

TJALVISTEN



MEDLEMSBLAD FOR IDRETTSKLUBBEN TJALVE

NR. 2

SEPT 1985

60. ÅRGANG



EINAR SAGLI KONGEPOKALVINNER I NM 1985.
HER SAMMEN MED TRENER JOHNNY HAUGEN

TJALVISTEN

MEDLEMSBLAD FOR IDRETTSKLUBBEN TJALVE

Utgiver:

I. K. TJALVE

Glückstads gate 5,

Oslo 1

Telefon 46 28 99



Redaksjonelt

Sesongen er på hell og forberedelsene til en ny er allerede så smått i gang. Konklusjonen blir at dette har vært et brukbart år for Tjalve både idrettslig og økonomisk.

Tjalve ble beste klubb i hoved-NM, og det kan bli seier i serien både for kvinner og menn.

Holmenkollstafetten, de internasjonale stevnene og Oslo Maraton var suksesser, og har sammen gitt et godt grunnlag for neste år. Ved fornuftig bruk kan dette komme godt med da det stadig er mange huller å fylle for en klubb hvis målsetting det er å være best i norsk friidrett.

Neste Tjalvist var planlagt i desember, men utsettes til februar. Innleveringsfristen settes til mandag 3.2.1986.

Red. komite sept 1985

Jo Kvernberg

Henning Z. Hirsch (tegning)



KJÆRE TJALVISTER.

Når historien neste gang skal skrives må det settes en stor stjerne ved året 1985. Etter en heller svak start, under NM i stafetter (her med hederlig unn-tak av jentenes innsats), har sesongen utviklet seg til å bli en av de aller beste gjennom alle år. Ikke bare har vi - i alle fall til nå - markert oss som landets ledende friidrettsklubb på guttesiden, men noen hver har fått øynene opp for TJALVE også når det gjelder jentene.

NM på Nadderud MÅ nevnes. Tjalvistene satte sitt preg på dette stevnet. Fra første startskudd til de avsluttende stafetter. EINAR SAGLI ble selvsagt mesterskapets store navn. Ikke bare med sine fire gullmedaljer, men med den største triumfen i tillegg - KONGEPOKALEN. Jeg har gratulert Einar flere ganger med innsatsen og gjør det så gjerne i dette blad en gang til, samtidig som jeg på klubbens vegne retter en takk til ALLE deltakerne for den gode innsats som ble ydet. Mesterskapet var den beste PR for TJALVE som dere kunne gi.

På annet sted i bladet vil dere finne en oversikt over situasjonen i seriene pr. dato. Vi har vunnet herrenes 1. divisjon med klar margin til neste lag. Men det som er like hyggelig - om ikke mer gledelig - er at jentene våre følger så godt opp. Vi fører i disse dager en dialog med NFIF om i hvilken divisjon vårt lag skal være. Vi mener at TJALVE så klart hører hjemme i jentenes 1. divisjon. Derfor har vi ved hver rapportfrist sendt inn resultater til denne divisjon. Mange har vel derfor fått seg en overraskelse når de er blitt klar over at vårt lag godt kan VINNE denne serien også. Derfor er det så viktig for oss at NFIF plasserer oss i den divisjonen hvor vi rettelig hører hjemme.

En sesong som denne forplikter. Styret er seg sitt ansvar bevisst. Når dette leses har vi hatt en prinsippdebatt innen styret om retningslinjer fremover. Vi ønsker å legge forholdene til rette for dere aktive - for at dere skal kunne bli enda bedre - for at dere skal nå de mål dere setter dere. Derfor er det at vi ønsker å knytte til oss det beste trenermateriale. Vi kommer til å arrangere et møte med dere aktive for der å legge frem våre planer for det kommende år og høre deres synspunkter på dette.

E-cup for klubblag og Hovedmesterskapet bør være to store mønstringer med store oppgaver for oss. Det er gledelig at vi stadig kan ønske nye medlemmer velkommen i våre rekker. Vi ønsker jo å skape et best mulig miljø og dette tror jeg vi lykkes i. Bl. a. derfor er det at nye ansikter dukker opp. Bo Breigan, Morten Jurs er nye navn på guttesiden, Nina Hansen og Kristin Gullhav er nye blant jentene. Vi ønsker dem velkommen som TJALVISTER.

Året lakker på hell hva gjelder friidrett. "Årsregnskapet" skal snart settes opp og to store arrangementer står for døren. TORSKEAFTEN blir arrangert fredag den 22. november og ÅRSMØTET er lagt til mandag den 2. desember. Merk dere disse to datoene. TAKK FOR EN HYGGELEG SESONG.

HÅKON LØBACH



HOVEDMESTERSKAPET 1985

Hovedmesterskapet på Nadderud stadion 2-4. august ble en kjempe suksess for Tjalve. Tjalve's deltagere stod for den beste Tjalve-innsatsen i "moderne tid"! Ikke bare ble Tjalve den suverent beste klubben, vi fikk også kongepokalen ved Einar Sagli. Tjalve's fasit ved mesterskapet var 5 gull, 6 sølv, 6 bronse foruten ytterligere 16 plasseringer blant de 8 beste.

