

TJALVISTEN

MEDLEMSBLAD FOR



IDRETTSKLUBBEN TJALVE

Nr. 3 Juni 2016

101. årgang

Suveren seier til kvinnelaget i YT Holmenkollstafetten!



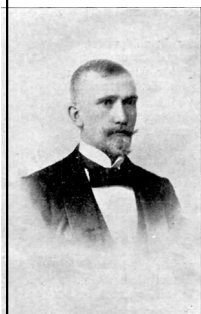
Det ble en suveren seier til kvinnelaget i eliteklassen under YT Holmenkollstafetten. Ikke siden 2007 har vi vunnet denne klassen. Vi kom først i mål også i 2008, men ble diskvalifisert for å bruke en ikke godkjent utøver. Ikke bare var vi først i mål, vi utklasset SK Vidar, som har vunnet de siste åtte årene, med 1.39 min.

Suveren seier ble det også til herrelaget som var ca. 1 minutt foran Gular som ble nr. 2. Flott løping av Snorre Holtan Løken på første-etappe, hvor han satte ny etapperekord og løp ca. 5 sekunder fortere enn i fjor. Selv med en strekk i låret klarte Alexander Dahlstrøm Winger å holde unna på 9. etappe (Gressbanen) uten at vi tapte for mye. Seier ble det også til juniorlaget i herreklassen. Tre starter og tre seire lar seg høre. Se reportasje fra stafetten på sidene 24-33.

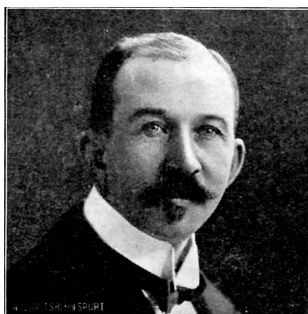
Foto: Eirik Førde



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 2016

Leder: Per Sletholt	90779536	per@pssport.no
Nestleder: Bjørn Henriksen	91793453	bjorn-he@online.no
Styremedlem: Svein Søndena	95232321	
Styremedlem: Ole Petter Sandvig	90081518	
Styremedlem: Egil Reidar Osnes	99040599	
Styremedlem: Ada Holmen	90508756	
Styremedlem: Eirik Førde	91121195	
Styremedlem: Ingvild Vedde	99434045	
Styremedlem: Andreas Gjesdal	93651020	

Daglig leder: Vegard Henriksen	90968371	vegard@tjalve.no
Sportslig leder: John Ertzgaard	92899929	ertzgaard@tjalve.no

Tjalvisten

Redaktør: Bjørn Henriksen	91793453	bjorn-he@online.no
----------------------------------	----------	--------------------

IK Tjalve

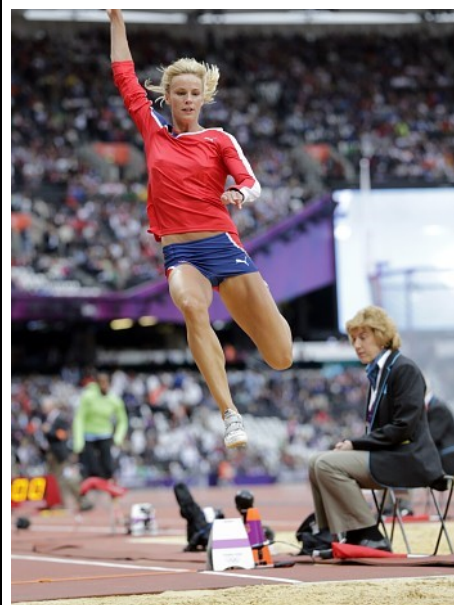
Underhaugsveien 1
0354 Oslo
Postboks 5905 Majorstua
0308 Oslo
Telefon: 22 60 43 40
E-post: mail@tjalve.no

Web: www.tjalve.no



I dette nummeret

Redaktørens hjørne	3
Fra de olympiske lekers historie	4
Knallsterk 10 km av Karoline	5
Leif Ajaxon 1919-2016	6
Pris til Ole Petter Sandvig	7
Tjalves årsmøte	8
Terrang NM kort løype	9
Sentrumsprinten	11
Sentrumsløpet	12
Diverse	13
Kick-off 2016	15
Tjalvisten i hundre-eller mer?	18
Svein Søndena 60 år	21
To nye klubbrekorder	22
Lambertsetersprinten	23
Holmenkollstafetten	24
Aktuelle bøker	34
NGP Hamar	35
Tjalvetøy	38
NM-stafetter	39
Hallesche Werfertage	40
Audun Boysen, OL 1956	41
Audun Boysen 1929-2000	43
E-cup for lag	44
Awet Kibrab 13.22.90	50
Tester Mizuno sko	51



Margrethe Renstrøm fotografert under OL i London 2012, før hun pådro seg en skade under satsfoten.

Midtsidene

Annonse for Hyundai Ionic

Redaktørens hjørne

Det ble seier både til kvinner elite og menn elite i årets Holmenkollstafett. Det var faktisk første gang siden 2007 at Tjalve vant kvinner elite. Kvinnelaget vant helt suverent. De var 1.39 foran lag nummer to. Gutta vant også klart da de kom inn ca.1 minutt foran Gular.

Under NM terreng kort løype i Stavanger ble det seier til Hans Kr. Fløystad i menn senior og seier til Thomas J. Byrkjeland i menn junior. Awet Kibrab kapret bronsemedaljen i seniorklassen.

Den samme Awet Kibrab vant en klar seier i Sentrumsløpet foran Okubamichael Fissehatsion og Asbjørn Ellefsen Perssen. Snorre Holtan Løken vant Sentrumsprinten.

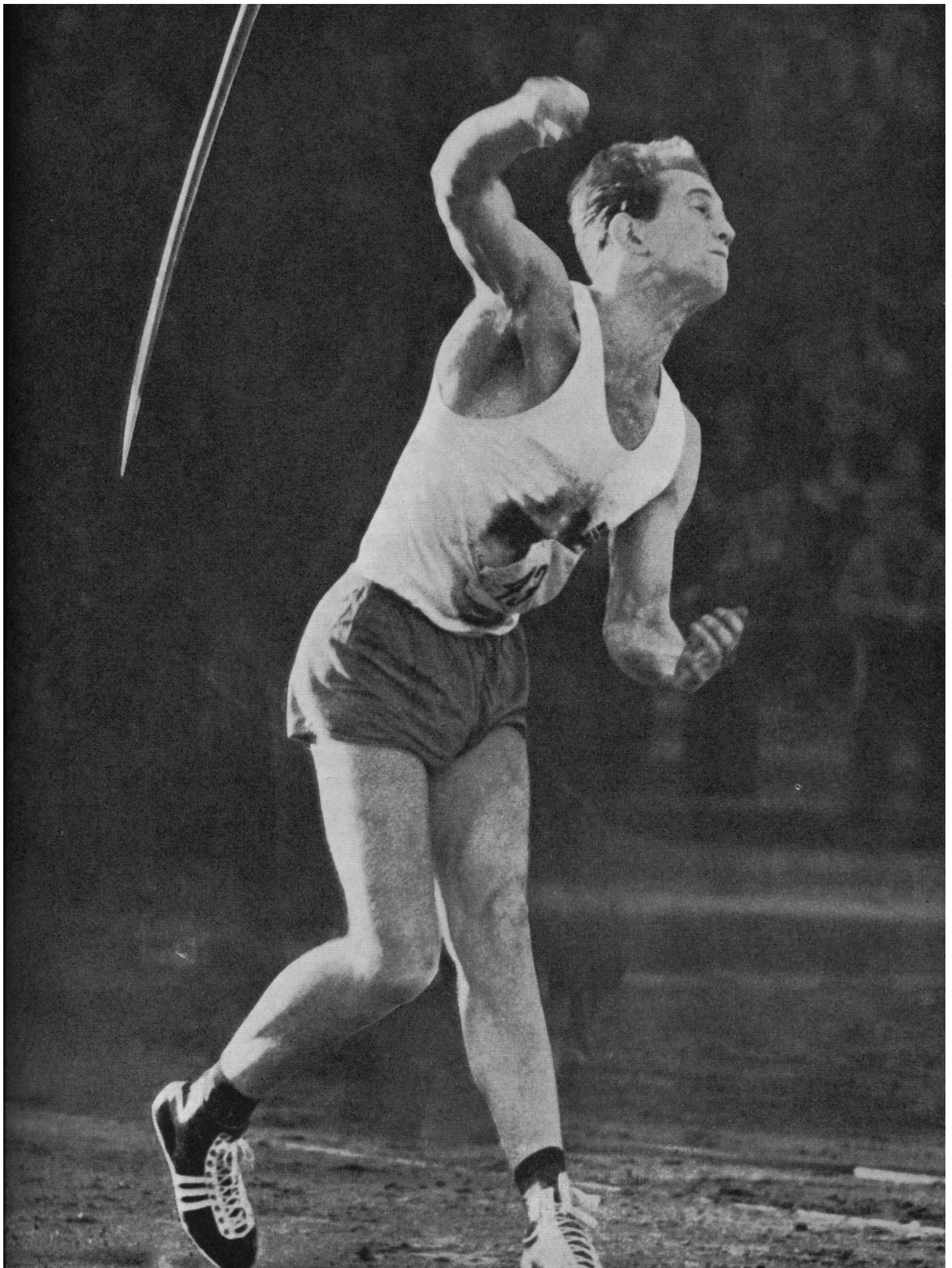
For første gang siden 1994 stilte Tjalve lag i E-cup for klubbtag. Stevnet ble avviklet i Leiria, Portugal 28 mai, med alle øvelser på en dag (20 stk.) totalt. Stevnet startet kl. 10.00 på morgenen og var ferdig kl. 19.00. Tjalve konkurrerte i Gruppe B. Tjalve ble tilslutt nr.4 i sammendraget.

Bjørn Henriksen



Offisielt Tjalvetøy 2016

Fra de olympiske lekers historie



Willy Rasmussen blir nr. 5 i spyd under de olympiske leker i Roma 1960.

Knallsterk 10 km av Karoline i Tyskland



Med 31.33 i et gateløp i tyske Paderborn lørdag 26. mars, bebuder Karoline Bjerkeli Grøvdal at hun er i rute frem mot den olympiske sesongen.

”Årets første seier med tiden 31.33 på 10km i tyske Paderborn i dag. Løp alene siste 5km i ganske vindfulle forhold så jeg er kjempe fornøyd! I dag gikk alt av seg selv. Jeg er i rute”, meldte Karoline fornøyd på sin Facebook-side etter løpet.

Deretter fulgte NRK opp med fagre ord på sin nettside:

”Langdistanseløper Karoline Bjerkeli Grøvdal (25) viste at OL-formen er i rute da hun vant sesongens første stevne. Det med en sterk tid på sin nye spesialdistanse 10.000-meter.”

I fjor bestemte Karoline Bjerkeli Grøvdal for å legge 5000-meteren litt til side og satse alt på 10.000-meter frem til OL i Rio. Det har gått akkurat så bra som hun håpet.

Lørdag stilte hun til start til påske-gateløp i tyske Paderborn. Tiden ble råsterke 31.33. Det var soleklart best.

– Det gikk veldig lett i dag. Formen er i rute og har egentlig vært bra lenge”, forteller Grøvdal til NRK.

Bare svenske Merab Bahta har løpt 10 kilometeren raske enn Karoline. 6. mars løp hun milen på 31.26 i Casablanca.

På statistikken for hele verden, rangeres Karolines tid på sjetteplass! Foran seg har hun blant annet seks løpere på 31.32.

5000 løpere stilte på startstreken i tre forskjellige distanser i elitestevnet. På 10.000-meteren var både tyske mestere og sterke etiopiske kvinner.

– Det var mange gode med, så det var deilig å slå dem. Dette løpet indikerer mye hvor man ligger an. Dette var mitt første stevne i år, og det er godt å komme i gang etter en lang treningsvinter, sier 25-åringen.

Grøvdals tid var tett opp mot personlig beste og langt under OL-kravet på 32.00. Men det må settes på bane.

– Tidsmessig er gateløp og baneløp ganske likt, men jeg har aldri løpt en 10.000-meter på bane. Det skal jeg i San Francisco første mai, så jeg håper å ta OL-kravet da og bli tidlig ferdig med det, sier hun til NRK.

Det er 5000-metere hun er mest kjent for, men nå går hun altså «all in» på den dobbelt så lange distansen.

Det er der jeg har størst sjanse plasseringsmessig, og jeg håper jeg vil hevde meg bedre på 10.000-meteren. Den er første dag i OL, mens 5000-meter er siste. Jeg skal i hvert fall ta kravet på begge, så får vi se om det blir to distanser i Rio, forklarte Karoline, som tok bronse i terreng-EM i desember.

Friidrett.no

Leif Ajaxson 1919-2016



Trening på Bislett 1941. Fra venstre: Bjørn Wade, Leif Ajaxon, Erling Kaas, Helge Stray Johansen og Roar Adler.

Med Leif Ajaxons borgang 15. april i en alder av 97 år er foreningens eldste ridder og den siste av de aktive fra før siste verdenskrig gått bort.

Leif var sprinter og ble norsk mester med «fast plass» på førsteetappen på Tjalves 1000meter-stafett- lag som ble norsk mester i 1939, 1946 og 1948 og han var også med på søvlaget i 4x100 meter i 1946 med lagkameratene Bjørn Wade, Erling Kaas og Arne Huseby. Individuelt holdt han god norsk klasse med sine 11.1 sek. på 100m i 1939.

«Ajax», som han i alle år populært ble kalt, ble valgt inn i Tjalves styres som suppleant allerede før krigen og rykket inn i styret da Tjalve allerede 18. mai 1945 tok opp igjen sin aktive virksomhet etter krigen. Verdenskrigen 1939-45 avbrøt hans idrettskarriere og illegal virksomhet gjorde at han ble fengslet og satt tre år som fange på Grini fangeleir. Etter et par års styrepause ble Ajax gjenvalgt og fikk sin naturlige plass i Tjalves - og Petter Gulliksen/Bjarne Melbyes - styrer 1948-51. Han var en engasjert og uredd styrerepresentant i en brytningstid og i den smule strid som oppstod omkring treneren Asbjørn Jansgaard og hans virke og ønske om å overprøve styrets ansvar for hvem som skulle representere Tjalve i bane- og terrengsstafetter.

Leif Ajaxon ble utnevnt til Ridder av Tjalves Orden allerede i 1950 og var en ivrig deltager i «Bristol-cream-gjengen» som i årtier ukentlig har møttes på Bristol for en gjenoppfriskning av gamle minner over kopp sjokolade med krem!

Ajax var en habil tennisspiller og spilte i mange år med sin gode venn Bjørn Wade som sin makker. Hofteproblemer gjorde at han 86 år gammel ga opp tennisen og begynte å spille golf. Han imponerte ved å ta golfens

grønne kort og fortsatte å spille golf helt til de siste år.

Yrkesmessig var han helt fra 1946 tilknyttet oljeselskapet Shell med utfordrende oppgaver også på lederplan, som salgsdisponent.

Han var de siste år savnet under klubbens årlige Torske-middager, men følte at «jeg kjenner jo ingen lenger» og lot derfor være å møte opp.

Undertegnede hilste senest på ham under bisettelsen for Einar Saxhaug for tre uker siden, oppegående, men da sterkt preget av bortgangen til sin gamle klubbkamerat. Vi takker Ajax for stor Tjalve innsats gjennom mange år og lyser fred over hans gode minne.

Bjørn Bogerud



Styret i jubileumsåret 1950: Fra venstre: Bjørn Børresen, Johan Henriksen, Leif Ajaxon, Petter Gulliksen, Bjarne Melbye, Odmar Aukner og Olav B. Riung.

Internasjonal pris til Ole Petter Sandvig



På friidrettsforbundets ledermøte 16. april mottok Ole Petter Sandvig European Athletics Member Federation Award for sin mangeårige innsats i både nasjonal og europeisk friidrett. Han har spesielt engasjert seg i anleggsarbeid nasjonalt og som TD internasjonalt.

Dette er en svært velfortjent pris. Klubbkamerater i Tjalve gratulerer så mye. Vi er stolte over den innsatsen du har gjort for klubben og norsk friidrett generelt.

Skremmende dårlig oppmøte på Tjalves årsmøte

IK Tjalve avholdt årsmøte for 2015 på Bislett stadion 31. mars.

Fra styret møtte Per Sletholt, Svein Søndena, Ole Petter Sandvig, Egil Reidar Osnes, Ada Holmen, Ingvild Vedde og Andreas Gjesdal. Eirik Førde og Bjørn Henriksen var forhindret fra å møte.

Fra administrasjonen måtte Vegard Henriksen, John Ertzgaard og Kristian Jordhøy.

Fra valgkomiteen og kontrollkomiteen måtte Arne Kvalheim, Kjetil Myrtun, Jon Andre Preststulen og Stian Andersen

Av øvrige medlemmer møtte Iver Hole og Jan Jørgen Moe.

Det er skremmende å se hvor få medlemmer som møter på det viktigste møte i året. Det er på Årsmøte det er mulighet til å komme fram med synspunkter på hvordan klubben bør drives. Det har de siste årene ikke vært veldig fullt i salen, men dette må være noe av det dårligste i klubbens historie. Derfor er oppfordringen til alle medlemmer, unge som eldre: møt opp på årsmøte og ta del i klubbens indre liv.

Årsmøte ble åpnet av styreleder Per Sletholt før Vegard Henriksen ble valgt til dirigent. Kjetil Myrtun og Jan Jørgen Moe ble valgt til å underskrive protokoll.

Beretningen for 2015 ble så gjennomgått av Vegard Henriksen avsnittsvis (gjengitt i forrige utgave av Tjalvisten).

Beretningen ble godkjent med enkelte små endringer.

Regnskapet for 2015, som viste et overskudd på kr. 3 598 446,-, ble gjennomgått av Svein Søndena. Uavhengig revisors beretning og Kontrollkomiteens beretning ble tatt til etterretning. Regnskapet ble enstemmig godkjent.

Overskuddet ble enstemmig vedtatt å tilføre egenkapitalen. Det ble også informert om videre arbeid med oppkjøp av kontorlokaler og investering av egenkapitalen.

Torgeir Urke, Revisorgruppen Abrahamsen & Løken ble engasjert som revisor.

