

TJALVISTEN

MEDLEMSBLAD FOR



IDRETTSKLUBBEN TJALVE

Nr. 1 Juni 2019

104. årgang

Jentene best i YT Holmenkollstafetten!

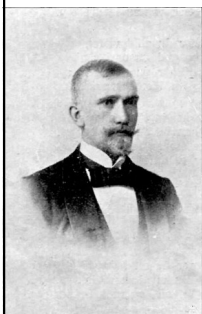


Etter å ha løpt inn til 2. plass i fjorårsutgaven av stafetten, var kvinnelaget til Tjalve igjen tilbake på toppen. Etter at alle hadde prestert opp mot sitt beste og enda litt til, vant de en suveren seier foran IL i BUL. Seiersmarginen ble ca. 1.30 min. Se reportasje fra stafetten fra side 24.

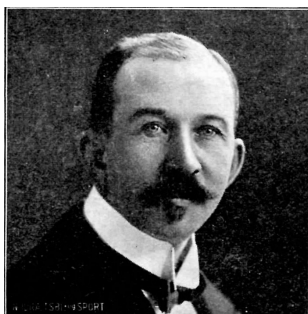
Foto: Eirik Førde



Idrettsklubben Tjalve



Asbjørn Bjerke



Gustav S. Thorp



Oscar Fredriksen

Idrettsklubben Tjalve ble stiftet tredje juledag 1890 av tre unge menn, Gustav S. Thorp, Oscar Fredriksen og Asbjørn Bjerke. Thorp med sine 24 år var den eldste, 19 år gamle Bjerke den yngste. Alle tre var utbrytere fra Kristiania Sportsforening, som var blitt dannet i 1887 og ble oppløst allerede i 1893. Etter en rekke opphissede diskusjoner i Sportsforeningen, blant annet om amatørspørsmålet, trakk de tre seg ut sent i 1890. Om kvelden tredje juledag møttes de i "den nye bodega i Prinsens gade", og der "beseglede" de dannelsen av den nye klubb med "et glass vin og et haandtrykk". I sin beretning om begivenheten 15 år senere konstaterte Gustav Thorp tørt at dette "var visstnok den mindste forening, baade her i landet og ellers, men vi var til gjengjeld enige og opfylt av iver for sagen"

Styret 2019

Leder: Egil Reidar Osnes	99040599
Nestleder: Svein Søndena	95232321
Styremedlem: Ada Holmen	90508756
Styremedlem: Andreas Høiby	90588223
Styremedlem: Grete Etholm	91550693
Styremedlem: Andreas Gjesdal	93651020
Varamedlem: Benedicte Hauge	95025033

Daglig leder: Matias Lavik	45204125	matias@tjalve.no
Sportslig leder: John Ertzgaard	92899929	ertzgaard@tjalve.no
Arrangementskoordinator: Eirik Røe	90632141	

Tjalvisten

Redaksjonskomite: Matias Lavik	45204125	
John Ertzgaard	92899929	
Bjørn Henriksen	91793453	bjorn-he@online.no

IK Tjalve

Underhaugsveien 1
0354 Oslo
Postboks 5905 Majorstuen
0308 Oslo
Telefon: 22 60 43 40
E-post: mail@tjalve.no

Web: www.tjalve.no



I dette nummeret

Innholdsfortegnelse	2
Redaksjonens hjørne	3
Organisasjonskart	4
Styret i IK Tjalve	5
Krav og kriterier 2019	6
Vintertrening i Florida	8
Bassen sprint	10
Innendørs sesongen	11
Rekord av Markus Rooth	14
Topp 20 plasseringer	15
Egill Hansen 90 år	16
Protokoll fra årsmøte	17
Rapport fra Friidrettstinget	19
Ny styreleder	20
Ole Petter Sandvig 75 år	21
Terje Haugland 75 år	22
Berit Berthelsen 75 år	23
YT Holmenkollstafetten	24
Suveren seier til kvinnelaget	27
Lagoppstillinger stafetten	28
Etappetider stafetten	30
Annonser	32
Stafetten i bilder	34
Jubilanter	42
Fra HK-stafettens historie	43
Stafett-NM	45
Diverse resultater	46
Leif Roar Falkum 70 år	48
Mads H. Andenæs 1940-2019	49
Solveig Hernandez Vråle	49
Tjalvelekene	50
Verdensstatistikken	53
Tyrvinglekene	53
Oslo Bislett Games	54
Fra friidrettens historie	57
Audun Boysen	58
IAAF Hammer Challenge	60
Sollentuna Grand Prix	60
Diverse resultater	60
Sanne Njaastad	61
Klubbrekorder pr. 30.06	62
Tjalvetøy	63

Universiaden

Følgende utøvere fra Tjalve er uttatt til å representere Norge under Universiaden som avholdes i Napoli, Italia 8-13 juli.

Joachim Sandberg 400 m hekk

Marius Bull Hjeltnes tresteg, evt. også lengde.

Vi ønsker gutta lykke til!

Redaksjonens hjørne

På årsmøte for 2018 ble Egil Reidar Osnes valgt til ny leder etter Svein Søndena. En presentasjon av den nye lederen finnes på annet sted i dette nummeret av Tjalvis-ten. Det ble ellers vedtatt at styret skal kuttes ned fra ni til seks personer. Grunnen til dette er at vi nå har en admini-strasjon på tre personer som tar mange av de funksjonene styret hadde tidligere.

YT Holmenkollstafetten 2019 ble en gedigen suksess for IK Tjalve. Flere enn 2400 lag påmeldt, noe som er ny rekord. Hvis dette fortsetter i årene framover kan Tjalve se lyst på framtiden rent økonomisk. Det er ingenting for øyeblikket som tyder på at joggebølgen er på vei nedover.

Gledelig var det også at kvinnelaget tok tilbake tronen da de vant en suveren seier i kvinneklassen. Herrelaget ble nr. 3 et stykke bak IL Gular, men ikke uten dramatikk. Vår mann på berg og dalbane etappen hadde fått oppgitt feil frammøtetid. Dette medførte at vi her tapte ca. 1 minutt. Hadde ikke dette skjedd hadde nok Gular fått mer konkurranse, selv om det er tvilsomt om vi hadde slått dem. Neste år skal vi være tilbake på toppen.

For noen uker siden fikk Markus Thomsen en prolaps i ryggen og måtte opereres. Dette kom veldig ubeleilig. Markus har hatt en god innendørs sesong hvor han satte personlig rekord i kule med 20.58 m. Markus er på bedringens vei og har allerede begynt å støte med lettere kuler. Han håper å være tilbake i god form til U23 EM i Gävle i midten av juli.

Eivind Henriksen har allerede pyntet på sin norske rekord i slegge. Det skjedde under et stevne i Fränkisch-Crumbach 9. juni. Resultatet ble 78.25 m, en kraftig økning fra 76.86 m som han oppnådde under finalen i EM i fjor. Selv om en del av de andre kastene han har gjort i konkurranse ikke har vært i nærheten av denne lengden, har han som første Tjalvist klart kravet til VM i Doha i oktober. Vi får håpe på mer stabilitet etter hvert.

Under Oslo Bislett Games klarte Karoline Bjerkeli Grøvdal kravet på 3000 m hinder med klar margin. Karoline har vært syk i en lengre periode og trenger nok noen uker før hun er i gammelt godt slag.

Hvilke andre har så muligheten til å klare kravet til VM i Doha? Tonje Angelsen må hoppe 1.94 m i høyde. For øyeblikket virker det langt unna, men ting kan snu fort.

Hedda Hynne må klare et krav på 2:00.60 på 800 m. På Bislett fikk hun hele løpet ødelagt på grunn av et fall. Under et Grand Prix stevne i Sopot, Polen 23.juni løp hun på 2:01.61. Hun er nå veldig nær kravet. Resultatet er ny klubbrekord i Tjalve. Dermed er det satt to ny klubbrekorder så langt i år. Klubbrekordene i Tjalve er meget gode og dette er ikke noe som skjer hver dag.

Markus Thomsen er for øyeblikket det store spørsmålstegnet. Vil Markus blir så frisk at han klarer kravet på 20.70 m? Han har forholdsvis god tid på seg hvis skaden leges som den skal. Laguttaket er 8. september.

Av våre yngre utøvere har følgende klart krav til internasjonale mesterskap. Lakeri og Kaitesi Ertzgaard har klart kravet til U20EM på 400 m. Lakeri har også klart kravet til EYOF. Malin Edland har klart kravet til U23EM

Redaksjonen



Matias Lavik



John Ertzgaard



Bjørn Henriksen

på 800 m, og Sanne Njaastad det samme til U20EM på 800 m. I følge forbundet er ikke dette det samme som at man er tatt ut, men vi regner med at det bare er en formalitet.

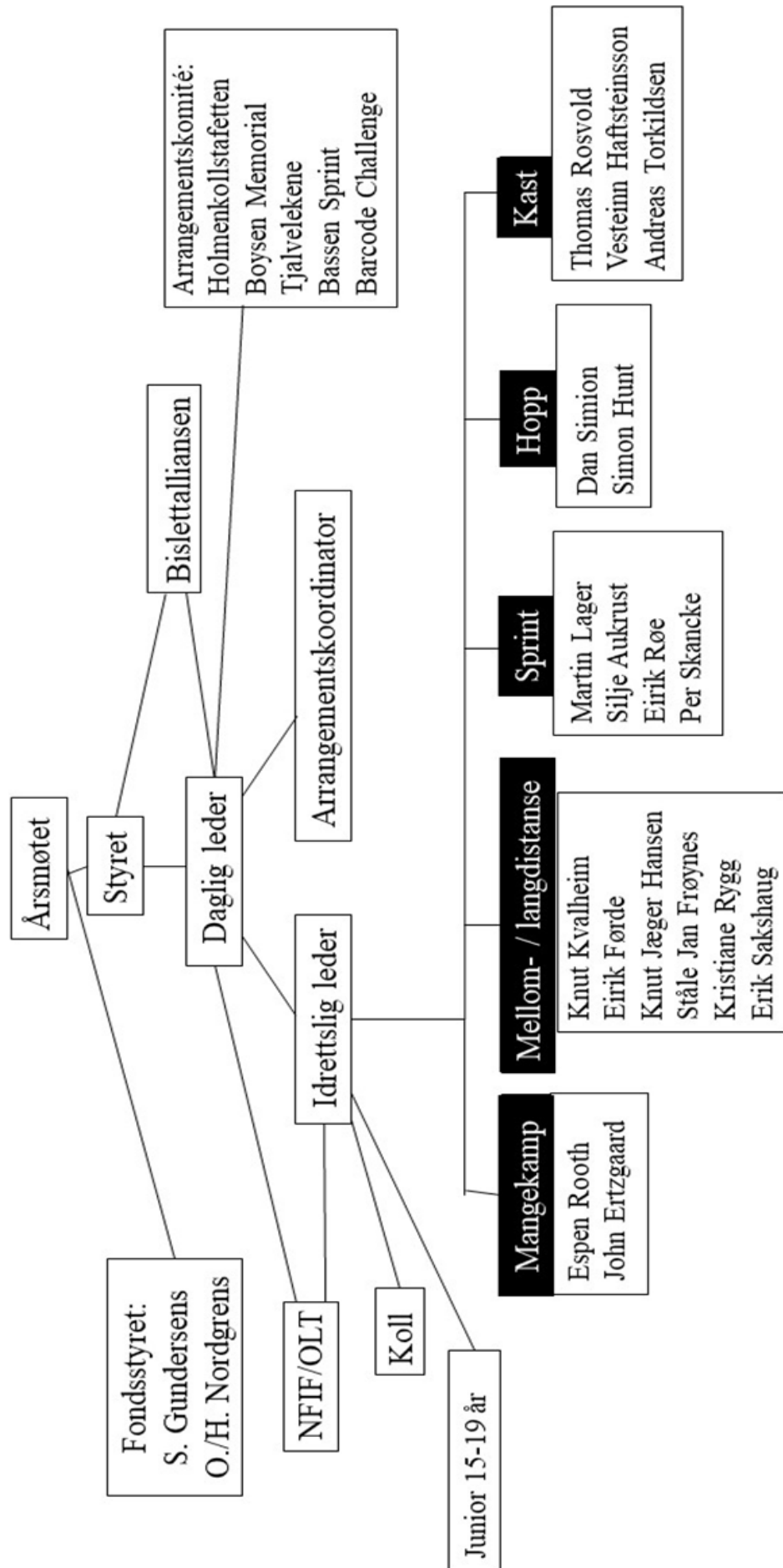
19.august er det innkalt til medlemsmøte på Tjalvekontoret ang. disponering av Tjalves midler. Vi håper at flest mulig av våre medlemmer kommer og tar del i diskusjonen. Dette er en meget viktig avgjørelse for Tjalve om man skal investere penger i aksjefond kontra å ha dem i banken til en lav rente.

Bjørn Henriksen

Redaksjonen avsluttet 30.06.2019

Organisasjonskart IK Tjalve

Organisasjonsplan IK Tjalve - 2019



Styret i IK Tjalve 2019



Egil Reidar Osnes, styreleder



Svein Søndena, nestleder



Ada Holmen, styremedlem



Andreas Høiby, styremedlem



Grete Etholm, styremedlem



Andreas Gjesdal, styremedlem



Benedicte Hauge, varamedlem

Administrasjonen



Matias Lavik, daglig leder



John Ertzgaard, sportssjef



Eirik Røe, arrangementsansvarlig

Krav og kriterier 2019

Universiaden, Napoli 8-13. juli

Kriterier:

Det er Norges Studentidrettsforbund (NSI) som er ansvarlig for å melde på utøvere til Universiaden. Friidrettsøvelsene i mesterskapet gjennomføres i perioden 8. til 13. juli 2019. Innstilling til uttaket blir sendt fra NFIF til NSI for endelig godkjenning. NSI's krav til deltakerne, uansett særiddrett er: 1) Utøvere med medaljesjanser 2) Utøvere som satser mot framtidig EM/VM/OL. 3) Utøvere som er best i sin idrett i Norge. For friidrett er det særskilte resultatkrav som følger:

Krav:

Disse må være oppnådd etter 01.01.18. Norge kan stille med inntil 2 utøvere pr. øvelse, men troppen har et øvre antall på 10 kvinnelige og 10 mannlige utøvere. Uttak: 25. mai 2019. Alle som ønsker å være kandidat til Universiaden 2019, må sende skriftlig forespørsel om man er interessert i å være med til NFIF snarest og senest innen 1. mars 2019 for å være aktuell.

Standard menn	Øvelse	Standard kvinner
10.60	100	12.00
21.85	200	25.10
49.00	400	56.00
1:51.00	800	2:10.00
3:50.00	1500	4:31.00
14:45.00	5000	17:30.00
29:45.00	10000	34:45.00
9:00.00	3000 hinder	11:00.00
14.00	110/100 hekk	13.45
53.00	400 hekk	63.50
2.15	Høyde	1.70
5.15	Stav	3.55
7.30	Lengde	5.95
15.00	Tresteg	12.80
16.50	Kule	13.50
55.00	Diskos	48.00
60.00	Slegge	59.00
72.00	Spyd	48.00
N/A	10/7-kamp	N/A
1:26:30	20 km kappgang	1:43:00
1:08:15	Halvmaraton	1:21:00

EM U23, Gävle 11-14 juli

Mesterskapet omfatter årgangene 1999, 1998 og 1997.

Krav:

NFIF vil bruke kvalifiseringskrav og kriterier fra European Athletics som grunnlag for uttak til EM U23. Resultat i miksedde konkurranser godtas ikke. Innendørsresultat i tekniske øvelser og løp fra 200m og oppover kan danne grunnlag for kvalifisering, men da kun på 200 m bane. • Norge kan melde på 4 utøvere som har klart kravet i kvalifiseringsperioden, men kun 3 utøvere kan delta. 6 utøvere kan meldes på til stafettkonkurransene, men deltakelse for Norges del betinger at minimum to utøvere er kvalifisert individuelt på relevante distanser. • Kvalifiseringsperioden er 01.01.2019 til 01.07.2019, men resultater utendørs i 2019 vil bli prioritert. • Utøverne må være fysisk, teknisk, taktisk og mentalt forberedt til å prestere på sitt personlige toppnivå i mesterskapet. • I tvilstilfeller vil resultat i siste del av kvalik-perioden vurderes som sterkere enn resultat tidlig i perioden.

Det kan bli aktuelt å arrangere skille-konkurranser mellom enkeltutøvere. • Dokumentert form i perioden mellom krav-oppnåelse og avreise/mesterskapet, slik at utøver har bekreftet form på stabilt nivå (altså: en «fulltreff» på ett stevne er ingen garanti for uttak).

Laguttak: 2. juli 2019.

Standard menn	Øvelse	Standard kvinner
10.50	100	11.90
21.50	200	24.45
47.85	400	55.00
1:49.00	800	2:09.00
3:46.00	1500	4:27.00
14:15.00	5000	16:40.00
30:15.00	10000	36:15.00
9:10.00	3000 hinder	10:35.00
14.55	110/100 hekk	14.10
52.50	400 hekk	60.75
2.15	Høyde	1.79
5.20	Stav	4.05
7.60	Lengde	6.20
15.50	Tresteg	12.80
17.50	Kule	14.30
54.00	Diskos	48.50
65.00	Slegge	62.00
72.00	Spyd	51.00
7300	10/7-kamp	5400
1:28.00	20 km kappgang	1:47.00
No entry standard	4x100/4x400	No entry standard

EM U20, Borås 18-21 juli

Krav:

NFIF vil bruke kvalifiseringskrav og kriterier fra European Athletics som grunnlag for uttak til EM U20. Resultat i miksedde konkurranser godtas ikke. Innendørsresultat i tekniske øvelser og løp fra 200 meter og oppover kan danne grunnlag for kvalifisering, men da kun på 200 meters bane.

Norge kan melde på 4 utøvere som har klart kravet i kvalifiseringsperioden, men kun 3 utøvere kan delta. 6 utøvere kan meldes på til stafettkonkurransene, og deltakelse for Norges del betinger at minimum to utøvere er kvalifisert individuelt på relevante distanser.

Kvalifiseringsperioden er 01.01.2019 til 08.07.2019, men resultater utendørs i 2019 vil bli prioritert.

Utøverne må være fysisk, teknisk, taktisk og mentalt forberedt til å prestere på sitt personlige toppnivå i mesterskapet.

I tvilstilfeller vil resultat i siste del av kvalik-perioden vurderes som sterkere enn resultat tidlig i perioden. Det kan bli aktuelt å arrangere skille-konkurranser mellom enkeltutøvere.

Dokumentert form i perioden mellom krav-oppnåelse og avreise / mesterskapet, slik at utøver har bekreftet form på stabilt nivå (altså: en «fulltreff» på ett stevne er ingen garanti for uttak).

Laguttak: 09.07.2019

Krav og kriterier forts.

Standard menn	Øvelse	Standard kvinner
10.70	100	11.90
21.70	200	24.30
48.15	400	55.90
1:50.50	800	2:10.00
3:50.00	1500	4:28.00
14:45.00	5000	17:15.00
8:25.00	3000	9:52.50
9:15.00	3000 mh	10:45.00
14.25 (0.991 m)	110/100 mh	14.15
53.80	400 mh	61.40
2.12	Høyde	1.79
5.10	Stav	4.00
7.40	Lengde	6.10
15.05	Tresteg	12.65
17.75 (6 kg)	Kule	14.00
54.00 (1,75 kg)	Diskos	47.50
66.00 (6 kg)	Slegge	57.00
67.50	Spyd	48.00
7100pts	10/7-kamp	5250
46:00.00	10 km k	51:00.00
No entry standard	4x100/4x400	No entry standard

EYOF, Baku 21-27 juli

Norge kan stille med 2002- og 2003-årgangen i dette mesterskapet. 2002-årgangsutøvere som ikke tas ut til EM U20 vil kunne delta. Ut fra en helhetsvurdering tas beste utøver ut. Vi kan kun stille med en aktiv pr. øvelse. En utøver kan maksimalt delta i to individuelle øvelser + stafett. I løp kan man ikke doble hvis den ene øvelsen er 400 meter eller lenger. Det blir også kvoteregulering, og Norge stiller i utgangspunktet med 12-16 utøvere.

Ansvar:

Det er Norges Olympiske Komité ved Olympiatoppen som er ansvarlig for troppen og gjennomføringen av mesterskapet. Norges Friidrettsforbund ved utviklingsansvarlig nominerer friidretts-utøvere til EYOF. Dette skjer i samråd med de fagansvarlige og toppidrettssjef.

Standard gutter	Øvelse	Standard jenter
11.25	100	12.30
22.65	200	25.25
50.50	400	57.30
1:57.00	800	2:13.50
4:01.00	1500	4:37.00
8:53:00	3000	9:53.00
49:00.00	10000/5000 m kappgang	27:00.00
6:15.00	2000 m Hinder	7:25:00
14.65 (91.4)	110/100 m hekk	14.30 (76.2)
55.90 (84.0)	400 Hekk	63.00
1.96	Høyde	1.72
4.30	Stav	3.60
6.85	Lengde	5.75
14.15	Tresteg	12.10
15.80 (5 kg)	Kule	14.50 (3 kg)
50.00 (1.5 kg)	Diskos	40.00 (1 kg)
60.00 (5 kg)	Slegge	56.00 (3 kg)
60.00 (700 g)	Spyd	46.00 (500g)
6000 poeng	Tikamp/sjukamp	5000 poeng
Til vurdering	1000 m stafett	Til vurdering

Premisser for uttak:

For 1000 meter stafett må stafett løperne ha deltatt i en individuell øvelse i konkurransene.