For å ha et samlingspunkt for aktive og ledere ble det satt opp et militærtelt utenfor stadion. Dette viste seg å være meget vellykket. Her kunne de aktive slappe av, få massasje og fysikalsk hjelp og de visste hvor de kunne finne ledere. Å ha et telt som samlingspunkt, er noe som vi kommer til å gjenta ved kommende mesterskap. Den største NM-innsatsen stod Einar Sagli for med 4 gull (100m, 200m, lengde og stafett).

Spesielt imponerende var Einars 21.88 i 6 sek. motvind på 200m. Flott innsats også av Tomm Wisløff som oppnådde 3 individuelle medaljer. Sølv på 200m og i lengde + bronse på 100m.

NM viste at Tjalve ikke bare har topper, men også god bredde i flere øvelser. I lengde for menn fikk vi trippel, 400m hekk kvinner 3 blant de seks beste, med Bente Lilands sølv som beste plassering. På sprinten for menn 4 blant de 5 beste på 200m og 3 blant de 5 beste på 100m. Av andre bra plasseringer kan nevnes, mesterskap igjen til Bertil Reppen i stav. Sølv til Mona Holtvedt i kule, Eirik Hansen på 5000m og Georg Andersen i diskos. Lars Hansen fikk bronse medalje i både lengde og tresteg, Bjørn Moss i stav og jentene på 1000m stafett.

På 400m for menn forbedret Atle Hjort Larsen seg fra 48.60 til 47.71. Det holdt nes-

ten til mesterskap, men han måtte på de 2 siste metrene slippe Bo Breigan og Sindre Ryan foran seg.

Skal vi trekke fram noen negative overraskelser så må det være at Reidar Lorentsen heller ikke i år klarte å sikre seg mesterskapet i spyd. Det ble kun bronse til Reidar som gjennom hele sesongen har vært Norges suverent beste spyd - kaster.

Etter en slik god NM innsats må vi ikke hvile på lauvbærene, men tenke framover.

Neste år går mesterskapet i Sandnes og da får vi forsøke å vise enda bedre igjen på resultatlistene.

Klubbens poeng i NM etter olympisk poeng beregning:

1. Tjalve	118 p.
2. BUL	57 p.
3. Tønsberg	41 p.
4. OI	38 p.
5. Sørild	26 p.
6. Fana	23 p.
7. Minerva	22 p.
8. Fredrikstad	21 p.
9. Skjalg	19 p.
10. Tyrving	16 p.

Svein Søndena



5 GULL - 6 SØLV - 7 BRONSEKONGEPOKAL: EINAR SAGLI

Tjalves aktive laget en av de aller beste Hovedmesterskap i klubbens historie ved å ta i alt 5 gull, 6 sølv og 7 bronsemedaljer.

I tillegg ble det 4 fjerdeplasser, 6 femteplasser, 1 sjetteplass, 2 syvendeplasser og 2 åttendeplasser som gir oss det fullstendige bildet av alle finaleplasingene.

Nedenfor følger en spesifisering over disse plasingene:

GULL:

Einar Sagli	100 m.	11,03
Einar Sagli	200 m.	21,88
Einar Sagli	lengde	7,90
Bertil Reppen	stav	4,60
1000 m.stafett, menn		1.55,37
(Vidar Jakobsen, Einar Sagli, Svein Erik Storlien, Atle Hjort Larsen)		

SØLV:

Tomm Wisløff	200 m.	22,13
Tomm Wisløff	lengde	7,55
Eirik Hansen	5000m.	13.55,93
Georg Andersen	diskos	56,18
Bente Liland	400m.hk.	59,07
Mona Holtvedt	kule	15,13

BRONSE:

Tomm Wisløff		11,29
Atle Hjort Larsen		47,75
Lars Hansen		7,42
Lars Hansen		15,53
Bjørn Moss		4,50
Reidar Lorentzen		73,34
1000 m.stafett, kvinner		213,77
(Barbro Syvertsen, Bente Liland, Anne Hemstad, Heidi Maltun)		

4. plasser:

Atle Hjort Larsen	200 m.	22,50
Eirik Hansen	1500 m.	3.45,00
Georg Andersen	kule	18,48
Kari Wenche Hagby	diskos	42,62

5. plasser:

Vidar Jakobsen	100 m.	11,40
Vidar Jakobsen	200 m.	22,57
Espen Gullikstad	trestep	14,99
Carl Reidar Solvang	høyde	2,05
Barbro Syvertsen	100m.HK	14,94
Anne Hemstad	400m.HK	59,61

6. plasser:

Barbro Syvertsen	400m.HK	60,71
------------------	---------	-------

7. plasser:

Trond Ulleberg	kule	16,94
Heidi Maltun	400 m.	56,72

8. plasser:

Lars Christoffersen	110m.HK	15,93
Trond Ulleberg	diskos	50,60

TJALVE's KONGEPOKAL NR. 14:

Einar Sagli som i år gjorde en fantastisk innsats under Hovedmesterskapet på Nadderud med i alt 4 GULL (100m - 200m - lengde - 1000m.stafett), fikk som belønning H.M. Kongens pokal sammen med Ingrid Kristiansen.

