

# TJALVISTEN

## I dette nummeret:

|  |   |
|--|---|
| Leder  | 2 |
| Nye Tjalvister                                 | 4 |
| Sleggekast-friidrettsøvelsen som passer "alle" | 5 |
| Ny norsk juniorrekord/Lagserien                | 6 |
| Portrettet/Eirik Førde                         | 7 |
| Nye klubbdrakter                               | 7 |
| Fra friidrettens historie                      | 8 |

## Saker av interesse:

- Fem Tjalvister i forbundets mesterskapsgrupper for 2008
- Ny norsk juniorrekord av Eivind Henriksen med 6 kg slegge
- Første worldcup seier til Astrid U. Jacobsen i Rybinsk

Vi ønsker alle et Godt Nytt År!



Ledelsen, administrasjonen og redaksjonen i Tjalvisten vil med dette få takke alle for en kjempeinnsats i 2007 og ønske lykke til med sesongen 2008.

Vi står foran en sesong med olympiske leker og VM for junior i tillegg til de norske og nordiske mesterskapene. Det skulle derfor være utfordringer nok for de fleste. Husk at du blir akkurat så god som du selv vil! Bruker du vinteren godt kommer resultatene til sommeren. Vi i støtteapparatet skal gjøre hva vi kan for å legge forholdene til rette slik at dere får en ny god sesong.



## Leder

IK Tjalve og Tjalves utøvere har pånytt hatt en flott sesong. Skulle jeg gå i detalj og yte hver enkelt den spalteplass han eller hun fortjener, ville jeg lett kunne fylle hele klubbavisa. La det derfor være sagt med en gang: Vi er strålende fornøyd med våre utøvers innsats og takker alle samlet!



Skal vi ta noe av det viktigste litt kronologisk vil jeg begynne med Holmenkollstafetten. Ikke bare har vi opplevd et oppsving i deltakelsen for annet år på rad, men i 2007 slo jentene våre kraftig tilbake da de temmelig overlegent vant sin eliteklasse foran Vidars jenter. Det var en flott opplevelse for en Tjalve leder ja, sikkert for alle Tjalve medlemmer! Vi hadde noe tid i forveien tro på at guttene også kunne kjempe helt i teten, men noen forfall den siste tiden før stafetten gjorde vel det håpet noe urealistisk. Guttene bet imidlertid svært godt fra seg og ble nest beste norske lag med en fin fjerde plass.

Banesesongen ble også en ubetinget suksess selv om et par av våre absolutte topputøvere, Susanne Wigene og Bård Kvalheim, av ulike årsaker ikke klarte å følge opp den gode 2006-sesongen.

Jeg vil først trekke fram Eivind Henriksen som har konkurrert mer enn de aller fleste i 2007 og satt perser og aldersrekorder i fleng – ja, i nesten hvert eneste stevne. Det er vanskelig å si hvilken av hans prestasjoner som er best, men 60,51m med seniorslegga, bronse i NM, ett gull i NM for junior og tre gull i UM er bare noen av hans mange suksesser denne sesongen i tillegg til en flott 9.plass i U18-VM, finaleplass i diskos under EYOF i Beograd og deltagelse i Junior-EM. Sammen med Eivind representerer allsidige Inger Anne Frøysedal vårt etter hvert sterke nivå på juniorsiden. Inger Anne tok bronse i tresteg i Hoved-NM, sølv i tresteg i NM for junior, gull i lengde, tresteg og høyde pluss bronse i kule i UM. Det er all grunn til å være imponert!