Pålagte lovendringer samt ny lovnorm for klubben ble gjennomgått og enstemmig vedtatt.

Medlemskontingenten for 2016 er den samme som for 2015; kr. 500,-. Dersom det er flere medlemmer i samme familie, er medlemskontingenten kr. 750,- tilsammen for alle i familien. I tillegg ble det innført medlemskontingent på kr 100,- for medlemmer over 70 år ihht. NIFs lov. Æresmedlemmer og livsvarige medlemmer er fritatt kontingent.

Budsjettforslaget for 2016 ble gjennomgått av Svein Søndena. Forslaget legger opp til et overskudd på 891 000,-. Styrets budsjettforslag ble godkjent som IK Tjalves budsjett for 2016.

Styrets forslag til klubbens organisasjonsplan ble enstemmig vedtatt.

Leder av valgkomiteen, Arne Kvalheim, la fram valgkomiteens forslag til styrets sammensetning på vegne av valgkomiteen. Det ble gjenvalg over hele linjen.

Ungdomsavdelingen:

Leder: Egil Reidar Osnes (gj.v.)

Medlem: Bjørn Henriksen (gj.v.)

Revisjon/kontrollkomite:

Jon Andre Preststulen (gj.v.)

Stian Andersen (gj.v.)

Gullmerkekomiteen: Ikke på valg

Olga og Henning Norgrens fond: Ikke på valg

Sverre Gundersens fonds stiftelse: Ikke på valg

Valgkomiteen:

Arne Kvalheim, leder (gj.v.)

Kjetil Myrtun (gj.v.)

Styret ble gitt fullmakt til å oppnevne et tredje medlem



Slik ser det ut når Norges største friidrettsklubb har årsmøte. Foto: John Ertzgaard.



Ledelsen i IK Tjalve: Vegard Henriksen, daglig leder, Per Sletholt, styrets leder og Svein Søndena, finansdirektør. Foto: John Ertzgaard.

To gull til Tjalve i terreng-NM kort løype

Terreng-NM kort løype 2016 ble arrangert i Stavanger 9.april. Tjalve stilte med en forholdsvis liten tropp, men gjorde sine saker bra. Gull til Hans Kr. Fløystad i menn senior og gull til Thomas Jefferson Byrkjeland i menn junior. I tillegg fikk vi med oss en bronsemedalje til Awet Kibrab i menn senior.

Etter at Snorre Holtan Løken hadde gjort det meste av grovarbeidet i menn senior, ble det et spurtoppgjør mellom Hans Kr. og lillebror Jacob Ingebrigtsen fra Sandnes. Hans Kr. var sterkst i spurten og vant 2/10 foran

unge Ingebrigtsen. Awet Kibrab ble nr. 3, Erik Udø Pedersen nr. 6 og Snorre Holtan Løken nr. 7. Vår debutant i Tjalvedrakt, Jørgen Frost Bø ble nr. 15.

I juniorklassen var det jevnt, men Thomas Byrkjeland var igjen sterkst i spurten som han var i terreng-NM lang løype på Ekeberg for noen måneder siden.

I kvinner senior stilte vi med to deltakere; Christian M. Toogood og Ingvild Vedde. De ble henholdsvis nr. 12 og nr. 14, ca. 30 sekunder bak vinneren Eli Anne Dvergsdal fra Gular.



Øverst: Hans Kr. Fløystad vinner 3 km menn senior foran Jacob Ingebrigtsen fra Sandnes. Nederst: Thomas J. Byrkjeland vinner juniorklassen foran Narve Gilje Nordås fra Sandnes og Stian Øvergaard Aarvik fra Gneist. Foto: John Ertzgaard.

Terreng-NM 2016 forts.



Øverst: Snorre Holtan Løken løper inn til en fin 7. plass i menn senior. Nederst: Ingvild Vedde (t.v.) og Christina Toogood fotografert i sine løp. Foto: John Ertzgaard.

Snorre Holtan Løken suveren i Sentrumsprinten



Snorre Holtan Løken var suveren i Sentrumsprinten over 800m som ble arrangert i forbindelse med Sentrumsløpet 2016. Snorre fikk tiden 1.46.8, som er en meget god tid. Bak Snorre fulgte Sigurd Blom Breivik og Are Hauk Fjeld fra Ull/Kisa. De fikk henholdsvis 1.48.3 og 1.49.5.

Snorre har en pers på 800m som lyder på 1.50.74. Den kommer til å bli slått ettertrykkelig i år. Foto: Eirik Førde.

Tjalvistene dominerte Sentrumsløpet

Sentrumsløpet 2016 gikk av stabelen i Oslos gater 24. april. Med nærmere 10 000 startende i det tradisjonsrike gateløpet som har pågått lenge før århundreskiftet, med IL i BUL som arrangør siden 1998, har tusenvis av mosjonister og mange eliteløpere nå kommet ordentlig i gang med sesongen.

Det litt sure og kalde været som herjet i morgentimene før start, med tendens til litt snø og regn, gjorde kanskje at mange valgte å holde seg hjemme. Det ble ikke ny deltakerrekord som man kanskje trodde på forhånd, men det var ikke langt unna. Med 9319 fullførende, hvorav de fleste løp selve Sentrumsløpet (8462) ble det en liten nedgang fra i fjor da 8751 fullførte 10 km. Rekorden fra en gang på 80-tallet er ca. 18 000 deltakere.

Da startskuddet smalt kl 16.00 for hovedretten, selve Sentrumsløpet, ble det som vanlig satt full fart fra Universitetsplassen og opp den litt brutale starten i Slottsbakken. Mange løpere bak eliten ble som vanlig revet med av åpningsrushet og startet i overkant hardt, noe som ofte straffer seg i den småkuperte og ikke veldig lette løypa. Det er også et relativt langt strekk med litt løs

grus gjennom Frognerparken. Likevel løpes det ofte raskt i Sentrumsløpet, noe som nok henger sammen med at stemningen, atmosfæren og tøff konkurranse trigger frem litt ekstra, både for eliten og i hordene av mosjonister som alltid har en rygg å henge seg på eller en jevnbyrdig konkurrent å kjempe mot.

Det ble en tett og tøff kamp også i eliten, der seks mann kom under 30 minutter i mål. Til slutt ble det et rivende spurtoppgjør mellom de tre Tjalvistene Awet Kibrab, Okubamichael Fissehatsion og Asbjørn Ellefsen Persen. Kun to sekunder skilte de tre klubbkompisene i mål, i nevnte rekkefølge, mens fjorårsvinner Ørjan Grønnevig fra Spirit Stavanger og Hans Kristian Fløystad (29.28), også han fra Tjalve, bare åtte og 10 sekunder bak vinneren i mål. Kibrabs vinnertid var på gode 29.18, som var 36 sekunder bedre enn fjorårets vinnertid, da bare Grønnevig løp under 30 blank. Arrangørklubbens håp, Weldu Negash Gebretsadik, kom også under de magiske 30 minuttene som sjettemann i årets løp. Erik Udø Pedersen fra Tjalve ble nr. 7 og var ikke mange sekundene fra å løpe under 30 minutter. Tiden ble tilslutt 30.03. Det er sterkt av en løper som kanskje har sin beste distanse på 1500m.



Sentrumsløpet 2016. Løperne er på vei opp mot Slottet. I tet med rødt pannebånd ligger Okubamichael Fissehatsion. Bak følger Senay Fissehatsion, Awet Kibrab, Hans Kr. Fløystad, Asbjørn Ellefsen Persen og Erik Udø Pedersen (litt lenger bak i feltet). Foto: Eirik Førde



Awet Kibrab løper inn til seier på den gode tiden 29.18 (øverst). Okubamichael Fissehatsion blir nr. 2 og Asbjørn Ellefsen Persen nr. 3 (nederst). Foto: Eirik Førde

Magnus Hannevik Pettersen

1.51.46 og 3.47.82



Magnus Hannevik Pettersen oppholder seg for tiden i USA hvor han studerer. I løpet av mars og april har han satt to fine personlige rekorder på 800m og 1500m. De personlige rekordene lyder på 1.51.46 og 3.47.82.

Vi er spent på hvordan formen vil være når han kommer hjem for sommeren. De amerikanske universitetene har sesong mens vi her hjemme fortsatt vasser i snø.

Karoline Bjerkeli Grøvdal

31.37.91



Karoline Bjerkeli Grøvdal er klar for OL i Rio de Janeiro etter at hun løp 10 000m på 31.37.91 under Payton Jordan Invitational i Palo Alto 1. mai. Dette var hennes første løp over 10 000m på bane. OL-kravet er 32.00. Her er hun avbildet på vei opp til Besserud under årets YT Holmenkollstafett.

Ingvill Måkestad Bovim

4.10.23



Ingvill Måkestad Bovim nærmer seg OL-formen. Det beviste hun da hun løp 1500m på 4.10.23 under Payton Jordan Invitational i Palo Alto 1. mai. OL-kravet på denne distansen er 4.05.50.

Ingvill har seinere løpt løp både i Shanghai og Beijing uten å ha nærmet seg OL-kravet. I Shanghai ble tiden 4.12.XX, mens hun i Beijing presterte 4.10.

Redaktøren beklager



I forrige nummer av Tjalvisten hadde vi et bilde av unge Einar Førde på forsiden. Riktig navn skal være Einar Førde Innerdal. Vi beklager så mye overfor mamma Tone.

Tone Innerdal (til høyre i bildet) er ingen hvem som helst. Hun er som sikkert mange har skjønt samboer med Eirik Førde. Hun kan også løpe. I årets Sentrumsløp presterte hun 43.56 på 10 km, med Kristine Helle (til venstre i bildet) som hare og motivator. Det er en meget bra tid. Personlig trener er naturligvis Eirik.

Vi gratulerer med den fine tiden og lover at vi aldri skal gjøre samme feil igjen.

Kick-off 2016 på Tjalvekontoret

Kick-off for sesongen 2016 ble avholdt på Tjalvekontoret 19.april.

Ca. 50 utøvere hadde meldt sin ankomst, og ca. 50 møtte.

Etter at John Ertzgaard hadde orientert om årets sesong, snakket Vegard Henriksen om hvor viktig det er å være med på dugnad og hvor viktig det er å benytte det tøyet vi får fra Mizuno.

Deretter var det tid for quiz, som ble vunnet av Audun Bakke Jensen. Det er utrolig hvor mye Audun visste om klubbens historie.

Kvelden ble avsluttet med pizza og utdeling av tøy til de som har kontrakt med klubben. Det ble også noe tøy til de som ikke har kontrakt.

Klubbkvelder er viktig. De fleste trener sammen i sine respektive grupper og møter sjelden utøvere fra andre grupper. Vi satser derfor på å kunne arrangere flere klubbkvelder i løpet av sesongen.

Noe av det viktigste vi skal gjøre for miljøet i år er å delta i E-cup for lag for herrer. Det har vi mulighet til siden vi vant lagserien i fjor. Det å kunne dra lasset sammen er viktig. Vi håper derfor at alle som kan (og blir tatt ut på laget) stiller i Portugal 28. mai for å oppnå en så god plassering som mulig.

Bjørn Henriksen



John Ertzgaard innledet med å si litt om sesongen 2016. Over Erik Udø Pedersen og Andreas Gjesdal.

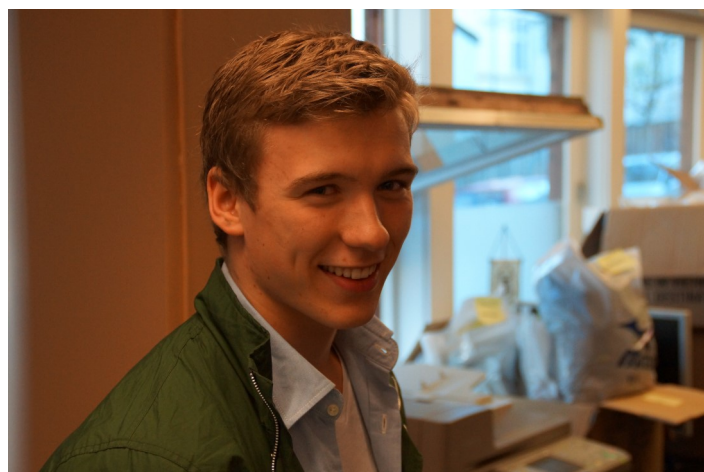
Forts. neste side



Vegard Henriksen ledet spørrekonkurransen som ble vunnet av Audun Bakke Jensen. Foto: Bjørn Henriksen



Venstre kolonne: John Anders Kvistad, Colin Eriksen, Nicolai Jallow og John Ertzgaard. Høyre kolonne: Tonje Angelsen og Audun Bakke Jensen. Foto: Bjørn Henriksen





Eivind Henriksen var en liten tur innom for å hente tøy, før han måtte reise hjem grunnet sykdom. Foto: Bjørn Henriksen



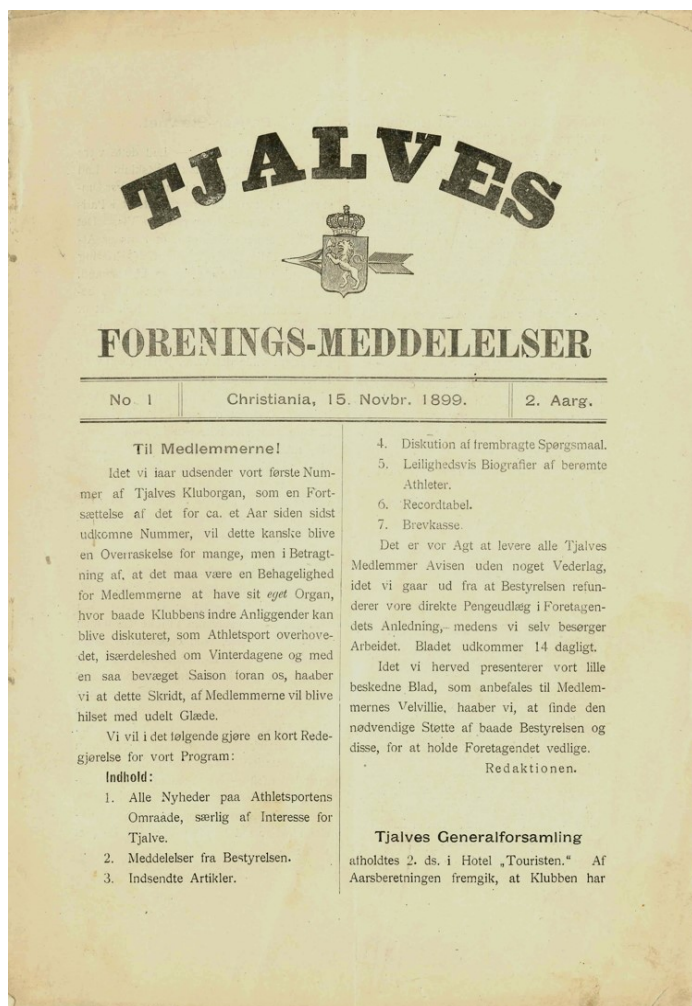
Våre venner fra Eritrea. Fra venstre: Senay Fissehatsion, Okubamichael Fissehatsion og Awet Kibrab.
Foto: Bjørn Henriksen

Tjalvisten i hundre – eller mer?

Tjalve feirer i 2016 at "Tjalvisten" er 100 år, men som mye annet har også "Tjalvisten" en forhistorie. Allerede i 1900 eksisterte det et blad som het "Tjalvisten", men historien til dette bladet er lite kjent.

Gustav S. Thorp (1867–1953) var en av Tjalves grunnleggere og en ildsjel i klubbens tidlige historie. I 1898 bidro han til at klubben startet et hjemmelaget medlemsblad som ble mangfoldiggjort (autografert) og omdelt til medlemmene. Ifølge et brev Hallstein Bjerke (1873–1954) skrev 21. februar 1900, var navnet på den første avisen "Tjalves Forenings Meddelelser". Denne avisen opphørte allerede mot slutten av året, og vi kjenner per i dag ikke til noe eksemplar av disse meddelelsene. Ett år senere så en ny utgave av bladet dagens lys, og denne gangen som et trykt blad med navnet "Tjalves foreningsmeddelelser". Det første nummeret utkom 15. november 1899 og betegnes da som 2. årgang. Redaksjonen aktet å levere bladet til Tjalves medlemmer "uden noget Vederlag, idet vi gaar ud fra at Bestyrelsen refunderer vore direkte Pengeudlæg", mens de selv ville besørget arbeidet uten vederlag. Bladet skulle komme hver fjortende dag, og innholdet ville bestå av:

- 1) Alle nyheter på atletsportens område, særlig av interesse for Tjalve
- 2) Meddelelser fra styret
- 3) Innsendte artikler
- 4) Diskusjon av frembragte spørsmål
- 5) Nå og da biografier av berømte atleter
- 6) Rekordtabeller
- 7) Brevkasse



Allerede i første nummer etterlyste Thorp materiale som kunne gå inn i klubbens arkiv, slik at Tjalve fikk dokumentert klubbens aktivitet og historie.

Neste nummer av bladet kom 1. desember 1899, og nå hadde det fått undertittelen "Officielt Organ for Idrætsklubben Tjalve". I tillegg hadde det fått et reklameomslag trykt på grønt papir som nok hjalp godt på inntektene til bladet.

Reklameomslag kom til å bli fast følge for senere nummere (se illustrasjon nedenfor). En annen nyvinning var at bladet hadde fått illustrasjoner. Førstesiden var prydet med et fotografi av en av klubbens stiftere, Asbjørn Bjerke. Bladet fikk god mottakelse og ble raskt populært også utenfor Tjalve. Redaksjonens ambisjoner vokste, og målet ble nå å lage et uavhengig fagblad som omfattet friidrett, gymnastikk, skøyter og ski.

Da et nytt år opprant, ble det starten på tredje årgang av bladet. Utgiverne hadde dessuten strøket "foreningsmeddelelser" fra tittelen. Bladet som utkom 5. januar 1900 het kun "Tjalve". Det viste seg imidlertid at Tjalve også var navnet på en avis i Bergen, og dermed ville ikke postvesenet registrere det nye bladet, fordi de fryktet at postkontorene ville forveksle bladene.



