

GJERDRUM ORIENTERINGSLAG

50 ÅR 1964-2014



Foto: Harald Andresen

GOL 50 år

Versjon 1.2 ("Digital versjon")

Utgitt våren 2014.

Omslagsbilde - forsiden:

En fornøyd gjeng etter 5. plassen i Tiomila i 1984.

F.v.Lene Sørensen, Elisabeth Strandhagen, Anne Berit Moe, Anne Grethe Rustad og Hanne Sørensen.

Foto: Harald Andresen

Omslagsbilde - baksiden:

Karoline Sønsterudbråten, Vette Christiansen, Magne Haga og Line Maria Haugen Melby
på vei mot mål i 10Mila 2010. Foto: Jens Olav Kløverud/Veivalg.

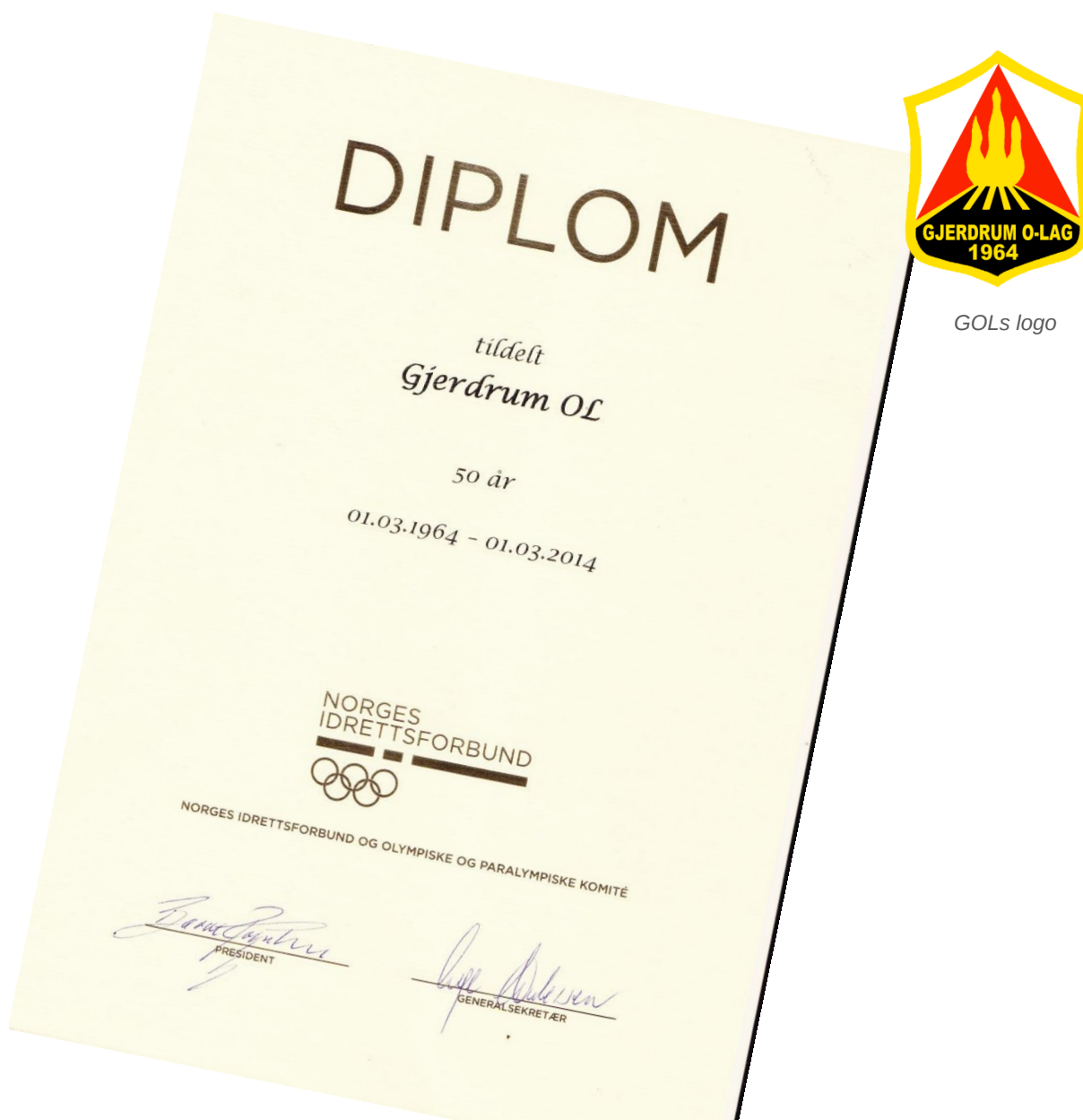
Forord

"Suksess bør ikke måles i hvor langt man er kommet, men heller i hva man har opplevd underveis."
fritt oversatt fra Steve Prefontaine¹

Orienteringsgruppa i Gjerdrum var før 1964 en del av Gjerdrum idrettslag, men 1. mars 1964 ble Gjerdrum orienteringslag (GOL) stiftet for å få et bedre orienteringsmiljø i Gjerdrum. GOL har i dag 145 medlemmer og et kartlagt terreng på over 30 km².

Tid er relativt. Dersom vi snakker om jordens tidsalder er 50 år kort, hvis vi sammenligner med tiden Eirik Rustad, Eskil Kinneberg og Vetle Ruud Bråten (fra Ullensaker) brukte på stafetten i NM i 2013 er 50 år lenge. For et menneskes minne er 50 år omtrent akkurat passe. Vi har derfor med tanke på å ta vare på litt av GOLs historie skrevet denne jubileumsboken.

Denne boken er et forsøk på å illustrere lagets første 50 år fra 1964 til 2014.



Hilsen fra Norges Idrettsforbund signert president Børre Rognlien og generalsekretær Inge Andersen.

Takk

Vi vil særskilt takke følgende personer for deres hjelp i arbeidet med denne jubileumsboken:

Anne Grethe Rustad
Arve Aardal
Aslak Kinneberg
Dagny Lysaker
Einar Iversen
Eirik Rustad
Hans Larsen
Harald Andresen
Ingrid Rapp
Lene Kinneberg
Morten Vilbo Sørums
Per Olav Rustad
Simen Rustad
Øyvind Lund (redaktør)

Innhold

Forord	5
Takk	6
Tidsepokene	8
Det første året (1964)	9
Kart i brunt, blått og svart (1965 – 1969)	13
På 70-tallet ble det mer fart på GOL (1970 – 1974)	15
GOL nytt og NM medalje (1975 – 1979)	21
Bronse i senior-NM stafett (1980 – 1984)	29
GOL arrangerer natt-NM (1985 – 1989)	37
Diskusjon om overbyggingsklubb (1990 – 1994)	47
GOL består, men o-løp i Raumardrakt (1995 – 1999)	55
Digitalt kartarkiv og webside (2000 – 2004)	63
GOLs første Norgesmester (2005 – 2009)	73
Da fire ungdommer fra GOL vant 10Mila (2010 – 2014)	87
Kart i Gjerdrum fra 1964 til nå	97
Tur-o i Gjerdrum fra 1964 til nå	107
Ledere i o-laget	111
Æresmedlemmer i o-laget	124
Store arrangementer	127
Busterudvangen	143
GOLs damelag på 80-tallet	153
GOLs mesterskapsløpere	159
Rekruttrening i 1964 og nå	163
Medlemsbladet GOL nytt	175
Statistikk	185
Kilder	196

Tidsepokene

Om vi ser på hele 50-årsperioden fra start til mål under ett kan vi se at det meste har pekt oppover i positiv retning for orienteringssporten i Gjerdrum. Antall medlemmer har økt betraktelig, kartene har blitt mange flere og betydelig bedre, medaljer fra mesterskap kommer inn enda oftere enn før og så videre. Men hver epoke har alltid hatt sin sjarm og sine begivenheter. For at historien om GOL skal bli enklere å ta inn har vi delt inn i 11 tidsepoker.

"Jeg har stor glede av å snakke med de gamle. De har tilbakelagt den veien vi alle skal gå og vet hvor den er ujevn og vanskelig og hvor den er jevn og lett."
Platon²

På de neste sidene kommer historier, viktige hendelser, kart, oppsummeringer av arrangementer og mange bilder fra:

Det første året (1964)

"Vi diskuterte o-gruppas framtidige muligheter, og kom frem til at av forskjellige grunner ville det være greiest å danne et eget o-lag i Gjerdrum."

Kart i brunt, blått og svart (1965 – 1969)

Nå var vi godt i gang og resultatet etter kartarbeidet begynte å vise seg med økt rekruttering og resultater.

På 70-tallet ble det mer fart på GOL (1970 – 1974)

Når vi skulle på o-løp, var det felles avreise fra kommunehuset på Ask og Åsenhagen. Ingen visste når de starta, så alle måtte dra til samme tid.

GOL nytt og NM medalje (1975 – 1979)

I den legendariske og en gang så populære og kjente «gjennomgangs» stafetten, Krokskogstafetten (1968-1994), satte GOL-damene sitt preg på stafetten fra 1977 og de kommende 7-8 årene med flere 2. og 3. plasser og seier i 1982.

Bronse i senior-NM stafett (1980 – 1984)

I 1983 løp Anne Grethe Larsen, Elisabeth Strandhagen og Lene Sørensen inn til bronsemedalje i senior NM stafett på Fetsund.

GOL arrangerer natt-NM (1985 – 1989)

Alt var planlagt ned til minste detalj i god tid før arrangementet.

Diskusjon om overbyggingsklubb (1990 – 1994)

"Hva gjorde at ei helt vanlig, vimsete jente klarte seg gjennom ungdomstida og nådde mange av sine idrettsmål?" *Ivar Minken*

GOL består, men o-løp i Raumardrakt (1995 – 1999)

"Kombinasjonen av god erfaring og ungdommelig fart og pågangsmot ga gull til Raumars stafettdamer under stafett-KM i orientering." *Harald Andresen*

Digitalt kartarkiv og webside (2000 – 2004)

I flere av årene var det opp mot 50 deltakere på nybegynnerkursene, og mange av disse ble med på karuselløp i Gjerdrum.

GOLs første Norgesmester (2005 – 2009)

Ragnhild Haga toppet perioden med å ta gull på NM junior mellomdistanse og sølv på langdistanse i 2008 som førsteårsjunior.

Da fire ungdommer fra GOL vant 10Mila! (2010 – 2014)

Eskil Kinneberg deltok på junior-VM tre ganger og vant gull på langdistansen i Slovakia i 2012. Gjerdrum hadde virkelig fått en løper i verdensklasse!

Det første året (1964)

Fakta om epoken 1965 - 1969	
Leder:	Hans Larsen
Medlemstall (snitt):	18
Nasjonale og internasjonale medaljer:	Ingen
Klubbmestere (D / H 17-):	Ikke arrangert før 1975
Styremedlemmer (utenom ledere):	Knut Grøndal, Magnus Grøndal, Hans Erik Bakken, Odd Kjærstad

Før Gjerdrum o-lag ble stiftet i 1964 hadde flere drevet med orientering som medlemmer av Gjerdrum IL (GIL). O-gruppen i GIL ble opprettet i 1947. Vi kan blant annet vise til en 10. premie i NM stafett for menn i 1954 På laget løp Hans Larsen, Hans Erik Bakken og Odd Kjærstad.

Andre gode plasseringer:

1960: KM stafett 3.premie Hans Larsen, Tor Bekkevar og Knut Grøndal.

1964: KM stafett 2.premie Knut Grøndal, Olav Larsen og Hans Larsen.



Premieutdeling etter NM stafett i 1954. F.v. Odd Kjærstad (3.etappe), Hans Erik Bakken (2.etappe) og Hans Larsen (1.etappe).

GIL o-gruppa arrangerte kretsmeesterskap i 1958. Samlingsplass var ved krysset der veien går opp mot Busterudvangen.



Vinner av D21 i KM 1958, Else Viik fra IL Driv Enebakk.



Vinner av H21 i KM 1958, Trygve Rommen fra Ull-Kisa.



Sølvmedaljen i KM 1958 gikk til Alf Stefferud fra O-52.

Så, 1. mars 1964 var det møte hos Hans Larsen, og her er møtoreferatet:

"Referat:

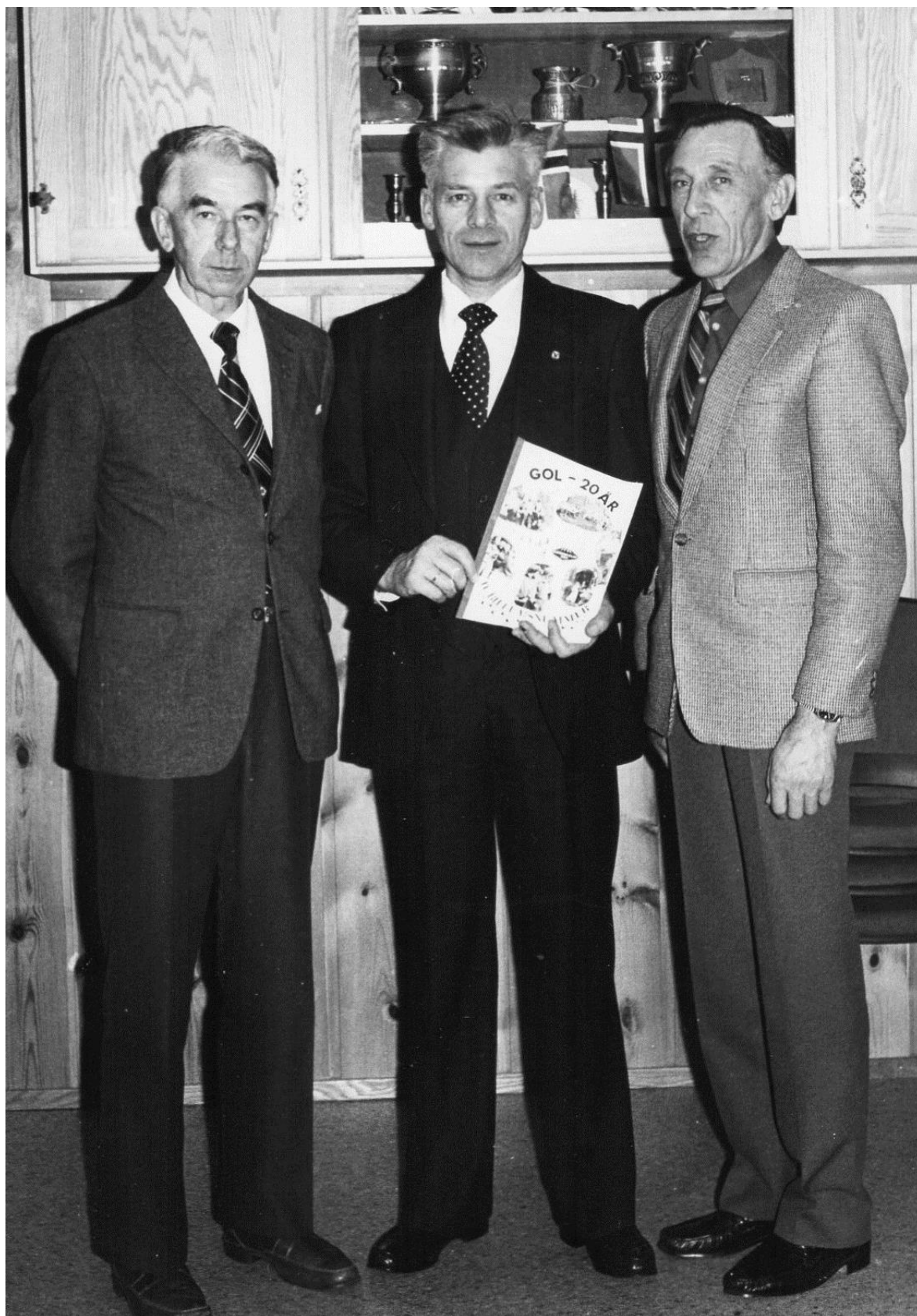
Møte hos Hans Larsen.

Til stede: Hans Erik Bakken, Hans Larsen, Magnus og Knut Grøndal.

Vi diskuterte o-gruppas framtidige muligheter og kom til at av forskjellige grunner ville det være best å starte eget O-lag i Gjerdrum. Dette ble enstemmig vedtatt.

Det videre arbeid ble nå å søke om opptagelse i Romerike O-krets og få godkjent lover og registrering av O-laget."³

I søknaden som ble sendt til Norges orienteringsforbund i 1964 står det at det var 10 menn over 17 år og tre under. Det var tre kvinner over 17 år og to under. Det var ikke så vanlig at jenter/damer løp orientering. I GOL kom de første virkelig aktive jenteløperne med i 1966-67.



*Tre av GOLs fire stiftere, f.v. Magnus Grøndal, Hans Larsen, Hans Erik Bakken
(Bildet er tatt ved feiringen av GOLs 20-årsjubileum i 1984)*

Kart i brunt, blått og svart (1965 – 1969)

Fakta om epoken 1965 - 1969	
Ledere:	Hans Larsen (1965-1969)
Medlemstall (snitt):	19
Nasjonale og internasjonale medaljer:	Ingen
Klubbmestere (D / H 17-):	Ikke arrangert før 1975
Styremedlemmer (utenom ledere):	Knut Grøndal, Magnus Grøndal, Hans Erik Bakken, Eli Rones, Harald Andresen, Olaf Moe, Odd Kjærstad og Tor Chr. Laache Knudtsøn

Hans Larsen forteller: Etter at o-laget var stiftet ble det mer fart. O-laget fikk støtte fra Gjerdrum kommune og Statens Ungdoms- og Idrettskontor (STUI) til kart. Det ble bestilt kartgrunnlag over søndre del av Allmenningen og Brådalsfjellet. Kartet over Brådalsfjellet ble ferdig i 1967. Kartet hadde tre farger – brun, blå og svart. Nå kunne vi starte med rekruttering og instruksjon. Det første nybegynnerkurset var på barneskolen på Ask i 1969. Videre måtte vi arbeide med synfaring og rentegning av det resterende området, noe som var meget tidkrevende.



Diskusjon om løype og veivalg etter o-løp i 1967. F.v. Knut Grøndal, Steinar Aarstad, Hans Larsen, Svein Belstad, og sittende foran Knut Larsen.

Tidsepokene - Kart i brunt, blått og svart (1965 – 1969)

Kartet over Allmenningen ble ferdig i 1969 og ble brukt til KM for Hedmark, Oppland og Romerike. Dette løpet hadde over 400 deltakere og utgangspunktet var Skytebanen (den gamle) ved saga (ikke så langt fra Lysdammen).

Nå var vi godt i gang og resultatet etter kartarbeidet begynte å vise seg med økt rekruttering og resultater. Det var flere rekrutter som var med på o-løp utover sesongen 1969. Det ble løpt løp både på Romerike og i kretsene rundt. Løypene disse gutta i G2 løp var 2,5-3km lange. Det var få stier og andre ledelinjer å følge. Sammenligner vi med dagens løyper, var vanskelighetsgraden omtrent som ei A-løype (dvs. seniornivå).

Kartutsnittet viser Per Olav Rustad sin løype med veivalg fra KM i Gjerdrum 31.august 1969. Som vi ser ble det noen bommer selv på hjemmebane.



Per Olav Rustads veivalg i KM i 1969.

På 70-tallet ble det mer fart på GOL (1970 – 1974)

Fakta om epoken 1970 - 1974	
Ledere:	Hans Larsen (1970-1974)
Medlemstall (snitt):	33
Nasjonale og internasjonale medaljer:	Ingen
Klubbmestere (D / H 17-):	Ikke arrangert før 1975
Styremedlemmer (utenom ledere):	Knut Grøndal, Magnus Grøndal, Hans Erik Bakken, Eli Rones, Harald Andresen, Olaf Moe og Tor Chr. Laache Knudtsøn

Nybegynnerkurs og rekrutteringsarbeidet fra 1969 ga resultater. Det var mange ungdommer som dro på o-løp på Romerike og i kretsene rundt. GOL stilte lag i noen stafetter også. Resultatene varierte, men løperne våre lærte mye av å løpe i forskjellige terrengetyper.

Alt i 1970 hadde vi en rekrutt som fikk medalje i Gutter 2 i KM. Dette var Per Olav Rustad. Siden kom det fler, både gutte- og jenteløpere. Disse hevdet seg meget godt i kretsen og tok mange KM-titler i årene som kom.



Per Olav Rustad på o-løp i 1970.

Treninger: På vinteren møttes vi hjemme hos hverandre og hadde karttrening. Det var kartbiter med en post på som vi skulle finne igjen på kartet og tegne inn. Når vi hadde funnet hele løypa, tegna vi vegvalg (der vi tenkte det var lurest å løpe). Var vi ute, løp vi en runde, så på kartutklippet, løp en runde til og så tegna vi inn posten på kartet vårt. En gang vi var hos Per Olav, hadde han måkt mye av en 400 m lang runde med skuffe. Godt forberedt til treningskompisene kom!

På sommeren hadde vi treningsløp. Det gikk på rundgang i o-laget å legge løyper, sette ut poster og ta tider. Her var det løyper på 2 km, 3 km, 4 km og 6 km. Den letteste løypa, 2 km, var mye vanskeligere enn det som rekruttene får i dag. Det var ikke så mange ledelinjer å følge (f.eks. stier og bekker). Vi måtte ofte bruke kompasset.

I Romerike o-krets ble det arrangert kretsløp på kveldstid (nesten som Raumarkarusellen i dag). Her deltok mange av GOL's jenter og gutter.

Klassene var litt annerledes på denne tida. Det var J1 og J2 for jenter og G1 og G2 for gutter. I tillegg ble vi delt inn i upremiert og premiert. Det kom an på om du hadde fått premie i et nasjonalt løp eller ikke. De første o-premiene vi fikk var sølvskjeer med o-post på.



Løvsprett 1974. Bak f.v. Tor Laache, Per Olav Rustad, Inge Aksdal. Stående foran f.v. Sigrid Sørensen, Lene Sørensen, Anne Grethe Rustad, Anne Knudtsøn. Stående lengst frem Torunn Larsen. Sittende f.v. Hanne Sørensen og Knut Larsen.

Vinteren 1973 var det ikke snø i januar, så da arrangerte vi treningsløp i Hexebergfjellet. På dette treningsløpet kom det løpere ikke bare fra Gjerdrum, men fra naboklubbene også. På bildet ser dere Tor Laache som skifter etter endt treningsøkt.

O-løp: Fra 1970 dro mange familier fra Gjerdrum på o-løp i o-kretsene rundt Oslo. Det var vanlig at hele familien var med og heia. Dette var som en felles søndagstur. Vi kan nevne familiene Aksdal, Knudtsøn, Rustad, Andersen, Sørensen, Larsen, Grøndal, Halvorsen, Aronsveen, Vegheim, Moe og Rones. Fra 1974 og utover kom også familiene Tronsli, Kronberg, Bergersen og Rosenberg med. Når vi skulle på o-løp, var det felles avreise fra kommunehuset på Ask og Åsenhagen. Ingen visste når de starta, så alle måtte dra til samme tid. Det var også felles premieutdeling når hele løpet var ferdig. Noen av familiene hadde også med primus hvor de kokte kaffe og lagde middag mens ungene løp i skauen. Alle koste seg.



Tor Laache etter o-løp i januar 1973.

På 1970-tallet var vi ofte på o-løp samme sted lørdag og søndag. Dette var løp som ble arrangert i Glåmdal og Hedemarken. Da var det vanlig å ta med teltet og overnatte. Klubben fant kanskje et jorde eller en liten plass i skogen som de fikk lov til å slå opp teltene på. På denne måten ble alle godt kjent, man hadde god tid etter løpene til å diskutere vegvalg.

Fram til rundt 1972/1973 måtte vi tegne på løypene sjøl etter at vi hadde starta. Før vi gikk til start måtte vi ta kontaktpapir på kartet. Vi tapet en rød blyantstump på pekefingeren til å tegne på postene med (modell etter Magne Lystad). Da gjaldt det å tegne postene på riktig sted.

O-Ringen (5-dagars): Fra 1970 har Gjerdrum o-lag vært representert på verdens største orienteringsløp. I juli samles o-løpere fra hele verden i Sverige for å konkurrere i 5 dager.



Løpere fra Romerike o-krets (ROK), flere GOL-løpere med premier etter en etappe i O-ringen 1973.

På O-Ringen (5-dagars) bor man i telt eller campingvogn på en kjempestor campingplass som er laget for arrangementet. Dette kan være gamle flystriper, idrettsplasser osv. Her er det toalettanlegg, matbutikker, sportsbutikker osv.



GOL samlet en kveld under O-ringen i Sverige.

På kveldene er det premieutdeling fra dagens løp. Hver klubb får tildelt sitt område, og vi har hatt mange hyggelige kveldssamlinger opp gjennom årene. Når en eller flere av løperne hadde vunnet sin etappe, var det feiring med blomsterkrans og is og kaker på hele klubben på kvelden. Opp gjennom årene er det mange GOL-løpere som har stått på seierspallen, både som etappevinnere og sammenlagtvinere.



Anne Grethe og Knut Larsen etter etappeseier i O-ringen i 1974.

I 1974 vant Anne Grethe og Knut Larsen en etappe på samme dag, og Lene vant sammenlagt. Et år hadde hele Romerike o-krets felles leir på 5-dagers. For de yngre løperne var dette årets høydepunkt. Hele familien dro av gårde. I noen familier løp alle, mens det i andre var barna som løp, og mor og far var heiagjeng og ansvarlige for mat og rene klær. Sommeren var ikke alltid bare sol den gangen heller. Ofte ble det både lyn, torden og skikkelige regnskurer. Det er ikke få av oss som har måttet spa grøfter rundt teltene opp gjennom årenes løp. Noen ganger har vi sett at grøftene siden i uka har blitt brukt som basseng av de yngste.

Hovedløpet i Bergen 1970 – busstur med Romerike o-krets, Hedmark og Oppland. Her var Gjerdrum o-lag representert i Hovedløpet for yngre for første gang. Per Olav Rustad og Inge Aksdal løp i Gutter 2 og ble nr. 35 og 64 i konkurranse med 94 løpere. Mange fra resultatlista den gang, finner vi fortsatt som aktive o-løpere. En del av dem ble også verdensmestere.

Per Olav forteller at det var spennende å reise så langt avsted på o-løp. Det var buss hvor løpere fra Hedmark og Akershus (og kanskje flere) var med, og det var god tid til å bli kjent med nye venner og konkurrenter. Spesielt huskes turen ned svingene og tunnelene i Måbødalen. I et par av svingene måtte bussen rygge litt for å klare svingen, og da hang bakerste delen av bussen utenfor stupkanten. Luftig!

Noen resultater fra tidlig 70-tall

Hovedløpet 1971-74

1971: Per Olav Rustad (nr. 34), Eli Rones (ukjent plassering)

1972: Per Olav Rustad (nr. 21)

1973: Eli Rones (u.p.), Anne Eskild (u.p.), Øyvind Aronsveen (nr. 18) og Hans Andersen (u.p.)

1974: Anne Grethe Larsen (nr. 5), Lene Sørensen (nr. 9), Dag Svendsby (nr. 6), Espen Kronberg (nr. 12) og Ann Christin Molstad (u.p.)

O-troll landsfinale (skolemesterskap)

1973: Anne Grethe Larsen (nr. 3)

1974: Lene Sørensen (nr. 2)

KM junior

Per Olav Rustad tok alle gullmedaljene i juniorklassen fra 1973-76.

NM junior

1973: Per Olav Rustad (u.p.)

1974: Per Olav Rustad (nr. 12)

Tre GOLere i O-troll landsfinalen

O-troll var et populært landsdekkende tiltak for gutter og jenter i alder 12-13 år (5.- 6. klasse). Det ble arrangert lokale skolekonkurranser med uttak, og deretter kretsfinaler der beste gutt og jente gikk videre til landsfinalen. Norges Orienteringsforbund i samarbeid med Aftenposten stod bak konseptet. GOL har deltatt med tre løpere i finalen og alle med medaljer: Anne Grethe Larsen (bronse i 1973), Lene Sørensen (sølv i 1974) og Torunn Larsen (gull i 1980). GOL arrangerte også kretsfinalen i 1978.



Klubbkvelder på Sole bad: Vi hadde klubbkvelder et par ganger i året. Da var alle som kunne kripe og gå i o-laget med. Vi tok på finstasen og gleda oss veldig. Det var underholdning, konkurranser, premieutdeling og film fra o-sesongen ved Harald Andresen. Klubbmestere, rankingmestere og innsatspokalvinner ble behørig feira. Det var kaffespleis da som nå. Underholdningen sørget o-lagets medlemmer for. Vi hadde sketsjer av ulike slag til stor moro for publikum. Etter hvert ble det også besøk av eliteløpere som fortalte om noen av mesterskapsløpene sine.

Gjerdrum O-lag arrangerte sammen med Frogner IL et nasjonalt løp helt syd på Hexebergfjellet i 1973. Løpet samlet ca 800 deltagere.

F.v. Eli Rones, Anne Skolseg, Ranveig Karlsen, Hans C Andersen, Tor Chr. Laache Knudtsøn og Leif Erling Aronsveen.

Tidsepokene - På 70-tallet ble det mer fart på GOL (1970 – 1974)



F.v. Harald Andresen, Anne Grethe Larsen, Hans Larsen, Olaf Moe og Anne Berit Moe.



F.v. Anne Knudtsøn, Anne Grethe Larsen og Lene Sørensen etter trippelseier i et løp i 1973.