Kvalifiseringsperioden er 01.01.2019-30.06.2019, MEN alle som mener de er aktuelle må og fylle ut linken:

<https://olympiatoppen.typeform.com/to/zuwg7c> innen 1.

april klokken 24:00. Er man ikke registrert i systemet pr. 1. april 2019, blir man ikke tatt ut uansett resultat fram til 30. juni. Uansett så er nominering avhengig av at utøver er skadefri og har bekreftet form for uttak. Nomineringsdatoen er bestemt av den lokale organisasjonskomiteen og NOK/OLT.

Skulle det bli flere kvalifiserte i henhold til vedtatte krav, blir de høyest rangerte utøverne på europastatistikken pr 30. juni tatt ut. Det kan bli aktuelt å arrangere skillekonkurranser mellom enkeltutøverne. Vi tar forbehold om at fristen 30. juni kan bli endret fra OLTs side.

Norge har egenandel på 3000 kroner for dette mesterskapet.

Laguttak: 01.07.2019.

Reise blir organisert av OLT.

VM Doha, 27.sept.-6. oktober

Premisser for uttak: • Kvalifiseringsperioden er 07.09.2018 til 06.09.2019, bortsett fra på 10000 m, i mangekamp, kappgang, maraton og stafett, hvor kvalifiseringsperioden er (07.03.2018- 06.09.2019). • Norge kan melde på 4 utøvere som har klart kravet i kvalifiseringsperioden, men kun 3 utøvere kan delta. Kravet skal være gjort i prioriterte stevner. • Uttak er avhengig av at utøver er frisk, skadefri og har bekreftet form før påmeldingsfristens utløp. • Det kan pga kvoter komme ekstra muligheter for kvalifisering, følg med på www.iaaf.org. • Laguttak: 8. september 2019.

Krav til VM:

Kvinner		Menn
Krav	Øvelse	Krav
11.24	100	10.10
23.02	200	20.40
52.180	400	45.30
2.00.60	800	1.45.80
4.06.50 (4.25.20)	1500 / Mile	3.36.00 (3.53.10)
15.22.00	5000	13.22.50
31.50.00	10,000	27.40.00
2.33.00	Maraton	2.14.30
9.40.00	3000 m hinder	8.29.00
12.98	100/110 m hekk	13.46
56.00	400 m hekk	49.30
1.94	Høyde	2.30
4.56	Stav	5.71
6.72	Lengde	8.17
14.20	Tresteg	16.95
18.00	Kule	20.70
61.20	Diskos	65.00
71.00	Slegge	76.00
61.50	Spyd	83.00
6300	Sjukamp/Tikamp	8200
1.33.30	20 km Kappgang	1.22.00
4.30.00	50 km Kappgang	3.56.00
Til vurdering	4 x 400 m miks-stafett	Til vurdering
Til vurdering	4 x 100 m stafett	Til vurdering
Til vurdering	4 x 400 m stafett	Til vurdering

Vintertrening i Florida

Eivind Henriksen valgte i år å legge deler av vintertreningen til Gainesville i Florida. Treningen forgikk på University of Florida, som er USAs fjerde største universitet. Gainesville er den største byen og administrasjonssenteret i fylket Alachua County (126 000 innbyggere). Universitetet i Gainesville huser flere norske utøvere som konkurrerer for klubben Florida Gators. Av disse kan nevnes Tjalveutøverne Elisabeth Angell Bergh og Magnus Hannevik Pettersen. Her studerer også Eivinds hardeste konkurrent hjemme i Norge, Thomas Mardal. Thomas har allerede kastet 73.10 m i år og kommer nok til å forbedre dette resultatet i løpet av sesongen. Av andre utøvere kan nevnes Amanda Frøysnes som satser på 7-kamp og Arianne Duarte, spydkaster fra BUL. Utøverne fra Florida konkurrerer idet som kalles NCAA East.

En av trenerne på universitet er Steve Lempke som tidligere har jobbet i Norges Friidrettsforbund. Lempke var i Norge i 2009 for å se på Eivind kaste med henblikk på at Eivind skulle studere i USA. På det tidspunktet valgte Eivind å bli i Norge. Lempke sørget for at Eivind kunne trene gratis på universitetet i de tre ukene han var der i vinter.

En av fordelene for en utøver som driver med lange kast, er at man har mulighet til å kaste utendørs i en periode hvor det er vanskelig i Norge. Dette medførte at Eivind fikk gjort 4 kastøker i uken, i tillegg til vanlig styrketrening og en dag med kondisjonstrening. Ukesopplegget var som følger:

Mandag og tirsdag: Kast pluss diverse styrketrening.
Onsdag: Spenst pluss medisinball
Torsdag: Kast pluss styrke
Fredag: Kast pluss styrke
Lørdag: Kondisjonstrening
Søndager: Fri



Maskoter fra Florida Gators.

Florida Gators er nok mest kjent for sitt fotballag (amerikansk fotball). De har en stadion som rommer 90 000 tilskuere. Her ligger styrkerommet som friidrettsutøverne kan benytte. I tillegg har de naturligvis en friidrettsstadion med mulighet for lange kast.

Eivind valgte å bo utenfor universitetsområdet og hadde leid en leilighet hvor han og samboer Lena kunne boltre seg. Det rapporteres at oppholdet var bra og at Eivind fikk gjort det han skulle. Da påsken i år var sen og været ypperlig i Norge, valgte han å trene hjemme i påsken. Kastbanen på Idrettshøyskolen er nå oppgradert etter å ha ligget brakk i et par år.

Eivind er nå inne i en periode hvor man etter hvert skal starte konkurransesesongen. Det er lagt inn en økt med løpetrening og noe mer spensttrening. Når dette skrives virker han å være i meget god form. Det blir derfor spennende å se om dette medfører nye gode lengder med slegga. For Eivind er VM i Doha årets mål. Det satses derfor på å klare kvalifiseringskravet på 76.00 m så raskt som mulig slik at han kan få lagt inn en god treningsperiode i sommer. Sleggekvalifiseringen i VM avholdes tirsdag 1.oktober med finale dagen etter.

Planen for Eivind er å sesongdebutere i forbindelse med Clean Air Games på Lambertseter tirsdag 4. juni. Deretter følger et stevne i Fränkisch-Crumback, Tyskland 9.juni før turen går til Bydgoszcz, Polen og Hammer Challenge 12. juni (sleggekasternes utgave av Diamond League). Resultatene fra disse stevnene kommer med i denne utgaven av Tjalvisten.

Bjørn Henriksen



Eivind fotografert i styrkerommet. Foto: Lena Marie Hansen



Tre stadier i et sleggekast. Foto: Lena Marie Hansen

Bassen Sprint 2019



Årets utgave av familiebildet Førde/Bunæs. Fra venstre: Einar Førde Innerdahl, Carl Fredrik "Bassen" Bunæs og Eimund Førde Innerdahl. Unge Einar ser ut til å ha lagt på seg flere centimeter siden forrige stevne. Alle foto: Eirik Førde.

Årets utgave av Bassen sprint ble arrangert i Rudhallen 19.februar. Meget god deltakelse og spesielt blant den yngre garde. Det er flere av de yngre Tjålvistene som dukker opp år etter år.

Blant våre noe eldre utøvere var det flere gode resultater. Lakeri Ertzgaard presterte 7.82 på 60 m, storesøster Kai-tesi 7.93. Samme tid fikk Vilde Gjesbakk. I klasse menn senior løp Nickolai Jallow samme distansen på 7.01 og Sindre Olsvik 7.29. Leonard Nesheim løp 400 m på 52.00.

I år ble det også løpt 30 m. Her var Lakeri best av våre kvinnelige utøvere med 4.55. Blant gutta løp Nickolai Jallow på 4.13.



Martine Rooth med fint driv over hekkene. Tid på 60 m hekk ble 14.41.



Brødrene Førde Innerdahl. Foto: Eirik Førde

Tilbakeblikk på innendørs sesongen

Klokkene hadde så vidt rukket å ringe det nye året inn før Marcus Thomsen slo til med et kulestøt på 20.58 m. Dette skjedde i forbindelse med et kulestevne i Rudhallen 5. januar. Marcus hadde serien 20.58 m, ugyldig, 19.98 m, 20.23 m, 20.04 m og 19.93 m. Med dette resultatet er han nummer to i Norge innendørs gjennom alle tider, bare slått av Georg Andersen med 20.98 m. Marcus hadde 19.82 m som personlig rekord fra NM i Byrkjelo før dette stevnet.



Nordenkampen

I forbindelse med Nordisk innendørslandskamp i Rudhallen 11. februar satte Karoline Bjerkeli Grøvdal ny innendørsrekord på 3000 m med resultatet 8:44.68. Det var en klar forbedring av Ingrid Kristiansens tidligere rekord med over 5 sekunder. I herreklassen løp Sigurd Skjeseth samme distanse på 8:14.00. Marcus Thomsen vant kule med 20.30 m, Tonje Angelsen ble nr. 2 i høyde med 1.87 m. 2. plass ble det også til Hedda Hynne på 800 m med resultatet 2:04.44.



Tyrvinglekene innendørs

Mange fine resultater av våre utøvere i forbindelse med Tyrvinglekene innendørs som ble arrangert samme helg som Nordenkampen.

Solveig Hernandez Vråle løp årsbeste på 400 m under Tyrvinglekene med 56.72 og vant konkurransen. Joachim Sandberg tok gullet på 200 m med 21.92.

Markus Rooth tangerte pers i stav på 4.60 m. Videre støttet han 13.73 m og hoppet 6.65 m i lengde. Det ble gull i alle tre.

Lakeri Ertzgaard perset og vant 200m med 24.83. På 60m løp hun på 7.82 og tok andreplassen. Lakeri ble nr. 3 i høyde og kule med 1.55 m og 9.23 m.

Storesøster Kaitesi Ertzgaard tok sølvet med 7.79 på 60m i juniorklassen.

Kajsa Rooth vant korthekken med 8.91 og kom på andreplass i høyde med 1.45 m.

Marius Bull Hjeltnes vant lengde med 6.80 m, foran klubbkompis Sindre Olsvik med 6.74 m.

I tresteg vant Elise Søvik sølvet med 11.63 m.



Kajsa Rooth på vei mot seier på 60 m hekk. Foto: Mette Rooth

EM innendørs

I EM ble det noe varierende resultater for Tjalves representanter.

Marcus Thomsen var i sin første finale i et internasjonalt seniormesterskap. 21-åringen tok syvendeplassen etter stabil støting over 20 meter. I finalen ble det 20.22 m, og i kvalifiseringen var han oppe i 20.41 m.

Karoline Bjerkeli Grøvdal, som hadde noen utfordringer med sykdom i forkant av mesterskapet, kom på femteplass på 3000 m med tiden 8:52.12.

Tonje Angelsen var nær å ta seg til finale med 1.89 m, men grunnet ett riv på nevnte høyde ble det ikke videre hopping etter kvalifiseringen.

Tilbakeblikk på innendørs sesongen forts.

– Jeg ville til finalen i dag, for jeg følte meg så bra. Det var så lett og jeg følte at alt fløt så bra i dag. Jeg kjenner at jeg begynner å bli stødigere nå og er mer stabil. Jeg hadde en helt magisk dag og dette lover meget bra for utendørssesongen, sa Angelsen til NFIF.

Ferdinand Kvan Edman har hatt en trøblete vintertreningsperiode grunnet skade. Han stilte likevel på 1500 i EM, hvor han løp 3:51.43 i forsøket og plasserte seg som nummer 23 totalt.

Hedda Hynne hadde en skuffende dag på banen, hvor hun gjorde en taktisk bommert og fikk tredjeplassen i heatet med 2:05.73.



Marcus Thomsen. Foto: Eirik Førde



Karoline Bjerkeli Grøvdal. Foto: Eirik Førde



Ferdinand Kvan Edman. Foto: Eirik Førde



Tonje Angelsen. Foto: Eirik Førde

UM innendørs

Mangekjemper Markus Rooth deltok i et flust med øvelser i forbindelse med UM i Ulsteinvik. Gull på 60 m hekk med 8.16, gull i kule med 14.14 m, sølv i stav og høyde med henholdsvis 4.60 m og 1.90 m, og bronse i lengde med 6.91 m.



Markus Rooth. Foto: Mette Rooth

Kajsa Rooth løp 60 m hekk på 8.97, 60 m på 8.21, og i kule støtte hun 10.22 m. Videre hoppet hun 4.90 m i lengde og i høyde stoppet hun på 1.50 m.

Malin Nyfors vant 400 m i U23-klassen med 59.39. På 200 m ble det 6. plass med et løp på 27.12.

Sindre Olsvik vant lengde i eldste klasse med 6.61 m.

NM innendørs

Årets innendørs NM ble avholdt i Haugesund i februar. Tjelve stilte med 14 utøvere. Totalt kunne troppen reise hjem med 3 gullmedaljer og 2 bronsemedaljer.

Gull ble det oppskriftsmessig til Marcus Thomsen i kule, hvor han bekreftet den fine fremgangen han har hatt i vinter, med et støt på 20.36 m. Videre ble det også gull til Tonje Angelsen i høyde hvor hun kom seg over 1.90 m. Hun klarte med det kravet til EM innendørs i Glasgow og det er det høyeste hun har hoppet innendørs siden 2012.

Det siste gullet gikk til stafettlaget på 4x200 m i KS, som vant en overbevisende seier med tiden 1:41.26.

Bronsemedaljer ble det til Marius Bull Hjeltne i tresteg, med flott ny pers på 14.66 m, og til Sigurd Ruud Skjeseth på 3000m med 8:12.42.

Tilbakeblikk på innendørssesongen forts.



Laget som vant 4x200 m stafett under NM innendørs i Haugesund. Fra venstre: Lakeri Ertzgaard, Malin Nyfors, Solveig Hernandez Vråle og Kaitesi Ertzgaard. Foto: Eirik Førde



Tonje Angelsen. Foto: Eirik Førde



Marcus Thomsen. Foto: Eirik Førde

Matias Lavik

Norsk juniorrekord av Markus Rooth



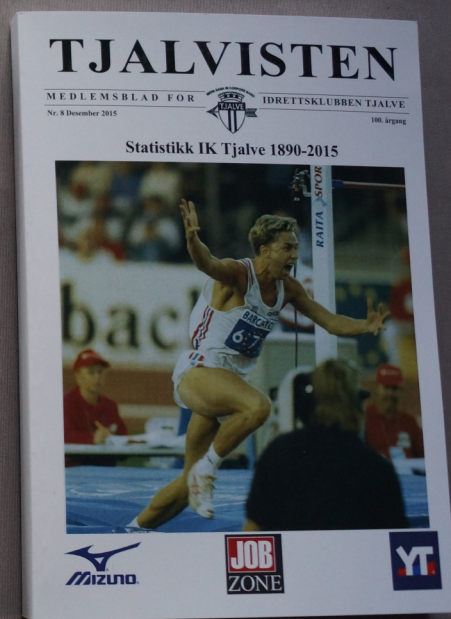
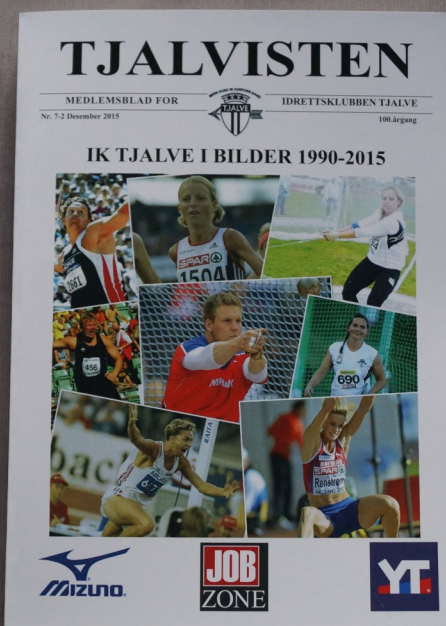
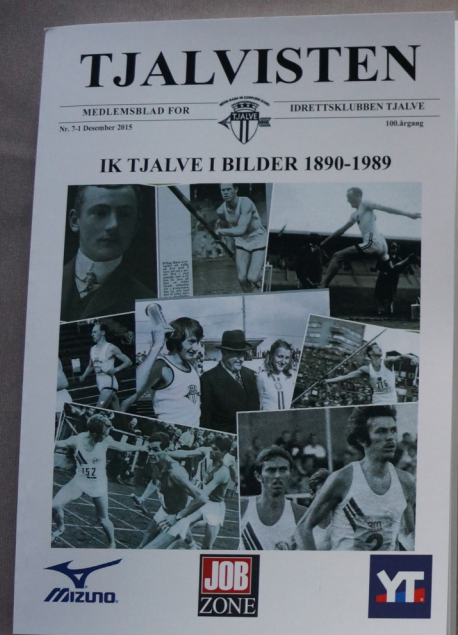
Helgen 23/24. februar ble det arrangert NM og UM i mangekamp innendørs i Sandneshallen med Markus Rooths norske juniorrekord som høydepunkt.

Foto: Mette Rooth

Markus Rooth fra Tjalve gjorde en imponerende syvkamp da han noterte 5506 poeng. Med det tok han naturligvis seieren i G18/19 og forbedret Toralv Opsals norske juniorrekord. Han er med dette fjerde beste europeiske junior i øvelsen i år. Gjert Høie Sjursen fra Gneist fulgte opp med sølvmedalje med 5117 poeng, mens det ble bronse til Simen Guttormsen fra Vidar med 4760 poeng.

Markus åpnet med 7.20 på 60 m, tre hundredeler bak pers og nest beste tid noensinne, før det ble klar innendørspers 6.98 m i lengde og 14.87 m i kule (6kg), også det innendørspers. Han avsluttet dagen med nok en pers, 1.88 m i høyde. Andre dag ble åpnet med 8.15 på 60 meter hekk. I stav begynte Markus på 4.10 m og endte med pers 4.70 m som resultat. Han avsluttet med å løpe 1000 m på 3:02.21.

Aktuelle bøker



Topp 20 plasseringer Norgesstatistikken pr. 30.06

Menn			Kvinner		
100m			100m		
Nickolai Jallow	10.89	(12)	Kaitesi Ertzgaard	11.86	(6)
200m			200m		
Joachim Sandberg	21.47	(4)	Kaitesi Ertzgaard	24.39	(9)
			Lakeri Ertzgaard	24.77	(16)
400m			400m		
Joachim Sandberg	48.71	(5)	Lakeri Ertzgaard	55.39	(2)
1500m			Kaitesi Ertzgaard	55.60	(3)
Ferdinand Kvan Edman	3:40.37	(4)	800m		
3000m			Hedda Hynne	2:01.61	(1)
Sigurd R. Skjeseth	8:03.65	(5)	Malin Edland	2:08.66	(5)
Petter Rypdal	8:19.26	(14)	Sanne Njaastad	2:08.78	(7)
Eivind Trym Wikshåland	8:24.02	(19)	Kristin Maltun Helland	2:12.48	(20)
5000m			1500m		
Sigurd R. Skjeseth	13:47.66	(4)	Elisabeth Angell Bergh	4:23.89	(2)
Petter Rypdal	14:14.52	(6)	Malin Edland	4:24.34	(3)
10 000m			Maria Wågan	4:25.36	(4)
Petter Rypdal	29:47.90	(1)	Sanne Njaastad	4:25.43	(5)
Henrik Nicolaisen	32:00.36	(12)	3000 m		
400m hekk			Marie Synnøve Qvale	9:48.26	(7)
Joachim Sandberg	52.49	(3)	5000 m		
Leonard Nesheim	57.31	(8)	Karoline Bjerkeli Grøvdal	15:09.51	(1)
Høyde			Maria Wågan	16:28.29	(4)
Markus Rooth	1.85 m	(10)	400 m hekk		
Stav			Solveig Hernandez Vråle	60.61	(6)
Andreas Gjesdal	4.90 m	(5)	3000 m hinder		
Markus Rooth	4.40 m	(12)	Karoline Bjerkeli Grøvdal	8:28.99	(1)
Lengde			Høyde		
Marius Bull Hjeltnes	7.30 m	(5)	Tonje Angelsen	1.91m	(1)
Markus Rooth	6.91 m	(8)	Tresteg		
Sindre Olsvik	6.72 m	(11)	Elin Sanden Søvik	12.08 m	(6)
Tresteg			Diskos		
Marius Bull Hjeltnes	15.23 m	(2)	Vilde Indseth Holten	45.45 m	(8)
Diskos			Spyd		
Thor Olav Rosvold	53.87 m	(4)	Marie-Therese Obst	53.73 m	(6)
Erik Johannes Rosvold	46.63 m	(9)			
Slegge					
Eivind Henriksen	78.25 m	(1)			
Spyd					
Markus Rooth	52.52 m	(14)			

Egill Hansen 90 år



Laget som vant 4x100 m stafett under NM stafetter på Bislett i 1953. Fra venstre: Egill Hansen, Ole H. Lie, Bjørn Vade og Harald Ødegaard.

Foto fra Jan Hemsviks private samling.

Egill Hansen fylte 90 år 11.februar. Vi gratulerer!

Egill Hansen ble født og vokste opp i Rakkestad, Østfold. Han kom til Tjalve før 1951 sesongen og var med å konkurrerte for klubben ut 1954 sesongen. En forholdsvis kort karriere, men han var med å vinne gull i flere stafetter for Tjalve i NM. Egill Hansen løp på 4x100 m laget som vant gull i 1952, 1953 og 1954. Han var også med å vinne 1000 m stafett under NM i 1954 sammen med Harald Ødegaard, Svein Oseid og Audun Boysen. Året før var han med å vinne sølv på samme distansen. Egill Hansen fikk også med seg to individuelle medaljer i NM da han vant bronsemedaljer på 100 m og 200 m i 1954 på tidene 11.0 og 22.8.

Egill Hansen deltok på Tjalves lag i Holmenkollstafetten i 1951. Tjalve ble nr. 2 dette året.



Laget som ble nr. 2 i Holmenkollstafetten 1951. Vi ser Egill Hansen øverst i venstre hjørne. Foto fra Tjalvekontoret.

