stedet ble gitt til Den Norske klubben i 1989 av Mogan kommune, og klubben har lagt ned ett betydelig arbeid med å snekre bord og benker så folk som ferdes i fjellet kan ta en rast her. Skulpturen av Fjellgubben kan også beskues her, han sitter og ønsker velkommen til denne fine plassen. Fjellgubben er konstruert av Arne Skumfoss, som er medlem i klubben. Her var det rast og utdeling av vann til de som hadde behov, og det hadde alle.

Klokken 11.40 gikk turen videre langs stier, grusveier, langs bratt-

Noen av deltagerne foran flaggborgen på Norskeplassen.

heng og dels på smal åsrygg. Fra fjellet skrår stien ned mot Arguineguin der vi ender opp på Kirkeplassen hvor vi stemplet våre IVV-kort. Det var visst ikke mer enn 44 deltagere som stemplet. På Kirkeplassen fikk vi som hadde betalt startkontingent, 12 Euro, utlevert mat og drikke. Startkontingenten inkluderte også en singlet med Miljømarsjen påtrykt. I tillegg var det folkefest her med sang av Norskeklubbens sangkor, samt musikk og dans av et spansk folkedansorkester.

Vi takker Norskeklubben for ett fint og godt gjennomført arrangement, og vi kan bare anbefale andre om å legge ferien til Gran Canaria slik at man får med seg Miljømarsjen.

Hilsen fra meget fornøyde deltagere fra Bærum.



HVOR GÅR VI HEN?

Av Terje Skretting, 4070 Randaberg

Forbundsstyrets svar på et innlegg i siste nummer av bladet får meg til å reagere. Sigvald Grøsfjeld jr. tar i sitt innlegg opp noen tanker som han har rundt kilometerstempling. Selv om jeg er en "novise" i turmarsjsammenheng etter bare å ha drevet med dette i 10-15 års tid, har jeg erfart såpass at de tankene som Grøsfjeld tar opp er svært så forståelige.

Jeg har langt igjen til både 22000 og 25000 kilometer, og regner for så vidt heller aldri med å komme dit hen, men når jeg har lest gjennom retningslinjene for stempling har jeg alltid synes at det har vært en forunderlig ordning med at man, når man kommer opp i et slikt høyt antall kilometer, skal måtte gå "rundt halve kloden" for hver gang man får sin kilometernål. Dette til tross for at jeg er pinlig klar over at de fleste som er kommet så langt i "karrieren" går/løper de fleste av ukens dager, noe jeg (og kanskje de fleste med meg?) ikke har verken tid til eller ambisjoner om.

Men – reaksjonen fra forbundet er i grunnen det verste. Den er et meget godt eksempel på at norsk

og internasjonal folkesport drives av "de gamle menn". (Kanskje den kvinnelige presidenten i forbundet på sikt kan "omvende" dem?) Milslukerne som "alltid" har hatt det sånn som nå, og at det derfor også må være slik framover.

Det er tydelig at nytenkning må til, og dette vil jeg gjerne begrunne: Jeg begynte i sin tid med turmarsjer ved en ren tilfeldighet. Det skulle avholdes turmarsj på mitt hjemsted i regi av det lokale idrettslagets turmarsjgruppe. Selv om den gang faktisk ikke en gang sekretariatet visste helt hvorfor man hadde både deltagerstempling og kilometerstempling, ble jeg bitt av basillen. Som den "treging" jeg var (og sikkert fremdeles er) var jeg avhengig av drahjelp for å komme ut i naturen og få meg litt mosjon. At det var litt lokal festivitas over arrangementet og at man fikk en (selvsagt verdiløs i kroner og øre) medalje for innsatsen syntes jeg var gøy. Jeg var hekta av opplegget og omgivelsene.

Etter hvert ble det mer og mer. Jeg hadde en turmarsjkalender som fortalte meg hvilke dager jeg "måtte" trimme, og ble med på de aller fleste turmarsjene i mitt fylke, både "søndagsturene for allmenn-

heten” og sommer- og vinterserier som (i utgangspunktet) mer syntes å være for ”de innvidde”.

For meg ble det etter hvert nesten en farsott. Kone og barn syntes jeg var litt rar som reiste rundt til alle tider for å gå turmarsj. Jeg ble fortalt at jeg kunne jo bare ta meg en tur i nærmiljøet og gå like langt der, så fikk jeg samme trimmen, og til og med gratis. Rett nok fikk jeg familien med noen få ganger, men de syntes dessverre ikke dette var like gøy som meg. Og som sagt kommer det lite godt ut av tvang, så da ble det til at jeg stort sett går alene. Jeg synes det er gøy å være med i et organisert opplegg og møter mange hyggelige mennesker rundt omkring.

Jeg har erfart at det alltid er morsomst å gå der hvor der er litt ”sirkus” rundt det hele. Når turmarsjen er satt inn i en lokal ramme med litt festivitas. Da møter der alltid opp mye folk og de fleste av disse er ”vanlige folk”. Lokalbefolkningen. Da er der lite av ”de gamle menn”. Da kryr det av voksne og ikke minst unger som går turmarsj.

