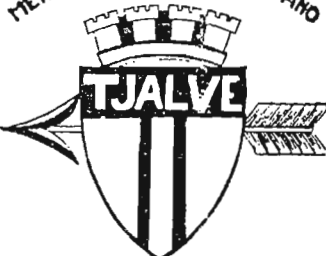


TJALVISTEN

MEHS SANA IN CORPORE SANO



Stiftet

27-12-1890

IDRETTSKLUBBEN TJALVES MEDLEMSBLAD

17. årgang. Nr. 5.

Redaksjon: Ansvarsh. redaktør Alfr. K. Jensen.
Egil Halseth. Holger Albrechtsen.

Mars 1935

Bladet utkommer 1 gang pr. måned. Sendes gratis til medlemmer. Abonnementpris for ikke-medlemmer kr. 2.00 pr. år.
Redaksjon og ekspedisjon: Idrettens Hus, St. Olavsgt. 25.

Det kribler!

Når mars måned gjør sitt inntog med de første vårtegn, bare veier og jorder, lange og lyse eftermiddager, da begynner det å kribble i benene hos mangen en travet. Da kan det hende at treningskostymet kommer frem i en fart. Slik er det ihvertfall med mig. Og jeg antar, at de fleste tjalvister har de samme vårfornemmelser.

Og herlig er det å ta fatt igjen. Å spurte og gå på de lekke stier og skogsveier som fins ved Vettakollens brede fot. Å jage avsted i den friske vårluft. Og tilslutt i hårdt tempo sette kursen hjem til den herlige avslutning — badet.

Terrengetrening om varen er et forfriskende liv. Ja, året rundt for den saks skyld.

Efter den lange vinters materialistiske gleder, med matfester etc. er det livsfornyelse å ta fatt igjen, med daglige turer i skog og mark. Og kjennet hvordan kraft og spenstighet vokser med treningsdagene. Hvordan «formen» kommer.

Forlengst har vel de aktive adskillige ganger tatt sine treningsturer på Akers stier og veier. Og det er neimen ikke for tidlig.

Den store dag da Tjalves vimpler smykker byen og omegnen er i rask anmarsj. Møter man representanter fra våre store konkurrenter i denne by, så vær sikker at samtalen tangerer stafetten.

Og der arbeides energisk.

Med fjorårets gode tid i frisk erindring, spør vi hverandre hvad resultatet blir i år.

Dette avhenger av oss selv. Troskap mot oss selv. Ærlighet i trening. Ikke redd anstrengelser.

En kollega spurte om jeg skulde være med i år i stafetten.

Tiden til trening blir knapp, svarte jeg. Hertil svarte han at til stafetten var det vel ikke så farlig. Jeg lo av hans uvidenheter. Dessverre er flere av hans opfatning.

Et elitelag må bestå av kun virkelige gjennomtreinte idrettsmenn. Deltagere som på forhånd har godtgjort sin solide form, enten i en uttagning eller i en forutgående sterk konkurranse. Jeg tillater mig derfor den frihet å foreslå uttagningskomiteén: Vær streng i år. Still store krav. La hver eneste stafettaspirant få statuere sin solide form mange ganger forut. Husk at et stort navn ifjor, kan i år være spiren til et forsmadelig nederlag. Alder, treningsforhold etc. kan i årets løp ha forvoldt store forskyvninger.

Så håper vi da alle, at ukene fremover vil stå i treningens tegn. At aspirantene til laget daglig sees i gymnastikksal og terreng.

Jeg selv skal forsøke. Men om jeg blir så lykkelig å få være med i år, det får stoppekløkken og den strenge uttagningskomité avgjøre.

Hilsen til alle travere.

E. Blix.

Til terrengløpet

som går fra Ullevål stadion søndag 14. april kl. 13 trenges endel løipevakter, programselgere o. a.

Medlemmer som vil assistere såvel fra yngre som de andre avdelinger, anmodes om å melde sig på klubbens kontor, Idrettens hus, hvor styret treffes hver torsdag kl. 20—22. Tlf. 13588.

Våre formenn.*

XIII.

Godtfred Hanssen.

Godtfred Hanssen er født i Bergen og var allerede tidlig interessert i idrett.

Allerede i 1905 stiftet han Laksevaag turnforenings sportsparti, hvis formann han var et par år.

Efter sin bosettelse i Oslo blev han medlem av Kristiania Idrettsforening, hvor han i 1910 var styremedlem.

