



POSTEN

HØST 2017 • ÅRGANG 44 • NR. 3



TISTEDALEN FRILUFTSLAG
POSTBOKS 18 – 1790 TISTEDAL

www.tfl.no

Sommerens aktiviteter m.m.

Her kommer en oppdatering av aktiviteter i sommer og fram til skrivende stund. Turgruppa er godt representert i dette nummeret.

Undertegnede er imponert over hvor mye stoff som kommer til avisa. Bildene blir sikkert stort sett tatt med telefonen, men kvaliteten er mye bedre enn for et par år siden. Og telefonen er jo alltid med.

Avisa er utvidet til 28 sider på grunn av bra tilgang på stoff som bør være med i en klubbavis.

Jeg anbefaler leserne å følge med på hjemmesiden også. Der kan du lese saker som ikke er med her.

Feks: Invitasjon til **FINN LETTE POSTER**.

Det er et uformelt o-løp for alle. Der er det en klasse for parløp mosjon og en for parløp øvet.

Husk å ta med godt lys, f.eks. hodelykt eller noe som lyser bra. Les på hjemmesiden. Tid og sted for arr. er

Ertehytta, torsdag 2. november kl. 18.00.

Beverting: Ertesuppe, kaffe og kaker.

Påmelding senest 28. oktober til hnoss@online.no.

Hilsen redaksjonen ved Arild

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

**GRASROT
ANDELEN**
NORSK TIPPING

I 2016 sørget våre støttespillere for at kr. 77 725,- kom inn på vår konto.

Pr. 8. oktober 2017 har 129 personer hittil i år sørget for kr. 43 970,- 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 Trond Sydsdøgen
91 16 67 49 - leder@tfl.no

Sekretær Svein Minge
41 51 84 33 - sek@tfl.no

Nestl./Økon Martin Vik
91 37 92 18 - 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. Arild Signebøen
47 23 47 85 - skitrim@tfl.no

O-gruppe Mayna Nossen
95 75 14 90 - hnoss@online.no

Løypegruppe Tom Olaussen
90 15 55 31 - tomolaus@online.no

Kunstnsnøgr. Hege Kjølvik
92 06 98 16 - kunstnsno@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

Høsten er her!

Det skrives oktober og høsten er her for fullt. Jokke og Valentinerne har en sang som heter «Den fine kalde tida», og nå som kuldegradene nærmer seg, passer den godt. Gressklippere og hageutstyr er kanskje satt inn i boder og kjellere. Og båteiere har muligens tatt opp båten sin og vinterkonservert den. Dere har nå en ny utgave av TFL-posten foran dere som jeg håper vil falle i smak.

Som vanlig har det vært stor aktivitet i foreningen vår og mye nevnes i denne utgaven av TFL-posten.

Sommeren har vært aktiv for våre medlemmer som er med i arrangementer i regi av DNT. Lokalt har det vært gjennomført mange vellykkede turer. Det ser ut til at kveldsturene, bl. a i Ertemarka faller i god smak blant deltagerne. Barnas turlag arrangerte «Kom deg ut dagen» 3. september sammen med Halden soppforening og 120 deltagere fant veien til Erte. Vi sier takk til Barnas turlag for flott gjennomført arrangement og takk til Halden Soppforening som stiller opp med sin kunnskap!

Så mange som 36 seniorer deltok på tur til Sjusjøen i september og opphold på Rustad Hotell. Det rapporteres om fine turer, bra opplegg og god stemning. Lørdag og søndag 9. og 10. september ble KM på rulleski arrangert i Tistedalen Skianlegg. Veldig mange deltok og TFL tok fem KM titler. TFL-posten gratulerer alle! Værgudene var også på arrangøren sin side. Det er kjøpt inn tre par klassiske og tre par skøyte-rulleski, som skigruppa låner ut ved behov, slik at nye potensielle utøvere og medlemmer kan prøve seg. Det arrangeres kurs i rulleski nå i oktober, som et godt eksempel på rekrutteringstiltak av skigruppa. Skigruppa

har fremover fokus på rekruttering, gjennomføre treninger og rekruttering av trenere.

Tur o-sesongen er historie for 2017 og avslutningen var som vanlig på Venås.

Mandag 4. og tirsdag 5. september var det innkalt til dugnad på Ertehytta, og deltagelsen var bra. Alt av planlagte oppgaver ble utført, bortsett fra malerarbeid pga regn. I løpet av sommer/høst er vinduene på Ertehytta byttet ut, så fremover reduseres strømutfittene! Takk til de som har utført dugnadsarbeidene.

Ertetrimmen hadde sesongavslutning torsdag 28. september med 74 deltagere. Som vanlig var det premieutdeling og avslutning inne på Ertehytta og stemningen var upåklagelig. En stor takk til Terje Jensen! Oktober betyr elgjakt. Nytt av året er at elgjakten kan vare fra 25. september til 23. desember. Altså en stor utvidelse av jakttiden.

I Halden og Aremark starter elgjakten som vanlig den 5. oktober og er allerede godt i gang. Det er verdt og merke seg når man ferdes i skog og mark.

