



# TJALVISTEN

## I dette nummeret:

NM i Trondheim	1
jrNM i Stavanger	2
UM i Sigdal	3
Tjalve utøvere i NM	4
Portrettet	6
Stang ut i junior-VM	6
Notiser	6
Husker du?	7
NM terrengløp, lang løype	8

## Mange høydepunkter i Trondheim



Tjalve utøverne rasket med seg 8 gull, 5 sølv og 4 bronsemedaljer under hoved-NM i Trondheim 18-20 juli. Vi ble igjen beste klubb både i medaljekampen og i poengsammendraget.

Fredagen startet med en meget kjærkommen gullmedalje til Benjamin Jensen i stav; hans første i Tjalvedrakt på mange år. Deretter fulgte Gjørán Sørli opp med å vinne kule på 18,24m i sitt comeback. Gjørán har ikke konkurrert siden han vant kule under NM på Bislett i 2006. Inger Anne Frøysedal og Eivind Henriksen tok sølv i henholdsvis tresteg og slegge.

Lørdag ble det tre nye gullmedaljer ved Ingvill Måkestad på 800m, Mona Holm

i slegge og Margrethe Renstrøm i lengde. Det ble sølv til Stian Flo på 800m etter en spennende innspurt hvor Stian ble slått på den siste meteren. Gjørán fulgte opp den fine innsatsen fra fredag med å ta sølv i diskos, mens Sindre tok bronse i lengde; noe skuffende når vi vet hva han egentlig har inne.

På avslutningsdagen søndag ble det en ny gullmedalje til Ingvill på 1500m. Grete Etholm tok som ventet sitt 7. NM gull på rad i diskos. I tresteg ble det en klar seier til Sindre Almsengen. Her tok Lars Ytterhaug bronse. Nur tok en fin bronsemedalje på 1500m, før Paul Andre Solberg og Bjørn Kristiansen avsluttet med å ta sølv og bronse i spyd.



## Tjalve også best i junior-NM

Årets junior-NM gikk av stabelen på nye Stavanger stadion 8-10 august. Været viste seg fra sin beste side fredag og lørdag, men en sjenerende vind ødela for de gode resultatene i sprint. Det er utrolig at man ikke har lagt innkomsten på andre siden av banen når man vet veldig godt hvordan vinden blåser på Stavanger stadion. Stevnet ble til dels også ødelagt av dårlige speakere. I et såpass stort arrangement som et junior-NM bør man forlange at arrangøren stiller med speakere som kjenner til hvem de forskjellige utøvere er. Den ene speakeren hadde faktisk gjort seg bedre i barne-TV.

Tjalve stilte i år med en tropp på 16 utøvere. Flere av fjorårets vinnere var for gamle til å stille opp og spenningen var stor om man til en viss grad ville klare å prestere i nærheten av fjorårets medaljehøst.

Tjalve har hatt dårlig med sprintere i juniorklassen de siste årene. I år er vi så heldige å ha Phillip Bjørnå Berntsen i våre rekker. Phillip vant enkelt både 100 og 200m selv om tidene ikke ble de beste grunnet den omtalte vinden.

Eivind Henriksen har vært skadet siden hoved-NM i Trondheim, men vant allikevel slegge med god margin. Resultatet 66,31m var blant de beste under mesterskapet, men det holdt ikke helt denne gangen til å få Friidrettens Venners pokal for beste mannlige utøver i mesterskapet. Pokalen gikk i år til Fredrik Amundgård fra Tyrving. Eivind gjennomførte også en god diskoskonkurranse og kapret en fortjent bronsemedalje. I kule ble det fjerdeplass. Vegard Henriksen kom til Stavanger for å vinne gull i diskos i eldste klasse, men isteden ble det gull i kule og sølv i diskos og slegge. Tove Beate Dahle vant som ventet gull i spyd i eldste juniorklasse og sølv i kule. Hadde hun stilt i slegge ville hun med stor sannsynlighet også vunnet denne øvelsen. Invild Sæthre tok



Phillip på vei mot seier på 100m.

bronsemedalje i spyd samme klasse. Toves samboer, Magnus Moltzau, fulgte opp jentenes innsats i spyd med å vinne øvelsen i eldste juniorklasse blant gutta.

