



POSTEN

JUL 2016 • ÅRGANG 44 • NR. 4



God Jul!



TISTEDALEN FRILUFTSLAG
POSTBOKS 18 – 1790 TISTEDAL

www.tfl.no

Julestemning på Ertehytta

Et begivenhetsrikt år ebber ut og det er julestemning – ihvertfall var det julestemning på Ertehytta igår – søndag 11. desember. Det lot vi prege forsiden av dette nummeret av TFL-posten. Alt var på plass. Grøt, nisser, gang rundt juletre og tilhørende sanger. Det manglet dessverre snø den dagen. Lysløypa har aldri vært bedre forberedt på snø enn nå. Dugnadsgjengen har gjort en fantastisk jobb der også.

Dette nummeret er en oppsummering av høstens begivenheter, og vi tar for oss åpningen av skianlegget, ny gruppe i Turgruppa, jobben i lysløypa, turorientering og andre sportslige innslag. Vi avslutter med en reisebeskrivelse fra Gro og Asbjørns fantastiske sykkelstur i sommer. Fra Bergen til Sandefjord på nynorsk – frodigere blir det ikke. God fornøyelse. Med dette ønsker TFL-posten leserne en God Jul og et Godt Nytt År!

Hilsen Redaksjonen ved Arild

E-post: tflposten@tfl.no
eller - smiasen@halden.net
Frist for stoff til vårens nummer av TFL-posten er 1. mars 2017.

**GRASROT
ANDELEN**
NORSK TIPPING

I 2015 sørget våre støttespillere for at kr. 66.776,- kom inn på vår konto. Pr. 28. november 2016 har 119 personer sørget for kr. 72 068,- inn til TFL. For eventuelle nye som ønsker å støtte oss med sin tipping, lotto, vikinglotto eller joker:

**Tistedalen Friluftslags
organisasjonsnummer er:
970 226 931**

Har du først registrert deg med vårt nummer, går alt automatisk når du setter tippekortet i terminalen eller på nettet.

På forhånd –

Tusen takk at du støtter oss !

TISTEDALEN FRILUFTSLAG
POSTBOKS 18, 1790 TISTEDAL

ERTEHYTTA
Telefon 941 93 829



KLUBBAVIS FOR
TISTEDALEN FRILUFTSLAG

REDAKSJONENS MEDLEMMER:

Arild Svendsen	
Kjell Bernstrøm	
TFLs styre	
Trykk: OK-Trykk Halden	
Leder	Terje Jensen 41 56 26 07 - leder@tfl.no
Sekretær	Kathrine Granli 99 27 81 86 - sek@tfl.no
Nestl./Økon	Magne Redi 99 52 67 26 - nestleder@tfl.no
TFL-Posten	Arild Svendsen 95 98 69 52 - smiasen@halden.net
Hyttegruppe	Wenche Hauge 97 02 73 31 - wenche-t@halden.net
Hytteutleie	Kirsten Ova 90 66 08 44 - kirstenova@halden.net
Turgruppe	Ann-Kristin D. Fosby 92 80 31 95 - ak-dahl@halden.net
Barnas Turlag	Eileen Lindh Hansen 99 36 87 43 - eileenlindh@me.com
Budalsvikgr.	Ole Lagerholt 41 43 54 05 - olel@halden.net
Ski/Trimgr.	Trond Andersen 90 84 74 56 - skitrim@tfl.no
O-gruppe	Mayna Nossen 95 75 14 90 - hnoss@online.no
Løypegruppe	
Kunstnsnøgr.	Hege Kjelvik 92 06 98 16 - kunstsno@tfl.no
Vedlikehold	Kai Nilsen 93 24 40 26 kai.nilsen100@gmail.com
Hjemmeside	Bjørn Harelund 48 26 43 78 - webansvarlig@tfl.no

Tistedalen Friluftslag er tilsluttet:

Den Norske Turistforening • Norges Idrettsforbund
Norges Orienteringsforbund • Norges Skiforbund
Norges Friidrettsforbund • Østfold Idrettskrets
Østfold Skikrets • Østfold Orienteringskrets
Østfold Friidrettskrets



Et godt år er over, et nytt gir nye muligheter

Året 2016 har vært et hyggelig og godt år for Tistedalen Friluftslag. Skianlegget og aktiviteten rundt ski-miljøet har som i fjor tatt mye av oppmerksomheten, men andre deler av laget har også stått på og markert seg godt i lokalsamfunnet. Bergstien er nyåpnet etter rydding og merking gjennom hele Idd. Vi i TFL har hatt ansvaret gjennom Ertemarka, og nå står løypa fra Ertehytta til Budalsvika for tur. Jobben som har blitt gjort i lysløypa gjennom hele sommeren og høsten har vært imponerende. En fast dugnadsgjeng har sørget for det. Det har blitt startet en turgruppe for utviklingshemmede. De har kommet godt i gang med flere vellykkede turer. Denne aktiviteten er inkludert i Turgruppa, og sammen med Barnas Turlag er dette en stor del av lagets virksomhet. Siste medlemsoversikt fra DNT viser at medlemstilslutningen fra Tistedalen Friluftslag har øket med 8,1 %, fra 721 i desember 2015 til 786 i dag. Totalt har TFL pr. 1. desember, 1188 medlemmer.

Tross mye positivt som har skjedd for laget gjennom året, er nok ferdigstillelse av servicehuset i skianlegget og Petter Stokkelands bravader i skiløypa kronen på verket.