Nå kan vi håpe på en kald vinter slik at produksjon av snø kan starte og at det blir en lang og fin skisesong. Selvfølgelig håper vi på en snørik vinter med natur-snø. Det er det beste!

Mye mer kan nevnes av alt som foregår i TFL og i resten av bladet får dere vite mer. God lesning!

Med hilsen

Trond Sydsdøgen
Trond Sydsdøgen
Leder i TFL

Petter vant Birkebeiner-trippelen!

Etter et godt gjennomført sykkelritt, 26. august, sikret Petter Stokkeland seg seieren i Birkebeiner trippelen i sin klasse i 2017. En meget fortjent seier, etter at førsteplassen røk i fjor p.g.a av et uhell, som endte med et besøk på sykehuset.

Trippelen består av Birkebeinerrennet, Birkebeinerløpet og som altså avsluttes med Birkebeinertrippet.

*Petter Stokkeland til topps i årets Birkebeinertrippel.
Foto: Monica Svendsby*



**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

SG

Stenseth Grimsrud arkitekter AS

Tlf: 69 17 63 40

www.sgarkitekter.no

Din forhandler av
SYKKEL, SKI og SKO

VERKSTED
OG
DELLAGER

sport 1
SportSenteret

Violgt. 20B - 1776 Halden

Telefon: 69 18 72 44

E-post: sport@halden.net

www.sportsenteret.no

Krigshistorisk tur til hjemmefronthyttene «Horten» og «Hamar»

21. mai

Rakkestad turlag i DNT Indre Østfold arrangerte en krigshistorisk tur til Degernes og Rokkefjella søndag 21. mai. Siden deler av turen gikk i Halden kommune, var haldenserne spesielt invitert via Tistedalen Firluftslag som hadde tatt dette med i sitt turprogram. TFL ordnet samkjøring fra Kiwi på Brødløs, og vi ble positivt overrasket da det møtte atten deltakere her søndag morgen. Noen fra Halden møtte også direkte på Stiksmoen, der vandringen startet, så det var nok med mellom 20 og 25 haldensere. Totalt sett var det 85 vandrere.

Vi ble ønsket velkommen og orientert om planene for dagen før vi la i vei til «Horten», en dyp sprekk i fjellet hvor hjemmefrontmenn gjemte seg fra høsten 1944 til vinteren 1945. Vi kunne se rester fra utstyret de hadde trengt under oppholdet. En av turdeltakerne som var oppvokst i Degernes fortalte at de hadde lekt der som barn på 50-tallet.

Turen gikk videre via idylliske Munkebråten ved Stiksvannet til «Hamar». På Munkebråten fikk vi noe orientering om stedet av dagens eier.

Ved Hamar var dagens hovedrast, og alle som hadde lyst fikk komme ned i hula der hytta «Hamar» hadde ligget. Både her og ved «Horten» fortalte Svein Syversen om virksomheten som hadde vært i 1944-45. «Hamar» hadde fungert som treningsbase før en eventuell avslutning av krigen. Han viste også bilder fra stedet, både nye, for de som ikke ville gå ned i ura for å se, og gamle fra den gangen hytta var i bruk og hadde både tak og vegger. Også her er det rester fra den gang hjemmefronten holdt til her. De måtte til slutt rømme til Sverige for å komme unna tyskerne.

Vi gikk hele tiden i fin skogsnatur med vann og tjern, som er typisk for Fjella i Østfold, så denne dagen bød på både mosjon, flotte naturopplevelser og ikke minst kunnskap om vår nære historie både i tid og geografisk avstand.

Vi i TFL takker DNT Indre Østfold for at vi ble invitert med, og en spesiell takk til Svein Syversen for interessant historieformidling og Per Vidar Pedersen for god turledelse!

Ingrid Solheim



Orientering på og om Munkebråten



Ove Aardal og Jan Erik Bjerkeli fra TFL koser seg på tur



På lang, lang rekke gjennom Østfoldnaturen



HALDEN FARVEHANDEL

Olav V's gate 2, 1767 Halden
Telefon 69 21 38 50



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.haldenror.no



Med barnebarna på tur Ertehytta – Budalsvika

Våren 2017 spurte Ebba (11) og Birk (13) sine besteforeldre om de kunne planlegge en skogstur med overnatting i løpet av sommeren. Idet stien fra Ertehytta til Budalsvika i løpet av våren og sommeren var blitt ryddet og nymrket, var dette et forslag fra vår side.

Både Ebba og Birk er godt trente håndballspillere på Vålerenga. I tillegg hadde de forberedt friluftsopplevelsen med å telte på verandaen m.m.

Torsdag 6. juli la vi avgårde fra Ertehytta med kilovis med mat, nyinnkjøpte liggeunderlag, soveposer og myggnett. Vi var heldige med været.

Turen gikk fra Ertehytta mot Siljedalen via Sagtjern – Sakssætre – Kværntjern – Hafsred – Nybølekasa til Angerstjern hvor TFL har bygget en gapahuk. Idet dette er ca. halvveis til Budalsvika, passet det bra å overnatte her. Vi installerte oss i gapahuken, spiste og drakk kakao, fortalte historier og gikk tidlig til ro for å lytte etter lyder. Noen fjerne fuglelyder var vel alt vi hørte før søvnen fanget oss.

