



Bladet

# FOLKESPORT

NR. 3 NORGES FOLKESPORTFORBUND

SEPTEMBER 2006 • 28. ÅRGANG



*Fra Vikingmarsjen. At turmarsj er gøy, forteller dette bildet der Øivind Kvam stabber fram i sin aller første turmarsj sammen med foreldrene Karin Dalane og Runar Kvam. Vi ønsker han lykke til i de kommende turmarsjer*



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 149,-  
Antall skritt  
Art.nr. 56012



Pedometer: **170,-** Veil 199,-  
Antall skritt og distanse  
Art.nr. 56013



Pedometer plus: **199,-**  
Veil 249,- (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

Vel møtt igjen, nå står høsten for tur og sommeren har vært svært aktiv for mange av dere. Noen har hatt godvær i sommer og noen har hatt et elendig vær, men turmarsjer har det vært arrangert uansett.

Sommeren for meg har vært blandet, noen turmarsjer har det blitt, men mest opphold på hytta. Turmarsjer vil det nok bli en del av utover høsten og det er alltid moro å komme tilbake til arrangører hvor jeg tidligere har vært, men det er også fint å få oppleve nye arrangører og ikke minst treffe "gamle" kjente. I sommer har det blitt mange nye navn og ansikter og ikke minst mange fine opplevelser som jeg vil ta vare på.

Hittil i mine ledere har jeg forsøkt å være positiv, men denne gangen vil jeg kanskje virke noe negativ, selv om jeg egentlig ikke har lyst. Vi bruker bl.a. det sosiale fellesskap i markedsføringen når det gjelder turmarsj, men jeg stiller et spørsmålstegn om etterlevelsen av dette etter årets deltakelse.

Det er noen av dere der ute som "forsurer" miljøet. Det er ikke nytt, vi har vært inne på dette tidligere, men det hjelper så lite. Denne gangen fikk jeg igjen oppleve dette ved selvsyn. Ved ett arrangement, som jeg var på tur til, fikk jeg en telefon 20 min før start; de starter allerede. Da jeg kom frem til startsted ca. 1/2 time etter start var det ingen andre deltakere på stedet enn vi som ankom. Det var fullt av biler og jeg fikk bekreftet at mange var gått. På mitt spørsmål om hvorfor de hadde startet så tidlig fikk jeg det svaret jeg visste ville komme. "De maste så. De begynte å ringe ved 9-tiden om at de måtte få starte og det var alt for sent å ha start fra kl. 12 og utover". Deltakerne hadde vært i nabolaget

og gått marsjer kvelden før og nå ville de hjem snarest.

Jaha, og det måtte neste dags arrangør ta hensyn til. Hva med de som hadde lagt opp dagen etter arrangørens startid? Det som skjedde var at vi gikk korteste distanse for å få være med i fellesskapet, men det oppnådde vi allikevel ikke. Ved retur var alle bobilene borte, de aller fleste andre bilene også. Da vi forlot plassen kom sistemann inn, til hva? Et tomt lokale uten fellesskap med andre deltakere, kun arrangementskomiteen igjen. Vil han komme igjen? Neppel! Spesielt ikke dersom han var ute etter det fellesskap vi reklamerer for. Mitt budskap til dere, respekter arrangørens starttider, de har et regelverk å forholde seg til.

Så har vi de som går, men aldri er fornøyd med arrangementet. De klager og syter til andre deltakere. Det er gjennomføring av arrangement, etc. etc. I år har jeg fått tilbakemelding bl.a. angående Vitalturen. Hvorfor får ikke arrangørene høre det negative, er det lettere å klage til en meddeltaker enn til arrangøren? Ja, ikke vet jeg. Kanskje vi bør stille oss selv et spørsmål. Oppfører vi oss slik arrangøren ønsker. Det jukses og lures litt, men heldigvis er jeg sikker/vet at nesten samtlige gleder seg til neste turmarsj, treffe kjente og fortelle hverandre for en fin turopplevelse de har hatt. Og da vil jeg benytte anledningen å sende en hilsen til damen fra Kiberg og hennes datter som gav seg god tid til å slå av en prat med oss ved vendepunktet på Russlandsmarsjen i år.

Ha en fin høst med mange fine vandringer.

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 Samarbeid på alle plan!

Redaktørens

Hver gang jeg treffer andre folk i turmarsjmiljøet blir det diskutert hva som er lurt å gjøre for å få nye deltakere. Dette

skjer på møter og det skjer helt uformelt når vi treffes på marsjer. Når jeg kommer hjem er det viktig for meg å sette meg ned og tenke gjennom hva som ble sagt. Var det noe jeg kunne bruke til å endre min praksis. På den måten kunne det jeg holder på med bli bedre. Det er det som er godt samarbeid. Hvis jeg fortsatte på samme måten som før uten å gjøre noen vurderinger av endring, ja da var det ikke samarbeid etter min oppfatning. Selvsagt er det en del jeg ikke er enig i av det de andre sier, men det gjør ikke noe for meg. Vi er opptatt av det samme.

Hele tida mens jeg har jobbet for turmarsj har jeg søkt samarbeid med andre lag og klubber som holder på med det samme. Det tror jeg er lurt og jeg tror alle parter har nytte av det. Også i disse sammenhengene er det ikke alt jeg har vært fornøyd med. Noen ganger er det enkeltpersoner som har irritert meg og det har vært svakheter med opplegg. Likevel blir det for småting å regne i forhold til de fordelene det har gitt. Som regel trenger en arrangør svært

mange personer som kan trå til for at en marsj skal bli vellykket. Det er også best å ha med seg folk som vet fra før hva de holder på med. Deltakerne får større tillit til arrangøren og kommer igjen. Jeg er overbevist om at det er lurt i et slikt samarbeid å sette sine egne synspunkter en del til side for å oppnå et høyre mål. Det målet er selvsagt flere deltagere på vandringsene våre.

Jeg skal ikke påstå at jeg har hatt samarbeid med foreninger utenfor marsjmiljøet i stor skala. Det er sikkert andre som har prøvd det mer enn meg. Hver gang vi har fått til et slikt samarbeid har det kommet mye positivt ut av det. Vi sprer kunnskapen om det vi holder på med. Det er jo et våre store problemer, slik jeg ser det. Det er for få som vet om oss. Våre deltakere gir klart uttrykk for at de liker at det skjer noe ekstra når de er ute og går tur. Det virker selvsagt som et slags krydder når vi har samarbeidspartnere som kommer med sine innspill. Heller ikke i disse situa-



sjonene har det for meg vært helt perfekte personer som jeg har hatt kontakt med. Så får jeg heller smile litt av det inni meg, og ikke la det vises for andre. Samarbeidspartnere oppfatter sikkert noen av folkene i turmarsjmiljøet som sære. Når begge parter har nytte og glede av samarbeidet må vi ta initiativ til å få det til å fungere.