I UM tok Thekla Brun-Lie gull på 2000m og sølv på 800m. I tillegg tok Per Marius Hole sølv i slegge. Tjalve ble for første gang på lenge beste klubb i medaljestatistikken i NM for junior der Margrethe Renstrøm tok gull i lengde og tresteg, og både Fredrik

Halvorsen og Paul Redford tok gull i spyd i hver sin klasse. I junior-NM tok dessuten Stian Flo en fin seier på 1500m og løp inn til sølv på 800m. Sindre Almsengen tok også i år gull både i lengde og tresteg. Asbjørn Ellefsen Persen tok bronse på 5000m og Tonje Helle tok bronse både på 800 og 1500m under dette mesterskapet i Kristiansand. I alt 8 gull-, 4 sølv- og 5 bronsemedaljer til Tjalves utøvere!

Vi må også trekke fram Ingunn Opsal som i sin første sesong for Tjalve tok sølv på 3000m i NM for junior, en svært imponerende sølvmedalje på 5000m i EM for juniorer og gull på 5000m i et flott sololøp i NM i Askim. I junior-NM tok også vår nye utøver Ingvill Sætre sølv i spyd.

I Hoved-NM i Askim stilte Tjalve med en stor og god tropp. Vi har de siste årene kjempet jevnt med IL Norna-Salhus om å bli beste klubb både på poeng og i medaljekampen. Det var ingen tvil om at vi hadde stor tro på å gå seirende ut av denne kampen i år. – Og utøverne våre innfridde! Vi ble beste klubb med 8 gull-, 4 sølv- og 5 bronsemedaljer og var temmelig overlegne i poengkampen. Våre gullvinnere i Askim ble Margrethe Renstrøm som vant både lengde og tresteg, Grete Etholm Snyder i diskos, Ingunn Opsal på 5000m, Ingvill Måkestad vant 800m og tok sølv på 1500 også hun i sin første sesong i Tjalvedrakt, Stian Flo som vant 800m i tillegg til at han tok en sølvmedalje på 1500m, Bård Kvalheim som vant 5000m i skarp konkurranse med Anders Aukland og Lars Ytterhaug som vant lengde foran Sindre Almsengen. I tillegg til disse tok Atle McAdam som endelig var tilbake etter skade, sølv på 400m hekk og samboeren Margit Katrine Strand tok bronse i samme øvelse. I spyd fikk vi dessuten en bronsemedalje av Paul Solberg.

Seriekonkurransen til NFIF er det kanskje først og fremst klubbledere og de noe eldre som er opptatt av. Ikke desto mindre forteller nok resultatene i serien mye om de enkelte klubbers nivå og bredde. For svært mange i Tjalve har alltid serien vært viktig og når ”gamle” Tjalvister tar kontakt, spør de alltid om hvordan vi ligger an i serien. Vi har da en stolt tradisjon å vise til i NFIFs seriekonkurranse med en 25-år lang uavbrutt seiersrekke på herresiden fram til Norna-Salhus slo oss for et par tre år siden. Etter det har vi kommet tilbake og gikk seirende ut av konkurransen også i 2007 i skarp konkurranse med Norna.



## leder forts.

Bredden i Tjalve på herresiden vises også tydelig ved at 2.-laget forsvarte sin plass i 1.-divisjon klart foran 1.-laget til mange store friidrettsklubber!

De siste årene har vi også vunnet jentenes serie med svært klar margin og hva resultater og nivå angår, kan vi med god samvittighet kalle oss landets beste friidrettsklubb.

Personlig synes jeg NFIF burde kunne få atskillig mer ut av seriekonkurransen – både fordi den faktisk er spennende og kunne fortjene atskillig mer ”blæst” og dessuten må da serien kunne brukes for å inspirere til økt konkurranseaktivitet og klubbfølelse. På et av NFIFs ting for en del år siden ble det foreslått at forbundet skulle ta tak i dette og kanskje premiere – ikke nødvendigvis bare de beste lagene, men gjerne først og fremst de lagene som har størst framgang. Vi utfordrer det sittende styret og administrasjonen i NFIF til å ta tak i dette!