Dette var klubbens 14. kongepokal gjennom tidene, og nedenfor følger en oversikt over denne serie med bragder:

1902:	Haakon Blystad
1914:	Johan Hellum
1916:	Johan Hellum
1918:	Alf Halstvedt
1926:	Sverre Helgesen
1934:	Georg Braathe
1954:	Audun Boysen
1960:	Carl Fredrik Bunæs
1969:	Arne Kvalheim
1973:	Leif Roar Falkum
1974:	Leif Roar Falkum
1976:	Leif Roar Falkum
1978:	Knut Kvalheim
1985:	Einar Sagli

Det hersker noe usikkerhet om hvilken prestasjon Einar Sagli fikk kongepokalen for, enten det var hans 200 m. på 21,88 i 6,6 sek/m. motvind eller hans lengde på 7,90 i god medvind. Det er dog sannsynlig at hans 4 gullmedaljer også spilte inn ved bedømmingen hos juryen. Det er jo ikke dagligdags at en og samme person henter seg 4 gullmedaljer i ett og samme mesterskap.

Siste gang en tjalvist greide det samme kunststykke, var i NM 1963 i Trondheim da Bassen Bunæs tok gull på 100 m, 200 m, 400 m. og 1000m.stafett.

TJALVE's 22. GULLMEDALJE i

1000 m. stafett:

Tjalve tok i årets NM sin 22. gullmedalje på 1000 m. stafett. Den første kom i 1939 (distansen var første gang på programmet i 1937). Den sterkeste perioden hittil for klubben på 1000 m. stafett var i årene 1956 - 1963 da Tjalve tok 8 gull på rad. Den svakeste perioden inntrådte i slutten av 60-årene da klubben ikke vant gull på distansen mellom 1967 - 1978.

Antall gull på 1000 m. stafett kunne nok vært enda høyere. Vi tenker da på NM i Trondheim i 1983 hvor vi også var først i mål - sogar på ny norsk rekord - men hvor vi ble diskvalifisert på en hårfin, men klar overtramp i 1. vekslings.

Gull burde det også ha blitt på Gjøvik i 1964 hvor vi stilte med kanonlaget Svein Lilleberg, Svein Johnsen, Helge Pharo og Carl Fr. Bunæs. Her røk vi ut i forsøket da pinnen ble mistet i 1. vekslings. Vi hadde sikkert greid å kvalifisere oss til finalen, men pinnen ble aldri plukket opp i gjen slik at Pharo og Bunæs ikke fikk sjansen til å løpe seg til den nødvendige plasering i forsøksheatet.

Når vi er inne på 1000m. stafett, må vi heller ikke glemme våre framgangsrike jenter som skaffet klubben en fin bronsemedalje i årets mesterskap etter BUL og Tyrving.

Enda bedre gikk det med Tjalves jenter i stafettmesterskapet på Hønefoss i juni måned hvor vi tok sølv på 4 x 400 m. stafett etter en nervepirrende og hard kamp med Eidsvåg Idrettslag som var halvmeteren foran oss i mål.

Fasiten til våre gutter under NM stafetter på Hønefoss ble desverre ikke god. Det var vel første gangen at klubben ikke kom på medaljeplass på mennenes stafett-distanser.

P.g.a. skader (bl.a. Svein Erik Storlien og Einar Sagli) var vi sterkt handicappet på de 2 korteste distanser. På 4 x 100 m. hadde vi nok seiren inne, men en mislykket sisteveksling ødela for denne. På 4 x 400 m. fikk vi ikke stilt lag i det hele tatt, bl.a. på grunn av forannevnte skader og den sene behandlingen og avslag på en dispensasjonssøknad for vår gode islending Erlingur Johannsson.

På 4 x 1500 m. hadde vi rett og slett ikke godt nok lag i år. Derfor smakte det ekstra godt med den fin-fine stafettinnsatsen i Hovedmesterskapet på Nadderud.



Veteran-gruppen

Etter fjorårets glimrende 3. plass i H-stafetten, med minimal forberedelse og flere forfall, var det klar enighet om at vi skulle vinne i 85.

Det ble allerede før jul sendt ut brev om våre planer til 25 løpere som vi mente var aktuelle på laget. Siden har vi hatt jevnlig kontakt, både skriftlig og muntlig. Frem mot 12. mai deltok mange i individuelle konkurranser, og Tjalve deltok dessuten med et lag i Fjellhamarstafetten 24. april, der vi ble nr. 2 med følgende løpere: Konrad Ystborg, Knut Kvalheim, Helge Pharo, Erik Evensen, Tond Rosen, Thor Myhre, John Skjelvåg og Eystein Enoksen.

Etter nøye vurdering ble flg. 15 uttatt til å løpe i H-stafetten:

- | | |
|-------------------|---------------------|
| 1. Åge Galgerud | 9. Knut Kvalheim |
| 2. Erik Evensen | 10. Eystein Enoksen |
| 3. Ivar Saunes | 11. Svein Lilleberg |
| 4. Arne Kvalheim | 12. Helge Pharo |
| 5. Konrad Ystborg | 13. John Skjelvåg |
| 6. Per Haga | 14. Thor Myhre |
| 7. Magne Bjørdal | 15. Trond Rosen |
| 8. Håvard Nordlie | |

Reserver : Narve Lønseth, Øyvind Pharo, Trygve Sommerfelt og Kåre Dyrseth.

