



Turmarsj | *nytt*

NR. 4 - 2012 - NORGES TURMARSJFORBUND

Desember 2012 • 34. ÅRGANG



Husk Julemarsjen 2012

26. desember - 2. januar

Styret i Norges Turmarsjforbund



President Hennie Berghahn Riise
Harstad Turlag



Visepresident Roy Tait
Ski Tur og Marsjforening



Styremedlem Lisbeth Nerdal
Rana TMK



Styremedlem Rolf Richardsen
Tromsø Turmarsjhelselag



Styremedlem Roger Hulsund
Trondheim TMF



Varamedlem Anne Kristiansen
Nittedal Turmarsj



Varamedlem: Bjørn Helge Olsen
Hamar Turmarsjforening

Presidenten har ordet

Atter ett år nærmer seg slutten, med jule- og nyttårsfeiring, men også en oppsummering av året som snart er gått. Ennå er det for tidlig å få noen oversikt om hvordan den totale aktiviteten har vært. En av de positive tingene er at forbunds-kontoret er fast bemannet igjen og vår nye daglige leder i full gang med å sette seg inn i daglige gjøremål. I skrivende stund arbeides det med terminlisten, og om ikke lenge kan vi studere denne å legge våre planer for 2013.



Jeg overhører stadig samtaler om hvor turmarsjdeltakerne har vært på reise og deltatt i ulike arrangement, Spania, Italia, Tyskland, Danmark osv. Andre holder seg til de lokale arrangementene og er fornøyd med det.

Det vi ikke må glemme som arrangører er hvor viktig de lokale arrangementene er og hva de kan bety i folkehelsearbeidet. Samarbeid med kommune, Fysak, Frisklivs-sentraller og hva som eller finnes av lokale arrangører i kommunal regi som arrangere lavterskeltilbud til den lokale befolkningen. Her kan vi være aktive som arrangører og presentere vårt tilbud for å få et samarbeide og samtidig bidra i folkehelsearbeidet til å få flere opp av sofaen, spesielt nå som vinteren nærmer seg og hvor mange velger å være lite aktive.

Lavterskeltilbud, la oss dvele litt ved det. Hva er et lavterskeltilbud, kanskje bare en kort spaseretur en til to ganger i uka og gjerne sammen med flere, en liten kafferast i en gapahuk hvor gode historier kan fortelles.

Dermed blir det straks triveligere å være i aktivitet. På denne måten kan vi også rekruttere flere til å være med på turmarsjene våre.

Forbundet har side faste "markedsføringsmarsjer" som dessverre bare ca. 60 av våre lag og foreninger arrangerer i dag. Først-kommende fellesmarsj er Julemarsjen, meld dere på, og la folket få trimme litt i julen. Helse og aktivitet er in for tiden og det bør vi utnytte i turmarsj-sammenheng. Lag en fin ramme rundt arrangementet. Mye av rammen får vi gratis i og med at by og land er julepyntet. Litt gløgg og pepperkaker hjelper også på. Det skal ikke så mye til før vi kanskje får deltakerne til å komme igjen på et annet arrangement.

Det vi også opplever er at befolkningen ønsker å være aktive når det passer den enkelte, mange pensjonister ønsker også å bruke formiddagen til aktivitet og her tror jeg mange lag og foreninger kan være behjelpelig med tilrettelegging.

Til slutt vil jeg ønske alle en riktig God Jul

Turmarsjhilsen Hennie Berghahn Rüse



NORGES TURMARSJFORBUND

Boks 147, 1471 Lørenskog. Tlf. 67 90 55 36. Fax 67 90 91 44.

E-post: ntf@turmarsjforbundet.no



Redaktøren



Hei igjen

Da er vi inn i årets siste måned. Litt lite med ordinære turmarsjer nå. Heldigvis har vi vinterserien og julemarsjen .

Nittedalsmarsjen var 30 år og vi ville prøve noe nytt, søkte derfor om "flytende starttid". 4 forskjellige løyper med hvert sitt IVV stempel og ingen ventetid i mellom. Dette viste seg å være populært for den ivrige turmarsjer og tilbakemelding gikk på at det ble veldig sosialt alltid noen i løypa. Se for øvrig egen reportasje i bladet.

En som bidrar til mye stoff i bladet, er Sverre Thorstad. Han er ivrig ,reiser rundt på østlandet ,skriver og tar bilder. Uten han hadde bladet blitt en tynn affære. Han er også mannen bak den nye potrettserien, den som før ble kalt fin årgang.

Ellers så ønsker jeg mere stoff til bladet fra hele landet, særlig fra den nordligste landsdelen . Turmarsjnytt nr 1 blir alltid litt "tynt" på repotasjer fra ordinære marsjer,så jeg setter pris på en liten snutt fra julemarsjen og vinterserie.

Endelig er også referat fra styremøte kommet tilbake.

Hjemmesiden har fått en ny ansiktsløfting. Se www.tumarsjforbundet.no

I dette nr får du repotasjer fra inn og utland, leserbrev, samarbeidsavtalen med NUH,og mye annet snadder. Daglig leders "180 dager" er også bra .

Like om hjørnet er også terminlista for 2013. Da er det bare å planlegge neste års utflukter.

God jul og godt nytt år til alle

Husk Julemarsjen

Bjørn

Turmarsjnytt nr 1 - 2013 sendes ut fra 4. mars

*Stoff som skal med i bladet må være redaktøren i hende senest **1. februar.***

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

Bilder tatt med mobiltelefon kan brukes, men pass på at oppløsningen er god nok.

Stoff, bilder, små-nytt og klubbaviser kan sendes:

Turmarsjnytt, Øvre Nygård 12A, 1482 Nittedal

Redaktør: Bjørn Kristiansen, Øvre Nygård 12A, 1482 Nittedal

Tlf. 913 43 393 - E-post: bjo-rod@online.no

Turmarsjnytt utkommer fire ganger i året. Alle medlemmer får det tilsendt gratis. Alle interesserte kan tegne årsabonnement på bladet for kr. 150,- fritt tilsendt (inkl. Terminlisten).

Annonsepriser: Kontakt forbundskontoret

Vandring i Hellas

Tekst og foto: Roy Tait

Hellas er vel ikke det landet som har et godt utvalg av IVV vandringer, men en er tilgjengelig, Egina. Egina er en liten øy, ikke langt fra havnebyen Pireus, med den vanlige fergen tar det ca en time og ti minutter ut. Hurtigbåt er en halv time raskere, men det er triveligere å ta den langsomme båtturen. Det å se reisemålet komme stadig nærmere, er en opplevelse bare det. 3 mai i år, var fjorten vandrere fra Norge i farta, en grei flyreise ned, med ventende buss på flyplassen, så satt vi på fergen ut til denne lille øy idyllen. Det var min og Bjørgs sjette tur ned til stedet, så her er vi kjente. I alle år har vi brukt det samme stedet til overnatting, Klonos Anna, her har vi et godt forholdt til vertskapet.