Kanskje er tiden der nå for å prøve et tettere samarbeid på høyeste nivå? Kanskje Gangforbundet og vårt Folkesportforbund kan hjelpe hverandre? Kanskje begge parter kan dra nytte av det?

**Bladet Folkesport nr. 4 - 2006 sendes ut uke 49, fra 4. desember**

*Stoff som skal med i bladet må være redaktøren i hende senest 5. november.*

*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 klubbaviser kan sendes:

**Bladet Folkesport, Songe Terr. 32, 4842 Arendal**

## Har du hørt om Polcirkelmarschen i Rantajärvi?

Her er virkelig en perle! I midtsommeruka i Tornedalen på grensen mellom Sverige og Finland arrangeres hvert år Polcirkelmarsj som er noe av det mest velorganiserte og "smilende" arrangement vi har deltatt i, inkl. 4 folkesportsolympiader. Du kan gå store Polcirkelmarsjen på 140 km. på fire dager, eller lille P.c.marsjen på 50 km. i samme løype. All transport med biler og busser er inkl. i startavgiften, og hvilket humør og hvilken service!

Ved hver start av etappene var det feiende marsjmusikk fra høyttalerne på bilen til Sven Kostenius, hovedansvarlig for hele arrangementet som han selv har laget.

Det må ha vært ca. 20 funksjonærer som fulgte oss med biler og utstyr og stod på pinne for oss hele tiden under disse 4 dagene.

Rigmor var hovedansvarlig for mat og drikke under hele arrangementet. Hun er egentlig fra Mo i Rana og en gledespreder av store dimensjoner. Det



utvalget av mat og drikke må bare oppleves. Pølser, hamburgere, smørbrød, blåbærsuppe, nypesuppe, vann, saft, sukker/salt-vann, kaffe, buljong osv. osv.

Marsjene gikk på asfalt hele veien, og mange av deltakerne tok dette som en trening til Nijmegen. Den flotte merkingen ga hele tida en pekepinn om hvor du befant deg, både i gjenværende strekning og til drikkestasjon.





Deltakerne, i år litt skuffende, ca 80 stk, kom fra Nederland, Tsjekkia, Norge, Finland og Sverige. En hel busslast, ca 60, fra Nederland og en dansk gruppe fikk reisetrøbbel og kom ikke, til stor skuffelse for arrangøren. For to år siden, i 2004, deltok vi for første gang og da var det nærmere 200 deltakere og det fortjener virkelig denne marsjen!

Været er det lite å gjøre med,

men vi var skikkelig heldige ved at det regnet mellom hver start. Det var 30 timer mellom startene, men ved start og underveis var det ikke nedbør.

Så snart vi var samlet etter en marsjetappe, 33 km., 31 km., 35 km. osv. var det busser tilstede og kjørte oss tilbake til bostedet. De brakte oss ved neste start ut dit vi avsluttet forrige etappe. Den siste etappen har Sven Kostenius på vår oppfordring forlenget fra 41 km. til maraton, 42195m med eget

flott tøymerke, flott levert!

Hele tiden fulgte biler med funksjonærer oss oppmerksomt og var i beredskap om noe skulle feile, gnagsår, drikke eller annet.

På toppen av det hele, en fantastisk hyggelig sykepleier, Katherina fra Boden, gikk alle marsjene i beredskap om det skulle være behov. Hun lå i skarp trening for marsjene i Nijmegen som hun



*Her kan vi se et utsnitt av deltakerne. Til v. Torsten Åhlander som fylte 77 år underveis, nr 3 fra v. er yngste deltaker, 14 år Ivo de Groot fra Nederland! Nr 5 fra v. er eldste deltaker, 83 år gamle Yrjõ Saraste fra Finland, ivrig vandrер med merker fra hele verden på sin vandrevest, han startet å gå da han var 67 år !!*

og Sven Kostenius m/flere skulle delta på i år.

Vi hadde stort sett fra starten på første marsjen, søndag 18. juni kl. 00.00.01 !, og underveis gått i gråvær, men uten regn. Opp langs Torneelva på svensk side til Pello i Finland og nedover samme elva på finsk side, over polarsirkelen og ned til Øvertorneå på svensk side. Videre opp langs elva forbi polar-sirkelen på nytt igjen og nå var det høytidelig dåp ved elvebredden i tillegg til rike forfriskninger.

Og for en avslutning siste natta, midnattssol og et nydelig vær! På siste drikkestasjonen før mål, ca 2 km., var det som om vi fikk en liten ekstra ”kikk”. Det må ha vært noe

med den kanna som det var ”noe grønt” på !

Vi takker av hele vårt hjerte Sven Kostenius, Katherina, Rigmor og hele staben for ennå en uforglemmelig ”Polcirkelmarch”!

Og for all del, turmarsjkolleger! Gå inn på internettsidene på <http://www.rantajarvi-camp.se> og les om hele arrangementet og andre aktiviteter.

Ta kontakt med Sven Kostenius og få tilbud om pakkeløsning på hele arrangementet. Det er også spesielle priser etc. for grupper som melder seg på.

Vi kommer tilbake !

*Hilsen Sølvi og Svenn i Bodø.*

## NY DAGLIG LEDER!

Vår nye leder på forbundskontoret heter Inger Marie Sørлие. Hun er i sin beste alder (født i 1950) og bor på Lørenskog. Hun er gift og har tre barn, snart er hun mormor. Tidligere har hun jobbet mest med regnskap. Hun startet eget regnskapsfirma i 1981 og hun er fortsatt medeier i det. Av hobbyer forteller hun at hun har drevet med agility på nasjonalt plan. Det er hinderløp for hunder. Foreløpig har hun ikke gått mange turmarsjer. (Red.)



# Skifte av daglig leder

*Tekst:*

*President Hennie Berghahn Riise*

*Vår daglige leder Jan-Kåre Martinsen har sagt opp sin stilling som daglig leder ved vårt forbundskontor. Hans siste arbeidsdag var fredag den 1/9-06, men han har lovet å se innom kontoret etter denne dato.*

Jan-Kåre har lang "fartstid" innen folkesporten. Han ble valgt inn i Forbundsstyret i 1990. Vanlig styremedlem i tiden 1990 – 1991. Visepresident i tiden 1991 – 1997 og president i tiden 1997 – 2005. Han har også vikariert for daglig leder en periode og ble ansatt som daglig leder i fast stilling fra mars 2005 og frem til 1. september 2006. For sin innsats gjennom disse årene ble Jan-Kåre Martinsen tildelt Hedersmerket i gull med diplom på Forbundstinget i Horten i 2005.

Forbundsstyret vil ønske han en aktiv pensjonstilværelse i mange år fremover og vil vi savne han og hans kompetanse.

Som ny daglig leder er ansatt Inger Marie Sørлие. Hun ble ansatt i

halv stilling som regnskapssekretær i 2005, men gikk fra 1. sept 06 over i full stilling som daglig leder.