GOL nytt og NM medalje (1975 – 1979)

Fakta om epoken 1975 - 1979		
Ledere:	Hans Larsen (1975 og 1977-79), Niels Sørensen (1976)	
Medlemstall (snitt):	123	
Nasjonale og internasjonale medaljer:	1975	
	Anne Grethe Larsen	Bronse HL
	1976	
	Lars Bergersen	Bronse HL
	1978	
	Lene Sørensen	Sølv NM jr langdistanse
Klubbmestere (D / H 17-):	Per Olav Rustad (1975-79), Anne Grethe Larsen (1976 og 1979), Lene Sørensen (1977-1978)	
Styremedlemmer (utenom ledere):	Olaf Moe, Niels Sørensen, Anne Grethe Rustad, Kåre Kronberg, Lene Sørensen, Per Olav Rustad, Øystein Bergersen, Eli Rones (Slemdal), Ole Harald Slemdal, Georg Rosenberg, Anne Berit Moe, Margrete Jakobsen, Espen Kronberg, Kari Grindalen.	

GOL nytt ser dagens lys i 1975

O-lagets klubbavis, GOL nytt, kom med sitt første spede nummer vinteren 1975. Medlemstallet og aktiviteten var sterkt stigende utover på 70-tallet og behovet for en informasjonskanal og bindeledd mellom lagets medlemmer var økende. Da bestemte noen av oss aktive oss for å lage en klubbavis. Det startet enkelt en vinterkveld i 1975 da Anne Grethe Larsen (nå Rustad) og Lene Sørensen (nå Kinneberg) tok med oss blyant og skriveblokk og lagde intervju med Anders Kronberg (12 år) og Per Olav Rustad (18 år). Formann Hans Larsen hjalp oss å fylle avisa med innhold. Trykkinga foregikk på en enkel stensilmaskin hjemme hos Hans og avisa var på 6 sider A4 og utkom med 4 nummer det første året. Selve navnet "GOL nytt" og en fin forside ble senere laget av Eli Rones (Slemdal). Navnet og klubbavisa lever den dag i dag og har vært en viktig informasjonskilde til GOLs historie, bl.a. til stoff i dette jubileumsnummer.

Aktive og gode o-ungdommer

Vi hadde en ivrig og aktiv ungdomsgjeng med engasjerte foreldre i denne perioden. Medlemstallet vokste. Fra 1974 til 1975 økte for eksempel medlemstallet fra 74 til 105, en økning på hele 43 %. Både treningsaktiviteter og deltakelse i o-løp var stigende. Vi fartet rundt på o-løp stort sett hver helg fra april til oktober. I ferien deltok de fleste på 5-dagers i Sverige, og noen begynte å delta på Sørlandsgaloppen. Det gode og sosiale klubbmiljøet var viktig. Overnattingsturer til løp, gode sommer-minner fra o-campen på 5-dagers og hyggelige klubbkvelder gjennom året var fortsatt en viktig ingrediens.

Hans Larsen var en viktig pådriver for rekrutteringsvirksomheten og utviklingen av oss unge som o-løpere. Alle ble ivaretatt og vi hadde det gøy på treninger. Framgang og gode resultater fulgte også i kjølvannet av dette arbeidet.

Lagets første medalje i hovedløpet for yngre

I hovedløpet i Porsgrunn i 1974 stilte GOL med seks deltakere, hvorav fem ble premiært. I hovedløpet i 1975 som ble arrangert i Ytre Enebakk av Osloklubben Nordstrand IL, ble det bronsemedalje til Anne Grethe Rustad i D14, lagets første medalje i HL. GOL stilte med 7 deltakere, og foreldre var med som ivrige lagledere og heiagjeng. Premiært ble også Lene Sørensen som ble nr 6 i D14 og Espen Kronberg nr 17 i H14. I hovedløpet i 1976 på Hadeland ble det en ny bronsemedalje til GOL ved Lars Bergersen i H14.

I disse årene ble hovedløpet arrangert for klassene H/D13,14,15 og 16 år, og det var uttak for å få komme med. Hver krets var tildelt en kvote basert på resultater fra foregående år.

Den «harde kjerne» av ungdom i disse årene var: Espen og Anders Kronberg, Anne Grethe og Knut Larsen, Lene og Hanne Sørensen, Dag Svendsby og Lars Bergersen. Per Gunnar Tronsli, Lars og Bjørn Vegheim, Leif Arne Rones, Tone og Mona Døhlen var også av de ivrige m.fl. Blant de eldste ungdommene, juniorer og seniorer som var mest aktive finner vi bl.a. Margrete Jacobsen, Sonja Brodal, Terje Lindal, Per Olav Rustad, Anne Berit og Olaf Moe, Inger Døhlen, Eli Rones og Ole Harald Slemdal.

Mange av oss var svært ivrige i å delta på o-løp og terminlista var spekket med muligheter. Vi reiste på mange løp i Glåmdalen distrikt i Hedmark, bl.a. Brandval 2-dagers, "Finndulten" på Lundersæter og stafetten "Bukkerittet".

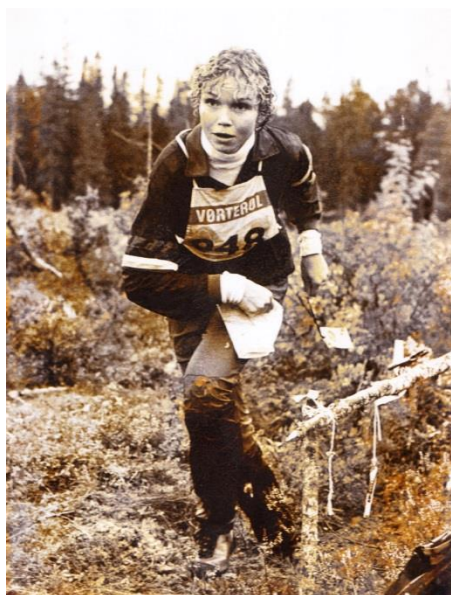
En av de tradisjonsrike løpene på 70-tallet var Kjellmyra sitt løp "Trangentreffen". I 1979 reiste en gjeng GOLere til Flisa St.Hanshelga for å delta på Kjellmyra IL sine løp med stafett lørdag og denne "Trangentreffen" søndag. Det ble flere seire til GOL og artig var det at det ble seier både i D og H 12 med henholdsvis Torunn Larsen og Truls Kronberg. Gjerdrums førstelag kom på 2. plass i mix-stafetten som bestod av 6 etapper, kun 1 minutt bak Løten O-lag. På laget løp Terje Lindal, Hanne Sørensen, Anne Grethe Larsen, Per Olav Rustad, Ole Anders Grindalen og Knut Larsen. På kvelden var det St.Hans feiring fra o-campen der flere av oss bodde i telt og vi hadde en trivelig helg.



Etter o-løp på Lundersæter i 1975. F.v. Lene Sørensen, Anne Grethe Larsen, Anne Knudtsøn, Hanne Sørensen.



Stafetten "Bukkerittet", GOLs lag i 1978. Bak f.v. Anne Grethe Larsen, Per Olav Rustad, Hans Larsen. Foran f.v. Bjørn Vegheim, Lars Bergersen og Hanne Sørensen.



*Lene på vei fra siste post mot mål og sølvmedalje i NM junior 1978 i Stjørdal.
Foto: Harald Andresen*

Sølv til Lene i NM junior 1978

O-lagets første NM-medalje kom i 1978 da Lene Sørensen løp inn til sølv som første års junior under NM i Stjørdal. Det var morsomt og også litt overraskende. Men Lene mestret orienteringen i de våte trøndermyrene. Den gang var det kun en individuell NM-distanse på programmet og det var langdistansen. Kvittering på postene foregikk med klippetang. Det lå også godt til rette for en topplassering i stafetten dagen etter. Med litt miss underveis endte det med en hederlig 12. plass. På laget løp Lene Sørensen, Margrethe Jakobsen og Anne Grethe Larsen.

Senere på høsten løp Lene, Anne Grethe og Anne Berit Moe inn til en sterk 6. plass i NM senior stafett i Lier, den beste NM stafett plassering i o-lagets historie så langt.

Anne Grethe på juniorlandslaget

GOL fikk sin første representasjonsløper da Anne Grethe Rustad ble tatt ut på det Norske juniorlandslaget til landskamp mot Sverige i Blekinge i august 1979. Senere samme år ble det også en landskamp i nattorientering på Anne Grethe.

GOL damene satte preg på Krokskog-stafetten

I den legendariske og en gang så populære og kjente "gjennomgangsstafetten" (1968-1994), satte GOL-damene sitt preg på stafetten fra 1977 og de kommende 7-8 årene med seier i 1982 og flere 2. og 3. plasser. Vi ble behørig omtalt i Aftenposten og med innslag på NRK TV. I årene 1977-79 bestod 5-manns laget av Lene Sørensen, Anne Grethe Larsen, Anne Berit Moe, Inger Døhlen, Hanne Sørensen (1978-79) og Margrete Jacobsen (1977). Krokskog-stafetten gjenoppstod i 2012 og i 2013 i ny drakt med navnet «Night-Hawk»



Krokskogstafetten 1979, GOL nr 3. F.v. Hanne Sørensen, Anne Berit Moe, Anne Grethe Larsen, Elisabeth Strandhagen og Lene Sørensen. Foto EB/UB.

Busterudvangen «hytta på toppen»

GOL overtok Busterudvangen etter Speiderne i 1973. Man fikk da et brev fra Gjerdrum Almenning hvor det het at GOL skulle få disponere over hyttas indre rom mot å holde hele hytta i orden. Siden da har vi holdt oppe i vintersesongen med salg av kake, boller, sjokolade og varme drikker. Det har vært egen hyttekomite siden 1976 som har hatt ansvar for dugnader, administrering av hyttevakter etc.

Lag O-cupen (Vesta Hygea cupen)

I 1972 ble en ny konkurranse introdusert i O-Norge, lag o-cupen eller Vesta Hygea cupen som den het de første årene etter sponsoren forsikringsselskapet Vesta-Hygea. Man konkurrerte om å bli beste klubb etter et oppsatt poengsystem og cupregler. Det ble i denne perioden stort sett konkurrert i fire løyper (2, 3, 4 og 6 km) med 2-3 tellende løpere i hver løype. GOL mobiliserte alle aktive medlemmer til å delta for klubben. I 1976 kom GOL helt til 5. runde etter å ha slått ut Fet, Ås, Hadeland, Lunderseter og Flaggtreff. I 5. runde ble vi «knust» av Porsgrunn, som senere på høsten vant hele finalen. Senere år kom vi aldri så langt som i 1976, men vi hadde mange spennende oppgjør. O-cupen bidro til å forsterke både det sportslige og sosiale samholdet i o-laget og vennskapelig kamp med andre klubber. Senere ble o-cupen lagt ned i 1999.

Smått&klipp

Klubbkveld vinter 1979: GOL fikk besøk av verdensmester Anne Berit Eid (gull VM individuelt, Kongsberg 1978) som fortalte om sine forberedelser og sitt gull-løp. Vi var som vanlig samlet på «Badet» i Ask, gamle Sanitetsforeningens hus, der vi hadde mange hyggelige klubbkvelder på 70-tallet.

0,50 øre/pr mil: Det var satsen i 1979 som GOLere skulle betale sjåføren for å sitte på til o-løp.

GOL hadde 806 starter i krets og nasjonale løp i 1975. 389 premier, derav 112 førstepremier. Anne Grethe Rustad og Lene Sørensen tok flest premier av GOL`erne det året med 40 stk hver.

Medlemskontingent 1977 var kr 10,- under 20 år og kr 25,- over 20 år.

SOLO i 1978

«Romerikes største idrettsbegivenhet gjennom tidene er over», står det å lese i jubileumsnummeret fra 1984. GOL arrangerte i samarbeid med Fet O-lag, Rælingen O-klubb og Frogner IL o-gruppe om et meget vellykket arrangement. I alt deltok 2831 løpere i sprinten og 689 lag i stafetten (2367 løpere). Løpere fra 13 land deltok.

SOLO – FESTEN

Solo – festen på Folkets Hus i Gjerdrum var topp. Men grunnet vår samvittighet, må vi melde om at disse ble sett i ustø gange.



Vi har bilder !!! Hvis ikke redaksjonen mottar et innlegg til avisa, vil disse bli offentliggjort i neste nummer av denne eminente avis som ikke har noen hemninger når det gjelder penge-utpressing m.m. red.

PS : Gjerdrum Sognekontor og A.A. er varslet. D.S.

Hentet fra GOL nytt 1978⁴



Hans Larsen under O-ringen 5-dagers i Ørebro i 1979 der det ble klasse seier sammenlagt

Fra kaffe- servering til o-løp

— A, hadde jeg ikke bommet på den posten! Vi kjenner henne — Anne Sofie Larsen i Gjerdrum OL — bosatt med sin ofrelste familie på Heimtun nord for Skedsmokorset. Seier lørdag, og fjerdeplass sammenlagt etter jaktetappen søndag i D43. Gratulerer!

Anne Sofie Larsen har vært aktiv innenfor Romerike Orienteringskrets — med kaffe og herlige rundstykker — i 20 år i forbindelse med sin mann, Hans Larsens mange verv av forskjellige art her. I familien finner vi for øvrig trekløveret — Anne Grethe, Knut Sverre og Torunn Helene — som er særs aktive utøvere av O-sporten. Mor har nå tatt etter!



Anne Sofie Larsen

Klippet fra Romerikes Blad. Anne Sofie Larsen underveis i o-løp på Kongsvinger 1979



*Inger Døhlen slapper av i campingstolen på samlingsplass på et o-løp på 80-tallet.
Foto: L Sørensen*

Bronse i senior-NM stafett (1980 – 1984)

Fakta om epoken 1980 – 1984	
Ledere:	Hans Larsen (1980), Asbjørn Næss (1981-84)
Medlemstall (snitt):	159
Nasjonale og internasjonale medaljer:	1980 Hanne og Lene Sørensen, Anne Grethe Larsen: Nr 3 NM junior stafett Torunn Larsen, nr 1 i landsfinalen O-troll 1981 Lene Sørensen, nr 2 NM junior langdistanse Lene og Hanne Sørensen, Anne Grethe Larsen, nr 2 NM junior stafett 1982 Torunn Larsen, nr 2 i Hovedløpet 1983 Lene Sørensen, Elisabeth Strandhagen og Anne Grethe Larsen, nr 3 i NM stafett Lene Sørensen, nr 1 i nordisk landskamp i Sverige
Klubbmestere (D / H 17-):	Lene sørensen (1980-81), Anne Grethe Rustad (1982-83), Per Olav Rustad (1980,83), Olaf Moe (1981), Hans Arne Borlaug (1982)
Styremedlemmer (utenom ledere):	Inger Døhlen, Kari Grindalen, Georg Rosenberg, Ivar Minken, Anne Berit Moe, Anne Grethe Larsen, Hans Larsen, Marit Håkonsen, Rolf Lauritsen, Anne Sofie Larsen, Ole Harald Slemdal

Treningsopplegget og ambisjonene vokser i o-laget

I starten av 80-tallet har o-laget fortsatt økende aktivitet og stigende medlemstall. Det medfører også økte kostnader til drift og representasjon. Økonomiske inntektskilder er bl.a. kakebasar, flyttejobber, reklameutdeling og ikke minst bingo.

Treningsaktiviteten øker i GOL. I 1979 hadde vi allerede økt til fire fellestreninger i uka på vinteren. Dette opprettholdt vi i 1980 og noen år framover. Vi ville fokusere enda mer på et tilbud til alle, både nybegynnere, satsende løpere og mosjonister.

Wenche Hultgren (den gang landslagsløper, fra IL Tyrving) ble engasjert som trener for erfarende fra 14-15 år og oppover. I 1980 hadde o-laget 5 junior - og 1 seniorløper som var tatt ut til å løpe i eliteklasser. Det var Anne Grethe og Knut Larsen, Per Olav Rustad, Lene og Hanne Sørensen og Anders Kronberg.

I tillegg til de aktive løperne fra slutten av 70-tallet som var med videre, så nevner vi noen nye junior- og senior-løpere som dukker opp i denne perioden; Hans Arne Borlaug, Elisabeth Strandhagen (melder overgang fra OK Moss), Ivar Minken (fra O-52), Asle Mo og Eva Dyrhaug (fra OSI), Roy Heitmann, Stein og Tone Rosenberg.

Litt om fellestreningssopplegget

GOL fikk i 1980 tildelt fast tid i gymsalen på Veståsen skole, onsdager fra kl 18-20, og i gymsalen på Ask, mandager fra kl 20-21. Dette var en tredobling i tid fra året før.

Det ble gitt treningstilbud på 3 nivåer:

- Gruppe A: Barn 11-14 år med litt erfaring
- Gruppe B: Treningsgruppa til Wenche Hultgren, 14 år og eldre
- Gruppe C: Klubbens øvrige voksne ("Sjåførere, N-løpere, koffertløpere osv..bli med", stod det å lese i et nummer av GOL-nytt)

Opplegget for vinteren var som følger:

Mandag: Distansetrening for gruppe B og aktiviteter i sal for gruppe C, men åpent for alle.
Onsdag: Aktivitet gymsal og deretter o-skole for gruppe A. Intervall ute + styrke i gymsal for gruppe B.
Fredag: Langtur for gruppe B fra Ask med avsluttende bad i svømmehall + badstue for alle grupper.
Søndag: Langtur på ski for alle grupper med naturlig tur til Busterudvangen.

Med andre ord hadde GOL et meget godt fellestreningstilbud gjennom hele vinteren.

Vi satset også på klubbsamlinger med god trening og sosialt for alle i laget.

Vinteren 1980 hadde vi klubbsamling på Kvitåvatn fjellstue ved Gaustadtoppen i Rjukan. 30 GOLere hadde en flott helg med mye skigåing.

I GOL nytt nr 3 1980 kan vi lese følgende. (et lite utdrag av hva Terje Lindal skrev under tittelen "Gjerdrum har fått trener"): *"...Men det var ikke bare onsdagstreningene vi ble lurt med på. To samlinger måtte vi også gjennom. Den ene var på Kvitåvatn fjellstue. Der fikk vi også nytte av en av Wenches positive sider, nemlig Eystein Weltzien. Som den store o-løper han er (var, har vært), var han en inspirasjonskilde for store deler av klubben. Imidlertid førte hans medbrakte løperdrikke til at enkelte tok på seg vikinghjelm og forsvant til sengs utpå kvelden."*

Opplegget i o-sesongen bestod av spesialtreningsløp på mandager og vanlig treningsløp på onsdager. Ansvar ble fordelt på alle aktive fra eldre ungdom og oppover.

Da våren nærmet seg, så alle fram til vårsamling på Venåshytta i Halden. I 1980 deltok 45 GOLere.

Vi har klippet fra GOL nytt nr 3 i 1980: *Drøyt 3 timer etter avreise var alle installert på Venåshytta og de fleste hadde allerede fått på seg treningstøy og stod klare til til første treningsøkt. Wenche og Eystein hadde lagt opp til kompass/skrittallsløp. Etter en snau time trening, en rask dusj og et solid kveldsmåltid, så begynte mange å finne fram sovepose og luftmadrass..... Men de hadde ikke regnet med de fire "nattegale" o-løperne, for anledningen forsterket med klubbens ledende skogshulder. Ville disse bytte ut lun hytte og en varm sovepose med en nattlig treningstur i en mørk, forblåst og regnfull skog? Etter at en av de ivrige allerede før start fikk spenningsvansker og måtte trekke seg (stol aldri på pappa), kunne D+4xH legge av sted. Selv om flere av de yngste ikke skjønnte at "vi gadd" og torde, kunne vi snart vende tilbake og nok en gang slå fast : "NATTORIENTERING ER GØY" !*

..... *Selv om stor innsats ble lagt for dagen av de "trenende", var det uten tvil tre damer som var igjen på hytta som stod for dagens største prestasjon. Skrelling, koking og mosing av over 20 kg poteter som sammen med en diger haug med pølser skulle utgjøre vår felles lørdagsmiddag. All mulig honnør og takk til Jorun, Palma og Anne !*

Rekruttgjengen

Ivar Buch Østbø og Roy Heitmann var aktive ledere av rekrutteringskomiteen i denne perioden, mens Ivar Minken var den hovedansvarlige for selve rekrutteringsopplegget. Med begynneropplæring, systematisk oppfølging, trening og sosiale aktiviteter ble det straks mange ivrige rekrutter som var trofast med på treninger, samlinger og begynnerløp på Romerike. De hadde mye moro sammen. Mange av foreldrene ble også ivrige o-løpere og støttespillere i laget etter hvert. Noen av de mest ivrige rekruttene og ungdommene var Erik Hannemann, Andy Torp Rice, Lasse Torgersen, Helene Thorsteinsen, Margrethe Østbø, Sigdis Håkonsen, Eirik Ulven, Roar Lauritzsen, Trond Heitmann, Tom Karlsen m.fl.

Blant de litt mer erfarende ungdommene finner vi Torunn Larsen, Jo Minken og Ole Erik Alnæs.



Fire aktive GOL ungdom, foran Eirik Ulven, f.v. Roar Lauritzsen, Torunn Larsen og Tom Karlsen, her sammen med tre andre kretsløpere. Foto L Sørensen

Sølv i junior NM stafett og bronse i senior NM stafett

I 1980 og 1981 løp GOL jentene inn til bronse- og sølv-medalje i NM junior stafett i henholdsvis Sandefjord og Kragerø. Laget bestod begge ganger av Hanne Sørensen, Anne Grethe Larsen og Lene Sørensen. Lene tok også en individuell sølvmedalje i mesterskapet i 1981.

I 1983 løp Anne Grethe Larsen, Elisabeth Strandhagen og Lene Sørensen inn til bronsemedalje i senior NM stafett på Fetsund, lagets eneste medalje i senior NM stafett fram til 2013 da det ble bronse også i herrestafetten.

Mer om GOL damenes stafett-epoke kan du lese i annet kapittel.



Sølv- og bronsejentene i junior NM stafett i 1980 og 1981. F.v. Lene Sørensen, Anne Grethe Larsen og Hanne Sørensen.



Bronsejentene i NM stafett i Fetsund i 1983. f.v Lene Sørensen, Anne Grethe Larsen og Elisabeth Strandhagen. Foto: Harald Andresen

Smått & klipp

- Lene, Anne Grethe og Elisabeth deltok i WC-løp i 1983 som var første året for offisiell verdenscup i orientering.
- Kompassrosen orienteringssko var det store innen o-sko på begynnelsen av 80-tallet.
- Sjåførbetaling i GOL i 1980: Kr 0,50,- under 17 og kr 1,- over 17 år pr mil for å sitte på.
- Treningskomiteen blir delt i to og det opprettes en rekrutteringskomité fra denne epoken.
- Kart med løyper for kommende sesongs treningsløp blir samlet inn av treningskomiteen på vinteren for kontroll av riktig løypenivå og for å sikre bedre kvalitet og treningsutbytte. Det blir arrangert et lite løypeleggerkurs for alle løypeleggere. Mon tro om ikke dette er en god ide vi bør gjeninnføre i dag....
- "Min største bom" var en gjenganger i GOL nytt der et nytt medlem ble utfordret av den foregående skribenten. Historiene og utredningene kunne være opp til flere sider.
- Veiledende startkontingent i terminfestede løp i 1984 var 15 kr opp til 16 år og 23 kr fra 17 år og eldre.
- Per Olav Rustad melder overgang til O-52 i 1981. Dette gav bl.a. et sterkt stafettlag sammen med gutter som Dag Rummelhoff og Bjørn Mella. Men allerede i 1983 trer Per Olav på seg GOL trøya igjen.
- Anders Kronberg melder også i 1981 overgang til Halden SK.
- NOF vedtok på forbundstinget i 1983 at året 1984 skulle være et landsdekkende Rekrutteringsår og kampanjen "fart med kart" ble lansert, noe GOL tok tak i.
- Det samme forbundstinget vedtok at 13 åringer ikke lenger skulle få løpe hovedløpet.

Oppmann en viktig funksjon

Anne Berit var oppmann ved inngangen til 1980 og det var en tid da oppmannfunksjonen virkelig hadde sin misjon. I GOL nytt mars 1980 skriver Anne Berit at hun merker at o-sesongen nærmer seg når innbydelsene strømmer på i postkassa. Nytt av året er at det vil være med ei notisbok på o-løpene der det blir notert ned viktige opplysninger om de forskjellige løpene slik som frammøtested, starttid, avstand til samlingsplass/start osv og likeledes avreisetid og sted. Ja det var tider det før internett og mobilen kom. Anne Sofie Larsen overtok stafettpinnen som oppmann i 1982-84.

Klipp fra GOL-nytt nr 4 / 1980:

Verdens første orienteringsløp gikk i Nannestad i 1895.

Det var daværende premierløytnant Johan Nyqvist som innførte begrepet i det norske språk under en rekruttsamling på Gardermoen det året. Konkurransen foregikk på en enkel måte. Deltakerne marsjerte samlet til startstedet der de i ro og mak fikk se på kartet i fem minutter. Det var i målestokk 1:100000. Deltakerne fikk ikke med seg kart underveis. Retningen til mål ble for sikkerhets skyld pekt ut og det lå ved Jelleberg gård i Maura, ca 4 km unna. Her skulle deltakerne levere en forseglet ordre ved framkomsten. Det var satt ut patruljer underveis slik at deltakerne ikke skulle bli fristet til å følge veiene.

GOL 20 år

O-laget markerte sitt 20-årsjubileum i 1984 med eget jubileumsnummer og stor jubileumsfest på Folkets hus i Gjerdrum.



Asbjørn Næss, leder av o-laget i jubileumsåret 1984, får gratulasjon av daværende ordfører Magne Ommedal og tildelt 2 vandrepokaler fra kommunen. Foto: L Sørensen



Fra premieutdeling, Bukkerittet 1980. GOL nr 1 og laget bestod av Hans Larsen, Terje Lindal, Bjørn Vegheim, Anne Grethe Larsen og Per Olav Rustad



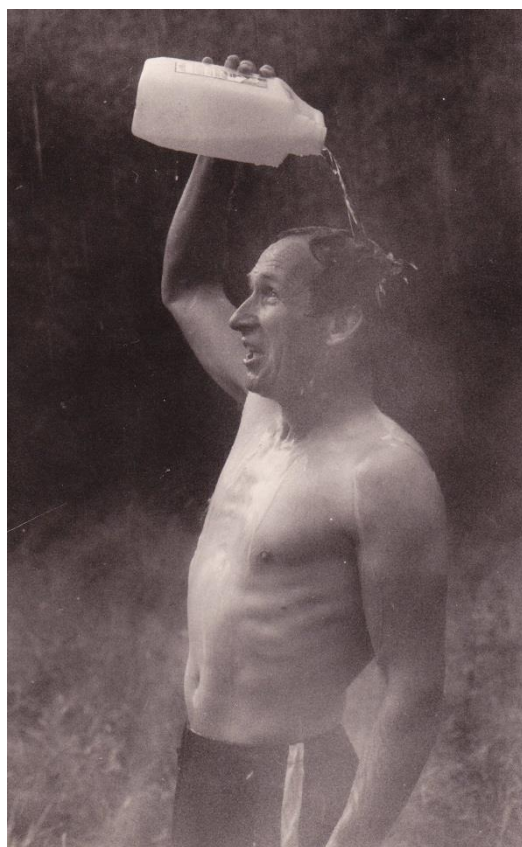
Ole Erik Alnæs og Torunn Larsen, aktive ungdommer på 80-tallet. Bildet tatt i 1986. Foto: L Sørensen



Anne Grethe Larsen, Hans Arne Borlaug og Asle Mo. Foto: L Sørensen



*Anne Berit Moe med mange gode plasseringer i D21 på 80-tallet.
Her med eldste datter Marit. Foto: L Sørensen*



*Olaf Moe bruker medbrakt vannkanne og "våtklutmetoden" etter innkomst
på et o-løp midt på 80-tallet. Foto: L Sørensen*

GOL arrangerer natt-NM (1985 – 1989)

Fakta om epoken 1985 - 1989	
Ledere:	Inger Døhlen (85- 86) Olav Ulven (87-88) Hans Larsen (89)
Medlemstall (snitt):	167
Nasjonale og internasjonale medaljer:	1985 Lene Sørensen: Deltok nordisk mesterskap, Umeå (ski-o) (tatt ut dagen før avreise) Nr. 6 i landskamp, Finland Gull landskamp stafett, Finland (på lag med Jorunn, Britt og Kari) 1986 Lene Sørensen Deltok i verdenscup
Klubbmestere (D / H 17-):	Anne Berit Moe (1985 og 1989), Lene Sørensen (1986 og 1988), Anne Grethe Rustad (1987), Asle Mo (1985 og 1987-1989), Olaf Moe (1986)
Styremedlemmer (utenom ledere):	Ola Kroken, Rolf Lauritzsen, Anne Grete Rustad, Hans Larsen, Asle Mo, Roy Heitmann, Eldri Ulven, Knut Larsen, Knut Grøndal, Hans Arne Borlaug, Lene Sørensen, Aud Melia, Ivar Buch Østbø

I perioden fra 1985 til 1989 startet et generasjonskifte i Gjerdrum o-lag. Aktiviteten var fortsatt stor. Flere av GOLs dameløpere satset på egenrekruttering, men de kom sterkt tilbake. Etter ei pause i 1985 fulgte damelaget opp 5. plassen fra 1984 og ble i 1986 nr. 10 i storstafetten Tvåmila i Sverige. Slitasjen på de tillitsvalgte gjorde seg synlig ved at det ble vanskeligere å fylle styreverv. Men en ny giv fra ungdommens side gjennom «lvars gjeng» skapte ny entusiasme.