Ingen hadde det travelt med å stå opp morgenen etter. Gapahuken ligger vakkert ved Angerstjern, så vi hadde heller ikke det travelt med å legge av gårde.

Vi tok så fatt på turen videre mot Budalsvika. Forbi Taklund – langs nordre Boksjø mot Tronsholtet – Hauglund – mellom Boksjøene ved Boksjødammen – Ødegården og over åsrygger de siste kilometerne inn til Budalsvika. Da hadde vi tilbakelagt ca. 25 km. På Budalsvika slappet vi av en stund og lagde mat, før vi la ut på de siste ca. 4,5 km ut til Råbocken på svensk side. Vi registrerte 13 øvrig besøkende som var innom Budalsvika den tiden vi var der. Her ventet oldefar Bjørn med kald drikke og transport tilbake. Og, alle var vi enige om at det hadde vært en fin tur!!

Mayna og Hans



SVERRE CASPERSEN A/S
ENTREPRENØRFIRMA

CASPERSEN
EIENDOM A.S
Utvikler og eier fast eiendom



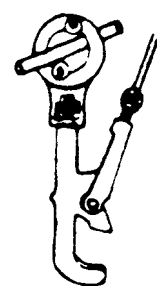
Repslagergt. 8, 1776 Halden
Tlf. 69 17 86 40



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

Rørleggerfirma

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

firmapost@kolaaseftf.no
www.bademiljo.no



Vi utfører alt innen . . .

- **NYBYGG**
- **REPARASJONER**
- **OMGJØRINGER**

Medlem av Norges største rørleggerkjede
www.Bademiljo.no

Bademiljø

Tur til Syd-Koster 23. april

31 personer var med ferja fra Strømstad til Ekenes på Syd Koster. Frisk vind, ca 8 grader, men sol. Vi tok ferja til Ekenes og startet med å ta en titt i Naturum Kosterhavet. Her fikk vi se en kort film om Kosterhavet, over og under vann.

Vi startet med å gå stien mot Langegjærde som er havna helt nord på Syd Koster. Vi tok spisepause under et gammelt eiketre (ca 200 år) i solen og i le for vinden. Vi fortsatte stien helt ytterst mot havet og tok en liten stopp ved to hytter som er bygd delvis rundt et tre av kunstner Solveig Ekeland.

Det ble også en kopp kaffe og kanelbolle på Koster Tregårder. Vi gikk videre opp på Valfjellet som er Syd Kosters høyeste punkt 50 moh.

Videre fortsatte vi stien forbi Brevik havn, deretter til Kyrkosund havn som er helt syd på Koster. Derfra til Kilesand hvor vi tok ferja tilbake til Strømstad.

Takk for oppmøte og hyggelig selskap.

Turleder Sissel Huseby



På toppen av øyas høyeste punkt, Valfjellet.

Litt info fra Sissel om Syd Koster.



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

SKAL DU SELGE BOLIG?

Velg en megler med
unik lokalkunnskap siden 1975 . . .

- ✓ 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



FØRST OG FREMST SERVICE

www.jensen-scheele.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

Ertetrimmen 2017



Her er deler av startfeltet 18. mai

Ertetrimmen 2017, den 34. sesongen i rekken, ble avsluttet på Ertehytta torsdag 28. september med pølser og premieutdeling, som tradisjonen er. Den siste dagen var det 74 deltakere av smått og stort. Deltagelsen i årets sesong har vært noe mindre enn de siste årene, det er bare å konstatere. Årsakene kan være mange, men det har i "alle" år svingt veldig i antall deltakere.

Nå skal vi vel ikke klage for mye, for årets Ertetrim har tross alt samlet 172 små og store gjennom sesongen, og gjennomsnittet pr. gang på de 15 torsdagene vi har holdt på har vært 68.



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

Design, trykk eller print
– alt på samme sted



TELEFON 69 17 81 50

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



BYGGMESTER
OLE H. LAGERHOLT

- Nybygg
- Tilbygg
- Renovering

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

Tur i Strupeskogen 20. august

Noe spenning skal det være i forbindelse med TFL-turene, og i morges «hølja» det ned. Vi tenkte at få eller ingen ville komme for å gå tur i Strupeskogen i slikt vær. Riktig nok varslet Yr bedring etter hvert, men det så mørkt ut kl.10.

Vi undervurderte nok en del haldensere, for elleve turgåere møtte opp på Remmen utstyrt for en tur i nærområdet til boligfeltene f.o.m Sollihøgda t.o.m. Brekkerød. Deltakerne kom både fra disse områdene og andre steder i byen. Til felles hadde de at de var nysgjerrige på dette turområdet og at de færreste var noe særlig kjent med det fra før.

Vi la i vei, og underveis stoppet vi opp og forklarte hvor vi var i forhold til boområdene Sollihøgda, Østre Lie, Karrestad, Strupe, Holtdegården og Brekkerød og hvordan vi enkelt kunne komme fra disse via sidestier inn til hovedstien som vi gikk på.