Hanssen blev i januar 1912 innmeldt i Tjalve, og allerede neste år blev han valgt til sekretær. På ekstraordinær generalforsamling den 24. april 1914 blev han valgt til Tjalves formann, og han blev gjenvalgt i 1915 og 1916. I desember 1916 reiste han tilbake til Bergen for å bosette sig der.

Hanssen var medlem av klubbens lovkomité i 1914 og representerte Tjalve i Norges Turn- og Idrettsforbund i 1915. Forøvrig var han en ren «foreningsmann», som ikke ønsket andre hverv enn å kunne være til nytte innen sin klubbs styre; men her utførte han også et iherdig og godt arbeide.

I Bergen blev han medlem av «Brann», og var i 1917 med på stiftelse denne forenings avdeling for friidrett. Han var avdelingens formann i 3 år. I 1924 og 1931 var han hovedforeningens formann.

Fra 1920 utgav «Brann» et eget medlemsblad, som altså i år er 15 år gammelt. Godtfred Hanssen var bladets første redaktør.

Det var et savn for klubben å miste det energiske medlem, og som takk for godt utført arbeide blev han i 1925 utnevnt til ridder av Tjalves orden.

A k i.

Terminer.

Tjalves vårterrensløp finner sted den 14. april. Holmenkollstafetten går den 19. mai.

*) Denne serie må på grunn av sommersesongen utslå inn til videre.

Red.

RESVIG

STORGATEN 20
OSLO

Alt i sportsartikler

Heia, gutter!

Vi henleder våre medlemmers oppmerksomhet på bladets annonser. Ingen handlende annonserer for sin private fornøielses skyld, men for å la folk vite, hvilke varer de selger.

Og våre medlemmer bør vite, at når de kjøper hos våre annonserende, så støtter de derved klubben, og da klubben jo er medlemmene, så støtter de altså sig selv ved å kjøpe hos de firmaer som annonserer i vårt blad, så meget mer som disse representerer det beste i de respektive brancher.

Fra andre foreningsaviser.

I «Freidig»s medlemsblad finner vi under titelen

Det er ikke så greit:

«En mismodig journalist skrev engang: Hvis vi skriver spøkefullt, sier folket vi er tåpelige. Hvis vi ikke gjør, er vi for høitidelige. Hvis vi bare trykker våre egne artikler, sies det at vi er for ensidige. Hvis vi trykker ting fra andre blad, er vi for dovn til å skrive. Hvis vi er på kontoret, skulde vi være ute for å samle nytt. Hvis vi er ute, er vi ikke påpasselig nok. Hvis vi ikke trykker innsendte bidrag, forstår vi ikke å vurdere dem. Hvis vi benytter dem, fyller vi bladet med tull. Hvis vi sier den usminkede sannhet, sier man at vi lyver. Hvis vi smigrer, gjør vi det for abonnementets skyld.»

Rimeligvis vil man si, at vi har hentet det meste av dette fra et annet blad, og det har vi da også gjort.»

*

«Aarstad», Bergen, forbereder sig for «Holmenkollstafetten». Bladet skriver: Ja, vi skal til Hol-

RESTAURANT STRIX

Bygdø Alle 68

Lokaler for møter og selskaper, bridgeklubber etc.
Rimelig middag, 2 retter efter valg kr. 1.00.

Ø L O G V I N.

Telefon 42721

Telefon 42721

Alle presenter i

Gull - Sølv - Plett

Kjøpes billigst i

Juveler-
forretningen

BRILLANT

Telef. 24291 - Torvg. 34 (vis a vis Glott)

HerreskoDameskoBarnesko**SKOTØIMAGASINET „MODERNE”**

(Butikkchef Trygve Høgbergh)

STORGATEN 2

Altid godt utvalg fra de ledende norske og utenlandske fabrikker.

Konkurrerende priser.

«Tjalvister» kjøper fordelagtig hos oss.

SportsskoArbeidsskoGummisko

menkollen iar, koste hvad det koste vil. — — —
Våre chanser i denne stafett er så gode som noen annens i klasse 2. og ikke skal vi komme mange plasser ned på premielisten, fordi denne stafett ligger særlig godt tilrette for vårt lag med de jevne løpere vi rår over på de forskjellige distanser.»

*

I «Urkrafta» — B. U. L.'s medlemsavis — skriver M. følgende: «Eit nyårsynskje: At B. U. L. vinn Holmenkollstafetten 1935.»