Natt NM og o-mesterjakta 12.-13. oktober 1985

Det meste dreide seg om natt-NM dette året, kyndig ledet av NM-komiteen med Ole Harald Slemdal i spissen. Komiteen ble faktisk oppnevnt allerede tre år før arrangementet, og styret hadde jobbet en god del med



planleggingen før det igjen. Alt var derfor planlagt ned til minste detalj i god tid før arrangementet. Allerede 18. april var det et felles informasjonsmøte om ansvarsområder og arbeidsoppgaver. Målet var «vi skal kunne arrangere NM ved St. Hans». Tidsplanene røk nok den gangen også, for det var mye å gjøre for en liten klubb. Det var anslått at man trengte ca 200 funksjonærer. Når medlemsmassen var omtrent 190 fordelt på 80 husstander, sier det seg selv at man måtte dra veksler på venner og bekjente. To uker før arrangementet sto imidlertid alle postbukkene ute, 58 i tallet. Det var hovedsaklig fordi elgjakta ville vare til og med torsdagen før, og man ville ikke rekke å få ut alt på kun en dag.

Det ble laget et nytt kart, Trolsnesfjellet til arrangementet og starten var på Rustad gård. Låven stod til disposisjon som innendørsgarderobe for løperne. Luksus! Mål var på Veståsen skole. Der var det bygd opp speakertårn og inne i gymsalen var det kafeteria og premieutdeling. Dagen etter arrangerte vi o-mesterjakta.

Arrangementet gikk prikkfritt og Kari Christiansen (Store Bergan) og Morten Berglia (Eiker) vant seniorklassene. Britt Volden, Ragnhild Brattberg, Sigurd Dæhlie og Egil Johansen var også på medaljeplass.



Anne Grethe og Per Olav Rustad, løypeleggere og sentrale under Natt-NM 1985 og selv gode natt o-løpere.
Foto: L Sørensen

En liten kuriositet fra GOL-nytt nr 2. 1985. Se f.eks alt hva en «hjemmedatamaskin» kan brukes til...

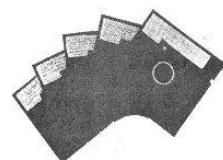
NM-lotteri 85

Samlet verdi av gevinstene er kr 9300,- og hvert lodd vil koste 5 kr.

1. gevinsten er en hjemmedatamaskin med diskettstasjon av typen COMMODORE.

Den kan brukes til mangt:

- spill - spøkelser, krig, bridge, sjakk, fly-simulering (Med tunga rett i munnen)
 - orgel - riktignok ikke et stort kirkeorgel, men en mono synthesizer
 - hjemmekontor - tekstbehandlingsmuligheter, arkivering m.m.
2. Gevinsten er en Sanyo radio/kasettspiller M7200 «Color» Slimline.
 3. Gevinstene er Sanyo Walkman m/radio



data





Nye former for orientering

Ski-orientering

Lene var en pådriver for å bekjentgjøre den «nye» idretten ski-orientering. Hva ski-orientering er har fått en fyldig beskrivelse i GOL-nytt. Denne nye formen for vinterorientering ble godt mottatt blant medlemmene og flere deltok i ski-o løp. Det ble også arrangert klubbmesterskap i ski-orientering.

Sakset fra GOL-nytt nr.1 1985. Forfatter Lene Sørensen:

Utbredelse

Ski-orientering er ikke en ny idrett, som mange tror. Helt siden århundreskiftet har det vært arrangert konkurranser i ski-orientering, og ved OL i Oslo i 1952 var det bare såvidt ski-orientering ikke ble olympisk gren.

Dessverre har ski-orientering utviklet seg sakte i Norge, mens den i Sverige og Finland har blitt en stor idrett. I nabolandene arrangeres det hvert år store ski-orienteringskonkurranser med flere tusen deltakere. Et annet land som har stor bredde er Sovjet, men som i vanlig orientering, har de liten kontakt med vestlige nasjoner.

Likevel har ski-orienteringsfamilien etterhvert blitt større, og under siste VM i Italia var det 17 deltagende nasjoner. Disse representerte land i tre verdensdeler.

Høyt nivå

Ski-orientering er en krevende idrett. Utøverne må ha flere kvaliteter. Utholdenhet og styrke på lik linje med langrennsløperne er en nødvendighet. I tillegg er orienteringsteknikk og høy konsentrasjon et «måste». Konkurransen foregår i preparerte løyper av ulik kvalitet og orienteringsmomentet består stort sett i å finne det raskeste veivalget blant alle de oppkjørte og opptråkkede løypene mellom postene, og selvfølgelig i det å finne fram. Siden løypene er av ulik kvalitet og enkelte steder smale kreves det en variert skiteknikk.

Norsk ski-orienteringskomite

Ski-orientering har de siste årene vært administrert og drevet av et par ildsjeler. De har stått for arrangementer, utarbeidelse av kart, utstyrsavtaler osv. De aktive eliteløperne har på eget initiativ meldt seg på og reist til de internasjonale mesterskapene.

Som kjent er ski-orientering en av de to idrettene det internasjonale orienteringsforbundet (IOF) administrerer, og vi har prøvd å få Norges Orienteringsforbund til å overta administrasjonen av og hjelp med økonomisk støtte til utvikling av ski-orientering. Dette har imidlertid vært svært vanskelig, og på NOFs ting har ski-orientering blitt nedstemt to ganger på rad. Vi har derfor også vært i kontakt med Norges skiforbund og faktisk blitt møtt med mer positive reaksjoner der.

Framtidsplaner for Ski-o-komiteen

- Få offisiell status, enten som et selvstendig utvalg eller som en gren i NOF/NSF.
- Skape et større løpstilbud og større aktivitet.
- Utarbeide ski-o-kart over større deler av Norge.
- Gi våre eliteløpere muligheter til å kjempe i verdenstoppen.
- Bygge opp sterke landslag og en effektiv organisasjon.

I våre framtidsplaner satser vi på å gi alle løpere et løpstilbud - begge kjønn i alle aldersgrupper fra 12 til 80 år. Vi ser en del potensielle ski-orientere blant dem som mener at turrenn på ski er for mye mas og konkurranse på for høyt nivå. Vi har klasser for alle fra nybegynnere til eliteløpere, i likhet med o-forbundet.

SKIORIENTERING GØY!

Helga den 13.-14. januar arrangerte Gjø-Vard OL nordisk 2-dagers ski-orientering. Dette første løpet ble en fin reklame for ski-orientering og en stor suksess for Gjø-Vard.

For moroskyld bestemte Hanne og jeg oss for å prøve dette, og reiste til Gjøvik uten særlige formeninger om hva dette skulle innebære. Det skulle bli en hektisk time før start med smøring, grundig lesing av PM, kjøp av kartstativ osv. Vi ble jo påvirket til å kjøpe kartstativ. Skal det være, så skal det være, og dette var adskillig bedre å gå med enn en plastmappe i hånda.

Jeg var påmeldt i D21E og skulle gjennom ei løype på 11 km. Hanne skulle gå 7 km i D17-. Hvordan løpetrykk og postplassering er i ski-o, finner du annet sted i avisa.

Løypenettet var noe dårlig oppkjørt første dag p.g.a. snøfall, men søndagen var det helt ny-oppkjørt overalt.

Så bar det i vei etter å ha fått tittle på veivalg i ett minutt. Det var ikke særlig problematisk å velge løype, men strekkene var lange, slik at det var flere veivalgsmuligheter.

Både Hanne og jeg åpnet i moderat tempo, men etter hvert glemte vi alt som het mas og slit og var bare oppslukt av kart, veivalg og spenningen i å finne neste post. Dette var såvisst noe annet enn å pese seg gjennom et turrenn.



For mitt vedkommende ble det få bomber begge dager, og jeg ble nr. 3 sammenlagt. Hanne rota litt med veivalgene, og da går det fort minutter i skiorientering. Men hun ble nr. 2 sammenlagt.

Det var et godt løypenett i det småkuperte terrenget ved Gjøvik, men jeg skulle prøve å ta snarveien tvers over likevel. Det endte med mye knall og fall og var ikke noe raskere.

Etter dette blir det nok flere ski-o-løp utover vinteren. Det er kommet egen terminliste som Anne Grethe har oversikten over.

På Gjøvik var det vanlig klasseinndeling som på o-løpene og løypelengder fra 3 km og oppover.

Kanskje bør vi i Gjerdrum OL tenke på å arrangere ski-o til neste vinter? Vi har et terreng som er midt i blinken.

Lene

Ski-orienteringen var altså ganske ny i Norge i 1985. GOL med Lene i spissen var faktisk blant pionerene innen ski-o. I GOL-nytt nr. 2 fra 1985 kan vi lese at Lene faktisk ble tatt ut til å være med på åpent nordisk mesterskap i ski-orientering i Umeå. Vi arrangerte også klubbmesterskap i ski-orientering fra 1985. Det første gikk av stabelen i forbindelse med skisamling rundt Kobberhaughytta og klubbmesterne ble Anne Grethe og Per Olav Rustad

Det var ikke bare ski-orienteringen som ble innført som ny konkurranseform. Fra 1986 arrangerte GOL også o-triatlon flere år på rad. Det var Anne Grethe og Per Olav som dro i gang det hele. Opplegget var som følger:

1. 5 km o-løp (høy blåbærlyng/ våte myrer)
2. 30 km sykling (asfalt)
3. 10 km løping (grus)

Deltagelsen var ikke så stor det første året med kun 7 startende, men de neste årene var det noen fler.

Egenrekruttering



GOL-nytt nr. 2 1985

Anne Grethe og Per Olav fikk sin førstefødte Simen, i april 1985. Selvfølgelig ivrig o-løper etter hvert som han vokste til.

I 1986 fikk Eva Dyrhaug og Asle Mo sin førstefødte, Tore Dyrhaug Mo. Det ble mye oppstuss rundt Tore da han vant o-sportens vogge oppsatt av NM-arrangøren Korgen IL høsten 1985. Den NM-deltakeren som først ordnet med egenrekruttering minimum 9 måneder etter NM skulle få ei vogge i gave. Den heldige vinner ble Tore. Senere ønsket Eva og Asle at vogga skulle bli ei vandrevogge som oppfordret til egenrekruttering innen NM-deltakerne, se klipp sakset fra GOL-nytt nr 3 1986. Vandrevogga gikk i vandring til Tore ble 20 år, og han overtok den til odel og eie. Da ble den erstatta av ei ny vogge som Tores bestefar, Erik, lagde. Oversikt over vinnere fram til 2003 finnes her:

<http://www.kondis.no/o-idrettens-vogge-vandrervidere.4705155-150834.html>



SISTE VOGGENYTT I

Foreldra mine har bedt om stoff til GOL-NYTT - jeg tar utfordringen !

Først av alt takk for alle de hyggelige gratulasjonene jeg fikk som vinner av "o-sportens vogge" ! Den er riktig fin og jeg sover kjempebra ! - må bare ha litt væsketilførsel sånn i 2-3-tida !

Nå har jeg rukket å bli 4 måneder allerede og er blitt ganske stor. Jeg er i alle fall ikke i tvil om at jeg blir for stor til å ligge i vogga til neste sommer. Derfor har jeg funnet ut at det hadde vært fint om denne "o-sportens vogge" virkelig kunne få leve opp til navnet sitt ved å la den gå i arv til andre framtidige o-løpere ut fra de samme kriteriene (du pappa - hva er kriterier for no' egentlig ???) som jeg vant vogga ut fra. Men når jeg blir ordentlig stor, om 20 år, da vil jeg ha igjen vogga mi for da kan det jo hende at jeg får bruk for den igjen. Mor og far har sagt at de vil hjelpe til med å få skrevet navnene til de framtidige voggevinnerne på vogga, da kan det jo bli litt av et klenodium å få tilbake om 20 år ! De har også sagt at de da vil spandere å få laget ei ny vogge slik at "o-sportens vogge" blir evigvarende. Alt dette har jeg skrevet og fortalt til Norges Orienteringsforbund og de har igjen fortalte det videre til noen aviser så her en dag kom far hjem med en sånn bondeavis som Anne-Grethe og Per Olav kjøper og der stod det et stort bilde av meg, Ola, mor og far og der stod det også det som jeg har fortalt dere nå.

Ha det bra alle sammen og ikke glem å røre på dere ! Vi ses på o-løp til våren !

Tore



O-sportens vugge



FOTO: HARALD ANDRESEN

...vort er mer enn toppidrett...

Torunns velkomsthilsen
i det siste skuddet på
12-stammen!

TORE!

Da vi kjørte fra Korgenv
og ga ordre om voggen,
din far tok oss på ordet
og fikkset så du ble TORE.
Du gjorde så far din vant voggen
og tok seier som Tore i Korgenv.
Du ante ei på ferdene
at det var nøye beregnet da du
skulle komme til verden.

GRATULERER & VELKOMMEN!

TORUNN

Ivars gjeng



Tegning sakset fra GOL-nytt nr. 1 1989. Kunstner Trond Heitmann

Fra GOL-nytt 86 måtte vi stole på damene, men damene var i ferd med å gi seg på toppnivå. Rekruttering og verving av nye familier var fokus. I GOL-nytt i 1988 var lyden i pipa endret: Vi må satse på ungdommen.

Ivar Minken kom inn som trener i 1987, i første omgang for de minste rekruttene. GOL har alltid vært flinke til å jobbe for å få fram talenter. GOL har hatt egen trener allerede fra 1980. Ivar kom inn med en litt ny tankegang og filosofi, hvor hver enkelt utøver var i fokus *på sine premisser*. Målet var å lage ei sosial, sammensveiset gruppe hvor alle skulle respektere alle på *sitt nivå*. Ivar skriver i GOL-nytt nr.1 1989 "...det skal være plass i gjengen både til de med store ambisjoner og til de som mest søker kameratskap og opplevelser. Det har vært viktig å få alle til å respektere hverandres særtrekk og motiver."

Ivars gjeng vokste til ei god og aktiv gruppe og fra 1989 ble Ivars gjeng utvidet fra kun rekrutter og nybegynnere til å inkludere alle opp til 16 år.

I Ivars gjeng var det igjen jentene som gjorde det best, med Kristin Ulven i spissen. I 1988 ble jentelaget med Kristin Ulven, Marit Moe og Margrethe Østbø kretsmeistere i D13-16. GOL hadde fire deltagere i hovedløpet på Voss; Kristin, Margrethe, Marit og Trond.

Det er leggetid for de små. Fortrolig samtale ved sengekanten:
"Du pappa. Jeg synes Ivar er den beste treneren vi har hatt
God natt!"

Sakset fra GOL nytt nr.1, 1988

Ivars gjeng – fra en som var med fra starten (Morten Vilbo Sørum)

Siste halvdel av 80-tallet og helt fram til året det var OL på Lillehammer var en spesiell epoke ihvertfall for den som deltok på orienteringstreninger og løp. Ivar Minken var trener i klubben.

Ivars gjeng ble navnet på gruppa som talte 15-20 barn og unge i alderen 10-20 år. Hvis man var med i 10 år var man både 10 og 20 år mens Ivar tilrettela og jobbet iherdig med å sette ut poster eller arrangere rebusløp.

For Ivar var en trener helt utenom det vanlige. En gang husker jeg han la opp nettopp en rebusløype som startet på Kogstadvangen og endte opp på et trialanlegg i Nittedal hvor hans tvillingbror ventet med motorsyklene klare. Høsten 1988 arrangerte han Busterud handicap i området rundt Busterudhytta. Den omvendte jaktstarten sikret at de svakeste i gruppa fikk fordeler, og det var Ivar i et nøtteskall. Svært bevisst på at de som slet mest fysisk ble løftet fram. Dette kunne være helt avgjørende for om enkelte i det hele tatt ønsket å fortsette livet som o-løper i senere år.

Onsdagstreningene var et kapittel for seg. Vi startet med å varme opp fra Veståsen til Erleveien på C-feltet. Der startet intervalldragene opp Skogveien og til venstre inn Årfuglveien forbi Ivars gamle bosted. Videre helt til toppen for de sprekeste mens de som orket litt mindre stoppet i siste sving. Pausene var nedjogg på en sti innimellom husene. Vel inne var det styrketrening på matter før vi avsluttet med ballspill og Ivars spesielle meditasjon helt på tampen.

Det var flere som satset hardt mens Ivar var trener. Kristin Ulven (gift Jørgensen) kom lengst av oss ved i 1994 å kvalifisere seg til junior-VM. Ellers ble det deltagelse i NM for flere andre og atter andre valgte å gi seg før de ble juniorer.



Ivar Minken i 2014 med et hjul til hans fatbike

Ivar satser idag på sykling og har skaffet seg en råkul fatbike han er veldig stolt av. Av de som var aktive under Ivars periode er det ikke så mange igjen som løper orientering. Kristin er nevnt og hun løper for Asker SK pr. nå. Morten er fortsatt med for Raumar og det er heller ikke lenge siden Marit ble observert. Arne Monsen var blant de 19 som tragisk omkom under togulykken ved Rena i år 2000. Han ble bare 23 år gammel.

Bildet på neste side er fra Busterud handicap og viser nesten alle som var med i gjengen.

Senior aktivitet

Senioren ble etter hvert nesten borte fra trening. Tradisjon med treningsløp ble lagt ned og oppmøte på treningene, den gode, gamle og tradisjonelle onsdagstreninga, var sterkt sykende. Treningsmiljø for seniorer ble mer eller mindre borte. I GOL-nytt fra 1990 lyder oppfordringen om å møte opp på trening: "... Om ikke du føler du trenger dette fellesskapet for å kunne trene, så husk at det sikkert er en annen som blir glad for støtten fra deg. Idrett er mer enn mil og puls – det er også miljø og sosialt fellesskap."



Busterud Handikap 1988 B.v. Mats Soldal Lund, Trond Heitmann, Arne Monsen, Morten Vilbo Sørum, Marit Moe, Kristin Ulven. F.v. Joakim Eike Barane, Håvard Heitmann, Anne Marie Ulven, Ida Ulvmoen, Ivar Minken, Øyvind Pedersen Noste

12.

SPORT

Tirsdag 22. august 1989

Veteran til topps

Det ble medaljer i alle valører til lokale orienteringsløpere under helgens veteranmesterskap (uoffisielt NM) som ble arrangert i Grue, Finnskog i helgen. Inger Døhlen, Gjerdrum, tok gull i klasse D45. En prestasjon hun selv var overrasket over.

Av ØYSTEIN LOVLI

– Jeg trodde ikke at det skulle lykkes for meg i dette lettlopte terrenget. Kun to minutters tidstap fordelt på to poster fikk jeg, men ellers var det nærmest et perfekt løp, sier Inger Døhlen til EB/UB. Hans Larsen, Gjerdrum, tok sølv i klasse H55. – Ett minutt er vel det jeg kan si jeg mistet i denne løypa. Dette var bortimot et prikkfritt løp og da jeg var hele seks minutter etter gullvinneren, sier det seg sjøl at jeg ikke hadde noen mulighet til å ta gullmedaljen, sier Hans Larsen.

Hurdal O-lags Halvard Kløvrud var derimot bare 25 sekunder etter vinneren i klasse H65. Men det ble «bare» bronsemedalje.

– Både løype og terreng passet meg godt. Det ble mye «kompass-sleping» og uten for mange ledelinjer. Jeg hadde minimalt med bom, sier Halvard Kløvrud til EB/UB.

Olaf Moe fra Gjerdrum tok åttendeplassen i klasse H45.

Resultater:

D45: 1. Inger Døhlen, Gjerdrum 42,40.

H45: 1. Erik Engebråten, Kongsberg 49,17. 8. Olaf Moe, Gjerdrum 58,12. 42. Nils Uttersrud, Eidsvoll 68,14.

H55: 1. Olaf Helgesen, Kongsberg 35,36. 2. Hans Larsen, Gjerdrum 41,22. 34. Torbjørn Bøvre, Eidsvoll 51,48.

H65: 1. Erling Egge, OL Tøntroll 34,38. 3. Halvard Kløvrud 35,03. 35. Birger Indredavik, Hurdal 50,43.



Inger Døhlen, Gjerdrum, er landets beste o-løper i klasse D45. Hun vant Veteranmesterskapet som gikk i helga. Hans Larsen, Gjerdrum (t. h.) tok sølvmedalje i sin klasse.

(Foto: Øystein Lovli)

Diskusjon om overbyggingsklubb (1990 – 1994)

Fakta om epoken 1990 – 1994	
Ledere:	Hans Larsen (1990), Ole Harald Slemdal (1991-1994)
Medlemstall (snitt):	162
Nasjonale og internasjonale medaljer:	Ingen, men Kristin Ulven deltok i junior-VM i 1994, og Marit Moe deltok i ski-o-landskamp i Finland i 1992.
Klubbmestere (D / H 17-):	Anne Grethe Rustad (1990-1992), Hanne Sørensen (1993), Kristin Ulven (1994), Per Olav Rustad (1990), Trond Heitmann (1991), Hans Arne Borlaug (1992 og 1994), Gaute Belstad (1993).
Styremedlemmer (utenom ledere):	Inger Døhlen, Thore Pedersen, Roy Heitmann, Frank Finstad, Eldri Ulven, Anne Grethe Rustad, Olaf Moe, Alf Andersen, Marit Moe, Kristin Ulven, Gaute Belstad.

Generasjonsskifte og ny løpsklubb

Starten av nittitallet var på noen måter en overgangsperiode. Ivars gjeng var etter hvert litt i oppløsning, mens nye rekrutter var på gang. En stund senere på nittitallet skulle et godt rekrutteringsarbeid ved Lene Kinneberg starte. Og det var snakk om å gå over fra løpsklubben Gjerdrum O-lag til samarbeid med naboklubber. Overbyggingsklubb ble et begrep.

Ivars Gjeng og rekruttene

Ungdomsløperne og juniorene ble trent av Ivar Minken i "Ivars gjeng" frem til 1992. Lene og Aslak Kinneberg (giftet seg på starten av 90-tallet) tok over som trenere etter Ivar - på det tidspunktet var Eskil (senere jr.verdensmester) omtrent to år gammel som en kuriositet. Ivars gjeng hadde i flere år vært en suksess med et godt miljø, men en skigard kan'kje vara evig og selv Ivar og flere i Ivars gjeng flyttet eller fikk andre interesser. Nybegynner- og rekrutttrening i denne perioden ble drevet av Hans Larsen, Anne Grethe Rustad og Olaf Moe.

Juniorene Kristin Ulven, Katrine Finstad, Marit Moe, Morten Sørum, Øyvind Noste Pedersen, Gaute Belstad løp mange o-løp og gjorde det tidvis sterkt. Særlig jentene var ofte høyt oppe på resultatlistene i diverse stafetter og individuelt. Kristin kvalifiserte seg til junior-VM i fot-o i 1994, mens Marit deltok i ski-o-landskamp i Finland i mars 1992. Juniorguttene (Morten, Øyvind og Gaute) hadde en opptur i 1993 og kvalifiserte seg til å løpe junior-NM stafett. Trond Heitman, Mats Lund, Arne Monsen, Bendik Indreeide, Joakim Barane var også med i blant, men kanskje mest på treninger.⁵

Av de litt yngre var gutteløperne Harald Slemdal, Ola Skage Sander og Kristian Finstad og jenteløperen Lene Moe. Disse hang seg gledelig med de litt eldre på treninger og løp flere o-løp. De manglet dessverre den store bredden rundt seg som "generasjonen" før dem hadde hatt gleden av. Harald og Kristian ga seg omtrent da Raumar ble stiftet, mens Lene og Ola fortsatt en gang i blant er å se på o-løp den dag i dag.

Hans, Anne Grethe og Olafs nybegynnerkurs fikk også med seg Joakim Aardal og Øyvind Lund våren 1993. På samme kurset og treningsløpene dette året deltok også Magnus Sæves, Erik Holdhus, Anne Stebekk, Shaheen Sæter, Yvonne Normann og Marianne Weid. Disse forsvant til andre aktiviteter ganske fort, men Erik fikk i alle fall med seg noen løp. Eirik og Simen Rustad ble også med på deler av nybegynneropplegget og treningsløp til tross for den unge alderen. Disse to fikk nok mye med seg helt fra barnevogna og man kan senere se at de har båret frukter av dette.



NM junior stafett 1993 Sortland. Nr 3 fra venstre, Marit Moe, Katrine Finstad og Kristin Ulven.



Premieutdeling etter nybegynnerkarusell. B.v. Erik Holdhus, Joakim Aardal, Yvonne Normann, Shaheen Sæter, Magnus Sæves. M.v. Simen Rustad, Øyvind Lund, Lene Moe, Anne Stebekk. F.v. Eirik Rustad, Marianne Weid.



Påskeløp i 1994. Marit Moe, Gaute Belstad og Katrine Finstad (Foto: Morten Sørum)

Vintertrening

Det var stor vintertreningsaktivitet på starten av 90-tallet. Ivars gjeng hadde to treninger per uke om vinteren pluss den lokale vinterkarusellen. Høsten 1992 startet de til og med med onsdagsbading på Ask. Det var flere fellestreninger på vinteren enn om sommeren selv om orientering jo er en sommeridrett. Dette skyldes at det var mange o-løp om sommeren, at det var lettere å samles for trening om vinteren når det var færre andre aktiviteter.

En annen grunn til god aktivitet på vintertreningene kan ha vært lite snø i Romeriksåsen tidlig på 90-tallet. Ole Harald skriver følgende vinteren 1993: "*Snøen ser også ut til å ha problemer med å finne fram til Romeriksåsen – i år igjen. Vi vil imidlertid åpne Busterud på kortest mulig varsel, dersom forholdene endrer seg.*"

Vintersamling eller skisamling ble arrangert hver vinter på forskjellige steder på Østlandet i februar eller mars. I 1990 ble det arrangert samling på Budor Fjellstue på Hedemarken. Budor som var så og si et stamsted for GOL i mange år. I 1991 ble det en ny vri med Kvitåvatn Fjellstoge i Telemark, der 33 GOLere deltok, før det igjen i 1992 ble valgt Budor, med 36 deltagere. I 1993 dro GOL til Fagerfjell hotell på Blefjell ved Kongsberg (Buskerud), ca 15 deltagere. Noe som egentlig kan se ut til å ha vært en kjempegod samling med gourmet-mat på menyen. Maten ble beskrevet litt kritisk av en ung Øyvind Noste Pedersen som tydeligvis da heller ville ha kylling, pommes frites, potetgull og dip. Han likte tydeligvis heller ikke klisterføre.⁶ I 1994 var GOL, med ca 20 deltagere, igjen tilbake på Hedemarken og hadde samling på Ormseter ved Budor.

GOL nytt med matsider

Det var en stund vanskeligheter med å skaffe redaktør for medlemsbladet før Margrethe Østbø sporty tok stillingen. Dette ga nytt liv i bladet og GOL nytt fikk etter hvert faktisk også egne matsider (gjennoppstått fra GOL nytt på 80-tallet).

HAR DU EN GOD MATOPPSKRIFT????SEND DEN TIL GOL-NYTT!!!!

MATSIDE MATSIDE MATSIDE MATSIDE

Denne kaken passer fint etter en hard treningstur - den inneholder mye energi, og så er den veldig god (spør Kristin....). Den er enkel å lage også.

BROWNIES

8 egg
800 g sukker
3/4 dl. kakao
1 1/4 dl nesquick el.
3 ss vaniljesukker
1 ss bakepulver
400 g margarin (smeltes)
6 dl. hvetemel

Egg og sukker piskes til eggedosis, og så has alt det andre i. Bland godt, og hell deigen i en stor langpanne med bakepapir i. Stekes ved 160-170 grader, ca 45 minutter.

GOL nytts matside

Kristin Ulven

Kristin Ulven er vel den Gjerdrumsløperen som har brakt GOL mest omtale og heder disse første årene av 90-tallet. Ivar Minken fulgte Kristin på nært hold fra hun var 12-13 år som trener og som treningskamerat. Her er hans meninger om hva som gjorde at ei helt vanlig, vimsete jente klarte seg gjennom ungdomstida og nådde mange av sine idrettsmål:

"Noen årsaker ligger i jentas egen psyke og i hennes fysiske talent. Andre årsaker finner vi i familie og andre voksne som hun knytter seg til. Ikke minst finner vi årsaker i det miljøet hun trener og konkurrerer i. Alt dette må spille sammen. Svikter det i et av disse leddene vil utviklingen av løperen fort stoppe opp.

Men hos Kristin stoppet det ikke. Deltakelse i junior VM i sommer (1994) var virkeliggjøringen av en av hennes drømmer. Bare seks juniorjenter fra hele landet skulle sendes til Polen. Og Kristin fikk billett! Kristins sterkeste egenskaper er viljen og troen på egne løsninger. Eller kanskje vi heller skal kalle det staheten. Etter hvert har hun lært seg å bruke staheten på rett måte. Kristins vilje er bare "sånn passe" når det gjelder å ta treningsturen en mørk, regntung høstkveld på asfalt. Der er hun akkurat som oss andre og trenger litt lokking og lirking. Men målet mister hun ikke av syne. Mange av oss skifter mål når motgangen kommer. Det har ikke Kristin gjort. I stedet har hun trassig fortsatt for å vise både seg selv og oss andre at hun kan.

Det neste dominerende trekk hos Kristin er det sosiale. Kristin er et utpreget sosialt individ. Også dette har hun klart å utnytte til fordel for sin utvikling som løper. Denne glade jenta kommer fort i kontakt med alle hun møter og har på den måten fått et stort nettverk i orienteringsmiljøet. Og da får man fort litt kunnskap herfra, litt råd derfra og mye erfaring både herfra og derfra. Både o-teknisk kunnskap, treningskunnskap og mental forståelse har Kristin samlet år om annet.