TFL og Petters mangeårige skitrener Hans Lie ble

kåret til Årets Halden Ildsjel bare et par uker før Petter tro til med NM tittel i suveren stil. Uten tvil den største bragden som noen idrettsutøver fra TFL har gjort. Ertehytta og Budalsvika er fortsatt fine turmål for distriktets befolkning, og mange har også i år vært med på turorienteringen, både på sykkel og til fots. Våre o-løpere er ikke mange for tiden, men mange fra hele verden var med da Halden SK og Sarpsborg o-lag arrangerte Vårspretten og Solrenningen i vårt flotte skianlegg i april.

TFL-posten har kommet ut med sine fire nummer, og her prøver vi å dekke det meste som skjer i og rundt laget. Vi forsøker å holde vår hjemmeside oppdatert, men et fellestrekk både for den og TFL-posten er at vi alle må være flinkere til å melde inn nyheter.

Nå er det snart et nytt år og nye muligheter, ikke minst et nytt årsmøte 14. februar 2017.

Vær positive når valgkomiteen spør, det er alltid noen verv som må fylles.

Til slutt vil jeg få takke dere alle for et godt år, til våre medlemmer og tillitsvalgte som bidrar på forskjellig vis, til støttespillere og samarbeidpartnere. Til sist men ikke minst til alle dere der ute som benytter dere av våre tilbud gjennom hele året, og setter pris på det vi gjør. God jul og godt nytt år til dere alle!

Terje Jensen

ÅRSMØTE

vil bli avholdt på Ertehytta tirsdag 14. februar 2016 kl. 18.30.

Annonse i HA og på vår nettside tfl.no.

Eventuelle forslag må være styret ihende senest 1. februar.

Dagsorden i.h.t vedtektene.

**Vi leverer bredbåndet til områdene rundt skianlegget og på Ertehytta.
Logg deg på!**

Bestill bredbånd fra din lokale leverandør!

www.monsternet.no – tlf. 69 70 18 00





Halden Auto AS



Vår erfaring – Din trygghet

Bilsalg – Verksted – Bilutleie
Karosseriverksted – Deler/tilbehør – Dekkhotell

Verkstedbestilling på www.haldenauto.no

www.haldenauto.no • Tlf.: 69 17 29 70



Vi utfører bl.a.:
VASK - OMLEGG • BALANSERING AV DEKK
TANGEN BENSINSTASJON
TISTEDAL – TLF. 69 19 22 70

VI SKAPER
TRIVSEL . . .

MØBELRINGEN
IVAR SÆTER A/S

Walkersgt. 12, 1771 Halden • Tlf. 69 18 10 66



Stenseth Grimsrud arkitekter AS

Tlf: 69 17 63 40

www.sgarkitekter.no

Din forhandler av
SYKKEL, SKI og SKO

VERKSTED
OG
DELLAGER



Violgt. 20B - 1776 Halden

Telefon: 69 18 72 44

E-post: sport@halden.net

www.sportsenteret.no

Turgruppe for utviklingshemmede

Turgruppa for utviklingshemmede hadde 13. november en kjempefin tur ved Krusæter. Ca. 20 personer gikk tur innover lysløypa, etterpå ble bålet tent og vi grilltet pølser, hadde allsang og noen enkle aktiviteter. Alle storkoste seg.

Friluftsliv tilrettelagt for utviklingshemmede er et nasjonalt prosjekt i DNT-regi, og vi var så heldige å ha med oss DNTs prosjektleder Eirik Dahl sammen med familien på turen. Det skal etableres lokale turgrupper rundt omkring i hele landet, og TFL er en av de første lokallagene som har satt i gang dette tilbudet. Pro-

sjektets formål er å legge til rette for sosialt samvær og fysisk aktivitet i form av enkelt friluftsliv, for en gruppe mennesker som lett blir isolert og tilsidesatt i samfunnet.

Planene framover er å arrangere turer ca. hver 3. søndag fra januar 2017. Initiativtakerne håper og tror at tilbudet blir tatt godt i mot av målgruppen, som er utviklingshemmede og deres familier, venner og andre omsorgspersoner. De som ønsker mer informasjon om tilbudet kan kontakte Sven Erik Tønnesen, tlf. 957 23 636, epost: svtoenne@online.no.



SAMMEN BLIR DU BEDRE

• REGNSKAP • RÅDGIVNING • PERSONAL - LØNN
• SPESIALIST PÅ LANDBRUKSREGNSKAP



SIFFER ØKONOMI AS
BUSTERUDGATA 11, 1776 HALDEN
69 21 17 50, www.siffer.net

siffer



HALDEN FARVEHANDEL

Storgata 1, 1767 Halden
Telefon 69 21 38 50

Design, trykk eller print
– alt på samme sted



TELEFON 69 17 81 50

FISKETORGET 2, 1771 HALDEN
EPOST: OKTRYKK@OKTRYKK.NO
WWW.OKTRYKK.NO

**NORGESMESTER
2011**



Norgesmester i sjømatprodukter
Fiskepudding - håndverk

Tistedal Delikatesse

Telefon 69 19 21 89



Rørleggertjenester • Varmepumper
Bad og våtrom • Vann og avløp

Halden Rørleggerservice as

Alt innen rørleggerfaget

Repslagergata 6, 1776 Halden
Telefon 69 19 70 00 - www.haldenrorleggerservice.no



Dugnadsjobb i lysløypa

Gjennom de siste to, tre årene har det blitt gjort en stor jobb og det har blitt brukt mye penger for å få lysløypetraseen bedre. Tørrere for sommerbruk og slettere for vinterføre, så løypemaskinen kan kjøre med noe mindre snø enn tidligere. En fantastisk dugnadsjobb er gjort av våre medlemmer, en jobb som snart er fullført. I høst har det blitt jobbet fra Blæsehøgda ned mot Tretjernsmyr på den strekningen hvor TFLs og TTIFs løyper går sammen.