Hun ønsker fortsatt å ha ansvaret for regnskapet, men skal i tillegg også ha ansvaret for den daglige driften. I tillegg gikk John Stensbye over i full stilling fra 1. august 06, han skal også utvide sitt arbeidsområde.

I forbindelse med lederskiftet og at Inger og John er forholdsvis nye, ber vi om forståelse for at ting i enkelte tilfeller kan ta litt tid. Verken Inger eller John har den "fartstiden" og rutiner som Jan-Kåre innehar, men på sikt mener vi alt normaliserer seg. I sommer har det kommet en del klager på våre hjemmesider, vi er i ferd med å gjennomgå rutiner, arbeidsoppgaver ang. dette. I den forbindelse ber vi om forståelse og litt tålmodighet når det gjelder forbundskontoret og våre hjemmesider en tid fremover.

Til sist vil vi ønske Jan-Kåre lykke til med pensjonisttilværelsen og Inger og John lykke til med nye arbeidsoppgaver.





## Sondre (5) førte an i Mandalsmarsjen

*Tekst og foto: Nils Bernt Rinde*

Fem år og femte gang: Sondre Lian (5) fra Vigeland deltok i sin femte Mandalsmarsj, og førte an da marsjen startet torsdag morgen presis klokken ni. Mamma Laila Marlen Lian gikk marsjen for 16. gang.

Den unge mannen var med på sin femte marsj, og det i sitt femte leveår.

– Hva bringer en sånn ung mann ut på så mange marsjer?

– Det er så gøy, kommer det kontant fra pjokken. Mamma Laila Marlen har gått Mandalsmarsjen i en årrekke, for 16. gang i går.

– Marsjmiljøet er veldig bra. Vi møter mange hyggelige mennesker, og får nye venner, forteller Laila Marlen.

At marsjdeltakere er en stor familie var ikke vanskelig å spore. Selv om deltakerne kom fra både Nord-Norge, Østlandet, Sørlandet og Rogaland, virket det som deltakerne i stort monn kjente hverandre.

– Vi blir som en stor familie, forteller turgeneral Rune Stausland, som sammen med mamma Solveig i 31 sammenhengende år har vært med på å dra arrangementet sammen med flere andre ildsjeler.



*Sondre Lian (5) og mamma Laila Marlen Lian førte an, da startskuddet for Mandalsmarsjen gikk i går morges.*

Og i alle årene har begge to lagt i vei som marsjdeltakere også, selv om de har gått marsjen på forhånd for å merke løypene!

– Men det er god trim, smiler Rune.

I år var det 105 som gjennom-

førte marsjen. Det er som forventet. Men i 1979 nådde marsjen høydepunktet med 2427 (!) deltakere. Stausland vet at de dagene aldri kommer igjen, men gjengen stortrives og går uførtroddent videre med arrangementet.



*Kokka Ingrid Akselsens vafler og langpannekaker er nasjonalt kjent i marsjmiljøet. I tillegg til å kokkelere, har den driftige damen deltatt i snart 750 marsjer i løpet av ti år!*



*Rune Stausland og mamma Solveig har i alle år vært synonymt med Mandalsmarsjen. I år deltok mor og sønn for 31. gang, i tillegg til å være svært delaktig i arrangementet.*

# OM RUNDVANDRINGAR

*Tekst: Einar Ytrehus*

Eg er ein av dei mange som ikkje er heilt nøgd med rundvandringane av i dag. Dei fleste rundvandringane er samansette av lange løyper og høver derfor best for dei mest ihuga marsjgåarane som er opptekne av stempling. Men folk blir eldre. Løyper på 20 km og meir høver godt når du skal få mange km i ein fei, men dei som ikkje er heilt unge lenger, tykkjer slike lange løyper er krevjande. Det same tykkjer familiar med born.

Skal vi få nye til å gå løypene våre, må vi leggje tilhøva til rette for alle. Det har vi no gjort når det gjeld PV-ar, med mange kortløyper på 5 og 6 km, men no er turen komen til rundvandingane. Dei bør vere samansette av nokre lange, men flest korte løyper, og løypene bør gjerne spreiaast over eit større område, slik at folk får oppleve nytt terreng med jamne mellom-

rom. Folk må kunne velje mellom løypene. Fleire klubbar må gjerne samarbeide.

Eg meiner også at rundvandringane kan utvidast til 500 km. Då kan folk få meir å velje i og få endå fleire opplevingar nye stadar. I land som f.eks. Austerrike har dei fleire slike lange rundvandringar, så kvifor ikkje her? Eg skjønar at forbundsstyret tykkjer det er for mykje for ein arrangør med rundvandringar på opp til 500, men når det finst folk som er viljuge til arbeidsinnsats, så kvifor ikkje la dei prøve. Dersom dei iherdige sjelene møter for mykje motbør, kan dei bli trøytt av heile greia, og då blir tilbodet dårlegare istadenfor betre. Det gjeld å stelle pent med folk som er viljuge til å gjere noko. Vi har så alt for få slike!

Her sør er vi mange som meiner det same, men kva meiner dei i andre landsdelar om tankane mine?



## **Birgiths Data-Webhjelp**

*... gjør din hjemmeside til mitt ansvar ...*

Hjemmesider for småforetak, borettslag, foreninger, organisasjoner og private.

For tilbud - ta vennligst kontakt via [www.birgith.no](http://www.birgith.no) - 482 48 795

# I vikingenes fotspor

*Tekst og foto: Jan Arne Dammen, NHF Oslofjord Vest*

Steinkjer Turmarsjforening arrangerte søndag 16. juli Vikingmarsjen samtidig med Vikingfestivalen på Egge. Turmarsjen ble arrangert for 3. gang og med distanser på 5, 10 og 25 km, med start og innkomst ved kirken. Mest populær var 5 km løypa som hadde start fra kl. 12.00. Løypene gikk på historisk grunn i Trøndelag og langs deler av løypa kunne man på informasjonstavler lese noe av historien. For de som gikk den 2,5 mil lange løypa ble det også en båttur, der historiker Øystein Walberg fra Verdal

Historielag, guidet dem over Beistadfjorden.

Lederen for Steinkjer Turmarsjforening, Harald Kvam, sa seg godt fornøyd med at 85 stilte til start. Dette var en framgang og han håper at disse som gikk turen for første gang i år, kommer igjen og tar med seg en venn eller nabo til neste år. Etter alle de positive tilbakemeldingene som kom, bør denne marsjen kunne vokse ytterligere i årene framover.