Og det er mange ulike sosiale grupperinger der Kristin har hatt fotfeste. Først og fremst er det klubben – eller rettere sagt treningsgruppa. Det startet med de 10-15 ungdommene i Ivars Gjeng. Det var nok viktig for Kristins utvikling at i dette miljøet var alle like viktige – den talentfulle, den late, den amisiøse og koseløperen. Tryggheten i dette miljøet ga nok både Kristin og andre mulighet til å utvikle seg på egne premisser. Den solide støtten i treningskamerater har fortsatt blant juniorgruppas seks løpere under Aslak og Lenes ledelse. Derneft er det jentegjengen; Kristin, Marit og Katrine – for en stund siden var også Margrethe med. Samhold og innbyrdes konkurranse mellom disse jentene har gitt et utrolig skyv til dem alle. Det er flott å se når konkurranse og samhold går hånd i hånd i idretten. Det er jo nettopp dette som har vært den norske oppskriften til suksess i langrenn og alpint. Dette har ungdommene i GOL også forstått!

Så har vi Kristins samhold med løpere fra andre klubber. Først var det Kristin og Katrine som fikk bestevenner fra hele o-kretsen. Seinere ble det junior eliteløpere fra hele landet. Og nå sist har Kristin ved deltakelse på samlinger og VM fått "assosiert medlemskap" i NOFs juniorgruppe. Og i alle disse miljøene henter hun inspirasjon, støtte, trøst, veiledning og kunnskap. Dessuten gir hun det samme tilbake!

Altså en helt vanlig jente med helt vanlige egenskaper og noen uvanlige talenter. Ved å bruke alle egenskapene på en positiv måte har hun så langt realisert noen av sine mål. Miljøet som vi i klubben har skapt rundt henne har vært én av faktorene. Og denne støtten vi har kunnet gi henne har hun fortjent. Så får vi passe på at vi i klubben fortsatt gjør oss fortjent til å få flere ungdommer av den type Kristin, Marit, Katrine, Morten, Øyvind og Gaute representerer. Men da må vi nok stå litt på. Det var så smått med dravillig voksen arbeidskraft ved siste årsmøte at disse ungdommene selv måtte tr  til og bekle tre av vervene. Skal vi gjøre oss fortjent til flere?"⁸



Kristin Ulven før avreise til junior-VM i 1994

Paraply- og løpsklubben Raumar så dagens lys

I starten av 90-tallet var det interesse for å lage en overbyggingsklubb slik at det blant annet kunne være lettere å stille stafettlag. Vinteren 1992-1993 ble det tatt opp til drøfting å slå sammen Gjerdrum, Fet, Nittedal, Rælingen og O-52 (Lørenskogområdet). På O-52s årsmøte denne vinteren ble det holdt en avstemning og det var 25 mot, og 3 for, å danne en overbygningsklubb. Fet viste ingen interesse for sammenslåing, Rælingen var positiv, Nittedal avventende og Gjerdrum var positiv, men avventende. Siden O-52 stemte i mot ble det ikke aktuelt for de andre klubbene å vurdere det videre.⁹

O-52 (senere Østmarka) har vært en rivalklubb og det har vært mange tette dueller på stafetter opp igjennom årene (ikke minst Spring Cup i 2003). De siste årene frem mot dette jubileet har dog Gjerdrum og Raumar hatt et overtak.

Samarbeidet med de nevnte klubbene skulle allikevel fortsette på en treningsløpskarusell i 1993-sesongen, og felles trening med O-52 og Rælingen en gang i måneden utover vinteren 1994 (samarbeidet gjaldt mest juniorene).



Etter en tegnekonkurranse fikk Raumar denne logoen i januar 1995.

I løpet av 1994 tok Ullensaker O-lag initiativet til å danne en overbygningsklubb. Olaf Moe og Thore Pedersen var valgt ut til å representere GOL på det første møtet. Etter dette gikk det raskt. Etter det første møtet gikk det kun to måneder til alle lagene hadde vedtatt avtalen, og konstituering av ny klubb fant sted.¹⁰

Fra referatet etter GOLs årsmøte for året 1994 kan vi lese:

"5. Innkomne forslag.

Overbyggingsklubb mellom Eidsvoll O-lag, Nes O-lag, Hurdal O-lag, Ullensaker O-lag og Gjerdrum O-lag (se eget skriv).

Informasjon og drøfting før avstemming.

*Forslaget ble vedtatt med 17 mot 1 stemme. 1 stemme var blank."*¹¹

Først i "utviklingsfasen" i 1994 var navnet Øvre Romerike o-lag, men straks ble det offisielle navnet Raumar o-lag etter en navnekonkurranse i desember 1994. *"Raumar er navnet på det folk som bodde på Romerikssletta i tidlig folkevandringstid, fra 200-300 e.Kr. Raumerne har fått sitt navn etter elvene Vormå og Glomma, som på den tiden het Raumar (den som larmer, buldrer). Høvdingsetet skal ha vært på Gislevold i Ullensaker, hvor raumerkongen Rakne bygde Raknehaugen i nærheten. Bygdeborgene langs Vormå/Glomma stammer også fra den tiden. Kfr. også Raumnes i Nes. (sakset fra Ullensaker o-lags klubbavis)"*¹²

Raumars styre det første året skulle bli ledet av Hans Larsen. Han satt der sammen med sekretær Per Aas fra Eidsvoll, kasserer Jan Løvli fra Hurdal, påmelder Frank Finstad fra Ullensaker og treningsansvarlig Knut Engen fra Nes.

GOLs 30-årsjubileum

I anledning 30-årsjubileet til GOL ble det arrangert en fest på Grøkul Fritidshus 29. oktober 1994. Gjestene ble møtt av ungdomsløpere som stod for serveringen i et lokale pyntet med grantrær med o-poster og historiske bilder på veggene. Øyvind Noste Pedersen forteller: "Selv om disc-jockeyen spilte glimrende musikk, var det svært få som danset. Folk ville heller spise kaker og prate. Det gjorde de derimot ganske lenge. Det var like før vi hev dem ut når arrangørene nesten sovnet... Men det var jo mange kjære gjensyn; folk man ikke hadde sett på lenge. Så det var kanskje ikke så rart folk ville prate."¹³

O-troll-leir i Holmenkollen 1994



Før start i Rådyrløypa. Nr 2 fra venstre Erik Holdhus, deretter Øyvind Lund og Joakim Aardal.

I september 1994 var det rekruttenes o-dag i Holmenkollen. Eirik og Simen Rustad løp Reveløypa uten tidtaking. Simen fikk til et bra løp, mens Eirik hadde store problemer ved starten i sitt første rekruttløp. Han snublet nemlig i startsnora og slo hånden, så her må det nok til mer spesialtrening i start-teknikk. Øyvind Lund, Erik Holdhus og Joakim Aardal løp Rådyrløypa på 1,8 km med tidtaking. Tempoet var til dels for høyt underveis, for nest siste post registrerte de ikke at de løp forbi.

Ved målpassering fikk alle yoghurt og pølse med lompe i bytte for startnummeret. Etter det var det skattejakt. I området rundt Besserudtjernet var det lagt opp til en spennende og utfordrende skattejakt-løype, der skatten til slutt lå der Brå fikk ny stav i 1982.



Eivind Aardal, Øyvind Lund og Joakim Aardal i tårnet i Holmenkollbakken.



Ved samlingsplass på rekruttenes o-dag i Holmenkollen. F.v. Svein Lund, Ingeborg Berg, Gunnbjørg Aardal, Joakim Aardal, Øyvind Lund, Eivind Aardal og Arve Aardal.

GOL består, men o-løp i Raumardrakt (1995 – 1999)

Fakta om epoken 1995 - 1999		
Ledere:	Ole Harald Slemdal (1995), Arve Aardal (1996-1999)	
Medlemstall (snitt):	152	
Nasjonale og internasjonale medaljer:	1996 Lene Moe:	Gull HL
	1998 Lene:	Sølv HL
	Øyvind Lund:	Bronse HL
	1999 Lene:	Sølv jrNM kort, Bronse jrNM lang
Klubbmestere (D / H 17-):	Anne Grethe Rustad (alle år), Olaf Moe (1995-1998), Per Olav Rustad (1999).	
Styremedlemmer (utenom ledere):	Marit Moe, Thore Pedersen, Olaf Moe, Anne Grethe Rustad, Morten Sørum, Inger Døhlen, Aslak Kinneberg, Hans Arne Borlaug, Hans Larsen.	

Den første løpssesongen for Raumar

GOL hadde sin første samling sammen med klubbene som skulle danne overbygningsklubben Raumar orienteringslag i desember 1994. Året 1995 ble dermed det første året noen løp for klubben Raumar O-lag. Etter dette har ikke de aktive løperne løpt konkurranser for GOL, men GOL var etter 1994 fortsatt fungerende og ansvarlig for rekrutteringsarbeid, tur-orientering og arrangementer.



Raumars første overtrekksjakke

Til venstre ser du et bilde av den første overtrekksdrakten til Raumar. Prisen for en kort løpsbukse og løpsbluse var til sammen ca 350-375 kr.¹⁴

Det var knyttet ganske stor spenning og ikke så ørlite forhåpninger til hvordan det skulle gå i stafetter og o-cupen nå som vi i Gjerdrum kunne få med oss løpere fra Øvre Romerike i et felles lag. Tidligere konkurrenter som Øyvind Foss og Stian Aaserud fra Eidsvoll, og brødrene Hermansen fra Hurdal osv. var nå ikke lenger konkurrenter i stafettene, men lagkamerater. Og det startet friskt allerede våren 1995 med en 17. plass til ungdomslaget i 10Mila med Lene Moe fra Gjerdrum på laget.

Men kanskje gikk også noe av energien ut av GOL til fordel for Raumar. For mens det i GOL var relativt liten deltagelse på hverdagstreninger var det stor oppslutning om Raumar-aktiviteter. Det var 5 gutter og 3 voksne på GOL trening januar 1996, mens det var over 50 deltagere med på Raumardagen 27. januar 1996 (begge arrangert fra Veståsen skole).¹⁵ Fellesskap var nok som alltid viktig.

GOL var nok relativt sett raskere enn de andre lokalklubbene til å vri aktivitetene over mot Raumar og med fellesaktiviteter kunne de aktive fra GOL ha det moro med mange kamerater fra Øvre Romerike, og det skulle ikke vare så lenge før aktiviteten blomstret som aldri før i GOL og GOL ble raskt det dominerende laget i Raumar-fellesskapet sammen med Ullensaker orienteringslag (UOL).

17.mai-dugnad en god inntektskilde

En stor dugnad som går på rundgang i Gjerdrum er 17.mai-dugnaden. Salget av is, vafler, brus og kaker på Ask denne dagen er en stor jobb og gjøres på dugnad av grupper i Gjerdrum. GOL har hatt denne dugnaden i flere anledninger og skjøter oppgaven veldig bra. Også i perioden på slutten av 90-tallet hadde GOL denne dugnaden, både i 1996 og 1999 (før dette bl.a. i 1993). Vi kan lese ut fra regnskapet i 1999 at det ble solgt for 51 100 kr, mens utgifter var 18 783,70 kr.

Frivillighetsprisen tildelt både Hans og Olaf

Av større begivenheter i den epoken kan vi nevne at både Hans Larsen og Olaf Moe mottok Frivillighetsprisen fra Akershus idrettskrets i henholdsvis 1996 og 1997.

Fra stifelsen av Gjerdrum O-lag i 1964, og fram til i dag, har han (red. anm. Hans) vært en drivende kraft i orienteringsidretten i vårt fylke. Tre perioder på i alt 17 år som leder av Gjerdrum O.lag, 15 år som styremedlem, hvorav fire som leder i tidligere Romerike O-krets og den første leder i Raumar O-lag.^{16 17}

*Ildsjelen i deres idrettslag, Olaf Moe, er av Akerhus idrettskrets tildelt frivillighetsprisen i 1997. Gratulerer! Prisen ble delt ut på vårt styremøte 24. nov av æresmedlem i Akershus Idrettskrets, Alf Eidsæter.*¹⁸

GOLs juniorer og yngre seniorer

Blant junior og senior i GOL i disse årene finner vi navn som Ola Skage Sander, Morten Sørum, Marit Moe, Gaute Belstad og Øyvind Noste Pedersen (som tok et snaut halvår med studie i Frankrike i 1996 og trolig løp et o-løp med senere fransk o-elite uten å vite det¹⁹). Men av de som satset hardest var det i disse årene noe færre løpere. Lene Moe ble junior i 1999 og forskynte seg av diverse medaljer fra da og utover, men Kristin Ulven som deltok i jr-VM i 1994 flyttet til Trondheim og begynte å løpe for NTHI. Katrine Finstad byttet til Nydalen SK. Kristin Ulven ble forøvrig historisk i 1995 som en del av det første rene damelaget som har fullført herrestafetten i 10Mila (men altså for NTHI).

De som trolig løp flest løp for GOL i 1995-1999 var familiene Aardal, Moe, Rustad og Lund (i familien Lund var det vel strengt tatt kun Øyvind som løp, men foreldrene var mer en middels ivrige supportere og kleshengere).



Kretsløp ved Kjelsås i 1995. F.v. Anne Grethe og Eirik Rustad, Øyvind Lund, Joakim og Eivind Aardal, og Simen Rustad. Foto: Arve Aardal

Ferieløpet O-Land

Et av de faste sommerløpene en periode var O-land arrangert i Oppland, ofte av o-lagene Torpa, Snertingdalen og Rudsbygd. Her beholdt de stifteklemmer og kontrollark et år lenger enn andre arrangementer og premiene var stort sett flotte sløydprodukter.



O-Land 1995. B.f.v. Svein Lund, Espen Bjørgen og Eivind Aardal. F.f.v. Arve Aardal, Øyvind Lund, Joakim Aardal og Ingeborg Lund. Foto: Gunnbjørn Aardal

Eskil Kinneberg som o-troll

På slutten av 90-tallet var Lene Kinneberg ansvarlig for rekrutteringsarbeidet i GOL. En uskreven regel for rekruttering hadde lenge vært at barna bør være minst ca 9 år før de begynner på nybegynnerkurs. I 1997 ville Lene prøve ut å holde kurs og trening for de enda yngre og startet med opplæring av førsteklassinger, inkludert sønnen Eskil Kinneberg som vi kan lese mer om i senere epoker. På Rekruttenes Holmenkolldag i september 1997 stilte de to litt eldre Eirik og Simen Rustad, men også 13 nybegynnere fra GOL: André Kronberg, Anne Siri Borander, Ellen Stenhammer, Even Adreassen, Roy Vegard Nilsen, Venke Borander, Eivind Ollson, Eivind Stenhammer, Jørgen Ollson, Jørgen Stenhammer, Sondre Ollson, Vemund Kronberg og nevnte Eskil.²⁰

Teknologigjennombruddet EKT

Elektronisk kvitterings- og tidtakingssystem (EKT) kom på midten av nittitallet og for mange ble debuten på bruk av en slik brikke 10Mila 1995.²¹ Tidligere hadde man brukt klippetenger for å lage merker i kartet eller et kontrollkort for å kvitere at man hadde vært på postene. Kun noen få brukte sitt armbåndsur (de som hadde nyere slag, kanskje en Casio 50m Water Resistant) til å ta mellomtider på hvert strekk. Med de nye EKT-brikkene (utviklet av Regnly-Timeteck AS) fikk man både lagret at man hadde vært på posten og når man hadde vært der, og det beste av alt; nå kunne man lese resultatlister med strekktider. Kommentarer som "Jeg bomma sikkert 20 minutter på den posten der! Hadde jeg ikke gjort det hadde jeg vunnet!" kunne nå konstateres eller avfeies. Det å løpe i jevn fart igjennom løypa ble for noen litt mindre viktig og strekkseiere kom mye tydeligere frem.

Utbredelsen av EKT på o-løp skjedde nok enda raskere enn hva NOF hadde forventet seg. Målet var å innføre EKT på internasjonale og nasjonale løp fra 1997 og kretsløp fra 1999²², men det var vel for populært til at arrangører kunne vente.

Kameratene Joakim Aardal og Øyvind Lund

Det startet i 5-og-6-årsklubben i underetasjen på Gjerdrum barneskole. To gutter som ikke bodde så langt fra hverandre på boligfeltet Kulsrudfjellet, ble godt kjent. På morgenen da de kom til klubben var den morsomste aktiviteten å løpe så fort de kunne fra gangen og inn til skapene innerst i klubben og tilbake igjen. Frem og tilbake, om og om igjen til de ble stoppet og ikke fikk lov mer. Slik startet nesten hver morgen en periode.

Joakim og Øyvind ble født med en dags mellomrom i slutten av august 1983 og vokste opp i hhv. familiene Aardal i Lørenskog med lillebror Eivind og foreldrene Gunnbjørg og Arve, og Lund i Gjerdrum med storebror Jørgen og foreldrene Ingeborg og Svein. Aardals flyttet til Gjerdrum i 1988.

Rundt 9-årsalderen deltok de på nybegynnerkurs med Hans Larsen, Anne Berit Moe og Anne Grethe Rustad, og ble etter hvert veldig ivrige på o-løp om sommeren og langrenn (og skiskyting for Øyvind) om vinteren. I o-løypa var Øyvind ofte litt foran, mens i skisporet var det like ofte motsatt. Det var sunn konkurranse og godt vennskap opp igjennom mange år, og ofte var det nesten pussig jevnt. Hovedlandsrennet på ski i 1999, 6 km skøyting, Joakim 17:07, Øyvind 17:07. Friidrett 5000 m Lambertseter 2005, Øyvind 16:25,87, Joakim 16:25,89.

På barneskolen var det et firkløver som holdt sammen da også Erik Holdhus og Stian Andersen drev med utholdenhetsidrett, men det var Joakim og Øyvind som fortsatte med idrett i lang tid. De skiftet riktignok litt mer retning etter hvert da Øyvind trente mer for skiskyting og Joakim mer for løping etter ungdomsskolen/videregående skole, men særlig Øyvind vendte ofte tilbake til o-skoene om sommeren, og tok også med seg kartet i ski-o-løyper om vinteren. Av beste meritter er Øyvinds 1.plass i ski-o-NM i 2008 (for NTNUI) og Joakims norgesrekord for yngste løper med fem maratonløp på norsk jord i løpet av ett og samme år (denne står fortsatt i skrivende stund), samt en personlig rekord på 3000 m bane som Øyvind trolig må se langt etter i alle år.

Lene Moe

Lene vokste opp på Thori gård med storesøster Marit, mor Anne Berit og far Olaf. Resten av familien var ivrige på å løpe i skogen og Lene ble naturlige nok tidlig dratt med ut. Det skulle vise seg at Lene hadde et stort talent for orientering. Hun var også dyktig i langrenn, men det var o-løp som ble hovedsatsningen.

Hun startet sin mesterskapskarriere likeså godt med gull i sitt første hovedløp og det ble totalt hele seks medaljer i HL og junior-NM som GOL- og Raumar-løper før hun sommeren 2000 byttet til Bækkelaget SK (fem i vanlig o og ett i ski-o). I tillegg deltagelse i junior-VM i ski-o både i 1999 og i 2000, og junior-VM i vanlig orientering i 2000. Det ene gullet i junior NM i sprint skiller seg ut historisk sett. Dette løpet i Bergen i 2000 var det første offisielle norgesmesterskapet i parkorientering og Lene var den første av vinnerne i mål.²³

Som Bækkelagsløper, men endog Gjerdrumsjente, har Lene deltatt i flere junior-VM og tatt enda flere junior-NM-medaljer, men det jeveste var når hun i 2004 deltok i senior-VM i Japan og tok en flott 11. plass på langdistansen og en flott 13. plass på sprinten.

Hovedløpene i 1996 og 1998

I 1996 ble Hovedløpet arrangert på Lygna og Lene tok gull. Ikke beskjedent heller, men faktisk nesten fem minutter foran nr 2. Fra Lenes beskrivelse av løpet kan vi skjønne at hun kanskje var hakket bedre forberedt enn de andre konkurrentene:

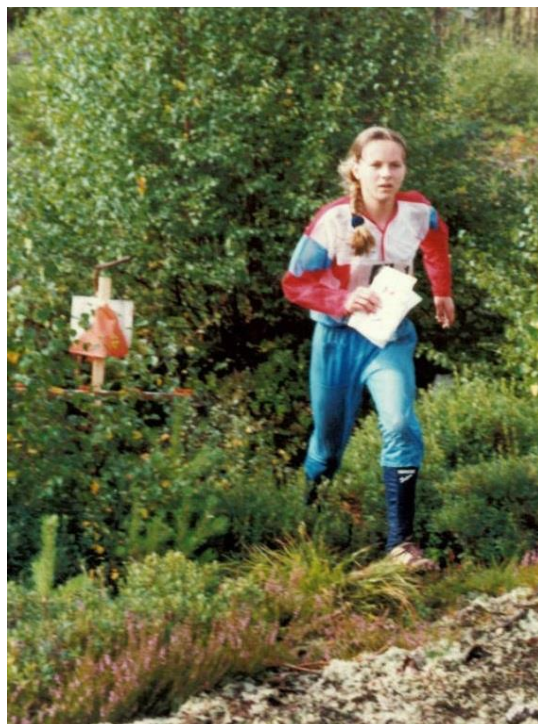
Mitt første hovedløp gikk av stabelen på Lygna 4. august. Kartet het "Lygna sør" og var nytt av året. Jeg visste en del om terrenget, og det bestod for det meste av myr og skråli. Jeg hadde vel heller negative erfaringer med skrålorientering, så på forhånd var jeg litt redd. For å få litt mer øvelse i kompasskurs og kurveorientering dro pappa og jeg ut i skauen et par turer. Både området rundt Spikertjern og Vangslia ble brukt. Pluss en liten "opp-psykingstur" for meg selv rett før løpet. I tillegg til dette ble mange kvelder tilbrakt ved kart over Lygna. Gamle kart fra 70-tallet var det eneste jeg hadde å holde meg til, bortsett fra en flik av nytt kart ved riksvei 4.

Lene var nok av de som tok det o-tekniske relativt tidlig. Og når hun i tillegg var løpssterk ble det gode resultater.

I 1998 var Sarpsborg arrangør og Lene tok en ny medalje, denne gangen sølv. GOL fikk en medalje til med bronzen til Øyvind. Lene hadde sommeren 1998 tatt en sterk 6.plass i O-ringen



*Trygve Tømte (Hurdal), Lene Moe og Stian Aaserud
(Ullensaker) på Hadeland i 1996*



Lene Moe i farta i 1996

og kom rett fra O-ringen til Hovedløpet. Under Hovedløpet fikk hun derimot noen problemer. Mot slutten tok hun av en sti for tidlig og havnet ute i det dyp-grønne. Dessuten falt hun og knuste kompasset, men hun la ikke på en veldig stor brems av den grunn. Øyvind klarte med en god spurt å klatre fra 4. til 3. plass på vei til den siste posten. Fra startnummer 15 kom Øyvind inn til mål på bestetid. Ventetiden ble både lang og spennende, og det ble bronsemedalje til slutt.²⁴



Øyvind Lund etter Hovedløpet i 1998

HEVINGEN

SARPSBORG O-LAG

målestokk 1:10 000
ekvidistanse 5m
misvisning 0⁹
utgitt 1998



Nipa

SUUNTO
ARROW



Godkjent av
Kartrådet i
o - kretsen
06 - 98

HOVEDLØPET 2/8-98

H 16 (5,3 km): 1-13
Carl Waaler Kaas, Heming/Njård OL 35.22

H 15 (4,6 km): 1-11
Kristian Dalby, Halden SK 37.03

D 16 (4,5 km): A-J
Tone Ellefsen Lye, IL Tyrving 39.00

D 15 (3,7 km): a-j
Line Hagman, Kolbotn & Skimt OL 34.30

LØYPELEGGER: Tormod Jensen

Kartdata
Konstruksjon
Synfaring
Rentegning
Trykk

Olaf Helgesen
Vidar G. Ydse
Bjørn Syversen
LUCHS kart & trykk AS

Kart fra Hovedløpet i Sarpsborg

Ungdommens pauseunderholdning på løp

Som pauseunderholdning eller tidsfordriv for ungdommen var vri-8-er blitt byttet ut med Blackjack, eller "en-og-tjue", og poker. På diverse samlinger og løp ble småmynter spilt bort eller vunnet. Blant noen mer ivrige fant vi en fra Nes og noen brødre fra Hurdal. Bestenoteringen fra spillingen var vel kanskje da yngste Aardal rundspilte unge Skarholt fra Asker.

Morsomt å merke seg er hvor mye energi de yngste løperne har. I et referat fra O-land sommeren 1995 kan vi lese at før man reiste til løpet ble det spilt litt fotball hjemme. Så på samlingsplass ble det lekt og løpt litt rundt før man jogget til start. Så etter løpet på ettermiddagen ble man gladlig med på løpekonkurranse rundt vannet ved hytta (ca 3 km). Hvor er den energien blitt av når man blir eldre kan man jo spørre seg.

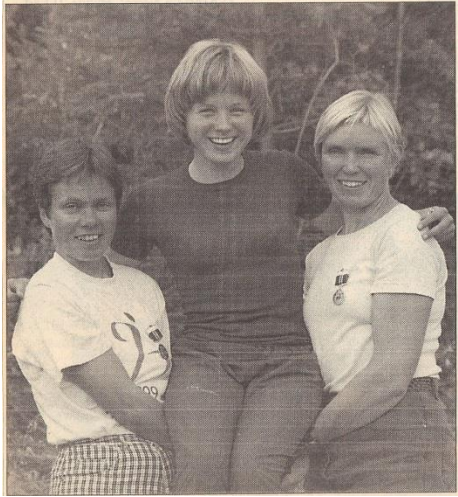
Ungdomssamlinger med kretsen

13-16års-samlinger med Akershus orienteringskrets var morsomme opplevelser for ungdommen. En gammel buss ble brukt og alle ungdommene kjørte sammen, det ble veldig sosialt og artig. Fra kretsens side var ofte Halvor Hobøl og Dag Amundsen trenere. På disse samlingene fikk man målt seg mot flere andre gode løpere fra klubbene rundt omkring.

En artig hendelse fra samling i Fredrikstad/Sarpsborg sommeren 1998 da fotball-EM pågikk samtidig: En av de norske kampene ble vist på tv'n i fellesrommet, men da Norge lå under 0-1 og det var 10 min igjen av kampen var fotballbanen utenfor mer attraktiv og mange av ungdommene dro ut for å spille fotball selv isteden. Da Lene Moe kom ut og ropte at Norge vant 2-1 og at det hadde vært straffe osv. var det ingen som trodde henne.

Déjà vu

I 1999 fikk Anne Grethe Rustad og Lene Kinneberg en idé etter å ha mimret om året 1978. I Lierbygda i 1978 hadde GOL blitt nr 5 i NM stafett. På laget den gang løp Lene K. og Anne Grethe, begge 17 år, sammen med Anne Berit Moe som var noe eldre. I 1999 hadde Lene Moe blitt 17 år og skulle løpe på stafettlag i NM med Lene K. (noe eldre) og Anne Grethe (noe eldre). Anne Grethe og Lene K. la inn noen ekstra treningsøkter dette året og det endte med gull i KM stafett og 21. plass i NM stafett (lagoppstilling på NM stafett: 1. Lene Moe 2. Lene Kinneberg 3. Anne Grethe Rustad).



Gull i stafett-KM

To rutinerte løpere med god erfaring på de to første etappene og nok et godt løp av Lene Moe på siste etappe, ga Raumars lag gullmedaljer i klasse D 17 under stafett-KM i orientering sist søndag.

Med en tilsvarende innsats under NM i Maridalen i begynnelsen av september, bør det bli en premieplass på dette Raumar-laget som før Lene løp ut på siste etappe hadde hatt Lene Kinneberg på første etappe og Anne Grethe Rustad på andre. De to siste løper vanligvis i klasse D 35, mens Lene Moe fortsatt har to sesonger igjen som juniorløper.

Stafett-KM var et felles arrangement for Østfold, Oslo og Akershus O-kretser, og løpet var lagt til Trøsken, nordøst for Sarpsborg. På de samlede listene finner vi Raumars damelag på fjerdeplass, bak Heming/Njård, Fredrikstad og Nydalen og foran lag som Asker, og Halden.

De andre Raumarmedaljene søndag kom i guttenes oppgjør i klasse H 13-16, der det ble bronse på trioen Øyvind Lund, Eivind Aardal og Joakim Aardal. Samlet ble det femteplass i en klasse med 27 startende lag.

At stafett og en viss dramatikkk hører sammen fikk Raumars lag i klasse D 13-16 erfare. Etter at de to første på laget, Katja Ekroll Jahren og Torunn Hermansen, hadde vekslet helt framme i tetgruppen, ble det i mål en sjuendeplass. Dette etter at den vanligvis sikreste av de tre og KM-mester dagen før, Ingvild Tømte, var uheldig og både bommet litt og fikk vondt i beina på siste etappe.

I den store herreklassen H 17, ble det til slutt en 19. plass totalt og en sjuende plass i KM på Raumars 1. lag. Dette var nok litt dårligere enn forventet på laget som besto av juniorløperne Harald Aas og Geir Myhr Øien, førsteårs senior Trygve Hermansen og andreårs senior Jostein Antonsen. De har alle fire mye å gå på og målet bør være å klatre på listene i årene framover.