Som alle vet vant vi på 50.19 min foran BUL, Tromsø (50.40), og Namsen FIF (51.43). Dette er bedre enn BUL-Tromsøs rekord (50.23), men på grunn av "ny" løype kan vår rekord ikke godkjennes.

Uten å kommentere dette nærmere, mener jeg at laget under normale omstendigheter ville ha løpt like godt og vel så det. Dette tror jeg vi vil bevise i 1986. Tilslutt er det bare å bemerke at vi ledet hele veien, selv om det enkelte ganger bære dreide seg om to meter.

Vi hadde også i år regnet med å starte i stafettmesterskapet for veteraner, men pga skader og arbeidspress måtte dette droppes.

Jeg vil også gi en ekstra honnør til Åge Galgerud som ble nordisk mester på 800m i sin klasse på tiden 1.53.2 og til Eirik Berge som fikk 2.13 på maraton.

Som en kuriositet bør til slutt nevnes at Arne Kvalheim løp 1500m alene på 4.02.9. Hvor mange 40-åringers gjør det? (Etter et veddemål som var inngått i 1974).

Arne Nytrø



REIDAR LORENTZEN: NY KLUBBREKORD

=====
i spyd: 88,54:
=====

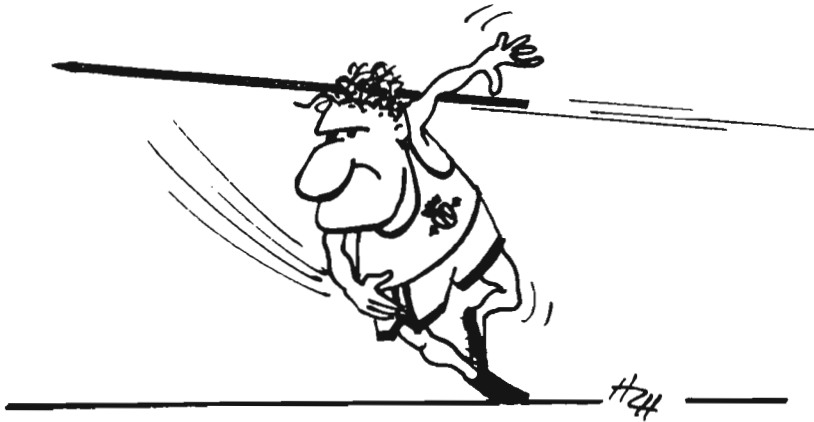
Klubbrekordene for menn i Tjalve henger høyt, og det er derfor ikke så ofte at vi opplever forbedringer.

I år har Reidar Lorentzen øket sin egen klubbrekord fra 88,46 til 88,54 og innehar fortsatt 3.plassen på Norges-statistikken gjennom alle tider etter Vidarguttene Terje Pedersen og Per Erling Olsen.

Tjalves samarbeidspartnere og sponsorer 1985 er:

Adidas
Aftenposten
Asic's Tiger
Kienzle
Storebrand-Norden

Reidar Lorentzen ligger på 13. plass blant verdens beste spydkastere i 1985.



NFIF's SØLVMEDALJE for 1985:

=====
til Tjalves formann: Håkon
=====

Løbach:
=====

Fortjenestemedaljen i sølv er Norges Fri-idrettsforbunds høyeste utmerkelse, og vi registrerer med stor glede at vår nåværende formann Håkon Løbach fikk denne utmerkelsen på forbundstinget i Tønsberg 21. april i år.

Håkon Løbach er dermed den 11.tjalvist som er blitt tildelt denne utmerkelsen.

Listen over de tjalvister som har fått fortjenestemedaljen gjennom tidene følger nedenfor:

1907:	Asbjørn Bjerke
1911:	Alfred K. Jensen
1914:	Yngvar Bryn
1917:	Trygve Lie
1918:	Wilhelm Blystad
1919:	John Falchenberg
1925:	Sverre Gundersen
1964:	Jan Hemsvik
1980:	Arne Nytrø
1982:	Kristen Damsgaard
1985:	Håkon Løbach

Litt fra jentene

Tjalves jenter blir bedre for hvert år. I vår klarte eksempelvis en 12. plass i eliteklassen i H-stafetten, noe som viser en voksende bredde. Enda trengs 2-3 mellom- og langdistanseløpere samt ytterligere skjerpning av laget fra i år.

-Visst er gruppa i fremgang. Neste år håper vi å komme enda sterkere, og hvem vet, kanskje vinner vi en dag, sier Eystein Enoksen som har ansvaret for jentene.

-H-stafetten er egentli ikke noe mål i seg selv, men det er en spore for alle til å trene hardere. Tross alt er det gøy å være med når søndagen i mai endelig dukker opp.

Stafettsesonge har i det hele tatt vært bra for Tjalvejentene i år.

Seier i Porselen, Kløfta og Fjellhamar. Sølv i NM på 4x400m rett bak Eidsvåg og bronse i NM på 1000m. Alt dette lover godt foran neste sesong.