## Kirkekaffe

Til turmarsj hører selvfølgelig kaffe og vafler, og Inger og Aina Kvam hadde stekt vafler i flere timer før start. Kaffen i dag smakte fortreffelig, om det var fordi det var ordentlig kirkekaffe som ble servert skal være usagt. Men kaffen ble nemlig truktert i Egge kirke, som stilte strøm og lokaliteter til disposisjon. Vel i mål fikk alle kjøpt fine pins som et minne om



*Yngste deltager var Øyvind Kvam, 16 mnd, fra Drammen som gikk sin første turmarsj og som her får medaljen av lederen i Steinkjer Turmarsjforening, Harald Kvam. I bakgrunnen står Runar Kvam og bivåner begivenheten.*

turen, noe som var populært. Med den rundt halsen kom man også gratis inn på festivalområdet, noe de fleste benyttet seg av. Når det blir kjent at pinsene fra de tidligere år har steget i verdi, vil nok flere legge denne fine og historiske turmarsjen inn i sin terminliste, vil jeg anta.

### 1000 år tilbake

Dette er en turmarsj som har potensial til å trekke mange flere deltagere til seg. Området her oppe ved Egge gård, som er kjent fra Snorre, er satt 1000 år tilbake i tid og på din vandring møter du vikinger med fett og flokete hår, kledd i sine kapper og med lange sverd og runde skjold. Her blir det smidd og mat blir lagd som den ble det på vikingtida. Det var forskjellige vikingaktiviteter for barn med leiker og kon-



*Inger og Aina Kvam fikk avsetning på vaflene da Karin Dalane og Øyvind sammen med de andre deltagerne kom i mål.*

kurranser. Samt en rikholdig underholdningsmeny, bl.a. folkemusikk. En takk til Steinkjer Turmarsjforening med Harald Kvam i spissen for en fin turmarsj på historisk grunn i Trøndelag.



*Eskil Rønningsbakken tok sine steg over stevneplassen.*

# 90ste 4daagse Nijmegen 2006

Tradisjonen tro arrangerte Brumunddal Turmarsjforening sin årlige tur til Nijmegen. De 50 deltagerne på turen kom fra alle kanter av landet. Turen startet på Lillehammer og gikk via Oslo til Gøteborg, derifra ferje til Kiel og gjennom Tyskland til Nijmegen. Det høres kanskje slitsomt ut med to dager på bussen, men for deltagerne er dette en viktig sosial del av turen. Vi blir godt kjent med hverandre og det kommer godt med når vi skal bo sammen på en stor sal en hel uke. For nye deltagere er dette en fin anledning til å bli kjent og det er ikke få gode råd og erfaringer som blir utvekslet underveis.

Hvert år bor vi på Titus Brandsma som ligger veldig sentralt, ikke langt fra jernbanestasjonen, akkurat passe langt fra start og ikke minst når vi er i mål. Her er det mulig å få servert tre retters middag hver dag. Det er heller ikke noe problem å få slukket tørsten uten å måtte gå på byen.

Alt lå til rette for ei fin uke da vi ankom Nijmegen søndag kveld. Mandagen gikk som vanlig med til å registrere seg og rusle rundt i byen. Det er alltid en fantastisk stemning i byen denne dagen og resten av uka for den del. Over alt

er det musikk, glade deltagere og elleville tilskuere. Salg og gode, og mindre gode tilbud, i butikkene og i bodene i gatene.

På mandag ettermiddagen fikk vi besøk av visepresident i forbundsstyret, Einar Fløttum, og fotograf Knut Jegersen. Fotografen hadde i oppdrag fra flere norske avviser å ta bilder som skulle brukes i forbindelse med at flere lokalaviser ønsket å lage reportasje fra Nijmegen. Men, dessverre, tyver finnes overalt. På toget fra Amsterdam til flyplassen, ble fotografens PC med alle bildene stjålet. Uten bilder ble det ingen reportasjer. Vi får håpe fotografen kommer igjen neste år og at han passer bedre på PC'en sin.

Tirsdag 18. juli stilte 43.141 vandrere fra 67 nasjoner til start for å delta i 4daagses 90-års jubileum. Det var godt og varmt fra tidlig på morgenen, shorts og t-skjorte var det naturlige antrekk.

Utover dagen ble det varmere, mye varmere. Takket være alle hageslangene som disse fantastiske nederlenderne hadde hengt ut og som gjorde det mulig å få seg en kald "dusj" og fyller vannflaska, klarte de fleste seg bra til tross for varmen. Men da vi kom til siste del

av løypa - diket, en flere km lang strekning uten vann, uten skygge og ikke en gang en liten bris, det ble for varmt for mange. Etter hvert kunne vi se utmattede deltagere ligge rett ut. Sirenene ulte og skapte etter hvert en stemning av uhygge i løypa.

1021 deltagere kom ikke til mål og det var med forferdelse vi etter hvert mottok meldingen om at to av deltagerne var døde, en døde i løypa, den andre døde av hjerteinfarkt noen timer etter at han kom i mål. Flere hundre, deltagere og publikum, fikk førstehjelp og mange ble innlagt på sykehus.

Det ble en merkelig kveld med mange ubesvarte spørsmål. Ville distansene bli redusert, ville morgendagens vandring bli avlyst, og hva med resten av 4daagse? Skulle vi gjør oss klar til start neste dag eller? I løpet av kvelden kom mange motstridene meldinger. Så på TV kl 2200 kom det beskjed om at marsjen de 3 påfølgende dagene var avlyst.

Det må ha vært en vanskelig situasjon for de ansvarlige, men etter råd fra offentlige myndigheter, helsevesen, politi og brannvesen var det kun en beslutning som var mulig – avlysning. Diskusjonen gikk livlig resten av uka - var det riktig å avlyse? Sent på kvelden neste dag var det 39 grader i byen,

jeg tør knapt tenke på hvor høy temperaturen var på det varmeste denne dagen.

Visepresident i NFF, Einar Fløttum, som vi snakket med, uttrykte stor forståelse for den vanskelige avgjørelsen som ledelsen av 4daagse måtte ta. Det er selvfølgelig beklagelig at et så stort arrangement med deltagere fra hele verden må avlyses, men slik situasjonen utviklet seg, var det bare en forsvarlig beslutning å ta. Hva som eventuelt kunne vært gjort annerledes før start tirsdag, reduserte distanser og/eller endring av starttider får granskningen som er i gang vise.

En uavhengig kommisjon skal nå vurdere alle omstendigheter rundt avgjørelsene som ble tatt mandag 17. juli. Kommisjonens rapport skal legges fram i oktober. Vi venter i spenning. I tillegg kommer Nijmegen by til å foreta sin egen granskning.

I nederlandske medier har diskusjonen gått høyt i tiden etter 4daagse. Det som skjedde har fått konsekvenser for andre store idrettsarrangement. Varmebølgen hadde parkert og uka etter ble et fire dagers sykkeløp avlyst. Deltagerne på en seks dagers vandring langs strendene fikk tilbud om å benytte buss deler av sterkingen.

Vi som var kommet til Nijmegen

for å gå, fikk nå oppleve byen som turister. Stemningen i byen var god hele uken og over alt kunne en se varme og svette vandrere på jakt etter luftige klær i varmen. Vi hadde ikke forutsett at behovet for den typen klær skulle bli så stort. Noen valgte å reise en tur til Amsterdam, mens andre var på tur til den canadiske krigskirkegården i Groesbeek og Nationale Liberation Museum 1944-45.