Her har det vært et unikt samarbeid, og begge lagene har stilt både mannskaper og maskiner til disposisjon i høst. Etter mye regn i en periode måtte arbeidene avbrytes, men etter et par uker kom kulda tilbake og grovarbeidet kunne fullføres. Nå er det bare finjusteringer igjen og lysløypenettet i Ertemarka er nå så bra at det blir en fornøyelse å ta seg rundt, uansett årstid.



Her har Kai, Asbjørn og Roger
inntatt "kommunestillingen" til ære for fotografen

Stor aktivitet både fra maskiner og mannskaper



Gjengen fra begge klubbene har tatt seg en velfortjent pause



SVERRE CASPERSEN A/S

ENTREPRENØRFIRMA

CASPERSEN EIENDOM A.S

Utvikler og eier fast eiendom



Repslagergt. 8, 1776 Halden

Tlf. 69 17 86 40



Vi skriver om det meste som rører seg i Halden og Aremark
– lokalstoff, politikk, idrett og kultur.

Hvert år bruker vi betydelige ressurser på å støtte
det lokale kultur- og idrettslivet i vårt distrikt.

Ingen kjenner byen bedre.



KOLÅS EFTF. A.S

Autorisert Rørleggerforretning

Mandag – fredag 9.00 – 16.30
Torsdag 9.00 – 18.00
Lørdag 10.00 – 13.00

NEDRE BANKEGT. 34, 1771 HALDEN

TELEFON 69 19 07 00
TELEFAX 69 19 07 01



Vi utfører alt innen . . .

- NYBYGG
- REPARASJONER
- OMGJØRINGER

Medlem av Norges største rørleggerkjede
www.Bademiljo.no

Bademiljø



Nissesøndag på Ertehytta 11. des.

Barnas Turlag, her ved Eileen Lind Hansen og datter Lisa Lind Hansen (7), serverte pepperkaker og gløgg på veien til Ertehytta. Sanna Knoph Svendsen (4,5) og bestemora virker fornøyde med tilbudet.

Gråvær som i fjor, men ikke noe regn. Unge, og ikke fullt så unge TFL`re samla seg i store mengder i Ertemarka for å se om nissen dukka opp. Barnas Turlag arrangerte nissemarsj fra det nye, flotte skianlegget på Ertemoen. Hytta var full av glade turgåere som koste seg med vafler og grøt, og nissen spilte trekkspill. Litt før tiden dukket Fjordnissen og Nissemor opp i skogholtet, og de mest vågale barna ertet nissene. Det var lagt opp til gang rundt treet, uten og med

musikk. Etter noen runder brøt Fjordnissen ut og flokken gikk til bålpanna for å få posene sine. Ryktene vil ha det til at det var delt ut omtrent 120 «gøtteposer» til barna.

Etter utleveringen roet det seg og folk koset seg, ute og inne. Bål og peis, kaffe og annet. De gode hjelperene på Ertehytta fikk også grøt som takk for innsatsen, som i dag var stor. Og jammen ble det litt pengar til TFL-kista også.

God jul!

Fjordnissen og nissemor delte ut «gøtteposer» mens det var gang rundt juletreet.



Gro og Ann-Kristin (over) og Wenche (under) var blant de som fikk det til å fungere på kjøkkenet. Vafler og grøt gikk unna denne dagen.



SKAL DU SELGE BOLIG?

Velg en megler med lokalkunnskap og mer enn 40 år i bransjen . . .

- ✓ Salg av alle typer eiendom
- ✓ Familieoverdragelse
- ✓ Seksjonering
- ✓ Takst og verdivurdering
- ✓ Rådgivning

ESTATE

JAN G LILLEDAL AS

Eiendomsmeglerforretning MNEF

Busterudgt. 5 – 1776 Halden - Telefon 69 21 18 80 - Fax 69 18 62 02

Internett adresse: www.lilledal.no – Vår e-mail adresse: firmapost@lilledal.no

JENSEN & SCHEELE



– først og fremst service

Tlf.: 69 21 35 00

firmapost@jensen-scheele.no

www.jensen-scheele.no

Vestgårdveien 1 til 5, Sørlifeltet, 1787 Halden

Seire til Johan Unneberg og Per Morten Finstad

Lørdag 24. september var det åpning av Trøskens nye rulleskiløypa og søndag 25. var det duket for Opelsprinten i Askim.

På begge rennene stilte TFL med løpere som hevdet seg godt, som vanlig.

Johan Unneberg vant M 17 begge dagene med klar margin, mens Per Morten Finstad, G 12, vant på lørdag og ble nummer to på søndag. Åtte TFL løpere var med i disse rennene.



Johan vant både i Trøsken og Askim

Per Morten vant i Trøsken og ble nummer to i Askim

Sterk sesongåpning av våre skiløpere

En del av våre skiløpere sesongdebuterte under Natrudstilrennet på Sjusjøen lørdag 26. november. Filip Glittenberg Holt gikk et gnisterende renn over 10 km i fristil og ble nummer to i M 17. I samme klasse gikk også Johan Unneberg sterkt og ble nummer fem. Fem ble også Marius Svendsby i M 19-20, den beste sesongstarten for Marius på mange år. I samme klasse ble Fredrik Fossum Jensen nummer 23. I seniorklassen gikk Marcus Syversen seg inn til en flott niende plass, men i tid ble han klart slått av Marius. To av våre damer/jenter var også med. Karin Selma Larsen ble nummer 14 i J 15 år, mens Martine Eldre Svensby gikk inn til en sterk niende plass i klasse J 16. Søndag 27. fortsatte så de gode tendensene fra dagen

før. Emil Øvreeide Liaklev vant klart H 17 på Natrudstilen, mens Petter Stokkeland gikk inn til en sterk åttende plass i en skarpskodd klasse (H 18) under langrennsåpningen på Gålå. Johan Unneberg ble nummer fire i Emil sin klasse på Natrudstilen, hvor Selma Larsen ble nummer fem i J 15 og Martine Svendsby nummer sju i J 16. Sistnevnte var under minuttet bak vinneren, meget sterkt. Fredrik Fossum Jensen ble nummer åtte i H 19-20. Marius Svendsby som lørdag deltok på Natrudstilen var søndag på Gålå, men klarte ikke å følge opp den flotte plasseringen fra det rennet. Denne gangen ble han «bare» nummer 38. Alt i alt en meget lovende sesong debut for våre unge løpere!