På båten til Egina

Av de fjorten som i år var med, var det seks som var der for første gang, resten hadde vært med fra en til flere ganger. Vel på plass på hotellet, var det en liten brifing, om hvordan opplegget ble, så var det utpakking og avslapping som gjaldt, middag i byen på vårt faste sted. Etter et møte med arrangøren, fikk vi utlevert nye kontroller til alle løyper, noe vi hadde blitt enige om i fjor. For nye

deltagere som har lyst på en tur til Egina, må jeg bare si, det er ikke lett å finne frem i denne vandringen, dårlig merking, og etter et forferdelig vær på høsten 2010, var en del av stiene rasert, men ikke verre en at du går greit. Vår gruppe gikk i to dager, så var det gåfri, så to nye dager med vandring, før vi tok nok en fridag, tilslutt de to siste dagene, før vi hadde fri den siste dagen. Vi er borte i ti dager totalt på denne turen, men det skal være en tur med vandring, samt litt ferie også. Et nydelig vær var det som ventet oss, vi starter med løype en bestandig, da denne er ca 10 kilometer, og med en ganske bratt stigning til å begynne med er vi så oppe, et lite krater åpner seg foran oss og det er bare å stige ned. Det har variert veldig de årene vi har vært der, med hensyn til blomsterfloraen, alt avhengig om hvordan været har vært, med varmen. Ferdig med denne tieren, er det rett ned på stranden og lunsj, kan det bli bedre? tror ikke det.



Einar og Eva i Eleonas

Etter et nydelig måltid ved det lille tettstedet Marathonas, tok vi beina fatt og gikk veien tilbake til Egina by og vårt hotell. Dette gjør at vi da slipper å gå dette strekket, som tilhører løype fire, bare at vi går den gale veien. Dagen derpå var det løype fire som skulle vandre, starten går midt inne på øya, ved den flotte kirken Agios Nektarios. Turen går til den lille byen Sovalla, og følger kysten inn til Egina. Dette året fant vi et flott sted, for vår lunsj, fin utsikt og bra mat. Turen denne dagen avsluttes på vårt hotell, da løypa går forbi her, og det er deilig å få litt i strupen, samt for de tøffe, bade i bassenget. Fridagen ble brukt på forskjellig vis, noen var i byen og shoppet, mens noen tilbrakte tid ved bassenget, middagen på kvelden ble vi stort sett samlet. Neste morgen var det startstedet Agia Marina, og løype seks som skulle besøkes, en 10 kilometer, med ganske bra stigning, samt en bratt nedstigning, her besøker vi også tempelet Afea, et flott tempel, eldre en Akropolis i Athen, samt bedre bevart. Lunsjen denne dagen ble inntatt på Taverna Kyriakakis, stempel og startsted for vand-

ringen. Så var det bare å ta bussen tilbake til byen, og det fredelige livet på hotellet. Dagen derpå var det løype to, som skulle vandre, denne gang opp til en gammel by, Pachia Rachi. Virkelig et besøk verdig, ikke store saken, men her ligger historien utenpå husene, dessverre et det noen som begynner å modernisere litt, men det er vel tiden. Atter en gang er det et besøk på stranden til vår hyggelige restaurant. Så var det klart for vår andre fridag, denne skulle brukes til en tur til naboøya Agistri, en liten øy, men den har en flott sandstrand, noe vi ikke benyttet oss av denne gangen. Men tid til både mat og drikke ble det, samt en liten rundtur i gatene, for litt shopping. Nå gjensto det kun to vandringer, og etter frokost bar det av gårde, starten denne morgenen var Agios Nektarios. Løype 3 skulle avvikles, 12 km og bratt til å begynne med, men utsikten var desto bedre. Været var like flott denne dagen også, når vi hadde gått våre 12 km, var det tid for en god lunsj på Taverna Kyriakakis i Agia Marina. Etter god mat å drikke var det buss tilbake til Egina by, og til vårt hotell. Siste delen av dagen ble til-



Lunsj i Marathonas

brakt ved bassenget, for de fleste. På vår siste gådag var det en tøff løype som ventet oss, fra Agia Marina og til Perdika, 22 km og det er to små fjell vi må over, ikke mye til fjell, men en del stigning er det, og når det var så varmt som det var, var det mange av oss som var fornøyde da vi kom frem til Perdika. Mat

for Frankfurt, og 6 timer venting på neste fly, forferdelig, men vi kom igjennom det også. Turen er fin, noe alle ga tilbakemelding på, og det var flere som gjerne ville bli med på neste års tur, noe som er hyggelig å høre. Er det noen som lurer på denne turen, ta kontakt og jeg skal informere dere om alt



Pust i bakken

og drikke var det som sto hjertet nærmest, men etter en stund kom Thomas og Ingeborg for å stemple våre IVV bøker, så var det i orden, greit!.. På samme kveld hadde vi fått vår vertinne Anna, til å lage en felles middag for oss, dette har vi gjort noen ganger før, noe som faller i smak hos de fleste. Nå var det bare en dag igjen, like trist hver gang, men det er jo slik det er. Dagen ble brukt på forskjellige måter, handling, soling og bading, eller bare sløve.

Avreisedagen måtte jo komme, så også for oss, grei båttur, buss på havna og til flyplassen. Så var det å entre flyet, med kurs



Takk for denne gang

dere måtte lure på. Så til alle deltagere på turen, tusen takk for en flott tur, og alle fine tilbakemeldinger.

Friluftslivets dag/Seniormarsjen 2012

Norges Turmarsjforbund har vært aktive i høst. Etter et par års uteblivelse var vi atter tilstede på Friluftslivets dag søndag 2. september på Sognavann. Et flott arrangement med alle våre samarbeidspartnere i FRI FO på plass. Vi hadde vel ikke de største forventningene til dette, men skal vi få markedsført oss selv på en fin måte så var dette det riktige stedet. Vi hadde fått Harald Hoff fra Østmarka til å bistå oss denne dagen både med telt og arbeidsinnsats. Været var også på vår side så alt lå til rette for en flott dag. Det ble et flott arrangement og det var et utrolig fremmøte av både små og store. Turmarsjforbundet hadde en liten



Per Ivar og Harald på stand

marsjløype tilgjengelig, og den var det mange familier som til vår store glede benyttet. Det var ikke enkelt å markedsføre dette med å gå, når hele sletten ved Sognavann flommet over av flere aktiviteter som klatring, skigåing, fisking, orientering og kjøring med hest og vogn, samt masse andre ting og her var de minste i fokus.



En ung deltager Mia Kristiansen på ski

Vi serverte kjeks til de fremmøtte, noe som falt i smak. Mistet tellingen på hvor mange pakker vi åpnet så mange var det. Grilling av pølser var også en populær ting, og særlig når det er gratis. Vår daglige leder Per Ivar var meget fornøyd med både arrangementet og fremmøtet og det var faktisk riktig mange som viste interesse for det vi holder på med. Det var en sliten gjeng som pakket sammen på ettermiddagen.

Vi ga oss ikke med dette, så mandag 1 oktober var vi i gang igjen etter en invitasjon fra DNT, som spurte oss om vi ville ha en stand på Seniormarsjen 2012 som også ble arrangert på Sognavann. Selv hadde jeg ikke de største forventningene til dette, noe som viste seg ikke å stemme. Så mange spreke seniorer på et brett har jeg aldri sett, 500 påmeldte til start og de hadde tre alternative løyper som de kunne gå h.h.v. 3,5, 6, og 10 km.