Kombinasjonen av god erfaring og ungdommelig fart og pågangsmot ga gull til Raumars stafett damer under stafett-KM i orientering. Her fra venstre Anne Grethe Rustad, Lene Moe og Lene Kinneberg.

Utklipp fra Romerikes Blad

Tidsepokene - GOL består, men o-løp i Raumardrakt (1995 – 1999)

Digitalt kartarkiv og webside (2000 – 2004)

Fakta om epoken 2000 - 2004		
Ledere:	Arve Aardal (2000 - 2004)	
Medlemstall (snitt):	177	
Nasjonale og internasjonale medaljer:	2000	
	Lene Moe:	Gull jr-NM parkorientering, Bergen
	2001	
	Øyvind Lund:	Bronse jr-NM ski-o, Lillehammer
	2003	
	Øyvind Lund:	Sølv jr-NM ski-o, Svarstad
Klubbmestere (D / H 17-):	Anne Grethe Rustad (alle år), 2000: Aslak Kinneberg (2000-2001), Eivind Aardal (2002), Simen Rustad (2003-2004)	
Styremedlemmer (utenom ledere):	Inger Døhlen, Hans Arne Borlaug, Aslak Kinneberg, Hans Larsen, Øyvind Andersen, Unni Stenhammer, Anne Grethe Rustad, Lene Kinneberg, Morten Sørum, Kristin Styrmø	

Idet vi runda 2000-tallet kan vi lese i GOL-nytt at laget har fått ny hjemmeside under sidene til n3sport.no - forøvrig en adresse som fortsatt leder til hjemmesiden vår. Det var i starten en del usikkerhet omkring hvordan denne sida skulle brukes, og det ble klart og tydelig sagt at "dette skal ikke komme istedenfor GOL-nytt og andre papirbaserte måter, i alle fall ikke på mange år." Fire år seinere var dette et faktum - hjemmesida var den viktigste informasjonskanalen vår, og GOL-nytt begynte å komme ut sjeldnere.

Lene Moe deltok på junior-VM både sommer og vinter

Vår store stjerne i denne perioden var Lene Moe, som hevdet seg både sommer og vinter. I 2000 gikk hun først Jr-VM i Skiorientering i Slovakia, og ble nummer 5 i Kortdistansen under NM i Skiorientering, der det var felles Junior- og Seniorklasse. Når så våren kom, vant Lene like godt Junior-NM i "Parkorientering", som vi nå kjenner best som sprint, og ble tatt ut til Junior-VM i Tsjekkia. I løpet av sommeren meldte hun overgang til Bækkelaget Sportsklubb, men alle i Gjerdrum syntes det var stort å ha fostra en slik toppløper.



Lene Moe (i midten med medalje fra jrVM i ski-orientering i 2000.



Lene Moe (nede til venstre) i junior-VM

Rekrutteringsarbeidet

Lene Kinneberg og Liv Haga var primus motorer i rekrutteringsarbeidet i denne perioden. I flere av årene var det opp mot 50 deltakere på nybegynnerkursene, og mange av disse ble med på karuselløp i Gjerdrum. Noen færre ble med på orienteringsløp utafor bygda, men dette er allikevel kanskje den perioden der Gjerdrum hadde flest aktive i de yngre årsklassene.

Busterudvangen

På Busterudvangen ble det lagt ned en del jobb i denne perioden. I 2001 ble skiløypa lagt om til en snillere og mer snøsikker trasé, i håp om at de nye store løypemaskinene skulle komme oppom oftere. Når vi i tillegg fikk pussa opp hytta innvendig i 2002 med ny innredning, ny dør og nye lemmer for vinduene ble dette et skikkelig løft for hytta. Den "nye" Busterudvangen ble invia med en skikkelig snøvinter det første året, for i 2002 åpna salgssesongen allerede før jul. Snart etterpå ble også takplatene skifta ut, og hytta var bedre enn den hadde vært på lenge.

Arrangementer

Gjerdrum hadde stadig store og små arrangementer i denne perioden - og en del skikkelige krafttak. I tillegg til de "vanlige" karuselløpene og klubbmesterskapene for Gjerdrum og Raumar, arrangerte vi i 2000 Østlandsmesterskapet fra Veståsen. Dette var så vellykka at året etter slo vi til med to arrangementer - først KM stafett for Junior og Veteran på våren, og så "Romerikssprinten" på høsten. I 2002 var det igjen vår tur til å arrangere Romeriksløpet, og vi beholdt vår Romerikssprint lørdagen før hovedarrangementet. Det arrangementet skribenten sjøl kanskje husker best er når vi i 2003 avholdt KM stafett på Fossumhøgda, med løyper i verdens kanskje høyeste lyng. Disse store arrangementene brakte mange løpere til våre områder, men det var tydelig at man trengte noe spesielt for å trekke de store massene. Når vi arrangerte et "vanlig" Romeriksløp fra Kogstadvangen i 2004 dukket det ikke flere enn 180 deltakere opp.

Digitale kart

Aslak Kinneberg hadde ansvar for å styre kartarbeidet i denne perioden, og samtidig som kartbasen vår ble mer digital, gjorde dette at vi fikk mange nye kart. Først ut var "Lysdammen" i 2000, men i løpet av perioden var store deler av Gjerdrum Almenning kartlagt, og det foreløpig siste tilskuddet på stammen kom i 2004 med kart nord mot Stråtjern og Gjermenningen.

40-årsjubileum

Gjerdrum O-lag feira i 2004 sitt 40-års jubileum. I den anledning ble det skrevet litt om lagets historie i GOL-nytt, og arrangert er jubileumsløp fra Lysdammen - på gammelt kart, hvor man måtte tegne inn postene etter hvert. Det var ikke til å komme bort i fra at det var en stor fordel å ha løpt på kartet før - alle de store stiene mangla for eksempel, noe som forvirra mange. De fleste fant i alle fall rundt til slutt.

Barne- og ungdomsstjernen Eivind Aardal

Eivind Aardal løp o-konkurranser allerede som 9-åring og i H10-12 vant han ofte klassen sin. Han vant klassen sin på O-festivalens åpningsdistanse 5 år på rad (som 12-, 13-, 14-, 15- og 16-åring), og det er det visst ingen andre som har greid! Som gutteløper var han blant de beste i kretsen, og under Hovedløpet ble han regnet som en av de største favorittene, men greide ikke mer enn en 13. plass som 14-åring, 6. plass som 15-åring og en 4. plass som 16-åring.



En energisk Eivind underveis i Hovedløpet i 2001 med gips på armen! Foto: Harald Andresen

Som 15-åring vant han en etappe under 5-dagars i 2001, og han vant Sørlandsgaloppen sammenlagt. Eivind har representert Norge under ungdomsløp både i Sveits og i England. Han vant GOLs klubbbranking i 1998, 1999 og 2002, og innsatspokalen i 2002.

Som 16-17 åring fikk Eivind virussykdommer (både tward og mycoplasma) i kroppen som gjorde at han ikke greide å presse seg maksimalt. Etter lang tids behandling hos en spesialist i Moss, ble han frisk, men noe av overskuddet og motivasjonen var tydeligvis borte. Han deltok jevnlig både på trening og i konkurranser også som junior, men de store resultatene uteble.



Både Anne Grethe Rustad og Eivind vant 3.etappe i O-ringen i Märsta i 2001. Foto: Arve Aardal



Tur-o-åpningen 9. mai 2004. F.v. Martin Theodorsen, Lasse Theodorsen og Eskil Kinneberg. Foto: Arve Aardal



Marius Vegheim

Marius – Vinner og Vinner!

En annen GOLer som gjorde det sterkt som ungdomsløper var Marius Vegheim. Marius ble tidlig dratt med i o-løypa av faren Bjørn, og fikk raskt taket på kartet. Med en sterk kapasitet var han i mange år en fryktet, og nesten uovervinnelig konkurrent i ungdomsklassene. I GOL-Nytt nr.1 2004 kunne man lese denne saken om Marius:

Denne våren må ha vært rene drømmen for o-løperen Marius Vegheim. Det er blitt mange gode plasseringer i individuelle løp, men "kronen på verket" kom i pinsehelga. Under Interkretskampen på Kongsberg vant Marius H13-14 på lørdag og løp på Akershus sitt 1.lag i stafetten på søndag. Her ble det



Marius Vegheim intervjuet på storskjerm, Tio 2004

også seier. For å gjøre helga komplett, vant han likegodt "Løvsprett" på Løten 2.pinsedag! I de to store stafettene – "Vårstafetten" ved Halden og "Ungdomskavlen" i 10-mila har det også gått kjempebra. Marius løp Raumars lag opp i tet på sin etappe i begge stafettene. I "Vårstafetten" ble det 2.plass på laget, mens de i 10mila kom inn til 3.plass. Marius trener mange ganger i uka. Det blir økter både med løping, o-teknikk og rulleski. Marius hevder seg godt både i orientering og langrenn. I sommer skal han på sommerskiskole og fisketur. Innimellom blir det løpetrening og noen ferieløp. Kanskje det blir o-løp i Nordvestgaloppen i år? Marius har jo oppnådd mye allerede denne sesongen. Til høsten er det ikke umulig å oppnå en pallplass i Hovedløpet

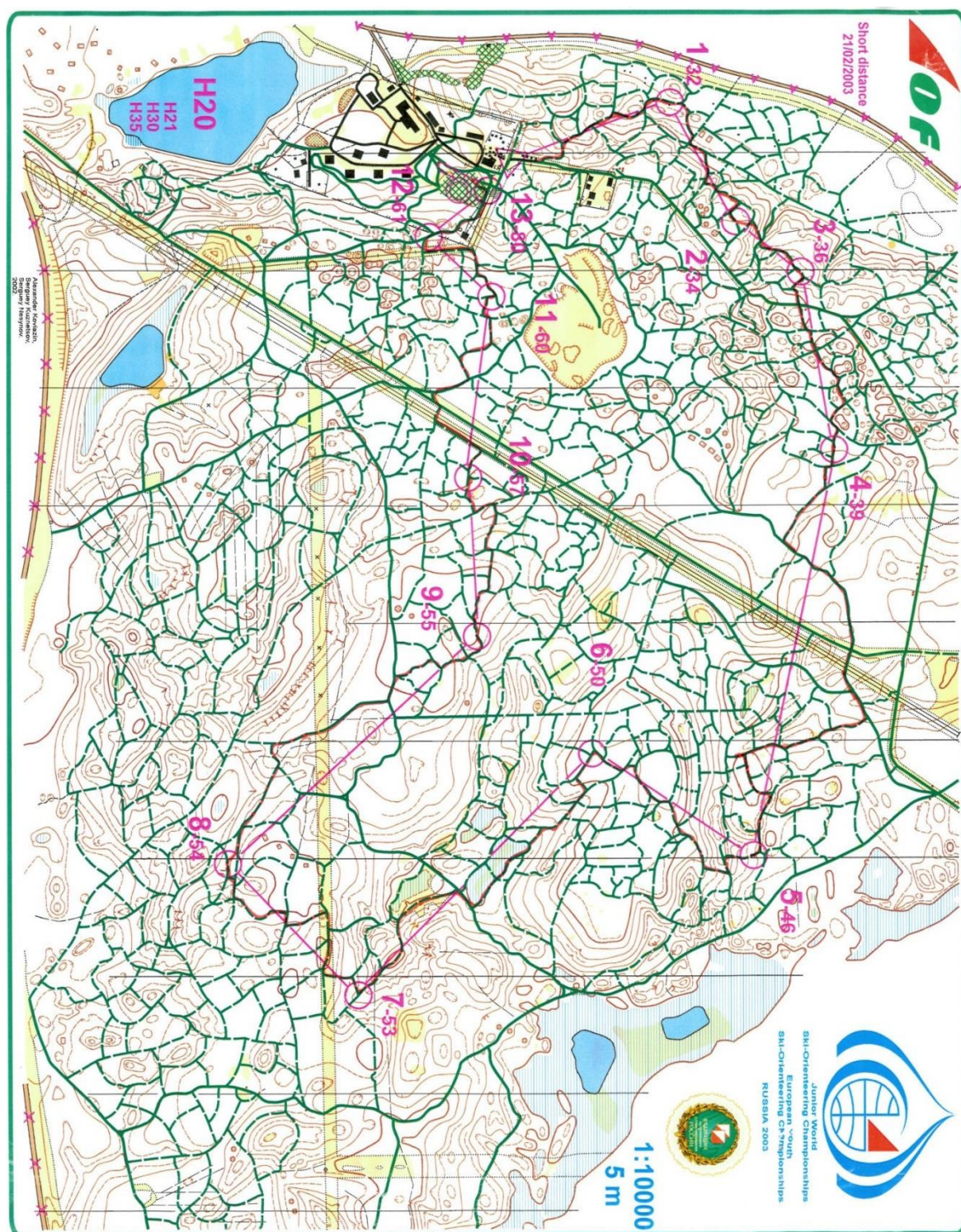
for yngre som går på Modum 8.august. Da gjelder det å ha toppformen inne, både fysisk og psykisk.

Junior-VM i ski-o 2003

Øyvind Lund deltok i junior-VM i St.Petersburg til tross for at leddbåndet ble halveis revet av under NM i Svarstad helgen før. Skaden ble ikke oppdaget av Røde Kors på Svarstad, men smertene ble ikke borte og NIMI ga Øyvind en skinne og behandling en måned senere.



Øyvind Lund i St. Petersburg under junior-VM i ski-o, 2003. Foto: Erik Borg



Kortløypa i ski-o-junior-VM 2003 i St. Petersburg, med veivalgene til Øyvind Lund, nr 10 i H20.

Spring Cup 2003

For Ola Skage Sander har toppresultater aldri vært det viktigste, men han har allikevel vært pådriver og primus motor for mange turer GOL-gjengen har reist på. Turene kan foregå både med og uten kart og kompass i henda, og ikke sjelden tikker det inn et lite reisereferat på GOL/Raumars hjemmeside eller på hjemmesiden kondis.no. En av de turene som det oftest refereres til i miljøet er Danmarksturen i 2003, til Spring Cup, ikke minst på grunn av en film gutta lagde fra stafetten, men også pga at turen helt klart hadde sjel. Noen referanser er kanskje litt interne for de som ikke var med turen, men vi rydder likevel plass til Olas reisereferat her i jubileumsboka.

Team "Sweet & Sour" dro fra Oslo torsdag 27.03.03 med båten "Pearl of Scandinavia" De utvalgte fra Raumar var; Harald Aas (Eidsvoll), Eivind Aardal, Trygve Tømta (Hurdal), Ola Skage Sander, Tormod Hermansen (Hurdal), Øyvind Lund, og sjåfør av minibussen Svein Lund. I tillegg deltok Ingvild Tømta (Hurdal) for Raumar, men hun kjørte eget opplegg sammen med Fossum.

Overfarten foregikk i (relativt) rolige former, med felles middag, – av "spis så mye du vil" varianten. Harald og Tormod imponerte og forsynte seg med 5 fulle porsjoner. På kvelden så de fleste av oss kino.

Ankom København i fint vår vær om morgenen på fredag. Spaserte så et par timer rundt i byen, og inntok en typisk sunn dansk frokost på MC Donalds. Deretter bar det i minibussen ut til Hillerød, hvor stævnecenteret lå. Siden Hillerødholmskolen, hvor vi bodde ikke åpna før klokka 16.00, ble det bestemt at det skulle fortrænes, til tross for at vi skulle løpe nattsprint noen timer senere på kvelden. Vi sleit litt med å finne fram til fortrænings skoven; både gangvei og kjøring i mot enveiskjørt kjøreretning blei benytta før vi endelig fant fram. De mest fornuftige av oss rulla bare ut liggeunderlaga sine og nøt vårdagen, mens 2 i teamet på død å liv skulle løp en runde.



Øyvind Lund og Ola Skage Sander under fortrening i Danmark 2003

Fortræning

Tormod visste seg å være ekstremt urutinert, da han la i vei i shorts. Han angra løpsantrekket etterpå, etter bl.a å ha løpt gjennom ett par tornekrautt.

Så innkvarterte vi oss på skolen og lada opp til kveldens dyst, nattsprinten. Tormod, som har bronsemedalje i NM natt for juniorer var storfavoritt til å ta hjem pokalen i H17-B, han innfridde ikke de tøffe forventningene vi andre la på hans skuldre og måtte ta til takke med en 2.plass. Eivind var sånn passe fornøyd med sin innsats i H17-20E. Øyvind tok det hele med ro p.g.a en leddbåndskade i kneet, og var da følgelig ikke å finne helt i toppen i H17-20E. Trygve løp et ok løp i H21E, tiltross for en litt dårlig start, 46 minutter og 52. plass. Harald løp samme løypa som Trygve, 5.950meter og brukte 43 minutter. 43 minutter på natta = mosjon, i flg Harald selv.(altså ikke fornøyd han heller).

Undertegnede, i H21AK, kåla allerede på 2 post og la igjen 7 minutter der, og var aldri senere å finne i tetsjiktet. Ingvild har undertegnede ikke lyktes å få noen kommentar fra, dessverre.

Lørdag var det klart for Pallas Klassisk, som gikk på kartet "Store Dyrehave." Bortsett fra 2-3 forskremte rådyr var det lite dyr å se. Denne dagen gikk det noe bedre for Raumar løperne, Tormod fikk bla revansje i H17-B, og vant en overlegen seier. Eivind var ikke helt fornøyd, med noe bom tiltross for at han tok det med ro. Øyvind gikk løypa si p.g.a skade. Trygve løp et maks løp i H21AM, og hadde i flg eget utsagn kun et tidstap på 30 sekunder. Imponerende! Harald løp i H21E-2, og brukte 1.16 på 11,5 kilometer. 1.16 på 11,5 kilometer = mosjon, i flg han selv.



Mosjonisten Harald Aas fra Eidsvoll

Mosjonisten

Undertegnede i H21AM tok en "Gøien light", og benytta godt over 4 minutter på et kort strekk som var 75 meter langt. Med slik kokos løping sier det seg selv at man ikke er å finne "ensam" i tet på resultatlistene. På kvelden spiste vi Pizza i Hillerød, Tormod imponerte stort og kverka 2 pizzaer alene!

Før stafetten på søndag, ble undertegnede som egentlig var satt opp på laget, veiet og funnet for lett(!). Han ble vraka til fordel for yngre og friskere krefter. Øyvind ble beklageligvis syk på Lørdag kveld og var av den grunn aldri aktuell for laget. Undertegnede påtok seg derfor den krevende jobben som lagleder, en jobb han greide med glans. Superlativene hagla mot ham fra fornøyde løpere, og det ble sågar trekt paralleller til Erik Østli.

Det ble raskt bestemt at Raumars herrelag skulle stille inkognito for ikke å røpe formkurve ovenfor nysgjerrige løpere fra en klubb som kaller seg Østmarka OK, før de neste viktige stafettene i vår. Dermed ble det til at følgende løpere ble meldt på:

- 1.etappe: Olav Tryggvason (alias Trygve Tømte)*
- 2.etappe: Tor M Hammeren (alias Tormod Hermansen)*
- 3.etappe: Eirik Blodøks (alias Eivind Aardal)*
- 4.etappe: Harald Hårfagre (alias Harald Aas)*

Ambisjonene laglederen fremsatte om å bli beste norske lag, ble raskt redusert til å prøve å kjempe oss inn foran ÅS-NLH (med Gøien på 2.etappe), Østmarka og OSI 2. Det ble et race av dimensjoner. Raumar veksle 3 sekunder bak ÅS på første etappe, og det lå an til kompis kjøring mellom Tor M. Hammeren og Gøien. Dessverre for oss viste Gøien seg veldig lite lojal ovenfor tidligere klubbkompiser, og nekta å oppgi mer en hvilken førstepost han skulle til. Det gikk som det måtte gå, Tor M. Hammeren gikk på en del sleiver, og vips så veksle vi ca 8 minutter bak ÅS.



Eirik Blodøks gjorde sine saker bra på 3 etappen og løp inn 2 minutter på ÅS, tiltross for store vannblemmer. Harald Hårfagre la ut på sin 14,5 kilometer lange siste etappe, med et mål; ta igjen ÅS og holde Østmarka bak seg, de løp ut kun ca 1minutt bak Raumar. Det ble mer spennende en vi kunne ane. På publikumspost ca 1,5 kilometer før mål, lå Harald Hårfagre kun 40 sekunder bak ÅS med Per H. Bjerva som ankermann. På siste post var de likt, og det lå an til et gedigent spurtoppgjør. Her var det tydelig at det var MYE prestisje på spill, og alle midler ble benytta for å passere målstreken først. Harald lå hele veien et par meter foran, men få meter før mål i et ganske trangt oppløp, akselererte Bjerva og prøvde å passere Harald, som da la seg ut og hindra Bjerva i å passere. Det endte med at Bjerva spente bein på Harald som gikk skikkelig på trynet ca akkurat på målstreken, og selv med fotofinish var det umulig å avgjøre hvem som egentlig kryssa målseilet først av de to kamphanene. Dette var dagens desidert mest spennende spurt. Østmarka Ok kom ca 1 min bak der igjen. Dessverre endte stafetten med at Raumar blei diska, etter at Eirik Blodøks på 3. etappen feilstempla.

Sjåfør og fotograf på turen, Svein Lund Da var det bare å ta fatt på hjemveien som gikk med ferje til Helsingborg, og full pinne med minibussen derfra og hjem. Var tilbake på Romerike ved midnatt, natt til mandag.

Vi hadde en kjempetur, og takk til sjåfør Svein Lund som gadd å kjøre rundt på oss, og takk til tollerne på svinesund som ikke stoppa oss i kontroll..

Skrevet av Ola "Skribent" Sander

-scages-

GOLs første Norgesmester (2005 – 2009)

Fakta om epoken 2005 – 2009	
Ledere:	Arve Aardal (2005-6), Lars Vidvei (2007), Aslak Kinneberg (2008-9)
Medlemstall (snitt):	191
Nasjonale og internasjonale medaljer:	2006: Sina Sandholt, bronse HL 2007: Eskil: Sølv HL Ranghild: Bronse NM jr stafett 2008: Ragnhild Haga: Gull NM jr mellom, Sølv NM jr lang Oda Wennemo: sølv NM jr stafett Trine Breen: Sølv NM jr stafett Eskil kinneberg: Bronse HL, sølv HL sprint Magne Haga: Gull HL Håvard Haga: Bronse HL Åsmund Wennemo: sølv HL sprint 2009 Eskil Kinneberg: Gull NM jr natt, sprint, bronse NM jr stafett. Nr 1 i JEC Oda Wennemo : Gull NM jr natt, bronse NM jr ultra og sprint Line Maria H Melbye: Sølv HL Håvard Haga: Sølv HL Magne Haga: Sølv HL sprint Vetle Christiansen: bronse HL sprint Eskil og Oda på juniorlandslaget
Klubbmestere (D / H 17-):	Anita Wennemo (2006), Anne Grethe Rustad (2007-2008), Simen Rustad (2006), Morten Sørum (2007), Eirik Rustad (2008)
Styremedlemmer (utenom ledere):	Morten Sørum, Kristin Styrmo, Lene Kinneberg, Solveig Breen, Øystein Rapp, Arve Aardal, Heidi Sønsterudbråten, Ingrid Rapp, Anne Arntzen, Anne Grethe Rustad

Denne perioden var på mange måter en storhetstid for GOL, både i bredde og topp. Selv om vi var en del av Raumar, så hadde vi fokus på å få til gode lokale aktiviteter, spesielt for rekruttene opp til 13 år, turorienteringa og arrangement av o-løp. Mange av Raumar-aktivitetene og treninger ble også lagt til Gjerdrum da GOL var den lokalklubben med flest aktive ungdommer og juniorer.

I starten på perioden var Anne Grethe Rustad trener for 13-20 i Raumar og i 2006 overtok Lene Kinneberg ansvaret for 13-16 åringene. De mest aktive fra GOL var Eirik og Simen Rustad, Marius Vegheim, Eivind Aardal og Ragnhild Haga. Så kom 1991 årgangen med Kristian Svee, Erlend Rudsaar og de mange i 1992 årgangen med Eskil kinneberg, Sina Sandholt, Oda Wennemo, Martin Theodorsen, Eivind Stenhammer, Trine Breen, Ola Skatvedt og deretter 93-94 årgangen med Håvard og Magne Haga, Line Maria Melby Haugen, Åsmund Skatvedt, Åsmund Wennemo m.fl.

Blant de mest aktive rekruttene i starten på denne perioden var mange av småsøsknene til de som er nevnt over som Vilde kinneberg, Mari Vegheim, Jørgen Stenhammer, Silje Breen. Vetle Christiansen, Thea Ørbeck og Helene Kjeldsberg må også nevnes.



GOL rekrutter på en onsdags trening i 2005. Fellesstart i lysløypa med "O-bingo". Foto L Kinneberg

Rekruttering og trening i GOL-regi

Lene Sørensen hadde ledet rekruttopplegget i GOL siden 1997 med god støtte bl.a. Anne Grethe, Anne Berit, Liv Bakken Haga, Mona Kjeldsberg og flere gode medhjelpere. I starten på perioden var Mona Kjeldsberg ansvarlig for rekruttene før Ingrid Rapp overtok i 2007.

Fra å ha tegnet inn rekruttens løyper på kartet for hånd, så gikk vi i denne perioden over til å legge inn postene på ocad og printe ut ferdige løyper og o-tekniske varianter på kartutsnitt. En ny og forenklet verden åpnet seg, bare man kunne ocad. Aslak Kinneberg var den som kunne ocad best og det ble mye kartprint fra hjemmekontoret der klubbens printer var installert.

Rekruttmodellen vår bestod gjennomgående i:

- Nybegynnerkurs over 3 kvelder i april fra Veståsen skole. kartopplæring og enkle øvelser ute., etterfulgt av 2-3 treningskvelder i nærområdet. Onsdager var som tidligere år fast innarbeidet treningsdag for GOL.
- Deretter fulgte GOL-karusellen, enkle rekruttløp i Gjerdrum, 4 vår og 4 høst. Innlagt triathlon, moro-varianter etc. Det var god deltakelse. Eksempel i 2005 med 69 deltakere fra GOL i alder opp til 14 år. Vi prøvde stadig ut litt nytt for å variere. Den evige utfordringen var å klare å gi rekruttene god nok oppfølging og ha nok aktivitetsledere.
- Ferdighetsmerket med testkveld på høsten fra A-brua. Vi utviklet en variant som vi prøvde ut noen år med base fra Spikertjernshytta.
- Deltakelse på høstens o-troll leir i o-kretsens regi og Rekruttens o-dag i Holmenkollen som et av sesongens store mål.
- Samordnet vår- og høstsamling med de øvrige lokallagene i Raumar for å bygge sosialt miljø og utvide nettverket.
- O-teknisk trening på mandager for 10-20+ år i Raumar-regi. Vi bidro til å samordne mellom gruppene og innad i Raumar. Stort sett var det GOL, UOL og Frognar som hadde aktive ungdommer og juniorer, så mye ble arrangert mellom disse lokalkubbene.

Vinterstid hadde vi ikke rekrutt-treninger fra november til mars. Dette fordi det store flertall drev med langrenn og skiskyting. Men vi startet opp fra mars med fellestreninger og gate-o løp. Gjennom vinteren hadde vi månedlige klubbkvelder/sosiale samlinger samordnet i Raumar-regi, ofte lagt til Gjerdrum. Dette var for alle alder i klubben. Fast "Kick of" før sesongstart i mars, ofte fra gymsalen på Veståsen skole der vi la fram sesongplaner, hentet inn en eliteløper som foredragsholder, solgte o-tøy, hadde lek/konkurranser og kake/kaffespleis. Som oftes var det mellom 50-75 personer.

Disse årene kombinerte vi tur-o avslutning og premieutdeling karusell på høsten, ofte med god deltakelse. I 2005 var Lene Moe invitert til å fortelle fra sin VM deltakelse i Japan samme år og 110 GOLere var samlet på Grøkul.



Sesongavslutning tur-o og GOL-karusell i 2005 på Grøkul, her med ungdommene. Lene Moe, bakerst t.h., fortalte fra sin VM deltakelse i Japan samme år. Foran f.v.: Eivind Stenhammer, Martin Theodorsen, Ola Skatvedt, Kristian Sveg, Åsmund Skatvedt, Eskil Kinneberg og NN. Bak f.v. NN, Oda Wennemo, Sina Sandholt, Tine B Martinsen, Vilde Dalgaard (Frogner), Marthe K Jensen. Foto: L Kinneberg

Gjerdrum gikk i bresjen for å skape gode, sosiale klubbkvelder vår og høst og mange av dem for felleskapet i Raumar. Ofte foregikk det på Grøkul eller Veståsen skole. Vi kan nevne eksempler med foredrag fra VM deltaker Øystein Kristiansen. I 2006 fortalte Erlend Slokvik om mental trening og Anne Margrethe Hausken om "Hauskens sprint-lov" og i 2009 snakket natt-o-spesialist, Anders Nordberg, om hvordan natt-løp bidrar til å styrke o-teknikken. Kort tid etter løp Gjerdrums Eskil Kinneberg og Oda Wennemo inn til gull i juniorklassene i natt NM i Haugesund. Ja, Anders hadde nok gitt noen gode tips.

Husker også at han fortalte ungdommene om at han ikke brukte tid på å sjekke koder på sprintløp, kanskje ikke det beste tipset til ungdommene som ikke alltid var like sikre inn i posten.