Dette nyårsynskjet har eg hatt kvart år no i mange år. Når ikkje ynskjet mitt har gått inn i saga som eit «fakta», skriv eg det på konto av galen «taktikk» og «teknikk». Tru vi ikkje har noko å læra hjå «Tjalve» t. d.? Reknast ikkje den klubben som mindre enn Idrottslaget i B. U. L.? Og likevel må vi enno i mange år rekna den som det beste idrottslaget i landet på største idrettsstemnet om året!

Det er næsten «formastelig»!

Mest kvart år ser vi dei sama namna igjen på dei sama etappane på laget deira. Kva kjem det av?

Dei har ingen betre, endå mange av dei er «gamle» for lenge sidan, men for klubben sin skuld held dei ved.

*

«Viking», Bergen, arbeider likeledes på å komme og samler inn pengar. Det første bidrag er allerede innkommet.

Medlemsmøtet

onsdag 20. februar var godt besøkt for alle avdelingens vedkommende. Gutte- og ungdomsavdelingen møtte kl. 19 og Erling Schjerven viste frem endel gode film, hvorav fremheves «Solenergi», som lærte oss litt av hvert. Avdelingens leder, Th. Ruud, holdt et kort foredrag om gutters trening i friidrett, og så fikk vi mere film.

Efter at de store gutta var kommet, holdt Holger Albrechtsen et foredrag om moderne gymnastikk for friidrettsmenn. Derefter hygget man sig på beste måte.

Klubbmesterskapene

i hopp uten tilløp 21-3-1935.

Høidehopp.

Senior: 1. H. Albrechtsen 1,385; 2. Nils Schaug 1,31; 3. Otto Nordlie 1,28; 3. Petter Gulliksen 1,28; 5. Odmar Pedersen 1,24; 6. Roar Adler 1,20; 7. Olaf Berger 1,12.

Junior: 1. Berg Larsen 1,16; 2. Knut Matthiesen 1,12; 3. Gjert Nielsen 1,08.

Yngre avdeling: 1. Aage Rolén 1,20; 2. Egil Mørk 1,16; 2. Leif Ajaxon 1,16; 4. R. Skonhoft Halvorsen 0,99.

Lengdehopp.

Senior: 1. H. Albrechtsen 2,97; 2. Nils Schaug 2,855; 3. Otto Nordlie 2,785; 4. Roar Adler 2,765; 5. Odmar Pedersen 2,66; 6. Petter Gulliksen 2,60; 7. Rich. Johansen 2,54; 8. Th. Ruud 2,53; 9. Olaf Berger 2,47.

Junior: 1. Knut Matthiesen 2,78; 2. Berg Larsen 2,615; 3. Erik Thoresen 2,61; 4. Leif Hansen 2,44; 5. Trygve Nordlie 2,41; 6. Aulie 2,37; 7. Gjert Nielsen 2,365; 8. Finn Nielsen 2,18.

Yngres avdeling: 1. Egil Mørk 2,62; 2. Leif Ajaxon 2,55; 3. Aage Rolén 2,44; 4. Anton Ruud 2,39; 5. R. Skonhoft Halvorsen 2,15.

10-mannskonkurransen på ski.

Det nu snart tradisjonelle skirenn mellem Bull—Torshaug—Tjalve fant sted 17. februar. Der startet hele 49 mann.

På dette for oss noe uvante gebet, har vi hittil alltid fått stryk av Bull, og selv kara i Torshaug viste oss ryggen. Men never mind. . . .

I år var vi kanskje litt mere optimistiske enn før, men våre beste kort sviktet. Hvor var f. eks. vår favoritt Waalorp?

At Bognerud vant fant vi ikke urimelig, men kampen var hård, idet ikke mindre enn 8 mann «knivet» omtrent på samme tid. Vi så dog forgjeves efter våre blandt disse. Gamle gode Rasmus møtte for å slå et slag for klubben og — som Faafeng sier — det Rasmus gjør, det gjør'n godt — ialfall var ikke han jumbo.

Nå ja. Resultatet blev at Bull seiret med tid 5.32.49. Torshaug brukte 5.38.30, mens vi måtte nøie oss med 6.08.12.

Det var imidlertid en morsom tur, og forhåpentlig blir resultatet bedre neste gang. K. B.

Hallo, juniors!

Styret har nu avtalt en pokalkamp for juniors mellom Høibråten I. F. og Tjalve. Der kjempes 2 ganger i år om pokalen — 1. gang i tidsrummet 20/5—20/6, 2. gang i tiden 15/8—15/9. Pokalkampen omfatter følgende øvelser: 100, 400, 1500 m. løp, 1000 m. stafett samt høide, lengde, kule, spyd og diskos. I hver øvelse teller 6 mann — 3 fra hver forening. Pointsberegning: 6, 5, 4, 3, 2 og 1 points for henholdsvis 1., 2. plass etc. I stafett 1 lag fra hver forening. Pokalen tilfaller den klubb der etter de 2 kamper har flest points. Pokalkampene skal holdes på Høibråten I. F.'s bane.