Deltakerne var forbauset over «urskogen» langs Strupebekken, tenk at vi har slik natur så nær innpå stuedøra! Vi passerte Vollane og gikk opp til Flyvarden, et gammelt tårn som for lengst har fullført oppdraget sitt og ligger forfallent på bakken. Vi tok en avstikker opp til bronsealderøysa, fortsatte over hogstfeltet på høyden hvor vi beundret utsikten i flere retninger. Vi så Vadvedttårnet i Degenes og Høyåstårnet samtidig. Planen var å ta rasten her, men pga det usikre og varierende været valgte vi gapahuken ovenfor Bislingen i stedet.



En liten stopp ved bronsealderøysa

Herfra fulgte vi noen andre av det store utvalget av stier som finnes i området tilbake til Sollihøgda og Remmen. Vi i TFL håper dette kan bli en inspirasjon til å benytte dette fine området på egen hånd senere. Tusen takk for at dere trosset regnet og valgte oss i dag!

Ingrid Solheim

Turorientering 2017

Fra de dypeste daler til de høyeste tinder – kan være en kort og grei beskrivelse av denne idrettsformen – Turorientering.

To gamle joggere fant ut at «løpskarrieren» var på hell.

Hva skulle vi finne på nå? Svaret ble turorientering. Et lykkelig valg. Alt fra spennigen om å finne igjen bilen langs Rv 22 til gleden ved å være ferdig med kart nr. 2 (Ravntjern – svart tur).

Loggboka viste at vi var ute ca. 70 timer for å finne de 90 postene. Neppe noen klubbrekord – men vi gjør et nytt forsøk neste år.

Stor takk til alle som har gjort dette flotte tilbudet mulig!

Vi gleder oss allerede nå til neste års kartjakt!



Tor Ivar Sandberg og Svein Eliassen
har tatt 90 tur-orienteringsposter i Haldenskogene i 2017.
Det har gitt mersnak.

Svein og Tor-Ivar

Tur til Sjusjøen

10. – 15. september

I år gikk TFLs tur for oss godt voksne til Sjusjøen. Vi skulle bo på Rustad Hotell som ligger idyllisk til like ved Sjusjøvannet. 36 (iberegnet bussjåfør og kone og turledere) møtte ved busstasjonen søndag 10. september. Mange av deltakerne hadde vært med på tilsvarende TFL-tur flere ganger tidligere, men det kom også noen som nybegynnere. Blant disse var turlederne, Wenche og Ingrid. Vi var spente på hva dette ville innebære, men valgte å ta utfordringen og bli med. Første turdag (mandag) startet med regn, men da vi sto klare til å gå av sted, sluttet regnværet. Vi valgte å gå stien rundt Sjusjøvannet som en oppvarming på uka. Etter omtrent halve runden, tok fem av oss av og fulgte stien til Gudbrandstjern. Det ble en sølete opplevelse, men vi ga oss ikke og kom til sist både opp og ned igjen. «Hovedfeltet» fulgte stien videre rundt vannet tilbake til hotellet.

Tirsdag gikk vi stien som gikk forbi campingplassen, over Sjusjøen skiarena og fulgte lysløypa videre. Etter en stund valgte en del av følget å ta veien tilbake til Sjusjøen og utgangspunktet, mens resten tok seg opp til Vesle Lunken, rundt Heståsmyra og tilbake. Vi fikk litt dramatik da vi passerte myra, da en av deltakerne satte fast ett bein i gjørma. Heldigvis gikk det bra etter en del trekking og bruk av planker.

Onsdag så ifølge Yr ut til å bli ukas beste dag med hensyn til vær og særlig vind. Derfor valgte vi å ta turen opp til Nevelsfjell, 1089 moh, denne dagen. Frode bussjåfør fraktet oss til utgangspunktet nordøst for Nevelvatnet. Herfra kunne vi komme oss uten de aller største strabasene, og de fleste kom seg også opp til toppen. Matpakka smakte spesielt godt siden vi var ekstra tilfredse etter å ha besteget dette fjellet og kunne nyte utsikten i et rundskue derfra.



Vi har nådd Nevelsfjell!

Før vi visste ordet av det var siste turdag kommet. Målet denne dagen var Store Lunken, Sjusjøfjellet og Lunkefjell på overgangen mot Nordseter. Også denne dagen la vi opp til to turalternativer. Vi la i vei fra Storåsen og gikk i samlet flokk til Store Lunken hvor det er en nydelig rasteplass. Her fortsatte de ivrigste opp til Lunkefjell (1012 moh), gikk via Sjusjøfjellet og tilbake til rasteplassen der begge gruppene hadde matpause. Noen av deltakerne nøyde seg med å bestige Sjusjøfjellet (995 moh) hvor det også var en fantastisk utsikt.

Noen av deltakerne våre syntes det var deilig å holde seg i nærheten av hotellet og tok småturer ut derfra til noen av de mange fine rasteplassene langs Sjusjøen og koste seg med det å være ute i frisk luft og slappe av utendørs.



Hvor går veien videre?

Tove nyter utsikten fra Lunkefjell

Rustad Hotell sørget for at vi fikk en god frokost, matpakke og skikkelig middag hver dag, så vi led absolutt ingen nød i matveien!