Egill Hansen har følgende personlige rekorder:

100 m: 10.9 (1954)

200 m: 22.8 (1954)

Etter endt idrettskarriere utdannet Hansen seg til lege, og tok en doktorgrad i medisin ved UiO i 1979. I perioden 1966 til 1996 var han seksjonsoverlege ved Øyeavdelingens poliklinikk ved Rikshospitalet. Etter oppnådd pensjonsalder drev han privat øyelegepraksis i Oslo. Egill Hansen har også deltatt i internasjonalt forskningsarbeid i regi av International Agency for Prevention of Blindness.

Bjørn Henriksen



Veksling 4x100 m under NM stafetter i Larvik 1954. Til høyre i bildet ser man vekslingen mellom Egill Hansen (til høyre) og Ole H. Lie. Foto: Digitalt Museum/Hedmarkmuseet.

Protokoll fra årsmøte 2018

Årsmøtet ble avholdt på Bislett stadion 18. mars 2019, kl. 19.00 – 20.15.

Årsmøtet ble åpnet av styreleder Svein Søndena.

Sak 1 Godkjenning av de stemmeberettigede

Styret redegjorde for det antall personer som var til stede ved oppstart av årsmøtet som styret anså for stemmeberettigede. Vedtak: Årsmøtet godkjente 22 stemmeberettigede medlemmer.

Stemmeberettigede: Ole Petter Sandvig, Haavard Nordlie, Arne Kvalheim, Sindre Olsvik, June Stenhaus, Kathinka Schumann, Andreas Gjesdal, Malin Nyfors, Marius Hjeltnes, Eirik Berge, Audun Nordtveit, Jon Andre Preststulen, Eirik Førde, Svein Søndena, Ada Holmen, Egil Reidar Osnes, Per Sletholt, Elise Søvik, Bjørn Henriksen, Håkon Skaftun, Kjetil Myrtun, Arne Eikås.

Administrasjon: John Ertzgaard, Eirik Røe, Matias Lavik. Enstemmig vedtatt.

Sak 2 Godkjenning av innkalling og sakliste

Styret forespurte godkjenning av innkalling og fremla forslag til sakliste for godkjenning av årsmøtet. Årsmøtet godkjente innkalling og følgende sakliste:

Godkjenning av stemmeberettigede.

Godkjenne innkallingen, saklisten og forretningsorden.

Velge dirigent, referent, samt to medlemmer til å underskrive protokollen.

Behandle idrettslagets årsberetning.

Behandle idrettslagets regnskap i revidert stand.

Behandle forslag og saker.

Fastsette medlemskontingent og treningsavgift.

Vedta budsjett.

Behandle idrettslagets organisasjonsplan.

Foreta følgende valg:

Leder og nestleder

7 styremedlem og 1 varamedlem

Øvrige valg i henhold til vedtatt organisasjonsplan, jf. pkt. 9. To revisorer.

Representanter til ting og møter i de organisasjonsledd idrettslaget har representasjonsrett eller gi styret fullmakt til å oppnevne representantene.

Valgkomité med leder, to medlemmer og ett varamedlem. Leder og nestleder velges enkeltvis. De øvrige medlemmer velges samlet. Deretter velges varamedlemmene samlet, og ved skriftlig valg avgjøres rekkefølgen i forhold til stemmetall.

Valg av 3 medlemmer til fondsstyret. Velges for 5 år. 1. gang i 1975. h) Valg av 4 medlemmer til komiteen for utdeling av klubbens gullmerke. Komiteen suppleres med lagets leder.

Enstemmig vedtatt.

Sak 3 Valg av dirigent, referent og to medlemmer til å underskrive protokollen.

Styret foreslo Matias Lavik som dirigent, Elise Søvik som referent, og Eirik Berge og Malin Nyfors til å underskrive protokollen.

Vedtak: Årsmøtet valgte styrets forslag til alle roller.

Enstemmig vedtatt.

Sak 4 Behandling av idrettslagets årsberetning.

Styret fremla idrettslagets årsberetning for godkjenning av årsmøtet.

Følgende hadde ordet i saken: Arne Kvalheim, Haavard Nordlie, Audun Nordtveit, Eirik Berge, Matias Lavik, John Ertzgaard.

Vedtak: Årsmøtet godkjente beretningen etter en korrigering. Enstemmig vedtatt.

Sak 5 Behandling av idrettslagets regnskap i revidert stand

Styret fremla idrettslagets regnskap i revidert stand for godkjenning av årsmøtet.

Følgende hadde ordet i saken: Matias Lavik, Svein Søndena, Audun Nordtveit, Arne Kvalheim, Per Sletholt, Eirik Berge, Jon Andre Preststulen.

Vedtak: Årsmøtet godkjente regnskapet. Årsmøtet ba om orientering om disponering av Tjalves kontantbeholdning.

Enstemmig vedtatt.

Sak 6 Behandling av forslag og saker

Sak 6.1 Antall styremedlemmer, endring av Tjalves lov §15 (10) b)

Følgende hadde ordet i saken: Matias Lavik

Vedtak: Årsmøtet godkjente følgende lovendring: § 15 ledd 10

Foreta følgende valg:

b) 7 styremedlem og 1 varamedlem

§15 ledd 10 Foreta følgende valg:

b) 3 styremedlemmer, 1 utøverrepresentant og 1 varamedlem

Enstemmig vedtatt.

Sak 6.2 Styremedlemmer velges for to år, endring av Tjalves lov §15 (10) a) b).

Følgende hadde ordet i saken: Matias Lavik

Vedtak: Årsmøtet godkjente følgende lovendring:

§ 15 ledd 10 Foreta følgende valg:

Leder og nestleder

7 styremedlem og 1 varamedlem

§ 15 ledd 10 Foreta følgende valg:

Leder og nestleder for en periode på to år. 3 styremedlemmer for to år, 1 utøverrepresentant for en periode på ett år og 1 varamedlem for to år.

Enstemmig vedtatt.

Sak 6.3 Rettelse av Tjalves lov §15 (10) g) i henhold til Sverre Gundersens fonds vedtekter

Følgende hadde ordet i saken: Matias Lavik, Eirik Berge

Vedtak: Årsmøtet godkjente følgende lovendring:

§ 15 ledd 10 Foreta følgende valg:

g) Valg av 3 medlemmer til fondsstyret. Velges for 5 år. 1. gang 1975.

Enstemmig vedtatt.

Sak 7 Fastsette medlemskontingent 2019 og 2020

Styret fremla forslag til medlemskontingent for fastsettelse av årsmøtet.

Følgende hadde ordet i saken: Matias Lavik

Vedtak: Årsmøtet fastsatte følgende medlemskontingent for 2019 og 2020:

Aktive – 1250 kr (inkl. treningsavgift)

Medlemmer – 500 kr

Familiemedlemsskap – 700kr (Mellomlegget for aktive på kr 750kr kommer i tillegg)

Medlemmer 70 år og eldre – 100 kr

Æresmedlemmer – fritatt.

Enstemmig vedtatt.

Sak 8 Vedta idrettslagets budsjett

Styret fremla forslag til budsjett for vedtak av årsmøtet.

Følgende hadde ordet i saken: Svein Søndena, Arne Kvalheim, Audun Nordtveit, Matias Lavik, John Ertzgaard, Jon Andre Preststulen.

Vedtak: Årsmøtet vedtok styrets forslag til budsjett.

Enstemmig vedtatt.

Protokoll fra årsmøte forts.

Sak 9 Behandling av idrettslagets organisasjonsplan

Styret fremla forslag til organisasjonsplan for behandling på årsmøtet.

Følgende hadde ordet i saken: Matias Lavik, Arne Kvalheim
Vedtak: Årsmøtet vedtok styrets forslag til organisasjonsplan.
Enstemmig vedtatt.

Sak 10 Valg

10.A.1 Valg av styreleder:

Valgkomiteen foreslo Egil Reidar Osnes som styreleder i to år.
Vedtak: Årsmøtet valgte Egil Reidar Osnes som styreleder i to år.

Enstemmig ved akklamasjon.

10.A.2 Valg av nestleder:

Valgkomiteen foreslo Svein Søndena som nestleder i ett år.
Vedtak: Årsmøtet valgte Svein Søndena som nestleder i ett år.
Enstemmig ved akklamasjon.

10.B.1 Valg av øvrige styremedlemmer:

Valgkomiteen foreslo Ada Holmen og Andreas Høiby som styremedlemmer i ett år, Grete Etholm som styremedlem i to år, Andreas Gjesdal som utøverrepresentant i ett år.
Vedtak: Valgkomiteens innstilling ble valgt.

Enstemmig ved akklamasjon.

10.B.2 Valg av varamedlem:

Valgkomiteen foreslo Benedicte Hauge som varamedlem i to år.

Vedtak: Valgkomiteens innstilling ble vedtatt.

Enstemmig ved akklamasjon.

10.C Valg av kontrollkomité Valgkomiteen foreslo Stian Andersen og Jon Andre Preststulen som medlemmer av kontrollkomiteen.

Vedtak: Valgkomiteens innstilling ble vedtatt.

Enstemmig vedtatt.

10.D Valg av revisor

Styret fremla forslag om å engasjere Stein Håkon Vatle i Insignis.

Vedtak: Styrets forslag ble vedtatt.

Enstemmig vedtatt.

10.E Valg av representanter til ting og møter i andre organisasjonsledd der idrettslaget har representasjonsrett

Styret foreslo å bli gitt fullmakt til å utnevne representanter til ting og møter.

Vedtak: Årsmøtet gir styret fullmakt til å oppnevne representanter i ting og møter der idrettslaget har representasjonsrett.

Enstemmig vedtatt.

10.F.1 Valg av leder i valgkomiteen

Styret foreslo Arne Kvalheim som leder i valgkomiteen.

Vedtak: Arne Kvalheim ble valgt som leder i valgkomiteen.

Enstemmig ved akklamasjon.

10.F.2 Valg av medlemmer i valgkomiteen

Styret foreslo Kjetil Myrtun som medlem i valgkomiteen, og ba om fullmakt til utnevning av siste styremedlem.

Vedtak: Styrets innstilling ble vedtatt. Enstemmig ved akklamasjon.

10.F.3 Valg av varamedlem valgkomiteen

Styret foreslo å bli gitt fullmakt til utnevning av varamedlem i valgkomiteen.

Vedtak: Styrets forslag ble vedtatt.

Enstemmig vedtatt.

Avtroppende styreleder Svein Søndena takket avtroppende styremedlemmer Ole Petter Sandvig, Eirik Førde og Ingvild Nordteit. Nyvalgt styreleder Egil Reidar Osnes takket på vegne av styret for tilliten og erklærte årsmøtet for hevet.

Protokoll undertegnet av Malin Nyfors. Eirik Berge
Referent: Elise Søvik

Matias Lavik



Eirik Førde trådte ut av styret og mottok blomster fra avtroppende styreleder Svein Søndena. Foto: Bjørn Henriksen



Egil Reidar (ER) Osnes ble valgt til ny styreleder. ER har sittet i styret siden 2008. Foto: Bjørn Henriksen

Frøidrettstinget 2019

Tinget ble i år avholdt i Bergen, nærmere bestemt Edvard Grieg Quality nær Flesland, fra 30-31.03. Bergen, byen som har gitt Norge statsministre, frøidrettsstjerner, og en rekke skoleeksempler på hvordan selvtilit skal uttrykkes. Nytt av året var informasjon fra NFIFs administrasjon på fredagen, hvor delegatene ble informert om arbeidet som gjøres av de ulike personene på Ullevål stadion. Et nyttig tiltak som forhåpentligvis kan gi større forståelse for NFIFs arbeid ute i klubbene, og på den måten styrke samarbeidet mellom klubb og forbund.



Lørdag startet med en gjennomgang av årets beretning, dette gikk relativt raskt unna, da ordstyrer gav tinget en gulrot i form av å fremskynde og utvide lunsjpausen. Da kunne de interesserte av oss få se juniorklassen for menn i VM terrengløp med Jakob Ingebrigtsen på storskjerm i tingsalen. At norske medier og enkelte frøidrettsinteresserte hadde urealistisk høye forventninger til Jakob i den utradisjonelt tøffe løypa la ikke en altfor stor demper på opplevelsen.

På ettermiddagen ble det lagt opp til aktuell debatt hvor det i stor grad var to temaer som ble diskutert. Det ene gjaldt kretsstrukturen, i korte trekk om denne bør endres, beholdes som i dag eller fjernes. Det som i alle fall er sikkert er at kretsene i dag har veldig forskjellige oppgaver ettersom hvor i landet man befinner seg. Videre ble talentsatsing debattert etter en innledning av toppidretts-sjef Erlend Slokvik, og det var et tema som engasjerte. Når det gjelder mesterskapsstrukturen i ungdoms- og juniorklassene, hadde styret her et forslag som gikk på at UM kun skulle omfatte årsklassene 15-17 år. Dette ble imidlertid trukket etter massiv motstand i forkant av tinget, men det ble vedtatt at mesterskapsstrukturen skal utredes videre.

Lørdag kveld var det duket for middag med kommunikasjonsansvarlig Knut Skeie Solberg som konferansier og han fikk fram mange av de gode øyeblikkene norsk frøidrett har hatt de siste årene. Mest spesielt for oss som ikke kommer fra Bergen var nok da den innleide bergenske sangerinnen fikk «lurt» salen til å reise seg og stemme i «Nystemten». Hva gjør man ikke for å fremstå som høflige gjester...



Søndag var det valg av nytt styre, der valgkomiteens forslag ble valgt inn, med unntak av Matias Vangsnes som kom inn via benkeforslag. Hovedmesterskapene de neste årene ble lagt til Kristiansand for 2021 og Stjørdal for 2022. Våre venner i IL BUL var med i kampen om hovedmesterskapet i 2021 til Bislett, men måtte se seg slått i andre valgomgang.

Alt i alt et rolig og positivt ting, med konstruktive samtaler om hvordan klubber, krets og forbund kan fortsette å dra norsk frøidrett sammen i riktig retning.

Egil Reidar Osnes

Egil Reidar Osnes overtar som styreleder

På årsmøtemøte til IK Tjalve 18. mars ble Egil Reidar (ER) Osnes valgt til ny styreleder etter Svein Søndena, som da ble sittende ett år ved roret. Søndena ble valgt inn som nestleder i det nye styret.



Egil Reidar ble født i Oslo i 1978 og fyller dermed 41 år i løpet av 2019. Han har vært medlem i Tjalve siden 2004, da han meldte overgang fra KFUM-kameratene. Som dere sikkert skjønner har han en idrettlig karriere bak seg før han ble valgt inn i Tjalves styre første gang i 2008, og fortsatte med administrativt arbeid.

Personlige rekorder pr. 01.06.2019 er som følger:

800 m: 1:55.91 (04)

1500 m: 3:53.50 (04)

3000 m: 8:27.95 (08)

5000 m: 14:50.23 (04)

Da vi ikke har hørt om noe forestående comeback vil nok disse bli stående for evig og alltid.

Egil Reidar har vunnet to sølvmedaljer på 4x1500 m stafett for Tjalve. Den første kom i 2004 i Åkrestrømmen; den andre under stafett NM i Tromsø i 2008. Egil Reidar løp også på laget som vant Holmenkollstafetten i 2010 (se bildet). Før det hadde ikke Tjalve vunnet herreklassen siden 1983.

Egil Reidar har en far som har vært 800 m løper (Eivind) og en bror (Eivind Kaare) som løp samme distanse. Far Eivind har en bestetid på 1:53.2, men bror Eivind Kaare har løpt på 1:53.41. Stort jevnere kan det ikke bli.

Egil Reidar har en cand. mag grad i realfag fra UiO. I tillegg har han en Mastergrad i teologi fra Menighetsfakultetet. Han har seinere også tatt tilleggsutdannelse i matematikk.

Etter endt utdannelse var han en periode butikksjef hos Løpslabbet da de etablerte egen butikk i Sandvika i 2005. Her var han i to år før han fikk stillingen som utviklingsansvarlig i Oslo Friidrettskrets våren 2007. Han var 6 måneder i denne stillingen, før han etter hvert gikk over til læreryrket. Han ble ansatt ved Hellerud vgs. fra 2008 og var der fram til han byttet til Skedsmo vgs. i 2016. Her var han ansatt som avdelingsleder i matematikk. Fra høsten 2019 skal Egil Reidar begynne i ny jobb som avdelingsleder ved Valle Hovin vgs.

I 2015 fikk Matematikkseksjonen ved Hellerud vgs. Holmboeprisen. Prisen gis til en lærer eller gruppe lærere i grunnskole eller videregående skole som har utmerket seg i sitt arbeid med matematikkfaget. Prisen er på 100.000 kr, er finansiert av Abelstyret ved Det Norske Videnskaps-Akademi og skal deles likt mellom prisvinner og skolen som han eller hun kommer fra.

Som ny styreleder i IK Tjalve er Egil Reidar opptatt av at medlemmene skal fungere bra i et sosialt felleskap. Det er viktig å bryte ned skillelinjene mellom de forskjellige treningsmiljøene. Dette kan blant annet gjøres ved å arrangere flere klubbkvelder i styreregir.



Holmenkollstafetten 2010. ER har mottatt pinnen på Besserud og er på vei nedover mot Holmen. Tjalve vant stafetten dette året. Foto: Eirik Førde

Egil Reidar har klare meninger om Holmenkollstafettens videre utvikling. Spesielt er han opptatt av at man skal forsøke å gjøre eliteklassene mer attraktive ved å invitere klubber fra andre land. Det har vært gjort med hell før. Dette er et arbeid han allerede har startet. Her har han undertegnetes fulle støtte. Vi ønsker Egil Reidar lykke til i den nye jobben!

Bjørn Henriksen



Utdelingen av Holmboeprisen i 2015. Prisen ble delt ut av Torbjørn Røe Isaksen (t.h.) til Kenneth Martinsen og Egil Reidar Osnes fra Hellerud skole. Foto: Scanpix

Ole Petter Sandvig 75 år

Ole Petter Sandvig fylte 75 år 30.mars i år. Vi gratulerer!

Ole Petter meldte seg inn i Tjalve i 1955. I likhet med Haavard Nordlie hadde han en far som var administrativt engasjert i Tjalve allerede på 1920/1930-tallet. Pappa Oskar Sandvig var kasserer i Tjalve-styret i periodene 1927-1928, 1930, 1932-1933, 1936 og 1939-1940.



Ole Petter hadde sin første inntreden i Tjalve-styret i 1965. Han satt sammenhengende i styret i perioden 1965-1983. I 1982 og 1983 var han også formann (det vi kaller leder i våre dager). Fra 1984 og fram til 1987 valgte han å ta noen år utenfor styret, før han i 1987 igjen var tilbake og satt sammenhengende fram til han trådte ut av styret i forbindelse med årsmøte for 2018 i mars 2019. I de nesten 54 årene Ole Petter har vært en del av styret har Tjalve kun hatt 13 styreledere, Ole Petter inkludert. Det forteller om stabilitet.

Ole Petter var en viktig brikke da Bislettalliansen ble stiftet i 1966. For dette arbeidet ble han belønnet med Bislettmedaljen i 1985, sammen med blant andre Jan Hemsvik. Ole Petter startet som speaker på Bislett Games sammen med Jan Hemsvik før han sammen med Knut Alme overtok jobben som stevneleder, en jobb han hadde i 25 år før han tok en pause i 2013.

Ole Petter mottok forbundets diplom i 1971. Samme år ble han slått til Ridder av Tjalves Orden. Årets etter ble han Æresmedlem i klubben og fikk Tjalves gullmerke. Ikke nok med det, i 1986 fikk han Forbundets fortjenestemedalje.

Ole Petter har også mottatt internasjonale priser. På friidrettsforbundets ledermøte 16. april 2016 ble han tildelt "European Athletics Member Federation Award" for sin mangeårige innsats i både nasjonal og europeisk friidrett.



Ole Petter og Jan Hemsvik styrte Bislett Games fra indre bane på 60 og 70-tallet. Foto fra Jan Hemsviks private samling.

Han har spesielt engasjert seg i anleggsarbeid nasjonalt og som TD internasjonalt. Prisen ble overrakt av daværende president i forbundet, Tore Hordnes.

I tillegg til det han har utrettet for Tjalve, har Ole Petter vært sterkt involvert i norsk friidrett generelt gjennom Norges Friidrettsforbund. Her er litt av det han har vært involvert i:

1968	Teknisk komite
1968-2018	Statistikk og Rekordutvalget.
	Leder i utvalget 1968-1979
1974-1984	Styret i NFIF
1978-1980	Viseformann i styret
1978-1979	Redaksjonsutvalget
1979-1983	Toppidrettsutvalget (formann)
1981-1982	Redaksjonsutvalget
1985-1998	Lovutvalget
1987-2010	Teknisk komite (leder fra 1989)
2001-2016	Dommerutvalget
2001-2018	Anleggsutvalget

Ole Petter har vært ansatt i NFIF siden 1999 og hadde fast stilling som Teknisk konsulent fram til 2012. Han jobber fortsatt på samme sted, men nå i en 20% stilling. Etter det vi vet har Ole Petter besøkt flesteparten av de friidrettsinstallasjoner som finnes i Norge.

Bjørn Henriksen



Utdeling av Bislettmedaljen i 1985. Fra venstre: Ole Petter Sandvig, Målfrid Kuvås, Thorleif Jansson, Jan Hemsvik og Arne Haukvik. Foto fra Jan Hemsviks private samling.

Terje Haugland 75 år

Terje Haugland fylte 75 år 11. april i år. Vi gratulerer!

Terje Haugland kom til Tjalve før 1971 sesongen og ble i klubben i to sesonger, før han dro tilbake til Haugesund hvor han opprinnelig kom fra. Han var allerede en merittet utøver da han kom til Tjalve i 1971.