Sesongen 2007 er også den første sesongen der vi har hele fire samarbeidsklubber. Nytt i 2007 er vårt samarbeid med Lambertseter IL Friidrett. Fra før har vi vårt langvarige samarbeid med Koll og også samarbeidet med Nittedal har nå vart noen år. Lambertseter har også mange spennende utøvere og vi anser at denne modellen med samarbeidsklubber er en svært god form for rekrutteringspolitikk. Vi har i 2007 hatt flere felles vellykte prosjekter med våre samarbeidsklubber. Praktiseringen av samarbeidet er noe forskjellig fra klubb til klubb, men felles for vår avtale med de tre er at utøverne i de respektive klubbene representerer sin hjemmeklubb når de konkurrerer i aldersbestemte klasser og at de representerer Tjalve når de konkurrerer i junior- og seniorsammenheng. Det er da også meningen at utøverne fra våre samarbeidsklubber melder overgang til Tjalve når de når junioralder – selv om dette selvsagt er helt frivillig. På denne måten mener vi at vi både bidrar positivt til friidretten på lokalplan der våre samarbeidsklubber har sitt nedslagsfelt og at vi samtidig gir dem som ønsker å satse videre på friidretten, en naturlig vei til Tjalve som overbygning, til en klubb som har en stabil ledelse, har mye å tilby og har gode treningsmiljøer som omfatter de aller fleste friidrettsøvelser.

Mye takket være våre mange utøvers prestasjoner og innsatsen og kompetansen til våre trenere, opplever vi at Tjalve er en svært attraktiv klubb for nye utøvere og for utøvere som kommer til Oslo for å studere eller flytter hit for å komme i et treningsmiljø som kan

bringe dem videre rent idrettslig.

Vi har så langt i høst fått flere nyinnmeldelser: Mona Holm, Benjamin Jensen, Einar Inge Aasen, Anders Sjøstrøm (fra Sverige), Nur Jama Aden, Julie Haabeth og flere til vår ungdomsavdeling. I tillegg har vi god kontakt med enda noen flere svært spennende utøvere...

Vi takker våre trenere og utøvere – og ikke minst også våre mange gode hjelpere i våre arrangementer, dommere, funksjonærer – for innsatsen i 2007 og ønsker alle et godt idrettsår i 2008!

Det er ingen ting som tyder på at vi skal bli noe dårligere i årene som kommer.



## Nye Tjalvister

Som nevnt annet sted, har Tjalve fått flere nye utøvere nå i høst. Vi kan ikke nevne alle her, men vil kort presentere noen av de mest profilerte.

**Mona Holm** har meldt overgang til Tjalve fra Norna-Salhus og blir et nytt sterkt kort både nasjonalt og internasjonalt. Mona var VM-deltaker i år og bør ligge godt an til å klare OL-kravet neste år. Monas norske rekord i slegge er 67,80m. Mona har tatt en rekke NM-gull og i år fikk hun dessuten HM Kongens pokal – svært fortjent.



**Benjamin Jensen** har også meldt overgang fra Norna. Man kan vel si at Benjamin er kommet tilbake der han "hører hjemme"! Det burde være unødvendig med en bred presentasjon av ham, men Benjamin er usedvanlig allsidig og har en lang rekke flotte prestasjoner i 10-kamp å se tilbake på. Persen hans er 8160 poeng satt i 1999. Det er jo også mulig at han fremdeles har noe å hente i 10-kamp. Benjamin har også en rekke NM-gull i enkeltøvelser.



**Einar Inge Aasen** har meldt overgang fra IF Hellas. Einar var skadet i 2007, men har solide perser å vise til: 200m 21,55 og 400m 47,23. Einar satser godt mot 2008-sesongen og blir også en fin forsterkning

**Philip Bjørnå Berntsen** har sammen med sin lovende, yngre søster **Isabelle**, meldt overgang fra Ski IL til Tjalve. Begge er usedvanlig spennende, unge utøvere – og det er ekstra kjærkomment at vi nå styrker sprintøvelsene i klubben. Philip har i 2007 løpt på 10,73 og 21,53 og dessuten en 400m – den aller første – under 50,00.