Vi fikk «eget rom» på hotellet hvor vi kunne tilbringe kveldene. Kirsten og Sverre sørget for at vi måtte bruke de «små grå», ikke bare beina. Hver kveld fikk vi en quiz å bryne oss på, og jammen fins det mye å spørre om..... Takk til dere for dette daglige innslaget! Vi var også så heldige at Britt spilte gitar og Hanne stilte som forsanger for et par allsangrunder. Her gikk det i Skjæråsen, Taube, Prøysen mm. Allsang skaper alltid god stemning. Vi takker også dere for innsatsen! Noen hadde en god historie eller to på lager, og disse ble raust delt med oss alle sammen. Takk igjen! Fredagen kom, og vi satte kursen hjemover mot

Halden etter noen deilige dager med mosjon i form av turer i fjellet, god mat, underholdning og ikke minst herlig sosialt samvær. Skravla gikk, og latteren satt løst gjennom hele oppholdet.

Wenche og jeg hadde ikke trengt å bekymre oss, det var bare gleden å få være turledere for en så positiv og hyggelig gjeng! Vi takker hver og en av dere for at dere var med på å gjøre oppholdet til den gode opplevelsen det var!

Ingrid Solheim



Klare for første tur på Sjusjøen



Takk for oss!



TISTA

Shopping med velfortjent pause!

Alt på én flate, uteservering, aktiviteter, samt over 40 lekre butikker



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)

420 GRATIS PARKERINGSPLASSER

Fra 30 min. til 3 timer
- kan utvides til 5 timer.

LAST NED TISTAPP!

Tilbud • Forsalg • Arrangementer • Kundekvalder
(15 års aldersgrense)



TISTA

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 RØRHANDLEL

Jernbanegata 10, 1767 Halden - Telefon 69 17 86 10

Fridtjof Nansens hotell – og litt lenger

I dag skulle TFL ha tur til Fridtjof Nansens hotell, og vi møtte i Tistedal fulle av forventning i et aldeles nydelig sensommervær, faktisk det beste på lang tid! Som forrige søndag møtte elleve turgåere her, i tillegg skulle vi plukke opp to på Fjeld Bru. Elke og Trond kom fra Trøgstad og hadde lyst til å komme inn til «Hotellet». Det var særdeles hyggelig for oss å få besøk utenfra.

Vi går rett inn i Ankerfjella mellom Hauglund og Fjeld Bru, og det går ikke mange hundre meterne før vi passerer det første vannet. For oss ble første hvil ved Sandsjø, en idyllisk liten sjø omtrent midtveis til «Hotellet». Den blåmerkede stien vi følger byr på furumoer, granskog med flott moseskogbunn, bekkepaseringer og myrer og flere fine tjern underveis. Det går bakke opp og bakke ned, så det krever innsats. For våre deltakere var ikke dette noe problem, alle hang med og travet i vei.

Etter en god marsj lå plutselig Fridtjof Nansens hotell der. En del av oss hadde vært der tidligere og visste hva som ventet oss, men for andre var det første besøk, og de ble vel litt lange i maska, slik vi andre også hadde blitt første gangen vi kom dit. Det er ikke akkurat den mest innbydende plassen i Ankerfjella, ingen sol og ingen utsikt, men helleren ga god beskyttelse mot regnet for Fridtjof Nansen og hans jaktkamerater. Etter at vi hadde tatt gruppebilde og skrevet i gjesteboka, hastet vi videre til Stensvannet hvor rasten skulle tas. Da var vi modne for både mat og hvile. Rasteplassen vår lå helt nydelig til ved vannet. Etter hvilen, bar det rett tilbake til endepunktet ved Sund og Klaretjern. Noen snakket om bading i tjernet der, men jeg så ingen som gjorde alvor av det. I tilfelle var det vår nye venninne fra Trøgstad... Takk til dere som ble med på denne ferden inn i Ankerfjella og Fridtjof Nansens rike.

Hilsen Sigmund Kvam og Ingrid Solheim



Deilig med rast ved Stensvannet



Balansetrening?



På Fridtjof Nansens hotell

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



**Byggmester
Bjørn Larsen efft.**

Tlf 900 44 124

post@bbl.as



DATATJENESTEN

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

**ETABL.
O. Hansens Efft. as**

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

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

Barnas Turlag Tistedalen



**KOM DEG UT-DAGEN
OG SOPPENS DAG**

Barnas Turlag Tistedal arrangerte sopptur i Ertemarka i samarbeid med Halden Soppforening søndag 3/9.

Det var strålende sol og nesten vindstille denne første helgen i september. 120 voksne og barn møtte opp på parkeringsplassen ved Tistedal Skianlegg og gikk turen derfra til Ertehytta. Noen gikk Ertevannstien og plukket sopp på veien til hytta, mens andre gikk grusveien.

Fremme ved Ertehytta var det muligheter for å smake på nydelig soppsuppe som Halden Soppforening delte ut til alle, og de voksne kunne få seg en kaffekopp. I området ved Ertehytta var det natursti for barna med sopp som tema, og for de som hadde lyst var det arrangert en liten tur i området rundt hytta for å finne mer sopp. Både store og små kom fornøyde tilbake fra denne turen med stor fangst. Halden Soppforening sørget for at ingen plukket noe som ikke skal spises og kontrollerte soppen som ble plukket.