Tross alt hadde vi en fin uke i Nijmegen, så stor takk til Sverre og Even i Brumunddal turmarsjfor-ening.

I trygg forvisning om at arrangøren vil være godt forberedt neste år, gleder jeg meg til å delta også i 4daage 2007.

*Anne Haugstulen,*  
leder EIF Vandrelaget

## HELSEHJØRNET

I mange år har jeg vært plaget med tørr hud på føttene. Dermed sprekker den lett og jeg får problemer når jeg skal ut å gå. For å unngå dette har jeg kjøpt ulike kremer, helst av den feite typen. De kremene er utmerkede, men koster imidlertid mange penger, fryktelig mange penger. Hvis du har det som jeg kan du her få ei oppskrift på en hudkrem til føttene. Denne kan du lage selv. Selv jeg får det til og jeg har prøvd kremen i lang tid. Den er utmerket. Til og med svigermor må innrømme at denne er glimrende.

Jeg tar en halv liter matolje, for eksempel olivenolje. Det er ikke nødvendig å bruke den dyreste. Denne varmer jeg opp. Oppi har jeg et halvt ark med bivoks. Den får du kjøpt på apoteket. Kremen blir fastere om du har mer voks oppi.

På apoteket får du også kjøpt en tube hvit vaselin. Ha halve tuben oppi. Dersom du ønsker å ha noe lukt i kremen kan du på apoteket få kjøpt ulike luktdråper til å ha i. La kremen kjøle litt og ha den i ei krukke eller en boks.

Lykke til!





Fra Sootkanalmarsjen, Arild Ellingsen fra Oslo, Randi Soløst fra Nord-Odal, Astrid Berntsen fra Oslo og Egil Stensby fra Nord-Odal. Foto: Gry Johanin.

## Velkommen til en aktivturmarsjhelg

Lørdag 23. september 2006

### Vi begynner med Stomperudmarsjen

fra Idrettsplassen, Lørenfallet. Start kl. 09.00-12.00. 5, 11 og 23 km  
Sørum IL

### ...fortsetter med Lørenskogmarsjen

fra Skihytta i Hovelsrudveien. Start kl. 13.00-15.00 for 5, 10 og 12 km.  
20 km fra kl. 13.00-14.30. Overnatting etter avtale



Lørenskog Skikl.



# IVV WORLD MEETING

*Tekst og foto:  
Einar Fløttum, visepresident.*

Det internasjonale Folkesportforbundet hadde sin årlige kongress i Selva Val Gardena i Sør Tyrol i dagene 29.6.06 - 1.7.06. Norges Folkesportforbund var representert med president Hennie Berghahn Riise og visepresident Einar Fløttum. Kongressen fant sted i et fantastisk landskap oppe i Dolomittene, et paradys for turgåere som elsker natur i et fantastisk fjellterreng. Nå er stedet mest kjent for sin vinteraktivitet innen alpinsporten, men også på sommers tid er det flotte turstier der en kan delta i en rekke turmarsjer. Nå var det ikke lagt opp til noen stor fysisk aktivitet, da det var et tettpakket program vi skulle igjennom, men på avslutningsdagen lørdag 1. juli ble det arrangert en IVV marsj fra de

store høyder i Dolomittene, ca 2250 m og ned til kongressområdet vårt som lå på omkring 1500 m.

Etter åpningen fredag 30. juni med velkomsthilsener fra stedets ordfører, presidenten i det stedlige Folkesportforbundet og vår IVV president Odd Ivar Ruud, ble det lagt opp til en diskusjon omkring framlagt Strategisk Plan for årene 2006 – 2010. Den omhandlet vår visjon for hva folkesporten skal omfatte av aktiviteter. Videre hva vi skal betrakte som folkesportens oppdrag og målsetninger og noe om IVV's filosofi og veien til suksess gjennom dens målsetninger. Det vil være for mye å gå i detalj om den strategiske planen her, men styret vil komme senere tilbake med en mer grundig orientering om dens innhold.

Tiden etter lunsj den 30.6. var avsatt til regionale samlinger der de skandinaviske landene utgjorde en region. Diskusjonen i vår gruppe gikk i første rekke ut på å gi en orientering om situasjonen nasjonalt, deretter hva vi kunne gjøre for å utvide samarbeidet innen Skandinavia. Sverige og Norge ser noe mer likt på dette



skandinaviske samarbeide, mens Danmark var noe mer tilbakeholden i sin uttalelse. En utfordring i 3 punkter registrerte vi var felles for oss alle:

- få tak i nye medlemmer
- beholde de vi allerede har
- hvordan søke etter sponsorer og nye partnere.

Disse temaene/problemstillingene kjenner de som var til stede på ledermøtet i Haugesund svært godt til. De andre landene sliter også med de samme problemene. Noen endelig løsning på dette kom vi ikke fram til, men en del ideer og også litt nytenkning kom på bordet, som vi også i NFF må se nærmere på.

Lørdag 1. juli var det den formelle IVV kongressen. Der ble rapport fra presidenten, regnskap, budsjett og revisoruttalelse presentert. Videre var det åpnet for en diskusjon etterpå, og som rimelig er så ble det fra en del lands representanter kommentert en del omkring regnskap og budsjett, men alt ble tilslutt godkjent.

Det ble fremmet forslag fra den britiske delegasjonen om å endre valgordningen, for å beholde en viss kontinuitet i IVV styret. De foreslo at halve styret skulle stå på valg hvert annet år. Som kjent så



velges i dag hele styret for 4 år. Dette forslaget falt, men Norge stemte for lovforslaget. I verste fall kan faktisk hele styret gå av og et helt nytt styre overta uten den nødvendige innsikt i IVV's styrearbeide. Dette mener vi er svært uheldig. Videre ble forslag om å flytte IVV's hovedkvarter fra Jagel i Tyskland til Hamburg vedtatt. Dette av praktiske årsaker da kasserer i IVV har sitt tilhold der.

Det ble vedtatt at neste års kongress skal finne sted i forkant av IVV olympiaden i Otepää, Estland, som arrangeres i tiden 12.-15.7-07. Samtidig ble IVV olympiaden i 2009, den 11. i rekken, vedtatt lagt til Japan, nærmere bestemt til Yamanashi i tiden 14.5.-17.5 2009.

# På tur i eventyrkommunen

*Tekst og foto: Gry J. Johanin*



Det både startet og endte godt - turmarsj-eventyret i BØ.

Den store turmarsjhjelga i Bø i Vesterålen, 7. – 9. juli, samlet vel 400 turmarsjere. Det var arrangørene svært godt fornøyd med. Fredag og søndag var værgudene på van-

drennes side, lørdag var de litt fraværende og lot regnet få leke seg litt.