Per Ivar og Kari Merete Horne DNT

Ikke bare gikk de, men de skulle danse også, noe de gjorde både før og etter marsj. Vi hadde en mengde med deltagere på besøk i vårt telt, og de spurte om det meste- måtte man være medlem for å gå?, kunne man gå på vinteren?, og var det klubber i nærheten som de kunne kontakte? Vi svarte på alle spørsmål og fikk mange fine tilbakemeldinger om vår virksomhet. Elin Prøysen sto for underholdningen, og det var flott med en konsert i friluft noe alle satte pris på. Etter fire hektiske timer var det over og etter ned pakking av utstyr, var det tid for å farte hjemover. Disse to arrangementene, var positive i forhold til vår virksomhet. Vi fikk vist oss frem, og det har jo så langt vært vår beskjedne side. Hvis vi for fremtiden kan bruke våre samarbeidspartnere i FRI FO til felles aktiviteter, så tror jeg det er veldig positivt for vår videre drift.

Per Ivar og Roy.



Trim før avgang

Den første Europiaden 7. – 9. sept. 2012



Europiade flagget

Den første Europiaden 7 – 9 sept. 2012
Etter en lang ventetid, og mye reklame rundt det nye på marsjfronten, var det endelig klart for den første Europiaden, og spenningen var stor. Forventningene til arrangøren var også ganske høy, de forventet ca 4 – 5000 deltagere hver dag, men slik gikk det ikke. 6290 deltagere fordelt på tre dager ble statistikken, er vel ikke dårlig det heller. Selv hang jeg meg med mine venner fra Fredrikstad, og starten gikk på onsdag morgen, med fly fra Rygge. Vel nede var det inn i leiebil og vi var klare for litt vandring. Det ble fire PV er på oss før det var klart med det vi var der for, Europiaden. Dette arrangementet var et samarbeide

mellom Tyskland og Luxemburg, startstedet i Luxemburg, var en flott liten by med navnet Echternach, stedet i Tyskland var Irrel, også et koselig sted. Fredagen var starten på herligheten, og den første vandring var president walk, og starttiden var mellom kl 14.00 og 17.00, og været var bare helt utrolig, blå himmel og sol, og ca 27 grader. Vi tok den korte løypa, for vi bodde et stykke unna, Trier var vårt utgangspunkt, et sted jeg var kjent med fra før. Turen var grei gikk en del i en flott park, med diverse flotte ting å se på. Koselig var det også å komme inn i målområdet, mange kjente fjes dukket opp, Horten var der med buss og 45 deltagere, så det ble en del hyggelige samtaler utover ettermiddagen. Norge hadde vel en ca 70 – 80 deltagere på dette arrangementet, bra det! Vel tilbake til Trier og en god dusj, var det ut for



Mye folk i løypa

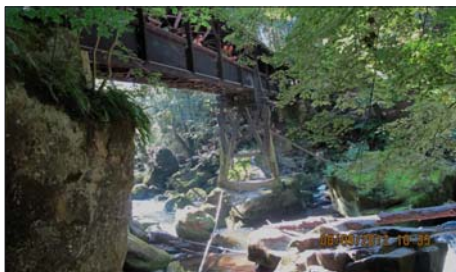
å få slukket både tørsten og sulten, en fin kveld ble det. Lørdagen kom fort og etter frokost bar det til Luxemburg, etter parkering av bilen, var det bare å entre en buss for videre transport opp til Irrel. 21 km var dagens mål, startkort ble kjøpt, så bar det av gårde og det var en flott løype, ingen tvil om

det, variert med en del asfalt, gjennom humleåkere, videre inn i skog og flotte stier, men også en del stigninger. Det er også fint at de legger løypene slik at det er litt å se på for deltagerne. Dagens vær ennå varmere en gårdsdagen, gradestokken dro seg opp mot 30 grader så vi kunne ikke klage på omstendighetene. Som nevnt, en del stigninger



Raste plass

var det, men når varmen er slik den var er det klart at det er ikke store kneika som skal til før man blir svett i panna. Ved målgang var det stemping av bøker, når dette var unnagjort var det tid for litt å tygge på og noe leskende ble det også. Alle i vårt reisefølge var fornøyde med dagen, det samme var de andre vi snakket med. Tilbake til vårt oppholdssted, og de samme rutinene som forrige kvelden ble fulgt, så ingen led noen nød. Søndagen kom fort den også, vi pakket og spiste frokost, så bar det tilbake til Luxemburg og Echternach, for siste løype som hadde en lengde på 23 km. Vi startet med det for øye at dagens løype var

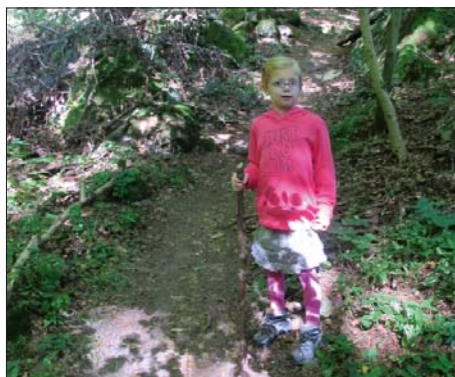


Nydelig krysningspunkt

litt snillere når det gjaldt stigninger, noe som viste seg og ikke stemme. Temperaturen denne søndagen passerte 30 grader, så det var rimelig varmt. Men dette er den mest fantastiske løype jeg noensinne har gått, skulle ønske at flere nordmenn hadde opplevd denne løypa, litt asfalt ved starten, men så var det slutt, flotte stier i skogen, fjellformasjoner man bare ser på film, trange passasjer man måtte smyge seg igjennom. Man kan nesten ikke beskrive dette, dette er noe man må oppleve selv, og det store samtaleemnet ved målgang var dette. De fleste glemte både varmen og de utallige stigningene, trappene og passasjene. I mål gikk samtalen om den fantastiske løypa, alle jeg tok en prat med sa det samme, helt utrolig.



Praktfull utgang på løypa



Noen får det til. Denne jenta 9 år ikk langløypa i to dager

Så var vårt besøk i denne Europiaden over, og hva var min vurdering av dette, kjempefint arrangement, alt gikk greit, med hensyn til registrering og stemping, fin atmosfære rundt det hele. Blir jo litt lettere å få stemning med slike steder, servering ved alle hjørner, grillmat, musikk og fornøyde deltagere, kan det

bli bedre!!, tror ikke det. Neste omgang med Europiade går av stabelen i tidsrommet 20 – 22 juni 2014, i Italia og byen Marostica, et samarbeide med Italia og Sydtirol. Dette er jo fine områder, så det blir spennende.

Turhilsen fra Roy Tait



Ja, vi skal gjennom her



En mengde med huler



Mye å beundre



Banemarsjen har blitt 30 år

Arrangeres for siste gang i 2013

Tekst: Tor Jakobsen

Søndag - 17.februar 2013 - går Banemarsjen for 30. gang.

Det er nesten nostalgisk å gå der, for løypene har ikke skiftet på alle disse årene, ikke en del av arrangørene / hjelperne heller. Det er ikke mange som har gått alle ganger - bare 3 stk. Men mange har gått over halvparten, og det er bra.

Årets marsj har ikke alle de gamle løypene, for rasteplassbrakkka er ødelagt/knust/destruert.

Men det blir vel litt på kontrollen, denne gangen også.

Vi håper mange kommer for å gå Banemarsjen søndag 17. februar - 2013.

Spesialpris på startgebyr(kun denne dagen) - banepriis.??