Det var nå blitt viktig med postforsendelse, ettersom Tjalves blad skulle ta skrittet fra gratis medlemsblad til et kommersielt sportsblad som utkom hver 14. dag. Bladet kunne heretter bestilles på alle landets postkontor, og årsabonnement kostet 2 kr og 60 øre. For å bli registrert av postvesenet, måtte redaksjonen skifte navn på bladet.

De oppfordret derfor leserne til å komme med navneforslag. Det er mulig det var navneforvirringen som gjorde at det gikk fire uker før neste nummer utkom 1. februar 1900.

Det nye bladet hadde til gjengjeld tittelen "Tjalvisten". Undertittelen var "Illustrert Organ for fri idræt – Offisielt Organ for Idrætsklubben Tjalve". Dette stod både på det grønne reklameomslaget og på selve bladet. Betegnelsen "fri idræt" sikter til idrettsgrener hvor de idrettslige resultatene vektlegges mer enn øvelsens form (i motsetning til hva som f.eks. var tilfellet for datidens gymnastikk). Da nr. 5 utkom 1. mars var undertittelen igjen endret. I tillegg til å være offisielt organ for Tjalve, var det også "Offisielt Organ for Idrætsforeningen Ørnulf". Inne i bladet kan vi lese at "Idrætsklubben Ørnulf har ogsaa officielt antaget Tjalvisten som sit Kluborgan. Gak hen og gjør ligesaa alle Idrætsklubber baade her og udenbyes". I nr. 7, som utkom 1. april 1900, tok Emil Frithjof Leonard Hasvold fra Kristiania Idrætsforening tak i saken. Han oppfordret her "alle Idrætsklubber, og da først og fremst Kristianiaklubberne, til at antage Deres Blad som sit officielle Organ. Titelen maatte jo forandres og en Art "Tilsynskomite" vælges". Snøballen hadde begynt å rulle. Tjalve inviterte nå idrettsklubber som ønsket å ha "Tjalvisten" som klubbavis til "Drøftelse af en eventuel Forandring i Bladets Udstyr". Møtet ble lagt til 16. april og fant sted i Tjalves lokaler i "Tivolibygningen", en del av det store forlystelsesområdet som lå mellom Stortingsgaten og dagens Klingenberg kino. Flere klubber møtte, og planer for et nytt blad vokste frem. Da "Tjalvisten" nr. 12 utkom 20. juni, var førstesiden utelukkende viet nyheten om at bladet fra 1. juli 1900 ville ta navnet "Fri Idræt". "Tjalvisten" hadde i løpet av sin korte levetid opparbeidet et korrespondentnett som dekket Stockholm, Gävle, Malmö, København, Wien, Paris, Glasgow og St. Petersburg. Dette ble nå overtatt av "Fri Idræt" som ville dekke friidrett, gymnastikk, ski- og skøyteidrett samt fotball.

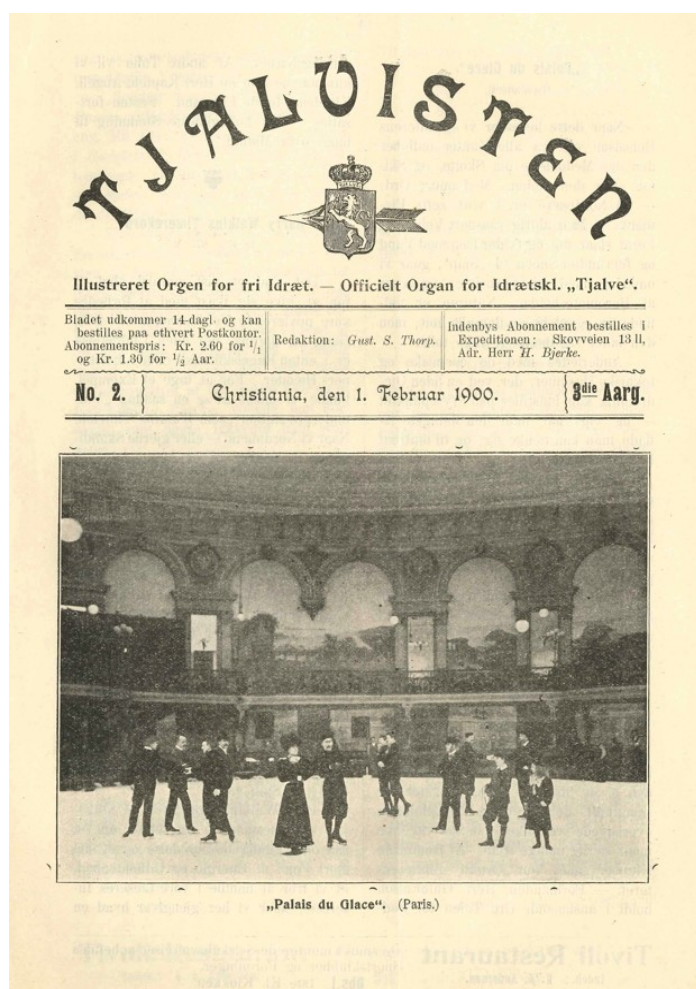
Første nummer av det nye bladet ble som seg hør og bør utgitt nettopp 1. juli 1900. Bladet utkom annenhver uke med Gustav S. Thorp som redaktør. Fellesbladet hadde en meget lang undertittel: "Officielt Organ for Idrætsklubben Tjalve, Idrætsforeningen Ørnulf, Kristiania Idrætsforening, Oslo Idrætsforening og Turist- og Idrætsforeningen Stærkodder." Fire uker senere hadde nok en klubb antatt bladet som sitt offisielle organ, og undertittelen ble utvidet med "Idræts- og Fodboldklubben Nor". Den 1. oktober ble undertittelen igjen forlenget, denne gangen med "Trondhjems Idrætsforening".

"Tjalvisten" var nedlagt, og det skulle gå drøye 15 år før et nytt blad som bar navnet "Tjalvisten" dukket opp den 15. januar 1916.

Nils Voje Johansen

Forfatteren av denne artikkelen er universitetslektor i matematikk ved Universitet i Oslo. Han er spesielt interessert i skøyteløp, og har kommet over disse bladene fra Tjalve som blant annet hadde omtale av VM på skøyter i 1900.

Vi håper å kunne presentere flere av disse utgavene i Tjalvisten seinere i år..



RESTITUSJONS 'SHAKE'

MED SMAK AV KAFFE ELLER SJOKOLADE



UTVIKLET I SAMARBEID MED
TOPPIDRETTSSENTERET



Svein Søndenå 60 år



Tjalve vinner 4x400 m under stafett-NM i 1982 med tiden 3.13.7. Foran fra venstre: Leif Olav Alnes, Svein Erik Storlien. Bak fra venstre: Knut Øverberg og jubilanten Svein Søndenå.

Økonomiansvarlig i Tjalves styre, Svein Søndenå, fyller 60 år 10. juni.

Svein er opprinnelig fra Stavanger, men kom til Oslo og Tjalve før 1980-sesongen. Før det representerte han IL Skjalg. Der presterte han 51.25 på 400m i 1979, i et løp på Bislett i Oslo.

Alt i 1980 ble han norsk mester på 1000m stafett for Tjalve med tiden 1.56.3. På laget løp Tom L. Persvold, Leif Olav Alnes, Svein Søndenå og Stein-Are Agledal.

Etter å ha satt personlig rekord med 50.37 i 1981-sesongen, løp han for første gang under 50 i 1982 med resultatet 49.73. Denne tiden forbedret han i 1983 til 49.63.

I 1982 ble det et nytt NM-gull i stafetter da han var med på Tjalves lag som vant 4x400 m det året med tiden 3.13.7 (se bildet over). Han fikk også med seg en sølvmedalje på 4x400 m med Tjalve i 1983. Dette var også det siste året hvor Svein var aktiv.

Fra 1989 og fram til i dag har han sittet uavbrutt i Tjalves styre med økonomi som hovedansvar.

Svein ble slått til Ridder av Tjalves orden i 1990 og ble utnevnt til Æresmedlem i forbindelse med Tjalves 125-års jubileum i 2015.

Svein har så langt gjort en formidabel innsats for Tjalve. Vi gratulerer med dagen og ønsker lykke til med årene som kommer. Må vi ha den gleden å ha deg med som økonomidirektør i mange år framover.

Bjørn Henriksen



To nye klubbrekorder!



Benedicte Hauge er ny i Tjalve dette året. Under årets Lambertseter sprint som alltid arrangeres dagen før Holmenkoll-stafetten satte hun like godt to nye klubbrekorder på de litt spesielle øvelsen 150 m og 300 m. De nye rekordene lyder på henholdsvis 18.24 (+0.5) og 38.58.

Vi gratulere med de fine resultatene og ser fram til at hun etter hvert skal prøve seg på favorittdistansen 400m.

Ellers kan nevnes at Colin Eriksen løp 300 m på 36.31 i sist første forsøk på distansen. 300 m er nok litt i lengste laget for Colin, som kommer til å ha 200 m som spesialøvelse i år.

Foto: Bjørn Henriksen



Benedicte Hauge på vei ut av blokkene på 150 m. Lea-Celin Conteh (46) fikk tiden 19.05, og helt til høyre ser vi Tina Helen Bergem som fikk tiden 20.28. Foto: Bjørn Henriksen



Colin Eriksen (nr. 2 fra venstre) rett etter start på 300 m som han fullførte på 36.31. Foto: Bjørn Henriksen



300 m kvinner heat 1. Mona Gano (53) løper inn til tiden 48.73. Foto: Bjørn Henriksen



HOLMENKOLL

Stafetten

Lørdag 7. mai 2016



Årets Holmenkollstafett ble arrangert 7. mai. Igjen var vi heldige med været, ikke bare på selve dagen, men også under forberedelsene dagene i forveien.

Løypa var nesten identisk med fjorårets trase, bortsett fra en liten omlegging på 10. etappe.

Rent praktisk hva gjelder gjennomføringen finner vi alltid punkter vi kan forbedre oss på, men totalt sett synes vi gjennomføringen var god. Vi har i år hatt en person i full stilling til å fokusere på stafetten. Dette har hjulpet betraktelig. I tillegg var det adskillig færre lag i år grunnet Kr. Himmelfartsdag på torsdagen før. Det er alltid litt hektisk og til tider kaotisk rett før den første starten, men de problemene som oppstod ble løst øyeblikkelig. Sett med øyne inne på Bislett er det rom for enda flere deltakere. Problemet er enkelte vekslinger ute i løypa hvor gatene rett og slett er for trange.

Nedrigg og opprydding var det som gikk desidert best. Ferdig før midnatt, nesten like bra som i fjor.

I år var det påmeldt ca. 2800 lag, mens 2435 lag fullførte. I fjor var det påmeldt ca 3250 lag, altså 450 lag mindre i år. I årets budsjett har klubben budsjettert med 3000 lag. Dessverre blir derfor overskuddet for årets stafett adskillig mindre enn i fjor og også mindre enn budsjett. Vi må også ta i betraktning at Norge er inne i en liten nedgangsperiode med mange oppsigelser bl. a. i oljeindustrien. Det kan medføre færre lag i framtiden.

Vi ønsker å rette en stor takk til Politiet som har vist stor innsats og jobbet hardt for at YT Holmenkollstafetten kunne gjennomføres på slik en god måte. Bymiljøetaten (som nå har ansvaret for idrettsarrangementer i Oslo) har fortsatt mye å lære.

Også en stor takk til de som stilte til dugnad. For at vi skal kunne arrangere slike store stevner er det viktig at medlemmene stiller opp for klubben sin. Det var det mange som gjorde i år.

Bjørn Henriksen

YT Holmenkollstafetten menn elite

Årets stafett for menn elite kan oppsummeres med: En veldig spennende etappe etterfulgt av 14 testløp. En slik kortversjon er likevel ikke helt dekkende, men den sier mest om hvor overlegne vi var.

Vi som var inne på Bislett fikk se en drivende god og spennende første etappe med Snorre Holtan Løken i føringen de første 820 og siste 90 meterne. At det ble ny bestetid på etappen skyldes ikke bare Snorre, men og Vidars mann på etappen. Han løp 800m på 1.47 innendørs i vinter og ble en perfekt utfordrer for Snorre. Snorre var bestemt på å komme først inn i siste sving og bruke det til å vinne etappen. Dette var en av herreklassen store prestasjoner.

Senay Fissehatsion og Mathias Berntzen Engevik gjorde det de skulle på 2. og 3. etappe og Hans Kristian Fløystad fikk pinnen først med god margin da han la ut på berg- og dalbaneetappen (4. etappe).

Hans Kristian leverte herreklassens andre store prestasjon. Han satte en solid ny rekord på 4. etappe. Han slo Marius Vedvik fra Gular og Sondre Nordstad Moen fra Vidar med mange sekunder. Med dette var spenningen slutt og de som løp etterpå så ikke konkurrentene i det hele tatt.

Awet Kibrab, Asbjørn Ellefsen Persen og Anders Sørensen fikk greie gjennomkjøring i ensom majestet. Det som var av dramatisk sørget låret til Alexander Winger for. Før Alexander skulle starte på Gressbanen var han på telefonen for å melde om krampe. Han fikk beskjed om at det ikke var noe alternativ og at han måtte komme seg igjen. Det gjorde han og, riktignok med 10 sekunder dårligere tid enn i fjor. Alternativet hadde vært dnf i protokollen og det hadde vært lite å skryte av.

Derifra og inn ble det greie transport-etapper. Grei løping på Erik, Muhammed, Edvard og Sindre før Alexander kunne løpe inn på Bislett et minutt før neste lag.

Stafetten viste at Gular er på vei tilbake etter et elendig år i fjor. Ull/Kisa og Vidar var som ventet svekket fra i fjor. Det er lett å tenke seg en lang rekke seire framover, men vi skal være klar over at vi ikke har veldig stor bredde



Deler av herrelaget som vant eliteklassen. Fra venstre: Senay Fissehatsion, Thomas J. Byrkjeland, Aleksander Dahlstrøm Winger, Okubamichael Fissehatsion, Hans Kr. Fløystad, Andreas Reutz, Mathias Berntzen Engevik, Asbjørn Ellefsen Persen, Snorre Holtan Løken og Anders Sørensen. Foto: Eirik Førde

totalt. Vi har nok gode løpere til å være overlegne, men med noen forfall ville vi fort slite med å stille lag i det hele tatt.

Knut Kvalheim
Trener/lagleder

YT Holmenkollstafetten kvinner elite

For første gang siden 2008 ble det seier til kvinne i eliteklassen. De ikke bare vant, men utklasset SK Vidar som har vunnet de siste åtte årene. Seiersmarginen ble på 1 minutt og 39 sekunder. Den store forskjellen er at Karoline Bjerkeli Grøvdal har tidligere løpt for Vidar. Nå løper hun for Tjalve. Det gjør også Ingvill Måkestad Bovim. Disse to utøverne gjorde den store forskjellen mellom lagene.

Etter at Christina Toogood hang godt med Vidar på førsteetappen, var det Hanne Lyngstad som fikk æren av å bringe pinnen opp Norabakken. Hanne er fortsatt i trening, men har løpt lite intervaller de siste årene. Da Ingvill Måkestad Bovim overtok pinnen på 4. etappe lå vi ca. 30 sekunder bak Vidar. Sakte men sikkert spiste Ingvill opp avstanden og kunne veksle ca. 10 sekunder for Vidar. Ingvill løp etappen på 5.56. min, noe som er ny rekord for berg og dalbaneetappen.

Derfra og opp til Besserud var det hele avgjort. Først løp Annie Bersaget et strålende løp på 6. etappe, før Karoline Bjerkeli Grøvdal knuste konkurrentene opp til toppen. I fjor løp Karoline etappen på 6.16 min I år var tiden 6.06 min, nok en ny etapperekord.

Herifra og inn var det parademarsj for Tjalves kvinner. Etter at Ingvild Vedde hadde løpt pinnen ned til Gressbanen hvor Maren Vigerust Graff overtok, var det bare for Kristine Helle å holde et jevnt fint tempo på den lengste etappen fram til Frognerparken. Kristines etappetid ble

8.52 min., mot 9.20 min. i fjor. Resten av jentene holdt SK Vidar bak seg, og seieren var aldri truet. Jentene kom i mål på 59.37 som vist nok er ny løyperekord.

Bjørn Henriksen



To fornøyde herrer med noen av premiene som tilfalt Tjalve. Fra venstre: Per Sletholt og John Ertzgaard. Foto: Bjørn Henriksen

IONIQ



Cristian Stenbo er markedssjef hos Hyundai med lang erfaring i bilbransjen. Her gir han råd om kjøp av el-bil.

Her er tipsene når du skal velge el-bil

Vurderer du el-bil og synes markedet virker forvirrende med alle sine forkortelser? Batterielektrisk bil (EV) kjenner de fleste til nå, men hva er egentlig forskjellen mellom en lade-hybrid (PHEV) og en vanlig hybrid (HEV)? Og hvordan forholde seg til elektriske biler som går på hydrogen (FCEV)?

Christian Stenbo er markedssjef hos bilimportøren Hyundai Norge og vi har tatt en prat med han om kjøp av elektrisk bil.

Batteri for småkjøring

– Valg av elektrisk bil handler først og fremst om kjøre- og bruksmønster, sier den erfarne bilmannen. – Batterielektrisk bil er den type el-bil som har fått mest oppmerksomhet i Norge de siste årene, takket være gunstige avgiftslettelser og tilgang til kollektivfeltet, sier Christian.

– Disse bilene har null utslipp og er ideell for dagpendling til og fra jobb, eller for småkjøring i områder hvor det er tilgang på ladepunkter, sier han.

– Kjører man mange korte turer og er sjelden på langtur, er kanskje ladbar hybrid noe for deg, konstaterer Christian. – Da kan du i stor grad kjøre på strøm, og på langtur har man jo forbrenningsmotoren å lene seg på når man går tom for batteri, sier han.

Hyundai IONIQ Electric kommer nå til Norge med kjøreglede, tiltalende design og alt av moderne utstyr



Med hybridbil slipper du rekkeviddeangst. Den byr på det beste fra to verdener.



Hva med langturer?