Blant de som løper noe lengre merket vi oss fin innsats av Asbjørn Ellefsen Persen. Sølv på 5000m og fjerdeplass på 1500m. Ingvill Oppsal var tilbake på banen etter et lengre skadeopphold. Dessverre slo ryggen seg vrang dagens før 3000 meteren, men det ble allikevel en sølvmedalje. Johanne Brynildsen var tøff nok til å stille på 2000m hinder. Som vist på billedserien nederst til venstre fikk hun seg et forfriskende bad underveis. Johanne kom seg opp igjen og fullførte til en fin 10. plass. Inger Anne Frøysedahl valgte denne gang å sløyfe lengde, men kapret sølvmedaljen i tresteg etter en fin duell



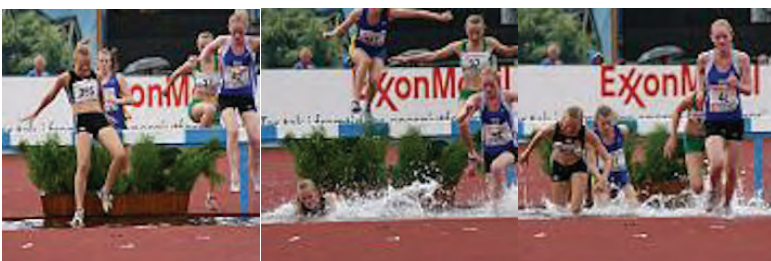
Guleed (til venstre) rett etter start på 800m finalen i eldste klasse.

med Mia Haave. Det ble også en bronsemedalje i høyde.

Totalt ble det 6 gull, 6 sølv og 3 bronsemedaljer til Tjalves utøvere i mesterskapet, bare to medaljer mindre enn under fjorårets mesterskap i Tønsberg. Det

holdt til å bli beste klubb i medaljesammendraget. Tjalve ble også best i poengsammendraget. Med 123 poeng var vi bare noen få poeng dårligere enn i fjor. Ikke dårlig når både Margrethe Renstrøm, Stian Flo, Sindre Almsengen og Nur Aden har falt for aldersgrensen.

Neste år arrangeres junior-NM i Bodø. Forhåpentligvis vil vi kunne stille med minst like sterkt mannskap. Flere av de som var med i år vil kunne utvikle seg videre og de fleste vil også være junior neste år. Bussturen til Stavanger var lang, og vi håper alle at Friidrettsforbundet sørger for å sette opp charterfly til neste års arrangement.



## UM Sigdal

Det var stilt store forventninger til årets Ungdomsmesterskap i Sigdal. Banen i Prestfoss ble innviet i fjor høst og de lokale lagene har lagt ned tusenvis av dugnadstimer for å få banen klar. På et såpass lite sted var det heller ikke vanskelig å få nok folk til å stille opp. Arrangøren hadde faktisk for mange funksjonærer, noe man ikke er vant til i de store byene. Når også været viste seg fra sin beste side ble dette et av de beste ungdomsmesterskap noen gang.

Tjelve stilte med en relativt liten tropp, men de som var med presterte på høyt nivå. Phillip Bjørnå Berntsen var igjen suveren på sprinten med seier både på 100m og 200m som i junior-NM. Grunnet fine vindforhold ble

tidene noe helt annet enn i junior-NM.

10,64 på 100m og 21,25 under semifinalen på 200m er blant de beste tidene i Norge i år. I finalen ble det 21,42 på 200m



*Phillip vinner en suveren seier på 200m.*

Eivind Henriksen var fortsatt ikke skadefri etter skaden han fikk rett etter hoved-NM, men kastet allikevel 70,96m med 6 kg slegga. Ikke dårlig når man ikke har trent på nærmere 6 uker. Resultatet holdt til bestemannspremien i gutteklassen. Tilsvarende pris i jente-klassen gikk til Trude Raad for sin norske juniorrekord i slegge på 60,47m. Ingen tvil om at våre yngre kastere holder et høyt internasjonalt nivå. Eivind fulgte opp innsatsen i slegge med sølv i både kule og diskos. For første gang i år slo han diskosspesialisten Magnus Røsholm Berntsen.