Skatmarsjen var første marsj ut med avgang fredag ettermiddag i fint sommervær. Omlag 40 av 125 personer valgte å gå løypa opp til den 265 meter høye Littskata. En fantastisk tur som flere enn en tredjedel burde fått oppleve.

De tre andre marsjene ble avholdt lørdag og søndag. Malnesmarsjen samlet om lag 90 turgåere, Vikanmarsjen om lag 80 mens det deltok hele 105 under Straumedilten på søndag. Tre personer fra Bø har gått alle de 24 gangene Straumedilten har vært arrangert. De vil sannsynligvis også være å se under jubileet neste år. ”Med stor tro på at værgudene vil bidra med sitt, er jeg sikker på at denne helga vil bli en uforglemmelig opplevelse,” skrev ordfører Viggo Johansen i reklamebladet for marsjene.





*Fram med startkortet, her skal det klippes! Hvis ikke, så må du gjøre en kuvending her.*

*Bildet er fra Straumedilten i Bø.*

*(Foto: Gry J. Johanin)*



Han hadde rett. For få kommuner i landet har en så allsidig og spennende natur som Bø. Frådende storhav og mild skjærgård, hvite sandstrender, flate moer og alpine tinder, fuglefjell og våtmarker. Hva mer kan en turgåer ønske seg?

Bø har vedtatt å kalle seg for en eventyrkommune, men naturopplevelsene var for sterke til at vi tror at vi bare har vært med på en del av et eventyr.

# Koala Wanderers International

*Tekst: Kjell Hagberg*

Koala Wanderers International (med vandrere fra Australia-Europa-USA) besøkte Horten lørdag 10. juni og deltok med 54 deltagere på Midgardmarsjen. Gruppen fikk kontakt med Horten Marsjklubb under vandringene i Saalbach i Østerrike høsten 2005 og siden Koala-vandrerne nå for første gang var på Skandinavia-tur, ville de avlegge sine vandrervenner i Horten et besøk.

Gruppen besto av vandrere fra seks forskjellige land, deriblant IVV-visepresident Andreas Lehner fra Østerrike. Han fikk i Horten besøk av IVV-president Odd Ivar Ruud, som leder den internasjonale Folkesportorganisasjonen. De fikk med seg at det skjedde usedvanlig mye i Horten denne helgen. I løypa på Midgardmarsjen fikk gruppen med seg en besikting av kongegravene i Nasjonalparken, Midgard og kyststien.

I Åsgårdstrand besøkte de av gruppen som gikk langløypa

også Munchs Hus og sangøvelsene i Munchparken før turen gikk tilbake via kyststien.

På ettermiddagen var det en rundtur i byen og distriktet med buss, bl.a. til utsikten på Festningen, Sykehusbrygga og Færderseilasen. Marinemuseet var selvfølgelig med og noen fant fram til VM-kollega Wappu Larsens flotte ikoner. Kongens ankomst til premieutdelingen for seilerne avsluttet Koala-besøket på Karljohansvern.

Besøket i Horten ble avsluttet med en sammenkomst på Marsjklubbens klubbhus med spekemat. Et populært innslag der var en folkedansgruppe med spillemann fra Tunsberg Leikarring og ekte vikinger i full mundur. Trolig var de "oppstanden" fra Borreparken, som var besøkt på formiddagen. Koala Wanderers leder Manfred Trettin takket for måten de var blitt mottatt på og utnevnte Horten Marsjklubb til partner-Koala i Norge og overrakte en gedigen Koalabjørn-pokal til minne om deres besøk her.

*Debatt!*

## Framtiden hot eller möjlighet!?

*Tekst: Åke Sjöblom, President Svenska Folksportförbundet.*

Vi inom Svenska Folksportförbundet läser med ett stort intresse om trenderna och hur framtiden tolkas inom olika IVV förbund och då fremst hos vårt grannland i väst! När IVV kom til Sverige 1975 var det i första hand vandrare som deltok i den stora marschen i Nijmegen i Holland som läg til grund för intresset och skapade basen för att Svenska Folksportförbundet bildades. Idag ca 30 år senere har bilden förändrats, de som startade upp vandringarna har nu gått ner i distanser och nästa generation har inte tagit över dette intresse att genomföra de långa etapparna.

Jag delar helt President Hennie Berghahn Riise syn på framtiden när det gäller att förändra själva upplägget runt en vandring för att locka flere deltagare och då helst tre generationer. Det krävs mer samarbete med lokala arrangörer, göra det mer turistanpassat så att besökaren får mer ut av besöket. Varför inte anlita de lokala turistguiderna och väva in kommunens näringsliv i arrangemangen?

Självklart blir besöket kanske lite dyrare, men det är ju aldrig summan pengar som reknas utan vad man får för dem! Det visar ju intresset för att åka 400 mil till Syd Europa, delta i något arrangement och återvänder hem! SFF har nu tagit upp kontakten med "Bo på Lanttgård", en organisation som finns i 28 länder, varav 400 gårdar i Sverige. Vi har fått in 6 gårdar som medlemmar och "Steget" nr 1 är en specialutgåva just för dessa 400 gårdar! Att bli erbjuden en 10 km vandring i den mest perfekta miljön för uteliv måste skapa både flere vandrare, men även attrahera hela familjen, med djur, mat och boende som alternativ när man besöker ett område.

"The Bridge of Friendship" som startade upp 2005 är ett annat alternativ som är klassat som ett av de förnämsta arrangemengen där man under 5 dagar får alla behov tillgodosedda, ni har väl läst Kjell Hagbergs utvärdering i Bladet Folkesport nr 4. Vi från SFF har under ett antal år pläderat för ett mer konkret samarbete och utbyte mellan Norge och Sverige, jag tror att vi alla kunde få glädje av det!



## Nytt fra styret og administrasjon

# **FORBUNDSAKTUELT**

**Redigert av: Jan-Kåre Martinsen**

### Medlemsaktuelle:

#### Utmeldinger

Lagets navn:	Medl.nr.:	Fylke:	Arrangement:
Kongsvinger BIR	222	He	
Lions Club Trondheim/Heimdal	676	ST	
Bryn Vel	681	He	

*NFF takker for godt samarbeid i medlemstiden.*

### Nye permanente vandringer:

PV-nr.:	Arrangør	Navn	Åpen	Distanse
64	Nesna TMF	Bygda Rundt	01.07.–31.12	5, 10 km.

### STEMPLING AV KILOMETER-BEVIS ETTER GJENNOMFØRT PERMANENTE VANDRINGER

På bakgrunn av innkomne spørsmål angående tolkning av retningslinjene for stempling av kilometerbevis i forbindelse med permanente vandringer fattet forbundsstyret i møte den 20. mai følgende vedtak:

*”Det gis anledning til å ”samle opp” kilometer fra samme vandring før man stempler kilometerbeviset ved permanente vandringer.”*

### REDUSERING AV ANTALL KILOMETERBEVIS

Til ledermøte 2006 forelå det for-

slag om redusering av antall kilometerbevis fra tre til to.