- Med nærmere 30 fyllestasjoner på plass inne 2020 vil hydrogenelektriske biler være et realistisk alternativ. De har god rekkevidde og påfylling skjer på noen minutter, konstaterer han. - Også vanlig hybrid er et alternativ for langturer, for da slipper man å være påpasselig med ladingen. En hybridbil lader seg selv under kjøring, gang på gang, sier Christian og anbefaler å være ærlig om sitt eget bruksmønster og hvordan man egentlig bruker bilen før man går til innkjøp. Rekkevidden på denne hydrogenelektriske bilen er opp til 600 km på en fylling og eneste utslipp er rent vann.

Komplett tilbud av elektriske biler

- Som eneste leverandør i 2016 kan Hyundai levere biler med null utslipp både for langkjøring (FCEV) og kortere kjøring (EV).



Sammen med våre hybridbiler gjør det oss til klasseledende leverandør i segmentet for elektriske biler, avslutter Christian.

Lykke til med valget av elektrisk bil!



IONIQ Tre el-biler i en

Hyundai nå er i ferd med å lansere IONIQ, en helt ny bilmodell i tre forskjellige utgaver; som ren batterielektrisk (EV) bil, men også som hybrid (HEV) og lade-hybrid (PHEV). Det betyr at man først vurderer kjøremønster og behov før man bestemmer seg for hvilke type elektrisk fremdrift som passer best til sitt behov. De første utgavene av IONIQ kommer til Norge høsten 2016.

Hydrogen som drivstoff for el-bil

Hyundais hydrogenelektriske ix35 Fuel Cell har blitt serieprodusert siden 2013. Den er til salgs i 13 europeiske land i tillegg til Norge, Nord-Amerika og Korea. Med hydrogen som drivstoff yter den elektriske motoren 99Kw/136 HK med toppfart på over 150 km/t. Rekkevidden er opp til 600 km på en fylling og eneste utslipp er rent vann. Utbygging av stasjoner er i gang og det forventes mellom 25 og 30 stasjoner innen 2020.



600 km
rekkevidde



START

Huskeliste elektriske biler med nullutslipp:

BEV eller EV (Battery Electric Vehicle) er batterielektriske biler som drives frem av en elektrisk motor. Den får strøm fra en batteripakke som lades fra strømmettet når bilen står parkert. Disse bilene kan ha begrenset rekkevidde og egner seg best for kortere distanser med tilgang til ladepunkter. FCEV (Fuel Cell Electric Vehicle) er en hydrogenelektrisk bil hvor det utvinnes strøm fra hydrogen som er fylt på tanken. Denne strømmen går til bilens elektriske motor som driver bilen fremover. Utslipet er kun rent vann og bilen er like godt tilpasset småkjøring som langturer. Utbygging av hydrogenstasjoner er i gang i Norge og Europa. En batterielektrisk bil frakter med seg strømmen i batterier, mens en hydrogenelektrisk bil produserer strømmen underveis.

Huskeliste hybridelektriske biler med lavutslipp:

HEV (Hybrid Electric Vehicle) er hybridbiler som kombinerer bensin/dieselmotor med strøm fra batterier som lades under kjøring. Egner seg godt for den som har hyppige langturer (IONIQ).

PHEV (Plug-in Hybrid Electric Vehicle) er hybridbiler som kombinerer bensin/dieselmotor med batterier som hovedsakelig lades før og etter kjøring. Ideell for kortere turer og en langtur innimellom (IONIQ).

YT Holmenkollstafetten: Lagoppstillinger

Menn Elite

Lagleder: Knut Kvalheim

1. Snorre Holtan Løken
2. Senay Fissehatsion
3. Mathias Berntzen Engevik
4. Hans Kr. Fløystad
5. Thomas J. Byrkjeland
6. Awet Kibrab
7. Asbjørn Ellefsen Persen
8. Anders Sørensen
9. Alexander Winger
10. Okubamichael Fissehatsion
11. Erik Udø Pedersen
12. Muhammad Jatta
13. Edvard Kamperud Nygaard
14. Sindre Løchting
15. Andreas Reutz

Kvinner Elite

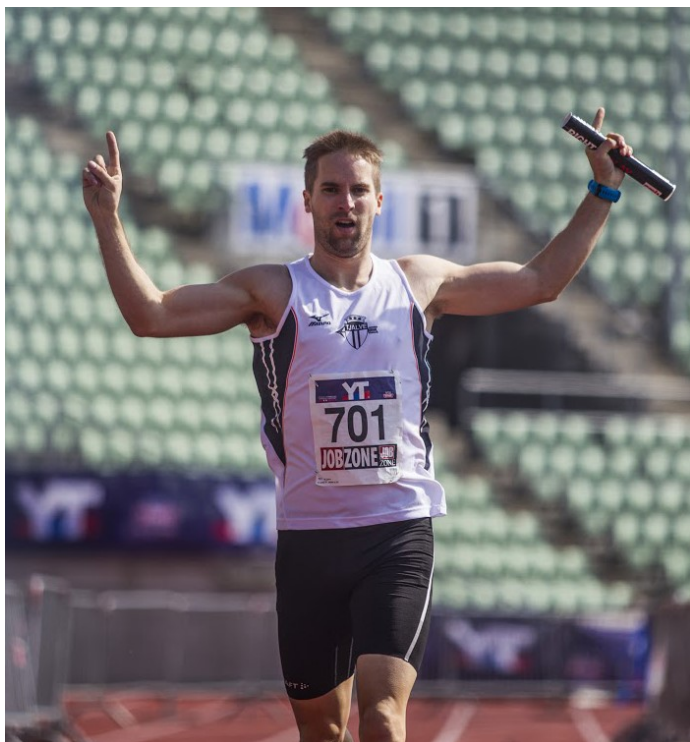
Lagleder: Eirik Førde

1. Christina Toogood
2. Hanne Lyngstad
3. Maren Helle
4. Ingvill Måkestad Bovim
5. Solveig Emilie Olsen
6. Annie Bersagel
7. Karoline Bjerkeli Grøvdal
8. Ingvild Vedde
9. Maren Vigerust Graff
10. Kristine Helle
11. Caroline Ziesler
12. Lea Celin Conteh
13. Solbjørg Vedde
14. Agnes Erlingsdottir
15. Benedicte Hauge

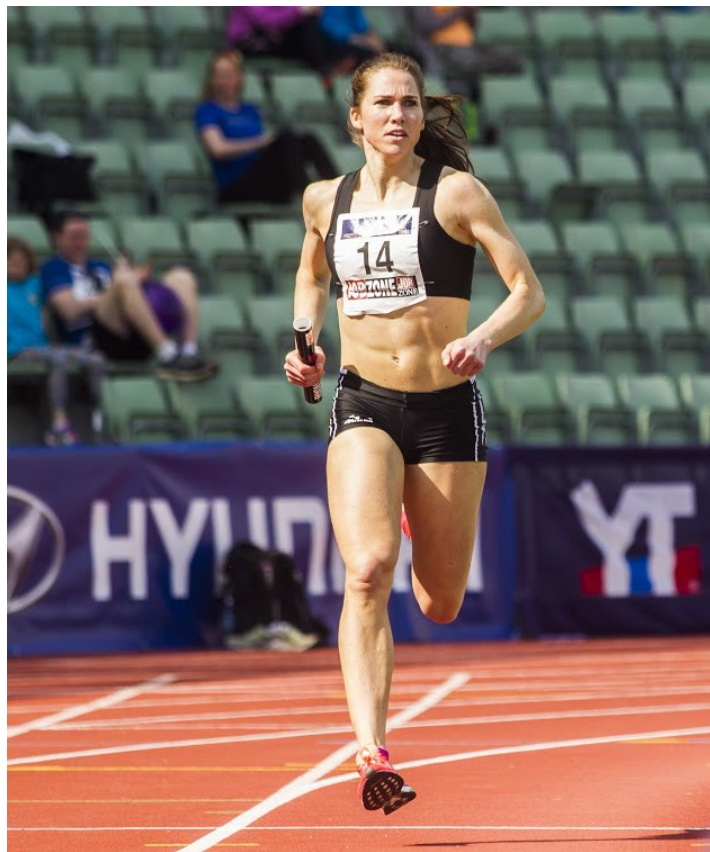
Menn junior

Lagleder: Eirik Førde

1. Abdullahi Hassan Ali
2. Snorre Holtan Løken
3. Mathias Berntzen Engevik
4. Markus Borge Harbo
5. Tobias Løvmo
6. Thomas J. Byrkjeland
7. Awet Kibrab
8. Olaf Talmo
9. Anders Sørensen
10. Jørgen Frost Bø
11. Senay Fissehatsion
12. Tummas N. Arge
13. Erik Udø Pedersen
14. Edvard Kamperud Nygaard
15. Colin Eriksen



Andreas Reutz på vei inn til seier for herrelaget i menn elite.
Foto: Eirik Førde



Benedicte Hauge på vei inn til seier for kvinnelaget i eliteklassen. Foto: Eirik Førde

Etappetider menn elite

F1 Menn Elite

Nr	Navn	Klubb	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	Mål
1	JK Tjalve	Tjalve	02:49(1)	06:04(1)	07:28(1)	12:42(1)	16:00(1)	19:56(1)	25:42(1)	30:02(1)	31:42(1)	39:16(1)	43:19(1)	44:06(1)	46:52(1)	48:54(1)	50:27
			03:14(1)	01:23(1)	05:13(1)	03:17(1)	03:56(2)	05:45(2)	04:19(3)	01:40(16)	07:33(2)	04:03(1)	00:46(1)	02:46(1)	02:01(1)	+00:00	01:32(5)
2	IL Gular 1	NOTEAM	02:56(4)	06:18(4)	07:46(4)	13:05(3)	16:32(2)	20:34(3)	26:20(2)	30:41(3)	32:15(3)	39:51(2)	44:07(2)	44:57(2)	47:50(2)	49:55(2)	51:26
			03:21(5)	01:27(3)	05:19(2)	03:26(5)	04:02(4)	05:45(3)	04:21(5)	01:33(4)	07:36(4)	04:15(2)	00:50(6)	02:52(2)	02:05(2)	+00:59	01:30(2)
3	SK Vidar	NOTEAM	02:50(2)	06:13(2)	07:39(2)	13:01(2)	16:38(3)	20:33(2)	26:21(3)	30:37(2)	32:09(2)	40:00(3)	44:17(3)	45:10(3)	48:07(3)	50:15(3)	51:51
			03:22(6)	01:26(2)	05:21(3)	03:37(15)	03:55(1)	05:47(5)	04:16(2)	01:32(3)	07:50(11)	04:17(3)	00:52(14)	02:57(5)	02:07(5)	+01:24	01:35(9)
4	Strindheim IL	Strindheim IL	03:06(10)	06:24(7)	07:54(7)	13:33(6)	16:53(6)	21:05(5)	26:56(5)	31:08(4)	32:43(4)	40:30(4)	44:51(4)	45:44(4)	48:51(4)	50:59(4)	52:38
			03:18(4)	01:29(6)	05:39(8)	03:20(2)	04:11(7)	05:51(7)	04:12(1)	01:35(10)	07:46(9)	04:20(5)	00:53(15)	03:07(10)	02:07(4)	+02:11	01:38(12)
5	Ullensaker/Kisa IL	NOTEAM	02:59(5)	06:14(3)	07:43(3)	13:19(4)	16:43(4)	20:57(4)	27:08(6)	31:28(6)	33:05(6)	41:09(6)	45:31(6)	46:22(6)	49:19(5)	51:30(6)	53:00
			03:15(2)	01:29(4)	05:36(6)	03:23(4)	04:14(9)	06:10(18)	04:19(4)	01:37(12)	08:03(14)	04:22(7)	00:50(5)	02:57(6)	02:10(8)	+02:33	01:29(1)
6	Gneist IL - Friidrett	Gneist	03:05(8)	06:20(5)	07:50(5)	13:33(5)	16:53(5)	21:07(6)	26:52(4)	31:18(5)	32:52(5)	40:45(5)	45:14(5)	46:06(5)	49:19(6)	51:26(5)	53:01
			03:15(3)	01:29(7)	05:42(12)	03:20(3)	04:13(8)	05:45(1)	04:25(7)	01:34(6)	07:52(12)	04:29(15)	00:51(8)	03:13(15)	02:07(3)	+02:34	01:34(7)
7	Friidrettsklubben Orion	Fik Orion	03:15(20)	06:42(12)	08:16(14)	13:47(8)	17:14(7)	21:30(7)	27:33(8)	32:09(7)	33:38(7)	41:18(7)	45:41(7)	46:32(7)	49:41(7)	52:03(7)	53:41
			03:27(9)	01:34(13)	05:30(4)	03:26(6)	04:16(14)	06:02(10)	04:36(12)	01:29(1)	07:39(5)	04:23(8)	00:51(9)	03:08(12)	02:21(13)	+03:14	01:37(11)
8	IL Tyrving	NOTEAM	03:06(9)	06:46(15)	08:21(16)	14:16(17)	17:44(14)	21:49(13)	27:47(10)	32:11(9)	33:45(9)	41:51(9)	46:11(8)	46:58(8)	50:03(8)	52:21(8)	53:54
			03:40(18)	01:35(17)	05:54(16)	03:27(8)	04:04(5)	05:58(9)	04:23(6)	01:34(8)	08:06(15)	04:19(4)	00:47(2)	03:05(8)	02:17(10)	+03:27	01:32(3)
9	FIK Ren-Eng	NOTEAM	02:55(3)	06:21(6)	07:52(6)	13:45(7)	17:20(8)	21:36(8)	27:22(7)	32:10(8)	33:44(8)	41:54(11)	46:20(10)	47:09(9)	50:12(10)	52:36(9)	54:11
			03:26(7)	01:30(8)	05:53(15)	03:35(14)	04:15(11)	05:45(4)	04:48(18)	01:34(7)	08:10(17)	04:25(11)	00:48(3)	03:03(7)	02:23(15)	+03:44	01:34(8)
	IL Skjalg	NOTEAM	03:08(13)	06:35(8)	08:10(9)	13:49(9)	17:30(11)	21:45(10)	27:55(12)	32:33(11)	34:14(11)	41:54(10)	46:20(11)	47:12(10)	50:27(12)	52:37(10)	54:11
			03:27(8)	01:35(16)	05:38(7)	03:40(16)	04:15(12)	06:09(17)	04:37(13)	01:40(17)	07:39(6)	04:26(12)	00:52(11)	03:14(16)	02:09(6)	+03:44	01:33(6)
11	Kristiansand Løpeklubb	Kristiansand Løpeklubb	03:16(21)	06:59(21)	08:33(20)	14:30(19)	17:56(17)	22:07(15)	28:06(14)	32:36(12)	34:17(12)	41:58(13)	46:24(12)	47:17(12)	50:12(9)	52:37(11)	54:15
			03:43(20)	01:34(12)	05:56(17)	03:26(7)	04:10(6)	05:58(8)	04:30(9)	01:40(15)	07:41(7)	04:26(13)	00:52(12)	02:54(3)	02:25(16)	+03:48	01:37(10)
12	Varegg Fleridrett	Varegg Fleridrett	03:07(11)	06:36(9)	08:09(8)	14:09(15)	17:39(13)	21:53(14)	28:02(13)	32:43(14)	34:18(15)	41:54(12)	46:19(9)	47:13(11)	50:19(11)	52:43(12)	54:29
			03:28(11)	01:33(11)	05:59(18)	03:29(9)	04:14(10)	06:09(14)	04:40(14)	01:34(9)	07:36(3)	04:25(10)	00:53(16)	03:06(9)	02:23(14)	+04:02	01:45(19)
13	Lyn Ski	Lyn	03:15(19)	06:43(13)	08:14(10)	13:55(10)	17:25(9)	21:46(11)	28:16(15)	32:44(15)	34:18(14)	42:17(14)	46:51(14)	47:44(14)	50:55(14)	53:20(14)	54:53
			03:28(10)	01:31(9)	05:40(10)	03:30(10)	04:20(17)	06:30(20)	04:27(8)	01:33(5)	07:59(13)	04:34(17)	00:52(13)	03:11(13)	02:25(17)	+04:26	01:32(4)
14	Haugesund IL - Friidrett	Haugesund Idrettslag Friidrett	03:13(16)	06:46(16)	08:20(15)	14:03(13)	17:38(12)	21:37(9)	27:47(9)	32:19(10)	34:02(10)	41:50(8)	46:26(13)	47:23(13)	50:49(13)	53:10(13)	54:58
			03:32(13)	01:34(14)	05:42(11)	03:34(13)	03:59(3)	06:09(15)	04:32(11)	01:43(18)	07:47(10)	04:36(18)	00:57(17)	03:25(20)	02:20(12)	+04:31	01:47(20)
15	Vollan IK	NOTEAM	03:11(15)	06:49(17)	08:25(18)	14:16(16)	18:01(18)	22:17(16)	28:43(18)	33:14(16)	35:00(16)	43:13(17)	47:34(17)	48:34(17)	51:42(16)	53:52(16)	55:33
			03:38(17)	01:36(20)	05:50(14)	03:44(18)	04:16(13)	06:25(19)	04:31(10)	01:46(21)	08:12(19)	04:21(6)	00:59(20)	03:07(11)	02:10(7)	+05:06	01:40(14)
16	Rindal IL	NOTEAM	03:07(12)	06:38(10)	08:15(12)	13:55(11)	17:28(10)	21:49(12)	27:55(11)	32:38(13)	34:17(13)	42:30(15)	47:13(15)	48:11(15)	51:24(15)	53:51(15)	55:35
			03:31(12)	01:36(19)	05:40(9)	03:33(11)	04:20(16)	06:06(11)	04:42(16)	01:39(13)	08:12(20)	04:42(19)	00:58(19)	03:12(14)	02:26(18)	+05:08	01:43(17)
17	IL Gular 2	NOTEAM	03:14(17)	06:51(18)	08:27(19)	14:37(20)	18:24(20)	22:44(19)	28:53(19)	33:36(18)	35:19(19)	43:30(19)	47:54(18)	48:46(19)	51:43(17)	54:00(17)	55:45
			03:36(15)	01:35(18)	06:09(19)	03:46(20)	04:19(15)	06:09(16)	04:42(15)	01:43(19)	08:10(18)	04:24(9)	00:52(10)	02:56(4)	02:17(9)	+05:18	01:44(18)
18	Steinkjer Friidrettsklubb	Steinkjer Friidrettsklubb	03:14(18)	06:51(19)	08:35(21)	14:09(14)	17:55(16)	22:26(18)	28:34(17)	33:38(19)	35:13(17)	43:23(18)	47:55(19)	48:46(18)	52:02(19)	54:30(19)	56:13
			03:37(16)	01:43(21)	05:33(5)	03:46(19)	04:30(19)	06:08(12)	05:03(21)	01:35(11)	08:09(16)	04:32(16)	00:51(7)	03:15(17)	02:28(19)	+05:46	01:42(15)
19	Stavanger FIK - Spirit	NOTEAM	03:05(7)	06:41(11)	08:15(13)	13:58(12)	17:52(15)	22:23(17)	28:32(16)	33:33(17)	35:18(18)	42:47(16)	47:16(16)	48:17(16)	51:45(18)	54:19(18)	56:20
			03:36(14)	01:34(15)	05:43(13)	03:53(21)	04:31(20)	06:08(13)	05:01(20)	01:45(20)	07:29(1)	04:28(14)	01:01(21)	03:28(21)	02:34(21)	+05:53	02:00(21)
20	Idrottslaget i BUL	Bul	03:04(6)	06:45(14)	08:14(11)	14:27(18)	18:01(19)	22:45(20)	29:28(21)	34:13(21)	35:44(21)	43:31(20)	48:26(20)	49:16(20)	52:35(20)	54:53(20)	56:34
			03:40(19)	01:29(5)	06:12(20)	03:33(12)	04:44(21)	06:42(21)	04:44(17)	01:31(2)	07:46(8)	04:55(20)	00:50(4)	03:18(18)	02:18(11)	+06:07	01:40(13)
21	Stord IL - Friidrett	Stord IL (allianseidrettslag)	03:09(14)	06:52(20)	08:25(17)	15:06(21)	18:50(21)	23:16(21)	29:06(20)	33:55(20)	35:36(20)	44:19(21)	49:17(21)	50:14(21)	53:38(21)	56:09(21)	57:53
			03:43(21)	01:32(10)	06:41(21)	03:44(17)	04:26(18)	05:49(6)	04:49(19)	01:40(14)	08:43(21)	04:57(21)	00:57(18)	03:24(19)	02:30(20)	+07:26	01:43(16)