Vår fjerde gullmedalje i årets mesterskap gikk ikke uventet til Thekla Brun-Lie i J16. Thekla vant en suveren seier på 800m i sin klasse på ny personlig rekord, 2,17,59. Thekla fulgte opp den gode innsatsen



*Eivind Henriksen i sleggeringen.*



*Thekla vinner 800m i J16 i suveren stil.*

på 800m med å ta sølv på 3000m, også her på ny personlig rekord, 10,39,59.

Vår eneste bronsemedalje i mesterskapet gikk til Johanne Ligaard Brynildsen på 1500m hinder i J15. Johanne var tydeligvis ikke skremt etter fallet i vanngraven under junior-NM og fikk med sin fine bronsemedalje en aldri så liten revansj.



*Johanne på seierspallen etter hinderløpet.*

Vi bør også nevne at Per Marius Hole (G18/19) tok en fin fjerdeplass i slegge, slått med fattige syv centimeter i kampen om bronsemedaljen. I diskos ble det en 5. plass.



*Per Marius Hole*

Når vi tar med at Eirik Bakke stilte både på 800m og 3000m og fikk henholdsvis en 8 og en 11. plass skulle de fleste være nevnt. Neste år går UM på Nadderud. Bortsett fra Phillip og Per Marius skulle de resterende fortsatt være klare for start når neste års ungdomsmesterskap åpner en gang i august 2009.

## Tjalve utøvere i NM/junior NM



**Ingunn Opsal**  
J22 NM: Sølv 3000 m



**Margrethe Renstrøm**  
NM: Gull lengde



**Inger Anne Frøysedal**  
J19 NM: Sølv tresteg  
J19 NM: Bronse høyde  
NM: Sølv tresteg  
NM: 6 plass lengde



**Grete Etholm**  
NM: Gull diskos  
NM: 5 plass kule



**Hanne Lyngstad**  
NM: 1500 m DNF



**Ingvill H. Måkestad**  
NM: Gull 800 m  
NM: Gull 1500 m



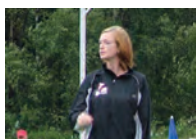
**Mona Holm**  
NM: Gull slegge  
NM: 4 plass diskos