Klubbavtale med G-sport - Svinesundparken

Alle medlemmer med e-mail adresse eller mobilnummer i vårt medlemsregister, har fått en melding fra G-sport Svinesundparken om klubbavtalen mellom TFL og G-sport. De som ikke har fått denne meldingen fra G-sport kan henvende seg i butikken for å bli registrert, men forutsetningen er at dere er registrert i vårt medlemsregister.

Alle medlemmer gis 20% avslag på alle veil. butikkpriser på produkter fra Swix, og 15% på øvrige varer. Gjelder ikke tilbud/kampanjevarer, pakkepriser, elektronikk eller øvrige tilbud. Klubben kan handle klubbrelaterte varer med 25% rabatt og medlemmene nye TFL-klubbdrakter fra Swix, basert på netthandel med 25% rabatt, men levert i butikken.

Vellykket åpning av Servicehuset i skianlegget

Mange var møtt fram i skianlegget onsdag 12. oktober, da Servicehuset ble offisielt åpnet.

Byggekomiteens leder Olav Stokkeland overrakte en symbolsk nøkkel til TFLs leder Terje Jensen, som markerte at huset nå var i lagets hender.

En rekke av de frammøtte hadde vært svært delaktige til at dette prosjektet hadde latt seg gjennomføre. Laget mottok hilsninger og godord fra ordfører Thor Edquist, "Spillemiddel generalen" i Østfold fylke, Stein Cato Røsnæs, Per Nymoen fra Norges Skiforbund, Kåre Steffensen fra Østfold Skikrets, Jørn Berg fra Berg Sparebank, Christer Kopperud fra firmaet

som satte opp huset og Terje Kristiansen fra Stangeskovene.

Sistnevnte hadde også med en sjekk på kr. 10 000,- som han overrakte til trener Hans Lie.

Disse pengene var øremerket ungdommene i laget som satser friskt på langrennsporten.

Det ble også arrangert et langrenn i anlegget, hvor TFLs egne løpere sammen med aktører fra Østfold Ski Team viste de frammøtte hvor heftig en rulleskikurranse kan være.

Hege, Mayna og Sissel sørget for at det ble noe å bite i for de innbudte.



Mange inviterte var møtt fram da prosjektleder for anlegget, Olav Stokkeland, ønsket alle velkommen



Prosjektleder Olav Stokkeland og lagets leder Terje Jensen med blomster og "Hovednøkkelen" til bygget.

Foto: Mari Kristine Buckholm, HA



En "Kringla spesial" smakte godt sammen med en kopp kaffe



Mayna og Hege var to av dem som sørget for bevertningen denne kvelden



Terje Kristiansen fra Stangeskovene med sjekken på kr. 10 000,- beregnet på ungdommen i TFL. Her sammen med trener Hans Lie og skiløperne Selma, Iben, Per og Liam.

NRK-debut på rulleski

På ettermiddagen, onsdag 12. oktober, noen timer før Servicehuset ble offisielt åpnet, hadde NRK Østfold direkte radiosending fra anlegget. Reporter Sara Vilde

Solås prøvde rulleski for første gang. Det gikk ganske bra, men så ble hun også instruert av vår lovende skiløper Selma Larsen.

En betenkt NRK reporter før rulleski debuten

Litt instruksjon er nødvendig

Det går ganske bra etter hvert



Kringla Konditori

KRINGLA KONDITORI OG BAKERI AS
GRANVEIEN 2, 1792 TISTEDAL
TELEFON 69 19 14 63
e-mail: post@kringlakonditori.no

- Når du trenger en gressklipper
- Alt i bildeler
- EU-kontroll og reparasjoner på Veng bilverksted

veng

NORGE AS

Tlf. 69 19 54 00 - VENG på sørlifeltet

Når De trenger
BLIKKENSLAGER

Kontakt

**TOM
JOHANNESSEN**

Telefon 69 19 24 42 • Mobil 900 97 039
Øbergveien 15, 1792 Tistedal

BØKER - PAPIR
KONTOR - DATAREKVISITA

Kontorspar

Køhn;libris

Storgaten 24 - Halden - Tlf 69184344
kohn@libris.no - kohn@kontorspar.no

Riis Elektro A.S

Helhetlige løsninger

innen elektro til privatpersoner,
industrien, næringslivet og det offentlige

Riis Elektro AS, Walkers gate 14, 1771 Halden
Tlf: 69 18 15 75 • epost: info@riiselektro.no • www.riiselektro.no

WITRE

FAMILY MEMBER OF

60 dagers returrett
Fri retur
30 år i bransjen

200 000 produkter:

Alt til industri, lager og kontor!

www.witre.no • 69 17 87 00 • sales@witre.no



- Nybygg
- Tilbygg
- Renovering

BYGGMESTER
OLE H. LAGERHOLT

Telefon 69 19 85 34 - Mobil 41 43 54 05
olel@halden.net



Institut for energiteknikk
OECD HALDEN REACTOR PROJECT
www.ife.no/hrp

IFE



**INTERNASJONALT
FORSKNINGSSAMARBEID
MELLOM 18 NASJONER**

- Nuklær sikkerhet og pålitelighet
- Sikkerhet-MTO
(Menneske-Technologi- Organisasjon)



Karsten og Jan Gunnar var som vanlig på plass med fyr på bålet og serverte kaffe og pølser

Årets Ertemarka rundt samlet 201

Årets «Ertemarka rundt» var den 44. i rekken. Denne gangen var det tre løypealternativer fra parkeringsplassen ved ski-anlegget, til Ertehytta. Stien rundt Lille Erte, Ertevanns-stien i sørenden på vannet og bilveien.