Vi har også på LØRDAG 16. februar Vinterseriemarsj kl. 10.00 og Banetrimmen kl.12.00

En veteran og en fersking

Tekst og foto: Kristian Stokdahl, Verdalingen



SPREKE JENTER: Tone Bardal og Mina Gravdal gikk til sammen 50 kilometer med sagamarsj i helgen.

Rekruttering

Til årets utgave av Sagamarsjen fikk hun med seg venninnen Mina Gravdal på turen. For den jevnaldrende jenta var det første gang hun var med.

- Jeg var med Tone til Finland på en marsj der tidligere i år, og nå ble jeg med hit. Det har vært noen fine turer, men vi får se om jeg blir en skikkelig marsjentusiast eller ikke, sier Gravdal.

- 16-åring er kanskje ikke de mest typiske marsj-deltakerne?

- Nei, det er ikke så mange av oss, men det må jo rekruttering til. Å gå turmarsj er en flott og trivelig aktivitet, poengterer Tone Bardal.

Over fjellet

På lørdag gikk de 25 kilometer over fjellet. På søndag gikk de like langt, denne gangen i mer sentrumsnære områder i Verdal.

Tone Bardal og Mina Gravdal er 16 år gamle begge to, men mens Tone er for veteran å regne i Sagamarsjen var det første gangen for Mina.

Tone Bardal kunne nemlig notere sin 16. deltakelse i Sagamarsjen i sitt 16. år.

- Hehe, ja da jeg var lita ble jeg trillet rundt løypa i barnevogn. Men nå går jeg selv og synes det er kjempefint, sier Bardal. Hun bor i Trondheim og spiller fotball i Utleira, men har tanter, onkler og søskenbarn i Høyem-familien i Verdal.



FORNØYD: Sagamarsj-general Stein Aksnes (til høyre) er fornøyd med oppslutningen i år. En av de som alltid kommer tilbake for å gå Sagamarsjen er Per Sæbø.

- Det var spesielt fint over fjellet da. Sola skinte og det var varmt å gå. Men også fint å sette seg ned. I turmarsj går man jo i det tempoet man selv vil.

Tone har naturligvis også vært med i verdens mest kjente turmarsj i Nijmegen i Nederland. Ellers er det de forskjellige tilbudene i trøndelagsregionen som brukes aller mest.

Stabilt deltakerantall

Sagamarsj-general Stein Aksnes forteller at deltakerantallet i år var ganske likt som i fjor. Det betyr om lag 1.400 små og store. Ganske jevnt fordelt på lørdag og søndag. På lørdag gikk turene med mellom svenskegrensa og Sul. Søndag var løypetraseene fra Stiklestad ut mot Trones og ned til Øra.

- Mange utlendinger kommer hit for å gå år etter år. Denne gangen var det 57 litauere, 70-80 svensker, 25 nederlendere, like mange tyskere og sågar to helt fra India som kom hit for å gå, forteller Aksnes.

Sang og marsj

En som ikke reiste riktig så langt var Per Sæbø fra Trondheim. Som leder i Nordenfjeldske sang- og marsjgruppe påhviler det nesten et ansvar å stille opp.

- Jeg gikk Sagamarsjen første gang i 1978, og det er ikke mange utgaver jeg har gått glipp av, forteller han. Nærmere bestemt var det 31. gang han gikk i år.

- Det var ingen ting å klage på. Oppe på fjellet kunne vi plukke multe og andre bær langs traseen, og da vi stoppet på Høgfjellsstøtta var det knallbra vær. Det er jo turen over fjellet som er selve sagamarsjopplevelsen, selv om det også er fint her nede - blant annet langs elvepromenaden, forteller Sæbø utenfor kultursenteret.

Verdensvant

Sæbø er en av de som reiser mye rundt i verden for å gå turmarsj, og tidligere i år var han i Barcelona.

- Man opplever så mye og får sett så mye gjennom turmarsjene. Det er naturligvis noe helt annet å gå omkring i områder enn å rase forbi i bil, sier Sæbø. Han har mange gode venner i turmarsjmiljøet.

- Vi er som en stor familie. I tillegg til at vi er en gjeng fra Trondheim som reiser mye sammen, treffer jeg igjen folk år etter år både i Sagamarsjen og i andre marsjer rundt omkring.



I Sagamarsjen 2012 (49 nde gang) var det 710 som gikk på lørdagen og 650 på søndag. Det var godt vær. Spesielt på lørdag var det topp marsjvær over fjellet.

Turen langs Gamla veggen (svenskene kaller den det) eller Karl Johans vei (som vi nordmenn sier) er en fin opplevelse for mange. Vi får mange gode tilbakemeldinger på det, spesielt fra

utlendinger. Av deltakerne var det i år 266 vandrere fra andre land. Bl.a 60 fra Litauen, Sverige 76, Tyskland 40, Nederland 30, India 2 og Australia 1, for å ha nevnt noen.

Nå ser vi fram til marsjen, neste år. I 2013 går vi for 50 nde gang. Håper mange vil ta turen til Sagamarsjen og være med oss i jubileumsmarsjen.

Beste hilsen
Kjell Woll Sigurdson
sekretær

Skolekonkurransen Prøysenmarsjen

Tekst og foto: Jeanette Sandbæk Håland, Ringerikes blad

For å motivere flere barn til å komme seg ut på tur har Brumunddal turmarsjforening invitert alle skoleelever til konkurranse. Den skolen som prosentvis har flest deltakere i Prøysenmarsjen får 1000 kroner.

Ideen kom i vår, da turmarsjforeningen ønsket å få til noe for barn og unge. I andre land er det veldig populært med marsjer for barn. I stedet for å legge veldig mye arbeid i å arrangere noe eget her fant vi ut at det ville passe fint å bruke Prøysenmarsjen til å motivere unge til å gå. Det håper vi blir en suksess, sier Heidi Frogner. Hun er pådriver fra turmarsjforeningens side og lærer ved Kilde skole.

Informasjon om marsjen og konkurransen vil bli sendt ut til alle skoler i kommunen. Jeg håper lærerne er flinke til å formidle dette slik at flest mulig skolebarn møter opp på Prøysenmarsjen 20. september, sier hun. Konkurransen er åpen for elever fra 1. til 7. trinn fra skoler i Ringsaker. De som deltar med startkort går innom og skriver sitt navn og klasstrinn på riktig skoleoversikt på stedet. Den skolen som prosentvis har flest deltakere vinner 1000 kroner til sitt elevråd. Hva man ønsker å bruke pengene på er opp til elevrådet. Det kan være alt fra fotballer til noe å spise. Elevene kan selv velge om de vil gå 10 eller 22 kilometer.



Knut Hovde i Brumunddal turmarsjforening forteller at det var om lag 200 unge som gikk Prøysenmarsjen i fjor.

I år håper vi det blir mange flere. Jeg er spent på å se hva slags respons vi får på denne konkurransen. Håpet er å få med flere barn og unge. Fysisk aktivitet er viktig, og dette er et lavterskeltilbud der alle har mulighet til å klare å gjennomføre. Vi vet at marsjen kolliderer med en fotballturnering i Brumunddal, men det er ikke først og fremst de elevene som allerede er fysisk aktive vi ønsker å nå. Vi vil særlig vise hva vi driver med til de som kanskje ikke er så aktive fra før, sier Hovde.