Jeg har etter hvert vært med på en god del sånne turmarsjer rundt om i landet, og selv om det sikkert er urettferdig å bare nevne noen få, synes jeg spesielt at «Svarta Bjørnmarsjen» i Narvik og «Veien til

Ishavet» i Kirkenes er uforglemmelige marsjer satt i en spesiell ramme.

Jeg tror at dersom vi skal kunne rekruttere folk til sporten i framtiden så må det bli litt mer ”sirkus” rundt arrangementene. Jeg vet at det er krevende å få til og jeg vet at det er vanskelig nok å få folk til å være funksjonærer rundt arrangementene slik som det er i dag. Jeg vet at det er ildsjelens fortjeneste at det i det hele tatt avholdes marsjer og at mange marsjer er historie den dagen ildsjelen gir opp. Men jeg vet også at dersom vi ikke klarer å fornye oss så dør turmarsjen ut med ”de gamle menn” som styrer i dag. Vi har derfor ikke noe valg.

De store entusiastene – milslukerne – er det ikke farlig med. Heller ikke de glade amatørerne som meg. Vi er bitt av basillen og vi går uansett. Noen 5000 km i året og noen 500 km i året. Men det store flertallet av befolkningen – de som skal fristes til å starte med en sport selv de kan drive med – de behøver mer enn et skrukkete kilometerbevis i hånda for hver 5000 kilometer.



Presentasjon av EIF Vandrelaget

Vandrelaget ble stiftet 4. august 1997 og er en gruppe i Eidsvold Idrætsforening. EIF ble stiftet 5. juli 1903 og er et av Norges eldste idrettslag.

Den gangen var det fotball det dreide seg om. Fotball er fortsatt den største gruppa innen laget. Men vi velger å tro at selv om vi er små, så er vi like viktige – minst. Bare så synd at det ikke er så mange som har oppdaget det enda, men vi lever i håpet. Vandrelaget

har 32 medlemmer. Som en gruppe i EIF har vi vår base i klubbhuset på Eidsvoll stadion på Råholt. Her har vi lager til alle våre eien-deler og slipper å ha det lagret rundt omkring hos styremedlemmer og ikke minst – vi slipper å frakte det med oss ved hvert arrangement.

Våre medlemmer, og andre trofaste vandrere, er flinke til å hjelpe til ved arrangementer. At vi har lykkes i å skape et godt sosialt miljø

Einar Kristensen og Gunnar Braathen. Vaffelservitør er Berit Wenger.



får vi bevis på ved hvert eneste arrangement. Det drikkes mange kopper kaffe og spises mange vafler og rundstykker og det fortelles mange lystige historier som får latteren til å runge i veggene. Først når den siste kaffeskvetten og den siste vaffelen er gitt bort, reiser den siste vandreren fornøyd hjem.

I 2005 arrangerte vi 29 vandringer. Foruten sommer- og vinter-serie og forbundets andre fellesvandringer har vi våre egne vandringer:

Råholtvandringen arrangeres alltid siste lørdag i mai - i år for 9 gang. Lørdagen er valgt for at tilreisende vandrere skal få med seg Eidsvollmarsjen, i regi av Eidsvoll Funksjonshemmedes lag, dagen etter. Vi har for øvrig sommerserie

på fredag kveld. Siste helg i mai er det med andre ord store muligheter for å slite joggeskoene i Eidsvoll.

Gullgravervandringen arrangeres i begynnelsen av juli – i år for 3. gang. Vandringen har vi lagt til historisk grunn i Gullverket. Vi har gode samarbeidspartnere i Gullverket Vel. Som navnet sier, har det vært gullgruvedrift i området. Vi har lagt løypene slik at vandrerne underveis får med seg Gullverkets spennende historie. Så langt har vi ikke funnet gull, men hvem vet hva en kan snuble over når en er ute og vandrer på gjengrodde stier?

Ekelandvandringen arrangeres første lørdag i august – i år for 10. gang. Arne Ekeland var en av våre store malere og det er hans bilder



Besøk kulturbyen Harstad i år



Søndag 27. august
«Fjellvåken»-marsjen

Landåshallen, Harstad
5-10-17 og 25 km i terreng
(Opplysninger side 175 i kalenderen.)

Harstad Byvandring

Fin byvandring (PV 48) med 5 og 10 km løyper som tar deg med til noen av byens severdigheter i historisk og nyere tid.

Startsted: Arcticus Hotell, Kulturhuset, Harstad

Kjøp av bypin og medalje mulig.

Informasjon: Tlf. 77 07 58 42 / 974 31 806, e-post: ro-riise@online.no

Arr.: Harstad Turlag

som pryder diplomene som er premiering på vandringen. Det har etter hvert vist seg at disse er blitt samleobjekter og hvert år er det deltakere som ønsker å kjøpe diplomene fra tidligere år. Vi ser frem til at det planlagte Ekelandmuseet ved Eidsvollbygningen blir åpnet. Det kan bli en fin pause i vandringen for den som tar seg tid til å beundre hans bilder. Ja, det er noe å glede seg til.