De som valgte stien rundt Lille Erte fikk også mulighet til å få seg en kopp kaffe og en pølse.

I alle løypene var det slått opp spørsmål, både for små og store. Litt surt og kaldt var det, men et par cm med nysnø laget en fin ramme om arrangementet.

201 deltakere ble registrert denne gangen og blant dem var det 40 barn.



Med litt nysnø på bakken var det greit å gå forsiktig, det kunne være glatt



Mange svarte riktig på årets spørsmål



Med "bare" 201 deltakere var køen foran premiebordet grei å håndtere









44 LEKRE BUTIKKER I HJERTET AV HALDEN

Alt på én flate • Gratis parkering
• Aktiviteter hele året

Velkommen til Tista senter!

Vi sees!

ÅPNINGSTIDER: 10-20 (9-18)

Meny: Man-fre 07-21, lør 09-20,
Butterfly: Fra kl. 07.00, Narvesen: Fra kl. 09.00
McDonald's 07-23 (lør fra kl. 08.00, søn fra kl. 09.00)




www.tistasenter.no

Kom til Comfortrørlegger'n !

Hos oss treffer dere sertifiserte fagfolk for alle typer rørleggerarbeider bl.a. . . .

- Totalrenovering av bad
- Utvendig og innvendig sanitær for nye boliger og hytter
- Vannbåren varme
- Sprinklearbeid

E. JÖRGENSEN A/S

AUT. RØRLEGGJER OG RØRHANDEL

Jernbanegata 10, 1767 Halden - Telefon 69 17 86 10

Den store byttedagen

I regi av Norges Skiforbund og Sparebank 1 ble det helgen 12. og 13. november arrangert en såkalt «byttedag» rundt omkring i landet. Her i Halden var det vi i Tistedalen Friluftslag som sammen med Sparebank 1 Østfold Akershus organiserte det hele, og vi hadde valgt lørdag 12. november som vår dag. Det ble på forhånd annonsert om innlevering av utstyr tirsdag og torsdag i Skihuset i TFLs skianlegg, og salg på samme sted lørdag formiddag. Det ble levert inn mye fint vintersportsutstyr og mange fikk kjøpt det de var ute etter. Det var første gangen vi prøvde dette her i distriktet, og det er vel ingen grunn til å tro at det ikke vil bli gjentatt neste år. Med tanke på hvor dyrt nytt vintersportsutstyr er i dag, må et større gjenbruk bare ha positive virkninger. Ordet «Byttedag» kunne kanskje misforståes, da meningen var at de som leverte inn satte en pris, TFL skulle ha en viss prosent, og de som kjøpte ville likevel få utstyr for en billig penge. Nå må vi i etterkant ta en evaluering for å se på om ting burde og kunne vært gjort annerledes, for at enda flere både selgere og kjøpere hadde vært involvert.



SENIORTUREN 2017

Det er bestilt seniortur for 2017 til Rustad Hotell og Fjellstue, Sjusjøen. Avreise søndag 10. september og hjemkomst fredag 15. september. Prisen er kr 5025,- pr. person i dobbeltrom og kr 6025,- for enkeltrom. Prisen dekker transport tur/retur, overnatting i rom m/bad, frokost, matpakke, termos med kaffe /te og middag. For mer informasjon eller påmelding kontakt Ann-Kristin Dahl Fosby, tlf 928 03 195.



O-gruppa intervjuer EN TURORIENTERINGS-FAMILIE

Turorientingssesongen 2016 er slutt for i år og totalt er det solgt 165 stk. tur-o voksen- og 88 stk. familie/barn-konvolutter. En OK økning fra 2015. Antall klipp i 2016 ble 7200 mot 5800 i 2015. Mange deltakere har representert TFL i år også.

Vi har her gleden av å presentere familien Schrøder. En av våre trofaste tuo-o familier. Vi har foretatt et lite intervju med familien som består av besteforeldre Pål og Inger Lillan, datteren Anette med mann og barna , Johan og Fabian, henholdsvis 8 og 6 år gamle. Pål er en «gammel» TFL o-løper, som har vært med i TFL siden slutten av 1960 årene. Han gjorde det godt som gutteløper. Vi stilte han følgende spørsmål . . .

Hvor mange år var du aktiv?

Mitt første møte med orienteringssporten var i 1966. TFL holdt nybegynnerkurs i Tistedal og da var det gjort. Vi var en gjeng fra nærområdet som syntes dette var veldig artig. Stammen i gruppa holdt sammen i mange år og flere har holdt o-sporten vedlike frem til i dag. Debuten min i et «ordentlig» o-løp skjedde allerede samme året. Det gikk i Torpedalen og jeg husker flere detaljer fra det løpet den dag i dag. Etter det ble det mange o-løp i årene fremover. Først og fremst i Østfold, men også utenfor fylket og på svenskesiden .Det var det gode miljøet i TFL som gjorde at jeg og mange andre fortsatte med orientering. Min siste start i et o-løp var for 5-6 år siden etter flere år hvor jeg kun deltok i noen sommerløp.

Hva med Inger og barna , Anette og Pål-Jørgen – Viste de en gryende o-interesse?