Isabelle løp i 2006 som 15-åring 100m på 12,30! I 2007 har hun slitt med sykdom.



Med Benjamin, Einar, Philip sammen med Atle Mc og Lars Ytterhaug (og kanskje andre) vil Tjalve bli vanskelige å slå på 4x 400m og på 1000m stafett.

**Ronny Nilsen** er den tredje fra Norna-Salhus som har meldt seg inn i Tjalve i



høst. Ronny ble norsk mester i spyd i år og selv om han har trappet ned, vil han være en ressurs for Tjalve. Ronny har kastet hele 84,73m i spyd og var OL-deltaker i Athen i 2004.

**Nur Jama Aden** har kommet til Tjalve fra Lillehammer IF. Nur er en meget lovende løper og vi har stor tro på at han vil trives i gruppa til Knut Kvalheim. Nur presterte det kunststykket å slå Stian Flo på 800m i NM for juniorer i år! Nur blir også en fin tilvekst og vil nok styrke Holmenkollstafett-laget vårt betraktelig. Nurs perser er 1.51,46 og 3.46,95.

**Anders Sjøstrøm** fra Sverige har begynt studier på BI i Oslo og har meldt seg inn i Tjalve. Anders er tresteg- og lengdehopper og dessuten en brukbar sprinter. Anders ble svensk mester i tresteg i 2006 og har hoppet 15,65m. Han trener med Dan Simions gruppe og blir nok en verdifull treningspartner til Lars Ytterhaug.

**Julie Marie Haabeth** har begynt studier i Oslo og har meldt overgang fra Fredrikstad IF. Julie har følgende perser satt i år: 1500m: 4.46,34 og 3000m: 10.16,97.



**Vi ønsker disse og andre nye Tjalve utøvere hjertelig velkommen til oss. Vi håper dere vil trives og nå deres idrettslige mål!!**

## Takk til Signatur

Redaksjonen vil benytte muligheten til å takke Kommunikationsbyrået Signatur for hjelp med og ferdigstilte Tjalvisten. Etter at redaktøren har gjort sitt sørger Signatur for at bladet blir pent bundet inn. Vi er nemlig så heldig at vi har et tidligere Tjalvemedlem i denne bedriften. Richard Hvamb konkurrerte for Tjalve (i sprint) tidlig på 60-tallet.

Ønsker dere å lære mer om Signatur kan dere gå inn på [www.signatur.no](http://www.signatur.no)

## Sleggekast – friidrettsøvelsen som passer ”alle”

Dette kan virke som en drøy påstand, men jeg mener det faktisk. Det er kanskje den friidrettsøvelsen som stiller færrest krav til våre medfødte fysiske kvaliteter. Sleggekastere kan være:



Einar Brynemo

- **Unge eller gamle.** Man kan hevde seg i verdenstoppen fra man er 17-18 år til man er over 40.
- **Høye eller lave.** Høyden på verdens beste kvinnelige kastere varierer fra ca 1,65 til over 1.85, mens menn er fra 1,75 til godt over 2 m.
- **Lette eller tunge.** De beste jentene veier mellom 70 og 90 kg, mens herrene ligger mellom 85 og 110 kg.

**Hurtige eller litt ”trege”.** Medfødt hurtighet og eksplosivitet er ikke nødvendig. Riktig trening og valg av teknikk kan gi alle muligheter for å bli gode.

Alle kan ikke bli virkelig gode og få medaljer i NM, men mange kan bli gode og få delta i NM og nesten alle kan bli så gode at de har glede av å delta i konkurranser.