Håvar Rasmussen anbefaler Prøysenmarsjen på det sterkeste. Han har gått den en gang

tidligere og syntes at det var veldig moro. I år blir også klassekamerat Håvard Grønvold med.

Jeg fikk vite om marsjen av tremeningen min, som har gått den fire ganger før og syntes det var kjempegøy. Selv har jeg aldri prøvd, men jeg blir med ham i år og gleder meg til det. At vi nå kan være på en konkurranse gjør kanskje at enda flere blir med, og det er bra.

En håndsupprekning i klassen til Heidi Frogner viste at rundt halvparten av elevene hadde veldig lyst til å være med på årets Prøysenmarsj.

Vi oppfordrer alle som har mulighet til å bli med. Ta gjerne med resten av familien også, sier Frogner og Hovde.

Kilen Speidermarsj 30 år

Tekst: Sverre Thorstad - Foto: Berit Nilsen, Åsnes Finnskog



*Speiderleder
Turid Myrvold*

Arrangerte ØK-gruppen Kilen 1. KFUK sin 30. speidermarsj. Start og mål var som vanlig lagt til Kilen skole, Åsnes Finnskog. Det var løyper på 5-10 og 20 km. Været var strålende med noen minusgrader tidlig på morgenen, som gjorde det litt glatt på enkelte steder. Den første speidermarsjen ble arrangert i 1982.



Saftstasjon

Marsjen har vært en del av Solørmarsjen om dessverre ble nedlagt foran 2012 sesongen. Gerda Hofgård og Turid Myrvold, to av drivkreftene, forsikrer at denne marsjen vil leve videre. På jubileumsmarsjen deltok 91 deltagere.

Storsjømarsjen 2012

Tekst og foto: Sverre Thorstad



Rasteblassen

Storsjømarsjen ble arrangert for 19. gang i 2012. Start og mål var lagt til Mo Kommunehus like ved Mo kirke i Nord-Odal. Det var start fra kl 09-12 og løyper på 5 og 11km. Langløypa på 25 km måtte ut av programmet, da en del av den sto under vann etter et kraftig regnvær. 5km løypa var ganske lett. Den hadde ett mellomparti som var litt tungt. 11 km hadde den samme profilen som 5 km med rast på det høyeste punktet.

Oppslutningen om marsjen var ikke allverden. Det ble 47 deltagere som gikk en av de to løypene. Det var 3 mindre en i 2011.

Etter marsjen var det forfriskninger å få kjøpe for en billig penge.

Nord-Odal turmarsjforening stod som arrangør. Leder Kjell Soløst var fornøyd med oppslutningen. Vi fikk ikke en dråpe regn under marsjen, sier han



Leder Kjell Soløst



Ove Grønnerud - påmelding og stemping.

Mosjømarsjen 2012

Tekst og foto: Sverre Thorstad



Elin Finstad og Ottar Westerhaug

Mosjømarsjen er den 14. eldste turmarsjen i Norge med IVV og ble arrangert for 36. gang 5. august 2012. Start og mål var som alltid lagt til Jonsbu Grendehus ved Pokosjøen i Løten. Løypene var 5-12 og 20 km og etter alt regnet i den siste tiden, var løypene veldig fine. I de første Mosjømarsjen var det også 30 km, og det var over 1000 deltagere. Det er Mosjø-utvalget i Løten idrettsråd som står som arrangør, og det er Torild J Edvardsen som har vært leder for utvalget siden 2004. Funksjonærstaben har vært veldig stabil men på 1980 tallet var det problemer med å få arrangert marsjen. Men så var det disse ildsjelene da. De ville la marsjen leve videre og det gjør den. Et fint arrangement som ender opp med 50 deltagere, og av disse gikk 9 stk 20 km.



Leder Torild J Edvardsen

Hva er det som får deg så engasjert Torild? Det går nok tilbake til den tiden da barna var små og vi deltok i mange 0-løp. Da ungene ble store og vi voksne søkte etter noe nytt, ble det Mosjømarsjen. Dette er nok noe mange av oss har fått inn i blodet, sier hun. Torild sier hun har gått flere marsjer, Prøysenmarsjen og marsjer på Hamar og i nærheten.

Ottar Westerhaug, som fyller 91 pr i 2012, har fått med seg alle 36 Mosjømarsjene. Otto forteller at han drev med skihopping og orientering i sine yngre dager. Han går sine daglige turer for å holde seg i form. Det er viktig og ikke havne i godstolen, sier han. I dag ble det en 5 km. Det var en opplevelse å se denne mannen gå. Han minnet meg om en kjent skiløper fra Trysil.

Elin Finstad har også fått med seg alle 36 Mosjømarsjene. Hun er bare halvparten så gammel som Ottar. Elin er født og oppvokst bare noen meter fra grendehuset. Hun forteller at hun som ung drev med friidrett. I dag bor og jobber hun i Elverum.



Grethe Thommasen, Kristen Westjordet, Gunnar Pettersen.

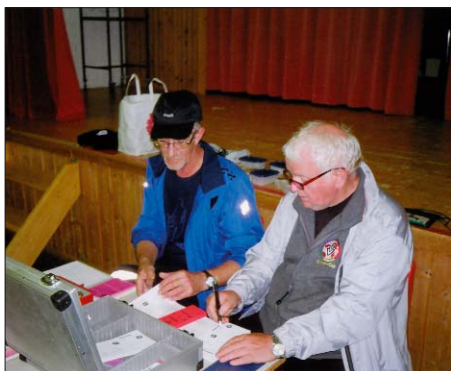
Vålertrimmen 2012

Tekst og foto: Sverre Thorstad



Lørdag 18. august ble Vålertrimmen arrangert for 7. gang med start og mål ved Vålerbyen skole. Arrangør var Våler Turmarsjforening. Løypene var 6 - 13 og (19) km. Været var ikke det aller beste, regnet fortsette å sile ned. Dette preget løypene noe. Det deltok 40 stk. Det var ikke så mange fra arrangørklubben. Men de nærliggende klubber var rimelig bra representert.

Våler Turmarsjforening er ikke av de største, men de har en veldig aktiv leder i Bjørn Henrik Wernberg. Han reiser og er med på veldig mange marsjer. Dette er noe klubben får igjen for på sine egen arrangement.



Ola Nygård og Bjørn Henrik Wernberg tar seg av påmelding og stempeling.



Bjørn Henrik Wernberg orienterer litt for start. Han er klubbens leder.

Nittedalsmarsjen 2012 - 30 år

Tekst og foto: Sverre Thorstad



Bjørn Kristiansen, leder i Nittedal Turmarsj peker og forklarer til de aller fleste. Dett ble gjort på en enkel og grei måte, lett å forstå.

Det var Nittedal il som startet Nittedalsmarsjen og arrangerte den til til og med 2007. Nittedal Folkesportforening i 2008 og 2009. Så ble det Nittedal Turmarsj i 2010 og 2011, som også arrangerte årets jubileumsmarsj. Start og mål var Sørli skole, og da var tiden kommet til å prøve noe nytt. Det var 4 løyper og 4 IVV stempler.

12 km	Nittedalsmarsjen	+ IVV stempel
5 km	Høstvandring	+ IVV stempel
5 km	Ivars løype	+ IVV stempel
5 km	Kruttrunden	+ IVV stempel



Salg av startkort og stempeling gikk uten problemer. Vi ser Gunn Stabbetorp til venstre og Benny Harjo ordner sine kort. I sekretariatet sitter Liv ig Sonja.