I styremøte den 20. mai vedtok forbundsstyret at det blå kilometerbeviset skal utgå så snart nåværende lagerbeholdning er oppbrukt.

I fremtiden vil det da bli kun rosa og gule kilometerbevis.

### PRESSE- OG MARKEDSFØRINGS-PRISEN

Pga. av liten oppslutning de senere årene har forbundsstyret vedtatt at det ikke skal utdeles presse- eller markedsføringspris for 2006.

Styret vil vurdere hvordan man kan få opp interessen for de to prisene.

## PERMANENTE VANDRINGER – VITALTUREN

Norges Folkesportforbund (NFF) og Norges Orienteringsforbund (NOF) har inngått et samarbeidsprosjekt om felles tiltak for å få flere ut på tur.

NFF og NOF har sett nytten av å kombinere de to tur-arrangementene, Permanente vandring (NFF) og Vitalturen (NOF).

NFF har i dag 63 permanente vandring omkring i Norge. Dette er turer rundt i byen eller nærmiljøet som kan gås hele året. Turene får man beskrevet ved å hente en beskrivelse av turen på angitt sted. NOF startet i 2004 opp med Vitalturen – enkle tilrettelagte turer til spennende turmål i flere byer og tettsteder i Norge. Turene er ment som en spore til aktivitet blant befolkningen. Man bestemmer selv hvor og når man vil gå. Hvert tur-opplegg består av 5-6 poster som alle har en historie å fortelle. Hver post gir et visst antall poeng i et premiesystem for Vitalturene. På denne måten kombineres fysisk aktivitet og større historisk kunnskap.

NFF og NOF har inngått et samarbeid rundt disse to prosjektene. Det er laget nettsider hvor begge disse tur-oppleggene blir presentert. ([www.folkesport.no](http://www.folkesport.no) og [www.vitalturen.no](http://www.vitalturen.no)).

For vår del betyr det at arrangørene av permanente vandring er anmodet om å henge ut to Vitalposter i sine løyper, en i den korte og en i den lange løypa. Med noen meget få unntak har samtlige fulgt denne oppfordringen. På denne måten kan man samle poeng både ved å gå Vitalturen og permanente vandring.

### *Hovedmålgruppe for prosjektet er:*

- Barn/barnefamilier
- Ungdom og voksne
- Personer som trenger et helsetilbud i form av fysisk aktivitet utendørs.

### *Målsetningen er:*

- Det skal være minimum tre tilbud i hvert fylke
- Det skal totalt være minst 100 turopplegg
- Få til et utvidet samarbeid mellom NFF og NOF
- Samarbeide med turistinformasjon, hoteller og andre overnattingssteder om å gi et tilbud til tilreisende
- Motivere til fysisk aktivitet og friluftsliv samt bevisstgjøring av den betydning dette har for helse og trivsel.

### *Gjennomføring:*

Oversikt over samtlige Vitalposter på de permanente vandringene er på samme måte som Vitalturene

lagt ut på de tidligere nevnte hjemmesider.

Under hver av Vitalturene med en permanent vandring i nærheten, legges det inn en tekst og en link til den permanente vandringen. På samme måte har vi lagt ut en link til Vitalturene.

Ved våre permanente vandringer ligger det en brosjyre som informerer om at det ligger en Vitalpost i kort og en i lang løype. Informasjon om våre permanente vandringer er på tilsvarende måte lagt ut i Vitalbrosjyrene som dekker de øvrige postene i området.

Opprinnelig var det meningen at vi skulle utarbeide en "mal" for utformingen av våre brosjyrer/løypebeskrivelser samt gi økonomisk støtte til den enkelte arrangør i trykningen av disse. Dessverre fikk vi ikke nok prosjektmidler til dette i år, men dersom erfaringene fra årets opplegg blir positive vil det bli søkt om nye prosjektmidler for 2007. En eventuell tildeling vil bl.a. bli prioritert lokal markedsføring og støtte til våre arrangører for trykking av nevnte brosjyrer.

### *Erfaringer så langt:*

NFF og NOF har inngått et samarbeid rundt disse to prosjektene der hovedhensikten for begge forbund er å nå frem til potensielle nye deltakere. For NFFs del er det vel

ingen tvil om at det er noe vi trenger. Et samarbeid med andre organisasjoner som har noen av de samme målsetninger som oss, bl.a. å skape større fysisk aktivitet blant befolkningen gjennom enkle mosjonstilbud burde, etter NFFs oppfatning, være et positivt tiltak, vel verdt å forsøke. En åpenbar fordel her er at vi henvender oss direkte til personer som allerede er opp tatt av mosjon og friluftsliv.

NFF har mottatt en rekke tilbakemeldinger, både fra arrangører og deltakere, på at dette samarbeidsprosjektet har blitt positivt mottatt. Allikevel, det skal heller ikke legges skjul på at noen få har stilt seg negativt til opplegget.

For å avklare en ting først, NFF har ingen ekstra inntekter av dette opplegget slik enkelte skal ha gitt uttrykk for. Inntektene vi eventuelt får vil komme ved at flere går permanente vandringer. (Startkontingent kr. 15,- hvorav arrangøren har kr. 11,50 og vi kr. 3,50.)

Vi ser at den enkelte arrangør antagelig har fått økte utgifter til beskrivelser ved at de som kommer for å finne Vitalpostene tar med seg en beskrivelse av PVen. Det er dette vi håper å kunne støtte neste år. NFF vil benytte anledningen til å takke de arrangørene som har fulgt opp prosjektet på en positiv måte og på denne måten bidratt til mar-

kedsføring av våre permanente vandringer og øvrige aktiviteter.

Skal vi få nye deltakere må vi også investere noe. Forhåpentligvis vil denne investeringen resultere i at vi får nye deltakere inn i vårt miljø.

### **FORNYELSE AV ABONNEMENT PÅ BLADET FOLKESPORT FOR 2007**

Våre enkeltabonnenter med abonnement tegnet direkte fra forbundet (ikke gjennom egen klubb) vil i dette nummer finne vedlagt en giroblankett for fornyelse av abonnementet gjeldende fra og med nr. 4/2006 til og med nr. 3/2007. Som vedlegg til nr. 4 av bladet vil du få Folkesportkalenderen for 2007.

Abonnementsprisen er fortsatt kr. 120,-. *Ved hver utsendelse kommer det alltid noen blader i retur. Vi prøver å være litt detektiver gjennom de kilder vi har, (IVV-bevisene), men dessverre er ikke adressen alltid à jour der heller. Så: Husk å melde adresseendringer.*

### **FOLKESPORTKALENDEREN 2007**

I Folkesportkalenderen står alle godkjente ordinære IVV-arrangement pluss en del annet stoff av interesse for både deltaker og arrangør.

De som har tegnet abonnement

på "Bladet Folkesport" vil få kalenderen sammen med nr.4/2006 (primo desember).