Inger var med på o-løp fra slutten av 70-årene, til og begynne med som tilskuer etterhvert også som deltager. Sønnen vår, har aldri blitt engasjert i o-sporten, mens Anette var med noen år i tenårene.



Anette og Pål Schrøder på en av sine turer på postjakt.

Deltok dere på familieløp ?

Det var jo i de tradisjonelle mindre o-løpene vi kanskje trivdes aller best. De var oversiktlige og det var en helt annen ro på samlingsplass enn dagens store arrangementer. Sommerløpene rundt Mjøsbygdene er så henseende gode sommerminner hvor flere familier fra TFL deltok gjennom mange år.

Husker du 25-manna stafett i Stockholm ?

Pussig at du nevner det. Lagbildet dukket tilfeldigvis frem for ikke så veldig lenge siden. Det er et veldig hyggelig minne å ha med seg. Båndene i klubben ble enda sterkere under slike fellesturer.

Fra familien Schrøders mange turer i Halden-distriktet.



God oppslutning på årets klubbmesterskap

God oppslutning på årets klubbmesterskap i nattløp / gåløp på Ertehytta torsdag 10. nov. Flott høstvær og glimtvis månelyst. Utfordringen denne gang var Postplukk- 15 stk. – for hver post fikk man minus på tidsbruken slik at minstetid vant. Litt forvirring om reglene da ikke alle parene tok seg tid til å lese reglene.

Her er resultatene for

GÅ KLASSEN 3 KM

1. Klubbmestere: Jan og Wenche Hauge, 30 min.
 2. Hans-Kristen Kjelvik og Kjell Svendsen, 43 min
 3. Reidar Juliussen og Bjørn Martinsen, 77 min.
 4. Liv-Marit Bernstrøm og Solveig Trollnes, 92 min
- De ble beæret med bjella for lengst tur i skogen. Den ble overrakt av Bjørn Harelund som hadde den fra tidligere år.

LØPE KLASSEN 3 KM

1. Klubbmestere Morten Jensen og Terje Jensen, 21 min.
2. Sissel Huseby og Tom Olaussen, 23 min.
3. Magne Redi og Kjell Bernstrøm, 27 min.
4. Bjørn Karlsen og Tor Ivar Sandberg, 48 min.

Det hele avsluttet som seg hør og bør, med vår sagnomsuste ertesuppe på Ertehytta.

Takk til deltagere.
Vi sees med hodelykter november 2017.

Hilsen tur-o v/ Hans og Mayna

Fredriks Fossum Jensen, her under KM på rulleski som TFL arrangerte tidligere i høst

Allianseloppet og Bibo Rulleskifestival

Som vi var inne på i forrige nummer av TFL-posten har laget hatt deltakere på flere aktiviteter gjennom sommeren, men det er ikke alltid så lett å fange dette opp.

Blant dem som har deltatt rundt omkring er Fredrik Fossum Jensen (18). Et par rulleskirenn i Sverige, bl annet det største av dem alle Allianseloppet i Trollhättan.

Her gikk han 32 km på 1,32,39.

Han deltok også i "Strømstadmilen" og løp mila på sterke 40,29.

Fredrik har også vært over "fjorden", nærmere bestemt i Bibo rulleskifestival i Re i Vestfold.

IL Ivrig arrangerte både motbakkeløp og fellesstart, og Fredrik var med på begge.



**ENEBOLIGER • FLERMANNNSBOLIGER
REHABILITERINGER OG OMBYGGING
BYGGFORNYELSE • EIENDOM
BORETTSLAG • TALENTEPRISER**



**Byggmester
Bjørn Larsen e.t.f.**

Tlf 900 44 124

post@bbl.as



DATATJENESTEN

datatjenesten.no, Storgt. 4b, 1767 Halden, tel 6917 9600

**ETABL.
O. Hansens E.t.f. as**

AUT. ELEKTROINSTALLATØR
Svenskegt. 8, 1776 Halden
Telefon 69 18 19 06 - Telefaks 69 18 15 33

- JERNVARER
- KJØKKENUTSTYR
- BÅTUTSTYR

JERNA

BILLINGTON tlf. 69 17 24 20

Storgt. 6, 1767 Halden
Tlf. 69 17 24 20 - Fax 69 17 24 21

Renico
HALDEN FREDRIKSTAD

TELEFON 69 21 41 00
Isebakkevn. 30 - Postboks 1103, 1787 Berg i Østfold

**SØRLI
RENHOLD AS**
HALDEN TLF 69 21 41 00
Isebakkevn. 30 - Postboks 1103, 1787 Berg i Østfold

VI UTFØRER:

DAGLIG RENHOLD - HOVEDRENGJØRING -
BYGGRENGJØRING - VINDUSPUSS -
OPPSKURING / BONING - MØBEL OG TEPPERENS

Vi kan hjelpe deg i form !

www.spenst.no

Telefon 69 19 19 88

spenst
HALDEN



Ei lita sykkelsoge

15. - 28.juli 2016

Det som hadde byrja som ein tanke, sumaren 2015, var no verkeleg. Etter å ha pakka ferdig, ete pizza hjå Ernesto og Sonja, tok me nattoget til Bergen. Syklar med tilhengarar, telt og anna utstyr for å klare seg sjølve var utprøvd og tilpassa slik me ville ha det.

Då Gro og eg kom til Bergen kl 0700 regna det, som bestilt. Me var lova regn i store mengder den dagen. Det var berre å kle seg etter tilhøva og legge vekk solkremen for i dag. I Bergen er det eit samlingspunkt på Torgalmenningen som heiter Den blå steinen. Det var naturleg å starte der. Planen var å sykle Nordsjøruta til Sandefjord. Bergensturistar fekk me vera ei anna gong. No sykla me langs Fjøsangerveien med ein laaaaaang reperbane, Gamlehaugen og Trolldaugen. Ein nerlagt jernbanetrasé gjorde delvis nytte som sykkelveg. Våte vegar, men ikkje noko regn.