**Johanne L. Brynildsen**  
J19NM: 1500m forsøk  
J19NM: 10 plass 2000 hinder



**Tove Beate Dahle**  
NM: 4. plass spyd  
J22 NM: Gull spyd  
J22 NM: Sølv kule



**Ingvild Sæthre**  
J22 NM: Bronse spyd



**Ragna Matea Jensen**  
NM: 9 plass slegge



**Marie Blix Songnes**  
J22 NM: 7.plass 400m



**Enya Aspen**  
J19 NM: 7. plass 3000m



**Abdiraham Guleed**  
J22 NM: 6. plass 800 m



**Egil Reidar Osnes**  
NM: Forsøk 1500 m



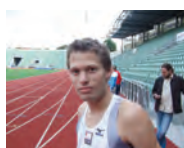
**Stian Flo**  
NM: Sølv 800 m



**Asbjørn Ellefsen Persen**  
J22 NM: Sølv 5000 m  
J22 NM: 4. plass 1500m  
NM: 9.plass 5000m  
NM: 8. plass 10000 m



**Lars Ytterhaug**  
NM: Bronse tresteg  
NM: 4. plass lengde



**Jan Christian Kaltenborn**  
NM: 10.plass 5000 m  
NM: 10.plass 10000m



**Thomas Rosvold**  
NM: 7. plass diskos



**Gjøran Sørli**  
NM: Gull kule  
NM: Sølv diskos

## Tjalve utøvere i NM/junior NM



**Per Marius Hole**  
J19 NM: 5.plass diskos  
J19 NM: 6.plass slegge



**Sindre Almsengen**  
NM: Gull tresteg  
NM: Bronse lengde



**Benjamin Jensen**  
NM: Gull stav  
NM: 4.plass 110m HK



**Philip Bjørnå Berntsen**  
NM: 4.plass 100m  
J19 NM: Gull 100m  
J19 NM: Gull 200m



**Paul Andre Solberg**  
NM: Sølv spyd



**Magnus Moltzau**  
J22 NM: Gull spyd



**Jon Andre Preststulen**  
NM: 13. plass 5000 m  
NM: 5.plass 10000m



**Eivind Henriksen**  
J19 NM: Gull slegge  
J19 NM: Bronse diskos  
NM: sølv slegge



**Vegard Henriksen**  
J22 NM: Gull kule  
J22 NM: Sølv diskos og slegge  
NM: 5.plass kule



**Anders Knudsen**  
J22 NM: 5.plass 5000m  
J22 NM: 8.plass 1500m



**Bjørn Kristiansen**  
NM: Bronse spyd



**Nur Aden**  
NM: Bronse 1500m  
NM: 6.plass 800m



**Einar Inge Aasen**  
NM: 400m finale DNF



**Øystein Sundby Heiberg**  
NM: 13.plass 10000m

## Notiser

Under finalen i NM satte **Eivind Henriksen** ny aldersrekord i slegge G18 da han kastet 62,66m med senior-slegga. Under et stevne på Bislett to dager etter NM økte han rekorden til 62,69m, men pådro seg en strekk i halsmuskulaturen som har holdt han borte fra sleggetrening i to måneder. I denne perioden har han også gjennomgått en neseoperasjon og er nå klar til å ta fatt på opptreningen frem mot EM for junior neste år.

**Susanne Wigene** sier til Dagsavisen.no at hun gjerne vil tilbake igjen selv om overtrening og en hælsskade har satt henne tilbake de siste to sesongene. Akkurat nå er det bra med henne, men hun ønsker å teste beinet skikkelig før hun satser mot VM i Berlin neste år.

**Linn Eriksen** vant en suveren seier på 1500m i J14 under NCC-lekene som ble avholdt på Nadderud i begynnelsen av september. Tiden ble så god som 5,00,67. Hun slo neste jente med ca.6 sekunder. Linn ble også nr. 3 på 600m med tiden 1,45,65. I det samme stevne ble **Rikke Bergsvand** nr. 2 på 600m i J13 med tiden 1,43,85. Hun ble også nr. 6 på 60m med tiden 8,80. Fire jenter fra Tjalve hadde kvalifisert seg til Oslo's kretslag. NCC-lekene er først og fremst en lagkonkurranse. Laget fra Oslo endte i år på en 4.plass.

## Portrettet

### Gjørn Sørli

Årets hyggeligste comeback sett med Tjalve øyne var Gjørn Sørli's start i hovedmesterskapet i Trondheim. For oss som vanker i kastmiljøet hadde vi hørt rykter om at noe var på gang, men vi var aldri helt sikre før Gjørn stilte opp i Spikkestad Open rett før NM.

Gjørn ble født i Egersund i 1978 og konkurrerte for Egersunds IK før han kom til Tjalve i 2000. Gjørn gjorde seg bemerket på idrettsbanen som 15-åring da han for første gang dukket opp på norgesstatistikkene. Gjørn var ikke noe typisk barnestjerne, men begynte å vise tenner i juniorklassen. Han har vært vår klart beste kulestøter de siste årene og har vunnet alle NM fra 2000 og frem til i dag bortsett fra 2007 hvor han ikke stilte. Under NM i Trondheim støtte han fine 18,24m, ikke dårlig når man tar i betraktning at han bare hadde trent en økt med kule før mesterskapet. Kule var i mange år favorittøvelsen og han representerte Norge under VM i 2001 i denne øvelsen. Sitt beste resultat oppnådde han i 2003 med 19,79m.

Fra 2004 var det full fokus på diskos. Dette året kastet han 65,86m under et stevne på NIH. Dessverre kom det lange kastet etter at OL i Sydney var over. Året etter ble det en hard fight med Gaute Myklebust om å bli tatt ut til VM i Helsingfors. Begge hadde kastet over B-kravet, men bare en kunne tas ut. Gaute ble for sterk i de siste kvalifiseringsstevnene og ble derfor sendt til Helsingfors på bekostning av Gjørn. Gjørn la opp etter 2005 sesongen, men ledelsen i Tjalve fikk overtalt han til å være med i NM på Bislett 2006. Gjørn kom og leverte



varene. Det ble seier i kule på 17,45m, tre centimeter foran Gaute Myklebust.

I følge Gjørn kommer han nå til å satse for fullt igjen frem mot 2009 sesongen. Først og fremst i diskos hvor målet må være VM i Berlin. Forhåpentligvis stiller han også i kule i NM. Velkommen tilbake Gjørn!