Terje Haugland tok sitt første NM-medalje så langt tilbake som i 1961, da han vant sølv i høyde under NM i Bergen, bare 17 år gammel. Året før hoppet han 1.91 m som 16-åring. Vi bør merke oss at på den tiden hoppet man dykk, og ikke Fosbury-flop som kom for fullt i 1968. I 1962 ble det en ny sølvmedalje i høyde, før han i 1966 toppet det hele med å vinne høyde under NM på Nadderud stadion i Bærum med resultatet 1.98 m.

Haugland valgte etter hvert å gå over til lengde. Han vant sølv i øvelsen under NM i 1967, 1968 og 1970. Sin første gullmedalje i øvelsen vant han i 1969. Den andre gullmedaljen oppnådde han i sitt første år i Tjalve (1971), hvor han hoppet 7.76 m i finalen. Dette resultatet er fortsatt gjeldende klubbrekord i Tjalve. Slik det ser ut nå kan denne rekorden bli stående i mange år framover.

Haugland vant også bronse i samme øvelse for Tjalve i 1972, og en ny bronsemedalje for Haugesund i 1974.

Om ikke dette er nok, vant han bronse i 110 m hekk i 1970 og bronse i tresteg i 1974 (begge for Haugesund).

Haugland satte sin første norgesrekord i lengde i 1968 med resultatet 7.78 m. Denne forbedret han til 7.87 m i 1970. Rekorden stod til Finn Bendixen hoppet 7.97 m i 1972.

Internasjonalt oppnådde Haugland en 11. plass i lengde under EM i Athen i 1969. To år seinere ble han nr. 13 i samme øvelse i Helsingfors med resultatet 7.41 m (som medlem av Tjalve).

Terje Hauglands personlige rekorder er som følger:

Høyde: 2.07 m (73)

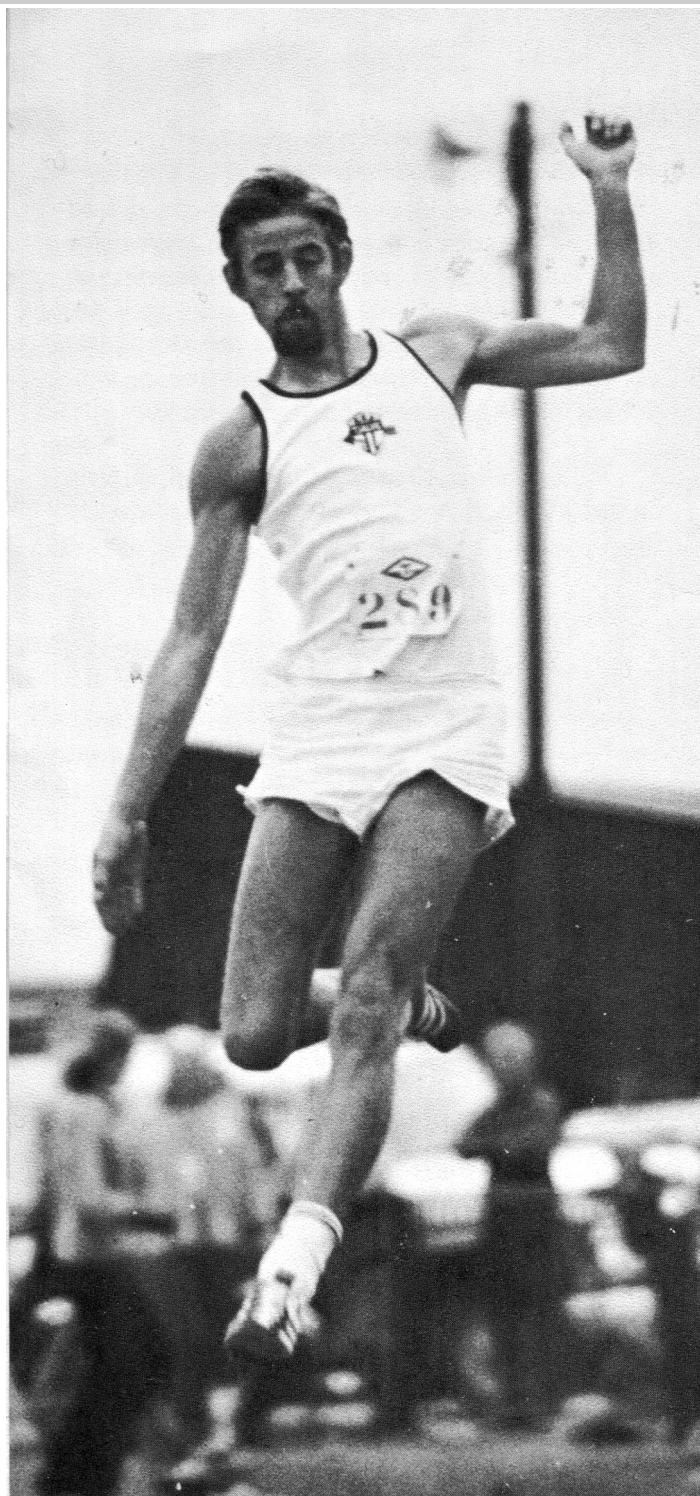
Lengde: 7.87 m (70)

Tresteg: 15.73 m (73)

110 m hekk: 14.8 (71)

Terje Haugland er sønn av Eugen Haugland som ble norsk mester i tresteg i perioden 1933-1937. Han har også en datter ved navn Hanne Haugland, som ble verdensmester i høyde i Athen i 1997.

Bjørn Henriksen



Terje Haugland fotografert under Lagmesterskapet på Nadderud stadion i 1972.



Berit Berthelsen 75 år

Berit Berthelsen fylte 75 år 25. april. Vi gratulerer!

Mange lurte sikkert på hvorfor vi velger å hedre Berit Berthelsen i Tjalvisten. Det er flere grunner til det, men den viktigste er at hun var gift med en Tjalvist, nemlig Roar Berthelsen. I tillegg er hun en av de mest betydningsfulle profiler i norsk friidrett.



Jeg tenkte vi skulle starte dette portrettet med å ta en titt på Berit Berthelsens personlige rekorder:

100 m:	11.7	(66)
200 m:	24.52	(68)
200 m:	24.1	(66)
400 m:	54.1	(66)
800 m:	2:13.5	(67)
100 m HK:	14.5	(69)
Høyde:	1.61 m	(68)
Lengde:	6.56 m	(68)
5-kamp:	3 801 p	(69)

Som man kan se av tallene ville mange av hennes resultater stått seg godt også i våre dager. Berit var først og fremst lengdehopper og hennes rekord på 6.56 m fra 1968 stod helt til den ble slått av vår egen Margrethe Renstrøm under NM på Lillehammer i 2009. Margrethe har mer eller mindre lagt opp, og for øyeblikket er det ingen som er i nærheten av Berits resultat.

Berit (Tøyen) Berthelsen vokste opp i Hakadal og konkurrerte for Hakadal IL før hun meldte overgang til IL Tyrving i 1966.

I Norge fikk kvinner stemmerett i 1913. I 1933 fikk de være med å konkurrere i friidrett. I Tjalve slapp man til kvinnene først i 1978. Dette er nok den viktigste årsaken til at Berit Berthelsen havnet i Tyrving og ikke i Tjalve.

I sin aktive karriere vant Berit Berthelsen 35 norske mesterskap fordelt på syv forskjellige øvelser.

100 m: 1962, 1964, 1965, 1968, 1969

200 m: 1962-1970

400 m: 1965, 1966, 1969, 1970

100m HK: 1969

4 km terreng: 1966-1969

Lengde: 1962-1966, 1968-1970, 1972-1974

Femkamp: 1968

I tillegg til dette har hun vunnet 6 sølvmedaljer og 3 bronsemedaljer.

I løpet av karrieren vant hun fire kongepokaler; 1963, 64, 66 og 68.

Berit Berthelsen hadde også en internasjonal karriere med bronse i lengde under EM i Athen i 1969. Hun vant også lengde i EM innendørs i 1967 og 1968.

Berthelsen var Norges første kvinnelige flaggbærer i et sommer-OL. Det skjedde i Mexico i 1968. Hun kom på syvendeplass i lengde og 18.-plass i femkamp. Hun deltok også i Sommer-OL 1964 i Tokyo, hvor hun fikk niendeplass i lengde.

I 1964 giftet Berit Tøyen seg med Tjalves eminente lengdehopper Roar Berthelsen. Roar satte i 1959 norsk rekord



Berit Berthelsen slik vi husker henne fra glansdagene.

i lengde på Bislett med resultatet 7.62 m. Han slettet da Nils Uhlin Hansens rekord som hadde stått siden 1939. Denne rekorden stod til 1968 da Terje Haugland hoppet 7.87 m. Det er verdt å merke seg at Roar i en periode var trener for både Berit og Terje.

Glemte vi å nevne at Berit i sin aktive periode satte 33 norske rekorder? Da skulle vel det meste være nevnt.

Bjørn Henriksen



I 1964 giftet Berit Tøyen seg med Roar Berthelsen. Foto: Scanpix



YT HOLMENKOLL Stafetten

lørdag 11. mai 2019

Årets utgave av YT Holmenkollstafetten gikk av stabelen lørdag 11.mai. Været kunne ha vært bedre, men så lenge regnet holdt seg unna mesteparten av dagen får man være fornøyd.

Årets stafett hadde rekorddeltakelse. Mer enn 3400 lag og 51 000 deltakere stilte til start. Med dette har stafetten blitt den klart største massemonstring i Norge.

Forberedelsene til dette arrangementet starter så snart siste utøver har passert målstreken året før. Naturligvis øker arbeidsmengden etter hvert som stafetten nærmer seg. De siste forberedelser starter samme dag som utdelingen av startnummer settes i gang inne på Bislett stadium, nemlig torsdagen før. Når deltakerne kommer for å hente sine poser skal 3400 poser være pakket og sortert slik at de er lette å finne for de som deler ut. Denne jobben gjøres på dugnad. Skilt skal henges opp og søppeldunker skal klargjøres. Inne på selve stadion skal metervis av reklamebannere henges opp. Gjengen på kontoret hadde nok å henge fingrene i. Som dere ser på bildet til høyre er det noen ganger fordel å være høy. Eirik Røe har høyden som ikke Matias Lavik har. Til gjengjeld kan Matias skryte av å være bergenser.



Det var forholdsvis stille da redaktøren var innom Bislett ved 18-tiden. Foto: Bjørn Henriksen

De som hadde ventet store køer da utdelingen startet ble nok litt overrasket. Køene lot vente på seg. I stedet var det et lett tilsig av mennesker over en lengre periode. Dette fortsatte på fredag og i perioden før stafetten startet på lørdag.



Matias og Eirik i gang med å klargjøre skilt. Foto: Bjørn Henriksen



Per Sletholt gir sine ordre til Matias (eller er det omvendt)? Foto: Bjørn Henriksen

YT Holmenkollstafetten 2019 forts.



Sportslig leder John Ertzgaard i ferd med å klargjøre søppelstativer. Foto: Bjørn Henriksen



Eirik Berge var med å dele ut startnummer. Foto: Bjørn Henriksen



Hopptrener Dan Simion melder seg til tjeneste. Foto: Bjørn Henriksen

Per Sletholt er fortsatt meget aktiv både før og under stafetten, selv om han gikk ut av styret for litt over ett år siden. Per har fortsatt ansvaret for å skaffe sponsorer og utstillere til stafetten. Dette er noe Per er god til. Han har skaffet seg et enormt kontaktnett i de årene han satt som styreleder. Våre hovedsponsorer til Holmenkollstafetten er YT og Mizuno.



Det er ikke bare de unge utøverne som stiller opp og gjør sin dugnadsplikt. Også noen fra den litt eldre garde (klasse eldre junior) stiller opp å gjør sin plikt. Blant andre dro vi kjensel på vår eminente 5000 m løper fra 1960-tallet, Eirik Berge.

Oslo Sportlager hadde en stor utstilling med sko og tekstiler fra Mizuno. Her var det mulig å få den hjelp man trenger fra eksperter til å finne de riktige skoene. Det vet vi alle er veldig viktig.

Bjørn Henriksen

YT Holmenkollstafetten

Løypekart - Start Bislett Stadion

Klasser som starter fra Bislett Stadion: F1, F2, F3, F4, F5, F6, F7, F8, F9, F10, M1, S1, S2



veksling



etappe

Etapper:

1. Bislett Stadion 1200 m
2. Bislett Stadion – Wolffs gate 1130 m
3. Wolffs gate – Wilhelm Færdens vei 600 m
4. Wilhelm Færdens vei – Forskningsveien 1910 m
5. Forskningsveien – Holmenveien 1260 m
6. Holmenveien – Slemdal skole 1240 m
7. Slemdal skole – Besserud 1790 m
8. Besserud – Gressbanen 1810 m
9. Gressbanen – Holmendammen 630 m
10. Holmendammen – Frognerparken 2840 m
11. Frognerparken – Nordraaks gate 1530 m
12. Nordraaks gate – Arno Bergs plass 370 m
13. Arno Bergs plass – Camilla Collets vei 1080 m
14. Camilla Collets vei – Bislettgata 720 m
15. Bislettgata – Mål 500 m

Total lengde: **18610 m**



Suveren seier til kvinnelaget



Glade jenter etter seieren. Fra venstre: Maria, Johanne, Selma, Benedicte, Lakeri, ukjent (klarer ikke å se hvem det er), Hedda, Kristine, Ingeborg, Kaitsesi, Malin, Mia og Sanne. Foto: Eirik Førde

IK Tjalves damelag og IL Gulars herrelag gikk til topps i eliteklassene i årets utgave av YT Holmenkollstafetten. Kjelsås IL Langrenn vant herrenes junior-klasse, mens IL Runar gikk til topps i kvinneseniors junior-klasser.

Etter at BUL fikk låne tronen som landets beste stafettklubb på kvinnesiden i fjor var Tjalve tilbake på topp i år og vant slik de også gjorde i 2016 og 2017. Tjalve løp på 60:26 og var 1:35 foran sølvvinner BUL, som igjen var elleve sekunder foran Varegg som tok seg opp på pallen for første gang. Bak disse fulgte Raumnes & Årnes, som var et lag fullt med langrennsløpere, mens Tyrving og Ull/Kisa ble nummer fem og seks.

Askers Christine Næss var raskest på første etappe, mens BUL hadde kommet seg i tet på toppen av Norabakken. Hedda Hynne løp den tredje etappen for Tjalve og hun viste at farten er inne før sesongen med 1:35 og etapperekord med ett sekund. Hedda løp Tjalve opp i ledelsen.

Vi gjør oppmerksom på at etappene stadig endres og når det er nevnt etapperekorder er det naturligvis slik løypa er nå. På fjerde etappe løp Malin Edland meget sterkt og sørget for at Tjalve hadde en klar ledelse til BUL. Oppe på Besserud hadde Tjalve en luke på hele 1:22 ned til Ull/Kisa, som var fem sekunder foran BUL.

Tjalve fortsatte å ha god kontroll på teten, mens Varegg etterhvert kom seg opp på en sølvplass foran BUL. På den åttende etappen tangerte Vareggs Kristine Fjellanger etapperekorden med 4:53. Etter den tiende og lengste etappen var BUL oppe på andreplass og holdt denne plasseringen hele veien inn. Ellers verdt å nevne den tiende etappen til Marte Mæhlum Johansen, som løp for Raumnes & Årnes. Hun noterte 8:23 og senket Silje Fjærtøft sin fem år gamle etapperekord med seks sekunder.

Gular tok sin tredje strake seier i herreklassen og var suverene utover i stafetten. Bergensklubben fikk liten kamp og kunne cruise inn til sin 15. seier i Holmenkollstafettens historie. Seiersmarginen ned til Strindheim ble 1:02, mens Tjalve ble nummer tre etter å ha hatt en jevn kamp mot Gneist på slutten. Gneist var fire sekunder bak Tjalve med et ungt og spennende lag.

Som ventet var Thomas Roth og Ull/Kisa i tet etter første etappe og denne ledelsen hadde de også etter to etapper, mens Tjalve ledet seks sekunder foran Gular etter tre etapper. Etter den fjerde etappen hadde Gular fått seg en ledelse til Tjalve på 38 sekunder. Dette først og fremst fordi vår mann på etappen hadde fått oppgitt feil møtetid. Dette medførte at Tjalve tapte ca. 1 minutt på denne etappen. Hadde ikke dette skjedd hadde nok sluttresultatet sett noe annerledes ut. Sondre Dingsør løp en fin femteetappe og sørget for en luke fra Gular til Ull/Kisa og denne luken økte kraftig på den sjette etappen der Jacob Bouteranger tangerte den elleve år gamle etapperekorden på 3:46.

Strindheim løp godt på åttende og niende etappen og forspranget til Gular krympet. På den lengste etappen, nummer ti, smalt Marius Vedvik til med et meget sterkt løp da han løp de 2840 meterne på 7:11 og slo sin etapperekord fra 2017 med hele syv sekunder. Gular hadde beste etappetid også på etappe 11 og 12, og ledelsen var da på 57 sekunder etter de etappene. Strindheim lå på en forholdsvis komfortabel andreplass, mens Gneist lå syv sekunder foran Tjalve i kampen om tredje plassen. Tjalve kom seg forbi etter den 13. etappen, mens Gneist vekslet foran da en etappe gjenstod etter etapperekord 1.43 av Thomas Blücher.

Strindheims ankermann Snorre Bonesmo tangerte etapperekorden på den avsluttende etappen, men både de og Gular lå trygt plassert som henholdsvis nummer to og en, mens Tjalve klarte å komme seg opp på pallen på siste etappe.

Morten Olsen NFIF/Bjørn Henriksen

Lagoppstillinger IK Tjalve

Menn Elite

Lagleder: Knut Kvalheim

1. Thomas Byrkjeland
2. Petter Rypdal
3. Mathias Berntzen Engevik
4. Ferdinand Kvan Edman
5. Martin Berntzen Engevik
6. Audun Nordtveit
7. Sigurd Skjeseth
8. Karl Fremstad
9. Leonard Nesheim
10. Senay Fissehatsion
11. Anders Sørensen
12. Håkon Skaftun
13. Eivind Trym Wikshåland
14. Martin Lager
15. Joachim Sandberg



Leonard Nesheim



Senay Fissehatsion



Anders Sørensen



Håkon Skaftun



Thomas Byrkjeland



Petter Rypdal



Eivind Trym Wikshåland



Martin Lager



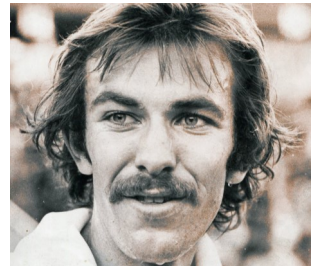
Mathias B. Engevik



Ferdinand Kvan Edman



Joachim Sandberg



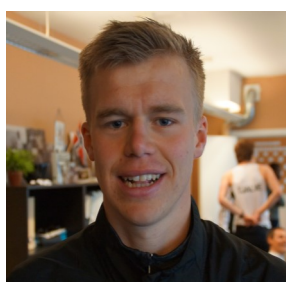
Knut Kvalheim, lagleder



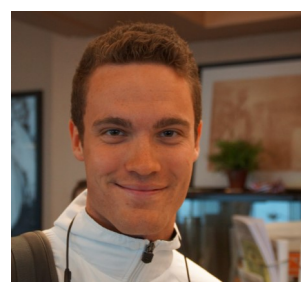
Martin B. Engevik



Audun Nordtveit



Sigurd Skjeseth



Karl Fremstad



Lagoppstillinger IK Tjalve forts.