### Skader.

Å unngå skader er viktig og bør være i fokus helt fra man er ung. Sleggekast markerer seg positivt i denne sammenheng. Det er svært sjelden man pådrar seg skader i selve kastet. Grunnen til dette er at gode kastere hele tiden arbeider i gunstige posisjoner. Ryggen skal være rett, og ekstreme leddutslag finner vi ikke i noen faser av kastet. De belastningene kroppen utsettes for i forbindelse med sats, landing eller ekstremt store hastigheter på enkelte kroppsdel, unngår vi også i slegge.

De skadene sleggekastere pådrar seg skjer vanligvis i forbindelse med ressurstrening. De bør derfor være forsiktige når de trener spenst, sprint og tunge løft. Denne type trening skal ikke unngås. Den er viktig, men man må varme godt opp, alltid være i balanse og bygge opp ressursene sakte og jevnt. Tung styrketrening bør man vente med til man har trent i mange år, og til man er godt over puberteten. Skal unge kastere trene med vekter bør de prioritere løfteteknikken. Husk også på at kastingen i seg selv gir økt styrke.

Når man kaster skal man **tenke hurtighet**. Når vi kaster bør vi tenke som sprintere. Vi er raskest når vi tenker hurtighet og ikke prøver å bruke mest mulig krefter. Målet med sleggekast er å skape størst mulig rotasjonshastighet.

### Individuelt tilpasset teknikk.

Ingen kaster likt. Den store utfordringen for utøveren er å finne fram til den teknikken som passer best. Det er i denne

sammenheng det er særlig gunstig å få hjelp av en trener. En god trener kan hjelpe utøveren til å finne ”sin” teknikk gjennom å prøve seg fram. Jo mer erfaring treneren har, dess flere måter å tenke teknikk på, vil han sannsynligvis ha.

Likevel finnes det en del **fellestrekk** som vil gjelde uansett hvordan den individuelle teknikken er.

Denne bildeserien er av Juri Sedyk. Han har verdensrekord i slegge for menn.

De tekniske oppgavene som står i ”taleboblene” bør alle tilstrebe.

Du kan lese mer om sleggeteknikk i boka ”Friidrett for ungdom”. Nærmere opplysninger om den kan du finne på NFIFs hjemmesider, ev kontakt meg.

Noe som også er viktig, men som ikke er så tydelig å se på bildeserien, er at dreiningen inn i første rotasjon må begynne tidlig, allerede på bilde 12 – 13.

Hastigheten på kroppen må øke jevnt slik at når høyre bein løftes fra bakken, bilde 14 – 15, skal kroppen ha samme omdreiningshastighet som slegga.

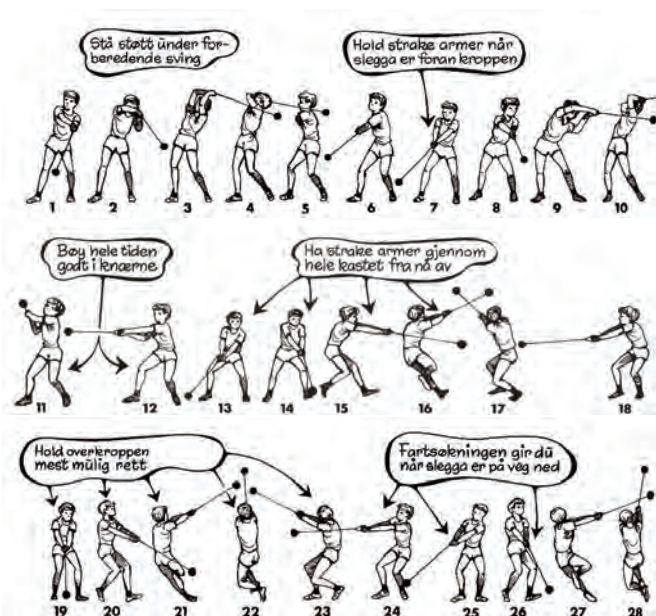
### HUSK:

**Prioriter teknikk før styrke**

**Tren allsidig, særlig når du er ung.**

**Tren på det som er morsomt.**

**Vær tålmodig.**





## Ny norsk juniorrekord

Under et sleggestevne i Tønsberg lørdag 8 desember satte **Eivind Henriksen (17)** ny norsk juniorrekord med 6 kg slegge. Eivind oppnådde 68,26 m i siste kast etter en meget imponerende serie. 66,85 m, 67,04 m, 67,08 m, 68,07 m, 68,15 m, 68,26 m. Rekorden er 4 cm lenger enn Richard Olsens tidligere rekord satt i 1976. Resultatet bringer han opp på 2. plass på verdensstatistikken.