Etappetider kvinner elite

F6 Kvinner Elite

Nr	Navn	Klubb	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	Mål
1	IK Tjalve	Tjalve	03:29(4)	07:40(4)	09:24(4)	15:20(1)	19:14(1)	23:52(1)	29:58(1)	34:59(1)	36:46(1)	45:38(1)	50:42(1)	51:39(1)	55:25(1)	57:58(1)	59:37
				04:10(7)	01:43(5)	05:56(1)	03:54(1)	04:37(2)	06:05(1)	05:00(4)	01:46(1)	08:52(1)	05:04(2)	00:56(3)	03:46(11)	02:32(2)	+00:00
2	SK Vidar	NOTEAM	03:24(1)	07:14(1)	08:55(1)	15:29(2)	19:31(2)	24:30(3)	31:22(3)	36:19(2)	38:06(2)	47:08(2)	52:24(2)	53:20(2)	56:46(2)	59:21(2)	1:01:16
				03:49(3)	01:40(2)	06:34(3)	04:01(3)	04:59(5)	06:51(5)	04:56(1)	01:47(2)	09:01(2)	05:16(7)	00:55(2)	03:25(1)	02:35(4)	+01:39
3	IL Gular	NOTEAM	03:37(6)	07:19(2)	08:57(2)	15:38(3)	19:45(3)	24:30(2)	31:21(2)	36:29(3)	38:22(3)	47:34(3)	52:27(3)	53:22(3)	56:53(3)	59:36(3)	1:01:37
				03:41(1)	01:38(1)	06:40(5)	04:06(4)	04:45(3)	06:51(4)	05:07(5)	01:53(6)	09:12(3)	04:53(1)	00:54(1)	03:31(3)	02:43(8)	+02:00
4	Idrottslaget i BUL	Bul	03:28(3)	07:41(5)	09:24(5)	16:11(5)	20:10(5)	24:47(4)	31:25(4)	36:35(4)	38:30(4)	47:43(4)	52:56(4)	53:57(4)	57:45(4)	1:00:17(4)	1:02:07
				04:12(8)	01:43(4)	06:47(7)	03:58(2)	04:37(1)	06:37(3)	05:10(7)	01:55(7)	09:12(4)	05:13(5)	01:00(5)	03:48(12)	02:32(1)	+02:30
5	Strindheim IL	Strindheim IL	03:36(5)	07:24(3)	09:14(3)	15:48(4)	20:01(4)	25:09(5)	32:09(5)	37:07(5)	39:04(5)	48:32(5)	53:59(5)	55:01(5)	58:29(5)	1:01:27(5)	1:03:18
				03:48(2)	01:50(9)	06:33(2)	04:12(6)	05:08(9)	06:59(6)	04:58(2)	01:56(8)	09:28(7)	05:27(12)	01:01(7)	03:28(2)	02:57(13)	+03:41
6	FIK Ren-Eng	NOTEAM	03:47(12)	08:30(14)	10:19(13)	17:02(11)	21:17(10)	26:05(6)	32:38(6)	38:20(6)	40:11(6)	49:53(6)	55:02(6)	56:11(6)	59:49(6)	1:02:31(6)	1:04:24
				04:42(14)	01:49(8)	06:42(6)	04:15(8)	04:48(4)	06:32(2)	05:42(13)	01:51(5)	09:42(13)	05:08(4)	01:09(15)	03:38(5)	02:41(7)	+04:47
7	IL Skjalg	NOTEAM	03:41(8)	07:48(7)	09:30(6)	16:28(6)	20:44(6)	26:16(9)	33:33(8)	38:59(8)	40:59(8)	50:40(8)	55:48(7)	56:50(7)	1:00:33(7)	1:03:11(7)	1:05:09
				04:07(4)	01:41(3)	06:57(9)	04:16(10)	05:31(13)	07:16(8)	05:26(9)	02:00(12)	09:41(11)	05:07(3)	01:01(9)	03:43(9)	02:38(5)	+05:32
8	SK Vidar 2	NOTEAM	03:44(11)	07:58(9)	09:53(9)	16:31(7)	20:51(7)	26:06(7)	34:08(10)	39:09(9)	41:08(9)	50:50(9)	56:11(8)	57:11(8)	1:00:47(8)	1:03:21(8)	1:05:23
				04:14(9)	01:54(11)	06:38(4)	04:19(11)	05:15(11)	08:01(13)	05:00(3)	01:59(10)	09:41(12)	05:21(9)	00:59(4)	03:36(4)	02:34(3)	+05:46
9	IL Tyrving	NOTEAM	03:39(7)	07:48(6)	09:35(8)	16:57(9)	21:09(9)	26:10(8)	33:18(7)	38:45(7)	40:33(7)	50:30(7)	56:22(9)	57:29(9)	1:01:09(9)	1:03:58(9)	1:05:50
				04:08(6)	01:47(7)	07:21(15)	04:12(5)	05:00(7)	07:08(7)	05:27(10)	01:47(3)	09:56(15)	05:52(17)	01:07(14)	03:40(7)	02:48(10)	+06:13
10	Lillehammer IF	Lillehammer IF	03:26(2)	08:01(10)	10:09(10)	17:26(12)	21:56(13)	27:03(12)	34:20(11)	40:00(11)	41:59(12)	51:25(11)	56:54(11)	57:55(11)	1:01:34(10)	1:04:20(10)	1:06:25
				04:34(13)	02:08(17)	07:17(13)	04:29(16)	05:06(8)	07:16(9)	05:39(12)	01:59(9)	09:26(5)	05:28(13)	01:00(6)	03:39(6)	02:46(9)	+06:48
11	Haugesund IL - Friidrett	Haugesund Idrettslag Friidrett	03:51(13)	08:13(11)	10:09(11)	17:00(10)	21:20(11)	26:19(11)	33:59(9)	39:28(10)	41:41(10)	51:20(10)	56:34(10)	57:40(10)	1:01:40(11)	1:04:53(11)	1:06:59
				04:21(11)	01:56(12)	06:50(8)	04:19(12)	04:59(6)	07:39(11)	05:28(11)	02:12(18)	09:39(8)	05:13(6)	01:05(13)	04:00(14)	03:13(16)	+07:22
12	Ullensaker/Kisa IL	NOTEAM	03:41(9)	07:49(8)	09:35(7)	16:36(8)	21:02(8)	26:17(10)	34:54(12)	40:04(12)	41:54(11)	52:00(12)	57:26(12)	58:29(12)	1:02:30(12)	1:05:11(12)	1:07:10
				04:07(5)	01:46(6)	07:01(10)	04:25(15)	05:14(10)	08:37(18)	05:09(6)	01:50(4)	10:05(16)	05:26(11)	01:03(11)	04:00(15)	02:41(6)	+07:33
13	Stavanger FIK - Spirit	Spirit Stavanger Friidrettsklubb	03:43(10)	08:13(12)	10:18(12)	17:33(13)	21:54(12)	27:30(13)	35:39(13)	41:24(13)	43:36(13)	53:04(13)	58:30(13)	59:40(13)	1:03:50(13)	1:07:12(13)	1:09:41
				04:29(12)	02:04(15)	07:15(12)	04:20(13)	05:36(14)	08:09(14)	05:44(14)	02:12(17)	09:27(6)	05:26(10)	01:10(16)	04:09(18)	03:22(17)	+10:04
14	Ås IL 1	Ås IL	03:55(14)	08:16(13)	10:21(14)	17:55(14)	22:08(14)	27:46(14)	36:17(14)	41:39(14)	43:45(14)	53:58(14)	59:40(14)	1:00:43(14)	1:04:45(14)	1:07:41(14)	1:09:43
				04:21(10)	02:05(16)	07:33(16)	04:13(7)	05:37(15)	08:31(17)	05:21(8)	02:06(15)	10:13(18)	05:42(14)	01:02(10)	04:02(16)	02:55(12)	+10:06
15	Raumnes & Årnes Idrettslag	Raumnes & Årnes IL	04:02(15)	08:48(15)	10:50(15)	18:50(17)	23:06(16)	28:52(17)	37:07(17)	43:45(17)	45:46(17)	55:27(17)	1:00:46(16)	1:01:51(16)	1:05:32(15)	1:08:23(15)	1:10:27
				04:46(17)	02:02(14)	07:59(17)	04:15(9)	05:45(18)	08:15(15)	06:37(18)	02:01(13)	09:41(10)	05:19(8)	01:04(12)	03:40(8)	02:51(11)	+10:50
16	Steinkjer Friidrettsklubb	Steinkjer Friidrettsklubb	04:13(17)	08:59(16)	10:51(16)	18:10(15)	22:51(15)	28:36(15)	36:29(15)	42:32(15)	44:39(15)	54:30(15)	1:00:55(17)	1:01:57(17)	1:05:41(16)	1:08:40(16)	1:10:42
				04:46(16)	01:52(10)	07:19(14)	04:40(17)	05:45(17)	07:53(12)	06:02(16)	02:06(16)	09:50(14)	06:25(18)	01:01(8)	03:44(10)	02:59(14)	+11:05
17	OSI Friidrett	Oslostudentenes IK - Friidrett	04:48(18)	09:31(18)	11:32(18)	18:44(16)	23:09(17)	28:40(16)	36:59(16)	42:46(16)	44:51(16)	54:32(16)	1:00:19(15)	1:01:37(15)	1:05:46(17)	1:08:53(17)	1:10:51
				04:43(15)	02:00(13)	07:11(11)	04:25(14)	05:30(12)	08:19(16)	05:46(15)	02:05(14)	09:40(9)	05:47(15)	01:17(18)	04:08(17)	03:07(15)	+11:14
18	Ringerike Friidrettsklubb	NOTEAM	04:11(16)	09:13(17)	11:27(17)	19:53(18)	24:41(18)	30:21(18)	38:00(18)	44:11(18)	46:11(18)	56:19(18)	1:02:07(18)	1:03:19(18)	1:07:14(18)	1:10:40(18)	1:13:03
				05:02(18)	02:14(18)	08:25(18)	04:48(18)	05:39(16)	07:39(10)	06:11(17)	02:00(11)	10:07(17)	05:48(16)	01:11(17)	03:55(13)	03:26(18)	+13:26
																	02:22(17)



Til venstre: Colin Eriksen løper juniorlaget inn til seier. Til høyre: Sindre Løchting har den ære å løpe sjarmøretappen.

Fotos: Eirik Førde

Etappetider menn junior

F3 Menn Junior

Nr	Navn	Klubb	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	Mål
1	IK Tjalve	Tjalve	03:14(1)	06:55(1) 03:41(2)	08:43(1) 01:47(6)	14:25(1) 05:42(1)	18:26(1) 04:00(5)	22:55(1) 04:28(3)	28:54(1) 05:59(1)	33:54(1) 05:00(4)	35:37(1) 01:42(2)	43:24(1) 07:47(1)	47:54(1) 04:30(1)	48:49(1) 00:54(2)	51:54(1) 03:05(1)	54:23(1) 02:28(4)	56:07 +00:00 01:43(3)
2	FIK Ren-Eng	NOTEAM	03:26(5)	07:10(2) 03:44(3)	08:55(2) 01:44(4)	15:20(3) 06:25(4)	19:16(3) 03:55(3)	23:31(2) 04:14(1)	30:23(2) 06:52(6)	35:21(3) 04:57(3)	37:12(3) 01:51(5)	45:42(2) 08:30(3)	50:26(2) 04:43(3)	51:32(2) 01:05(7)	54:50(2) 03:18(4)	57:09(2) 02:18(2)	58:50 +02:43 01:40(2)
3	IL Tyrving	NOTEAM	03:22(2)	07:18(6) 03:56(6)	08:55(3) 01:36(1)	15:07(2) 06:12(2)	18:57(2) 03:49(1)	23:31(3) 04:34(5)	30:44(4) 07:12(9)	36:14(4) 05:29(8)	37:56(4) 01:42(1)	46:23(4) 08:27(2)	50:57(3) 04:33(2)	51:50(3) 00:53(1)	54:57(3) 03:07(2)	57:15(3) 02:18(1)	58:54 +02:47 01:38(1)
4	Ogndal Idrettslag	Ogndal IL	03:25(4)	07:11(4) 03:45(4)	09:02(5) 01:51(8)	15:22(4) 06:20(3)	19:16(4) 03:54(2)	23:40(4) 04:23(2)	30:26(3) 06:45(4)	35:12(2) 04:46(2)	36:55(2) 01:42(3)	46:14(3) 09:18(6)	51:13(4) 04:59(7)	52:09(4) 00:55(3)	55:36(4) 03:27(6)	58:06(4) 02:29(5)	59:54 +03:47 01:47(6)
5	IL Skjalg	NOTEAM	03:32(6)	07:10(3) 03:38(1)	08:57(4) 01:47(5)	15:41(5) 06:43(6)	19:43(5) 04:01(6)	24:36(5) 04:53(7)	31:28(5) 06:52(5)	36:48(6) 05:19(6)	38:41(6) 01:52(6)	48:21(6) 09:40(9)	53:28(5) 05:06(8)	54:32(5) 01:03(6)	57:44(5) 03:12(3)	1:00:26(5) 02:41(8)	1:02:14 +06:07 01:47(5)
6	Kjelsås IL Junior	Kjelsås IL	03:47(9)	07:49(8) 04:01(8)	09:33(7) 01:43(3)	16:09(6) 06:36(5)	20:18(6) 04:08(8)	24:52(6) 04:34(4)	31:35(6) 06:42(3)	36:39(5) 05:04(5)	38:33(5) 01:54(7)	48:08(5) 09:34(8)	53:54(6) 05:46(9)	54:52(6) 00:57(4)	58:35(6) 03:43(8)	1:01:06(6) 02:30(6)	1:03:06 +06:59 01:59(8)
7	Team Grenland Ski	NOTEAM	03:39(7)	07:52(9) 04:13(10)	09:41(8) 01:48(7)	16:37(7) 06:55(7)	20:40(7) 04:03(7)	26:23(8) 05:42(9)	33:21(7) 06:58(7)	38:44(8) 05:22(7)	40:38(8) 01:54(8)	49:26(8) 08:47(4)	54:20(7) 04:53(5)	55:26(7) 01:05(8)	58:59(7) 03:32(7)	1:01:32(7) 02:33(7)	1:03:18 +07:11 01:45(4)
8	Ullensaker/Kisa IL	NOTEAM	03:22(3)	07:16(5) 03:54(5)	09:42(9) 02:25(10)	17:16(9) 07:34(9)	21:15(8) 03:58(4)	26:44(9) 05:29(8)	33:26(9) 06:41(2)	39:49(9) 06:22(10)	41:58(9) 02:08(10)	50:55(9) 08:57(5)	55:41(9) 04:46(4)	56:39(9) 00:57(5)	1:00:06(9) 03:26(5)	1:02:29(8) 02:23(3)	1:04:18 +08:11 01:48(7)
9	Roa Langrenn	Roa IL	03:45(8)	07:45(7) 04:00(7)	09:28(6) 01:42(2)	17:00(8) 07:32(8)	21:25(9) 04:24(9)	26:12(7) 04:46(6)	33:24(8) 07:12(8)	38:03(7) 04:38(1)	40:05(7) 02:02(9)	49:25(7) 09:20(7)	54:20(8) 04:54(6)	55:29(8) 01:09(9)	59:33(8) 04:03(9)	1:02:42(9) 03:09(10)	1:04:46 +08:39 02:03(9)
10	Nydalens VGS IBID	NOTEAM	05:15(10)	09:21(10) 04:06(9)	11:47(10) 02:25(9)	19:58(10) 08:11(10)	24:59(10) 05:00(10)	31:33(10) 06:34(10)	39:17(10) 07:43(10)	44:56(10) 05:38(9)	46:46(10) 01:50(4)	56:59(10) 10:12(10)	1:03:08(10) 06:09(10)	1:04:18(10) 01:09(10)	1:08:38(10) 04:20(10)	1:11:23(10) 02:45(9)	1:13:41 +17:34 02:17(10)



Anders Reutz, som løper sisteetappen før herrer elite blir møtt av en gjeng med glade jenter fra kvinne elitelaget. Fra venstre: Maren Vigerust Graff, Christina Toogood, Benedicte Hauge, maren Helle, Kristine Helle og Ingvill Måkestad Bovim. Foto: Eirik Førde



Til venstre: Snorre Holtan Løken blir intervjuet av TV2 etter sin etappe, men Arne Kvalheim (til høyre) var ekspertkommentator for samme kanal. Foto: Eirik Førde

Stafetten i bilder



Snorre Holtan Løken i fint driv på 1. etappe foran Andreas Kramer fra SK Vidar. Foto: Eirik Førde



Asbjørn Ellefsen Persen på vei opp mot veksling på Besserud. Foto: Eirik Førde

Bilder høyre side; ovenfra og nedover:

Christina Toogood fotografert på 1. etappe rett bak SK Vidars representant.