Kvinner Elite

Lagleder: Eirik Førde

1. Selma Engdahl
2. Ingeborg Løvnes
3. Hedda Hynne
4. Malin Edland
5. Kristine Helle
6. Kristin Helland
7. Maria Wågan
8. Mai Watson
9. Lakeri Ertzgaard
10. Emilie Grøterud
11. Sanne Njaastad
12. Malin Nyfors
13. Johanne Tofte
14. Benedicte Hauge
15. Kaitesi Ertzgaard



Lakeri Ertzgaard



Emilie Grøterud



Sanne Njaastad



Malin Nyfors



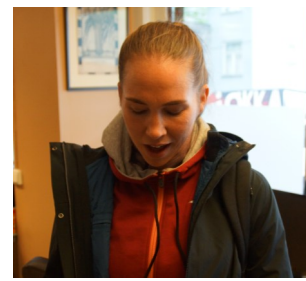
Selma Engdahl



Ingeborg Løvnes



Johanne Tofte



Benedicte Hauge



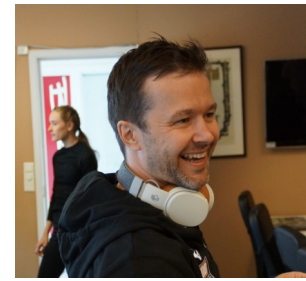
Hedda Hynne



Malin Edland



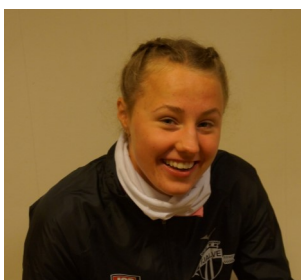
Kaitesi Ertzgaard



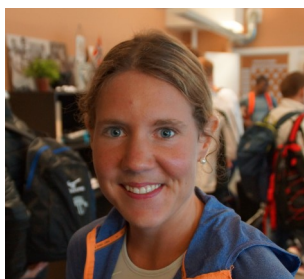
Eirik Førde, lagleder



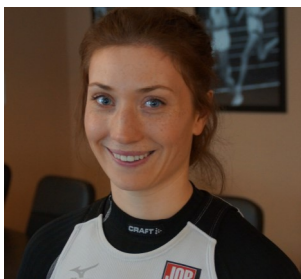
Kristine Helle



Kristin Helland



Maria Wågan



Mai Watson



Etappetider menn elite

Rank	Name	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	Mål
1	Idrottslaget Gular	03:08 (5)	06:29 (4)	07:54 (2)	13:21 (2)	16:38 (1)	20:25 (1)	26:21 (1)	30:45 (1)	32:17 (1)	39:28 (1)	43:32 (1)	44:20 (1)	47:14 (1)	49:01 (1)	50:13 00:00 (1)
1			03:21 (1)	01:25 (2)	05:26 (2)	03:16 (1)	03:46 (1)	05:56 (3)	04:23 (8)	01:32 (4)	07:10 (1)	04:04 (1)	00:47 (1)	02:53 (3)	01:46 (2)	01:12 (2)
2	Strindheim	03:07 (3)	06:32 (6)	08:07 (7)	13:38 (3)	16:59 (3)	21:04 (3)	27:03 (2)	31:10 (2)	32:43 (2)	40:06 (2)	44:23 (2)	45:18 (2)	48:15 (2)	50:04 (2)	51:15 01:02 (2)
2			03:24 (1)	01:35 (14)	05:30 (3)	03:20 (2)	04:05 (10)	05:58 (4)	04:07 (1)	01:32 (5)	07:23 (2)	04:17 (6)	00:54 (14)	02:56 (4)	01:49 (4)	01:11 (1)
3	IK Tjalve	03:08 (6)	06:23 (2)	07:48 (1)	13:59 (13)	17:29 (13)	21:27 (9)	27:27 (6)	31:46 (6)	33:14 (5)	40:51 (5)	44:57 (4)	45:47 (4)	48:37 (3)	50:25 (4)	51:39 01:25 (3)
3			03:14 (1)	01:24 (1)	06:10 (17)	03:30 (10)	03:57 (3)	06:00 (6)	04:18 (6)	01:28 (2)	07:36 (6)	04:06 (2)	00:49 (6)	02:50 (1)	01:47 (3)	01:13 (4)
4	Gneist IL - Friidrett	03:15 (8)	06:38 (7)	08:06 (6)	13:46 (5)	17:21 (8)	21:21 (6)	27:04 (3)	31:18 (3)	32:46 (3)	40:28 (3)	44:50 (3)	45:40 (3)	48:40 (4)	50:24 (3)	51:43 01:29 (4)
4			03:22 (1)	01:28 (5)	05:39 (10)	03:34 (13)	04:00 (5)	05:42 (1)	04:14 (2)	01:27 (1)	07:41 (8)	04:22 (7)	00:49 (3)	03:00 (6)	01:43 (1)	01:18 (10)
5	Mosvik IL Friidrett	03:20 (14)	06:49 (13)	08:21 (13)	13:53 (9)	17:22 (9)	21:25 (8)	27:26 (5)	31:43 (5)	33:19 (6)	41:11 (6)	45:22 (6)	46:12 (6)	49:04 (5)	50:57 (5)	52:13 02:00 (5)
5			03:29 (1)	01:31 (9)	05:32 (4)	03:28 (8)	04:03 (8)	06:00 (5)	04:17 (5)	01:35 (10)	07:51 (11)	04:11 (4)	00:50 (7)	02:51 (2)	01:53 (10)	01:16 (7)
6	Kristiansand Løpeklubb	03:17 (9)	06:44 (10)	08:14 (8)	13:51 (6)	17:16 (4)	21:19 (4)	27:07 (4)	31:31 (4)	33:07 (4)	40:43 (4)	45:06 (5)	46:00 (5)	49:07 (6)	51:00 (6)	52:19 02:05 (6)
6			03:27 (1)	01:30 (6)	05:36 (7)	03:25 (4)	04:02 (7)	05:48 (2)	04:23 (9)	01:35 (14)	07:35 (4)	04:23 (8)	00:53 (12)	03:06 (10)	01:53 (9)	01:19 (12)
7	Varegg Fle-ridrett	03:13 (7)	06:44 (9)	08:18 (11)	13:53 (8)	17:20 (6)	21:31 (10)	27:51 (12)	32:18 (12)	33:53 (11)	41:29 (9)	45:39 (7)	46:33 (7)	49:37 (7)	51:32 (8)	52:47 02:34 (7)
7			03:30 (1)	01:33 (12)	05:34 (5)	03:27 (6)	04:11 (11)	06:20 (12)	04:26 (11)	01:35 (9)	07:36 (5)	04:10 (3)	00:53 (10)	03:04 (8)	01:54 (12)	01:15 (5)
8	OSI Friidrett	03:18 (10)	06:47 (12)	08:19 (12)	13:55 (12)	17:20 (7)	21:19 (5)	27:28 (7)	31:50 (7)	33:33 (8)	41:27 (8)	45:40 (8)	46:33 (8)	49:39 (8)	51:32 (7)	52:51 02:37 (8)
8			03:29 (1)	01:32 (11)	05:36 (6)	03:25 (3)	03:58 (4)	06:08 (9)	04:22 (7)	01:42 (17)	07:54 (13)	04:13 (5)	00:53 (9)	03:05 (9)	01:52 (8)	01:19 (11)
9	IL Tyrving	03:01 (2)	06:26 (3)	07:57 (3)	13:52 (7)	17:27 (12)	21:47 (14)	28:03 (14)	32:19 (13)	33:55 (14)	41:36 (10)	46:03 (10)	46:52 (10)	50:06 (11)	51:55 (10)	53:11 02:57 (9)
9			03:25 (1)	01:30 (7)	05:55 (15)	03:34 (15)	04:19 (15)	06:16 (11)	04:16 (4)	01:35 (13)	07:40 (7)	04:27 (11)	00:49 (5)	03:13 (12)	01:49 (5)	01:15 (6)
10	Lyn Ski	03:20 (13)	06:55 (15)	08:31 (16)	14:12 (15)	17:47 (15)	21:42 (12)	27:44 (9)	32:14 (9)	33:45 (9)	41:43 (12)	46:09 (12)	47:01 (12)	50:01 (11)	51:53 (9)	53:13 02:59 (10)
10			03:35 (1)	01:35 (15)	05:41 (11)	03:34 (14)	03:54 (2)	06:02 (7)	04:29 (15)	01:31 (3)	07:58 (15)	04:25 (9)	00:51 (8)	03:00 (5)	01:51 (6)	01:20 (15)
11	Steinkjer Fri-idrettsklubb	03:08 (4)	06:31 (5)	07:59 (4)	13:43 (4)	17:16 (5)	21:32 (11)	27:42 (8)	31:56 (8)	33:29 (7)	41:18 (7)	45:51 (9)	46:41 (9)	49:57 (9)	52:02 (11)	53:16 03:02 (11)
11			03:23 (1)	01:28 (3)	05:43 (13)	03:33 (11)	04:15 (13)	06:09 (10)	04:14 (3)	01:33 (7)	07:48 (10)	04:33 (15)	00:49 (3)	03:16 (14)	02:05 (17)	01:13 (3)
12	Namdal Lø-pekklubb	03:19 (12)	06:45 (11)	08:15 (10)	13:54 (10)	17:24 (11)	21:47 (15)	27:52 (13)	32:17 (11)	33:53 (12)	41:56 (14)	46:28 (13)	47:24 (13)	50:28 (13)	52:20 (12)	53:41 03:27 (12)
12			03:25 (1)	01:30 (8)	05:39 (8)	03:30 (9)	04:22 (17)	06:05 (8)	04:24 (10)	01:35 (12)	08:02 (16)	04:32 (13)	00:55 (15)	03:03 (7)	01:51 (7)	01:21 (17)

Etappetider kvinner elite

Rank	Name	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	Mål
1	IK Tjalve	03:46 (6)	07:44 (2)	09:19 (1)	15:38 (1)	19:44 (1)	24:32 (1)	31:18 (1)	36:19 (1)	38:05 (1)	47:24 (1)	52:22 (1)	53:23 (1)	56:53 (1)	59:04 (1)	1:00:26 00:00 (1)
1		03:58 (1)	01:34 (1)	06:19 (1)	04:06 (2)	04:47 (1)	06:46 (1)	05:01 (2)	01:45 (2)	09:19 (7)	04:57 (2)	01:00 (7)	03:30 (2)	02:11 (3)	01:21 (1)	
2	IL i BUL	03:45 (4)	07:35 (1)	09:24 (2)	15:58 (2)	20:07 (2)	25:46 (4)	32:46 (3)	37:49 (3)	39:43 (3)	48:53 (3)	53:48 (2)	54:45 (2)	58:14 (2)	1:00:2 6 (2)	1:02:01 01:35 (2)
2		03:50 (1)	01:48 (5)	06:34 (4)	04:08 (4)	05:39 (15)	06:59 (3)	05:03 (3)	01:53 (6)	09:10 (4)	04:54 (1)	00:57 (3)	03:28 (1)	02:11 (4)	01:35 (8)	
3	Varegg Fle- ridrett	03:48 (8)	07:54 (5)	09:33 (4)	16:11 (3)	20:25 (3)	25:32 (3)	32:51 (4)	37:44 (2)	39:27 (2)	48:41 (2)	53:53 (3)	54:52 (3)	58:33 (3)	1:00:4 2 (3)	1:02:12 01:46 (3)
3		04:05 (1)	01:39 (3)	06:38 (5)	04:13 (8)	05:07 (10)	07:18 (6)	04:53 (1)	01:43 (1)	09:13 (6)	05:12 (6)	00:59 (4)	03:40 (7)	02:09 (2)	01:29 (5)	
4	Raumnes & Årnes IL	03:47 (7)	07:50 (4)	09:48 (7)	16:47 (9)	20:59 (8)	25:51 (8)	33:10 (5)	38:20 (5)	40:43 (6)	49:06 (4)	54:14 (4)	55:22 (4)	58:58 (4)	1:01:1 4 (4)	1:02:45 02:18 (4)
4		04:03 (1)	01:58 (12)	06:58 (11)	04:11 (6)	04:52 (4)	07:18 (5)	05:10 (6)	02:22 (17)	08:23 (1)	05:07 (5)	01:08 (14)	03:35 (4)	02:16 (7)	01:30 (6)	
5	IL Tyrving	03:51 (10)	08:05 (9)	09:44 (5)	16:13 (4)	20:25 (4)	25:25 (2)	33:28 (7)	38:54 (9)	40:39 (5)	50:08 (8)	55:14 (7)	56:10 (7)	59:48 (5)	1:01:5 7 (5)	1:03:26 03:00 (5)
5		04:14 (1)	01:38 (2)	06:29 (3)	04:12 (7)	04:59 (6)	08:02 (16)	05:25 (12)	01:45 (3)	09:28 (8)	05:05 (4)	00:56 (1)	03:38 (5)	02:09 (1)	01:28 (3)	
6	Ullensaker/ Kisa IL Friid- rett	04:00 (12)	08:07 (10)	10:00 (10)	16:27 (6)	20:44 (6)	25:48 (6)	32:40 (2)	38:02 (4)	40:02 (4)	49:35 (5)	55:03 (5)	56:00 (5)	59:48 (6)	1:02:0 3 (6)	1:03:30 03:04 (6)
6		04:06 (1)	01:53 (9)	06:27 (2)	04:16 (11)	05:04 (8)	06:51 (2)	05:22 (9)	01:59 (9)	09:32 (9)	05:28 (10)	00:56 (2)	03:48 (11)	02:14 (6)	01:27 (2)	
7	OSI Friidrett	03:46 (5)	07:58 (6)	09:47 (6)	16:40 (7)	20:45 (7)	25:48 (5)	33:46 (10)	38:53 (7)	40:44 (7)	50:19 (9)	55:20 (8)	56:21 (8)	1:00:0 0 (8)	1:02:1 4 (8)	1:03:46 03:20 (7)
7		04:12 (1)	01:48 (6)	06:52 (9)	04:05 (1)	05:03 (7)	07:57 (15)	05:06 (4)	01:51 (5)	09:35 (11)	05:01 (3)	01:00 (6)	03:38 (6)	02:14 (5)	01:32 (7)	
8	Idrottslaget Gular	03:44 (3)	07:50 (3)	09:33 (3)	16:24 (5)	20:38 (5)	25:48 (7)	33:33 (8)	38:53 (8)	40:49 (8)	49:54 (6)	55:08 (6)	56:07 (6)	59:52 (7)	1:02:1 2 (7)	1:03:48 03:21 (8)
8		04:06 (1)	01:43 (4)	06:51 (8)	04:14 (9)	05:10 (11)	07:44 (12)	05:19 (8)	01:55 (8)	09:05 (3)	05:13 (7)	00:59 (5)	03:44 (9)	02:19 (11)	01:35 (9)	
9	FIK Ren-Eng	04:04 (14)	08:18 (12)	10:09 (11)	17:27 (12)	21:42 (11)	26:37 (11)	34:02 (11)	39:10 (11)	41:14 (11)	50:04 (7)	55:22 (9)	56:28 (9)	1:00:0 1 (9)	1:02:2 4 (9)	1:04:03 03:36 (9)
9		04:14 (1)	01:50 (7)	07:17 (14)	04:14 (10)	04:55 (5)	07:25 (8)	05:07 (5)	02:03 (12)	08:49 (2)	05:17 (8)	01:06 (13)	03:33 (3)	02:22 (13)	01:38 (14)	
10	Stavanger FIK - Spirit	03:50 (9)	08:00 (7)	09:56 (9)	16:44 (8)	21:12 (10)	26:03 (9)	33:37 (9)	39:01 (10)	41:09 (10)	50:50 (11)	56:16 (10)	57:22 (10)	1:01:1 3 (10)	1:03:3 2 (10)	1:05:10 04:44 (10)
10		04:09 (1)	01:56 (11)	06:47 (6)	04:27 (16)	04:50 (3)	07:34 (10)	05:23 (11)	02:07 (15)	09:41 (13)	05:25 (9)	01:05 (12)	03:51 (14)	02:18 (10)	01:38 (13)	
11	Lillehammer Idrettsfore- ning	03:43 (2)	08:03 (8)	09:55 (8)	16:57 (10)	21:07 (9)	26:12 (10)	33:22 (6)	38:48 (6)	40:52 (9)	50:26 (10)	56:17 (11)	57:26 (11)	1:01:1 7 (11)	1:03:5 8 (11)	1:05:36 05:09 (11)
11		04:20 (1)	01:52 (8)	07:01 (12)	04:09 (5)	05:05 (9)	07:10 (4)	05:26 (13)	02:04 (13)	09:33 (10)	05:50 (14)	01:09 (15)	03:50 (12)	02:40 (17)	01:37 (12)	
12	Strindheim IL	04:01 (13)	08:33 (13)	10:33 (13)	17:24 (11)	21:46 (12)	27:04 (13)	34:23 (12)	39:46 (12)	41:40 (12)	51:30 (12)	57:06 (12)	58:08 (12)	1:01:5 6 (12)	1:04:1 4 (12)	1:05:51 05:25 (12)
12		04:32 (1)	02:00 (13)	06:51 (7)	04:21 (12)	05:17 (13)	07:18 (7)	05:23 (10)	01:53 (7)	09:49 (14)	05:35 (12)	01:02 (10)	03:48 (10)	02:18 (9)	01:37 (11)	

Det føles bra å gi noe til miljøet

I en travel hverdag er friidrettstalentet Karsten Warholm (22) helt avhengig av å komme seg raskt mellom treninger og andre gjøremål. Med bil har hverdagen blitt enklere og mer praktisk.

Karsten og trener Leif Olav Alnes har valgt to av de beste elbilene på markedet. Med Hyundai IONIQ electric og KONA electric kommer de seg fra sted til sted enkelt og miljøvennlig.

«I løpet av dagen forflytter jeg meg mellom flere plasser, og det er veldig greit å ha bil. Elbil er utrolig praktisk og greit. Jeg trodde rekkevidde skulle bli en utfordring, men det har jeg ikke opplevd. Som sunnmøring synes jeg at det er ekstra kjekt at den er så prisgunstig», forteller Karsten.

Imponerende rekkevidde

Som den første helelektriske kompakte SUV-en i Europa, har KONA electric markert seg som en banebrytende nykommer med imponerende rekkevidde. Du kan lade fleksibelt enten hjemme eller på hurtiglader, og den totale rekkevidden er hele 482 km. Karsten følte med dette at overgangen fra fossilbil til elektrisk har vært overraskende lett. Med mange småturer hver dag, kommer Karsten seg knirkefritt frem dit han måtte trenge. Bilen kan hurtiglades på bare 54 minutter.

«Lading er ikke noe stress. Jeg lader hjemme i garasjen eller på gata i byen om det trengs.»



Rekkevidde vil avhenge av kjørestil og kjøreforhold. Ladehastighet vil variere med en rekke variabler, som ladestasjonen og temperatur. IONIQ electric - Forbruk bl. kjøring: 1,15 kwh/mil. Rekkevidden på 280 km er basert på NEDC. KONA electric - Forbruk bl. kjøring: 1,43 kwh/mil. Rekkevidden på 482 km er basert på WLTP.



HARD TRENING. ENKEL RESTITUSJON.

Restitusjonsfasen starter så fort siste steg er tatt. Valgene du tar etter trening, er like viktige som de du tar under økta. Karbohydrater restituerer musklene dine, proteiner bygger nye. YT® har i samarbeid med Toppidrettssenteret utviklet en serie med treningsmat og -drikke som gjør det enklere å spise riktig både før, under og etter trening.

UTVIKLET I SAMARBEID MED
TOPPIDRETTSSENTERET



Som en del av et variert kosthold bidrar proteiner til muskelvekst, mens påfyll av karbohydrater etter hard trening bidrar til restitusjon av normal muskelfunksjon.



FÅ MER UT AV
TRENINGEN DIN

Stafetten i bilder



Eliteklassen for kvinner er i gang. Selma Engdahl med startnummer 2 ses til venstre i bilde. Foto: Eirik Førde



2. etappe i kvinneklassen. Ingeborg Løvnes på vei ut fra Bislett. Bilde under. Ingeborg på vei opp Norabakken. Foto: Eirik Førde





10. etappe. Sanne Njaastad på vei gjennom Frognerparken. Tjalve er her i klar ledelse. Foto: Eirik Førde



Veksling 14. etappe. Johanne Tofte gir pinnen til Benedicte Hauge som legger ut på sjarmøretappen. Foto: Bjørn Henriksen

Stafetten i bilder forts.



Siste etappe. Kaitesi Ertzgaard på vei mot mål. Foto: Eirik Førde.



Tjalve vinner eliteklassen i YT Holmenkollstafetten 2019. Foto: Eirik Førde

Stafetten i bilder forts.



Eliteklassen for menn senior er i gang. Thomas Byrkjeland med startnummer 602 ses midt i bildet. Foto: Eirik Førde



2. etappe. Petter Rypdal på vei ut av stadion rett bak IL Gular. Foto: Eirik Førde

Stafetten i bilder forts.



Løperne tar fatt på Norabakken. Tyrving leder her foran Ull/Kisa og Tjalve litt lenger bak. Foto: Bjørn Henriksen



Petter Rypdal fotografert der Pilestredet gjør en sving til høyre. Foto: Bjørn Henriksen

Stafetten i bilder forts.



Senay Fissehatsion har fullført den lengste etappen og sender Anders Sørensen ut på 11.etappe. Foto: Eirik Førde



Anders Sørensen på vei gjennom Frognerparken. Foto: Eirik Førde

Stafetten i bilder forts.



Veksling 14 etappe. Eivind Wikshåland gir pinnen videre til Martin Lager. Foto: Bjørn Henriksen



Joachim Sandberg på vei mot mål. Tjelve blir nr. 3 i menn elite. Foto: Eirik Førde

Stafetten i bilder forts.



Johanne Tofte etter fullført 13.etappe. Foto: Bjørn Henriksen



Eivind Wikshåland etter fullført 13.etappe. Foto: B. Henriksen



Maria Wågan og Hedda Hynne etter endt dyst Foto: Bjørn Henriksen



Martin Lager på vei tilbake etter å ha fullført en meget god 14.etappe. Foto: Bjørn Henriksen

Tor Johnson 85 år



Tor Johnson fylte 85 år 19.februar. Vi gratulerer!

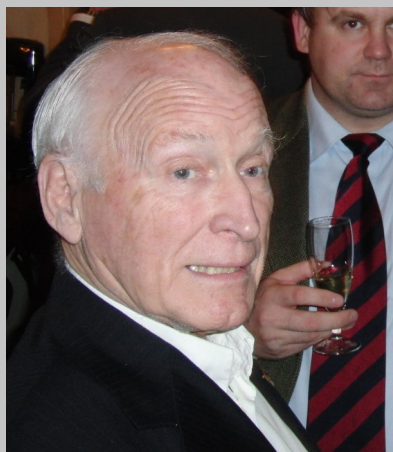
Tor kom til Tjalve i 1951 og hadde en aktiv karriere i årene 1953-1960. Han var primært mellomdistanseløper som deltok på mange av Tjalves stafettlag.

Tor var i mange år ansvarlig for vekslingene i Holmenkollstafetten hvor han har nedlagt et imponerende arbeid, en jobb han nå har overlatt til sin datter.

Tor ble utnevnt til Ridder av Tjalves Orden i 1999.

Bjørn Henriksen

Ole Kristian Johnsen 80 år



Ole Kristian Johnsen fylte 80 år 14. mai. Vi gratulerer!

Ole Kristian kom til Tjalve i 1953 og hadde en aktiv karriere i årene 1953-1961. Ole Kristian var først og fremst sprinter, og løp 100 m på 11.4 i 1958.

Ole Kristian satt i Tjalves styre sammenhengende fra 1971 til 1978. Han ble slått til Ridder av Tjalves Orden i 1976.

Ole Kristian er nok mest kjent for sin innsats som løype-sjef i Holmenkollstafetten gjennom mange år og som starter i Oslo Friidrettskrets.