Rekordkastet kom etter at han først hadde satt ny aldersrekord i G17 med seniorslegge og for første gang kastet over den magiske 60 meter grensen. Resultat: 60,51 m.

## To nye kastere til Tjalve

Rett før Tjalvisten gikk i trykken har vi fått vite at **Tove Beate Dahle (BUL)** og **Ragna Matea Jenssen (OSI)** har meldt overgang til Tjalve.

Tove Beate har i mange år vært en lovende mangekjemper som i de siste par årene først og fremst har satset på kastøvelsene. Tove tok gull i slegge både under UM 2006 og 2007. I tillegg tok hun bronse i spyd i 2006.

Ragna Matea er først og fremst sleggekaster. Grunnet skader har hun vært delvis fraværende de siste årene, men føler nå at hun er klar til å satse på favorittøvelsen igjen.

Vi ønsker begge hjertelig velkommen til Tjalve!

## Vakter på Bislett

Vi vil igjen få minne om at Tjalve medlemmer skal sitte vakter på Bislett hver tredje uke. Hvis ikke flere viser mer interesse for denne jobben må ledelsen begynne å beordre folk til vakter. La oss slippe å gå så langt! Ring derfor kontoret og sett dere opp på listen så raskt som mulig. Her er det fine muligheter til egen trening i tillegg til fine muligheter til å studere eller jobbe med andre ting. Dette er en enkel jobb sammenliknet med andre typer dagnadsjobber.

## Dobbeltseier til Tjalve

Lagserien 2007 er nå avsluttet og som tidligere nevnt med seier til Tjalve både for menn og kvinner. I serien for menn seiret Tjalve foran Norna-Salhus, mens Steinkjer denne gang kom opp som tredje lag. Legg også merke til at 2. laget ble nr. 8 etter en meget imponerende innsput!

På kvinnesiden var også rekkefølgen uforandret fra i fjor, med Tjalve foran IL i BUL.

Her følger de korrekte resultatene:

### 1.div. menn

|    |                  |         |        |        |
|----|------------------|---------|--------|--------|
| 1  | IK Tjalve        | (30/18) | 25.295 | (1)    |
| 2  | IL Norna-Salhus  | (30/16) | 25.086 | (2)    |
| 3  | Steinkjer FIK    | (30/9)  | 24.783 | (4)    |
| 4  | IL i BUL         | (30/16) | 23.264 | (6)    |
| 5  | Sandnes IL       | (30/11) | 22.792 | (7)    |
| 6  | IL Gular         | (30/16) | 20.956 | (8)    |
| 7  | Lillehammer IF   | (30/12) | 20.677 | (9)    |
| 8  | IK Tjalve 2. lag | (30/16) | 20.642 | (2/2d) |
| 9  | IL i Bul-Tromsø  | (29/13) | 19.741 | (9)    |
| 10 | Haugesund IL     | (29/12) | 19.364 | (4/2d) |
| 11 | SK Vidar         | (27/11) | 19.184 | (5)    |
| 12 | Gloppen FIL      | (30/19) | 18.557 | (3/2d) |
| 10 | IF Hellas        | (30/11) | 18.428 | (1/2d) |
| 11 | Gloppen FIL      | (30/19) | 18.074 | (3/2d) |
| 12 | IF Hellas        | (30/11) | 18.429 | (1/2d) |
| 13 | FIK Orion        | (28/14) | 15.094 | (10)   |