Den fyrste rasten tok me på Hordamuseet på Stend. Her er det samla gamle hus, løer og naust frå Hordaland. Vegen vidare førte oss opp på Fanafjellet, og då regna det, slik det kan i vest. Men etter omlag 15 min var det over. Kleda hadde klart testen.

Lysekloster var neste post på programmet. Klosteret vart grunnlagt i 1146, og på latin kalla: Coenobium Vallis Lucidae (klosteret i den ljose dal). Det var munkar frå dette klosteret som skal ha starta med fruktdyrking i Hardanger. Det var jo noko å ta med seg for ein som er oppvaksen i ein frukthage i Hardanger. Men me skulle jo vidare, hadde tinga overnatting hjå ein kompis på Fitjar. Og for å kome seg dit måtte me ta ferga frå Halhjem, rett sør for Os, til Sandvikvåg. Dersom du skulle forville deg til Os nokon gong kan det vera verdt å vitja Oselvarverkstaden. Her vert Noreg sin nasjonalbåt produsert den dag i dag.

Etter Sandvikvåg var det småkupert sykling til Fitjar, der Marianne og Kjetil venta på oss. Her var det fullt hus, med slekt og vener. Dessutan har han 4 lamaer og 6 alelam- masse moro kan du tru. Kjetil har, i tillegg til å ha sykla tvers over Australia saman med

Gro og meg, sykla frå Beijing til Bergen i 1999! 11000 km på 102 dagar. Slå den, den som vil. Med slike vener går praten lett, og det vart ein fin kveld- i regnet.

Dagen etter var det på an igjen. Haugesund var eit realistisk mål. Men då me skulle laste på syklane viste det seg at den eine hengaren hadde fått ein skade som måtte sveisast. Og det var søndag. Då er det godt å vera på landsbygda, for her er det alltid noko som har ein verkstad som er open. Fekk fiksa feilen på mindre enn ein time. Supert! Då var det berre å trille vidare sørover på Stord, mot Bømlo. Me hadde starta i regnty, men måtte ta av oss ganske snart- det regna jo ikkje. Vegane vart turre og himmelen var ljøs og lovande i sørvest då me sykla forbi Leirvik på fin sykkelveg langs E39. To lange bruer førte til Bømlo. Her er det fint terreng og kulturlandskap, og lite trafikk på småvegane. Me hadde flott utsikt over Bjørnefjorden då me tok fyrste rasten. Det vart litt knapt med tid til ferga frå Langevåg, for me punkterte. Etter ein 20 min fergetur fekk me landkjenning i Buavågen på fastlandet. Og no sykla me på, av alle fine vegnamn, Gullvegen sørover forbi Ryvaden fyr mot Rogaland og Haugesund. Idylliske kilometer. Vel framme i Haugesund svinga me innom Haraldshaugen før me tok inn på hotell. (ja, eg veit at eg har med telt)

Me fekk ein fin kveld i sildabyen, og dagen etter var me turistar og gjekk på museum og greier. Planen i dag var å ta buss til Stavanger. Dette fordi det





ikkje lenger går ferga frå Skudeneshavn, og ein kan ikkje sykla hovudvegen med undersjøiske tunnellar og slikt. Men ein busstur i vakker natur går bra det òg. I Stavanger skulle me bu hjå ei anna dama som òg sykla i Australia med oss. Ho Gunnvor. Me sykla frå stasjonen til Stokkavatnet, nokre få km, men me surra med himmelretningane, og sykla nok litt lenger enn me måtte, he, he. Det vart nok ein triveleg kveld med mimring og moro.

Å sykla på Jæren er jo paddeflatt og lett. Gode sykkelveggar og godt skilta. Og vidsyn! Sjølv i gråvær. Flotte, folketome sandstrender. Gråvær lokkar ikkje badegjester her heller i juli. Me stoppa på TS museum. Tygve Stangeland hadde samla på seg mengder med maskiner, lastebilar, traktorar, mc, sykklar og bilar. Han var ein vellukka entreprenør som, som gamal mann, enda sine dagar på trøsykkel. Det fører soga naturleg vidare til Varhaug gamle kykjegard. Spesiell plass som fortjener ein stopp. Dette vart ein dag med mange inntrykk. Tåka og fint, veg, sykkelveg og sti, skummel bru og punktering. Og noko som vart kalla Kongevegen. Og endeleg fekk me slått opp teltet. På Brusanden Camping.

Nordsjøruta går vidare på Vestlandske Hovudveg. Der sykla me året før, og var einige om at det nok var lettare å sykla hovudvegen til Hellvik. Her går ruta på gamle Jærbanen, flatt og fint, og veldig bratt over tunnellane, mot Egersund. Flott turveg. Egersund kunne by på is og lokalt brygg i sola. Route 44 og FV33 mot Sogndalstrand, ein liten idyll. Teltet vart slått opp nok ei gong, på Bakkaåna. Beversafari og ein morgonfrisk hane er ting eg minnest klart.

Då Jæren slutta var det òg slutt på lett sykling. No bar det rett inn i tøffe stigningar med tung bør. Det lettaste var å spasere og trille sykkelene fleire stadar denne dagen. Opp bakken og ner til Jøssingfjord, opp igjen og ner til Åna Sira. Og opp og ner, nesten til Fedå. 7 tunge mil med omlag 2000 høgdemeter.