Bjørn Henriksen

Ragnvald Hansen 75 år



Ragnvald Hansen fylte 75 år 15.februar. Vi gratulerer!

Ragnvald kom til Tjalve i 1958 og hadde en aktiv karriere fram til 1967. Som utøver var han meget allsidig og deltok i mange forskjellige øvelser. Vi kan nevne at han i 1964 hoppet 3.72 m i stav. Dette var før glassfiber stavene var tilgjengelig. Vi kan ellers nevne at han har hoppet 1.50 m i høyde uten tilløp og 2.99 m i lengde uten tilløp.

Ragnvald har i mange år vært aktiv dommer i Oslo friidrettskrets, med stav som favorittøvelse.

Bjørn Henriksen

Kennet Kjensli 50 år



Kennet Kjensli fylte 50 år 12.mars. Vi gratulerer!

Kennet hadde en karriere i Tjalve i perioden 1988 –1996. Han er en av Norges beste sprintere gjennom tidene.

Kennet ble norsk mester på 200 m i 1994 og vant bronse på samme distanse i 1991. Han har tre sølvmedaljer på 100 m i NM 1990, 1991 og 1994. Bronsemedaljen på 100 m vant han i 1992 og 1993. Han har også flere gullmedaljer med Tjalve på 4x100 m stafett.

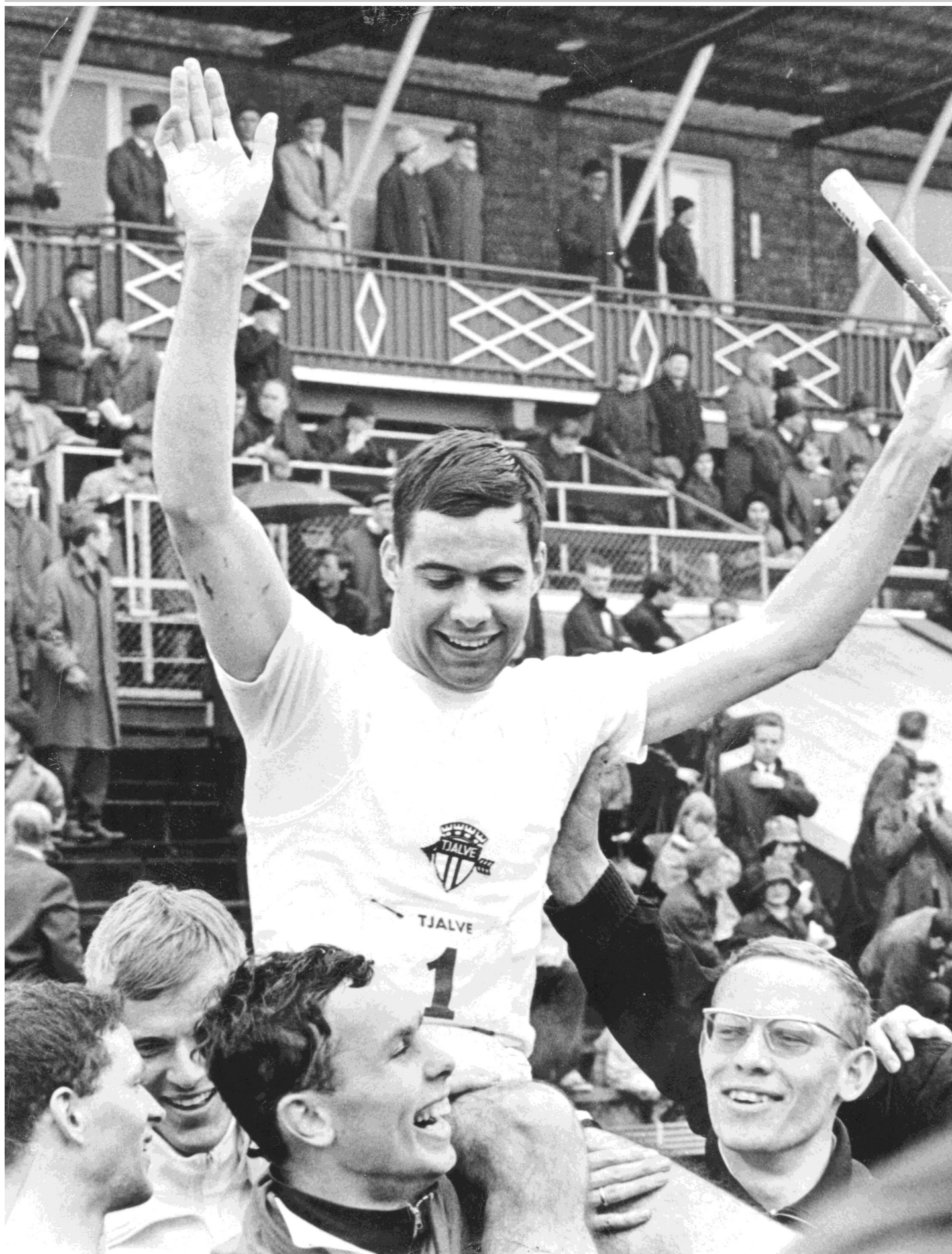
Personlige rekorder:

100 m: 10.26

200 m: 21.35

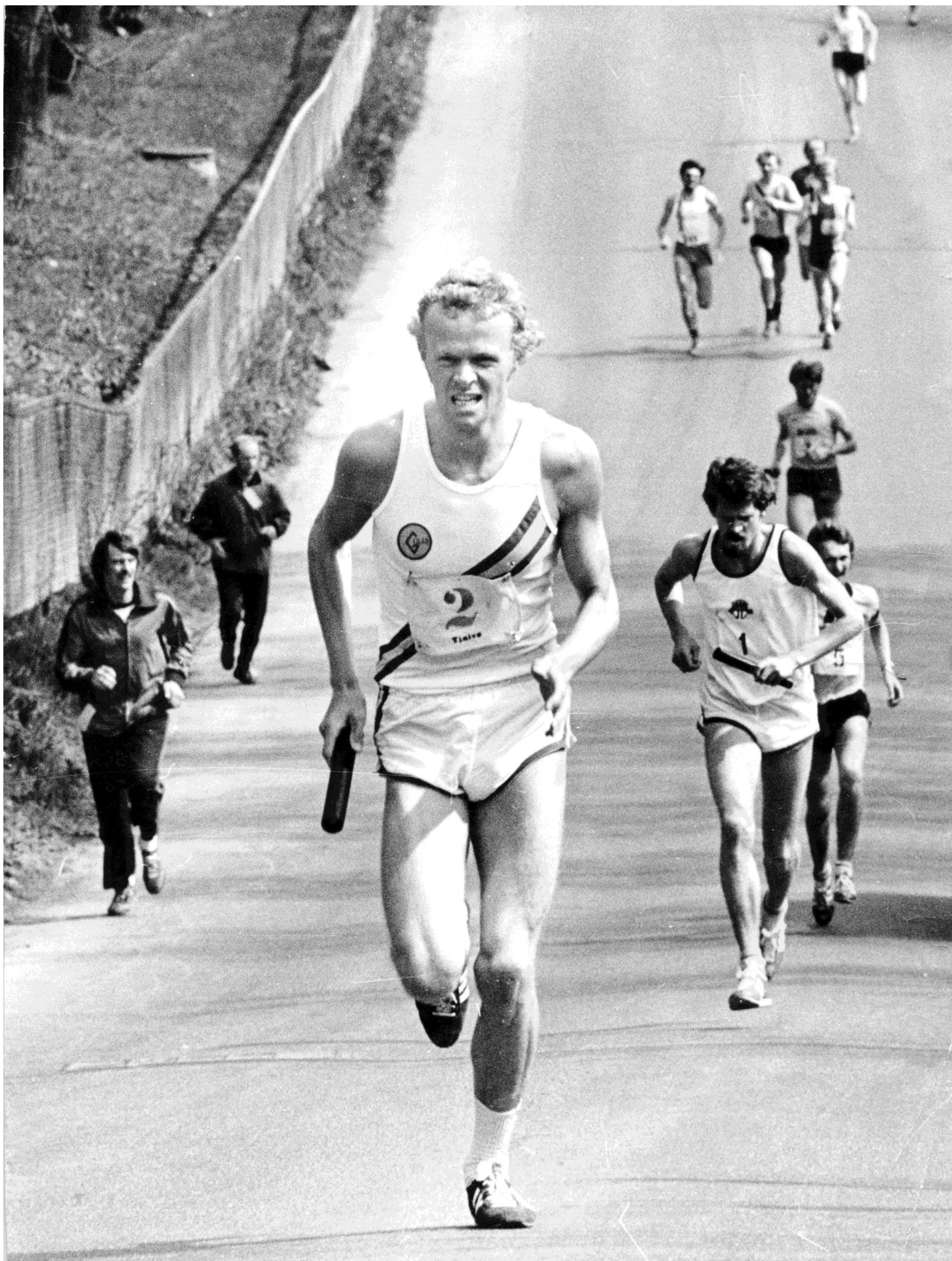
Bjørn Henriksen

Fra Holmenkollstafettens historie



Tjalve vant Holmenkollstafetten i 1967. Her løftes anker mannen Arne Eikås på gullstol av fra venstre: Ola Syse, Helge Pharo, Thoralf Schrøder-Nielsen og Terje Schrøder-Nielsen. Foto fra Tjalvisten.

Fra Holmenkollstafettens historie



Holmenkollstafetten 1976. På vei opp til Besserud. Gular ligger i tet foran Tjalve ved Eirik Berge. Gular vant dette året og Tjalve ble nr. 2. Foto fra Jan Hemsviks private samling.

Norgesmestere!



Laget som ble Norgesmestere på 4x100 m stafett for junior under NM på Lillehammer 24. mai. På laget løp: Kristin Helland, Lakeri Ertzgaard, Vilde Marstein og Kajsa Rooth. Tiden ble 48.68. Vi gratulerer! Foto: John Ertzgaard

Petter Rypdal 29:47.90

KM langdistanse, Trøndelag

Stevnet ble avholdt på selveste 17. mai. Petter Rypdal, som er ny i Tjelve fra 2019, benyttet anledningen til å pynte på sin personlige rekord på 10 000 m da han løp på 29:47.90. Dette var en forbedring av personlig rekord med ca. 30 sekunder. Petter gjorde kort prosess med Didrik Tønseth i spurten.

I en innlagt 1500 m for kvinner løp Maria Wågan på 4:26.87, ca. 2 sekunder bak personlige rekord.

Bjørn Henriksen



Trond Mohn Games uten de store resultatene

Trond Mohn Games ble avholdt i Bergen for andre året på rad 22. mai. Tjelve stilte med flere utøvere i stevnet uten at noen av dem presterte de helt store resultatene.

Marius Bull Hjeltnes har hoppet langt inne i vinter. Det gjorde han også på Fana stadion. Marius vant tresteg med 14.60 m, knapt foran Per Bucher-Johannessen. I kvinnes tresteg konkurranse ble Elise Sanden Søvik nr. 5 med 11.82 m.

Hedda Hynne valgte å løpe 600m, en distanse som ikke løpes så ofte i seniorklassene. Hensikten var å prøve seg på bestenoteringen til Tine Mjåland fra 2014. Den lyder

på 1:28.80. Det holdt ikke helt for Hedda denne gang, som kom i mål som nr. 3 med tiden 1:29.60.

Ferdinand Kvan Edman løp sin første 1500 m for året og kom inn som nr. 4 med tiden 3:43.51.

I kvinnes 1500 m ble Maria Wågan nr. 4 med 4:25.36 og Malin Edland nr. 5 med 4:26.82.

Senay Fissehatsion stilte på 3000 m, men er nok ikke i sin beste form. Tiden ble 8:50.86, som holdt til en 11.plass.

Bjørn Henriksen

Marius Bull Hjeltnes 15.23 m

I forbindelse med Romerikselekene i Lillestrøm 25-26. mai hoppet Marius Bull Hjeltnes 15.23 m i tresteg. Det er en klar ny personlig rekord og gir han en klar ledelse på Norgesstatistikken.

Elise Sanden Søvik vant tresteg i kvinneklassen med 11.77 m, Thor Olav Rosvold vant diskos i herreklassen med resultatet 52.54 m. Lillebror Erik Johannes kastet 45.34 m.

Sindre Olsvik vant lengde med resultatet 6.67 m.

Bjørn Henriksen



Sigurd Skjeseth 13:47.66

Sigurd Skjeseth tok turen til Belgia og deltok i Oordgem 25. mai. Sigurd løp 5000 m og kom i mål på den meget gode tiden 13:47.66. Med dette resultatet ble han nr. 21 i A-heatet. Resultatet er personlig rekord med ca. 2 sekunder.

Sigurd har også løpt 3000 m i år. Det skjedde under Arne Risa Classic 15. mai. Tiden ble 8:03.65 og det holdt til en 3.plass. Tiden er også ny personlig rekord.

Bjørn Henriksen



Tonje Angelsen 1.91 m

Tonje Angelsen valgte å legge sesongdebuten til BDO-lekene i Stjørdal 1. juni. Tonje vant høydekonkurransen på 1.91m og fulgte opp den gode trenden fra innendørs-sesongen. Hun tok alle høyder fra 1.75m og opp til 1.91 m i første forsøk. I følge ekspertene hadde hun også to gode forsøk på 1.94 m, en høyde som er identisk med VM-kravet.

Bare to ganger tidligere i sin karriere har Tonje hoppet høyere i sesongdebuten. Det skjedde i 2012 og 2014. Vi husker godt hvordan det gikk i 2012 da hun vant sølvmedaljen i høyde under EM i Helsingfors.

Bjørn Henriksen



Eivind Henriksen 74.79 m

Eivind Henriksen hadde lagt sesongdebuten til Lambertseter stadion og årets utgave av Clean Air Games.

Vi husker godt hvordan det gikk under fjorårets utgave av stevnet. Eivind forbedret sin norske rekord to ganger og stoppet på 76.66 m.

Eivind hadde kastet meget bra på trening de siste to ukene for stevnet, og forventningene til nok en norsk rekord var høye.

Etter et prøvekast på ca. 76.50 m åpnet Eivind konkurransen med tre ugyldige kast. Dermed var på mange måter løpet kjørt denne kvelden. I femte omgang fikk han opp et kast på 74.79 m som ble hans lengste.

Ungareren Bence Halasz vant konkurransen med 76.61m så Eivind beholdt i hvert fall stevnerekorden så lenge.

En ting er sikkert. Hvis det skal arrangeres en sleggekonkurranse på Lambertseter i framtiden må det gjøres noe med buret. Det holder ikke dagens krav til sikkerhet.

Man skal være glad for at det gikk bra også i år, men den store ulykken kan fort skje når man ikke har et bur som er høyt nok til å fange opp de sleggene som ikke går den veien de normalt skal gå.



Elles var det ikke mange Tjalvister som deltok på Lambertseter denne noe kalde og forblåste junikvelden. I følge resultatlisten løp Sanne Njaastad 800 m på 2:10.35 og ble nr. 4. Malin Edland fulgte rett etter og kom inn på 2:11.77.

Bjørn Henriksen

Eivind Henriksen 78.25 m (norsk rekord)

I det internasjonale sleggestevne i Fränkisch-Crumback 9. juni knuste Eivind Henriksen sin egen norske rekord i slegge som han satt under EM i Berlin i fjor.

I femte omgang fikk Eivind opp et kast på 78.25 m. Eivind åpnet forsiktig med 74.46 m før han fortsatte med 73.60 m og 75.51 m i andre og tredje omgang. Etter et ugyldig kast i fjerde omgang valgte han å bytte sko, noe som øyeblikkelig medførte større lengder i femte omgang. Eivind avsluttet med et ugyldig kast i sjette omgang. Som Eivind selv sa etter konkurransen, "jeg gikk ut i ren gledesrus".

Med dette resultatet er Eivind nr.6 på verdensstatistikken for øyeblikket. Vi gleder oss til fortsettelsen.

Bjørn Henriksen



Leif Roar Falkum 70 år



Leif Roar Falkum, Kong Olav og Grete Waitz etter utdelingen av kongepokalene i 1974 (Hønefoss). Foto fra Jan Hemsviks private samling.

Leif Roar Falkum fylte 70 år 23. juni. Vi gratulerer!

Leif Roar kom til Tjalve i 1972 etter å ha meldt overgang fra Sunndal IL. Året før (1971) satte han sin første norske rekord i høyde med resultatet 2.11 m. Alt i alt forbedret han den norske rekorden 10 ganger i løpet av karrieren. Den siste rekorden satte han i 1976 og hoppet for første gang 2.20 m.

Leif Roar ble norsk mester i høyde 5 ganger; 1971-1974 og 1976. I tillegg vant han sølvmedalje i 1978.

Kongepokalen vant han i 1973, 1974 og 1976.

Internasjonalt deltok han i EM i Roma 1974 med en 6.plass og resultatet 2.16 m. I innendørs-EM i 1976 ble han nr. 5 med 2.10 m. Falkum deltok også i OL i Montreal i 1976 hvor han ble nr.14 med 2.10 m.

Som mange andre har Leif Roar tatt sin tørn i Tjalvestyret, hvor han var styremedlem i 1979 og 1980.

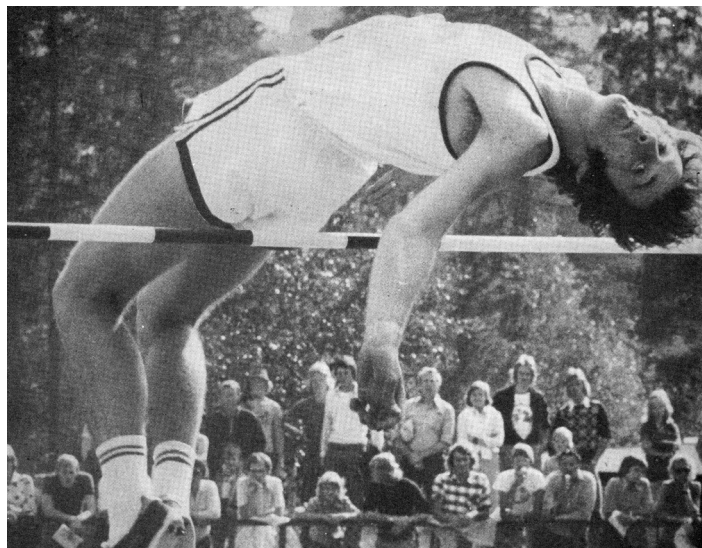
Falkum ble slått til Ridder av Tjalves orden i 1976 og fikk samme år tildelt Tjalves gullmerke. I 1980 fikk han tildelt Forbundets gullmedalje.

Leif Roar kunne mer enn å hoppe høyde. I tresteg har han en personlig rekord satt i 1974 med resultatet 14.94 m.

Leif Roar Falkum var den første som lyktes med Fosbury flop i Norge. Hans konsentrasjonsevne og –vilje var en skue verd.

Leif Roar er utdannet lege og er godkjent spesialist i psykiatri siden 1984. Han var overlege/avdelingsoverlege på AHUS 1984-2006. Han har hatt privat praksis ved Ressursklinikken AS siden 2006. Leif Roar innenfor feltene depresjon, angst, bipolar lidelse, ADHD m.m. Gruppeanalytiker. Han har i tillegg erfaring fra idrettsmedisin og psykiske utfordringer knyttet til toppidrett. Han har også drevet coaching for ledere.

Bjørn Henriksen



Leif Roar slik vi husker han fra glansdagene. Foto fra Jan Hemsviks private samling.

Mads Henry Andenæs 1940-2019

Mads Henry Andenæs ble født 22.04.1940 og døde 12.05.2019, 79 år gammel.

Andenæs er nok mest kjent som jurist og professor emeritus i rettsvitenskap fra Universitet i Oslo.

Han var professor ved Det juridiske fakultet ved Universitetet i Bergen fra 1979 og ved Det juridiske fakultet ved Universitetet i Oslo fra 1986 til han gikk av med pensjon i 2010.

Andenæs var gift med Ellen Holager Andenæs, et annet kjent navn fra media. Holager Andenæs ble utnevnt til Norges første kvinnelige statsadvokat i 1983. Hun har også jobbet i politiet.

Det nok ikke mange blant Tjalvistene vet er at Mads Henry Andenæs var en meget habil spydkaster på slutten av 50-tallet og begynnelsen av 60-tallet.

Andenæs debuterte for Tjalve i 1958. Det året kastet han spydet 57.98 m. Årets etter oppnådde han omtrent samme resultat med 57.19 m. Det store gjennombruddet kom i 1960 da han kastet 73.12 m. Dette året var han nr. 4 på Norgesstatistikken, bare slått av storheter som Egil Danielsen, Willy Rasmussen og Terje Pedersen.

I 1961 finner vi ikke noe resultater på Andenæs, men han var tilbake igjen i 1962 med 62.64 m. Dette er nok det siste han presterte på idrettsbanen før interessen for jus tok over.

Vi lyser fred over hans minne.

Bjørn Henriksen



Mads Henry Andenæs. Fotograf ukjent.

Solveig Hernandez Vråle

Solveig Hernandez Vråle derimot lever i beste velgående. Solveig kom til Tjalve før 2019-sesongen, men såpass sent at vi ikke fikk presentert henne sammen med de andre nykomlingene i fjor.

Født: 21.07.1999

Tidligere klubb: IL Sandvin

Personlige rekorder:

400 m: 55.33 (2018)

100 m hekk; 14.80 (2018)

400 m hekk: 58.11 (2018)

I 2018 deltok hun i junior-VM og kom til semifinale på 400 m hekk.

Solveig er datter av Tonje Vråle som i 1993 løp 400 m på 54.77 og 800 m på 2:05.54. Ingen tvil om at Solveig har fått de riktige genene.

Solveig trener nå i gruppa til Leif Olav Alnæs.

Vi ønsker Solveig velkommen til IK Tjalve!