NM natt i Haugesund i april 2009 der det ble gull til juniorene Oda Wennemo, Eskil Kinneberg og Vette Ruud Bråten (Ullensaker). Foto: A Kinneberg



NM sprint i Brevik i 2009, gull til Eskil Kinneberg. Foto L Kinneberg



Fra sommeravslutning på Busterudvangen i 2008 for alle treningsgrupper. Moro-stafett på vollen. Foto L kinneberg

Olav Lundanes som motivator

I 2008 spurte vi Olav om å bidra på noen treninger med gode tips og som "skygge" for løpere. Olav startet på klubbkveld i Gjerdrum en vinterkveld som startet med felles intervalltrening på Kulsrudfjellet (C-feltet), deretter foredrag med treningstips. Olav var med på 5 o-tekniske treninger i sesongen og disse var naturligvis godt besøkt.

I 2009 ble Raumar kåret til beste ungdomsklubb under Norwegian Spring og premien var et foredrag med Anne Margrethe Hausken, verdensmester fra 2008. Både rekrutter og ungdom bidro til dette. Vi inviterte henne til sommeravslutning på skiskytterstadion i Gjerdrum, der hun fikk konkurrere i "klypeløp" og i stafett-leker sammen med rekruttene og ungdommene og delte ut premier for "Råtassen".

I 2007 overtar Ingrid Rapp ansvaret for rekruttene. Trening og rekruttering deles i to offisielle komiteer. Mye av det samme opplegget videreføres, men GOL karusell erstattes av "Råtassen" der også Frogner og Ullensaker deltar. Frogner o-gruppe ble tatt opp som den sjette lokalklubben i Raumar i 2005. De har et tett og godt samarbeid med Gjerdrum om rekruttopplegget.



Lagkonkurransen for barna i 15-stafetten i 2008, her med ett av Raumar sine lag og 3 GOLere, f.v. Karoline Sønsterudbråten, Tiril Arntzen, Martin Kjeldsberg og Marte Hexeberg (Frogner). Foto L Kinneberg

Påskeløp i Danmark fra 2004-2010

Deltakelse i Påskeløpene i Danmark var fast på planen for mange GOL familier og andre i Raumar i perioden fra 2004 til 2010. Det var alltid en hyggelig og sosial start på o-sesongen med felles overnatting og lun atmosfære ute på løpene. De mest ivrige GOL familiene var familien Kinneberg og familien Wennemo. Aslak var primus motor for organisering og innpisker. Også familien Kjeldsberg, familien Stenhammer og familien Sønsterudbråten var med flere sesonger m.fl.

Nordvestgaloppen 2006

I 2006 husker jeg spesielt felles Raumartur til Nordvestgaloppen i Stryn. Mange GOL familier var med, og vi bodde på vandrehjemmet der vi hadde hyggelig grillkvelder etter dagens etapper. Dette var rett i forkant av hovedløpet i Levanger i begynnelsen av august og familien Kinneberg fortsatte fra NV-galoppen og langs vestkysten nordover mot Trøndelag. Dette året var det spesielt mange GOLere med på HL med 92- årgangen i spissen. Raumar ble kåret til beste klubb i topp og bredde og ble tildelt rekrutteringsprisen og en sjekk på kr 10.000. Vi stilte med ca 20 deltakere, av disse var langt de fleste fra GOL. Sina Sandholt tok bronsemedalje i D14, Eskil Kinneberg ble nr 5 i H14.

Ragnhild Haga blir norgesmester i 2008

Rent sportslig var denne perioden meget god og det var gøy å følge de mange GOLere, spesielt i årgangene 1992 og 93 der vi var mange. Medaljestatistikken i innledningen viser at GOLs løpere hevdet seg meget godt nasjonalt og internasjonalt med flere medaljer og andre gode plasseringer.

Ragnhild Haga toppet perioden med å ta gull på NM junior mellomdistanse og sølv på langdistanse i 2008 som førsteårsjunior. Men så satte beinproblemer i 2009 en stopper for videre løpskarriere. Senere vet vi at Ragnhild har blitt en god langrennsløper med internasjonale meritter.



Silje Ekroll Jahren (Ullensaker), Eirik Rustad og Ragnhild Haga etter henholdsvis sølv, 4.plass og gull på NM mellom i Tromsø 2008, junior



Ragnhild Haga og Silje Jahren (Ullensaker) etter sølv og gull på NM langdistanse i Tromsø 2008, junior



Moro på O-landsleir, her fra kretsstafetten på Konnerud i 2009 og utkledd Raumar/GOLere. F.v. Silje Breen, Line Maria H Melbye, Mari Vegheim, Anikken Alnæs (Frogner) og Vilde Kinneberg. Foto L Kinneberg



Brødrene Håvard og Magne Haga, her fra HL i Sandefjord i 2008 der det ble gull til Magne og bronse til Håvard. Foto L Kinneberg



Line Maria Haugen Melbye etter sølv i HL Konnerud i 2009. Foto L kinneberg



KM stafett lagene i damer og herrer i 2009 med 6 GOLere på laget. Foto L Kinneberg

Ferieløp

Av de mange ferieløp husker jeg spesielt 5-dagers i Sälen i 2008 der vi var rundt 80 fra Raumar, mange av disse GOLere. Vi bodde i en stugby ute i skogen og på kveldene var det langbord i gata med grilling, konkurranser, premier og mye moro. Været var fantastisk hele uka og det var stort sett et nydelig terreng å løpe i. Dagen før 5 dagers satte ordenlig i gang ble det for første gang gjennomført en kretsstafett for ungdom mellom svenske og norske kretser. Det skulle være mixlag med 2 gutter og 2 jenter på laget. Akershus og Oslo o-krets vant og laget bestod av kun GOL-ungdom som var Oda Wennemo, Eskil Kinneberg, Line Maria H Melbye og Magne Haga.

Noen utvidet horisonten og reiste på ferieløp til andre land, bl.a. Sveits og Italia i 2009 der en stor delegasjon fra Raumar deltok på 5-dagers som gikk samtidig med junior VM. Fra GOL deltok fam. Haga og fam Kinneberg.



Etappeseier til Vetle Christiansen. Foto L Kinneberg



Grillkveld i Raumarleiren, 5-dagers i Sälen 2008 der mange GOLere deltok. Foto L Kinneberg

Ungdommene stormer fram i Tio-mila

Damene i GOL gjorde sine saker bra i Tiomila på 80-tallet. Den gang var det kun stafett for damer og herrer. Senere kom ungdommene med og fra 2004 og fram til 2010 har Raumar-ungdommene hatt tradisjon for å hevde seg i toppen og også i bredden. I 2004 ble det en sterk 3. plass på førstelaget og vi stilte med ytterligere 2 u-lag (4 etapper). GOL har bidratt med mange ungdom på stafettlagene. Tio-mila helgen i begynnelsen av mai har vært et av årets høydepunkt og gitt mange uforglemmelige opplevelser. Vår trofaste bussjåfør Vidar Sørum har fraktet oss trygt med buss ned gjennom Sverige og tiden har gått fort med Tio-Quiz, kortspill, film, burgerstopp osv. og fram til samlingsplass. Der har vi bodd 2 døgn med overnatting i store "sirkustelt" medbrakt vår egen "kikk" som disket opp med havregrøt og betasuppe som gikk ned på høykant. Den gode stemningen i teltet, spenningen underveis i stafettene og selve tio-natta med herrestafetten og meldingene fra skogen over speakeranlegget – henger GOL med eller er vi hekta av? En tio-helg kan vanskelig beskrives, den må oppleves.



Tio-mila i 2005 og ungdomslaget med Eirik K Hovind (Ullensaker), Eskil Kinneberg, Sina Sandholt og Marius Vegheim løp inn til 5. plass. Foto L Kinneberg



Fra skolesprinten i 2009 i lysløypa ved A-brua. Anne Berit Moe og Einar Iversen instruerer. GOL arrangerte årlig skolesprint i juni gjennom nesten hele 2000-tallet. Foto L Kinneberg

Skolesprinten

GOL hadde siden starten på 2000 tallet arrangert skolesprint årlig, noe vi også gjorde gjennom hele denne perioden. Alle 5.-7. klasse på Veståsen og Gjerdrum barneskoler deltok og fikk prøve seg i ei o-løype. Elevene fikk også prøve elektronisk stempling (EKT) og som regel hadde vi tilleggsaktiviteter som EKT-sprint, natursti og stafett. Arrangementskomiteen bestod av Hans Larsen, Anne Grethe Rustad og Lene Kinneberg med gode medhjelpere på selve arrangementsdagen. I og med at det ble arrangert i skoletiden, så var pensjonistene gode å ha. Arne Bakkeløkken og Niels Sørensen bidro på start. Flere av ungdommene våre fikk fri fra skolen for å hjelpe til med bl.a. å instruere elevene.

Smått & klipp

- Aslak Kinneberg ble av NOF kåret til årets ungdomsløypelegger i 2005 i kategorien krets/NÆ-løp med løyper fra Gjerdrumsløpet.
- Inger Døhlen deltok på World master i Australia i 2009.
- GOL nytt går fra å være ren papirutgave til å bli mer elektronisk i 2004. Det betydde også etter hvert kun to utgaver i året. Internett og egen hjemmeside gjorde at informasjonsbehovet gjennom ei klubbavis ble mindre.
- GOL markerte sitt 40 års jubileum i 2004 med klubb-løp fra Lysdammen på gammelt kart og feiring med grillmat etterpå.
- I 2005 blir Olaf Moe utnevnt som æresmedlem i GOL, den andre i historien. Samme år tok han to gull i veteran NM.
- Niels Sørensen tok sitt 25. gullmerke i GOLs Tur-o i 2005.



Rekrutt-trening i GOL 2005. Foto L Kinneberg



NM junior stafett i Larvik i 2008 med mange GOLere på Raumarlagene. Det ble sølv til jentene og 5 og 8 plass til guttelagene. GOLere på bildet er foran f.v Trine Breen, Oda Wennemo (sølv), trener i Raumar, Ståle Sønserudbråten. Bak nr 2 f.v. Eskil Kinneberg, nr 4 f.v. Eirik Rustad.



Eskil Kinneberg og Eirik Rustad på NM i 2008



Marius Vegheim etter å ha løpt sisteetappe på 10mila 2008

Da fire ungdommer fra GOL vant 10Mila (2010 – 2014)

Fakta om epoken 2010 - 2014	
Ledere:	Aslak Kinneberg (2010-2014)
Medlemstall (snitt):	134
Nasjonale og internasjonale medaljer:	2010 Eskil Kinneberg: Gull jrVM stafett, Gull jrNM lang, mellom, natt, ultra, stafett, Sølv jrNM sprint. Oda Wennemo: Gull jrNM sprint, Sølv jrNM ultra, Bronse jrNM natt Karoline Sønsterudbråten: Bronse HL lang Magne Haga: Bronse HL lang Line Maria Haugen Melby: Bronse HL sprint 2011 Eskil Kinneberg: Gull jrNM lang, sprint, ultra, Sølv jrNM mellom, stafett Magne Haga: Sølv jrNM mellom, stafett Bronse jrNM lang Oda Wennemo: Bronse jrNM mellom, stafett Håvard Haga: Sølv jrNM stafett Line Maria Haugen Melby: Bronse jrNM stafett Trine Breen: Bronse jrNM stafett 2012 Eskil Kinneberg: Gull jrVM lang, Bronse jrVM sprint, stafett, Gull jrNM natt, ultra, Sølv jrNM stafett Magne Haga: Gull jrNM lang, Sølv jrNM sprint, Bronse jrNM mellom Håvard Haga: Sølv jrNM stafett 2013 Eirik Rustad: Bronse NM stafett Eskil Kinneberg: Bronse NM stafett
Klubbmestere (D / H 17-):	Ikke arrangert etter 2009 (kun klubbmesterskap i Raumarregi)
Styremedlemmer (utenom ledere):	Øyvind Lund, Dagny Lysaker, Ingrid Eide Rapp, Øystein Rapp, Heidi Sønsterudbråten, Anne Grethe Rustad, Anne Arntzen, Arve Aardal, Geir Grønvold, Bjørn Haga

GOL vinner 10mila 2010

I 2010 vinner Raumar orientering ungdomsklassen i 10mila i Sverige. Dette er den største og mest prestisjefulle stafetten for ungdommer opp til 16 år. Etter flere år med topplasseringer til Raumar i denne stafetten (flere plasseringer topp 10, og to 3.plasser i 2004 og 2008), var det håp om en plassering blant de 10 beste også dette året.

Fire Gjerdrumsløpere stilte godt forberedt til start sammen med omtrent 300 andre lag. Den 16 år gamle Magne Haga løp 1.etappe, og åpnet offensivt, men til 3.post ble det en tominutters bom. Da havnet han litt ut i rekka og måtte jobbe seg oppover i køen. *"Jeg grovorienterte og sjekket koder, og klarte å løpe meg opp til 10.plass. Jeg var litt irritert etter bommen, for jeg hadde lyst til å løpe inn helt i tet"* fortalte Magne til Veivalg etterpå. På andre etappe løp 14åringen Karoline Sønsterudbråten ut, 1:40 etter teten. Dette var allerede hennes tredje 10mila. *"Det gikk ganske bra. Surra litt rundt den ene posten, men ellers gikk det bra. Det var veldig bra terreng, lett å løpe. Det var noen steder det var veldig vått, men det var bare å løpe på, det gikk så fort. Vi tok igjen noen jenter som hadde løpt ut før oss"* sa en fornøyd Karoline som veksle som 6.lag. Line Maria Haugen Melby på 16 løp tredje etappe mot mange gutter, men klarte allikevel å bite godt fra seg. *"Det gikk veldig bra. Jeg prøvde å fokusere bare på meg selv. To ganger kom jeg på feil gaffling, men jeg tapte bare litt på det. Jeg skjønte hvor jeg skulle når jeg kom på feil post."* Line Maria kom inn som nummer 7, 3:26 bak teten, og sendte ut femtenåringen Vetle Christiansen på siste. Tidlig på etappen kom Vetle sammen med finske MS Parma. *"Finnen lå mye foran. Jeg lå bak og hadde kontroll. Ved en av postene reddet jeg finnen fra en bom"* sier Vetle. De passerte noen løpere, men Vetle trodde likevel ikke at han ledet på vei til de siste postene. Da han satte opp

tempoet mot den nest siste posten, var det for å løpe fra finnen, noe han klarte. *"Heller ikke da var jeg klar over at vi var i tet, men jeg skjønnte det jo da jeg kom inn mot arenaen."* For inne på oppløpet sto tre jublende lagkompiser og veiva. Da hadde Vetle allerede fått laurbærkrans av kranskullan. Magne smilte fra øre til øre, Karoline og Line Maria forsto ikke helt hva de var med på. Men de løp sammen med Vetle de siste meterne, slik de har sett andre lag har fått lov til å gjøre de siste årene. Dette var deres dag og vil være det til evigheten!

Denne seieren var en seier også for klubben, både Raumar og Gjerdrum. At fire lokale ungdommer, fra lille Gjerdrum, med 6000 innbyggere kunne vise alle de andre ryggen, er stort. Dette er et resultat av mange års arbeid fra ildsjeler, og en veldig god jobb fra utøvernes side. Det har vært mange ivrige løpere på treninger, samlinger og løp som har pushet hverandre framover. Gode kart og bra treningsopplegg i o-laget, samt god fysisk trening også gjennom skiskyting og langrenn har gitt resultater. Lagbygging har alltid vært viktig, og det sosiale betyr mye. Derfor er 10mila-turen i buss viktig. Dette året ankom Raumarbussen samlingsplass aller først av alle bussene, og fikk tildelt busslapp nummer 1! Festen startet kanskje allerede da?^{25 26}

Disse fire stafettløperne hevda seg også individuelt. De oppnådde flere gode plasseringer i Hovedløpet, O-Festivalen, Blodslitet og nyvinningen O-idol. Magne, Line Maria og Karoline tok alle bronsemedaljer i Hovedløpet i Trondheim 2010, mens Vetle ble nummer 2 i O-idol i Asker i 2011. Seinere har de alle fulgt opp med flere gode juniorresultater.



Karoline Sønsterudbråten, Vetle Christiansen, Magne Haga og Line Maria Haugen Melby på vei mot mål i 10Mila. Foto: Jens Olav Kløverud/Veivalg

Litt om junior og senior

Treningene for juniorer og seniorer i Gjerdrum ble også i denne perioden ivaretatt av Raumar. Med Ståle Sønsterudbråten som trener og coach fikk utøverne et godt og utviklende treningstilbud, samt et morsomt og inkluderende miljø. I motsetning til ungdommene, blir en større del av aktiviteten gjennomført utenfor kommunegrensa, både på grunn av spesifikke forberedelser til konkurranser, pluss at en del av de aktive har bosatt seg i Oslo i forbindelse med studier.

Ståle, og hele familien Sønsterudbråten, gjorde en stor jobb for Raumar, noe som førte til at han i 2010 ble kåret til årets trener i Norge på O-gallaen på Gardermoen. Ståle uttalte til Harald Andresen i Romerikes blad at bare det å bli nominert, og å bli satt pris på for det arbeidet han legger ned med en fantastisk utøvergruppe i Raumar orientering, i seg selv var en stor ære. *"Trenerjobben er et sterkt og inspirerende samarbeid mellom utøvergruppa og de andre trenerne i Raumar. Jeg vil dele prisen med dere, for uten dere hadde ikke dette vært mulig. Takk også til familien min i Gjerdrum som gir meg rom og tid til å reise mye og utøve det jeg liker aller mest".*

Gjerdrum O-lag (og Raumar Orientering) sitt gode rekrutt- og ungdomsarbeid etter årtusenskiftet gav oss store grupper med løpere. Dette var ivrige løpere, som hverken var redd for å ta utfordringer med lange løyper på trening, eller å dra ut på o-løp. Denne gruppa var i 2010 stort sett blitt juniorer og seniorer, og Raumar var blitt en kjent klubb både i Norge og i utlandet. Herrelagene til Raumar, med mange løpere fra GOL, presterte meget godt både i 10mila i Sverige og Jukola i Finland, og ble stadig presentert av speaker. På mange måter kan man sammenligne Raumarherrenes resultater i 2009 og utover med GOL-damenes storhetstid 80-tallet. Man var ikke helt der oppe i mål, men vekslet topp 10 ved flere anledninger, og står med perser tatt i 2010 på 25 fra Jukola-stafetten (7 etapper) (med Eirik Rustad, Eskil Kinneberg og Øyvind Lund på laget) og 39 på 10mila (med Eirik, Eskil, Magne Haga, Håvard Haga, Øyvind og Simen Rustad).

I tillegg til at klubben gjorde seg bemerket i utlandet gjennom stafetter, hadde GOL løpere som individuelt hevdet seg i toppen av sine aldersklasser i Norge, noe som førte til NM-medaljer og representasjonsoppgaver for Norge.

Ser man på GOLs toppløpere, er det ikke mulig å komme utenom **Eskil Kinneberg**.

I 2010 klarte Eskil den store bragden å ta medalje i alle juniormesterskap, og sto igjen med gullmedalje fra lang, mellom, natt, ultra og stafett, samt sølvmedalje på sprinten! I sine neste år som junior var han også en gjenganger på pallen. Også internasjonalt fikk Eskil et navn i orienteringsmiljøet, og deltok på junior-VM tre ganger. I Danmark 2010 ble det gullmedalje på stafetten, samt en litt sur 4.plass, 10sekunder fra bronse, på langdistansen. Gjerdrum hadde virkelig fått en løper i verdensklasse! Gjennom en solid mengde trening over mange år, beinharde prioriteringer og målbevisst satsing nådde Eskil toppen, og et av disse valgene var å flytte til Göteborg, og å bytte klubb fra Raumar til IFK Göteborg (men Eskil representerer fortsatt Raumar i Norgesmesterskap.) Kronen på verket kom på langdistansen i junior-VM i Slovakia 2012, der Eskil med to minutters margin vant og ble verdensmester!

Eskil forteller om løpet som holdt til gull (*Hentet fra IFK Göteborgs hjemmeside*):

"8-13 juli ble junior VM avholdt i Slovakia og 9 Juli var det klart for årets store mål. Langdistansen! Dagen før ble jeg nr.3 på sprinten. Det var jo bra, men jeg ville ha mer. Med en medalje i bagasjen allerede forsvant mye av presset og jeg kunne gjøre meg klar for langdistansen med senkede skuldre. Nå var det bare Gull som var godt nok! (jeg skrev faktisk det i en melding til Torben Wendler i Raumar dagen før langdistansen, og man må jo stå for det man sier).

Etter en lang busstur og noen timer i quarantine zone var det godt å endelig kunne sette seg på siste bussen til start med musikk i ørene å begynne å psyke seg opp til løpet. Været i Slovakia var for det meste sol og 35 varmegrader, men på vei til starten begynte det å lyne og tordne og jeg var akkurat kommet inn i teltet ved starten da himmelen åpnet seg å regnet begynte å pøse ned. Perfekt! Det er er deilig med regn og kanskje kan ordentlig tordenvær psyke ut noen av konkurrentene.

Planen for løpet var å åpne litt forsiktig for å komme godt inn i løpet, for så å øke farten etterhvert og ha mye krefter igjen på slutten. Jeg viste jeg var godt forberedt og taklet terrengtypen bra. Terrenget var veldig forskjellig fra alt som finnes i Norge og Sverige, men jeg hadde vært på 3 treningssamlinger i Slovakia. Jeg følte meg faktisk så sikker på at jeg kunne terrenget at jeg lå i sengen på hotellet med beina høyt å hvilte når resten av laget reiste på model event. Etter bra løp

på Jukola og de siste løpene i Norge visste jeg at formen var god også. Jeg var klar! En high five med treneren inn i startbåsen.

Selve løpet, som var det jeg egentlig skulle fortelle om, husker jeg ikke så mye fra. Det pleier å være sånn etter bra løp. En ting som var veldig spesielt var været, som med lyn, torden og mye regn gjorde det så mørkt i skogen at det var vanskelig å lese kartet. Iblant måtte jeg stoppe helt for å kunne lese kartet og det beste hadde nok vært å løpe med hodelykt. Det største tidstapet hadde jeg på langstrekket til 4.post. Tapte nok nesten 1:30min, men det var et sikkert og lett veivalg og jeg fike en enkel start på løpet. Akkurat som planlagt. Etter det fløt det på bra uten store feil. På 18 post var den vanskelige orienteringen ferdig og jeg hadde mye krefter igjen. Jeg viste det kunne være et veldig bra løp, så det var lett å motivere seg for å presse på de neste lette strekkene. På 21.post så jeg Marius (Ødum fra Danmark og IFK Gbg, red.anm) som startet 2min før meg og ble enda mer sikker på at det var et bra løp. De to siste lette strekkene kunne jeg bruke på å løpe inn Marius.

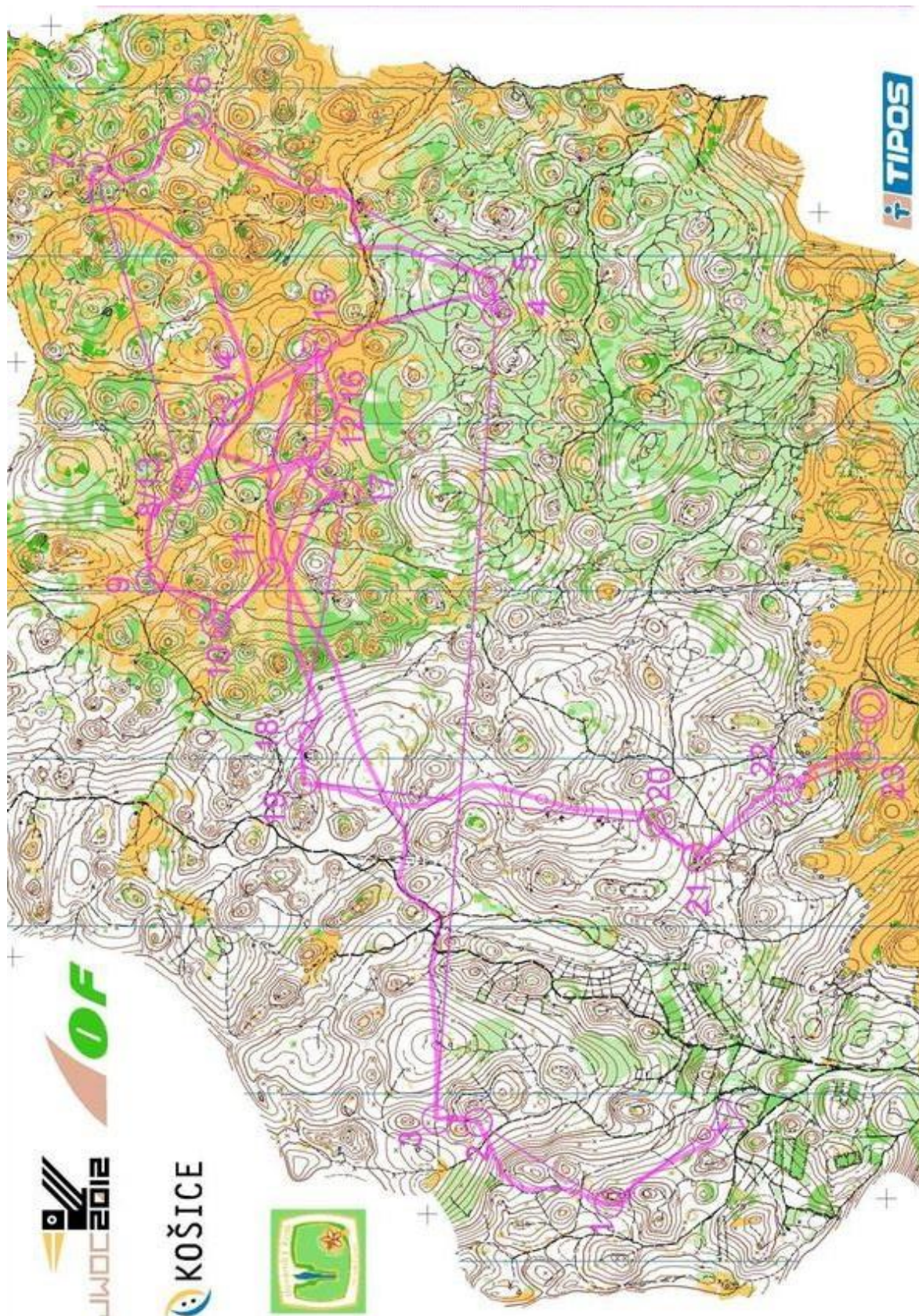
Å ligge i målområdet å høre at jeg ledet VM var en veldig god følelse. Enda bedre ble det noen minutter senere når det var klart at ingen av løperne som var igjen i skogen kunne slå meg. At Marius ble nr.2 og dobbelt IFK gjorde heller ikke dagen noe dårligere.

Siden junior-VM i Danmark i 2010, da jeg var med å vinne gull på stafetten, hadde hovedmålet og det jeg trente for hver dag vært å vinne et individuelt gull på junior VM. Å stå øverst på podiet i et VM med følelsen av at man er best og at ingen kan slå deg er veldig bra. Og når man har prøvd det en gang så vil man gjøre det igjen, så å klare målet med å vinne gull på langdistansen var selvfølgelig fantastisk.

Det er vanskelig å sette ord på hvordan det føles å vinne JVM-gull, men resultatet fra mellomdistansen tre dager senere viser kanskje hvor fornøyd jeg var. Det var ingen tvil om at jeg var god nok til å kunne vinne den også, men det endte med en plass mellom 30 og 40, langt bak de beste, uten at jeg brydde meg spesielt mye om det. Jeg hadde nok på ingen måte fått beina ned på jorda igjen enda..."

Etter denne prestasjonen har Eskils karriere vært preget av mye skader. Men høsten 2013 viste han igjen at han er å regne med da han løp inn til 5.plass på NM mellom, og bronse på stafetten, nå som senior. Ambisjonene er ikke senket, og drømmen om å en gang bli verdensmester også som senior er der fremdeles. Drømmen lever!

Oda Wennemo er oppvokst i en orienteringsfamilie med historie fra Østmarka og Lillomarka, men ble medlem av GOL da familien flytta til Gjerdrum. Før sesongen 2012 byttet Oda klubb til HaldenSK i et forsøk å ta et steg videre i sin satsing, og å få bedre stafettlag i de store stafettene. Oda var en del av det norske juniorlandslaget i sine tre siste juniorår, og deltok i et Nordisk mesterskap og to junior-VM, med 6.plass fra VM-sprinten i 2012 som beste prestasjon. Her veksle hun også først etter 1.etappe på stafetten, men endte uten medalje. I NM har det derimot blitt en del medaljer, og Oda er Norgesmester i sprint både i 2010 og 2012! De siste sesongene har Oda ikke frekventert på resultatlistene på grunn av sykdom, men hun har nok neppe funnet sin siste orienteringspost i konkurransefart!



Eskils veivalg under gulløpet i Slovakia

Ungdommen i familien Haga kan man lese om ofte i sportsdelene i RB og EUB både sommer og vinter. Ragnhild, Håvard, Magne og Anders er aktive både med kart og kompass, og med ski på beina, og har alle sammen prestert godt på begge arenaer! Eldstemann Ragnhild, som tok gull og sølv i jr-NM 2008, har de siste årene satset på langrenn, men har titt og ofte tatt en tur ut i o-løypa. Og bitt fra seg!

Håvard setter orienteringa høyest, og har ambisjonene i orden. Etter medaljer i Hovedløpet har det ikke løsna helt som junior, men i stafett står Håvard med to sølvmedaljer. Håvard har alltid vært god til å finne fram, noe som gjør han til en viktig brikke på stafetter, men han har mangla litt råskap og marginer for å klatre opp på pallen individuelt.