Anita Lopez-Pedersen og Anne Kristiansen hadde mye godt å servere i sin «kafeteria».

Her var det bare å velge løype og sette i gang å gå. Komme til mål, få stempel og du kan velge neste løype, betale og gå i gang. Du kan gå den kombinasjonen du selv ønsker. Er du flink nok kan du få 4 IVV stempler på en dag på samme sted.

Starttid for 12 km var 9 til 12 og for 5 km 9 til 13. Alle måtte være i mål innen kl. 15. Det ble et litt annerledes arrangement enn det



Oddvar Leivestad fra Råholt prøvde sykkelen i det fine været.

vi er vant til i turmarsj. Vi gikk en runde, så inn for å stemple. Kjøpe nytt startkort, kanskje en kaffekopp og en vaffel før vi begynner å gå igjen. Tror dette ble et arrangement som mange likte. Kanskje får vi flere slike arrangementer i tiden som kommer. Været var veldig bra,

løypene var bra etter nattens kraftige regnvær, og godt merket. Nittedalsmarsjen hadde 147 startende. Totalt på hele arrangementet 272 starter. Det var bare 3 som benyttet sykkel.

Gratulerer med de første 30 år!

Elverummarsjen 2012 - 30 år

Tekst og foto: Sverre Thorstad



Langveisfarende Otto Aursand fra Frosta mot mål.



Sigrid Øvergård og Kåre Helsingeng tar seg av påmelding og stempling

Elverum-marsjen feirer 30 års jubileum i år og jubileumsmarsjen hadde start og mål på Søbakken skole, som det alltid har vært. Løypene ble justert litt etter hvert i de første årene. Nå er det 5-10 og 20 km som går sammen forbi Elverum Folkehøgskole og rundt Sagtjernet. Dette er et fint område, videre gjennom et boligområde før 10 og 20 km går inn i et meget fint skogsområde. Kortløypa går da mot mål. Løypene var veldig godt merket og de var tørre og fine, ja de fikk mye ros for løypene sine. De var heldige med været. Torbjørn Kittelsen leder i Elverum

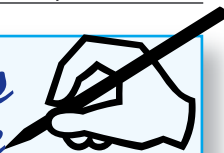


Torbjørn Kittelsen orienterer før start

Turmarsjforening de siste årene var godt fornøyd med 55 startende og selve arrangementet.

Lesernes hjørne er åpent for deg!

*Lesernes
hjørne*



- Send oss gjerne noen ord om hva du mener om turmarsj i Norge.
- Ris og ros.
- Innlegg kan gjerne settes inn under psevdonym, men redaktøren må ha navn og adresse.

Innlegg sendes til: Turmarsjnytt, Øvre Nygård 12A, 1482 Nittedal
eller E-post til: bjo-rod@online.no

Hva gjør vi nå? (2)

Av Sigvald Grøsfjord sr.

I Turmarsjnytt 3/12 er det to innlegg med tilknytting til mitt innlegg i Turmarsjnytt 2/12, replikken fra Åke Sjøblom og «Hjertesukk fra en (relativt) ung marsjer» som er anonymt, og vel heller ikke er tenkt som noen replikk til meg.

Innleggene er med på å skape bredde i diskusjonen, og jeg vil her la dem stå på egne ben. De er en del av det underlaget som behøves videre. Allikevel vil jeg legge til at kjernen i det hele er at det dessverre er ikke de nødvendige menneskelige ressursene tilgjengelige som kreves for å gjøre nye tak. De gamle blir eldre og de unge velger andre aktiviteter. Vårt sosiale nettverk er vel heller ikke godt nok, og det medfører nok at vi ikke tar oss så godt av nye deltakere som vi burde men det er kanskje ikke så urimelig siden de fleste har funnet sin «gjeng» etter mange år med turmarsjer.

Jeg vil gjenta fra forrige innlegg at vi må ha en innovasjon som fenger også de yngre dersom vi skal utvikle sporten vår. Videre behøver vi vel en organisatorisk gjennomgang og fornyelse innenfor de muligheter vi har.

Her vil jeg komme med to konkrete forslag som utgangspunkt for videre funderinger:

1. Vi ser at det er mange mennesker som er ute og går tur, men at det ser ut til at de vil gå når de vil, hvor de vil og med hvem de vil. Vårt «tilbud» til de som vil gå er jo arrangementene og stempel. Med minkende antall arrangementer og færre deltakere bør vi kanskje frigjøre oss fra de faste arrangementene og satse på stemplingen. Det kan vi gjøre ved å utvikle et elektronisk «marsjkort» basert på klokke, kode og GPS, noe i stil med puls klokker, GPS og lignende. Jeg har sett på tilbud som allerede finnes og tror at vi kan finne en løsning som ligger innenfor det akseptable. Det beste hadde selvfølgelig vært om det kunne løses med en smarttelefon.

2. Forbundet lager et nettsted der en kan laste ned sine data, slik at NTF registrer tid løype og deltaker og kan sende diplom og merker etter hvert som delmålene nåes. Jeg tror at utvikling av elektroniske «marsjkort» og tilhørende nettsted ligger innenfor det vi kan makte. Første trinnet er å utarbeide en

kravspesifikasjon for å bestemme hva vil ha. Har vi kompetanse til det blant medlemmene? Jeg tror det. Får vi det til kan medlemmene gå hvor de vil, når de vil og med hvem de vil.

3. Det er ennå ikke kommet noe om neste forbundsting til allmuens kunnskap, men det er nok noe det arbeides med sentralt. I den situasjonen vi er i vil jeg komme med forslag om at en for det første ser vekk fra hvorledes tidligere ting har vært gjennomført, og gjør et unntak for tinget i 2013, slik at dette tinget kan bruke hele den tiden som ikke medgår til den nødvendige formelle delen til å drøfte og legge grunnlaget for turmarsjmiljøets videre utvikling. For det andre vil det etter en slik grundig drøfting være naturlig å se på om det bør og kan

gjennomføres en fornyelse av tillitsmannsapparatet. Her burde en se på muligheten for at tillitsvalgte ikke gjenvelges mer en gang for å få en løpende fornyelse. Vi er jo i en håpløs situasjon som organisasjon om vi ikke makter å finne nye kandidater.

Tingdeltakelsen tar reisetid og koster en del for de som må reise langt. Jeg foreslår at tinget starter på lørdag eller lunsj og går fram til søndag til lunsj, at møtestedet legges til en av de sentrale flyplassene og at forbundstingsmarsjen sløyfes. Da vil vi få to forhandlingsøkter og en felles middag lørdag kveld. Det kan gjøres mye på den tiden. Målet for tinget må være en plan og mål for arbeidet fram til 2015 og det kreves at vi oppnår rimelige mål dersom forbundet skal leve videre.

"REPLIKK TIL "HVA GJØR VI NÅ ?"

Viser til Sigvald Grøsfjord sr. sitt innlegg som vi har fått anledning til å lese. Dette er et interessant innspill og vi kan bekrefte at dette vil bli behandlet i vårt neste styremøte fastsatt til den 08. desember 2012.

*Med vennlig hilsen
Norges Turmarsjforbund
Per Ivar Lanesskog
Daglig leder*

Busstur til Nijmegen

Brumunddal Turmarsjforening skal også i 2013 arrangere busstur til DE4DAAGSE i Nijmegen, Nederland.