Vi har som smått begynt å leke med tanken om en Wergelandvandring. På 70-tallet ble det arrangert Wergelandsmarsj, og når vi ser på Wergeland der han troner på sin sokkel foran Eidsvollbygningen, er det som om han ber oss om å sette i gang og arrangere en vandring til hans ære. Vi kan da ikke stå i mot en slik anmodning?

Vår PV- som vi liker å kalle for bygdevandring på historiske stier, har start og mål ved klubbhuset. Når du går langs Andelva, går du Pil-

grimsleden, Rondanestien og Industrihistorisk sti på en gang. Om sommeren er det som å vandre i en blomstereng.

Du kan prøve å se om du finner ut hvor beveren har bygget sitt hus. Det må være litt av noen byggverk, for sporene etter denne flittige "tømmerhoggerens" skogsdrift ser du overalt. Går du der en stille kveld i skumringstida, skal du være uheldig om du ikke ser han svømme omkring sammen med ender, kanadagjess og kanskje noen elegante svaner.

*"Styret i Vandrelaget:
Foran sitter Anne Haugstulen
og Gunnar Braathen.
Bak fra venstre Gunter
Steinhauer, Grethe Stenbakken
og Ove K. Grønnerud."*





Vandrelaget på beversafari.

Du kan besøke Wergelands Hus og Eidsvollbygningen og si hei til Wergeland før du går over den gamle steinbrua.

Vi har også sykkelløype og det er mulig å låne sykkel i forbindelse med våre ordinære vandringer.

I løpet av året arrangerer vi turer for vår medlemmer. Høydepunktet er turen til Sagamarsjen. Vi er så heldige at vi hvert år får disponere ei hytte ved et vann. Her er det ingen luksus, ikke innlagt vann eller strøm og med utedo. Attpåtil må vi bære alt vi har med oss noen hundre meter inn skogen. For å si det enkelt – vi vil ikke bytte bort hytta ved vannet med det fineste luksuspallass!

Annen hver tirsdag finner du oss på Eidsvoll stadion. Har du ikke besøkt oss, håper vi at du kommer snart. Velkommen skal du være.

For øvrig ”har vi en plan” og håper vi at vi snart er på nett med link til Folkesportforbundet.

Vi takker MILA for å ha utfordret oss til denne presentasjonen og gir stafett-pinnen videre til Stjørdal Turmarsjforening og benytter samtidig anledningen til å gratulere med 30 års jubileet.



Leder i Vandrelaget Anne Haugstulen med diplomene til Ekelandvandringen.
Foto: Geir Erik Skog.

Ledermøte 2006 i Haugesund

Ledermøte 2006 ble avholdt i Haugesund på Rica Maritim hotell i tiden 18. og 19. mars.

4 regioner var representert og 24 klubber med til sammen 45 deltakere inkludert styret i Norges Folkesportforbund. Styret må si seg fornøyd med oppslutningen på møtet, selv om deltakelsen var noe mindre enn ved forrige ledermøte i Molde. Dette kan blant annet skyldes noe lengre reiseavstand for de som bor i Nord-Norge, men dette oppveies noe for de som bor lengst sør i landet som var godt representert. Får håpe at det blir en noe større deltakelse når forbundstinget settes i Tromsø neste år i mars måned.

Visepresident Einar Fløttum i fravær av vår president, som ikke kunne møte grunnet sykdom, åpnet møtet ved å ønske gjester og delegater velkommen, hvorefter man mintes de av turmarsjens venner som hadde gått bort i det siste året. Deretter ønsket varaordfører Jostein Havnerås, Haugesund kommune, oss velkommen til byen og ga en kort orientering om Haugesund kommune. Den nylvalgte president i Norges Gang- og turmarsjforbund, Per Andreas

Sosialt samvær og god mat hører med på et ledermøte. Fra venstre: Arvid Risa, Eli Risa, Eva Andersen, John Knutsen og Håkon Emmerhoff.





En engasjert forsamling under seminaret «Kontakt med media».

Roald, hilste fra sitt forbund, der han blant annet ga uttrykk for at en stor organisasjon vil ha større mulighet til å lykkes i årene framover i stedet for to små forbund i konkurranse om de samme målgruppene. Som president i NGF inviterte han til et tettere samarbeid mellom de to forbundene. Men som han også sa, så hadde han merket seg de signalene om ikke å gå for fort fram i samarbeidet, men håpet om noen år å kunne inkludere med et felles sterkt særforbund med Norges Idrettsforbund i ryggen, og et forbund som hadde mosjon for alle som førsteprioritet.

Teknisk arrangør Haugatrim

ved leder Karin A. Bøhn hilste ledermøtet og hun takket for den tilliten som Forbundstinget 2005 hadde vist vandrelaget Haugatrim ved å legge ledermøtet til Haugesund. Deretter gikk en over til sakslisten og ordstyrer under ledermøtet ble valgt Jon Leon Ervik som på en fin og sikker måte ledet oss gjennom hele møtet.