-Bente Liland og Barbro Syversen har kommet seg ned på ca. 56.5 på 400m og hhvis 59 og 60.5 sek på langhekk Heidi Maltun gikk ned med nesten to sek til 56.4 på 400m og 2.12 på 800m. Gunn Hulleberg løp de tilsvarende ditanser på 58 og 2.12min.

Sissel Andersen ble påkjørt av bil og har vært skadet stort sett hele tiden Anne Hemstad fikk også spolert store deler av sesongen. I NM fikk hun 59.6 på langhekk og nylig løp hun 800m på 2.10, så fremgangen er på vei.

Tjalves jenter ser ut til å kunne vinne serien i 2. divisjon med en poengsum som også vil kvalifisere til seier i 1. divisjon og altså seier på landsbasis.

-Vi håper å få med jentene i E-cupen for lag neste år. Gutta er forsåvidt alt klare og vi ser gjerne at de får selskap av jentene. For at det skal skje, må imidlertid søknaden vår om opprykk i 1. divisjon gå i orden da bare lag herfra vil kunne delta, sier Eystein.



FLERE KLUBBREKORDER BLANDT =====

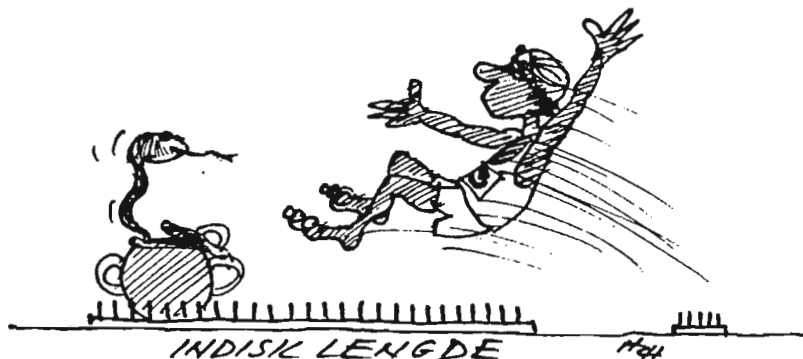
TJALVE'S JENTER: =====

Tjalve er ikke så gammel jente-klubb i friidrett, og her kommer selvsagt klubbrekordene tettere enn blandt gutta.

På 400 m. har Bente Liland under-skredet Barbro Syvertsens rekord fra i fjor (56,9) med 56,36, og også vår gode juniorløper Heidi Maltun har løpt under den gamle klubbrekorden med 56,65 som hun oppnådde under NM junior i Steinkjer hvor hun fikk en fin 5.plass. På 400 m.hekk som er en av våre beste jenteøvelser for tiden, har også Bente Liland satt ny klubbrekord med 59,07 som gir henne 4.plass på Norges-statistikken gjennom alle tider.

I kule har Mona Holtvedt forbedret sin egen klubbrekord fra 15,12 i fjor til 15,66 i år. Med dette resultat har hun rykket opp på 3. plass på Norges-statistikken gjennom alle tider.

Klubbrekorder er det også blitt på Anne Hemstad på 800m (2.09,79) og i høyde (1,57).



UNGDOMSGRUPPA 1985.

Vi står nå foran siste del av sesongen og vil her prøve å gi et tilbakeblikk på første del.

Det hele begynte i april med stafetter. Imidlertid hadde vi store problemer med å stille lag p.g.a. dårlig rekruttering i de yngste klasser. Men etter mye jobbing klarte vi å stille lag i Slottsstafetten. Her ble det en 31.. plass av seksti fullførende lag, og vel ikke helt i tråd med målsettingen for løpet. I tillegg stilte vi juniorlag i Porselen-, Fjellhamar- og Holmenkollstafetten. Det ble henholdsvis 2., 2. og 6.plass i disse stafettene. Prestasjonen i Holmenkollstafetten er det verdt å merke seg fordi laget nesten utelukkende bestod av gutteløpere.

Når det gjelder banesesongen så har vel konkurranseaktiviteten vært en del lavere enn det vi hadde håpet. Unntaket fra regelen her er de eldste gutteklassene hvor vi har fått en fin og konkurransesglad gjeng. Det er bare å håpe at de yngre klasser følger deres eksempel. Det samme gjelder jenteklassene. Av større konkurranser har vi hatt fyldige tropper i Tyrvinglekene og K-Lekene. Disse har gitt oss mange fine resultater. I skrivende stund nærmer det seg Arco-Lekene og fire av våre gutter har i løpet av sesongen kvalifisert seg til det. Det er Jon Fredrik Hatling (3000m), Christian Ohme (400m og 800m), Jens Christian Riege (400m hekk) og Morten Takman (800m).

Vår viktigste oppgave framover vil bli å rekruttere yngre gutter og jenter, slik at vi vil klare å stille lag i stafetter og lagmesterskap. Slik situasjonen er i dag har vi ikke nok aktive i klassene 11-14 år. Det er derfor ekstra hyggelig å ønske to nye medlemmer i de yngste klassene velkommen til klubben. Det er Jørgen Sundsvold (1972) og Bård Kvalheim (1973).

Til slutt bringer vi resultater fra årets kretsmesterskap for juniorer. Mesterskapet hadde dessverre lavere deltagelse enn vanlig, men dette skyldes nok at det var lagt til slutten av sommerferien.