Kalenderen vil være til salgs fra kontoret fra samme tid. Bestilling kan du gjøre allerede nå. På arrangementene vil den være til salgs fra og med Julemarsjen 2006.

*Utsalgspris for Folkesportkalenderen 2007 vil fortsatt være kr. 35,-*

### **HØSTVANDRING OG VINTER-SERIEN**

For de av dere som enda ikke har gått årets Høstvandring, det er ikke sikkert det er for sent. Ved å kontakte forbundskontoret eller gå inn på vår hjemmeside [www.folkesport.no](http://www.folkesport.no) vil du få oversikt over årets arrangører.

Vinterserien 2006/2007 starter 1. november. Oversikt over arrangører finner du på midtsidene i dette nummer av "Bladet" samt på vår hjemmeside.

Vinterserien er ment som et tilbud i en periode av året der antall ordinære arrangement er noe mindre, men mosjon er noe vi trenger hele året så "hiv deg med".

Årets motiv på medaljer, pins og stoffmerke er hjort. Pins kan du kjøpe etter 1. gangs deltakelse. Sølvmedalje etter den 6. og gullmedalje etter den 10. gangen.

**IVV-WORLD CUP**

Vi gratulerer følgende med gjennomført World Cup:  
Anne og Fred Helminsen,  
Fredrikstad,  
Ernst Viggo Kristensen, Ytre Arna  
Odd Ivar Ruud, Skarnes

**IVV-EUROPA CUP**

Vi gratulerer følgende med gjennomført Europa-cup:  
Unni Andersen, Tromsø  
Ellen Bendiksen, Tomasjord  
Jan H. Hagelund, Oslo  
Rolf Jørgen Holt, Oslo  
Laila Nygaard, Gjøttum  
Ann-Elise Pettersen, Tomasjord  
Per Sveen, Gressvik

**FOLKESPORTOLYMPIADEN  
2007**

Den 10. Folkesport-olympiaden vil bli arrangert i Otepää, Estland i tiden torsdag 12. – søndag 15. juli 2007. I likhet med tidligere år vil NFF arrangere tur til olympiaden.

*Foreløpig program:*

Onsdag 11. juli avreise fra Gardermoen til Tallinn. Overnatting i Tallinn til torsdag. Her vil det bli anledning til sightseeing og forhåpentligvis en byvandring.

Torsdag 12. juli reiser vi til Otepää der det er bestilt overnatting på Lille og Kesklinna hotell. Hotellene ligger ca.2-3 km. fra

Olympic Centre. Det er ca. 200 meter mellom hotellene.

Åpning av olympiaden vil foregå i Otepää sentrum/Otepää ski stadion torsdag ettermiddag. Samme kveld vil det bli arrangert en ”nattvandring” på 5 km.

*Fredag 13. juli er det følgende program:*

- Vandring: 6, 7, 12, 14, 15 og 20 km.
- Sykling 25 og 50 km.
- Svømming 300, 500 og 1000 meter.

*Lørdag 14. juli er programmet som fredag med tillegg av maraton, 42 km.*

*Søndag 15. juli er programmet:*

- Vandring: 6, 7, 12 og 14 km.
- Avslutning på Otepää ski- stadion.

Mandag 16. juli reiser vi hjem.

Endelig program og priser er foreløpig ikke helt klart.

Vi disponerer 22 dobbeltrom og 6 enkeltrom, totalt 50 plasser.

For å få en oversikt over interessen, ber vi de som er interessert i å delta på turen om å kontakte NFF på telefon 67 90 55 36 eller pr. e-post: nff@folkesport.no snarest. Dette er helt uforpliktende, men

”påmeldingene” vil bli registrert etter hvert som de kommer inn. Vi vil innhente bindende påmelding så snart priser og endelig program er fastlagt.

## IVV- OLYMPIADEN 2009

IVV har tildelt Japan arrangementet av IVV-olympiaden i 2009.

Arrangementet vil finne sted i tiden 14.-17. mai i Mt. Fuji and Five Lakes, Yamanashi.

## *Takk for meg!*

1. september var min siste dag som ansatt i NFF.

Jeg har takket for meg en gang tidligere, (nr. 1/2005), da jeg gikk av etter 16 år i forbundsstyret.

Tiden på forbundskontoret har gjort at jeg har blitt ”telefonkjent” med langt flere enn hva tiden i forbundsstyret medførte. Det har vært mange samtaler, de aller, aller fleste meget hyggelige. Jeg håper vi i fellesskap har klart å løse de eventuelle problemer som måtte ha vært til beste for alle parter.

Denne utvidede kontakten har bare bekreftet det jeg har sagt tidligere, vi har veldig mange ivrige ildsjeler i denne organisasjonen. Ildsjeler som står på også når vi, som nå, sliter litt i motbakke.

Det som bekymrer meg når det gjelder fremtiden for NFF er at det kanskje er litt for mange som på grunnlag av dårlig deltakelse nå kaster inn ”håndkleet” og legger ned sine arrangement, enten for godt eller midlertidig. Jeg har stor forståelse for at det er vanskelig å drive når ønskede resultater på en måte ikke rettferdiggjør de ressurser som må til. Det gjelder både økonomisk og på funksjonær siden. Hadde en slik reduksjon av tilbudet til deltakerne gjort at de valgte andre arrangement kunne det kanskje vært positivt ved at vi hadde fått

noe mindre antall arrangement, men at disse til gjengjeld samlet flere deltakere. Men dessverre er vel realiteten at deltakerne blir stående igjen med mindre tilbud når det lokale tilbudet forsvinner. Mye av dette kunne kompenseres ved at flere arrangerte våre Fellesarrangement og serier, men også her ser vi nå en sterk nedgang på arrangørsiden, som naturligvis medfører en redusert deltakelse også på disse arrangementene.

Jeg tviler ikke på at de som legger ned har vurdert dette meget nøye før avgjørelsen tas, men allikevel, oppfordringen til de som har mulighet, vurderer det på nytt, og i den forbindelse, tenk samarbeid med andre lokale lag, her tror jeg ikke vi er flinke nok.

Dette var et lite hjertesukk på tappen.

Jeg vil takke alle jeg har hatt gleden av å arbeide sammen med, administrasjonen, forbundsstyret, regioner, medlemmer, arrangører, konsulenter, deltakere og andre samarbeidspartnere for et godt samarbeid.

Jeg ønsker både NFFs nye daglige leder, Inger Marie Sørlie, samt John Stensbye lykke til med det videre arbeidet for NFF.

*Med folkesporthilsen  
Jan-Kåre Martinsen.*

## 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 beltespenneklukning for  
sikkerhet. Vanntett.

**Kr. 115,-**



RYGGSEKK  
**220,-**



**FOLKESPORT  
FOR HELSE OG TRIVSEL!**

*Ingen konkurranse –  
Ingen aldersgrense*



**B**blad

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](mailto:post@barra.no)  
[www.barra.no/profilering](http://www.barra.no/profilering)