Karoline Bjerkeli Grøvdal på vei mot veksling på Besserud etter en meget sterk etappe.

Fornøyde utøvere etter seier i kvinneklassen, Benedicte Hauge og Ingvill Måkestad Bovim. Fotos: Eirik Førde



Eivind Henriksen 74.97 m



I forbindelse med et kaststevne i Fränkisch-Crumback lørdag 14. mai kastet Eivind Henriksen slegga 74.97 m. Det er det lengste kastet han har prestert siden OL-sesongen 2012. Eivind hadde to kast over 74 meter og ytterlige to kast over 73 meter, slik at dette ikke var noen tilfeldighet.

OL-kravet er 77 m. For å komme i betraktning til OL må nok Eivind kaste over 76 meter. I kvalifiseringen i Rio skal man ha med 32 kastere. Det er derfor mulig å komme med på et dårligere resultat, men vi vet at Norges Olympiske komite ønsker å ha med utøvere som kan kvalifisere seg til en finale.

Mona Holm Solberg 60.88 m



Mona Holm Solberg gjør i år et aldri så lite comeback i sleggeringen etter at hun offisielt la opp etter 2012 sesongen. Hun gjorde et lite comeback under NM på Jessheim i 2014 hvor hun ble nr. 2. I tillegg var hun med i diskoskonkurransen under NM i fjor.

Under et kaststevne på Kalnes stadion i Sarpsborg 8. mai kastet hun 60.88 m. Mona hadde totalt 4 kast over 60 m. Det er fortsatt et godt stykke opp til hennes norske rekord på 70.43 m, men med litt mer konkurransetrening vil nok slegga gå adskillig lenger slik at hun kan være med å kjempe om medaljene i årets NM.

Aktuelle bøker



I forbindelse med Tjalves 125-års jubileum i desember 2015 ble det laget tre spesialutgaver av Tjalvisten; Tjalve i bilder 1890-1989, Tjalve i bilder 1990-2015 og Statistikk for Tjalve 1890-2015.

Bøkene ble først lagt ut digitalt på våre hjemmesider, men er nå å få i innbundet utgave. Kopier av bøkene er å få på Tjalvekontoret.

Snorre imponerte igjen under åpningsstevnet på Hamar

Årets første Norwegian Grand Prix stevne ble arrangert på Hamar 18. mai. Tjalve stilte ikke med noen stor tropp, men de som stilte gjorde det meget bra. I år skal det arrangeres tre stevner i denne stevneserien. Neste stevne går på Bislett med Tjalve som arrangør 24. juni (Boysen Memorial), før det hele avsluttes med stevne i Kristiansand 20. august. I år er Norsk Tipping med som hovedsponsor, og alle stevnene sendes på Eurosport med Quincy Douglas som reporter.

Som i fjor var det 3000m som ble hovedøvelsen, først og fremst fordi Henrik Ingebrigtsen i år stilte til start. Tjalve stilte med sine beste mellomdistanseløpere og preget resultatlisten også i år, selv om det endte med seier til Henrik Ingebrigtsen etter en meget sterk sisterunde. Henrik gjennomførte sisterunden på 54 sek., og det var bare Snorre Holtan Løken som til en viss grad klarte å følge med. Vinnertiden til Henrik ble 7.54.32 mot Snorres 7.56.09. Snorres tidligere personlige rekord var 8.01.99, satt under tilsvarende stevne i fjor. Som man kan se av resultatlisten var det mange Tjalvister i feltet. Awet Kibrab som vant i fjor, ble nr. 3 i år på tiden 8.01.95. Awet løp distansen på 7.48.50 i fjor, og har tydeligvis et stykke igjen til formen er der. Ellers ble det personlig rekord er på Eirik Udø Pedersen, Asbjørn Ellefsen Persen og Thomas J. Byrkjeland (se resultatliste).

Det ble to seiere til Tjalve i åpningsstevnet. Grete Etholm vant diskos for kvinner på småpene 52.20 m og Andreas Gjesdal vant stav for herrer med 4.70 m. Det skulle forbause oss my om ikke Grete tar sitt 16. norske mesterskap seinere i sesongen.

Både Edvard Kamperud Nygaard og Mathias Berntzen Engevik leverte solide løp på 800 m. Edvard ble nr. 4 i A-heatet med tiden 1.51.23, mens Mathias vant B-heatet med tiden 1.52.53. Sofie Olsholt leverte en solid konkurranse i tresteg for kvinner hvor hun ble nr. 2 med resultatet 11.76 m.

Bjørn Henriksen



Øverst: Sofie Olsholt i tresteg. Nederst: Andreas Gjesdal i stav.
Foto: Eirik Førde

Menn 3000 m, A heat

Plass:	Startnr:	Navn:	Klubb:	Resultat:
1	107	Henrik Ingebrigtsen	Sandnes IL	7,54,32
2	140	Snorre Holtan Løken	Tjalve, IK	7,56,09
3	128	Awet Nftalem Kibrab	Tjalve, IK	8,01,95
4	192	Sindre Buraas	Ready	8,03,73
5	130	Erik Udø Pedersen	Tjalve, IK	8,04,51
6	22	Sigurd Ruud Skjeseth	FIK Orion	8,06,14
7	127	Asbjørn Ellefsen Persen	Tjalve, IK	8,06,17
8	139	Sindre Løchting	Tjalve, IK	8,06,40
9	119	Tom Erling Kårbo	Stord IL (Allianseidrettslag)	8,06,82
10	104	Bjørnar Ustad Kristensen	Sandnes IL	8,22,38
11	142	Thomas Jefferson Byrkjeland	Tjalve, IK	8,23,85
12	173	Halfdan-Emil Færø	Varegg Fleridrett	8,34,20
13	138	Senay Amlesom Fissehatsion	Tjalve, IK	8,34,21
14	37	Jens Larsen Åstveit	Gneist,IL	8,42,04
15	197	Jonatan Fridolfsson	SVERIGE	8,46,08
16	53	Ole Mikal Tørsdal	Haugesund Idrettslag Friidrett - gr	8,53,92
	184	Bartosz Kotlowski	POLEN	DNF
	137	Okubamichael Mesfun Fissehatsion	Tjalve, IK	DNS



3000m feltet. Fra venstre: Bartosz Kotlowski, Senay Fissehatsion, Awet Kibrab, Snorre Holtan Løken, Henrik Ingebrigtsen, Sindre Buraas, Sindre Løchting, Erik Udø Pedersen og Thomas J. Byrkjeland. Foto: Eirik Førde



Grete Etholm i diskoskonkurransen som hun vant med resultatet 52.20 m. Foto: Eirik Førde



Mathias Berntzen Engevik i tet på 800 m B-heat som han vant på ny personlig rekord; 1.52.53. Foto: Eirik Førde



Kjendiser på tribunen. Midt i bilde, OL-mesteren i spy fra 1956, Egil Danielsen. Nederst til venstre: Ole Petter Sandvig, vinner av European Athletics Member Federation Award. Foto: Eirik Førde

Tjalvetøy



Tjalve singlet
Dame og herremodell
Størrelser: XS-XXL
Pris: Kr. 150



Tjalve T-skjorte
Dame og herremodell
Størrelser: XS-XXL
Pris: Kr. 200



Topp for damer
Størrelser: XS-XXL
Pris Kr. 200



Hotpants damer
Størrelser: XS-XXL
Pris: Kr. 175



Kort tights for menn
Størrelser: XS-XXL
Pris Kr. 150



Treningsdress 2012 modell
Størrelser: XS-XXL
Pris: Kr 300
Kun til bruk på trening



Treningsdress 2013 modell
Størrelser: XS-XXL
Pris: Kr. 650



Hettegenser dame og herre
Størrelser: XS-XXL
Pris: Kr. 250

Alt tøy kan kjøpes hos PS Sport (Per Sletholt) på Ensjo.
Besøksadresse: Ensjoeveien 18A, 2. etasje.
Prisene er halv pris av veiledende pris.

NB! Ny konkurransetrøye vil være tilgjengelig før sesongen starter utendørs.

Sølvmedalje til Team Roskva i NM stafetter

NM-stafetter 2016 ble avholdt på Øya stadion i Trondheim helgen 21-22. mai.

Grunnet eksamener og skader måtte Tjalve i kjent stil trekke laget på 4x100 m og 4x400 m menn senior. Det har blitt en vane etter hvert at Tjalve har problemer med å stille lag i sprintstafettene for menn. Man kan lure på hva man gjorde annerledes i gamle dager for å unngå alle skadene vi ser i dag. Tjalve var en kjempe i stafettsammenheng for noen år siden; i dag er vi redusert til et lavnivå, selv om det finnes lyspunkter.

Ett av lyspunktene var jentelaget i 15/16 årsklassen som vant sølv på 4x100 m med tiden 50.23. Sandnes IL vant med tiden 50.06. laget bestod av Josefine Thorsen Loe, Kaitsesi Ertzgaard, Marie Fiedler Amlie (Koll) og Line Maltun Helland (Koll).



Team Roskva 15/16 år: Fra venstre: Josefine Thorsen Loe, Kaitsesi Ertzgaard, Marie Fiedler Amlie og Line Maltun Helland. Foto: John Ertzgaard.

Neste lyspunkt var kvinnelaget i juniorklassen som kvalifiserte seg til finalen på 4x100 m og ble nr. 6 med tiden 50.98. Tyrving vant med tiden 47.44, som også var mesterskapsrekord. Laget bestod av Haddy Njie, Kaitsesi Ertzgaard, Lea-Celin Conteh og Mona Elisabeth Gano.



Kvinner junior: Haddy Njie, Kaitsesi Ertzgaard, Lea-Celin Conteh og Mona Elisabeth Gano. Foto: John Ertzgaard.

Det ble også en seier til Tjalve i årets stafett-NM. Seniorlaget på 4x1500 m var det ingen som kunne gjøre noe med. Tiden ble 15.57.57. Laget bestod av Senay Fissehatsion, Thomas J. Byrkjeland, Okubamicheal Fissehatsion og Awet Kibrab.

Strindheim ble nr. 2 med tiden 16.19.69 og Ull/Kisa nr. 3 med tiden 17.43.73. Klar seier til Tjalve og store tidsdifferanser mellom lagene som tok medalje.

Bjørn Henriksen



Pallen på 4x1250 m for herrer senior. Fra venstre: Strindheim IL, Tjalve og Ull/Kisa. Foto: John Ertzgaard



Awet Kibrab løper pinnen inn til en klar seier på 4x1500 m. Foto: Thore-Erik Thoresen

Nok en juniorrekord av Marcus Thomsen



Marcus Thomsen fortsetter å sette rekorder. I det tradisjonsrike kaststevne Hallesche Werfertage i Tyskland 21. mai støtte han 20.03 m med juniorkula. Det er en forbedring med 5 cm av den rekorden han satt et par uker i forveien. Resultatet holdt også til seier i U20 klassen foran en del sterkere tyske kastere. Så langt i sesongen er Marcus nest best i verden i sin klasse. Det lover godt foran junior-VM seinere i sommer.

Dagen etter stilte han opp i klasse U23 som støter med seniorkule. Her ble resultatet 17.58m, noe som bare er en halvmeter bak den rekorden han satte inne i vinter.



I det samme stevnet kastet Eivind Henriksen 72.94 m i slegge, noe skuffende etter det han presterte i Tyskland uken før (74.97 m), men det viser at resultatene uken før ikke var noe blaff. Muligens var forhåpningene om å komme noe nærmere OL-kravet litt for høye.

Tor Olav Rosvold kastet diskos i U23 klassen og fikk opp resultatet 46.27 m i gruppe B, hvor han ble nr. 7.

Neste utfordring for våre kastere blir E-cup for lag i Leira, Portugal 28. mai. Her vil de helt sikkert være med å kapre verdifulle poeng.

Männliche Jugend U20

Kugelstoß MJ U20 6 kg

Finale

1. Thomsen, Marcus	20,03	19,91	19,88	1998 NOR	Norwegen	20,03 m
2. Howe, Merten	19,69	x	19,90	1997 MV	SC Neubrandenburg	19,90 m
3. Trineimeier, Cedric	x	19,45	19,63	1997 BA	MTG Mannheim	19,63 m
4. Köhler, Tobias	18,19	x	18,59	1998 SN	SC DHfK Leipzig	19,31 m
5. Eichler, Pascal	18,11	18,12	18,38	1998 SN	LAC Erdgas Chemnitz	18,38 m
6. Kleist, Kristoffer	17,41	17,57	17,73	1997 NO	ART Düsseldorf	18,24 m
7. Koch, Christopher	17,34	18,03	18,00	1997 NO	TV Wattenscheid 01	18,03 m
8. Arbinge, Jesper	17,37	17,37	x	1997 SWE	Schweden	17,88 m
9. Janssen, Henrik	x	16,89	17,15	1998 ST	Sportclub Magdeburg	17,15 m
10. Zygmunt, Patryk	15,39	16,85	x	1998 POL	ULKS "Uczniak"	16,85 m
11. Knauer, Martin	15,64	16,81	x	1998 BY	LG Stadtwerke München	16,81 m
12. Wieland, Stefan	16,56	x	16,56	1998 SUI	ST Bern	16,56 m
13. Stachnik, Oskar	16,12	16,03	x	1998 POL	ULKS "Uczniak"	16,12 m
14. Glawe, Johann Friedrich	15,84	15,85	16,00	1997 MV	SC Neubrandenburg	16,00 m
15. Hosek, Milan	13,68	14,24	x	1998 CZE	Tschechische Republik	14,24 m
16. Voß, Jannik	13,81	x	x	1998 BY	TSV Schleißheim	13,81 m
Planer, Nils	x	x	x	1998 SN	SC DHfK Leipzig	o.g.V.

Junioren U23

Kugelstoß M U23 7.26 kg

Finale

1. Müller, Patrick	18,91	18,90	18,88	1996 MV	SC Neubrandenburg	18,91 m
2. Bayer, Simon	17,53	x	17,65	1995 WÜ	VfL Sindelfingen	17,74 m
3. Howe, Merten	17,68	17,52	17,64	1997 MV	SC Neubrandenburg	17,68 m
4. Zimmermann, Christian	17,08	16,98	17,28	1994 BY	Kirchheimer SC	17,63 m
5. Thomsen, Marcus	17,32	17,58	x	1998 NOR	Norwegen	17,58 m
6. Lukas, Dennis	15,49	x	17,37	1994 HE	LG Idar-Oberstein	17,37 m
7. Edelmann, Dennis	16,37	15,57	16,73	1994 BY	LG Augsburg	16,73 m
8. Koch, Christopher	15,61	15,63	15,62	1997 NO	TV Wattenscheid 01	15,63 m

Männer

Hammerwurf Männer 7.26kg Rg. A

Finale

1. Fajdek, Pawel	73,70	79,02	x	1989 POL	Polen	80,39 m
2. Nazarov, Dilshod	74,88	76,90	76,80	1982 TJK	Tadshikistan	78,34 m
3. Seppänen, Tuomas	76,20	74,87	x	1986 FIN	Finnland	76,20 m
4. Janet, Roberto	73,21	74,90	73,12	1986 CUB	Kuba	74,90 m
5. Henriksen, Eivind	72,20	72,94	x	1990 NOR	Norwegen	72,94 m
6. Ziegler, Alexander	x	71,34	70,47	1987 WÜ	SV Thum u. Taxis Dischingen	72,27 m
7. Pasztor, Bence	70,35	71,92	70,19	1995 HUN	Ungarn	71,92 m
8. Porter, Garland	70,35	x	70,75	1982 HE	LG Eintracht Frankfurt	70,75 m
9. Vestlund, Oscar	68,33	x	70,42	1993 SWE	Schweden	70,42 m
10. Sawyers, Roberto	68,24	69,72	66,67	1986 CRC	Costa Rica	69,72 m

Junioren U23

Diskuswurf M U23 2 kg Riege B

Finale

1. Brandt, Torben	48,63	51,86	51,64	1995 ST	Sportclub Magdeburg	53,84 m
2. Liberg, Gustav	50,08	53,30	x	1995 SWE	Schweden	53,30 m
3. Janssen, Henrik	50,29	48,59	49,46	1998 ST	Sportclub Magdeburg	50,29 m
4. Lima, Edujose	47,82	49,60	47,71	1996 POR	Portugal	49,84 m
5. Mardal, Thomas	48,19	48,97	49,05	1997 NOR	Norwegen	49,80 m
6. Kleist, Kristoffer	46,75	46,08	47,09	1997 NO	ART Düsseldorf	47,88 m
7. Rosvold, Thor Olav	46,27	45,28	44,94	1996 NOR	Norwegen	46,27 m
8. Caspers, Kevin	x	x	45,55	1994 NO	Bayer 04 Leverkusen	45,55 m

Außer Wertung

Habscheid, Tom	x	x	41,66	1986 LUX	Luxemburg	43,40 m
----------------	---	---	-------	----------	-----------	---------

Habscheid, 1,5 kg Diskus

Audun Boysen vant Norges første olympiske medalje i løp

Det ble Audun Boysen som skaffet Norge den første olympiske medaljen i løp med sin bronse på 800 m i Melbourne høsten 1956. I og med at Tjalve har vært betegnet som løperklubben par excellence i Norge, synes vi for såvidt at det var naturlig at det skulle være oss som ble den første her.