Vi får håpe kretsmesterskapet for gutter og jenter som arrangeres i disse dager får bedre deltagelse.

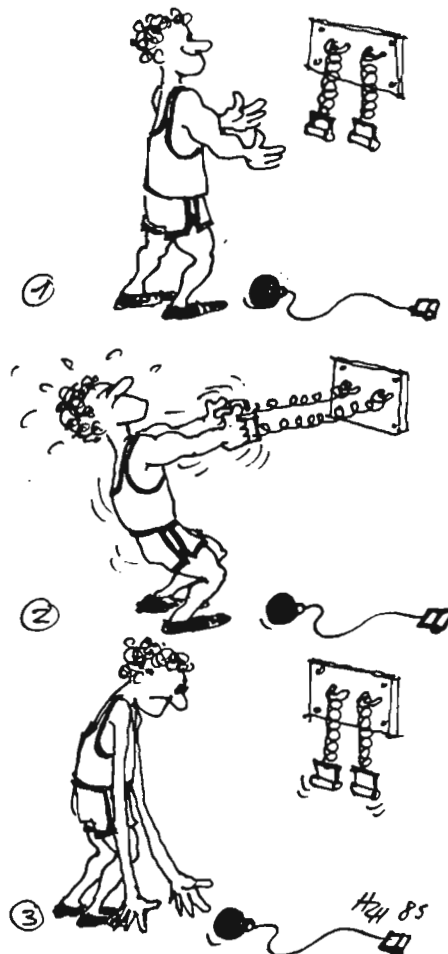
KM JUNIOR - KVINNER

200m:	1. Heidi Maltun	26,1
400m:	1. Heidi Maltun	56,5
	3. Lena Bergersen	61,5
800m:	2. Lena Bergersen	2.21,8

KM JUNIOR - MENN

200m:	-.	Fredrik Pettersen	25,3
400m:	4.	Fredrik Pettersen	54,6
800m:	2.	Christian Ohme	1.56,9
1500m:	6.	Jørn Johannessen	4.10,9
400m hekk:	1.	Jens Chr. Riege	63,4
1000m stafett:	1.	Tjalve	2.06,9
		(Andreas Ohme, Fredrik Pettersen, Jens Chr. Riege, Christian Ohme).	
4x400m:	1.	Tjalve	3.31,5
		(Jens Chr. Riege, Morten Takman, Jon Fredrik Hatling, Christian Ohme).	

Kjetil



Tilstanden i mellom- og langdistanse.

Tjalves mellom- og langdistansegruppe har i dobbelt forstand sett bedre tider. 85-sesongen har vært dårligere enn på lenge. Med unntak av Eirik Hansen (3.45 på 1500m og 7.53 på 3000m samt sølv i NM på 5000m med 13.55) og Eirik Berge (2.13 på maraton) har ingen vært med og hevdet seg på nasjonalt nivå. Jostein Hallen er trener for begge gruppene.

-85-sesongen har ikke vært god og årsakene er flere. Noe sykdom og skader har vi hatt. Dessuten er det ikke gjort i en håndvending å få 1.55-løpere ned i 1.50 og bedre, sier Jostein som nok har rett i det.

-Jeg kom til Tjalve høsten 1980. Siden den gang har vi fått noen nye løpere rekruttert fra klubber rundt i Norges land. Men dette er ikke etablerte løpere øverst i det nasjonale sjiktet med 1.50 og 3.45 bak seg, derimot er det snakk om tider på 1.55, 3.55 og oppover. Mange av disse har ikke den nødvendige erfaringen og selvstendigheten som trengs for å kunne sette opp sitt eget treningsprogram i hvert fall et godt stykke på vei. Mange har dermed vært henvist nesten fullt og helt til treneren.

-Og det er mange fallgruber i treningsjungelen, fortsetter Jostein. Det finnes ingen felles målsøm for alle, ethvert treningsprogram må til syvende og sist skreddersys for hver enkelt. Ved stor innsikt fra den aktive selv.

- Det er klart at mye trening kan gjøres felles, spesielt om vinteren. Når farten skrus opp utover mot våren og konkurransene nærmer seg, er det imidlertid svært viktig at hver enkelt aktiv setter seg ned og tenker gjennom sitt eget sesongopplegg, blinker ut konkurranser og foretar eventuelle justeringer i samråd med trener. At hver og en lærer seg selv å kjenne og tar en rolig periode når det er nødvendig. Hvis løperne A, B og C i sine karrierer alle har løpt 800m på 1.47.00 kan det være store individuelle forskjeller på hvordan de har nådd dit, avhengig av hva slags typer de er. A løp 400m på 46.00 og prioriterte sprint, B's pers på 400m var bare

51.5 slik at han prioriterte styrke. C var en mellomting. Og dette lett ekstreme eksempel kan illustrere litt av hva jeg mener, sier Jostein.

Rettes blikket tilbake i tiden og en ser på noen av Tjalves bedre løpere som Kvalheimbrødrene, Boysen, Galgerud, Pharo, Ystborg, Schrøder-Nielsen, Rekdal, Schie, Berge og Sylte for å nevne noen, er det klart at disse var i besittelse av en nødvendig tøffhet og selvdisiplin for å kunne bli bra.