Visepresident Einar Fløttum oppsummerte 2005 og viste til økt deltakerantall +4062 og et overskudd +kr 56969 i regnskapet. Dette sa han skyldtes PV-er og Unionsmarsjen som hadde bidratt til disse positive tallene.

Daglig leder Jan-Kåre Martinsen

tok deretter over og refererte til årsrapporten og understreket blant annet at økonomioppfølgingen har vært svært viktig i 2005 og prosjekter tilknyttet FRIFO, spesielt tilknyttet friluftslivets år.

Når det gjelder kompetanseutvikling i NFF ble det informert om at konsulentordningen for tiden er til vurdering i forbundsstyret og at et høringsforslag er sendt ut til regionene og konsulentene. Når dette materialet er behandlet, vil forbundsstyret ta stilling til hvordan den fremtidige ordningen skal bli.

Videre informerte daglig leder om at det i 2005 var en god øking i PVer både i antall og i deltakerantall, mens de ordinære vandringene har gått noe tilbake. Heller

ikke vinter- og sommermarsjene har hatt noen øking, men gått en del tilbake i deltakerantall. Han sa at det er bekymringsfullt at de aller fleste marsjer har et så lavt deltakerantall som mellom 5-99 deltakere og sa at trenden nå går mot de små marsjene, at den gamle tiden synes å være over. Etter daglig leders redegjørelse ble det en debatt der flere tok ordet og ga sitt syn på den nåværende situasjonen, en svært god debatt som styret vil ta med seg videre i sitt arbeide.

Visepresident Einar Fløttum overrekker forbundets vimpel med takk for et flott arrangement til Karin Bøhn, leder i Vandrelaget Haugatrim.



Daglig leder refererte regnskapet som var oppgjort med overskudd, men det er i 2005 ikke satt av midler til fond. Videre informerte han om at rammebudsjettet for 2006 er satt opp med kr 6000,- i overskudd.

Visepresident Einar Fløttum gjorde en oppsummering av fjorårets Unionsvandring om det forarbeid som var gjort fra styrets side og resultatet som ble nådd. Han avsluttet med å stille ledermøte 7 spørsmål om hvordan arrangementet ble oppfattet ute i turmarsj-Norge og fikk gode tilbakemeldinger på det. Dette kan være svært nyt-

tig å ta med seg til eventuelle senere større arrangementer innen NFF.

Det var meldt inn flere spørsmål til ledermøtet. Det vil her være for langt å gå i detalj den diskusjonen som fant sted for hvert enkelt spørsmål. Dette vil en kunne komme tilbake med i senere innlegg i bladet fra styrets side, men en vil nevne spørsmål som ble meldt inn

Erik Joh. Gunther fra Marsjlauguet Tolver'n ba om en redegjørelse for redaktøransvar og stoff i Folkessportbladet. Samme person etterlyste sentrale regler fra NFF ang permanente vandringer om hvordan man bør beskrive

Salgsartikler

Se oversikten over våre salgsartikler i annet sted i bladet eller på vår hjemmeside, **www.folkessport.no**

Nå er det tid for T-shirts.

Vi har både hvite og marine på lager.

Romslig magetaske med eget rom for mobiltelefon.

Vil du ha ekstra mosjonsutbytte samtidig som du sikrer deg i glatte vinterløyper: **Bruk "Gå-staver"**

Restlageret på 4 par staver av Exel med fast lengde (1,25)

selges for kr. 225,- pr. par.

Ordinær pris kr. 450,-.

Eller hva med abonnement på Bladet Folkessport, kun kr. 120,- og da følger Folkessportkalenderen med på kjøpet.

Kontakt forbundskontoret for kjøp/bestilling!

løypene i PV. Videre kom det forslag fra Gunther om å spare porto både for klubbene og forbundet.

Erik Joh. Gunther tok også opp spørsmålet om det er penger å spare for NFF ved at KM-bevisene trykkes i en farge og kun en utgave.

Fra Region Agder ønsket Sissel Sundet at en kunne få flere korte løyper i fm RV som var mer barne- og familievennlig.

På dag to - 19. mars ble lagt opp til et fagseminar ved journalist Gaute Håkon Bleivik fra Haugesund Avis der han fokuserte på hvordan man bør gå fram overfor regionale og lokale medier for å skape nok interesse hos nyhetssjefen i avisen, slik at denne var villig til å bruke tid på å skrive om en sak. Dette var en interessant orientering som vi kan ta med oss videre i nærmiljøet for å få media engasjert i det vi holder på med innen folkesporten.

I innmeldte saker/spørretimen tok Knut Hovde fra Brumunddal opp spørsmålet om hvorfor det er så få sponsorer i folkesporten. Dette engasjerte salen sterkt og en rekke gode forslag kom fram som styret noterte seg og som det vil bli arbeidet med framover.