Bjørn Henriksen



Tjalvelekene 2019

Tjalvelekene 2019 ble arrangert helgen 31.mai-2. juni.

Stevnet i år var flyttet til vårsesongen med håp om flere deltakere enn det har vært de siste årene hvor stevnet har blitt arrangert i august.

400 deltakere og ca. 640 starter er fasiten etter årets stevne. Bedre enn i fjor, men fortsatt ikke bra nok hvis vi skal sammenligne oss med andre større barnestevner. I år falt Tjalvelekene sammen med Framolekene i Bergen, noe som helt klart hadde en effekt på antall deltakere.

Været på fredag og søndag var bra, mens lørdagen var kaldere og med noe regn.

For Tjalve er dette et stort arrangement med behov for mange dommere og mange funksjonærer. Mange Tjalvister benyttet anledningen til å få bokført det antall timer som kreves av dugnadsarbeid gjennom året.

Hyggelig var det også å se at noen fra den litt eldre garde møtte opp og hjalp til med å få stevnet trygt i havn. Eirik Berge stilte opp som funksjonær i lange kast både fredag og søndag. Siste dag dukket også Hans Hotvedt opp. Hotvedt er født i 1930 og fyller altså 90 år neste år. Han løp blant annet på Tjalvelaget som vant Holmenkollstafetten i 1957, den gang med Audun Boysen som kaptein. Vi skal heller ikke glemme Jan Jørgen Moe som alltid gjør en formidabel innsats i forbindelse med Tjalves arrangementer. Jeg burde kanskje også nevne Kjetil Myrtun, men vet ikke helt om han ønsker å bli plassert i den noe eldre garde riktig ennå. Kjetil har på mange måter vært selve drivkraften i Tjalvelekene og tidligere Norway Games, godt hjulpet av Inger Myrtun.

En litt morsom historie fra Tjalvelekene. På lørdagen hadde undertegnende med en dommer i lange kast ved navn Hellum. Under lunsjen på lørdag fortalte han meg at barna hans synes det var veldig morsomt å se bilder av deres oldefar som konkurrerte i friidrett for 100 år siden.

Jeg måtte da spørre Jon-Anders Hellum om hans bestefar kunne være Johan Hellum, en av Tjalves store utøvere i perioden 1910-1920. Det viste seg å være riktig.

I den nevnte perioden var Johan Hellum Norges beste kaster og mangekjemper. Han vant 17 individuelle mesterskap. Han var også styreformann i klubben i 1912 og 1917. Han vant kongepokalen i 1914 og 1916.



Johan Hellum fotografert i Kristiania i 1912. Foto fra Jan Hemsviks private samling.

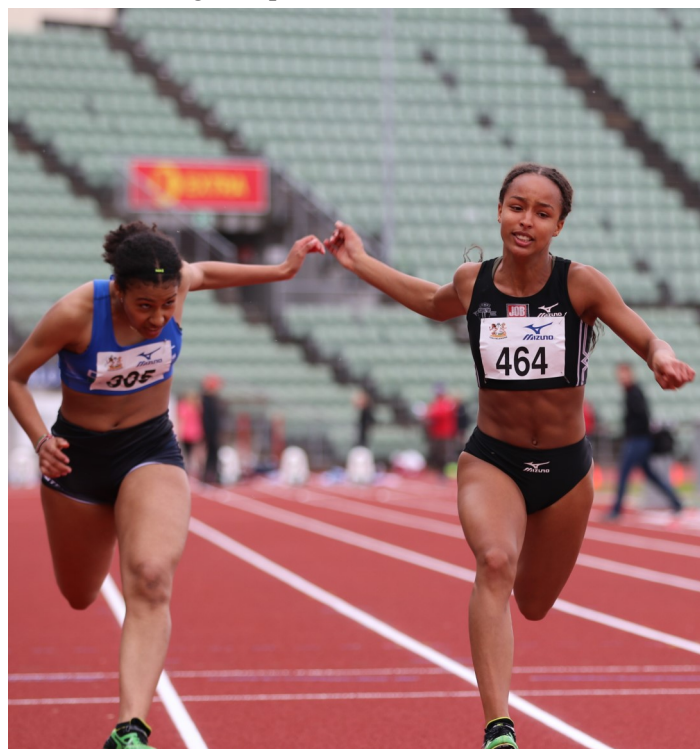


Hans Hotvedt, still going strong. Foto: Bjørn Henriksen

Johan Hellum dro etter hvert til USA for å utdanne seg til trener. Han ble dessverre erklært profesjonell og fikk derfor ikke lenger konkurrere i Norge.

Så til det sportslige. Både Lakeri og Kaitesi Ertzgaard perset på 100 m. Lakeri vant J17 på tiden 12.36, mens Kaitesi ble nr. 4 i KS med tiden 12.06. Det tar nok ikke lang tid nå før Kaitesi presser seg under 12 blank.

Marius Bull Hjeltnes stod over alle hopp denne helgen og konsentrerte seg om sprint. På 100 m ble han nr. 6 med



Lakeri Ertzgaard vinner 100 m J17 med tiden 12.36. Foto: Mette Rooth

Tjalvelekene forts.

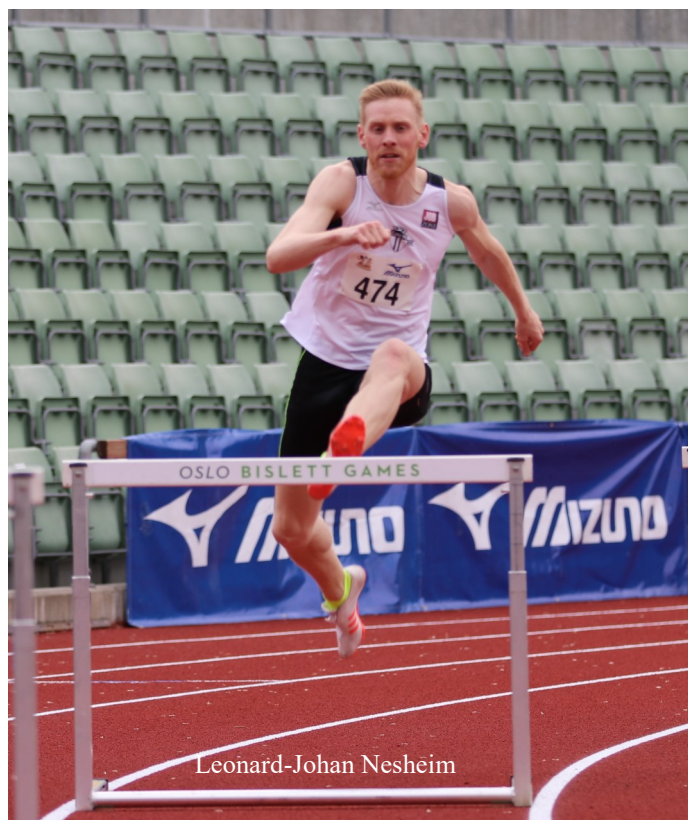
tiden 11.13, mens det ble en 5. plass på 200 m med tiden 22.56. Med disse tidene er han beste Tjalvist så langt denne sesongen.



Marius Bull Hjeltnes på vei ut av svingen på 200 m.
Foto: Mette Rooth

Elise Sanden Søvik satte ny personlige rekord i tresteg med 12.08 m og ble nr.4. Tidligere pers fra i fjor lød på 12.04 m.

Sindre Olsvik vant lengde på 6.72 m i MS og Vilde Indseth Holten vant diskos i KS med 42.90 m.

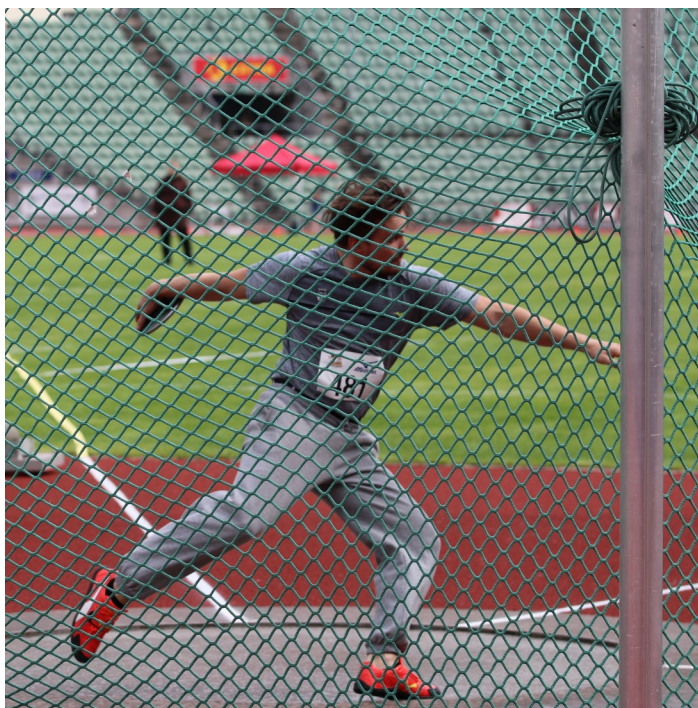


Leonard-Johan Nesheim var best på 400 m hekk med tiden 57.31. På 400 m uten hekker ble han nr. 5 med 51.93 (se bilde nederst venstre kolonne).

Kajsa Rooth ble nr. 3 på 100 m hekk J17 med resultatet 14.35. Her må det nevnes at Andrea Rooth fra Lambertseter løp på meget sterke 13.20, selv om vinden viste +3.3. Dette er tider som bare Isabell Pedersen har oppnådd tidligere.



Kajsa Rooth vinner bronse på 100 m J17. Foto: Mette Rooth



Thor Olav Rosvold vinner diskos menn senior med resultatet 52.54 m. Foto: Mette Rooth.

Tjalvelekene forts.

Thor Olav Rosvold var suveren i diskos MS med resultatet 51.74 m, foran broder Erik Johannes Rosvold som oppnådde 45.57 m.



Kristin Maltun Helland (473) underveis på 800 m. Foto: Mette Rooth.

Kristin Maltun Helland ble nr.3 på 800 m i KS med tiden 2:14.70.

Markus Rooth var som vanlig med i diverse øvelser. Blant annet vant han høyde i G18/19 med 1.85 m.



Markus Rooth svinger seg over 1.85 m i høyde. Foto: Mette Rooth



Vegard Dragesund Sverd fotografert under 200 m. Han ble nr. 9 på tiden 23.95. Foto: Mette Rooth.



Bislett stadion var som vanlig pyntet til fest. Det er ingen tvil om hvem som er hovedsponsor til Tjalvelekene.

Da ser vi fram mot neste Tjalve arrangement som er Boysen Memorial fredag 9. juli. Mer fra det stevnet kommer i neste utgave av Tj Alvisten.

Bjørn Henriksen

Topp 20 plasseringer Europastatistikken pr. 28.06 2019

Kvinner

800 m

Hedda Hynne 2:01.61 (12)

5000 m

Karoline Bjerkeli Grøvdal 15:09.51 (6)

3000m hinder

Karoline Bjerkeli Grøvdal 9:28.99 (4)

Høyde

Tonje Angelsen 1.91 m (17)

Andre norske

100 m hekk

Isabelle Pedersen 13.08 (15)

400 m hekk

Amalie Iuel 55.15 (3)

Line Kloster 56.74 (17)

Spyd

Sigrid Borge 62.20 m (12)

Menn

Slegge

Eivind Henriksen 78.25 m (6)

Andre norske

400 m hekk

Karsten Warholm 47.33 (1)

Diskos

Ola Stunes Isene 67.78 m (3)

1500 m

Jacob Ingebrigtsen 3:37.03+ (8)

Filip Ingebrigtsen 3:38.12+ (15)

5000 m

Filip Ingebrigtsen 13:11.75 (3)

Stav

Sondre Guttormsen 5.61 m (14)

Lengde

Ingar Kiplesund 8.00 m (5)

10-kamp

Martin Roe 8037p (15)

3000 m hinder

Tor Erling Kårbø 8:29.70 (11)

Topp 50 plasseringer Verdensstatistikken pr. 28.06.2019

Kvinner

800 m

Hedda Hynne 2:01.61 (40)

3000m hinder

Karoline Bjerkeli Grøvdal 9:28.99 (14)

5000 m

Karoline Bjerkeli Grøvdal 15:09.51 (29)

Høyde

Tonje Angelsen 1.91 m (22)

Andre norske

400 m hekk

Amalie Iuel 55.15 (11)

Spyd

Sigrid Borge 62.20 m (24)

Menn

Slegge

Eivind Henriksen 78.25 m (6)

Andre norske

400 m hekk

Karsten Warholm 47.33 (2)

Diskos

Ola Stunes Isene 67.78 m (4)

1500 m

Jacob Ingebrigtsen 3:37.30 (45)

5000 m

Filip Ingebrigtsen 13:11.75 (19)

10-kamp

Martin Roe 8037p (26)

Stav

Sondre Guttormsen 5.61 m (37)

Sterke 3000 m resultater i Tyrvinglekene

Både Petter Rypdal og Eivind Trym Wikshåland satte fine nye personlige rekorder på 3000 m under de tradisjonsrike Tyrvinglekene som ble avholdt på Nadderud stadion 14-16. juni. Tidene ble henholdsvis 8:19.26 og 8:24.02. For nøyaktig et år siden løp Eivind Trym 3000 m i samme konkurranse. Han fikk da tiden 8:57.14. Dette viser at iherdig jobbing dag ut og dag inn gir resultater til slutt.

Kaitesi Ertzgaard satte igjen personlig rekord på 100 m med tiden 12.05. Den tidligere rekorden lød på 12.06. Kaitesi jobber seg sakte men sikkert ned under 12 blank. Lakeri Ertzgaard, som valgte å løpe i J18/19 denne gang fikk 12.39.

Ellers bør vi nevne at Nickolai Jallow løp 100 m på 10.89 i forsøket og 10.98 i finalen. Marius Bull Hjeltnes løp årsbeste ned til 11.07 i forsøket.



Eivind Trym Wikshåland

THURSDAY
JUNE 13th
2019



OSLO
BISLETT GAMES

Oslo Bislett Games gikk av stabelen 13. juni. Etter en grå dag i Oslo klarnet det opp mot kvelden slik at årets stevne ble en trivelig opplevelse på mange måter.

For første gang i Bislettalliansens 54-årige historie var alle billetter utsolgt på forhånd. Det betyr ikke at man ikke har hatt flere tilskuere tidligere. Før ombygningen i 2005 kunne Bislett ta ca. 28 000 tilskuere mot ca. 15 000 i våre dager.

Kveldens høydepunkt var Karsten Warholms norske rekord på 400 m hekk med tiden 47.33. Det er det forreste europeer noen gang har løpt. Karsten var fullstendig suveren og slå McMaster fra Jomfruøyene med nesten to sekunder. Vi må også gi honnør til Henrik Ingebrigtsen som endelig fikk has på Marius Bakkens 18 år gamle norske rekord på 3000m. Den nye rekorden lyder på 7:36.85.

Hva så med våre egne utøvere? Hedda Hynne hadde fått plass i kvinnenes 800 m felt. Mange hadde store forventninger til Hedda i sesongdebuten på distansen. Dessverre var hun involvert i et fall ved passering 400 m, noe som ødela hele løpet for hennes del. Hun kom inn på 2:05.94 som da var årsbeste i Norge.



Hedda Hynne tett fulgt av Yngvild Elvemo. Foto: Eirik Førde

Karoline Bjerkeli Grøvdal hadde også sin årsdebut på Bislett, på favoritt distansen 3000 m hinder. Karoline har hatt et langt sykefravær og er nok ikke i sin beste form. Hun kom inn på 9:28.99 som er ca. 15 sekunder bak hennes egen norske rekord på 9:13.35. Det viktigste var at hun klarte VM-kravet med glans.



Karoline Bjerkeli Grøvdal underveis på 3000 m hinder. Foto: Eirik Førde

Tonje Angelsen var også på plass i høydegropa. Etter en lovende sesongdebut på 1.91 m var vi spent på om hun kunne nærme seg VM-kravet på 1.94 m. I følge ekspertene hadde Tonje tre gode forsøk på 1.91 m, men endte med 1.88 m.

Marius Bull Hjeltnes ble nr. 4 i lengde med 7.23 m, en cm bak personlig rekord. Sindre Olsvik ble nr. 6 med 6.53 m. Vinneren, Ingar Kniplesund gjorde en ny god konkurranse og stoppet på 7.77 m. Det viser at hans hopp på 7.94 m uken før ikke var noen tilfeldighet.

De andre av våre utøvere som stilte på Bislett hadde fått plass i forøvelsene til selve Diamond League stevnet.



Tonje Angelsen på vei over listen. Konsentrasjonen er på topp.
Foto: Eirik Førde

Joachim Sandberg viste klar framgang på 200 m hvor han ble nr. 4 med resultatet 21.47.

Kaitesi Ertzgaard valgte å løpe 400 m ved denne anledning. Det gjorde hun på en meget imponerende måte. Kaitesi satte ny personlig rekord med 55.60.

På 1500 m i den nasjonale klassen løp tre Tjålvister. De besatte 2, 3 og 4.plassen. Best var Malin Edland med en fin personlig rekord 4:24.34. Personlig rekord satte også Sanne Njaastad. Hun hadde ikke løpt 1500 m siden 2016 slik at hennes bestenotering ble løpt ned med ca.15 sekunder. Tid: 4:25.43. Maria Wågan ble nr. 4 med tiden 4:26.69, noe bak persen hun satte tidligere i år.



Malin Edland på vei mot per på 1500 m. Til venstre for henne ser vi vinneren av distansen, Mina Anglero fra Tyrving. Foto: Eirik Førde

Solveig Hernandez Vråle, som for øyeblikket har ferie-representasjon for IL Sandvin, ble nr. 6 i det nasjonale feltet på 400 m hekk med tiden 61.11. Solveig er for tiden langt bak de tidene hun løp på i fjor.



Solveig på vei over siste hekk. Foto: Eirik Førde.

Ferdinand Kvan Edman stilte ikke til start på 1500 m nasjonal klasse av årsaker som er ukjent for redaksjonen.

Når vi legger til at Knut Kvalheim ble intervjuet på direkte TV og John Ertzgaard ved flere anledninger fikk vist fram den fine dressen sin, må vi være fornøyd med kvelden. Kjetil Myrtun kom også i søkelyset da han fikk i oppdrag å vise det røde kortet til storfavoritten Brianna McNeal på 100 m hekk for kvinner. Den unge kvinnen virket ikke veldig fornøyd med avgjørelsen, men Kjetil tok det med stoisk ro. En ting har vi lært opp gjennom årene. Det skal noe til for å vippe Kjetil av pinnen.



Celebert besøk på Bislett. Rune Stenersen fra Bislettalliansen intervjuer Sebastian Coe, mens Oslos ordfører Marianne Borger og kulturminister Trine Skei Grande venter på tur.
Foto: Eirik Førde

Bjørn Henriksen



200 m nasjonal klasse: Joachim Sandberg (helt til høyre i bildet) blir nr. 4 med tiden 21.47. Foto: Lars R. Skaug.



Marius Bull Hjeltnes blir nr. 4 i lengde nasjonal klasse med et hopp på 7.23 m. Foto: Lars R. Skaug



Kjendiser på Bislett. Eirik Førde, John Ertzgaard og Steinar Hoen. Foto: Lars R. Skaug

Fra friidrettens historie



Bildene er hentet fra NM stafetter i Trondheim 1987. Vi ser her de to siste etappene på 4x400 m. På bildet øverst er Richard Sandberg fra Lambertseter (far til Joachim Sandberg) i ferd med å løpe opp i ryggen på Bo Breigan.

På bildet nederst har Espen Rooth (far til Markus Rooth) passert Svein Erik Storlien. Lambertseter vinner dermed sitt første NM i stafetter. Vi får være glad for at avkommet til disse eminente utøverne har valgt Tjalve som klubb. Foto: Jan Hemsviks private samling.

1500 m løperen Audun Boysen

10. mai i år var det 90 år siden Audun Boysen ble født, på Bjarkøy i Troms, der faren Audun Boysen (som jeg selv møtte som skolelege 35 år senere) virket som distriktslege. Inspirert av dette jubiléet og motivert av kommentaren fra Arne Kvalheim om Boysens potensial som 1500m-løper, her er et tilbakeblikk på denne siden av løperlegendens karriere:

Boysens internasjonale gjennombrudd kom med et sensasjonelt sololøp på 800m på Slottskogsvallen i Göteborg 10. august 1950. Etter en 400m-åpning (der han var sin egen "hare") på 51,8 ble sluttiden 1.48,7. Kun fire løpere hadde noen gang fått en bedre tid på distansen; den amerikanske OL-mesteren fra London, Mal Whitfield, en av samtidens aller største friidrettsstjerner, var ikke blant dem! Boysen hadde vakt oppsikt i Tjalves jubileumsstevne på Bislett en måned tidligere, da Whitfield ble overrumplet av den ukjente nordmannens uhørte åpnings tempo, og så vidt nådde ham igjen rett før mål. Boysen satte her sin første norgesrekord med 1.50,6.

Etter disse løpene var forventningene til Boysen foran EM i Brussel langt større enn den 5. plassen han oppnådde i 800m-finalen. OL i Helsingfors to år senere gav en ny skuffelse: Boysen ble med knapp margin slått ut i semifinalen, riktignok i et svært sterkt heat som ble vunnet av den spurtsterke dansken Gunnar Nielsen foran Whitfield, som deretter forsvarte sitt OL-gull. To uker senere møttes Boysen og Whitfield i Göteborg. Olympiamesteren var nærmere enn noen gang siden møtet med Boysen på Bislett to år tidligere til å få brutt sin lange seiersrekke på 800m, men holdt unna på ny USA-rekord 1.48,0, to tideler foran Boysen. Med dette var de nå historiens to raskeste løpere på distansen, nest etter Rudolf Harbig og hans fantastiske verdensrekord 1.46,6 fra 1939. Men etter to mesterskapsnedturer ble likevel spørsmålet stilt om Boysen ikke heller burde satse på 1500 meter.