Auduns bronse var dessuten Tjalves 4. olympiske medalje. De 3 andre er pussig nok vunnet i spydkast. Arne Halse, som representerte Tjalve i 1908, fikk under lekene i London samme år to medaljer, nemlig sølv i ”kast med fatning på midten” og bronse i ”fri stil”. I Antwerpen 1928 greide Olav Sunde atter en medalje i spyd for Norge ved å bli nr. 3 med 63.87 m.

Det er en pussig ting ved Auduns bronsemedalje. Var han ikke reist til Australia, så ville statistikken kort og godt fortalt at han hadde vært ubeseiret på 800 meter i 1956, en imponerende bragd når man tar for seg det ikke ringe antall konkurranser han har gjennomført på denne distanse i sesongens løp, og i særdeleshet når man tenker på de motstanderne han har møtt. Amerikaneren Maynard, Derek Johnson og Dan Waern fikk se nordmannens rygg både en og flere ganger i sommer, og det gikk ikke bedre for verdensrekordholderen Roger Moens i det meget omtalte løp i København 2. august, eller Europamesteren Szentgali i et oppgjør borte i Sverige.

Men vi er forvisset om å ha hele fri-idretts-Norge bak oss når vi uttrykker vår store tilfredshet med bronsemedaljen, selv om den for så vidt gikk på bekostning av den forannevnte fine statistikken. Vi er glad for at alt laget seg slik til at Audun i nøye samråd med klubbens formann Bjarne Melbye, kunne melde fra at han var klar til å reise til Melbourne. Det er enkelte som har trukket Auduns overbevisende seire på tider som underskred Courtney's vinnerresultat i Melbourne, inn i diskusjonen omkring hans innsats og sjanser til olympisk gull. Disse glemmer nok tidspunktet for 800 m finalen, en av de siste novemberdager, de glemmer at den virkelige sommer i Norge hvor forholdene inspirerer til den store innsatsen, for lengst var slutt, de glemmer at de andre skarpskodde gullmedaljeaspirantene tross alt hadde bedre betingelser og forhold til å forberede seg til den store dyst. På bakgrunn herav er i hvert fall vi strålende fornøyde med plasseringen, innsats og tid, og vi kan bare gratulere vår klubbkamerat med hans kanskje største bragd hittil. Det skal innrømmes at Audun i sin karriere ikke har lykkes helt i de store oppgjør, men Melbournefinalen viser til evidens at han nu har overvunnet denne svakhet.

Vi kan ikke unngå å kaste et lite tilbakeblikk på Auduns innsats for Tjalve i den forløpne sesong ved siden av dette hans siste løp. Vi trekker spesielt frem hans innsats for stevnet vårt i juli, som betydde så meget for oss. Toppformen kom som bestilt. Ved å løpe borte i Gävle noen dager i forveien, kom Audun helt ned i 1.46.5, hans til da nest beste på distansen, og vi kunne tillate oss med rette å kunne annonsere hans løp den 30. juli som verdensrekordforsøk. Det var også nær ved å lykkes, men vi tror at den heldige økonomiske utgang på stevnet, oppveide skuffelsen ved at rekordforsøket mislykkes. Han var jo i toppform, og det gikk flere tog, blant annet til den hurtige Sarpsborgbanen.

Men akk, den sjansen gikk i vasken. Det ble flytur til København i stedet, takket være en meningsløs og lite overveiet innngripen fra Forbundsstyrets side. Humøret, som betyr så uendelig meget for en idrettsmann, var borte, og mulighetene for ny rekord var betraktelig redusert. Da så den første arvingen til Brit og Audun så dagens lys noen dager senere, ble det selvsagt ikke tanke på slikt.

Enda en gang skulle Audun gjøre en ekstra innsats for Tjalve i sommer. Vi var kommet frem til stafettmesterskapene på Hønefoss 22. og 23. september. Klubben har alltid satset litt ekstra på disse mesterskap på grunn av sin store og gode løpergarde, og har sett det som litt av et mål å kunne få med seg gullet på samtlige distanser. Første gang det lyktes var i 1954, så det skulle klaffe ekstra for å få ”fullt hus”, eller rettere sagt, ”fire lange”. Vel, 100 m stafetten var jo gått smertefritt borte i Stavanger, og vi anså jo 4x100 og 4x400 for ganske opplagte saker. Dette slo også til, og så var det duket for det store oppgjøret på 4x1500 meter hvor vi foruten ”arvefienden” BUL også hadde fått sterke konkurrenter i Ranheim og Gular. Lagoppstillingen var som så ofte før Tjalves største problem. Audun, Ehrnst, og Egge var klare, men Hallgeir, Sarto og Bogerud var mer eller mindre utenfor. Det ble til at vi måtte ty til en urutinert junior i siste instans, vår nye ”coming man” Fritz Borgen, som således fikk ansvaret for 1. etappe. Det vi nesten ikke hadde turdet håpe på skjedde. Vi hadde kontakt med de andre 3 storlagene da Audun overtok pinnen på siste etappe. Men, saken var langt fra klar. Audun hadde mot seg folk som Hamarsland, Lilleseth og Ernst Larsen, to av dem var altså utpregede 1500 m spesialister, og Audun hadde kun et mislykket løp på denne distanse bak seg tidligere i sesongen. Med ved kald beregning og glimrende taktikk, greide han å utmanøvrere sine konkurrenter, og kunne dermed sette punktum med fire strake stafettmesterskap for annen gang i norsk fri-idretts historie. Det var en stor dag for Tjalve, denne vakre september-søndagen på Hønefoss stadion, som sikkert vil bli husket lenge av de få tilstedeværende Tjalvister. Audun er en fin klubbmann, og vi er ham takknemlig for de ganger han har benyttet anledningen til å ta med lovende klubbkamerater til stevner hvor han er innbudt, både i inn- og utland. Han er atter å se i treningsutstyr, hvilket skulle bety at han går inn for en ny sesong.

Jan Hemsvik/Artikkel i Tjalvisten nr. 1 1957.

800 m

Plass	Utøver	Land	Tid
1.	Tom Courtney	 USA	OR 1.47,7
2.	Derek Johnson	 GBR	1.47,8
3.	Audun Boysen	 NOR	1.48,1
4.	Arnold Sowell	 USA	1.48,3
5.	Michael Farrell	 GBR	1.49,2
6.	Lonnie Spurrier	 USA	1.49,3

OLYMPIC GAMES



The Coat of Arms of the City of Melbourne

MELBOURNE

22 NOV—8 DEC

1956

RICHARD BECK

Audun Boysen 1929-2000

Friddrettsutøver. Foreldre: Lege Audun Boysen (1894–1983) og Kathrine («Tatty») Marie Rockmann Moen. Gift 1953 med Brit Hegstad (30.9.1929–).

Audun Boysen tilhørte den absolutte verdenseliten og var Norges fremste mellomdistanseløper i friidrett i 1950-årene. Han representerte Tjalve, Torodd, SK Freidig og Rissa IL. Han vant 15 norgesmesterskap på 400, 800 og 1500 meter, han tok én sølvmedalje og to bronsemedaljer internasjonale mesterskap på 800 meter; og han satte en rekke norske og nordiske rekorder og tre verdensrekorder på 1000 meter.

Boysen fikk sitt gjennombrudd 1948, da han løp på 1.53.3 på 800 meter under et internasjonalt stevne på Bislet, etter å ha hatt en forrykende førsterunde på 53 sekunder. Hans store internasjonale gjennombrudd kom 1950 under Tjalves jubileumstevne på Bislet, da han så vidt ble slått av den amerikanske olympiamesteren Mal Whitfield på 800 meter etter å ha ledet gjennom mesteparten av løpet. I det løpet satte Boysen sin første norgesrekord med 1.50.6. I august 1950 vant han et 800 meter løp under et stevne i Göteborg med tiden 1.48.7; igjen hadde han hatt en usedvanlig sterk åpning – førsterunden ble passert på 51.8. Det var ny norsk og nordisk rekord og det femte beste 800-meterløp i verden til da.

Etter disse sterke resultatene var Audun Boysen blant favorittene til å vinne 800 meter under europamesterskapet i Brussel 1950. Han åpnet hardt i finalen på 800 meter og ledet lenge, men i mål var han blitt passert av fire mann. I 1950 vant Audun Boysen også sine første norske mesterskap på 400 og 800 meter. Han deltok i de olympiske lekene i Helsinki 1952 uten suksess. Han klarte ikke å kvalifisere seg til finalen på 800 meter. På 1500 meter nådde han finalen, men ble uplassert. 1953 satte han sin første verdensrekord på 1000 meter med 2.20.4 på Bislet. Dette var den første verdensrekord i løp satt av en nordmann. Boysen forbedret denne rekorden både i 1954 (2.19.5) og i 1955 (2.19.0).

Før europamesterskapet 1954 var Audun Boysen på ny en av favorittene på 800 meter. Igjen trakk han opp løpet, men igjen ble han passert før målpassering. Denne gangen bare av to mann, og dermed tok han sin første medalje i et internasjonalt mesterskap.

Det var i 1955 han satte sin mest berømte rekord på 800 meter på Bislet. Det skjedde imidlertid i et løp hvor han ikke vant. Han ble slått av belgieren Roger Moens som satt ny verdensrekord med 1.45.7. Boysen løp også raskere enn den gamle rekorden med tiden 1.45.9. Dette skulle vise seg å bli en svært solid norgesrekord som ble stående helt frem til 1992. Under OL i Melbourne 1956 fikk Audun Boysen en ny bronsemedalje på 800 meter. Dette var den første olympiske medaljen i noen løpsøvelse for Norge.

Under europamesterskapet 1958 i Stockholm var Boysen svært nær ved endelig å vinne et internasjonalt mesterskap. I mål var han nr. to etter briten Mike Rawson, men briten hadde løpt innenfor listen i første sving og ble diskvalifisert like etter løpet. Boysen ble tildelt gullmedaljen under seiersseremonien. Imidlertid la britene inn en protest som ble tatt til følge av juryen. Fotografier bekrefter at Rawson uomtvistelig løp innenfor listen.

800-meteren i Stockholm var Boysens siste store internasjonale konkurranse. Han la opp som friddrettsutøver etter å ha deltatt for sin klubb Tjalve i Holmenkollstafetten 1959.

Audun Boysen giftet seg 1953 og tok embetseksamen i psykologi 1954, begge deler midt under en aktiv idrettskarriere. Han har siden arbeidet innen PR og informasjon.

Audun Boysen ble tildelt Morgenbladets gullmedalje 1953 og kongepokalen 1954.

Audun Boysen døde i 2000.

Kilder og litteratur

- E. Munthe-Kaas (red.): *Sportsrevy* 1954–59
- *HEH* 1955, 1984
- Aa. Møst (red): *Høydepunkter i norsk friidrett 1896–1971*, 1971
- R. Bryhn og K. A. Tvedt (red.): *Kunnskapsforlagets idrettsleksikon*, 1990
- Aa. Møst (red): *Raskest, høyest, lengst i 100 år. Norsk friidrett 1896–1996*, 1995



Audun Boysen sette norsk rekord med tiden 1.50.6 under et løp på Bislett i 1950 hvor han tilslutt blir nr. 2 etter amerikaneren Whitfield (t.h.) som får 1.50.4. Foto fra Norges Friddrettshistorie.



LEIRIA 2016

EUROPEAN CHAMPION CLUBS CUP

SENIOR GROUP B

Results - Triple Jump

Pos.	Bib	Name	Club	Marc
0	51	Topias Koukkula	Tampereen Pyrintö	DNS
1	222	Fabian Florant	Haag Atletiek	16,35
2	298	Jan Luxa	AD Mass Ljubljana	15,03
3	262	Vetle Utsi Onstad	IK Tjalve	14,97
4	16	Frédéric Xhonneux	Royal Excelsior Brussels	14,74
5	319	Jan Šuba	AC Stavbár Nitra	14,61
6	97	Michael McKiernan	Birchfield Harriers	14,37
7	174	Niall Counihan	Clonliffe Harriers A.C.	13,79
8	135	Sven Medenbach	StG Kreis Limburg-Weilburg	12,98
9	213	Taanil Kraavi	C.S. Luxembourg	12,77

Stav

Andreas Gjesdal representerte Tjalve i denne øvelsen. Andreas hoppet 4.55 m ved denne anledning og skaffet oss en fin 4. plass. Andreas har hoppet 4.80 m inne i vinter, men er fortsatt litt ustabil da han nylig er tilbake etter skade. Konkurransen ble vunnet på 5.05 m.

Results - Poul Vault

Pos.	Bib	Name	Club	Marc
0	228	Nils Mulder	Haag Atletiek	DNS
1	52	Urho Kujanpää	Tampereen Pyrintö	5,05
2	90	Jack Phipps	Birchfield Harriers	4,95
3	321	Ján Zmoray	AC Stavbár Nitra	4,85
4	237	Andreas Gjesdal	IK Tjalve	4,55
5	9	Daan Elsen	Royal Excelsior Brussels	4,40
6	165	Ian Rogers	Clonliffe Harriers A.C.	4,20
7	310	Žan Žebbron	AD Mass Ljubljana	4,00
8	129	Jens Ohde	StG Kreis Limburg-Weilburg	4,00

100 m

Alexander Dahlstrøm Winger løp 100m. Han ble nr. 4 i sitt heat med tiden 11.41og totalt nr. 8. Vinnertid var 10.42.

Results - 100 m

Pos.	Bib	Name	Club	Marc
1	320	Ján Volko	AC Stavbár Nitra	10,42
2	14	Florin Tshitwenu	Royal Excelsior Brussels	10,84
3	170	Keith Pike	Clonliffe Harriers A.C.	10,97
4	236	Alexander Dahlstrøm Winger	IK Tjalve	11,41
5	53	Valtteri Toimela	Tampereen Pyrintö	11,58

For første gang siden 1994 stilte Tjalve lag i E-cup for klubblag. Stevnet ble avviklet i Leiria, Portugal 28 mai, med alle øvelser på en dag (20 stk.) totalt. Stevnet startet kl. 10.00 på morgenen og var ferdig kl. 19.00. Tjalve konkurrerte i Gruppe B.

For å kunne stille i denne konkurransen, må man ha vunnet den hjemlige serien året før. I følge reglementet kan man leie inn inntil 3 utøvere fra andre klubber. Tjalve valgte ikke å gjøre det, selv om man sliter med skader på noen av de beste utøverne. Awet Kibrab hadde gyldig fravær, da han løp en 5000m i Belgia for å prøve å kvalifisere seg til 5000 m løpet under Bislett Games 9.juni.

10 lag stilte til start. I sprintøvelsen ble det delt opp i to heat, mens man på de lengre distansene kjørte ett heat. I hopp og kast var det fir forsøk til alle.

Slik gikk det, øvelse for øvelse i henhold til tidsskjema.

Slegge

Eivind Henriksen hadde i realiteten ingen konkurranse og vant som han ville med resultatet 72.07 m. Detter resultatet fikk han opp i første kast. Sistemann i konkurransen kastet 17.32 m så her var det god spredning.

Results - Hammer

Pos.	Bib	Name	Club	Marc
1	241	Eivind Henriksen	IK Tjalve	72,07
2	79	Chris Shorthouse	Birchfield Harriers	68,66
3	46	Joni Syrjala	Tampereen Pyrintö	59,58
4	180	Simon Galligan	Clonliffe Harriers A.C.	55,59
5	7	Claudio Salvaggio	Royal Excelsior Brussels	52,58
6	133	Sebastian Martin	StG Kreis Limburg-Weilburg	51,55
7	325	Michal Holica	AC Stavbár Nitra	50,72
8	221	Erik Van Vreumingen	Haag Atletiek	45,46
9	210	Martti Erik Snäll	C.S. Luxembourg	28,24
10	307	Miha Tomc	AD Mass Ljubljana	17,32

Tresteg

Vetle Utsi Onstad gjorde sin sesongdebut i denne konkurransen. Etter en sikringshopp på 13.55 m i første omgang, fikk han opp resultatet 14.97 m i andre omgang. Noe bak det han har prestert inne i vinter, men det holdt til en 3. plass i konkurransen. Vinnerresultatet var så bra som 16.35 m.

800 m

Da Edvard Kamperud Nygaard har pådratt seg en achillesskade, steppet Mathias Berntsen Engevik inn på denne distansen. Mathias kom i mål på 1.54.42 som holdt til en fin 5. plass.

Results - 800 m

Pos.	Bib	Name	Club	Marc
1	312	Žan Rudolf	AD Mass Ljubljana	1 51,62
2	41	Jaakko Laakso	Tampereen Pyrintö	1 51,73
3	85	Elliot Giles	Birchfield Harriers	1 52,13
4	324	Matúš Talán	AC Stavbár Nitra	1 53,99
5	250	Mathias Berntsen Engevik	IK Tjalve	1 54,42
6	230	Paul van der Sluijs	Haag Atletiek	1 54,89
7	2	Arnaud Froidmont	Royal Excelsior Brussels	1 56,15
8	173	Mark McDonald	Clonliffe Harriers A.C.	1 57,48
9	214	Thierry Kieffer	C.S. Luxembourg	1 59,97
10	122	Aman Medhane	StG Kreis Limburg-Weilburg	2 02,82

3000 m hinder

Thomas J. Byrkjeland har vist god form tidligere i sesongen og leverte nok et strålende løp. Den nye personlige rekorden lyder på 8.57.51, en forbedring på ca. 12 sekunder. Resultatet er også ny juniorrekord i Tjalve. Vinnertiden i heatet var 8.55.33.

Results - 3000 m Steeplechase

Pos.	Bib	Name	Club	Marc
1	161	David Flynn	Clonliffe Harriers A.C.	8 55,13
2	291	Blaž Grad	AD Mass Ljubljana	8 56,03
3	259	Thomas Jefferson Byrkjeland	IK Tjalve	8 57,51
4	18	Kim Ruell	Royal Excelsior Brussels	9 10,32
5	93	Jonathan Goringe	Birchfield Harriers	9 20,57
6	326	Michal Talán	AC Stavbár Nitra	9 35,32
7	208	Luc Scheller	C.S. Luxembourg	9 39,27
8	50	Teppo Syrjälä	Tampereen Pyrintö	9 52,20
9	226	Menno Beck	Haag Atletiek	10 22,62
10	128	Jan Erik Schmitz	StG Kreis Limburg-Weilburg	12 40,10

400 m

Mohammad Jatta skulle egentlig ha løpt 400 m, men fikk en krampe i låret under åpningsstevnet på Hamar. Andreas Reutz fikk derfor æren av å løpe denne distansen. Andreas ble nr. 5 i sitt heat med tiden 51.93. Totalt ble han nr. 9. Vinnertiden var så god som 45.98.