### 1.div. kvinner

|    |                     |         |        |        |
|----|---------------------|---------|--------|--------|
| 1  | IK Tjalve           | (30/14) | 23.490 | (1)    |
| 2  | IL i BUL            | (30/18) | 21.672 | (2)    |
| 3  | IL Tyrving          | (30/17) | 21.614 | (4)    |
| 4  | Trondheim Friidrett | (30/11) | 21.101 | (3)    |
| 5  | FIK BFG Fana        | (30/14) | 21.071 | (6)    |
| 6  | Steinkjer FIK       | (30/16) | 20.969 | (5)    |
| 7  | IL Gular            | (30/14) | 19.904 | (4/2d) |
| 8  | Fredrikstad IF      | (30/14) | 19.715 | (8)    |
| 9  | IL Skjalg           | (30/15) | 18.881 | (7)    |
| 10 | Osterøy IL          | (30/11) | 17.864 | (10)   |
| 11 | Minerva IS          | (27/12) | 17.409 | (1/2d) |
| 12 | Modum FIK           | (28/10) | 16.933 | (2/2d) |
| 13 | Haugesund IL        | (26/11) | 16.279 | (3/2d) |
| 14 | SK Vidar            | (18/10) | 14.171 | (9)    |

## Portrettet

### Eirik Førde

I dette nummeret skal vi presentere andre halvdel av Tjalves svar på "Knoll og Tott", nemlig Eirik Førde.



Eirik kom til Tjalve som 14-åring antagelig under sterk innflytelse fra pappa Einar, tidligere mellomdistanseløper i klubben (også kjent fra rikspolitikken og som kringkastningssjef). Eirik viste raskt svært lovende takter på litt lengre distanser og har flere gode prestasjoner spesielt på 2000m. Han tok bronse på denne distansen under UM i Haugesund i 1992 med tiden 6,01,73. Vi kan også nevne at han fra 1991 til 1992 senket persen på 800 m fra 2,20,02 til 2,08,11.

Eirik hadde solid talent også for fotball og bandy og valgte nok å prioritere særlig bandy foran løping og en friidrettskarriere. Han trappet ned friidretten - til noe skuffelse for faren, men hevdet seg svært så godt på isen med bandykølle og fikk med seg 10 juniorlandskamper. Han har representert Norge både i U16 og U18-VM i denne grenen.

Selv om Eirik valgte å trappe ned satsingen på friidrett har han i alle år holdt god kontakt med Tjalve og har de senere årene vært trener for de yngre utøverne. De to siste årene har han også vært leder for klubbens påskeleir på Poros sammen med Hans Chr.

I høst prøvde han seg i Oslo maraton og kom inn på den anstendige tiden 3,04. Dette resultatet kvalifiserte også til å bli utropt som klubbmester i maraton.

Til daglig jobber Eirik som fotograf og har ansvaret for alle de fine bildene fra de siste mesterskapene.

Vi ønsker Eirik lykke til videre som trener og motivator i Tjalve!



Til venstre, trening på Poros påsken 2007. Til høyre blir han "hengt" av Hans Chr. under UM i Kristiansand.

## Nye klubbdrakter

Styret i Tjalve har nå bestemt at man skal innføre nytt konkurransetøy fra neste sesong, nærmere bestemt hoved-NM i Trondheim. I første omgang er det snakk om singlet og T-trøye, men det jobbes også med genser og jakke i nye farger. Målet er å kunne stille i noe som skiller oss ut fra de andre klubbene som også bruker Mizuno. Som alle sikkert vet hadde Tjalve-utøverne hvite konkurransedrakter og hvit jakke før i tiden. Dette er noe man streber etter å komme tilbake til hvis mulig. Først og fremst er vi avhengig av at Mizuno kan imøtekomme våre spesifikasjoner. Svaret på dette håper jeg vi kan få om ikke så lenge.