## Stang ut i junior-VM

Årets junior-VM ble avholdt i Bydgoszcz (Polen) i perioden 11-18 juli. Tre utøvere fra Tjalve kvalifiserte seg til mesterskapet; Phillip Bjørnå Berntsen på 100m, Inger Anne Frøysedal i tresteg og Eivind Henriksen i slegge.

Mesterskapet ble på ingen måte noen suksess for Tjalve utøverne. Phillip ble slått ut i forsøksheatet på 100m. Inger Anne presterte tre døde hopp i kvalifiseringen og Eivind det samme i sleggekvalifiseringen. Eivind var vel den eneste i utgangspunktet som hadde mulighet til finaleplass. I følge de svenske laglederne var det ene av Eivinds døde kast ca. 73m. Det holdt med 69,96m for å komme til finalen.



Eivind under kvalifiseringen i Bydgoszcz

## Notiser

Under Øresundspelen i Helsingborg 11-13 juli kastet **Mona Holm** 67,46m i slegge. Resultatet var over OL-kravet, men som vi nå vet holdt det allikevel ikke til plass i OL-troppen. I det samme stevnet kastet **Gjørn Sørli** 60,57m i diskos. Dette er det nest lengste kastet i Norge i år.

**Tove Beate Dahle** tok en fin sølvmedalje under NM i 7-kamp som ble arrangert i Overhalla 23-24 august. Med poengsummen 4572 var hun kun 10 poeng bak vinneren. Den avsluttende 800m ble helt avgjørende i kampen om gullet.

Under det sveitsiske juniormesterskapet i Luzern 6-7. september løp **Phillip Bjørnå Berntsen** 100m på tiden 10,50. Det er den nest raskeste tiden i Norge i år. Bare Jays har løpt raskere.

**Vegard Henriksen** ble nr. 5 i diskos i det nordisk-baltiske U23 mesterskapet som ble arrangert i Tammerfors samme helg.

Under et kaststevne i Helsingborg samme helg kastet **Grete Etholm** 55,22m i diskos og gjorde en av sine beste konkurranser for året.

## Husker du?

**Einar Førde** ble født i Høyanger i 1943. I 1958 flyttet han til Eidsvoll for å gå på Landsgymnaset og kom med i Tjalve fra 1960. Hvorfor kom han egentlig til Tjalve? Skulle ikke en innflytter fra en vestlandbygd springe for BUL der de til og med trente på å snakke nynorsk, fremfor det ”sossete” Tjalve som ikke tillot kvinnelige medlemmer før i 1978? Svaret var nok ganske enkelt: Tjalve hadde det beste miljøet for mellomdistanseløp og den beste treneren i Norge. Arne Nytrø trente også landslaget og det var en fordel for Einar Førde og de andre landslagsløperne i Tjalve å ha samme trener både på landslaget og i klubben. Da Førde dukket opp på Tjalve-treningen i 1960 så Nytrø raskt talentet på 800 og 1500m, men muligens også et enda større potensial på 5000 og 10000. Førde skjønnte nok selv at treneren hadde rett, men hans store ideal, Herb Elliott var 1500m løper, og enda viktigere, lange løp krevde helt annerledes og mer trening. ”Eg orkar ikkje. Det er berre idiotar som spring langt” sa Førde ved flere anledninger, og dette var nok et motto i hele gruppa til Tjalve på det tidspunktet.

Selv om Einar Førde var meget opptatt med andre ting, blant annet politikk på høyt nivå, møtte han trofast opp til treningene. Treningsmetodene var annerledes den gang og selv på elitenivå trente man bare en gang om dagen. En typisk uke for mellomdistanseløperne utenfor sesongen var 2-3 dager hvor man løp 10 km, en dag med langøkt på 15 km og ellers intervalltrening. Sammenliknet med dagens metoder trente man nok for sjelden, men muligens også for intensivt. Løperne sprang for mye og for fort og hadde for lite restitusjon mellom øktene. Einar Førde trodde at opplegget var gunstig for han. Treningene tok ikke så lang tid og det var bare en gang om dagen. Trening to ganger pr. dag hadde antagelig tvunget han til å legge piggskoene på hylla mye tidligere enn han gjorde.