Results - 400 m

Pos.	Bib	Name	Club	Marc
1	43	Jani Koskela	Tampereen Pyrintö	47,94
2	22	Sébastien Lins	Royal Excelsior Brussels	49,23
3	216	Vincent Karger	C.S. Luxembourg	49,33
4	173	Mark McDonald	Clonliffe Harriers A.C.	51,91
5	238	Andreas Reutz	IK Tjalve	51,93

Kule

Vårt nye kuletalent, Marcus Thomsen, har satt flere norske juniorrekorder i kule det siste året. I vinter støtte han også 18.03 m med seniorkule. Marcus gjorde en strålende innsats, slo favorittene, og vant med resultatet 17.46 m.

Results - Shot Put

Pos.	Bib	Name	Club	Marc
1	247	Marcus Thomsen	IK Tjalve	17,46
2	224	Mathijs Damsteegt	Haag Atletiek	17,26
3	292	Blaž Zupančič	AD Mass Ljubljana	17,02
4	212	Sven Förster	C.S. Luxembourg	15,47
5	81	Daniel Cartwright	Birchfield Harriers	14,24
6	325	Michal Holica	AC Stavbár Nitra	14,45
7	17	Jonathan Guillaume	Royal Excelsior Brussels	14,16
8	171	Luke Mangan	Clonliffe Harriers A.C.	13,59
9	46	Joni Syrjala	Tampereen Pyrintö	12,26
10	125	Dirk Ohde	StG Kreis Limburg-Weilburg	11,57

Lengde

Da vår eminente tresteghopper Sindre Almsengen for øyeblikket ikke er aktuell, valgte man å bruke Jesper Vestbø i lengde og høyde og Vetle utsi Onstad i tresteg. Jesper hoppet 6.73 m i en konkurranse som ble vunnet på gode 7.63 m. Med dette resultatet ble Jesper nr. 7.

Results - Long Jump

Pos.	Bib	Name	Club	Marc
1	8	Corentin Campener	Royal Excelsior Brussels	7,63
2	169	Keith Marks	Clonliffe Harriers A.C.	7,48
3	222	Fabian Florant	Haag Atletiek	7,43
4	313	Žiga Vrščaj	AD Mass Ljubljana	7,24
5	87	Feron Sayers	Birchfield Harriers	7,19
6	319	Jan Šuba	AC Stavbár Nitra	7,00
7	244	Jesper Vestbø	IK Tjalve	6,73
8	213	Taaniel Kraavi	C.S. Luxembourg	5,96
9	41	Jaakko Laakso	Tampereen Pyrintö	4,53
10	130	Martin Böhm	StG Kreis Limburg-Weilburg	4,46

110 m hekk

Vår gode tikjemper Jostein Andre Kvigstad løp inn til en fin 2. plass i sitt heat med tiden 15.73. Totalt holdt resultatet til en 5. plass.

Results - 110 m Hurdles

Pos.	Bib	Name	Club	Marc
1	219	Denis Hanjoul	Haag Atletiek	14,12
2	246	Jostein Andre Kvigstad	IK Tjalve	15,37
3	315	Branislav Puvák	AC Stavbár Nitra	16,04
4	204	Greg Scholtes	C.S. Luxembourg	18,62
5	127	Hermann Schulz	StG Kreis Limburg-Weilburg	19,73

Spyd

Den samme Jostein Andre Kvigstad var også vår utøver i spyd. Jostein fikk resultatet 59.92 m og har all grunn til å være fornøyd med den 5. plassen han oppnådde. Meget bra vinnerresultat i øvelsen; 80.01 m.

Results - Javelin

Pos.	Bib	Name	Club	Marc
1	306	Matija Kranjc	AD Mass Ljubljana	80,01
2	45	Joni Karvinen	Tampereen Pyrintö	70,99
3	88	Gregg Miller	Birchfield Harriers	64,72
4	178	Rory Gunning	Clonliffe Harriers A.C.	62,36
5	246	Jostein Andre Kvigstad	IK Tjalve	59,92
6	231	Pierre de Windt	Haag Atletiek	59,20
7	13	Florent Gets	Royal Excelsior Brussels	58,20
8	124	Christopher Fries	StG Kreis Limburg-Weilburg	55,48
9	207	Jérémy Kirsch	C.S. Luxembourg	51,91
10	314	Andrej Hubinák	AC Stavbár Nitra	39,99

Høyde

Vi har for øyeblikket ingen utøver som satser på høyde. Vi måtte derfor ty til Jesper Vestbø i denne øvelsen. Jesper er først og fremst tresteghopper, men er også en habil høydehopper. Jesper svingte seg over 1.94 m, noe som holdt til en fin 4. plass i øvelsen. Vinnerresultatet var såpass bra som 2.15 m.

Results - High Jump

Pos.	Bib	Name	Club	Marc
1	98	Mike Edwards	Birchfield Harriers	2,15
2	47	Jussi Viita	Tampereen Pyrintö	2,12
3	12	Fabiano Kalandula	Royal Excelsior Brussels	2,02
4	244	Jesper Vestbø	IK Tjalve	1,94
4	309	Tilen Zupanc	AD Mass Ljubljana	1,94
6	156	Andrew Heney	Clonliffe Harriers A.C.	1,94
7	322	Jozef Božkay	AC Stavbár Nitra	1,90
8	218	Daniël Leyba	Haag Atletiek	1,90
9	200	Aymen Djazouli	C.S. Luxembourg	1,75
10	128	Jan Erik Schmitz	StG Kreis Limburg-Weilburg	1,70

200 m

Nicolai Jallow er tilbake etter en alvorlig kneskade. I 2014 løp han distansen på 21.25. Gledelig var det derfor at han presterte 21.98 i sitt første løp for året. Nicolai ble nr. 4 i sitt heat som ble vunnet på 20.83. Totalt ble han nr. 8.

Results - 200 m

Pos.	Bib	Name	Club	Marc
1	95	Leon Reid	Birchfield Harriers	20,83
2	232	Ryan Shields	Haag Atletiek	21,11
3	1	Antoine Gillet	Royal Excelsior Brussels	21,62
4	253	Nicolai Jallow	IK Tjalve	21,98
5	211	Stefano Giudice	C.S. Luxembourg	23,01

1500 m

Snorre Holtan Løken var forhindret fra å stille i Leiria grunnet eksamen. Erstatteren, Sindre Løchting, gjorde en meget sterk innsats og løp inn til en 3. plass. Det var meget jevnt på distansen, og fire klubber var involvert i kampen om seieren.

Results - 1500 m

Pos.	Bib	Name	Club	Marc
1	20	Pierre Antoine Balhan	Royal Excelsior Brussels	3 50, 01
2	299	Jan Petra?	AD Mass Ljubljana	3 50,34
3	257	Sindre Løchting	IK Tjalve	3 50,45
4	89	Jack Hallas	Birchfield Harriers	3 50,72
5	49	Ossi Kekki	Tampereen Pyrintö	3 52,05
6	163	Eoin Pierce	Clonliffe Harriers A.C.	3 58,31
7	235	Yunis Abu Stitan	Haag Atletiek	4 01,61
8	324	Matúš Talán	AC Stavbár Nitra	4 25,66
9	200	Aymen Djazouli	C.S. Luxembourg	4 40,24
10	131	Moritz Neunerdt	StG Kreis Limburg-Weilburg	4 45,49

5000 m

Okubamichael Fissehatsion var vår utøver på 5000m. Etter en meget spennende avslutningen kom han i mål 1/100 foran deltakeren fra Finland. Disse to løperne var i en klasse for seg.

Results - 5000 m

Pos.	Bib	Name	Club	Marc
1	251	Mesfun Okbamichael	IK Tjalve	14 24,06
2	44	Jarkko Järvenpää	Tampereen Pyrintö	14 24,07
3	11	Emmanuel Lejeune	Royal Excelsior Brussels	14 32,96
4	154	Aaron Hanlon	Clonliffe Harriers A.C.	14 38,43
5	302	Kristian Grunfeld	AD Mass Ljubljana	15 16,64
6	100	Nick Hardy	Birchfield Harriers	15 16,92
7	229	Pascal Van Troost	Haag Atletiek	15 30,71
8	318	Jan Domeny	AC Stavbár Nitra	16 36,82
9	122	Aman Medhane	StG Kreis Limburg-Weilburg	16 43,35
10	206	Jeremy Brück	C.S. Luxembourg	17 19,83

Diskos

Thor Olav Rosvold har tatt over diskostromen etter sin far Thomas Rosvold. Thor Olav har ikke fått det helt til å stemme så langt i år, heller ikke i denne konkurransen. Thor Olav ble nr. 5 med resultatet 46.03 m, men han skulle sikkert gjerne ha sett at diskosen hadde gått en del meter lenger.

Results - Discus

Pos.	Bib	Name	Club	Marc
1	325	Michal Holica	AC Stavbár Nitra	54,22
2	99	Najee Fox	Birchfield Harriers	50,51
3	212	Sven Förster	C.S. Luxembourg	50,35
4	224	Mathijs Damsteegt	Haag Atletiek	49,45
5	260	Thor Olav Rosvold	IK Tjalve	46,03
6	13	Florent Gets	Royal Excelsior Brussels	42,54
7	292	Blaž Zupan?	AD Mass Ljubljana	42,37
8	48	Lassi Raunio	Tampereen Pyrintö	38,36
9	172	Marcin Klinkosz	Clonliffe Harriers A.C.	35,66
10	125	Dirk Ohde	StG Kreis Limburg-Weilburg	35,23

3000 m

Erik Udø Pedersen var helt suveren på denne distansen og vant på 8.21.89, ca. 7 sekunder bedre enn nr. 2.

Results - 3000 m

Pos.	Bib	Name	Club	Marc
1	242	Erik Udø Pedersen	IK Tjalve	8 21,89
2	42	Jaakko Piesanen	Tampereen Pyrintö	8 28,92
3	23	Simon Petitjean	Royal Excelsior Brussels	8 38,65
4	105	Tom Beasley	Birchfield Harriers	8 46,84
5	155	Adam O'Brien	Clonliffe Harriers A.C.	8 51,89
6	293	Bor Grdadolnik	AD Mass Ljubljana	9 01,73
7	223	Jeroen van Aken	Haag Atletiek	9 03,91
8	317	Jakub Valachovi	AC Stavbár Nitra	9 05,64
9	201	Chris Felten	C.S. Luxembourg	9 25,51
10	132	Niklas Möller	StG Kreis Limburg-Weilburg	13 32,51

4x100 m

Grunnet mye skader blant sprinterne var det spennende å se om vi i det hele tatt klart å stille lag. Det gjorde vi, og laget bestående av Odin Hallqvist, Alexander Winger, Martin Kanestrøm og Nicolai Jallow fikk tiden 43.95. Det holdt til en 5. plass i heatet og en 8. plass totalt.

Results - 4*100 m

Pos.	Bib	Name	Club	Marc
1	1008	AD Mass Ljubljana	AD Mass Ljubljana	41,30
2	1009	Birchfield Harriers	Birchfield Harriers	41,77
3	1010	Royal Excelsior Brussels	Royal Excelsior Brussels	41,80
4	1013	Clonliffe Harriers A. C	Clonliffe Harriers A. C	42,64
5	1012	IK Tjalve	IK Tjalve	43,95

4x400 m

På 400 m har vi heller flust med utøvere for tiden, men laget bestående av Alexander Dahlstrøm Winger, Sivert Eikrem, Mathias Berntzen Engevik and Andreas Reutz løp inn til respektable 3.30.18. Det holdt totalt til en ny 8. plass totalt.

Results - 4*400 m

Pos.	Bib	Name	Club	Marc
1	1009	Birchfield Harriers	Birchfield Harriers	3 09,80
2	1010	Royal Excelsior Brussels	Royal Excelsior Brussels	3 11,61
3	1008	AD Mass Ljubljana	AD Mass Ljubljana	3 11,82
4	1011	Haag Atletiek	Haag Atletiek	3 20,85
5	1012	IK Tjalve	IK Tjalve	3 30,18
6	1013	Clonliffe Harriers A. C	Clonliffe Harriers A. C	3 34,66

FINAL TEAM STANDINGS

Ranking Points Team

28/05/2016

Men - FINAL

1. 158,00 GBR Birchfield Harriers
2. 139,00 BEL Royal Excelsior Brussels
3. 136,50 SLO AD Mass Ljubljana
4. 119,50 NOR IK Tjalve
5. 114,00 NED Haag Atletiek
6. 110,00 FIN Tampereen Pyrintö
7. 109,00 IRL Clonliffe Harriers A.C
8. 108,00 SVK AC Stavbár Nitra
9. 61,00 LUX C.S. Luxembourg
10. 40,00 GER StG Kreis Limburg-Wielburg

Totalt ble det en meget oppløftende 4. plass til Tjalve i klubbens første møte med E-cup på mange år. Vi har en del huller å fylle, noe vi håper å kunne gjøre noe med fram til neste års konkurranse. Etter hva vi vet var utøverne meget fornøyd med konkurransene og oppholdet. Vi håper også at vår satsing ute i Europa trekker flere gode utøvere til klubben i framtiden.

Bjørn Henriksen

E-cup for klubblag i bilder



Øverst: Eivind Henriksen i slegge og Marcus Thomsen i kule.
Nederst: Jesper Vestbø i høyde og Erik Udø Pedersen på 3000m.



E-cup for klubblag i bilder



Øverst: Thomas Jefferson Byrkjeland på 3000m hinder og Thor Olav Rosvold i diskos.
Nederst: Aleksander Dahlstrøm Winger og Andreas Reutz på 4x400m stafett.



Awet Kibrab 13.22.90



5000m men, Heat:1 of 2 ; Official result

NEXT HEAT >>

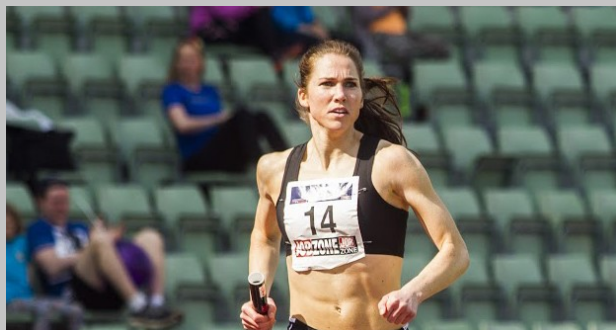
rank	lane	id	name	team	cat	result	info
1	16	9794	Kibrab Nftalem Awet	NOR	jun	13:22.90	
2	6	9134	Orth Florian	GER	sen	13:23.67	
3	18	9513	Davies Jonathan	GBR	sen	13:23.94	
4	2	9670	Kipkosgei Frederick	KEN	sen	13:26.91	
5	32	9361	Taylor Jonathan	GBR	sen	13:30.97	
6	14	9044	Fernandez De La Coba Aito	ESP	sen	13:38.82	
7	30	9304	Fehr Marcel	GER	sen	13:39.83	
8	12	3000	Bouchikhi Soufiane	CABW	sen	13:40.41	
9	24	9569	Weir Richard	GBR	sen	13:41.83	
10	7	9062	McCarthy David	IRL	sen	13:42.24	
11	31	9492	Batt Kevin	IRL	sen	13:42.82	
12	5	9262	Hulson Charlie	GBR	sen	13:43.35	
13	15	9438	Salami Marco Najibe	ITA	sen	13:44.38	
14	19	9776	Nijhuis Thijs	DEN	sen	13:44.99	
15	17	9333	Petros Amanal	GER	sen	13:46.23	
16	23	2524	Weerts Jean-Pierre	DCLA	sen	13:46.57	
17	1	9313	Bore Ambrose	KEN	sen	13:46.62	
18	4	1571	Debognies Simon	OEH	sen	13:47.03	
19	21	1478	De Kerpel Wesley	ROBA	sen	13:47.97	
20	8	9429	Razine Marouan	ITA	sen	13:49.23	
21	28	9682	Mbengani Eduardo	POR	sen	13:49.79	

Under det internasjonale friidrettsstevne i Belgia 28. mai løp Awet Kibrab 5000m på tiden 13.22.90. Det er bare et par sekunder bak klubbrekorden til Knut Kvalheim (13.20.54), og den beste tiden i Norge i år. Tiden er også under det internasjonale kravet for kvalifisering til OL (13.25.00) og rett bak det norske kravet som er 13.22.00.

Awet er ennå ikke norsk statsborger, men vi håper han kan få løpe under IOC flagg da han har flykning status.

Knut Kvalheim satte sin personlige rekord (som da var norsk rekord) under et stevne i Helsingfors i 1974. Den norske rekorden lyder i dag på 13.06.39 og tilhører Marius Bakken.

Benedicte Hauge 54.35



I forbindelse med KFUM-kameratenes nasjonale stevne på Bislett 24. mai løp Benedicte Hauge 400 m på tiden 54.38, under helle sure forhold, og uten noen reell konkurranse. Klubbrekorden til Randi Nymoen lyder på 54.31 og stammer fra 1997. Den ryker snart.

Benedicte har en personlig rekord på 53.83 fra 2009. EM-kravet er på 53.40. Dette er absolutt oppnåelig.

Karoline Bjerkeli Grøvdal 4.09.03



Karoline Bjerkeli Grøvdal var også deltaker under det internasjonale stevnet i Belgia 28. mai. Her ble hun nr. 3 på 1500 m med tiden 4.09.03. Det er en forbedring av personlig rekord fra 4.11.21 satt i Rieti i fjor. Det er så langt den beste tiden i Norge i år. Ingvill Måkestad Bovim, også fra Tjelve, har løpt på 4.10.23 i skrivende stund.

Mizuno Wave Hitogami 3

Til de raske turene og konkurranseløp.



VÅR KARAKTER
KLIKK.no



Se hele testen på klikk.no

Wave Ultima 7

Stabile sko for asfaltmilene.



VÅR KARAKTER
KLIKK.no



Se hele testen på klikk.no



NEVER
STOP
PUSHING

挑戦は続く

PURSUING PERFECTION IN OSAKA SINCE 1906



Mizuno®