Ingen av disse løperne kan sies å ha vært dyre i drift og spesielt ikke sammenliknet med dagens forhold. Felles for dem var imidlertid vissheten om at ønskede resultater bare kunne oppnås ved nitidig og bevisst treningsinnsats over tid og med justeringer foretatt ut fra voksende erfaringer. En aktiv som ikke er i besittelse av eller som ikke forsøker å tilegne seg en liknende innstilling, kan skyte en hvit pil etter å bli god.



- Det er viktig at vi i klubben kommer sammen for å diskutere dette, sier Jostein. Hvordan det blir med trenerspørsmålet fremover er noe usikkert.

- Nå kommer Bo (Breigan) og Morten (Jurs) og vi tror det kan virke inspirerende på innsatsen i miljøet. Tjalve bør kunne bli en så sterk klubb at gode utøvere søker til klubben i visshet om at her er miljøet og trenerkreftene blant de beste i landet, og mulighetene for videreutvikling gode.

- En trener kan bli i minste laget. Mitt håp er at det kanskje burde være en hovedtrener som i det vesentlige legger opp de store linjene, og minst en hjelpetrener som stadig er på treningen og fungerer som en inspirasjon med tidtaking og oppsyn. Og som er god til å ta seg av den enkelte når det trengs. Her er det viktig at vi finner en løsning, sier Jostein.

- Det er sannsynlig at utøvere som kommer fra andre klubber i mange tilfelle fortsett vil ha kontakt med sin gamle trener, noe som selvfølgelig kan være nyttig for alle parter.

- De fleste som har kommet som mellomdistanseløpere til klubben i de

siste årene har blitt bedre løpere. 4-5 av dem skulle ha mulighet til tider ned mot 3.45 på 1500m. Foruten disse har vi et vel så stort knippe som burde klare 3.50-grensen. Femteplassen i årets H-stafett viste en nedadgående trend som holdt seg hele sesongen ut. Og denne trenden må vi forsøke å få snudd, sier Jostein.

Det er et godt stykke

Det er et godt stykke igjen til gammel storhetstid på distanser fra 800 m og oppover, men det bør være en klar målsetting for klubben å nå dit. Det bør bli såpass nivå at en 3.52-løper slett ikke skal føle seg trygg på en plass på laget i H-stafetten. Mye slit og satsing gjenstår før den tid.

JK



Treningsleieren kan fortone seg slik...



men også slik...

EIRIK BERGE: NY KLUBBREKORD

=====

i maraton: 2.13,00:

=====

Nok en ny klubbekord for menn i Tjalve så dagens lys tidligere i sesongen, nemlig i maraton hvor Eirik Berge i London løp på den sterke tiden 2.13,00 og forbedret sin gamle klubbekord med 50 sekunder. Med denne notering har Eirik Berge rykket opp på 4.plass på Norges-statistikken gjennom alle tider og passerte Jan Fjærestad på samme liste.

Når vi er inne på Norges-statistikken for menn, må vi også nevne at vår framgangsrike kaster Georg Andersen har rekordforbedret seg både i kule og diskos i år. I kule har han øket fra 17,95 til 18,60 og er med dette resultat nr. 8 på Norges-statistikken gjennom alle tider. Han ligger også kun 28 cm. etter Trond Ullebergs klubbekord på 18,88. I diskos øket Georg Andersen nylig sin "pers" fra 56,20 i fjor til 56,68 i år og har således enda en bit fram til Iver Holes klubbekord på 59,54 fra 1970.

Grand Prix Budapest

Nep Stadion 4.8.85

Et gigantisk stadion med plass for 80 000 tilskuere. Det virker nesten tomt med de ca. 20 000. Klokken er 15.00 og det hele innledes med slegge kast. Sovjets Juri Tamm får opp et vinnerkast på vel 84 m. Nesten 6 timer varer stevnet, den gode innledningen til tross forblir dette et av stevnets få toppresultater. 19.45 var det klart for Steve Cram på 2000m. Han lå lenge an til 4.49-4.50 på distansen. Sisterunden ble imidlertid drøy, og Walkers forhåndsdømte 4.51.4 så ut til å klare seg da stadionuret stoppet på 4.51.46. Offisiell tid ble allikevel 4.51.39 etter 20 min. venting. Stevnet hadde fått sin verdensrekord og ungarerne jublet.

På banketten samme kveld dukket noe overraskende Wolfgang Schmidt opp. Han er (var) en av Øst-Europas mest kontroversielle utøvere som etter uoverensstemmelser med myndighetene i DDR ble forvist ut i mørket, nærmere bestemt i arbeidsleir. Den atletiske øst-tyskeren med 2.01m og 108 kg hadde verdensrekorden i diskos med 71.16 m (1978). I dag var han blitt trener for en liten klubb i Øst-Berlin og var kommet til Budapest som turist. Konkurransereformen var ikke den samme lenger, men han mente han kunne kaste 55 m. Det finnes dem som mener at dersom han hadde fått utviklet seg 100 %, så ville verdensrekorden i diskos i dag kunne ligget betraktelig nærmere 80-meteren.