Helen Roald reiste forslag om å lage en plan for folkesporten der det framgår visjoner og mål om hvor folkesporten skal være og

veien å gå de neste 5-10 årene. Visepresidenten sa seg enig i dette, og nevnte at forbundet i dag har en virksomhetsplan, men at forslaget tas inn i styret å se på å få laget en strategi/handlingsplan som vil kunne fange opp det som det ble stilt spørsmål ved.

Videre ble det reist spørsmål om en plan for at Norge kan arrangere en IVV Olympiade. Japan vil stå som arrangør i 2009, så tidligst vil det være mulig i 2011,

Avslutningsvis tok visepresident Fløttum opp spørsmålet om ledermøtet har sin berettigelse. Selvsagt mente han at det har det sett ut ifra forbundets side. Ved å komme sammen og få diskutert aktuelle saker med hverandre i stedet for å sitte i hvert vårt lokale miljø å diskutere felles problemer og framtidige utfordringer. Dette vil styrke samholdet i "turmarsjfamilien" og inspirere hverandre til fortsatt økt innsats.

Til slutt takket han teknisk arrangør Haugatrim ved lagets leder for et særdeles godt tilrettelagt ledermøte i 2006, hvorpå forbundets vimpel ble overrakt lederen.



Tildeling av Norges Diabetesforbunds Idrettspris for 2005

I samarbeid med Abbott Diabetes Care, Novo Nordisk Norge og Vitusapotek deler Norges Diabetesforbund ut Idrettsprisen.

Det deles ut to priser à kr. 10.000,- til idrettslag som har gjennomført tiltak som gjør at barn og unge med diabetes kan delta, og to priser à kr. 5.000,- til mosjonsgrupper der mennesker med diabetes kan delta i mosjonsaktiviteter på linje med andre.

På grunnlag av en annonse i bladet "Diabetes" nr. 7/2005 sendte

styremedlem Rolf Richardsen inn en søknad om å få komme i betraktning ved tildelingen for 2005. Søknaden gav en kort beskrivelse av våre aktiviteter og hvordan disse var lagt opp.

Det var med stor glede at NFF mottok meddelelsen om at de var

Fra overrekkelsen av NDFs Idrettspris for 2005. Fra venstre daglig leder Jan-Kåre Martinsen NFF, styremedlem Stian Fladby NDF og legemiddelkonsulent Steinar Johannessen, Novo Nordisk.



Prøysenmarsjen 2005

Tekst og foto: Svein Ingebrigtsen

Jeg har gått Prøysenmarsjen tidligere, men det er likevel en så spesiell marsj at jeg kommer gjerne igjen. Tidligere har jeg overnattet på nordgående veikro på Rudshøgda. I 2005 forsøkte jeg sørgående, fordi jeg da kom nærmere startstedet. Det ble jo litt kortere å gå til start, men det hadde sin pris. Tidlig på morgenen, lenge før jeg hadde planer om å stå opp, satte arrangørene i gang musikk over høytaleranlegget. Musikken var fin den, men jeg våknet altfor tidlig.

På denne marsjen er det mye folk, likevel var det sjelden jeg møtte på kø. Til det er arrangørene for erfarne og godt organiserte. Vi valgte å gå 10 km. Marsjen har i tillegg løype på 22 km. Første del av løypa fram til rast går på asfalt. Vi gikk sammen med ei gruppe som kom helt fra Helsingfors. Selvsagt la vi litt om på vår dialekt og snakket mest svensk. Finnene mente at vår norske dialekt var ”mycke lett att forstå”. Framme ved rasten kom vi til et hyggelig tun med stor rast, hyggelig musikk og topp stemning. Musikken sto Moelven trekkspillklubb for.

tildelt en av Norges Diabetesforbunds Idrettspriser på kr. 5.000,- for 2005. Prisen ble overrakt på Norges Diabetsforbund Akershus sitt årsmøte på Olavsgård den 8. mars.

NFF var representert ved daglig leder, Jan-Kåre Martinsen, som mottok prisen på vegne av forbundet. Det var satt av 10 minutter der han fikk gi en kort orientering om NFF.

De øvrige prisvinnerne var:

- Vansjø/Svinndal IL (barn/ungdom)

- 1. Fjøsanger Speidergruppe (barn/ungdom)
- Norges Diabetesforbund, Rogaland (mosjonsgruppe).

For NFF var dette en meget fin erkjennelse å få for det arbeidet vi driver. Vi retter en takk til våre arrangører som tilrettelegger kafeteria og rasteplasser for denne gruppen deltakere. Dette bør videre være en god oppfordring til våre arrangører om å søke samarbeid – invitere den lokale diabetesforening til våre arrangement.



Prøysenstua.



Autentisk interiør fra Alfs barndomstid.