Barna fikk med seg mye lærdom rundt det å plukke sopp, og det ble utdelt fine brosjyrer med enkle forklaringer tilpasset barn. De voksne fikk også lære om sopp og kunne se både vanlige og sjeldnere sopp utstilt av soppforeningen. Det var en hyggelig dag for alle uansett alder.

Det ble delt ut lodd til alle fremmøtte på parkeringsplassen og trekning ble foretatt på Ertehytta. Av gevinster var det blant annet soppkniver, turkopper, grillpinner og annet nyttig. Tre barn vant fine termoser til fremtidige skogsturer.

For Barnas Turlag Tistedal deltok:
Cecilie Krogh, Gry-Heidi Montelius, Hanne Helgesen og Eileen Lindh Hansen.



Ninni Christiansen (bildet) og Kristin Elida Veiuelsen Nielsen deltok for HaldenSoppforening.

Fem KM-titler til TFL



Fra premieutdelingen etter rennet

Lørdag og søndag, 9. og 10. september, ble «Petit Tour de Tistedal» arrangert for andre året. Lørdag var det innlagt KM og til tross for at vårt lag «bare» stilte med ti løpere, ble det fem KM gull. Per Morten Finstad i G 13, Martine Eldre Svendsby K 17, Filip Glittenberg Holt i M 18, Petter Stokkeland M 19-20 og Marius Svendsby M 21. Johan Unneberg sikret dobbelt i M 18, Fredrik Fossum Jensen ble nummer fire i H 19-20. De tre øvrige Agnes Høyven Andersen (11), Fredrik

(10) og Sondre Signebøen (12) er for unge til KM klasser, men prestasjonene var ikke noe dårligere av den grunn. Sammenlagt i helgens «Tour» vant både Martine, Filip, Petter og Marius, mens Johan og Per Morten ble nummer to og Fredrik nummer fire. De tre yngste gikk ikke på søndag. Totalt var det med 62 løpere fra Østfold, Akershus og Oslo.



Petter Stokkeland som vinner og med klubbkompis Fredrik Fossum Jensen helt til høyre på bildet



En blid Filip Glittenberg Holt på toppen av pallen, og med Johan Unneberg på andre plass t.v



Martine og Marius Svendsby



Sondre Signebøen mottar premien sin fra klubbvenninne Helene Bekkevard, som denne gangen var premieutdelers og ikke deltaker i rennet



Fredrik Signebøen mottar sin gavepremie



En fornøyd Per Morten Finstad



Agnes Høyven Andersen på pallen, ferdig pyntet til bursdagsselskap

10. september

Tur i Høiåsmarka

Gruveveien – Stangås – Blytjern – Høiås – Gruveveien
18 personer var med på turen nord i Høiåsmarka. Vi startet ved Bjørbekkmoen og gikk Gruveveien inn til Tunnelgruva. Lokalkjente Asbjørn Svensby fortalte om gruvedriften og hadde med seg redskap de brukte i gruvene på 1930 tallet.

Videre gikk vi over Stangås og til Blytjern hvor vi tok rasten ved Halden skiklubb sin gapahuk. På veien videre opp mot Høiås passerte vi «Musehogget» som var møteplassen til Halden skiklubb etter at tyskerne hadde beslaglagt Høiåshytta i 1941.

Oppe på Høiåsplatået kunne de som hadde lyst nyte utsikten fra tårnet. På veien tilbake til parkeringa gikk vi blåløypa forbi de gamle kvarts-, glimmer- og feltspatgruvene. Her møtte vi Asbjørn Svensby igjen og han fortalte om Herrebrødengruvne og husmannsplassen.

En fin tur i regn og sol og veldig interessant med historiene om gruvedriften. Tusen takk til Asbjørn Svensby som stilte opp. Turledere var Sissel og Ann-Kristin.

Ann-Kristin Dahl Fosby



*Liv Marit Bernstrøm til høyre og
turleder Sissel Huseby ved Stangås.*



Asbjørn Svensby forteller om Tunnelgruva.

17. september

Krigshistorisk tur til Rumpetjern

I dag fikk vi fortsettelsen av den dramatiske historien vi fikk første del av i mai. DNT Indre Østfold tok oss med på deler av flukten fra «Hamar» gjennom Vestfjella mot Sverige. Over 60, av disse 16 fra Halden, historie- og turinteresserte personer møtte fram på p-plassen ved Ulveholtet.

Første stopp var ved Gruvehytta, der vi overvar et lite rollespill der «Arne Hallsten» stakk av fra tyskerne. Else Sletten, Hallstens datter, og Svein Syversen fortalte om de dramatiske minuttene her 18.januar 1945.

Vandringen gikk videre til Østebyhytta ved Rumpetjern der vi fikk høre hva som videre skjedde denne fatale dagen. Svein Syversen har fått låne Arne Hallstens dagbok, og Else Sletten gjenfortalte det hun hadde fått høre fra faren sin under oppveksten. Vi fikk høre om skudd som traff Hallsten i armen og om en schäfer som beit seg fast i ham. En av Hallstens kamerater klarte å skyte hunden slik at han kom seg løs og klarte å rømme fra tyskerne.