Bildene nederst på siden viser den nye singletten og T-trøya. I tillegg til Mizuno merket vil vi ha Job Zone logo og Tjalves klubbmerke. På T-trøya vil Tjalve trykkes på ryggen, muligens også på singletten hvis det blir plass. I følge Per Sletholt skulle det ikke være vanskelig å få til en hvit genser istedenfor den sorte vi har i dag.

Mange vil sikkert si at hvitt er upraktisk, men det er vi ikke enig i. Tjalve var hvite i alle de årene man hadde koksgrusbaner her i landet, uten at draktene ble noe mer møkkete av den grunn.

Til sammenlikning har vi satt inn et bilde av Tjalves stafettlag fra slutten av 60-tallet i de hvite draktene.



## IK Tjalve

Underhaugveien 1  
0354 Oslo  
Postboks 5905 Majorstua  
0308 Oslo

Telefon: 22 60 43 40  
Telefaks: 22 56 70 35  
E-post: mail@tjalve.no

Mens Sana In Corpore Sano

Vi er på internett!  
[www.tjalve.no](http://www.tjalve.no)



**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 1847 og ble oppløst allerede i 1893. Etter en rekke opphissete diskusjoner i Sportforeningen, 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"

|                                      |  |
|--------------------------------------|--|
| <b>Leder: Per Sletholt</b>           | <b>90779536</b><br>email: per@pssport.no     |
| <b>Nestleder: Svein Søndena</b>      | <b>95232321</b><br>email: ssoenden@online.no |
| <b>Daglig leder: Svein Lilleberg</b> | <b>99296254</b><br>email: mail@tjalve.no     |
| <b>Redaktør: Bjørn Henriksen</b>     | <b>91793453</b><br>email: bjorn-he@online.no |

## Fra friidrettens historie

Tidsrommet fra 1891 frem til mellomkrigstiden kan i idrettslig forstand betraktes som en etableringsperiode. Så sent som i 1904 hadde Idrættforbundet bare 26 innmeldte lag med til sammen 1400 medlemmer, og friidretten stod stadig i fare for å bli slukt av turnsporten. Men i 1920 finner vi at friidrett hadde slått igjennom som egen disiplin innenfor et forbund med 140 lag og 8300 medlemmer. Denne økende oppslutning var oppsiktsvekkende, selv om den bare representerte en forsiktig forvarsel om den dramatiske vekst i konkurranseidretten i mellomkrigstiden.

I 1920 hadde arbeidet med å utvikle egnede konkurranseformer og regelverk skapt et konkurransemønster som er gjenkjennelig for dagens utøvere. I 1920 konkurrerte norske idrettsmenn stort sett i samme øvelser og etter samme regelverk som de gjør i dag. I spyd, kule og diskos ble riktignok resultatet stadig regnet etter kast med begge hender, men bare 400 m hekk, 4x100 m og 1000 m stafett manglet i mesterskapsprogrammet. Og de aktive konkurrerte på baner som med unntak for selve dekket, minner om dagens. De brukte piggsko og liggende start i sprintøvelsene. Særlig i sprint og hopp finner vi norske rekorder som fremdeles holder god norsk nivå, som Olav Rustads 10,7 og

Olav Frogners 22,3 fra henholdsvis 1916 og 1918. Helge Løvlands 15,3 på 110 m hekk fra 1919 og Johan Johannesens 7,11 i lengde fra 1919.

Tjalve var selvsagt ikke alene om å fremme denne utviklingen av norsk friidrett, men klubbens medlemmer spilte viktige roller gjennom hele perioden, både administrativt og idrettslig da det ofte er en nær sammenheng mellom administrativ/økonomisk og idrettslig utvikling. Det gjelder spesielt for Tjalve i oppbygningsfasen.

*Kilde: Helge Pharo, Tjalve hundre år.*



*Stavhopp under NM i Kristiansand 1897*