Her traff vi to spreke gutter som vi slo av en prat med. Sindre Fløtlien var da 10 år og han gikk 22 km. Broren Johannes på 9 år skulle gå 10 km. Sindre hadde gått marsjen 10 ganger før, mens Johannes hadde gått 9 ganger tidli-

gere. Det er bare Prøysen-marsjen disse guttene går. De forteller at de er opptatt av klatring, skigåing og å lese bøker. Fotball er kjedelig, mener de. På skolen er favorittfaget matematikk, svømming og gymnastikk. De ser ikke på TV og de



Starten har gått!



Sindre og Johannes Fløtlien

spiller ikke dataspill. Vi burde hatt flere slike ungdommer!

Etter rasten gikk løypa slakt nedover til vi kom til grusvei og etter hvert kom vi inn på "Præstvegen". Denne har Prøysen skrevet en del om og det gir en spesiell stemning å gå her. Forfatteren mener at "vægen smyg seg fram gjennom tjukke skogen". Stemninga steg mange hakk da vi kom fram til Prøysenstua der det

også var levende musikk. På en slik tur hører det med et besøk inn i huset der Prøysen ble født og levde sine første år. Som en overraskelse hadde arrangørene dette året fått en nevø av Prøysen til å fortelle om huset og livet til forfatteren. Rolf Hagen visste det meste om Alf og han hadde tydelig familielikhet.

Prøysenstua ligger kanskje en drøy kilometer før mål, men mange tok seg tid til en lang pause og noen



Noen valgte å ta en svingom til den flotte musikken

tok en svingom til musikken. Det var stor stemning her også. Den ble ikke mindre inne i målområdet. Musikken hørtes lang vei. Det varierte mellom levende musikk og platespilling over høytalere. Det meste var musikk fra Prøysen. I målområdet kan du se statuen av

Alf, kjøpe suvenirer, spise og prate med kjente eller nye kjente. I tillegg kan du besøke det store museet til ære for Prøysen. Det alene er verd et besøk til Rudshøgda.

Har du ikke gått Prøysenmarsjen ennå? Hva venter du på? I 2006 gikk 1228 marsjen.

Turmarsj i Belgia

*Tekst og foto:
Svein Ingebrigtsen*

I forbindelse med påske hadde vi en lang ferie med en hel ukes avspasering i tillegg til påskeuka. Vi bestemte oss for å reise litt i Europa og et av landene som vi besøkte var Belgia. Som vanlig ble den internasjonale IVV-terminlista studert på forhånd. Noen marsjer ble plukket ut som mulige. Vi valgte å ta inn på kroer og små hoteller på turen. Ingen var bestilt på forhånd. Det var kun en gang vi kom til et lite hotell som ikke hadde ledig rom. Det lå ute ved en hovedvei. Neste hotell lå kun sju hundre meter lenger borte. Der var det stille og rolig, og nok av rom. Vi var de eneste gjestene. Neste dag skulle vi gå marsj i Kasterlee. Verten på hotellet snakket varmt om terrenget der. Ellers røykte han sigar og skrøt uhemmet av belgisk øl. Jeg likte den mannen. Han hadde besøkt Norge flere ganger og mente at vi hadde den fineste naturen i Europa. Han hadde ikke besøkt landet i



Tydlig merking var gjennomført i hele løypa

nord de siste årene. ”Det er jo altfor dyrt der”, sa han. Deretter gikk han bort og matet papegøyene i baren så frøene og ekskrementene skvatt alle veier. Norske helsemyndigheter hadde nok stengt det hotellet.

Neste dag kjørte vi en halv time til startstedet. Vi ble usikker på hvor det var fordi skiltet inn til start sa noe om ”voche”. Det stemte ikke med våre forstillinger om vandring. Siden dette var nord i Belgia kunne flere personer snakke engelsk. Andre kunne bare flamsk og da brukte vi fingerspråket. Å gi



En plass i løypa måtte vi nesten krype

opp var helt utelukket. Vi fant fram og skulle parkere bilen. Det var neste helt umulig, det var biler over alt. Inne i en stor sal meldte vi oss på, som startende nr 843. Sekretæren beklaget at dette var en lørdag, så det kom sikkert ikke mer enn 1200. På søndager pleide de å ha 2000.

Løypene var meget behagelige å gå. Kjemisk fritt for det jeg kaller motbakker. Vi gikk

Fine løyper på grusveier og stier.

mest på flotte skogstier og grusveier. Merkinga var oppsiktsvekkende solid. Varsel før løypedeling, selve delingen og beskjed etter løypedeling om hvilken løype du gikk. Ellers ble det brukt piler. Det var umulig å gå seg bort. Årsaken til at det kom så mange deltakere var ikke bare at de lokale deltok. Folk kom fra de nærmeste byene også. Kjører du en time på motorvei i Belgia har du dekket ganske store deler. Ellers er det en del skog som er privat med forbud om å gå. Da er det greit å komme til ferdige merkede løyper. Etter norske forhold var det lite annet å se enn skog. Vi

kom til et lite tjern som de kalte "teufel – see" eller djevlsjøen. Det sto et skilt som forklarte at her hadde skogvokterens datter blitt lokket med av "der teufel" og hun



kom ikke tilbake. En belgisk utgave av nøkken, kanskje.