Dagen etter trilla me ner til Fedå, ein fin plass ved fjorden. Vidare langs fjorden til Kvinesdal, paddeflatt ei stund før det bar opp fjellsida frå «Saronsdal» sørover mot Lista. Asfalt, grus, opp og ner. Det er som det er. Lette siste 13 km til Lista fyr, der me tok ein god, lang lunsj og såg på lama og sau nok ei gong. Me hadde planlagt å telte på Lomesanden, men hadde lite proviant. Då var Farsund næraste handelsstad, og på veg dit hadde me eit lite uhell, så me tok inn

på hotell i staden. Lokalt brygg og fin middag, vel fortjent etter vel 8 mil på sykkelsetet.

Klare for nye mil sykla me lett langs fjorden til Lyngdal. Diger bibelcamp og svær turistbåt. Og fleire, litt tunge turistar i stigninga opp frå Lyngdal. Trur me impa litt. Kupert veg til Sprangereid der me tok ein lenger lunsj og slappa av ved småbåtkanalen i sola. Litt slitne etter nokre tunge dagar var me nok. Men no var det verste gjort, kun eit parti vestlandsk hovudveg gjenstod. Med fasit i hand hadde me valgt å sykla rundt Sjølingstad denne delen. Sjøsand Camping med kveldstur på stranda.

Atter ein dag på sykkel. Trilla sakte gjennom Mandal på veg mot Kristiansand som var målet i dag. Lett trasé og medvind store deler av dagen. Deilig! Stoppa ved Harkmark kyrkje som ligg ved ei 2000 år gamal steinsetjing/brannggrav. Søgne neste og veg 465 til Kristiansand der me tok inn på Roligheten Camping. Turistar i byen om kvelden. Flott bystrand og park med masse folk i alle aldrar, verkeleg eit levande miljø med fin atmosfære.

No ligg dei kjente sørlandsidyllane på rekke og rad, men heile vegen frå Bergen har me sett og opplevd små idyllar, det gjeld berre å utforske litt og oppdage dei. Og ukjente idyllar er gjerne heilt frie for andre turistar. Nok om det. Då var tida inne til å sykle til Arendal. Ikkje Nordsjøruta, men om Lillesand og Grimstad til Nidelv Camping. Ja, Nidelv. Heldige med ankomsten og fekk akkurat slått opp teltet før regnet kom. Naboen hadde ein svær Scandiabuss og partytelt og tykte litt synd på syklistane med telt i regnet. Paret var trivelege og inviterte på kaffi og anna. Nok ein fin dag var omme.

Det var eit lite stykke inn til Arendal dagen etter, og det fyrste som møter oss er brygga til seglklubben. Ikkje mindre enn 19 stk BB11 låg der å lokka, fine og blanke og duppa. Eit fint møte med byen. Gangfart gjennom byen, rundt pollen, innom konditoriet og kjøpte lokale godsaker. Halden har Purke, Arendal har Padde! Lunsjen var sikra. Og no fulgte me ruta igjen. Lett til Tvedestrand der me åt Padde og kosa oss. Litt truande skyer og ein liten skur. Me vart forbikøyrte av ein suv, ved Kråkevåg, der føraren på ingen måte synest å væra synsk- han pressa ein Polo langt inn i ein hage. Det var den styggaste situasjonen på heile turen. No var det fine sykkelveggar til Risør der planen var å telte. Me enda

opp i Sagasundsuiten på Det Lille Hotell, fullt på høgda med dei beste telte frå Helsport. Fin-fint!

Hotellfrukost med egg og bacon er bra når ein sykklar. Og rett ombord i ferga til Øysang, saman med 5 andre syklistar og ein sigarrøykande bilfører. Veldig fint å sykla til Stabbead der neste ferga venta. Eller akkurat hadde gått, om du vil. 2,5t til neste... No rauk planen vår, trudde me. Men det var ein kar med dårleg tid som tinga taxibåt, og der var det plass til fleire- planen var redda og me var i Kragerø på eit blunk. Målet i dag er Langesund og så båt til Helgeroa, og no kunne det gå bra. Var turistar i Kragerø, saman med 1000 andre. Observerte sambygdingar i mylderet, for fyrste gong på turen. Ei lita mil før Langesund var det eit parti med omlag 30% stigning, og det er jo bratt nok for folk flest. Frå toppen av kneika trilla me ner til kaien og laga primusmiddag medan me venta på båten. Me var framme i Helgeroa kl 2040 etter ein fin tur over fjorden. 500m bort til campingen, mørke skyer og lumske vind sa oss at noko vått var på gang. Igjen fekk me akkurat opp teltet før det hølja ner. Og lukka står den kjekke bi.

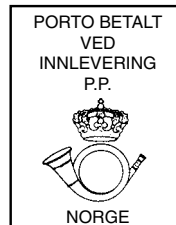
No stod den siste etappen for tur. Før me drog frå Helgeroa traff me ein tysk familie som hadde sykla frå København, opp langs svenskekysten. Det som var imponerende med dette var at minstemann var 5-6 år gammal. Med bagasje. Systera var 10.

Sandefjord var målet vårt, og privatsjåfør frå Strømstad. Det var omlag 6 mil til ferga. Lett sykling i fint terreng og medvinden var god. Og sola skein og soga er slutt.

Gro og Asbjørn



B



Returadresse:
Tistedalen Friluftslag, Postboks 18, 1790 Tistedal

* 1 av 3 mellom 25 og 54 år i Østfold og Akershus setter opp budsjett.
Kilde: Respons for SpareBank 1, 2014.



Eiendom

Drømmer du om større, men
usikker på hva du har råd til?
Sammen finner vi rom.

Ring oss på 05700

EiendomsMegler **1**

SpareBank **1**
ØSTFOLD • AKERSHUS