JK



Wolfgang Schmidt i aksjon

Bislett på topp

Årets siste Bislettstevne ble det mest suksessfylte Grand-Prixstevnet i verden i år med sine tre verdensrekorder.

- Neste år kommer vi til å foreta en økning i billettprisene, sier Svein Arne Hansen. Dette gjør vi for å komme mer på nivå med tilsvarende stevner i Europa, hvor vi forøvrig ligger lavest i billettpriser.

- Foreløpig har vi tenkt å legge hovedtribunebillettene på 175, 150 og 125 kr. Og vi har allerede 600 bortbestilte billetter for neste år hvorav 50 er gått til den engelske ambassaden, sier Svein Arne Hansen, som sammen med den øvrige Bislettalliansen har all grunn til å være fornøyd med 1985.

Bislettmedaljen ble i år tildelt følgende:

Arne Haukvik, BUL
Jan Hemsvik, Tjalve
Thorleif Jansson, Vidar
Målfrid Kuvås, BUL
Ole Petter Sandvig, Tjalve



John Walker
Bislettveteran nr. 1



NORSK REKORDNOTERING ELLER IKKE?

Under et internasjonalt stevne i Stavanger 17. august i år løp Einar Sagli 100 meter på 10,54, 1/100 sek. under Audun Garshols gamle notering fra 1972. Det var godkjente vindforhold, men tiden ble oppnådd i et ekstraløp på distansen, så i øyeblikket er det tvilsomt om rekorden kan godkjennes.

Ellers har Einar Sagli bekreftet sin gode sprintform ved å løpe 200 m. på ny personlig rekord 21,36 under Postgirostevnet i Trondheim uken etter. Med dette resultatet er Einar Sagli nr. 2 på Norges-statistikken gjennom alle tider på 200 m. (elektrisk tid) etter Audun Garshol som løp på 21,16 i 1972.

Vår nye langsprinter Atle Hjort Larsen som holdt på å lage den store sensasjonen under NM på Nadderud ved å lede 400m-finalen nesten til mål, har med sin tid 47,75 inntatt 7.plassen på Norges-statistikken (elektrisk) gjennom alle tider. På denne listen har han 2 tjalvister foran seg, nemlig Svein Erik Storlien (46,71) og Stein Are Agledal (47,39), og i tillegg 2 tjalvister til som ikke har fått registrert annet enn manuelle tider i sine karrierer, nemlig Bassen Bunæs (46,6) og Audun Boysen (47,4).

Eirik Hansen (22 år) kan bli vårt nye håp på langdistansene etter sin sterke framgang i årets sesong som må sies å være hans første på langdistansene.

På 3000 m. har han gått inn på 6.plass på Norgesstatistikken gjennom alle tider ved sitt friske løp på Oslo Games på tiden 7.53,15.

Foran seg har han 2 tjalvister: Knut Kvalheim (7.42,4) og Arne Kvalheim (7.44,8).

På 5000 m. har Eirik Hansen som den 5. tjalvist gjennom alle tider underskredet 14 min. med sitt 13.51,5 - løp i USA i vår.

Foran seg har han Knut Kvalheim (13.20,54), Arne Kvalheim (13.26,4), Eirik Berge (13.45,6) og Peder Arne Sylte (13.46,2).

Tjalve har forsåvidt enda 2 tjalvister under 14 blank på 5000 m., men disse to (Per Haga 13.52,6) og (Svein Arve Pedersen 13.58,0) har oppnådd disse tider for andre lag.



KONKURRANSE: HVEM KAN SETTE EN GOD
FRIDRETTSTEKST TIL DETTE MOTIVET?



*VI MINNER OM TJALVES TRADISJONELLE
TORSKEAFTEN FRED. 22 NOVEMBER*

T J A L V E ' s s t y r e

Formann:	03/838800 A.
Håkon Løbach	03/821275 P.
Viseformann:	234685 A.
Eystein Enoksen	794132 P.
Kasserer:	694548 A.
Reidar Falch	542246 P.
Sekretær:	46 28 99 A
Jan Hemsvik	(12-16)
Oppmann:	102700 A.
Svein Søndena	324647 P.
Styremedlemmer:	
Bjørn Berglund	381280 A.
(økonomi)	510051 P.
Jan Jørgen Moe	645252 A.
(statistikk/ serier)	233629 P.
Arild Kelm	
(klubblokalet)	254869 P.
Kjetil Myrtun	31 90 50 A.
(ungdomsavd.)	1.8860
Jan Christoffersen	790206 A.
(økonomi)	130272 P.

HOLMENKOLLSTAFETTEN:

Formann:	
Håkon Løbach	03/838800 A. 03/821275 P.
Kasserer:	
Reidar Falch	694548 A. 542246 P.
Sekretær:	
Jan Hemsvik	460361 A. (12-16)
Teknisk arr.:	
Ole Petter Sandvig	109450 A. 460589 P.
Løypesjef:	
Haavard Nordlie	205060 A. 228343 P.
Økonomi:	
Bjørn Berglund	381280 A. 510051 P.
Tjalvisten red. komite:	
Jo Kvernberg	489644 A 504276 P