Det var mange dramatiske hendelser her i Halden kommune under 2.verdenskrig, og denne er vel en av de mest spesielle, i hvert fall som endte godt. Takket være dagboken og at datteren til en av dem som opplevde dette vil dele farens opplevelser, får ettertiden vite om det som skjedde her inne i Vestfjella. Det er ikke mange årene før vi ikke lenger kan få informasjon fra de som selv har opplevd noe eller hatt nær familie som har gjort det.

Stor takk til Else Sletten som så raust har lånt ut farens dagbok og selv stilt opp og fortalt om det han var gjennom.

Før vi forlot Østebyhytta og Rumpetjern, tok vi en rast og avgjorde at vi skulle fortsette direkte til Fosserkoia. Der ble vi møtt av ham koia er oppkalt etter, nemlig Erling Fosser. Han fortalte historien bak denne koia, som også blir kalt Villmarkskoia.

Turfølget fulgte stien langs bekken ned mot selve Ulveholtet. Både her og i resten av Vestfjella går vi gjennom den flotte typiske Østfoldnaturen. På Ulveholtet fortalte Trond Fjeld at både han og flere av dagens turdeltakere hadde forfedre som hadde bodd der. Det ble stilt spørsmål om bakgrunnen for navnet, og vi fikk høre myten om ulven som hadde kommet inn gjennom et åpent vindu da det første huset der ble bygd. Siste etappe gikk via stien som krysser Ånesbekken. Dette stedet er et yndet fotomotiv. Da vi var tilbake på p-plassen, var vi rikere på historiekunnskaper om krigshendelsene i distriktet vårt, og vi hadde blitt beriket med gode naturopplevelser.

Takk til DNT Indre Østfold, Svein Syversen og Else Sletten for at vi i TFL blir invitert til slike fine opplevelser!

Ingrid Solheim



*Svein Syversen og Else Sletten forteller
om dramatiske hendelser ved Rumpetjern*



*Erling Fosser snakket om bakgrunnen for og
oppbyggingen av Fosserkoia*



*Else Slettens far kom seg unna tyskerne i
januar 1945*



*Kirsten Ova og Ove Aardal tar en velfortjent
rast ved Østebyhytta ved Rumpetjern*

Cola stasjon i Klepper for tolvte gang...



Noen av TFLs funksjonærer i årets Grenseritt. Fra venstre Pål Schröder, Karin Sandtorp, Karsten Sandtorp, Asbjørn Holmen, Helga Løwengreen, Kirsten Ova og Hege Kjelvik.

Andre som var med og mettet tørste struper var Svein Løwengreen, Hans Kristen Kjelvik og Terje Jensen

For tolvte året på rad har TFLs mannskaper hatt ansvaret for Cola stasjonen i Grenserittet. Selv om deltagelsen i år var mindre enn på mange år, var det til tider hektisk virksomhet for våre funksjonærer på toppen av denne bakken i Klepper.

Som alltid er det noen som klager på at de ikke får servert fort nok, men de fleste er veldig takknemlige for at vi er der og det inspirerer oss til innsats år etter år. Vel blåst også denne gangen.



Ingrid Bøe Jacobsen kjemper seg over bakketoppen i Klepper, på vei mot en ny god plassering i Grenserittet



Her blir to personer på en tandem servert cola av Hans Kristen Kjelvik

Ladies Tour jubel i Tistedal

Fredag 18. august hadde Stangeskovene, med Terje Kristiansen i spissen, invitert lokale lag og foreninger til å være med å heie på Emilie Moberg og resten av jentene i feltet, da de passerte gjennom Tistedal. Mange fra TFL stilte opp, og det var virkelig god stemning da jentene syklet forbi, på vei mot Aremark, Ørje og Mysen.

Det ble servert pølser, kringle og kaffe, Karsten Sandtorp sto for underholdningen med sitt trekkspill og TV 2 laget en flott reportasje som gikk på sendingen litt senere på ettermiddagen. En meget hyggelig ettermiddag i Tistedal var det.



Sterkt innsats i Blink Festivalen

Fire fra TFL var med i årets Blink Festival i Sandnes i perioden 26. til 29. juli. Martine Svendsby, D 17-18, Johan Unneberg og Filip Glittenberg Holt i M 17-18 og Petter Stokkeland i M 19-20. Det startet onsdag med en 20 km for alle våre. Petter ble nummer fire i sin klasse, Filip og Johan nummer 13 og 14, mens Martine ble nummer 15 i sin første konkurranse som juniorløper og må være meget fornøyd med det. I torsdagens Lysebotn opp, 7,5 km med en stigning på over 600 m, ble Petter igjen nummer fire. Filip viste også muskler ved å komme inn, for ikke å si opp, på en meget sterk 6. plass. Johan var noe mer beskjeden denne gangen ved å bli nummer 31. Alle våre løpere hadde under veis litt problemer med staver og pigger. Martine deltok ikke i dette rennet. Fredag var det så sprintprologer, hvor Petter gikk lett videre til kvarten, mens Johan manglet 0,7 sek for å nå det målet. Martine og Filip var ikke med her. Petter ble nummer tre i sitt kvartfinale heat, og var med det klar for lørdagens semifinale. I semifinalen gikk det ikke Petters vei, og det ble dermed ingen finale på NRK TV med Petter i år, som vi fikk gleden av i fjor.