Turen starter lørdag 13/7 og vi er hjemme igjen 21/7. Bussen går fra Lillehammer via Oslo, Gøteborg og til Kiel.

Derfra helt fram til bostedet vårt i Nijmegen. (Et kvarters gange til start). Vi overnatter på sal, i senger, og de som ønsker det kan kjøpe middag der vi bor.

Interesserte kan henvende seg til Even tlf. 92 61 92 18 eller Sverre tlf. 95 88 19 66

UT PÅ TUR?



Witusen & Jønsen

**Sov godt og rimelig
hos Norske Vandrerhjem!**

Bestill overnatting i dag på www.hihostels.no



Våre dyner og puter
er levert av JYSK
www.jysk.no



Norske Vandrerhjem



Samarbeidsavtale med norske vandrerhjem

Vi kan formidle den hyggelige nyheten at det er etablert en samarbeidsavtale mellom Norske Vandrerhjem og Norges Turmarsjforbund.

Avtalen innebærer gratis medlemskap for alle som er registrert i våre klubber og ved å følge linken <http://kampanje.hihostels.no/norgesturmarsjforbund/> kan dere bli registrert som gratismedlemmer i tillegg til å kunne skrive ut medlemskortet som bekrefter medlemskapet hos Norske Vandrerhjem.

Videre kan dere lese om Norske Vandrerhjem på www.turmarsjforbundet.no ved å klikke på linken [NTFpresentasjon2012 \(2\)](#).

For de som ikke har tilgang til internett og vil benytte anledningen til å tegne et gratis medlemskap samt lese om Norske Vandrerhjem så ta gjerne kontakt med oss på

forbundskontoret eller ring direkte til Norske Vandrerhjem på telefon 23 12 45 10

Litt frem i tid er avtalen at det planlegges en oversikt hvor vandrerhjem kobles mot alle våre registrerte klubber. Dette vil da bl.a. gi muligheter for å legge ut vårt medlemsblad og informasjon om våre turmarsjer på de aktuelle vandrerhjem.

Vi ser frem til et fremtidig godt samarbeide med Norske Vandrerhjem og håper at alle medlemsklubber ser mulighetene og vil benytte seg av fordelene med et gratis medlemskap, samt ser muligheter for at det kan avholdes møter og evt. overnatting for større grupper i tilknytning til marsjer eller andre typer arrangementer.

Per Ivar Lanesskog

Litt fra årets Nittedalsmarsj

Av Bjørn

På Årets Nittedalsmarsj hadde vi 4 IVV stempler og 4 løyper. Vi prøvde ut konseptet "kjøp og gå", dvs ingen fast starttid. Gå ei løype, stemple kortene, kjøpe ett nytt startkort og ut igjen.

Mange hadde liten tro på konseptet, og vi var også spent. Den største utfordringen kom i sekretariatet, men det viste seg at damene (Liv og Sonja) hadde full kontroll. Turmarsjerne var meget fornøyd, og slik

som opplegget ble, var det stadig folk ute i løypene. Så kom de inn, stemplet, kjøpte nytt startkort og en liten rast i kafeen, før de la ut på neste. De fleste tok 2 løyper, noen flere 3 og en 15-20 tok alle.

Totalt ble det kjøpt ca 100 startkort på de 3 ekstra løypene. Det er også viktig at vi tenker på vår egen menighet. Det er jo tross alt disse som holder hjula i gang. Derfor dette tilbudet.

De første 180 dager...

Etter påske i år startet jeg opp i stillingen som generalsekretær i daglig leder i Norges Turmarsjforbund. Utgangspunktet var sviktende medlemstall i klubbene våre og synkende deltakerantall fordelt på alle de turmarsjene vi arrangerer i løpet av året. Dette til tross er det med stor ydmykhet og respekt jeg registrerte den store innsatsen medlemmer, arrangører og ikke minst tillitsvalgte har nedlagt over flere tiår i forbundet. Hva skal vi gjøre for å snu denne negative utviklingen som vi har erfart over en periode på flere år?

Dette er en problemstilling hvor det er viktig fremover å jobbe systematisk og langsiktig ved involvering av organisasjonens medlemmer. Det er et stort potensiale av engasjement, kompetanse og gode intensjoner blant NTFs medlemmer og utfordringen er å finne en arbeidsform som kan skape begeistring og som virker.

Det må skapes en bevissthet på:

- Forbundets kjernevirksomhet
- Våre viktigste målgrupper
- Finansiering av virksomheten
- Viktige støttespillere- samarbeidsorganisasjoner
- Hvordan vi kommuniserer internt og eksternt

Dette kan høres ut som vel enkelt, men erfaringen viser at det mange ganger er det enkle som virker.

Vi roter oss ofte bort i kompliserte bortforklaringer og lange utredninger som ikke gir den energi som er nødvendig for å lykkes i en frivillig organisasjon. Derfor er det viktig å bevisstgjøre oss og bli enige om hva som kan gjøres bedre eller annerledes.

På forbundskontoret arbeider vi målbevisst for å snu trenden. Det er tilført flere ressurser og iverksatt tiltak for å bedre økonomien. I den forbindelse er Turmarsj nytt, terminlisten og vår hjemmeside arenaer hvor vi kan gjøre tilpasninger for å øke annonsesalget, øke antall abonnementer og tilføre informasjon som kan gi inspirasjon til å fortsette arbeidet for alle våre medlemmer og inspirasjon til alle nye lesere som har lyst til å gå en turmarsj. Videre er det et godt samarbeide med medlemsorganisasjonene i FRIFO. Det holdes månedlige møter hvor vi utveksler felles erfaringer og utfordringer i tillegg til å ha felles front mot myndighetene for å legge de økonomiske rammebetingelsene til rette for et aktivt friluftsliv.

Vår rolle for å øke forståelsen av fysisk aktivitet og sosialt fellesskap er betydelig. Potensialet er stort med tanke på å gi befolkningen økt livskvalitet og bli fysisk mer aktive. Jeg vil takke styret, medlemmer, arrangører og deltakere for at jeg har blitt så godt mottatt og ikke minst for den innsats dere har gjort i år. Videre en hennør til Rana Turmarsjklubb for et prikkfritt arrangement av Norgeslekene i 2012. Det er med lyst og optimisme vi skal arbeide videre fra forbundskontoret. La oss i fellesskap benytte de mulighetene som 2013 gir oss. God jul til alle og godt nytt turmarsjår !

Med vennlig hilsen
Per Ivar Lanesskog

Litt fra NTFs styremøte nr. 2/2012, 1. september 2012

15/12

Henvendelse fra Namsos turmarsjforening

Det er kommet en henvendelse fra Namsos Turmarsjforening med forslag om toppturer i Namdalseid og Høylandet. Kopi av epost fra dem med vårt svar følger vedlagt.

Vedtak:

Godkjent i AU møte den 20.juni 2012.

16/12 **Forespørsel fra Sigdal Røde Kors**

Vi har mottatt forespørsel fra Sigdal Røde Kors vedr turmarsjarrangement fra Haglebu til Haglebunatten. Mottatt epost følger vedlagt.

Vedtak:

Godkjent i AU møte den 20.juni 2012.