Magne prioriterer som storesøstra langrenn høyest, og satser mot OL, men er samtidig en av GOLs største medaljesankere gjennom tidene. Både i 2011 på hjemmebane i Gjerdrum og i Maridalen i 2012 tok han to av to mulige medaljer i NM-uka, kronet med et gull på langdistansen i 2012. I 2013 var Magne svært nære å komme med til junior-VM, og store deler av o-norge mente at han ble forbigått i uttaket etter å ha vunnet det ene uttaksløpet.

Også yngstemann Anders er up-and-coming, og har allerede flere KM-medaljer og gode plasseringer i nasjonale konkurranser. I O-festivalen står han med suveren seier fra sprinten i 2012 og mellom i 2013. Hovedløpsmedaljene har derimot latt vente på seg de to første årene, delvis på grunn av sykdom og skadeproblemer, men i jubileumsåret er det nok en revansjesugen 16åring som stiller til start i Trøndelag. Anders kan vi fort høre mye til i åra framover!

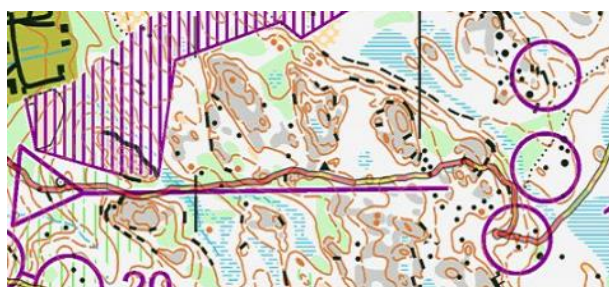
Simen og Eirik Rustad

Eldste bror Simen har vært en stødig løper over flere år med de beste resultatene fra årene som eldre junior. Han var selvskreven på 10mila-laget med blant annet flere långa natten etapper. Simen kvalifiserte seg til finale på senior-NM-mellomdistanse og sprint ved flere anledninger. De seneste årene har Simen fått mer interesse for ultraløping og vunnet blant annet Kristins Runde (80 km) i Nordmarka på 7 timer og 25 minutter. Det står det respekt av.

Yngste bror Eirik prioriterte fotball høyest fram til 16års-alder, men etter det har han klatra jevnt og trutt oppover på listene som junior. I sitt siste år som junior var han kun sekunder fra medalje både på sprint og mellom, og nært ved å kvalifisere til junior-VM. Som senior er det tøffere å hevde seg, men i NM og Norgescup har Eirik ved flere anledninger vært inne blant de ti beste. Som en sterk løper har Eirik gjort seg bemerket som en god 1.etappeløper, og har vært langt framme både på 10mila, Jukola og NM. I NM har dette gitt en bronse som senior, mens han i den store finske Jukolastafetten gav fra seg kartet som fjerde løper av de nærmere 1500 som sto på startstreken. I GOL-nytt 2012 kunne Eirik fortelle om denne opplevelsen:

"I midten av Juni, hvert eneste år siden 1949, har Jukolastafetten blitt arrangert i Finland. I fra å være 41 startende lag, og 15 fullførende, var det i år hele 1685, og 1378 lag i Herreklassen med 7løpere på hvert lag. Det meste er timet og tilrettelagt med Jukola; arenaen er super, løypene gode og krevende, været er bra, og arrangørene er hyggelige og har kontroll. Alt ligger til rette for en stor opplevelse, og det ble det absolutt i år.

Etter en mai der jeg sleit mye med foten, var jeg gira på å gjøre et godt løp i Jukola. Jeg har løpt første etappe hvert år siden 2007, og spesielt de to siste årene hadde jeg gjennomført gode løp. Da startskuddet gikk kl 22:30, sto jeg klar på 2.rekke, med et mylder av løpere bak seg, og masse tilskuere langs den 1050lange merka løypa til startpost. 1.post er som alltid gafla, og min variant skapte problemer for alle som hadde den.

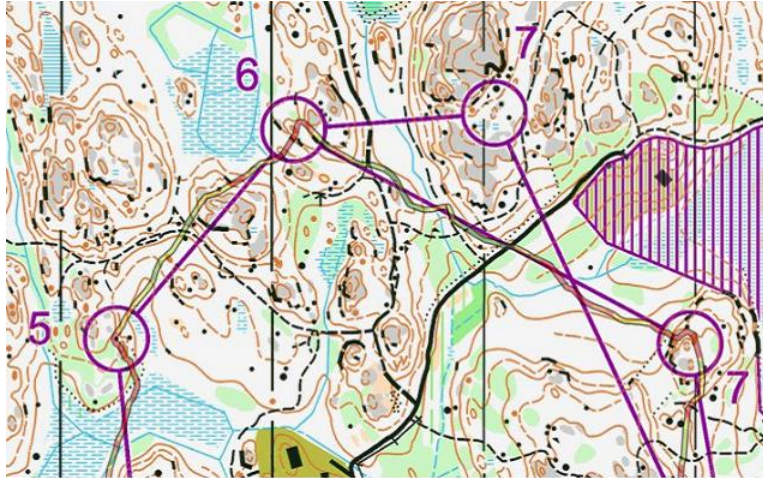


Følte at hoveddelen av klynga løp for langt til venstre, og dro meg sørover da jeg møtte kanten. Men da jeg forventa å snart se posten begynte løperne foran meg å snu, vi møtte en gruppe løpere. Etter en bom vestover så kom jeg på rett kjøll og stempla, over minuttet bak førstemann. Alexander Lubina på 2.laget til Raumar var nr.2 på denne posten og fikk en god start! Det hadde ikke jeg fått, men av erfaring veit jeg

at mye kan gjøres ennå, og at jeg ikke hadde rota alt for mye, bare et par minutter. De jeg bomma med var også gode lag, så vi var en sterk gruppe anført av Halden1 som tok de neste postene.

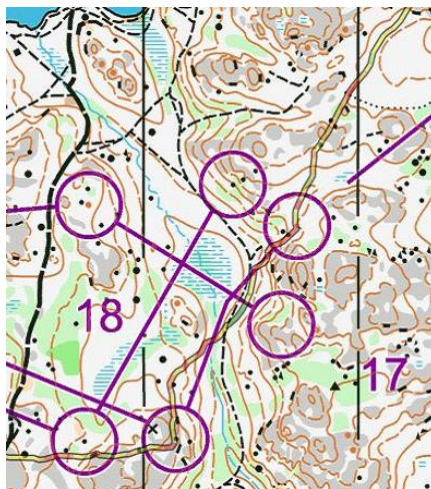
Det fløyt bra på lenge, og jeg fikk stadig følelse av at jeg nærma meg teten. På første tv-post var jeg nummer 100, over 2min bak de raskeste med korte gaflinger.

Helt lengst nord i løypa kom en racer forbi i tilnærma maks-spurt. Jeg gjenkjente Edgars Bertuks fra Turun Metsänkävijät, i noe jeg vil beskrive som jackass-fart, og vurderte ikke engang å legge meg i ryggen. «Det der kan ikke gå bra» tenkte jeg. Fokuser på mitt eget løp!



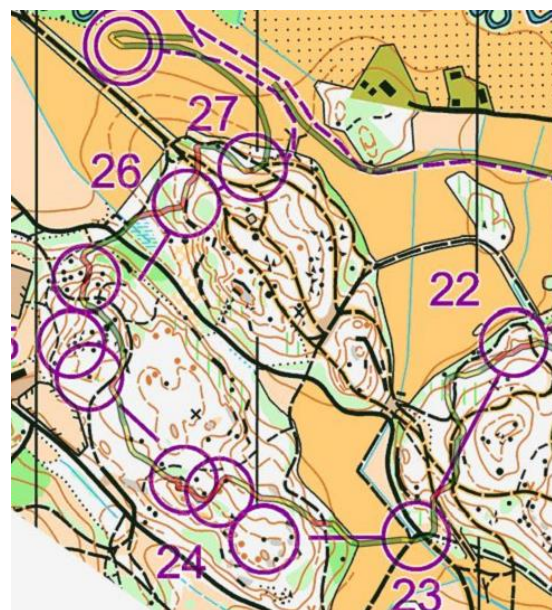
Etter noen tekniske partier, hadde jeg nærma meg teten, og var nå bare 1:30 bak førstemann på en plass rundt nummer 40. Så kom et langstrekk til 17post. Klynga delte seg, men jeg hadde allerede valgt veivalg og var ikke i tvil om hvor jeg skulle. Grov kontroll med kartet, og full kontroll med kompasset var fokuset fra til en stor myr. Deretter var det full fokus på begge deler. Ifra det hvite området øverst i kartutklippet merka jeg en nervøsitet i feltet. Løpere fra andre veivalg kom inn i rekka, som nå spredde seg mere ut i vifteform. Jeg hadde god kontroll med skrenten, mellom steinene, og så retning fra kollen over det flate området. Gjennom et buskas, og der var posten. SCORE! Moro å se to-tre løpere stå på posten og klø seg i hodet :) Løper selv videre ned på stien, men, hvor er alle de andre? Tar av stien tidlig, og løper sørover inn i posten. Jeg ser at Halden og NTNUI løper ut av den 10sek før jeg når den. Andre lykter ser jeg ikke. For 1time siden sto jeg på linje med 1685 løpere, nå ser jeg 2 foran meg, og 2 bak meg. Sykt!

Jeg løper det jeg kan, og kommer meg opp i ryggen dems. Ca 1,5km før mål løp vi over et jorde. Må innrømme at det var en god følelse å passere jordet, mens drikkepostmanskaper klapper og heier, jeg ser ingen løpere foran meg, og vi er bare 6løpere i klynga. Jeg tror her vi er helt først, men sannheten er at Jackass-løper Bertuks passerte her 1minutt tidligere. Det gikk bra for han, og seinere på sommeren tok han gull og bronse i VM, så han er jo ikke såååå dårlig.



Jeg løper det jeg kan, og kommer meg opp i ryggen dems. Ca 1,5km før mål løp vi over et jorde. Må innrømme at det var en god følelse å passere jordet, mens drikkepostmanskaper klapper og heier, jeg ser ingen løpere foran meg, og vi er bare 6løpere i klynga. Jeg tror her vi er helt først, men sannheten er at Jackass-løper Bertuks passerte her 1minutt tidligere. Det gikk bra for han, og seinere på sommeren tok han gull og bronse i VM, så han er jo ikke såååå dårlig.

Men nå var jeg sliten. Det gikk fort i klynga, og det var bratte bakker. Gafla var det også, så 6-mannsgruppa ble splitta. Jeg måtte virkelig fokusere for å gå rett i mine poster. 2 stykker stakk i fra, mens 3 ble borte bak, og spist opp av klynga som jaga minuttet bak. Å løpe over brua fra siste post, helt alene, med 30sekunder opp, og 40sekunder ned var frekt! Raumar på 4.plass i Jukola!



- | | | |
|-----|---------------------|---------|
| 1. | Turun Metsänkävijät | 1:15:25 |
| 2. | Halden SK | 1:16:33 |
| 3. | OK Denseln | 1:16:34 |
| 4. | Raumar OL | 1:17:06 |
| 5. | NTNUI | 1:17:48 |
| 6. | Leksands OK | 1:17:50 |
| 7. | Angelnien Ankkuri | 1:17:51 |
| 8. | Stora Tuna OK | 1:17:51 |
| 9. | Järla orientering | 1:17:53 |
| 10. | Kalevan Rasti | 1:17:54 |

Moro, men neste år er målet å komme først. Ikke mange som husker hvem som ble nummer 4 på 3mila i Lillehammer OL 1994! Totalt ble Jukola dessverre en nedtur for Raumar, da Torben på 2.etappe tråkka over allerede før startpost, og måtte bryte..

Neste år står klubbrekorden (5.plass fra 2010) for fall!"

NM-bronse i stafett

Under NM-uka på Kongsberg på 2013 ble Raumar regnet som et av outsiderlagene til medalje etter å ha vært i kampen i flere år. Laget besto av Eirik og Eskil på de to første etappene, og Vetle Ruud Bråten fra Ullensaker på siste. Eirik åpnet med en knallsterk første etappe, var i teten hele veien, og vekslet på andreplass 44 sekunder bak Jo Forseth Indgaard fra Frol. Eskil fulgte opp med sikker orientering, og klarte å holde seg i tetklyngen sammen med blant andre flere ganger verdensmester Olav Lundanes fra Halden, og kunne sende ut Vetle som tredjemann. Seks lag var fortsatt samla, og her var alle favorittlagene; Tyrving, Frol, Raumar, Halden, Kristiansand og NTNUI. Vetle, som også er landslagsløper, gjorde jobben, og kunne føre Raumar inn til en fantastisk bronsemedalje bak Tyrving og Halden etter tre tilnærma perfekt gjennomførte etapper. Som en morsom kuriositet kan det nevnes at det var nøyaktig 30 år siden GOL-damene tok bronse, i 1983, da med mødrene til Eirik og Eskil, Anne Grethe og Lene, samt Elisabeth Strandhagen på langet. O-sporten er og forblir en familieidrett!



Bronseløperne og treneren. F.v. Eirik Rustad, Eskil Kinneberg, Ståle Sønsterudbråten og Vetle Ruud Bråten (Ullensaker)



Gutta på pallen. Tyrving vant for Halden.

De eldre i GOL

Fortsatt er det mange familier fra Gjerdrum som drar på o-løp nesten hver helg. Alle har klasser og løyper som er tilpasset sitt nivå, man treffer gamle konkurrenter og diskuterer løyper og veivalg. Noen foreldre velger å være heiagjeng, mens andre forsøker seg i de letteste løypene. Kanskje er det noe i O-forbundets gamle slagord: Idrett for alle!

Sommerferiene reiser noen utenlands og kombinerer o-løp med ferie. De eldste har i flere år vært med på veteran-VM. Anne Sofie og Hans Larsen, Inger Døhlen, Gerd Kinneberg og Arne Bakkeløkken har til sammen funnet poster både i USA, Brasil, Australia og mange land i Europa.

Dameløperne fra 80-tallet holder fortsatt koken, og hevder seg i sine klasser.

Hva var de viktigste hendelsene i styret?

Styret har i denne perioden vært stabilt. Hovedmålet for styret har vært å ha fokus på rekruttering, turorientering og kartarbeid.

NM på hjemmebane i 2011

En helg i september stilte hele norgeseliten, og med det også verdenseliten, kompasskursen inn mot Gjerdrum. Anledningen var at Raumar arrangerte NM-uka, med langdistanse, mellomdistanse og stafett. I tillegg til at dagnadsgjengen hadde lagt ned utallige timer for at arrangementet skulle gå på skinner, var også et NM på hjemmebane noe våre løpere så fram til og trente mot. Terrengene var sperra og ulovlig å trene i, men terrengtypen var kjent, og man var fullt klar over hva slags utfordringer man sto overfor. At lyngen var høy og myrene bløte kom ikke som noen overraskelse.

Langdistanseløypene var som seg hør og bør tøffe, med starten ved skytterbanen i Ulvedalen og mål i bunnen av Kniplia. Underveis på sin vei mot seier og kongepokal var Olav Lundanes fra HaldenSK både øst og vest for Høgsmåsan, innom Ringdalshytta et par ganger, og måtte i tillegg forsere mange høydemeter rundt Klinthøgda i sin postjakt. I mål var verdensmesteren fra distansen i 2010 og 2012 suveren, og vant med 3:44 og 7:11 på Tyrvingløperne Audun Weltzien og Bjørn Ekeberg. Dameklassen ble vunnet av Mari Fasting, NTNUI, med Lillehammers Betty Ann Bjerkreim Nilsen og Bækkelagets Tone Wigemyr på de neste plassene. I yngre junior vant Gunvor Hov Høydal og Borger Melsom fra Fossum, mens Maren Jansson Haverstad fra Konnerud og vår egen Eskil Kinneberg vant eldre junior. GOL stilte med følgende 9 løpere:

H21: Magnus Svingheim, 41.plass

H19-20: Eskil Kinneberg, 1.plass

D19-20: Oda Wennemo, 6.plass, Trine Breen, 8.plass, Marie Hammer Håversen, 17.plass

H17-18: Magne Haga, 3.plass, Håvard Haga, 12.plass, Åsmund Wennemo 54.plass

D17-18: Line Maria Haugen Melby, 15.plass

Mellomdistanse og stafett gikk fra Rustad Gård, og også her ble fysikk og o-teknikk satt på prøve. Løypene gikk i terrenget mellom Gruvebakken, Leirduebanen i Holterallmenninga, Gimmildammen og Eltonåsen skole. Her ble det sekundstrid i H21 der Frols Lars Skjeset vant 1sekund foran Carl Waaler Kaas fra Bækkelaget, og Lillomarkas Gaute Hallan Steiwer på delt 3.plass med Audun Weltzien fra Tyrving. De fem første løperne kom innen 35 sekunder, og det var 2:31 ned til 20.plassen i løpet som ble vunnet på 36:47. D21 ble igjen vunnet av Mari Fasting, foran klubbveninne Bodil Holmström og superveteranen Hanne Sandstad fra Freidig. I juniorklassene ble det reprise-seire til Høydal, Melsom og Haverstad, mens Jo Forseth Indgaard fra Frol tok eldre junior for gutta.

GOL hadde også her 9 løpere på starten, og endte med 3medaljer:

H21: Øyvind Lund, 45.plass (etter 3.plass i kvalifiseringen)

H19-20: Eskil Kinneberg, 2.plass

D19-20: Oda Wennemo, 3.plass, Marie Hammer Håversen, 12.plass, Trine Breen, 15.plass

H17-18: Magne Haga, 2.plass, Håvard Haga, 16.plass, Åsmund Wennemo 52.plass

D17-18: Line Maria Haugen Melby, 24.plass

I tillegg røyk Magnus Svingheim ut med 11sekunder etter kvalifiseringen.

Stafetten ble som alltid tett, og endte med NTNUI-seier i dameklassen etter et durabelig spurtoppgjør med Halden. Mari Fasting endte følgelig opp med gull i alle tre distanser og ble NM-dronning. Konnerud tok bronzen. I herreklassen vant Halden med 44sekunder etter at ankermann Emil Wingstedt skaffet seg en luke inn mot arenapassering. 2.-6.plass ble et tett oppgjør, hvor Raumar og Eskil Kinneberg til slutt måtte gi tapt i medaljekampen og ta til takke med en litt sur, men sterk 5.plass. Kristiansand og Ås-UMB tok sølv og bronse.

GOL stilte med 6 herreløpere fordelt på Raumars 4 lag, og 3 damer fordelt på 2 lag.

Kart i Gjerdrum fra 1964 til nå

Orienteringskart i Gjerdrum gjennom 50 år.

Leder teknisk komité	1964-1975	Hans Larsen
(kartansvarlig)	1976-1976	Øystein Bergersen
	1978-1979	Georg Rosenberg
	1980-1986	Hans Larsen
	1987-1989	Asle Moe
	1990-1992	Roy Heitmann
	1993-1996	Olaf Moe
	1997	Morten Sørums
	1998-1999	Olaf Moe
	2000-2014	Aslak Kinneberg

Før 1950 fantes bare Norges geografiske oppmålings topografiske kart i 1:50000. Disse kartene var detaljfattige. De ga ofte et feil eller unøyaktig bilde av terrenget og førte til mye bomming, selv blant de beste o-løperne.

I begynnelsen av 1950-årene begynte noen av de store skogeierne å lage kart over skogområdene sine og en del av disse kartene var brukbare til orientering. I 1956-57 begynte man i Gjerdrum å arbeide med våre første spesiallagede orienteringskart. En av initiativtagerne til dette var Hans Larsen. De fikk tak i et kart over Gjerdrum Allmenning som de brukte som grunnlag og tegnet videre på. Kartet ble laget i sort/hvit i målestokk 1:20:000 og 10 meter ekvidistanse og var ferdig til KM for Romerike i 1958.

Etter hvert begynte man med flyfotografering. Når man tegnet kurvesystemet ble det benyttet stereoskop. Ved å studere to flybilder tatt i forskjellig vinkel gjennom stereoskopet fikk man en dybdevirkning og man kunne da tegne kurver som var like høyt over bakken. Optisk høydemåler ble også benyttet. Dette var grunnlaget for nytt økonomisk kartverk som kunne brukes som grunnlag for orienteringskart. Det ny økonomiske kartverket kom også i tre farger (sort, brunt og blått).

Gjerdrum o-lag ble stiftet i 1964 som en følge av at man trengte bedre økonomi til kartarbeidet. Kart kostet penger og i et fleridrettslag var det andre og større grupper som fikk mest tilskudd. Gjerdrum kommune lå heller ikke så langt framme når det gjaldt fremstilling av det nye økonomiske kartverket. Så hvis de skulle komme noe videre med trening og rekrutteringsarbeidet måtte de ordne opp selv.

Etter å ha stiftet o-laget bestilte de et kartgrunnlag, og nærmest la ut penger av egen lommebok, for å få dette til. Gjerdrum kommune støtte også bra opp i det videre arbeidet med kart.

I 1967 ble Gjerdrum o-lag's kart nummer en ferdig i målestokk 1:10000 og 5 meter ekvidistanse. Kartet dekket terrenget øst for Ulvddalen, nærmere bestemt Brådalsfjellet. Det samme området som ble benyttet under NM-uka i 2011 (mellomdistanse kval). Se bildene av de to kartene. De viser tydelig utviklingen av orienteringskart de siste 50 årene.



Gjerdrum o-lag's første kart fra 1967 over Brådalsfjellet og Kniplia



Gjerdrum o-lags kart over Brådalsfjellet og Kniplia til NM-uka i orientering 2011

Siden fortsatte de med å utvide kartet og i 1969 ble kart nummer to ferdig. Det dekket hele søndre del av Gjerdrum Almenning. Dette kartet ble brukt til KM for Romerike, Oppland og Hedemark i 1969 hvor det startet over 400 løpere. Videre kartplaner var nå nordre del av Allmenningen. Her hadde vi et samarbeid med Widerøe, og i 1970 var dette kartet ferdig.

Disse første orienteringskartene over Gjerdrum almenning var gode på denne tiden, men utviklingen gikk raskt, kravet til detaljer og kartnorm ble større. Etter 1974 har det også skjedd mye med utvikling av orienteringskart. Både fotooptiske maskiner for karttegning, flyfotografering, trykke- og fargeprosessen og papirkvaliteten ble forbedret. Den første internasjonale kartstandarden for 1:20000 kart kom i 1975 (ISOM1975).

I Gjerdrum o-lag satte men i gang arbeidet med neste generasjon orienteringskart. I løpet av 1970-årene ble det laget orienteringskart over Busterudvangen (1975), Bekkeberget (1976), Harasletta (1977) og Kniplia (1979). I GOL-nytt 1975/3 kan vi lese om synfaringsdugnad på Busterudvangen. Følgende løpere deltok : Harald Andresen, Hans Andersen, Inge Aksdal, Olaf

Moe, Per Olav Rustad, Leif Erling Aronsveen og Hans Larsen. Det var tydeligvis bra med kartkompetanse i klubben den gangen. Det ble bestemt at synfarere som tar på seg synfaringsoppdrag for o-laget, får halvparten av det en ekstern synfarer ville fått i lønn. Det resterende var dugnadsarbeid.

Med bedre grunnlag og større krav til detaljering ble kartene mer nøyaktige. Vanlig målestokk på denne tiden var 1:15000 med 5 meter ekvidistanse. Det hadde også blitt mer vanlig med fem farger på kartet i tillegg til svart, brunt og blått, var det også gult for åpne områder som dyrket mark og hogstfelt og grønt for tettere vegetasjon.

I løpet av 1980-årene ble kartene stadig bedre og bedre. Det kom en ny internasjonal kartstandard ISOM 1982 for kart i 1:15000. I Gjerdrum fortsatte vi å utvide og forbedre kartene våre. I 1981 ble det laget et flott kart over Buvannet og vestover mot Nittedal på 10 km². Per Olav Rustad, Terje Lindal og Hans Larsen sto for synfaring, mens Olaf Moe rentegnet kartet. Målestokken var 1:15000 og ekvidistansen var 5 meter.

Til NM-natt i 1985 ble det laget nytt kart over Trolsnesfjellet. Kartfirmaet Bakken og Helgesen fikk oppdraget med å lage kartet. NM-kartet kostet 82.000 kr. Vi fikk dekket en tredel av Statens Ungdoms- og Idrettskontor (STUI-midler), mens Gjerdrum kommune bidro med 20.000 kr. Resten ble dekket av o-laget i form av egne midler og dugnadsjobbing. Nytt kart over Busterudvangen ble ferdigstilt i 1988.

På 1990-tallet begynte kartene å bli mer detaljerte og målestokk 1:10000 ble mer og mer vanlig. Gjerdrum o-lag jobbet videre med oppdatering og revidering av kartene i Gjerdrum Almenning. Harasletta ble revidert i 1990 og på nytt igjen i 1993. To nyreviderte utgaver av Buvannet i 1:10000 og 1:15000 ble utgitt i 1992. Trolsnesfjellet ble revidert i 1995-96. Denne gang ble det trykt i målestokk 1:12500 som var et kompromiss mellom de vanlige målestokkene. Kartene våre begynte å bli så detaljerte at 1:15000 ble vanskelig å lese, mens 1:10000 dekket et for lite område. Gjerdrum o-lag var tidlig ute med å eksperimentere med denne utradisjonelle målestokken. Til Romeriksløpet i 1998 ble Kniplia-kartet revidert og trykt i målestokk 1:125000. Karttegninga ble satt bort til Kristen Trekrem som senere har blitt en av Norges mest anerkjente karttegnere. Han har siden tegnet og revidert mange kart for Gjerdrum o-lag. Revidering av Kniplia kostet klubben 76.000 kroner. Støtten fra kommunen var denne gangen kun på 9.000 kroner, noe som var mindre enn forventet.

Fra midten av 1990-tallet skjedde en ny liten revolusjon på kartfronten. Digitalisering og rentegning av kart på data. O-cad ble verktøyet for å tegne kartene. Isteden for å rentegne på plastfolier kunne man sende datafilene direkte til trykkeriet. O-laget fikk bygd opp en digitalisert kartdatabase over Gjerdrum Almenning, hvor nye kartområder ble lagt til etter hvert som de ble revidert eller nytegnet. Det ble også mye lettere å lage egne kartutsnitt til treninger og turorientering. Den store fordelene var at man kunne vedlikeholde kartdatabasen fortløpende og printe ut mindre opplag av kartene på fargeprinter, istedenfor å trykke opp større opplag som ganske fort gikk ut på dato. Til større løp ble kartene fortsatt trykket siden printkvaliteten på langt nær var like god som det trykte kartet.

I perioden 2000-2010 fikk Gjerdrum o-lag en god oppsving på rekrutteringen av nye unger og familier og det var stor aktivitet på treninger og løp. Det førte til at vi fikk enda større behov for å revidere kartene våre raskere. Trolsneskartet ble revidert til Østlandsmesterskapet i 2000. Busterudvangen ble revidert i 2002 og ble benyttet til KM i stafett året etter. Til Romeriksløpet i 2002 laget vi et nytt utsnitt av deler av Busterudvangen og Haraslettakartet. Det fikk navnet Dunderrabben etter en åsrygg vest for Ringdalsveien. Buvannetkartet som ble mye brukt til turorientering og treninger, ble revidert på nytt i 2004. I tillegg fikk vi et nytt kart, Gjermenningen som strakte seg nordover fra Buvannet-kartet. Kartene nærmest Veståsen og boligfeltene ble oftest brukt til treninger. Derfor ble disse områdene revidert fortløpende. Det ble utgitt nye nærmiljøkart over Kulsrudfjellet i 2005, Lysdammen i 2006 og Bekkeberget i 2008. Aslak Kinneberg sto for revidering av disse kartene som i stor grad ble finansiert av spillemidler.

I denne perioden fikk vi også mange nye familier fra Nannestad i klubben. For å gi all løperne våre bedre treningsforhold og muligens rekruttere enda flere fra nabokommunen startet vi i 2004 opp et nærkartprosjekt i Nannestad. Med 30.000 kr i støtte fra Lokal Agenda i Nannestad og 50% støtte i spillemidler startet laget vi fire nærkart og fire skolegårdskart over Eltonåsen, Åsgreina, Preståsen og Maura. Totalt budsjett var på ca. 275.000 kr til sammen. Synfaring av de fire nærkartene tok Fredrik Ødemarksbakken fra Hurdal seg av, mens Aslak Kinneberg rentegnet kartene og lagde de fire skolegårdskartene. Alle kartene ble ferdige i 2006. Året etter i 2007

resynfarte vi, ved hjelp av kartegner Kristen Treekrem, de sentrale delene av Preståsen kartet til Romerikssprinten fra Preståsen skole.

I 2008 søkte vi Sparebankstiftelsen DNB om midler til å utvide kartbasen vår i Nannestad, slik at vi kunne starte opp med turorientering her også, på samme måte som i Gjerdrum. Vi hadde allerede kjørt et prøveprosjekt et par år med ganske bra oppslutning. Gleden var stor da vi ble tildelt 265 000 kr til dette prosjektet.

“Gjerdrum Orienteringslag får 265 000 kroner til kart til turorientering på Nannestad.