Alle våre juniors bedes nu legge sig i trening, så vi kan vinne denne match.

Våre medlemmer.

Asbjørn Røien, som i lang tid har vært syk av anemi, er nu heldigvis atter på bedringens vei. Han ber oss hilse alle tjalkvister. Vi sender hans hilsen videre og ønsker ham fortsatt god bedring.

*

Asbjørn Velde,

vår gode sanger har debutkonsert i Vår Frelses kirke tirsdag 9. april kl. 20.

Vi håper alle gutta går og hører på Asbjørn!

Utetreningen

begynner mandag 1. april på Bislet. Der trenes mandag, onsdag og fredag fra kl. 19.

Holmenkollstafetten.

Ja, nå er det ikke mere enn ca. 6 uker igjen til slaget skal stå, så det gjelder å utnytte tiden best mulig, og jeg mener derfor at en rettledning i treningen kanskje kunde være til hjelp. Denne retter jeg ikke til «de gamle traverne», men til de yngre og nye løpere i klubben, for det er dere Tjalve får bruk for i år, mer enn nogensinne tidligere. Vi må ha frike krefter på laget vårt, ihvertfall på 4—5 etapper.

Men innbill dere ikke at det blir nogen lett sak å komme på laget. Husk at det er mange unge å velge mellom, og husk videre at når uttagningen går, finner dere nok «de gamle traverne» på startstreken, for godvillig gir de nok ikke slipp på sin plass på laget.

Når dere nu begynner utetreningen for alvor, så møter dere selvfølgelig ikke uforberedt, for Albrecht har jo nu helt siden nyttår trimmet dere i gymnastikk 2 ganger om uken, og gitt dere et grunnlag som er det beste dere kan få.

Men allikevel må det utvises den største forsiktighet når løpetreningen nu begynner.

Først og fremst, finn dig en partner som løper omtrent samme distanse som du selv og som er nogenlunde jevnbyrdig. Det er helt feil som det hittil har vært praktisert, at det starter en flokk på 10—20 mann på en gang. Konkurransmomentet vil da lett melde sig, for ingen vil jo være ved at han er dårligere enn de andre, og så løper han heller til han får blødsnak. Og det å bli sliten under denne fortreeningen må ikke forekomme. Under fortreeningen skal der opmaganiseres krefter til de senere konkurranser, ikke forbrukes krefter. Arbeid med stilen under treningen, ikke sleiv iveri. Det er for sent å tenke på å innarbeide stilen når du kommer på banen: da har du andre ting å passe på.

Løp f. eks. fra 300—500 m. i god fart og med lett og ledig stil. Slå så over i gang til pusten blir helt normal igjen, og klem så iveri med løp igjen. Driv på ca. ½ time. Så kan distansen du løper økes etter hvert som formen kommer. Tren 3 ganger i uken de første 3 uker, senere når den egentlige konkurransetrening begynner økes til 5 ganger. Husk, heller ofte og lett trening enn sjelden og hard. Glem ikke gymnastikken fordi om du har sluttet hos Albrecht. Gå igjennom hele programmet hver eneste dag. Uten gymnastikken nytter det ikke idag å tenke å nå toppen.

Så snart banene åpner avsluttes landeveisløpningen. Ved hard landeveisløpning blir man nemlig lett stiv og treg og mister spenstigheten. Tidligere mente man at jo flere ganger man fikk løpt igjennom sin etappe før konkurransen, jo bedre blev resultatet. Dette er motbevist utallige ganger, og er gammel-dags. Med undtagelse av kanskje 2 etapper er det hurtighet det kreves i Holmenkollstafetten, og denne oppnår du kun på banen. Her vil vi dessuten også ha meget bedre anledning til å kunne gi dere den fornødne instruksjon.

Jeg vil tilråde de av dere som skal gå inn for stafetten, ikke å delta i terrengløpene. Selvfølgelig hvis dere kan være så fornuftige bare å være med for treningens skyld uten tanke på plasing, så er det bare fin-fint. Men, det er så rart når en kommer i konkurranse, da melder ærgjerrigheten sig, og så løper man gjerne til man stuper, ihvertfall ungguttene.

Ja, så sees vi hver mandag, onsdag og fredag kl. 7 på Bislet.

Kaare Thuesen, opmann.