I målområdet var det stor stemning. Det ser ut som folket her har meget god tid og sitter og prater. Noen hadde med handarbeidet og andre spilte sjakk. I kafeen var prisene enkle. Alt kostet en euro, kaffe, suppe, kake, snaps og øl.

Det var mye fint å se i Belgia. Vi likte spesielt godt Utrecht. Alle de gode smakene trenger jeg ikke å gå i detalj om. Nevner bare at hotellverten hadde rett.

Siden vi hadde planer om å besøke Luxembourg også reiste, vi sørover i Belgia. Her ble det vanskeligere med språk. Du bør kunne fransk.

Vi ønsket å gå ei vandring her sør, i Sibret. Vi fryktet at det ble vanskeligere å finne fram til start, men på skiltene sto det "Marche". Det var ikke til å ta feil av. Sibret var mer en landsby. Parkeringa var på et jorde. Startstedet var en sportshall med ferdig innlagte tappekraner for øl. Forstå det den som kan. Her fikk vi startnummer 822. Totalt gikk det 1200, selv om det var søndag.

Inne i hallen var bordene pyntet nydelig med blomster, roser, tulipaner og nelliker. Det likte jeg godt. Stemninga var stor også her. Løypene hadde ikke samme høye standard som i Kasterlee, men var



Redaktøren i Sibret.

mer ordinære. Det var nok mer asfalt enn grusveier. Merkinga var også mer vanlig, men vi hadde ingen problemer med å finne fram. Vi stoppet opp kanskje to til tre plasser og lette litt før vi fant retningen.

Det blir ikke brukt medaljer som premier. På den ene plassen fikk vi kjøpt stoffmerker, men de var ikke spesielle for bare den marsjen. Selv om en del er annerledes enn hjemme på bjerget, er det enkelt å finne fram og gjennomføre turmarsj i Europa. Vi kom lett i kontakt med andre også, fordi vi har en felles interesse i IVV.

Stomperud-marsjen 2005

Tekst og foto: Svein Ingebrigtsen

Så lenge jeg kan huske tilbake har Stomperud vært fast følge til jul. Soldaten med nr 91 har vært et muntrasjonselement med sine misforståelser og ubehjelpelighet. Sinne og irritasjonen til "Sjanten"

finne fram til startstedet og det var tydelig at vi var kommet til riktig sted. Nr 91 hilste og ønsket oss velkømmen.

I klubbhuset ble vi tatt godt imot av hyggelige funksjonærer, forklart hvordan løypene var og hvilken merking de brukte. På utsida av klubbhuset var en flott kafé med bord og stoler. I solskinet var det svært hyggelig.

Første del av løypa gikk på asfalt. Deretter gikk vi på en grusvei langs Glomma, intet mindre. Vi stusset lenge på hvorfor det var så mange "klosser" ute i elva. En lokal ekspert kunne forklare at det var til å fortøye tømmeret i, så lenge det var tømmerfløting i elva. Det ble lettere å forstå disse rare klos-

se da. For vanlige landkrabber virker de bare "i veien". Løypa gikk inn på stier gjennom et skogsområdet. Vi fant nok noen få svake motbakker, men for det meste var det behagelig slett. Etter omtrent fem kilometer kom vi til rasten der to spreke karer satt og tok imot oss.

har vært minst like fornøylig. Da jeg oppdaget at soldaten hadde sin egen turmarsj, fikk jeg svært lyst til å reise til Sørumsund for å gå tur der. I mange år planla jeg et besøk. De siste årene ble det planlagt intenst, men hvert eneste år kom noe i veien. I 2005 klaffet det og det er jeg glad for. Det var lett å



Tor Bakke og Øivind Møllegaard fortalte at de hadde hjulpet til med rasteplassen i mange år. De trodde det nå dreide seg om ti år. De går ikke turmarsjer til vanlig, men de er likevel aktive. Det blir mange turer i skog og mark. Før i tiden var de også med på organiserte løp. De hadde en flott rast med stort utvalg og et koselig bål.

Løypa fortsatte i samme fine terrenget før vi fikk en transportetappe med asfalt inn til mål. Der fikk vi stemplet våre 11 km og tok en ny rast i solskinet. Marsjen hadde løyper på 5 km og 23 km i tillegg til den vi gikk. Det ble registrert 133 startende, 40 av disse var førstegangsdeltakere. Idrettslaget som arrangerer Stomperudmarsjen har 783 medlemmer.

Ute i kafeen traff vi familien som er avbildet på forsida av bladet. Det er Konrad Herefoss-Olsen på 6 år, Victoria Herefoss-Olsen på 8 år og pappa Kjell Olsen. Mamma var også med og gikk marsjen. Dette var andre gang de



Stomperud er han til høyre!

gikk turmarsj og de likte det godt. En fin måte å få mosjon på og hele familien kan gå sammen mente pappa Kjell. Konrad og Victoria



syntes ikke det var noe tungt å gå og de hadde jo fått en flott medalje hver. Victoria liker best lesing og matematikk på skolen, ellers spiller hun fotball på Oppsal jentelag.

