

Medlemsblad for Idrettsklubben Tjalve

M Ø T E F O R A K T I V E

i

RESTAURANT "PILEN'S" KABINETTER, IDRETTENS HUS 2. et.

torsdag 7. februar 1963 kl. 19,30.

P r o g r a m :

1. Arne Nytrø og treningsnemnda prater litt om skader og andre problemer i forbindelse med trening og konkurranser.
2. Styret redegjør for årets terminliste og om planer og opplegg ellers for sesongen.

V e l m ø t t !

IDRETTSKLUBBEN TJALVE

STYRET

OBS! Inngang fra St. Olavsgate (nr. 23), vanlig inngang til Restaurant "Pilen" og opp i 2. etasje.

Som vi meddelte i nyttårsrundskrivet til de aktive, blir det nu et møte mellom styret, treningsnemnda og de aktive førstkomende torsdag på Restaurant "Pilen" hvor det blir anledning til å komme på talefot med hverandre. Styret og treningsnemnda har valgt å lage et program for møtet, og vi skulle tro at ovennevnte emne "skader og andre problemer i forbindelse med trening og konkurranser" vil være av stor interesse for de aller fleste av dere. Vi har også valgt tidspunktet på første uke i februar idet den norske terminlisten blir satt opp på Norges Fri-idrettsforbunds landsstyremøte første helg i februar. Vi håper at flest mulig av seniorenene og juniorenene vil komme til møtet hvor også forhåpentligvis de fleste av våre old-boys vil stille etter sin spesieltrening på Lærerskolen.

## FELLESTURER PÅ SKI I VINTER:

Vi vil her ved gjøre kjent at vi i løpet av vinteren vil arrangere endel-fellesturer om søndagene for klubbens medlemmer. Hensikten er først og fremst at vi skal bli bedre kjent med hverandre, men vi tror også at turene kan gi både mosjon og trening. Her vil jo tempoet spille en rolle. Det må hver enkelt bestemme, alt etter evne og intensjoner. Klubben quinder er selvfølgelig velkommen, men vi bør ikke ta med for unge og eller utrente barn.

Foruten vanlig skiutstyr, bør vi ha med ryggsekk med ekstra tøy, nok mat termos og skismøring. Et kart over Nordmarka med skiløypene inntegnet, er nyttig, det er jo alltid hyggelig å vite hvor vi befinner oss. Et kompass tar heller ikke stor plass. En kjentmann fra klubben vil alltid være med.

Og mens vi er inne på dette med kjentmann, la oss samtidig slå et slag for Skiforeningens Kjendtmannsmærke. Ved å oppspore de stemplingssteder som Skiforeningen har plasert rundt omkring i Oslomarka, vil vi samtidig få oppleve mange nye og hyggelige steder. Ring Skiforeningen og du vil få nærmere opplysninger. Stemplingssteder som ligger i ruten for våre felles skiturer, tar vi med i parantes.

PROGRAM: (Bekjentgjøres bare på denne måte)

Tur 1, søndag den 3. februar med tog fra Oslo Ø kl 9,20 til Stryken.  
Stryken - Hakloa - Kikut - Sørkedalen kpl. ca. 25 km  
Kikut - Sognsvann eller Kjelsås ca. 30 km

Tur 2, søndag den 10. februar med buss 36 fra Rådhusplassen kl 9,10 til Sundvollen. Heis til Kleivstua - Gyrihaugen - Løvli - Trehørning en - Guriby.  
(Fjellstr. 409m, Gyrihaugen 683m, Atjern 539m, Monsebraatensr. 361m)

Tur 3, søndag den 17. februar med tog fra Oslo Ø kl 9,20 til Stryken.  
Stryken - Mago - Trehørningen - Tømte - Maridalen. ca. 25 km  
(Mago 392m, St. Gøtja 376m, Mellomkollen 535m, Lybergja 462 m)

24. februar N.M. i hopp u/t.

Tur 4, søndag den 3. mars med buss 36 fra Rådhusplassen kl 8,10 til Ringkollen - Storflåtan - Oppkuven - Sørkedalen ca. 30 km  
(Ringkollen 701m, Øyangsrøysa 656m, Oppkuven 703m)

Tur 5, søndag den 10. mars med tog fra Oslo Ø kl 8,00 til Grua.  
Grua - Mylla - Gjerdingen - Kikut - Oslo ca. 50 km  
Denne turen kan legges noe om alt etter hvilke stemplingssteder - man vil ha med seg. Vi nevner i fleng:  
(Svarttjernshøgda 717m Nordmarkas høyeste punkt, Kolleren 689 m )  
(Roensr. 564 m, Elgstøa 507m, Baahussr. 532m, Kikuttoppen 611 m)

Greier vi å gjennomføre disse turene i vinter, frister det muligens til enda større oppgaver neste år. I alle fall håper vi at de Tjalvister som vil slå følge på disse turene i vinter, vil få mange gode minner med på veien.  
Med hilsen Teknisk komite.