Med jevne mellomrom tok han et avbrekk hjemme i Høyanger og det sies at da han kom tilbake etter slike turer presterte han enda bedre både på trening og i konkurranser. Og resultater ble det! I 1963 satte Einar Førde norsk juniorrekord på 1500m med tiden 3,50,3. Tiden var også nordisk juniorrekord og ble satt under NM finalen på 1500m hvor han bare ble slått av Arne Hammarland. For Tjalve var dette en meget kjærkommen medalje da klubben ikke hadde tatt medalje på 1500m på 5 år. Dette ble hans eneste medalje i et hoved-NM, men han ble norske juniormester samme år etter å ha slått Arne Kvalheim på 1500m i Haugesund.

Derimot var han med og tok mange medaljer for Tjalve på stafettene, både i junior og seniorklassen. Han ble norsk mester for Tjalve på 4x400m allerede i 1961 og var med på Tjalves lag som tok sølv på 4x1500m både i 1963 og 1964. I junior NM ble det gull på 4x400m både i 1962 og 1963 og på 4x1500 i 1963. I tillegg til dette har han en sølv på 4x1500m i 1962.

Det å gjøre idrettskarriere på høyt nivå samtidig som man studerer, arbeider som journalist, bygger seg en politisk karriere og heller ikke er fremmed for de gode ting i livet er meget vanskelig. Slik var det også for Einar Førde. Han prøvde, og han prøvde lenge. Han hadde tydeligvis selvtillit nok til å tro at han kunne lykkes både på idrettsbanen og i politikken. Einar Førde trappet ikke ned etter 1963 sesongen som han selv hevdet, men fortsatte å satse både i 1964 og 1965. I 1965 sprang han Norabakken i Holmenkollstafetten, en etappe treneren nok ikke hadde gitt han hvis han ikke var i form. Allikevel var det nok dette året han innså at han hadde stagnert og ikke lenger var på samme nivå som i 1963. Han slet tyngre og tyngre med å hente seg inn etter trening og konkurranser. Allikevel var han med da Tjalve vant Holmenkollstafetten i 1966. Noen måneder senere det året fikk kona Brit Fougner (og moren til Eirik) overtalt han til å gi seg for godt.

Resten av historien til Einar Førde kjenner de fleste godt til. Stortingsrepresentant for Arbeiderpartiet (1969-1989), parlamentarisk leder (1986-1989), Kirke og undervisningsminister (1979-1981) og Kringkastningssjef (1989-2001). Einar Førde døde 26. september 2004, 61 år gammel.



*Einar Førde (til venstre) og Thor Helland legger ut på 2. etappe under Holmenkollstafetten i 1965.*

## 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 gate", 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 saken"

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

## NM terrengløp, lang løype

50 års jubilaranten Bøler IF hadde fått i oppdrag å arrangere årets NM i terrengløp lang løype. Været var perfekt for løping, med lette skyer og ca.12 grader. Da siste løpsøvelse startet med senior menn tittet også solen frem og rammet det hele inn med høststemning på det beste. Det ble et særdeles trivelig mesterskap på Hareløkka, prikkfritt gjennomført av den rutinerte dugnads-gjengen fra Bøler IF. Et tallrikt og entusiastisk publikum kunne nyte mange sterke prestasjoner i de idylliske omgivelsene - naturområder i nærmiljøet som Bølerbeboerne bruker flittig i hverdagen. Totalt var det 264 fullførende deltagere i UM og NM, inkludert veteran-klassene.

Arrangøren hadde valgt å holde "Mørdarbacken" fra Nøklevann Rundt utenfor NM-løypa, men bakken opp bak klubbhuset var lagt inn som en sjanse til å avgjøre på slutten.

Hele 17 utøvere fra Tjalve stilte i dette mesterskapet. Best plassering fikk Anders Aukland som vant klasse 35-39 år og ble nr. 3 totalt. Blant jentene kapret Ingvill Måkestad en fin bronsemedalje på 6 km. Bronse ble det også til Hilde Gjessing i K45-49 år. Blant de yngre jentene, som løp 4 km, ble det fine 4. plasser til Thekla Brun-Lie i J16 og Enya Aspen i J18/19.



Anders Aukland på vei mot mål etter et sterkt løp.