18/12 **Hva gjør vi nå ? Med referanse til innspill i Turmarsjnytt nr. 2-2012**

Dette refererer seg til et innlegg innsendt av Sigvald Grøsfjeld sr. Saken presenteres for evt. kommentarer.

Vedtak :

Orienteringen tas til etterretning og blir en del av grunnlaget for et planlagt miniseminar i forkant av Forbundstinget lørdag 09. mars 2013. Det var enighet i styret om å kontakte generalsekretær Lasse Heimdal i FRIFO i forhold til om han kan tenke seg å holde et åpningsinnlegg på planlagt miniseminar og at dette skal være en del av grunnlaget for diskusjonen under seminaret.

20/12 **Eventuelt**

1. Endring av stempingsregler for rundvandring

Vi foreslår at det stemples ett deltagerstempel for hver løype og km for tilbakelagt distanse. For Oslo RV vil det bety 8 deltagerstempel og 120 km for fullført vandring. Forslaget er innsendt fra Tor Jakobsen i Oslingen som arrangerer Oslo Rundvandring.

Vedtak :

Det henvises til regler for rundvandring pkt. 7.3.8 og gir ikke anledning til endringer jfr. fremsatt forslag. Det henvises til det internasjonale regelverket hos IVV.

VELKOMMEN TIL FORBUNDSTINGET 2013

Forbundstinget arrangeres lørdag 9. mars 2013 på Radisson BLU Royal Garden Hotel i Trondheim.

Invitasjoner vil bli sendt ut sammen med programmet i begynnelsen av desember.

Utglemmelse Turmarsjnytt nr 3/2012

På side 13, Nissemarsjen, i teksten, var ett navn på de gode hjelperne fra Nord-Odal, falt ut. Egil Stensby er også med som hjelper. Turmarsjnytt beklager glippen.



T-SKJORTE, marine/grå
kr. 120,-



BODYSAFE
kr. 55,-



MAGETASKE m/logo
Kr. 115,-



GENSER m/logo
kr. 249,-
Str S - XXXL - rød marine

TURMARSJ FOR HELSE OG TRIVSEL!

Ingen konkurranse – Ingen aldersgrense





Sverres portretter

av Sverre Thorstad

Oskar Stensby - 95 år

Oskar er født 5/11-1916, bor i Garvik (Nord-Odal kommune) sammen med sin kone på 90 år. Som ung syntes han at det var moro å være med på å gå langrenn. Han husker et skirenn som gikk fra Austvatn til Folkets hus på Brandval. Løpet var på 30 km. Oskar gikk for ett inrettslag



som hette Knuppen. Dette var rennet han var med på flere ganger.

Et annet skirenn som han husket godt, gikk fra Hoff i Solør til Garvik. Dette var også på 30 km og hette "Nøkkelvannsløpet". Her var han mange ganger.

Turmarsj startet han med i vel voksen alder. Det begynte med at en gjeng fra Nord-Odal begynte å reise rundt på forskjellige marsjer. Han husker veldig godt Grindermarsjen, Grue/Finnefeiden og Fæsamarsjen på Braskereidfoss. Han har også gått flere marsjer på Hamar og Eidsvoll. Som ung begynte han i skogen å hugge tømmer. For å få tømmeret fram til vei, ble det brukt hest. Da det ble mindre å gjøre i skogen, reiste han til Oslo for å få seg arbeid. Det jobbet han som grunnarbeider og sementpusser.

Han har ingen spesiell hobby. Derfor synes han at det er moro å få være med på rast i Storsjømarsjen.



Per Ivar Lanesskog

Vi på kontoret

Alle henvendelser til kontoret kan sendes til:

Boks 147, 1471 Lørenskog,
ntf@turmarsjforbundet.no,

Telefon 67 90 55 36 i tiden 8.30 - 14.30 man - fre
eller faksnummer 67 90 91 44.



Inger Sørлие

Nytt fra styret og administrasjon **FORBUNDSAKTUELT**

Innmeldinger:

Lagets navn:

Klæbu IL

Finnskogledens Tur- og Vandreforening

Odd Fellow Loge 153 Olavskilden

Medl.nr.:

783

784

785

Fylke:

ST

HE

AK

NTF ønsker velkommen som medlem og ønsker lykke til med kommende arrangement.

KALENDER FOR 2013 - VIKTIGE DATOER

1. Halvår:

Medlemskontingent for 2013

Giro for innbetaling av medlemskontingent, kr 500,-, sendes ut uke 50.

Kontingenten forfaller til betaling 31. januar.

Vinterserien 2012/2013

1. november 2012 – 31. mars 2013

Medalje bestilles hos region-/serieleder senest 31. mars.

Årets motiv: Røyskatt

Turmarsjnytt nr. 1/13

Nr. 1 sendes ut i uke 10, fra 4. mars.

Deadline for stoff: 1. februar.

Turorientering

Nye arrangører:

Innsendelse av opplegg for godkjenning og fastsettelse av antall stempler senest 31. mars.

Tidligere arrangører:

Bekreftelse på at tur-o også skal avholdes i 2013 sendes innen 31. mars.

Sommerserien 2013

1. april – 31. oktober.

Påmelding innen 1. februar.

Medalje bestilles hos region-/serieleder senest 31. oktober.

Årets motiv: Ikke bestemt

Vårsleppet

Fra 12. april til 14. mai.

Påmelding innen 15. mars.

Årets motiv: Løvetann

WORLD WALKING DAY

Onsdag 2. mai eller påfølgende helg.

Påmelding innen 15. april.

Turmarsjnytt nr. 2/13

Nr. 2 sendes ut i uke 22, fra 27.mai

Deadline for stoff: 6. mai.

Sommertrimmen

Fra 19. mai til 18. juni.

Påmelding innen 19. april.

Årets motiv: Fossekall

Terminliste - Turmarsjer i Norge 2014

Foreløpig liste fra NTF med detaljopplysninger sendes ut senest i uke 31.
Tilbakemeldingsfrist for opplysninger 31.august 2013.

2. Halvår:

Høstvandringen

Fra 25. august til 24. september.

Påmelding innen 1. august.

Årets motiv: Villbringebeær

Vinterserien 2013/2014

1. november 2013 – 31. mars 2014.

Påmelding innen 1. september.

Årets motiv: Bjørn

Turmarsjnytt nr. 3/13

Nr. 3 sendes ut i uke 36, fra 2. september.

Deadline for stoff. 12. august.

GA FOR ÅPENHET

Uke 41, 8. – 14. oktober

(med forbehold om endring av uke)

Påmelding innen 5. september.

ROSA SLØYFEMARSJ

I hele oktober.

Påmelding innen 1. september.

Terminliste - Turmarsjer i Norge 2014

Sendes ut i uke 50, fra 9. desember.

Turmarsjnytt nr. 4/13

Nr. 4 sendes ut i uke 50, fra 9. desember.

Deadline for stoff: 4. november.

Norges eldste landsomfattende vandring, Julemarsjen

Fra 26. desember til 2. januar.

Skoler og barnehager: 1. des.-15. jan.

(ikke IVV)

Påmelding innen 15. november.

HJEMMESIDEN

Følg med på vår hjemmeside.
Vi vil forsøke å holde dere oppdatert på nyheter og endringer til enhver tid.

www.turmarsjforbundet.no



Avsender:
NTF
Boks 147
1471 Lørenskog



Fra Finnskogsleden

Foto: John Stensbye