Audun Boysen leder 800 m feltet under finalen i Brüssel-EM 1950. Foto fra Norges Friidrettshistorie.

I 1951 hadde han overtatt norgesrekorden med 3.50,2 i sitt første seriøse løp på distansen, og i Helsingfors hadde han kvalifisert seg for finalen, selv om han der endte nest sist i det 12 mann sterke feltet. Fem dager etter 800m-duellen mot Whitfield i Göteborg stilte han til start på 1500m på Bislett. Der skulle han måle seg mot den australske OL-finalisten Don MacMillan og svensken Sture Landquist, som i 1951 hadde hatt årsbeste i verden med

3.44,8 (verdensrekorden var 3.43,0). Boysen vant overlegent på ny norsk rekord 3.48,6, og Aftenpostens legendariske friidrettsekspert Jafr (Jan Fredrik Løchen) proklamerte: "Boysens distanse er og blir 1500m" (!).

Jafr fikk vann på mølla da Boysen etter en ganske så vellykket 800m-sesong i 1953 igjen forsøkte seg som 1500m-løper i et løp på Krohnsminde i Bergen helt på tampen av sesongen. Noen dager før hadde han satt sin første verdensrekord (2.20,4) på 1000m etter en duell med Roger Moens for nesten tomme Bislett-tribuner i den kjølige septemberkvelden. I Bergen beseiret han en annen av sine spurtsterke rivaler, Gunnar Nielsen (som hadde tapt bronsemedaljen på 800m i Helsingfors på målfoto), og forbedret sin norske rekord til 3.48,2.

Spørsmålet foran EM 1954 var hvilken distanse løpere som Boysen skulle prioritere. En kombinasjon var umulig; kvalifiseringsheatene for 1500m-finalen gikk dagen før semifinalen på 800m. For Boysen var nok valget klart, selv om han var blitt knepent slått av Gunnar Nielsen da han forbedret sin norske rekord til 1.48,1 i København 1. juli. Men et visst dilemma oppstod etter Bislett-stevnet 22. juli, der 15000 tilskuere ble helt revet med da Boysen ble annenmann i et sterkt internasjonalt felt på ny norsk rekord 3.46,0. Gunnar Nielsen vant på 3.45,2, drømmemileren Roger Bannister var eneste europeer med bedre årsbeste. En måned tidligere hadde britten mistet mil-rekorden til australieren John Landy, som underveis i sitt rekordløp i Turku også forbedret verdensrekorden på 1500m, helt ned til 3.41,8. Men tider under 3.47 vakte fortsatt internasjonal oppmerksomhet, og dét oppnådde både tsjekkosllovakene Stanislav Jungwirth og ungarenen Istvan Rozsavölgyi. På femteplass kom svensken Sune Karlsson, som hadde toppet verdensstatistikken året før med 3.44,2.



Oslolekene 1954. Audun Boysen (36) setter ny norsk rekord på 1500 m med tiden 3.46.0. Han blir bare slått av dansken Gunnar Nielsen (29). Foto fra Jan Hemsviks private samling.

Bislett-landskampen mot Ungarn 10 dager senere reiste nye spørsmål: Tre uker før EM ble Boysen nå spurtbeseiret på 800m av Lajos Szentgali, som satte ny ungarsk rekord 1.49,0. Neste dag stilte han revansjlysten opp på 1500m, med sin unge lagkamerat Arne Hamarsland som

1500 m løperen Boysen forts.

fartsholder. Hamarsland passerte 800m på 1.59 og holdt ledelsen helt til Boysen overtok da litt over en runde gjenstod. Men han ble fulgt av Sandor Iharos, som fosset fra på oppløpssiden og løp inn til sensasjonelle 3.42,4, ny Europarekord! Iharos var ungarsk rekordholder, men hadde – som Boysen – aldri før vært under 3.46. Den nye norske rekorden lød på 3.44,2 – den tiden bragte Boysen opp til 10. plass på alle tiders verdensstatistikk. Knappt to uker senere overbeviste 1500m-løperen Audun Boysen igjen, og ble beåret med Kongepokalen (sin eneste!) etter 3.46,0 i NM i Sarpsborg. Tre dager etterpå satte han igjen ny verdensrekord på 1000m, med 2.19,5 i Gävle!



1500 m under landskampen mot Ungarn.

Under EM i Bern ble det likevel 800m på Boysen, og her bidro han mer enn noen annen til et grensesprengende finaleløp der fem løpere (med Roger Moens på femteplass!) endte på det forjettede 1.47-tallet, med Szentgali som europamester og Boysen som bronsevinner. Gunnar Nielsen valgte 1500 meter, der han tok sølvet med 3.44,4 bak Roger Bannister, men foran den senere verdensrekordholder Jungwirth, mens Iharos endte på 6. plass.



Audun Boysen (85) i tet under EM-finalen på 800 m i 1954. Boysen vinner bronsemedaljen. Foto: Sportsrevy 1954.

1955 er året som i Boysens biografi for alltid vil være forbundet med 800m-duellen med Moens den 3. august. Men det var Sandor Iharos som ble årets friidrettsnavn, og han vant også internasjonale kåringer som årets utøver. Ved sesongslutt hadde Iharos verdensrekordene både på 1500m, 3000m og 5000m, og på forsesongen

1956 slettet han også Zatopeks 10 000m-rekord. 1500m-rekorden falt i landskampen mot Finland i Helsingfors, uken før Moens-Boysen duellen. I det reneste tandemløp med lagkameraten Rozsavölgyi hadde Iharos samme imponerende avslutning som da han satte sin Europarekord på Bislett året i forveien. Med 3.40,8 slo han Landys rekord med ett sekund og Rozsavölgyi med to sekunder, til ekstatisk jubel fra 40000 finner på Olympiastadions tribuner.

Fem uker etter sitt 1.45,9-løp stilte Audun Boysen opp i et nytt verdensrekordangrep på Bislett. Han hadde nettopp vært i Göteborg og forbedret sin verdensrekord på 1000m til 2.19,0. Nå var det Iharos' rekord som skulle til pers, med verdensrekordholderen selv på tribunen (!). Boysens landslagsmakker på 800m, Ragnar Andersen og Erik Sarto, var engasjert som "harer" og sørget for 800m-passering på 1.58. Men så måtte Boysen overta som fartsholder, og han la forholdene til rette for de to andre rekordjegerne i feltet, Gunnar Nielsen og Iharos' landsmann Laszlo Tabori. De passerte Boysen på nest siste langside, og 16000 tilskuere lot seg rive med i deres innbitte kamp både om seieren og mot verdensrekorden. Tabori ble dømt som vinner på samme tid som den populære dansken – 3.40,8! Begge ble anerkjent av IAAF som verdensrekordinnehavere etter å ha tangert Iharos' tid. Audun Boysen hadde igjen vært sterkt delaktig i et verdensrekordløp på Bislett, men han måtte resignere da Tabori og Nielsen startet sin langspurt, og han bare fullførte løpet.

Dette markerte slutten på Boysens ambisjoner som 1500m-løper. En gang til skulle han stille på en 1500m som endte med tider i verdensklasse. Det skjedde på hans andre favorittbane, Slottskogsvallen, den siste septemberdagen i 1956, åtte uker før OL i Melbourne. Han endte selv på tredjeplass med relativt ordinære 3.46,6. Men han slo Olavi Salonen, som året etter kom på verdensrekordlistene. Den ene av Boysens overmenn i dette løpet var Dan Waern, som hadde slettet Gunder Hæggs svenske rekord 3.43,0 i begynnelsen av august. Da tangerte han den nye nordiske rekorden 3.42,0 som Olavi Salsola satte i julistevnet i Gävle der Boysen noterte OL-sesongens nest beste 800m-tid 1.46,5. Nå løp Waern på 3.41,4, men han mistet likevel sin svenske rekord. Ingvar Ericsson hadde vært i 1500m-finalen både i OL 1952 og i de to foregående EM. Fjerdeplassen i EM 1954 var det nærmeste han var kommet medalje. Men Ericssons resultater denne sesongen hadde vært så som så, og han hadde nå sin siste sjanse til å kvalifisere seg for en ny OL-start. Og til alles forbløffelse spurtbeseiret han Waern og ble innehaver av den nye svenske rekorden med 3.41,2 etter å ha forbedret sin personlige rekord med over tre sekunder. De to svenskene kom til Melbourne med årsbeste bedre enn alle konkurrentene utenom verdensrekordholderen Rozsavölgyi. Men ingen av dem, og heller ikke Salsola, kom seg videre til finalen. Det gjorde Gunnar Nielsen, men han måtte nøye seg med 10. plass i det siste løpet i sin karriere.

1957 ble en mellomsesong for Boysen også som 800m-løper, mens Salsola, Salonen og Waern ble aktører i sesongens mest omtalte 1500m-løp.

Men den historien har Hans Langer Werp allerede fortalt!

Tron Espeli

IAAF Hammer Throw Challenge

IAAF Hammer Throw Challenge er en årlig konkurranse for sleggekastere arrangert av det internasjonale friidrettsforbundet. Konkurransene er for det meste lagt inn i stevner som har IAAF World Challenge standard. Denne stevneserien ble første gang arrangert i 2010, og er sleggekasternes svar på Diamond League.

Det arrangeres diverse stevner gjennom sesongen. Den som sammenlagt har den lengste lengden av 3 kast vinner sammenlagt.

I 2019 består denne stevneserien av ni konkurranser fordelt på syv land.

Eivind Henriksen har i perioden 12-16 juni deltatt i to av stevnene arrangert i Polen. 12. juni, tre dager etter han

satt sin norske rekord i Tyskland, var han med i et stevne i Bydgoszcz. Her gikk det ikke særlig bra. Eivind åpnet med 71.48 m før han økte til ca. 72.50 m i ande omgang. I tredje fikk han opp et kast på 73.57 m. Dette holdt ikke til finale. Hva som gikk feil vet han ikke selv, men varmen og mange dager på reise kan være årsaken.

16. juni deltok han i 65th Janusz Kusocinski Memorial i Chorzow i nærheten av Krakow. Her gikk det noe bedre, selv om serien hans var veldig varierende; tre kast på ca. 72.60 m og tre kast over 75 m. Det lengste målte 75.74 m og innbrakte en 5.plass. Neste stevne i denne serien arrangeres i Ungarn 9. juli.

Bjørn Henriksen

Sollentuna Grand Prix

Flere av Tjalves utøvere hadde tatt turen til Stockholm og Sollentuna Grand Prix 18. juni. Stevnet er en del av Folk-sam Grand Prix. I tillegg til Sollentuna arrangeres det stevner i Karlstad 6.juli, Varberg 15.juli og Göteborg 16.august.

Av resultatene kan nevnes at Ferdinand Kvan Edman ble nr. 5 i A-heatet på 1500 m og satte samtidig årsbeste med tiden 3:40.37. Vi minner om at VM-kravet er 3:36.00.

Joachim Sandberg valgt å løpe 400 m hekk ved denne anledningen og ble nr. 7 i A-heatet med tiden 52.88. Det er litt bak hans årsbeste.

På 800 m for kvinner ble Hedda Hynne nr. 2 med tiden 2:02.61. Hun forbedret seg en god del fra Bislett Games, men det er enda et stykke igjen til VM-kravet. Malin Edland og Sanne Njaastad var satt opp i B-heatet og gjorde



Hedda fotografert under Oslo Bislett Games. Foto:

en utmerket innsats. Malin vant på 2:08.66 som er klar årsbeste. Sanne ble nr. 2 i heatet med 2:08.78, noe som også er årsbeste.

Bjørn Henriksen

Diverse resultater

Helgen 21-23. juni ble det oppnådd en del gode resultater av Tjalveutøvere. Hedda Hynne presset tiden på 800 m ned til 2:01.61 under et Grand Prix stevne i Polen. Da er det bare 1 sekund ned til VM-kravet. Resultatet er også ny klubbrekord i Tjalve. Tidligere rekord hadde Ingvald Måkestad.

Under Veidekkelekene på Lillehammer løp Lakeri Ertzgaard (J17) 400 m på 55.62 i sin debut på distansen. Hun har dermed klart kravet til både U20EM og EYOF. Marie-Therese Obst er tilbake fra USA og kastet spydet 52.91m. Det er rett bak hennes årsbeste. Joachim Sandberg løp 400 m på 48.71 og Håkon Skaftun 200 m på 22.53.

I forbindelse med Otra Invitational satte Thor Olav Rosvold ny personlig rekord i diskos med 53.87 m.

Bjørn Henriksen



Thor Olav Rosvold med ny pers i diskos.

Da himmelen åpnet seg over Oslo på selve D-dagen



6. juni 2019 åpnet himmelen seg over Oslo og regnet strømmet ned i store mengder. Den dagen var Thomas Byrkjeland ute og trente på NIH sammen med trener Eirik Førde.

6. juni 1944 gikk de allierte styrkene i land i Normandie (Frankrike) for å gjøre et siste forsøk på å stanse krigen i Europa som hadde pågått siden 1939. Invasjonen i Normandie betød begynnelsen til slutten på den andre verdenskrig. Fra Normandie gikk allierte styrker videre til Paris og Belgia før invasjonen i Tyskland. Operasjonen ble vellykket, men var risikabel, og var nær ved å mislykkes den første dagen. Foto: Eirik Førde

Sanne Njaastad

Sanne Njaastad er en annen av våre nye yngre utøvere som kom til Tjalve helt på tampen av fjoråret.

Født: 16.04.2000

Tidligere klubb: SK Vidar

Personlige rekorder:

800 m: 2:07.32 (2018)

1500 m: 4:25.43 (2019)

Så langt i år har hun løpt 800 m på 2:08.78, og 1500 m på 4:25.43, som er en klar forbedring av hennes personlige rekord fra 2016 (4:46.24). Sanne løp 11. etappe på kvinnelaget som vant årets utgave av YT Holmenkollstafetten.

Vi ønsker Sanne velkommen til Tjalve!



Bjørn Henriksen

Klubbrekorder senior pr. 30.06.2019

Menn

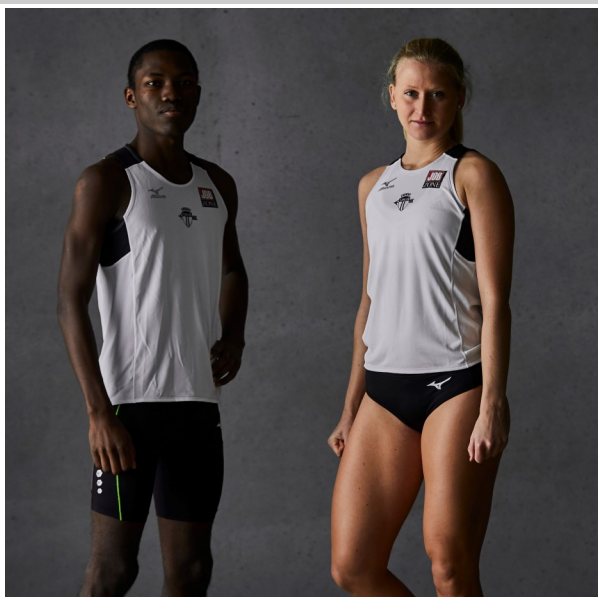
100 m	10.25	Per Ivar Sivle	Gjøvik	14.09.97	+0.7
200 m	20.95	Einar Sagli	Luzern, SUI	21.06.86	+1,7
	20.95	Per Ivar Sivle	Overhalla	20.07.97	+0.2
400 m	46.71	Svein Erik Storlien	Trondheim/Lerk.	31.07.83	
	46.6	Carl Fredrik Bunæs	Oslo/Bi	15.09.63	
800 m	1:45.9	Audun Boysen	Oslo/Bi		
	1:45.68	Jussi Udelhoven (GER)	Koblenz, GER	26.08.92	
1000 m	2:19.0	Audun Boysen	Göteborg, SWE	30.08.55	
1500 m	3:38.1	Knut Kvalheim	Oslo/Bi	30.06.76	
1 mile (1609 m)	3:56.2	Knut Kvalheim	Oslo/Bi	31.07.74	
3000 m	7:42.4	Knut Kvalheim	Oslo/bi	04.07.74	
5000 m	13:20.54	Knut Kvalheim	Helsinki, FIN	26.06.74	
10000 m	27:41.26	Knut Kvalheim	Praha, TCH	29.08.78	
1 times løp	19 011m	Tor Torgersen	Oslo	24.09.60	
110 m hekk	13,85	Per Nicolaisen	Oslo/Bi	19.09.90	-2.7
200 m hekk	23.35	Per Nicolaisen	Ravnanger	12.09.90	+1.2
400 m hekk	50.67	Atle McAdam	Florø	31.05.03	
3000 m hinder	8:23.11	Espen Borge	Hengelo, NED	19.07.87	
Høyde	2.36	Steinar Hoen	Oslo/Rå	01.07.97	
Stav	5.40	Benjamin Jensen	Hønefoss	28.08.98	
Lengde	7.76	Terje Haugeland	Hamar	25.07.71	
Tresteg	16.06	Martin Jensen	Oslo/Bi	26.06.69	
Høyde u/tilløp	1.75	Arvid Dahm	Eidanger	08.03.70	
Lengde u/tilløp	3.43	Christopher Selmer	Oslo/Sogn	19.10.04	
Kule	20.15	Arne Pedersen	Athens, USA	07.05.94	
Diskos	67.70	Svein Inge Valvik	Alavieska, FIN	12.07.87	
Slegge	78.25	Eivind Henriksen	Crumbach/GER	09.08.19	Ny
Spyd	86.74	Pål Arne Fagernes	Sydney, AUS	22.09.00	
5-kamp	3.681p	Bo Breigan	Oslo/Sogn	06.09.86	
10-kamp	8.160p	Benjamin Jensen	Roskilde, DEN	01.08.99	

Kvinner

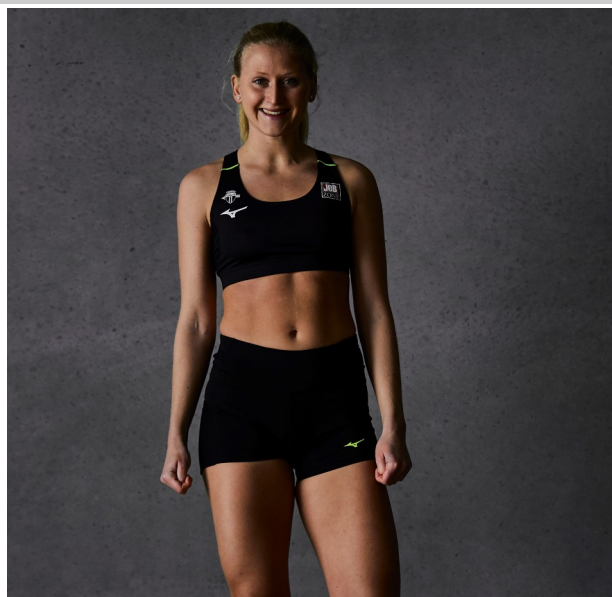
100 m	11.63	Anne Cathrine Bakken	Kingston, JAM	17.07.02	+0.9
200 m	24.20	Anne Cathrine Bakken	Kingston, JAM	18.07.02	+1.5
400 m	53.13	Benedicte Hauge	Amsterdam, NED	06.07.17	
800 m	2:01.61	Hedda Hynne	Sopot, POL	23.06.19	Ny
1000 m	2:45.46	Trine Pilskog	Rovereto, ITA	28.08.02	
1500 m	4:05.57	Karoline Bjerkeli Grøvdal	Stockholm, SWE	10.06.18	
3000 m	8:37.58	Karoline Bjerkeli Grøvdal	Monaco, MON	21.07.17	
5000 m	14:48.53	Susanne Wigene	Brussel, BEL	26.08.05	
10000 m	30:32.36	Susanne Wigene	Göteborg, SWE	07.08.06	
100 m hekk	13.95	Nina Johannessen	Drammen	07.07.01	+1.2
	13.87	Sally Gunell (GBR)	Oslo/Lamb.	14.05.85	
200 m hekk	30.7	Inger-Cecilie Østensen	Moss	07.09.91	-2.1
400 m hekk	58.51	Margit Katrine Strand	Raufoss	17.08.03	
3000 m hinder	9:13.35	Karoline Bjerkeli Grøvdal	Sandnes	26.08.17	
Høyde	1.93	Tonje Angelsen	Oslo/Bi	06.07.16	
Stav	3.23	Margit Katrine Strand	Oslo/Bi	30.07.03	
Lengde	6.68	Margrethe Renstrøm	Barcelona, ESP	27.07.10	+1.3
Tresteg	13.83	Lene Espegren	Pula, CRO	05.06.99	+1.2
	13.83	Lene Espegren	Byrkjelo	06.08.99	+1.8
Høyde u/tilløp	1.44	Mimi Storm-Hansen	Stange	07.02.98	
Lengde u/tilløp	2.85	Oda Utsi Onstad	Stange	02.02.14	
Kule	15.66	Mona Holtvedt	Kviteseid	28.07.85	
Diskos	59.48	Grete Etholm	Helsingborg, SWE	13.07.03	
Slegge	70.43	Mona Holm	Byrkjelo	13.08.11	
Spyd	57.44	Marie-Therese Obst	Mannheim	15.07.14	
7-kamp	5057p	Lene Espegren	Ski	15.09.96	

Uthevede linjer er også gjeldende norske rekorder.

Tjalvetøy



Singlet og tights/truse



Topp og hotpants



T-skjorte og tights



Treningsjakke og tights



Singlet/topp og splitsshorts/truse



Hettegenser og tights
Modeller: Hedda og Thomas. Fotos: Eirik Førde



mizuno.no

POWER TO
PERFORM