Petter Stokkeland på vei opp fra Lysebotn

Tursesong-avslutning på Budalsvika 1. okt.

Søndag 1. oktober inviterte TFL til den tradisjonelle avslutningen på tursesongen med to turer til Budalsvika. Siden vi er så heldige å ha denne fine hytta inne i Lundsneset naturreservat, er det hyggelig å benytte den som mål for årets siste fottur. Som tidligere år, var den korteste turen fra Råbocken i Tresticklan Nasjonalpark. Atten personer møtte fram på Turistenbrygga for samkjøring opp. Gruppa gikk i samla flokk den fine stien fram til Budalsvika, ledet av Tor-Arild Fosby. På hytta er det hvert år noen velvillige sjeler som har kommet inn dagen før eller tidlig søndag morgen for å sørge for servering til turfolket. Det var sodd og saft, kaffe og kake å få. Dette setter vi som er ute og går stor pris på. Tusen takk skal dere ha!

En spesiell takk fra gruppa på fem personer som gikk den lengste turen. Vi ble ganske mye forsinket i forhold til planen, men likevel ventet dere med maten til vi til slutt dukket opp.

Den lange turen startet også med frammøte i Tistedal, og etter en reise med bil og i Taxi, kom vi til Gruvmoen i Klevmarken i Tresticklan Nasjonalpark. Etter litt trasking på vei, gikk vi inn i Nasjonalparken, og vi passerte ganske snart en dyp forkastningssprekk hvor Ove, som var vår turleder, fortalte oss litt om denne og andre historier fra området. Vandringen gikk over åpne furumoer, forbi høstfargede myrer og ikke minst flere nydelige tjern. Siden dette er en nasjonalpark, har svenske myndigheter sørget for klopper over alle bløte partier slik at vi kan gå tilnærmedesvis tørrskodde hele veien. Vi kom også forbi Orre-Bryngels om som er en grotte med en inngang som ligner åpningen på gamle dagers bakerovner. Her sies det at Bryngel Halvardsson overnattet på sine jakt- og fisketurer. Videre gikk vi over Orshøyden hvor det en gang stod et utsiktstårn. Nå er bare boltene i fjellet igjen. Boplassen Bråtane er også borte, bare noen tufter og et opplysnings-skilt forteller at her har det bodd folk fram til 1904.

Som sagt, etter mange, men fine timers vandring, kom vi fram til Budalsvika, der vi fikk komme inn på kjøkkenet og bli servert sodd, kake og kaffe. Den siste etappen gikk også for oss ut til Råbocken der bilen var parkert.

Turgruppa i TFL takker alle som i løpet av sesongen har vært med på en eller flere av våre turer. Vi håper å se både dere og andre turinteresserte igjen i 2018!

Tor-Arild Fosby og Ingrid Solheim



Gro studerer Orre Bryngels ovn.



Ove sørger for fri ferdsel for gruppa si!



Fine klopper er lagt over alle bløte partier.



I eventyrskogen...

Fra Toppidrettsveka til Ladies Tour of Norway



Petter Stokkeland og Marius Svendsby klare som "Podium gutter" i Ladies Tour of Norway!

Petter Stokkeland kom rett fra Trondheim og Toppidrettsveka til Halden og Ladies Tour for å være «Podium gutt» sammen med Marius Svendsby, søndag 20. august. På Nordmøre og i Trønderlag viste Petter dagene før at det ikke er jukset i treningsarbeidet gjennom sommeren. To sprinter og to lengre løp har han gjennomført, og spesielt det 24 km lange fristilsrennet fra Aure til Brekka var imponerende. Petter ble nummer 58 av de 124 som fullførte. Han ble slått med 5

min og 24 sek av vinneren, den ikke helt ukjente Dario Cologna fra Sveits, men slo flere større profiler, blant annet Petter Northug og Finn Hågen Krogh. I Trondheim på lørdag ble det hele avsluttet med jaktstart på 15 km i et forferdelig regnvær. Petter gikk også her bra, og var nærmere teten, men dårligere plassert enn i det første «langløpet». Alle rennene ble vist på NRK TV.

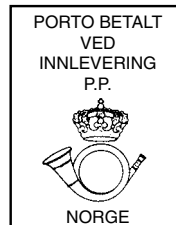
Liv Inger Prangerød vant to gull i veteran NM!



TFLs Liv Inger Prangerød deltok i veteran NM i Rauland 18-20. august og tok med seg hjem tre medaljer. To gull og en bronse ble det, en imponerende prestasjon. De to førsteplassene kom i sprint og langdistanse, og tredjeplassen kom på normaldistanse. Liv løper nå i D 60, men har i hele sitt lange orienteringsliv vært blant de beste i landet sin klasse. Orienteringsaktiviteten i TFL er for tiden ikke som i gamle dager og det er derfor veldig gledelig at Liv Inger holder koken! Det var 18 startende i sprinten, 27 på normaldistansen og 25 i langløpet.

Liv Inger Prangerød mottar her premien for seieren i sprinten, under veteran NM

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