Vi hadde en trivelig dag i Sørum og anbefaler andre om å ta en tur innom Stomperudmarsjen. Medaljen får en av hedersplassene.



Nytt fra styret og administrasjon

FORBUNDSAKTUELT

Redigert av: Jan-Kåre Martinsen

MEDLEMSAKTUELT:

Utmeldinger

Lagets navn:	Medl.nr.:	Fylke:	Arr.:
Vårvon UIL	315	19-Tr	Ingen arr. i 2006
Tunnsjø IL	371	17-NT	Ingen arr. i 2006
Setermoen Lotteforening	457	19-Tr	Ingen arr. i 2006
Flosta IL	493	09-AA	Møkkalassmarsjen utgår 07
Sunnmøre FN/NATO Vet.for.739		15-MR	FN-marsjen 20.08. er avlyst

NFF takker for godt samarbeid i medlemstiden.

Nye permanente vandringer:

Etter at Folkesportkalenderen ble utgitt (desember 2005) er det etablert følgende 8 nye permanente vandringer:

PV-nr.	Arrangør	Navn	Åpen	Distanse
56	Romerike Tur- og Vandref.	Skedsmokorset rundt	5.2-31.12	6, 10 km
57	Brumunddal TMF	Dalarunden	1.4-31.12	6/11 km
58	Rauma Røde Kors	Vandring i Åndalsnes	22.4-30.10	6/10 km
59	Blåbytrasken sykkel	Sorland MK	2.4-31.10	12,5/25 km
60	Uglavandringen	Elverum TMF	9.4-31.12	6/10 km
61	Østre Aker Bygdevandring	Østmarka MK	1.06-31.12	5/10 km
62	Midt Troms Tråkket, vandr.	Fly-BIL, Bardufoss	15.5.-	6/10 km
63	Midt Troms Tråkket, sykkel	Fly-BIL, Bardufoss	15.05.-	12,5/25 km

Turorientering.

I tillegg til de arrangørene som står nevnt i Folkesportkalenderen arrangerer nå Romerrike Tur- og Vandreforening turorientering med IVV-stempling. Det er plass til flere arrangører.

IVV-Europa-cup

Vi gratulerer Lisbeth Jacobsen, Oslo med gjennomført Europa-cup.

Europa- cup stempler i England

Da det har medført en del spørsmål/forvirring angående stempling av Europa-cup bevis i England (Storbritannia) har det engelske forbundet sendt ut informasjon om hva som gjelder.

Det gis kun ett stempel i Europa-cup beviset for vandringer i England, Skottland, Wales og Nord Irland, disse er alle et land, (Storbritannia).

Et eget stempel gis for vandring i Irland.

Kontaktperson for Europacupen

I de to siste numrene av "Bladet Folkesport" har vi informert om sentral kontaktperson i IVV når det gjelder Europacupen

I World Report (IVVs informasjonsblad) nr. 2/06 beklager de at de har gitt feil informasjon i nr. 1/06. Denne informasjon viderefremmet vi i "Bladet Folkesport" nr. 1/06. Den er altså feil. Kontaktperson skal nå være:

Andreas Lehner,

Althausenstrasse 25,

A-4230 Pregarten, Østerrike.

Tlf/Fax: 0043 7236 3583.

E-post: ammm.lehner@aon.at

Utfylte Europa-cup bevis sendes til ovennevnte adresse.

Svartabjørnmarsjen 24.06.06

Sommerens store begivenhet Svartabjørnmarsjen og Folkefest i Rombaks-botn arrangeres 24. juni 2006 og ingen annen dag. Informer alle du tror vil delta om dette.

*Alle detaljer om priser og billettbestilling finner du på rombaksbotn.no
Av erfaring lønner det seg å være tidlig ute. Vi ønsker alle velkommen til en fantastisk "kul-tur" opplevelse langs historiske stier.*

Vi har T-skjorter og caps på lager



T-SKJORTE, blå **kr. 120,-**
hvit **kr. 100,-**



CAPS **kr. 105,-**



BODYSAFE
kr. 55,-



MAGETASKE m/logo
Meget romslig med glidelåslommer
og egen lomme for mobiltelefon,
samt beltespennelukning for
sikkerhet. Vannnett.
Kr. 115,-



RYGGSEKK
220,-



**FOLKESPORT
FOR HELSE OG TRIVSEL!**

*Ingen konkurranse –
Ingen aldersgrense*



Bblad

Returadresse:
NFF
Boks 147
1471 Lørenskog

Merker og Medaljer

til alle typer turvandringar:

PV, by, kultur, natt, høst, vår, felles, rund, orientering, osv.

Ta kontakt med:

BARRA AS

Når du skal merkes

Harry Fettsv. 10
Pb. 130 Bryn, 0611 OSLO
Tlf. 22 76 02 02, Fax 22 27 12 55
E-post: post@barra.no
www.barra.no/profilering