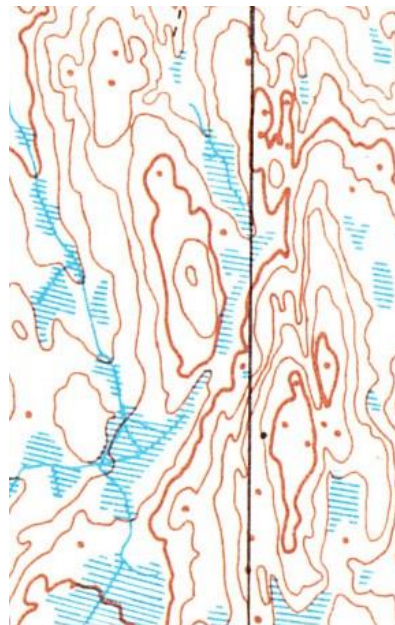
Gjerdum orienteringslag er et aktivt o-lag på øvre romerrike. Hvert år arrangerer de turorienteringsopplegget Postfinner'n i Gjerdrumsmarka. De to siste år er tilsvarende opplegg kjørt som et prøveprosjekt i Nannestad. Prosjektet har er populært og favner unge, eldre, mosjonister og godt trene. For å videreføre prosjektet trengs kartene å utvides. Dette bidrar Sparebankstiftelsen DNB med gave til”, het det i tildelingsdokumentet

Kartutviklingen i Gjerdrum de siste 60 årene.

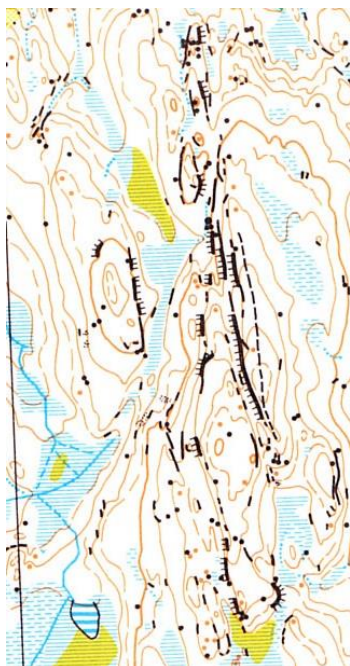
Utsnittet er for et område vest for Overhogstmåsan.



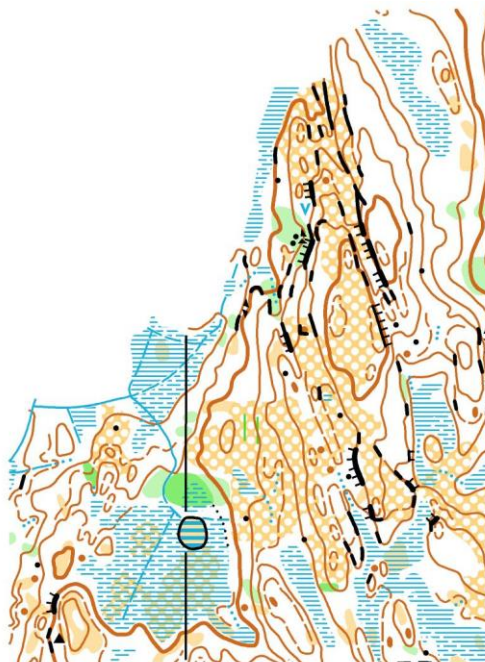
Gammelt kart over området. Kartet er grovt og gir et unøyaktig bilde av terrenget.



Kartet er fra 1969. Nå er kurvebildet blitt mye bedre.



Kartet er fra 1979. Nye konstruksjoner gir bedre kurvebilde og mye større detaljethet



Kartet er fra 2011. Laserscannede høydekurver gir et nøyaktigere bilde av terrenget. Vegetasjon har kommet tydeligere fram og kartet er bedre lesbart.

Vi startet opp med tre nærkart med utgangspunkt i skianlegget i Nordåsen. Kartene Dansehella, Honsjøen og Solliia danner til sammen kartet Nordåsen. Det er på ca. 9 km² og brukes flittig til tur-orientering. Vi arrangerte også Romeriksløpet med innlagt KM der i 2010. Videre ble kartet benyttet til O-troll-leir for rekruttene i 2013. Totalt budsjett for de tre kartene var på 240.000 kr. Synfaring og rentegning ble utført av Kristen Treekrem med litt hjelp av Aslak Kinneberg.

Vi har også laget et lite kart, Åmodtsbråtan over ravineterrenget rundt Møllebakkene. Kartet ble brukt som fortrening til NM langdistanse i 2010, som gikk i tilsvarende ravineterreng syd for Øyeren. Både klubbens løpere og løpere fra andre klubber i Oslo hadde bra utbytte av å trene i det spesielle terrenget. Kartet ble synfart og rentegnet av Aslak Kinneberg.

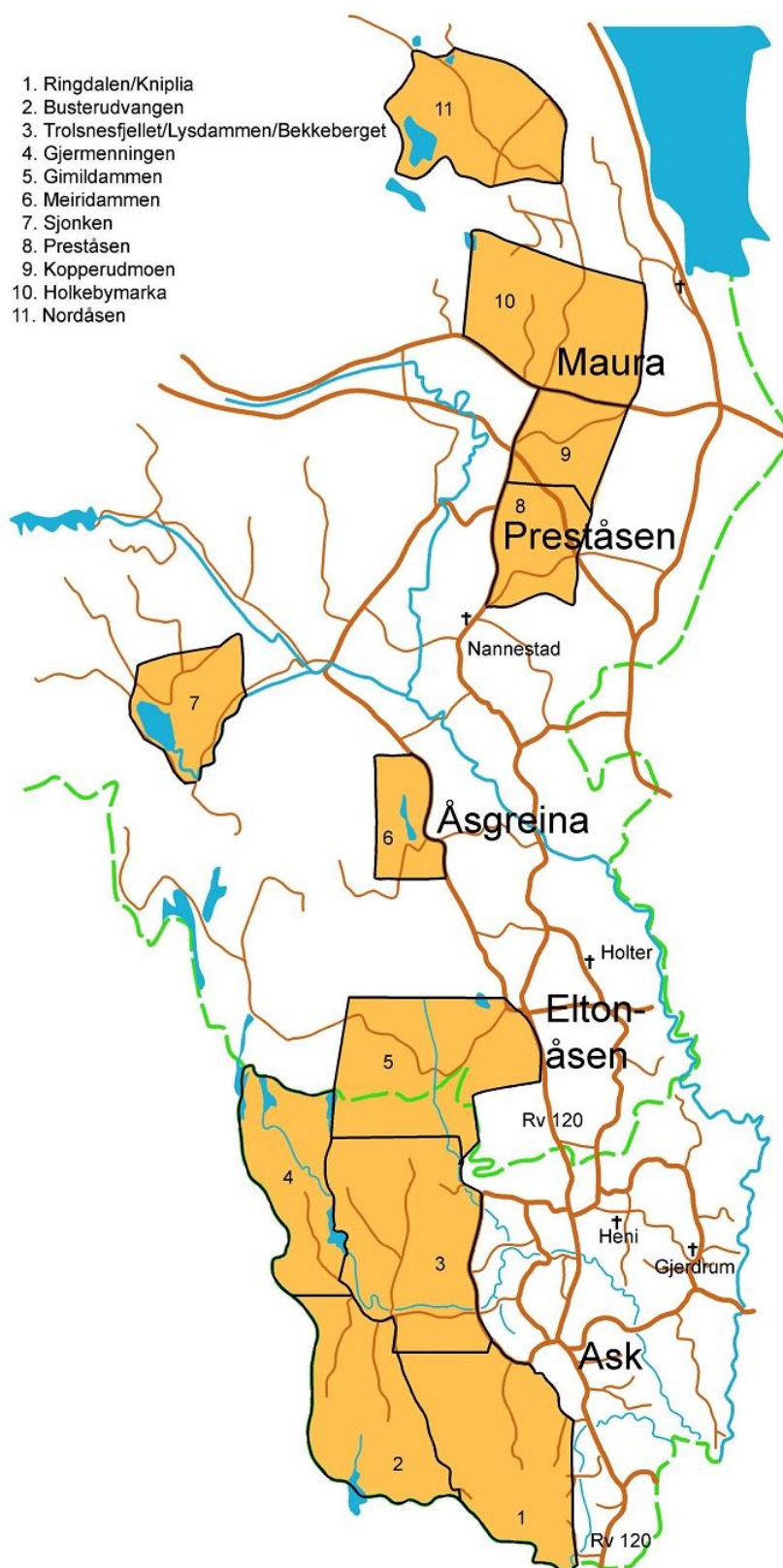
Da Raumar orientering med Gjerdrum o-lag som initiativtagere, ble tildelt NM-uka i 2011 begynte vi å se på mulige terreng og samlingsplasser. Et av valgene falt på Eltonåsen og Gimildammen. Dette område hadde stått på kartplanene våre flere ganger tidligere. Nå dro vi nytte av synergieffekten med kartprosjektet i Nannestad og kunne realisere et helt nytt kart over dette området. Kartet ble benyttet til NM mellomdistanse og NM stafett fra Rustad gård. Året etter ble kartet Gimildammen utvidet med et par km², slik at det dekker hele området fra Eltonåsen og inn til Stråbjørn. Kartet ble også splittet opp i to A3-kart som heter Gimildammen og Eltonåsen. Eltonåsen ble benyttet til KM I 2012 fra Eltonåsen skole.

Den andre samlingsplassen under NM-uka ble lagt til Kniplia. Her ble kartet Brådalsfjellet revidert med blandt annet tildelte midler fra idrettsrådet. Brådalsfjellet var Gjerdrum o-lag's første kart (se eget utsnitt) og var ikke benyttet siden 1970-tallet. I tillegg reviderte vi i samarbeid med Nittedal o-lag og Østmarka o-klubb hele det gamle kartet Ringnesmarka som strekker seg helt ned til Skedsmokorset. Sammen med søndre delen av Kniplia-kartet og Busterudvangen dannet det NM-kartet Ringdalen. Tidligere kart over området var fra 1992-2002. Ringdalen-kartet ble benyttet til NM langdistanse, mens NM mellom kvalifisering gikk på Brådalsfjellet.

Siden NM-uka skulle gå i Gjerdrum tok Gjerdrum o-lag på seg å produsere og finansiere alle kartene til NM-uka. Totalt budsjett for NM kartene ble på 580.000 kr. Alle de store kartprosjektene til NM tæret grovt på o-lagets likviditet, men kartprosjektene ble gjennomført etter planen. Kartene ble finansiert ved hjelp av spillemidler og, arrangementsstøtte fra Gjerdrum kommune på 75 000 kr. Sammen med salg av kart til NM-uka, momsrefusjoner og en stor dugnadsinnsats (kartkonstruksjon og administrasjon) ble kartprosjektet svært vellykket og det belastet ikke klubbens regnskap. Kartprosjektet viste tvert i mot et lite overskudd som kommer godt med til senere revisjoner av kartene. Alle NM kartene ble tegnet av Kristen Treekrem som etter hvert begynner å bli godt kjent i Gjerdrumsmarka.

I 2013 laget vi et lite kart over Sjonken i Nannestad til turorientering. Dette kartet er utvidet og dekker nå hele området innenfor bilvegen rundt Bjertnessjøen og litt til. Kartet er synfart og rentegnet av Aslak Kinneberg. Høsten 2013 søkte vi på ny Sparebankstiftelsen om midler til et samarbeidsprosjekt med Nannestad historielag. Gjerdrum o-lag skal lage et nytt turorienteringskart over Holkebymarka i Nannestad, mens historielaget skal kartlegge kulturminner i området. Dette vil bli fine tilleggsopplysninger for turorientererne og kan også benyttes til undervisning i skolen. Vi ble tildelt 90.000 kr og kartprosjektet er godt igang. Synfaring gjøres av Fredrik Ødemarksbakken, mens Aslak Kinneberg skal rentegne kartet. Kartet er planlagt ferdig i løpet av 2014.

Gjerdrum o-lag's kart



Oversikt over GOLs kart

Skolekart og turkart

Gjerdrum o-lag lager ikke bare spesialkart for orientering. For at skolene skal kunne drive pålagt opplæring i bruk av kart og kompass, har vi laget egne skolekart for både Gjerdrum og Veståsen barneskole. Allerede i 1979 ble det første skolekartet laget på Ask og i 1983 lagde vi et nytt skolekart over Veståsen skole. Skolekartene blir laget i større målestokk enn vanlige orienteringskart. Gerne i 1:1000 eller 1:2000. De er letteste og har med detaljer som lykestolper, lekeapparater og enkeltstående trær og egner seg godt til nybegynneropplæring. Skolekartene i Gjerdrum ble revidert i år 2000 med støtte fra Gjerdrum kommune og spillemidler.

I 2014 lager vi et helt nytt nærkart over de sentrale delene av Gjerdrum. Kartet lages etter sprintnormen i 1:5000 og strekker seg fra Gisti i nord til Nystulia sør i bygda. Kartet skal brukes til enkelt turorientering, en inngangsport til våre andre orienteringsaktiviteter. I anledning 50 års jubileet har vi tenkt å sette ut 50 faste "poster" som passer fint for skolene, mosjonister og turgåere uten særlig erfaring med bruk av kart og kompass. Håpet er at flere av disse får smaken på orientering og fortsetter med turorientering eller blir med på treninger og løp.

Ideen er plukket opp fra andre lignende tilbud som "Hitta ut" i Sverige, "Fresk i Sarp" <http://freskefolk.no/> og "Sprek i Gjøvik" <http://www.sprekigjovik.no/>, hvor man har fått stor respons på oppleggene. Vi har søkt om 56 000 kr i spillemidler og fått 20 000 kr i støtte fra Gjerdrum kommune. Totalt budsjett for hele kartet er på ca. 100 000 kr. Aslak Kinneberg står for synfaring og rentegning.

Vi har også flere rene turkart. Allerede i 1971 lagde vi et turkart over Skedsmo-marka og Gjerdrum Almenning syd i målestokk 1:20000. I 1988 kom det ut en vinterutgave av Gjerdrum almenning syd i 1:25000 som også ble benyttet til ski-orienterings aktiviteter. I 2010 laget vi i samarbeid med Nittedal o-lag og Østmarka o-klubb et nytt skikart som dekket hele Romeriksåsen. Vi satte sammen våre digitaliserte kartdatabaser, fjernet en del unødvendige detaljer og laget et flott skikart i målestokk 1:30.000. Kartet er til salgs i sportsforetninger og på serveringshyttene på Romeriksåsen.

Neste generasjon orienteringskart

Nye metoder for å framstille kartgrunnlagene gjør at orienteringskartene stadig blir mer nøyaktig. Bruk av GPS utstyr av forskjellige typer krever også at kartene er nøyaktige. NM-kartene over Gimildammen/Eltonåsen og Brådalsfjellet/Ringdalen ble produsert ved hjelp av laserscannet kurvegrunnlag.

Laserhøydemåling eller laserscanning (LIDAR) foretas fra fly, gjerne med lavere flyhøyde enn for fotogrammetrisk kartlegging. Data fra laserhøydemåling benyttes for å generere høydekurver. Rådataene kan også gi informasjon om vegetasjon og kan benyttes til å trekke ut interessante vegetasjonsdetaljer for o-kartgrunnlag.

Disse kartene er starten på en total revidering av alle våre kart i Gjerdrumsmarka. I løpet av de kommende årene vil vi få opparbeidet en ny og mer nøyaktig o-kartbase ut i fra nytt laserscannet høydekurvegrunnlag. Nye laserhøydemålinger ble gjort i 2013 over hele Gjerdrum kommune og i løpet av året vil vi få tilgang til disse. Da er det bare å gå i gang med revideringer av eksisterende o-kartbase.

O-kart en omstendelig prosess.

Kartarbeidet i klubben er en omfattende prosess og mye administrasjon. Hvert kartprosjekt krever nøye planlegging og oppfølging og er ganske tidkrevende. Først må et nytt kartprosjekt meldes inn til kommunen slik at det blir en del av kommunedelplanen. Det er et krav for at man skal kunne søke spillemidler på kartet. For å få idrettsfunksjonell godkjenning av prosjektet må det innhentes forhåndsgodkjenning av både orienteringskretsen og kommunen.

Etter at kartprosjektet er planlagt i detalj og konstruksjon, synfaring og rentegning er avtalt, kan man begynne å tenke på spillemiddelsøknad. Denne fylles nå ut via internett. Det må lages et detaljert regnskap og alle nødvendige bilag skal følge med søknaden. Når søknaden er godkjent kan kartprosjektet begynne.

Konstruksjon, synfaring og rentegning må følges opp og koordineres. Før kartet skal ferdigstilles må vi utføre en egen intern kartkontroll for å fjerne alle små feil og unøyaktigheter på kartet. Synfarer tar en siste runde på kartet og kretsens kontrollør skal inn å godkjenne arbeidet.

Til større løp trykker vi opp et opplag av kartet ellers skal det inngå i o-lagets digitale kartbase hvor vi kan printe ut kart eller kartutsnitt etter behov. Før trykking kan man også selge inn reklame både på forsiden og baksiden av kartene.

I etterkant skal spillemiddelsøknaden følges opp. Først må vi jobbe for å få prioritert den i kommunen slik at vi også får den inn på fylkeskommunen sin prioriterte liste. Dette kan godt ta et par år avhengig av hvor mange andre anlegg som er i gang samtidig. I tillegg skal det også søkes om refusjon for merverdiavgift. Fra et kartprosjekt starter opp til kartet er ferdig og regnskapet gjort opp kan det godt gå 2-4 år.

Tur-o i Gjerdrum fra 1964 til nå

Turorientering er et mosjonstilbud for alle som liker turer i skog og mark. Postene kan du finne når du vil, og i den rekkefølgen du vil, alene eller med familie og venner. Du kan gå tur, jogge eller løpe. Dette er en flott måte å bli kjent i marka på – kom i form samtidig som du har det morsomt.

I o-lagets 50 år lange historie er turorientering blitt arrangert i to perioder. Den første perioden var fra 1972- 1977. Etter en pause starta man opp igjen i 1988.

Første periode:

Det var styret i klubben som var ansvarlige, men det meste ble ordna av Hans Larsen. Det ble brukt to kart – Kniplia og Trolsnesfjellet. Det sistnevnte kartet var laget av Fjellanger Widerøe, og dekket ikke bare dagens Trolsnesfjelletkart, men også områder vestover mot Nittedal.

Postene ble tegnet på kartene de første årene. Som hjelp ble det også brukt ei plastplate der man boret ut hull til postene, slik at man hadde en mal. Kartene og malen ble lagt i "en ramme" med et rettvisklet hjørne, så tegnet man postene inn på kartene.

Det var 60 poster med 30 på hvert kart og sesongen var delt i to. 30 vårposter og 30 høstposter. I terrenget ble postene markert med plater av oljeherdet huntonitt. Platene var 40x40 cm store og var malt som o-flagg (rødt og hvitt). På postene var det gammeldagse klippetenger (disse klippet hull med form som hjerter, ruter og spar osv.). Salget av konvolutter skjedde fra kiosken på Ask (rett ved der «Hos nabo'n» er nå). Deltagerantallet varierte, men lå på om lag 25-30 hvert år. Det ble delt ut merker i tre valører, og alle som hadde fullført 5 år fikk bronseplakett.

Det ble etter hvert mye motstand mot turorienteringa fra andre brukere av marka, og klubben la derfor denne aktiviteten på hylla.

Fra 1988:

Olav Ulven og Ola Kroken starta opp igjen med turorientering i Gjerdrum i 1988. De brukte to kart pr sesong – Busterudvangen og Trolsnesfjellet veksle med Kniplia og Buvann. Hvert år ble det satt ut 60 poster fordelt med 30 på hvert kart. Sesongen var delt i to, med 40 poster på våren/forsommeren og 20 på høsten.

Det første året trykte de postene på kartene med en egen løypepåttrykker. De neste årene fikk turorientererne svart/hvit- kopi av kart med inntegna poster, og måtte selv overføre postene til originalkartene som også lå i konvolutten. Postene var markert i terrenget med oransje og hvite postflagg og stifteklemmer (med ulike mønster) til bruk på startkorta.

Kunnskap om geologi, flora og fauna, bruken av utmarka gjennom tidene og navn på steder og terrengformer har vært samlet og lagt i konvoluttene og også vært tema på sesongavslutningene. Her var Rolf Brotnov til stor hjelp.

Vi har også trykt stedsnavn på kartene som blir brukt til turorientering.

Fra 2001 ble det ferdigtrykte kart i konvoluttene. Vi veksle mellom å bruke Kniplia og Gjermenningen/Buvannet/Spikertjern det ene året og Busterudvangen og Trolsnesfjellet det andre året. Vi hadde også samarbeid med Frogner IL om turposter i Hexebergfjellet. I tillegg brukte vi Veståsenkartet hvert år fra 1999. På dette kartet var det poster som var litt enklere å finne, lettere terreng og kortere mellom postene, særlig beregnet på barn og nybegynnere. Postene på Veståsenkartet sto ute hele sesongen.

Postfinner'n

I 2001 ble det utlyst navnekonkurranse. Hva skulle turorienteringa vår hete? Det kom inn flere forslag, og Joakim Aardal sitt "Postfinner'n" vant. Han fikk neste års tur-o-konvolutt i premie. Fra 2002 het altså turorienteringa i Gjerdrum «Postfinner'n».

Poster og poeng:

Postene har gitt ulike poeng ut fra både vanskegrad og tilgjengelighet. Hvert år har det vært fem ekstraposter på åpningsdagen, kaffepost, månedsposter og o-karuseller/treningsløp som har gitt ekstra poeng.

Månedsposter:

Disse har som oftest vært lagt til lokalhistoriske steder i allmenningen, eller steder som gir spesielle naturopplevelser. Både vanger, topper, gamle tråkk, tjern, branntårn, hytter, spesielle steinformasjoner og trær har vært benytta. De første månedspostene ble hengt ut i 2004.

Barneturorientering,:

Vi arrangerte egen barneturorientering i 2008 til 2011. Dette var et eget opplegg med poster som var lett tilgjengelige for små barneføtter. Vi brukte kartutsnitt rundt lysløypa, Spikertjern, Lysdammen og Busterudvangen. Det var rundt 15 poster hvert år. Deltagelsen var ikke så stor, og etter at vi begynte med nærtrimpostene ble det slutt på Barneturorienteringa.

Både sykkelorientering/ «Bli kjent i bygda» og skiturorientering har vært prøvd, men bare med et år på hver. Liten deltagelse og mye jobb.

Nannestad fra 2007 :

I 2007 starta vi opp med turorientering i Nannestad. Flere av våre aktive hører hjemme her og det er mye fint turterreng. Svein Knutsen og Knut Amund Skatvedt dro det hele i gang, med god hjelp fra andre GOL-medlemmer. Oppslutningen har variert noe.

I 2012 hadde vi noen felles poster for turorienteringa i både Gjerdrum og Nannestad (Eltonåsenkartet), og i 2013 valgte vi å slå sammen de to oppleggene. Vi har poster i begge kommunene, åpningsdag på begge steder og nærtrimopplegg flere steder i de to kommunene. Dette var vellykket det første året, så vi satser på å utvikle dette videre.

Nærtrim fra 2012:

I 2012 starta vi med et nærtrimopplegg. Dette var en infobrosjyre om Postfinner'n og kartutsnitt med lett tilgjengelige poster på. De som tok et visst antall poster og sendte inn, var med i trekningen av premier. Vi har hatt nærtrimposter ved Kniplia, Lysdammen, Veståsen, Eltonåsen, Meieridammen, Preståsen og Maura. På nærtrimopplegget er det mange barn som deltar, og deltagerantallet økte mye fra 2012 til 2013. Dette er et lavterskeltilbud som vi bør fortsette med.

Salgssteder:

I tillegg til salg på åpningsdagene har man kunnet kjøpe tur-o-konvoluttene på nærbutikken, bensinstasjonen eller kiosken.

Samarbeid med andre aktører:

O-laget har på åpningsdager, kaffeposter og sesongavslutninger samarbeida med Historielaget, 4H, Jeger- og fiskerforeningen og Speider'n. Det er fint å kunne samarbeide på tvers av lag og foreninger i bygda, og dette kommer vi sikkert til å gjøre i framtida også. I 2008 arrangerte Viken skog skogdag i Gjerdrum allmenning, og vi var med. Vi hadde da Finn-fram-dag-aktiviteter ved Lysdammen.

Markedsføring:

Vi har opp gjennom årene brukt ulike kanaler til å informere om turorienteringsopplegget. I starten var det info i avisene, plakater på butikkene og lapper i postkassene. Etter hvert ble også kommunens infoblad, "Over Skigarden" og kommunens hjemmesider benytta. De siste 10 årene har vi også gitt ut info om o-lagets tilbud som en liten brosjyre til skoleelevene og noen ganger også lagt i alle postkassene i bygda.

Åpningsdager

A-brua har vært benyttet til de fleste åpningsdagene. Her er det god parkeringsplass, lett å lage til ulike Finn-ram-aktiviteter og ikke minst – de fleste i Gjerdrum starter skogsturene sine her. På åpningsdagene har man kunnet kjøpe deltagerkonvolutt, ekstra klippekort, ta de fem åpningspostene, få enkel instruksjon i kart og kompass, treffe andre turorienterere og medlemmer av GOL og kose seg med kaffe og kaker (en fast tradisjon – o-laget spanderer!)

Både Lysdammen og Veståsen har også fungert som åpningsdagssteder.

Nannestad: her har skistadion i Åsgreina, Preståsen skole og Eltonåsen skole vært benytta.

Kaffeposter:

Den første kaffeposten var på Busterudvangen i 1995. Svein Knutsen var en av arrangørene, og kan berette om fullt hus (55 frammøtte).

Siden har vi hatt kaffepost hvert år, ofte en søndag i august/september. Noen ganger har vi samarbeida med Gjerdrum historielag.

Fra 2009 har vi flytta kaffeposten til juni. I samarbeid med de ansvarlige for o-rekruttene i o-laget har vi arrangert Finn-ram-dag (fra 2008). Da har det vært ulike o-aktiviteter som foto-orientering, o-sti, spurtrunde osv.

Tur på nett (TurOrientering.no):

Fra 2009 har vi brukt NOF sitt tilbud om turorientering på nett. Her kan deltagerne registrere sine klipp, se statistikker, lese tur-o-blogger, skrive ut kart med poster og mye mer.

Avslutninger:

Etter endt sesong har deltagerne sendt inn klippekortene. Så har det vært utdeling av merker på klubbkvelder eller egne tur-o-avslutninger. De første ble holdt på Sole bad (Gjerdrum sanitetsforenings bad, der hvor Kinarestauranten er nå). Så brukte vi Ungdomsskolen og fra 1992 på Grøkul.

Innimellom har også kjeller'n på Aldershjemmet, og hjemme hos Ola Kroken blitt benyttet, kan vi lese i gamle årsberetninger. På disse avslutningene var det ofte film fra årets o-sesong (ved Harald Andresen), underholdning ved de aktive i o-laget, premieutdeling fra klubbmesterskap, rankingpokaler, innsatspokal og turorienteringsmerker og – plaketter. Kaffespleis og loddsalg hørte også med. De første årene var det bingo i stedet for loddsalg.

Fra 2008 har vi hatt egen turorienteringsavslutning. Vi har vært på Busterudvangen i flere år. Så har det vært A-brua, Henivangen og i 2013 Hundremeterskogen ved Veståsen skole.

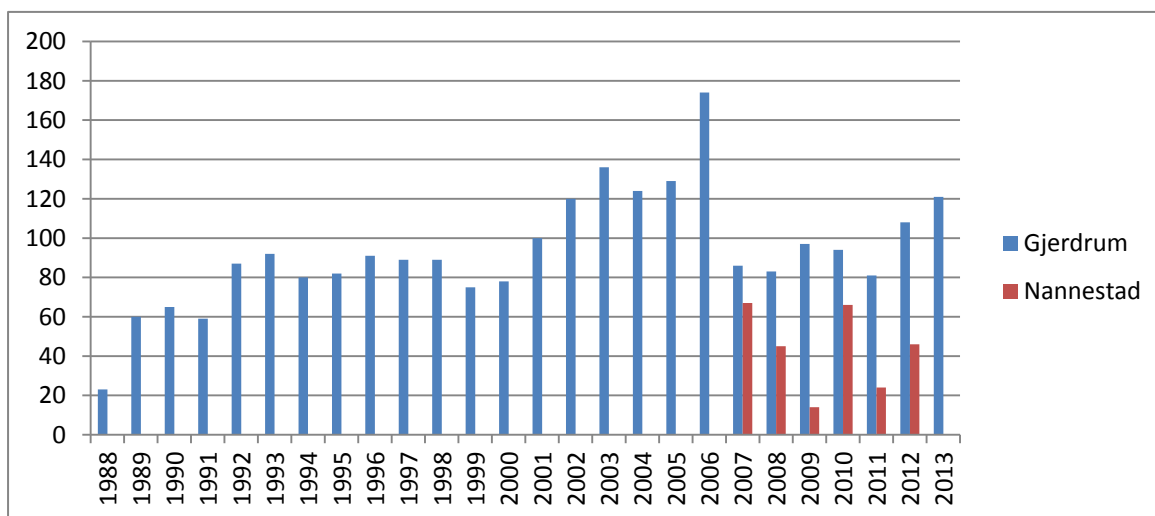
Følgende har vært medlemmer i turokomiteen

Hans Larsen, Ola Kroken, Olav Ulven, Anne Berit Moe, Marit Håkonsen, Per Olav Rustad, Linda Loughran, Hans Arne Borlaug, Svein Knutsen, Lene Kinneberg, Birgit Vegheim, Marit Moe, Turid Bølstad Martinsen, Olaf Moe, Anne Grethe Rustad, Knut Amund Skatvedt, Nina Lødeng, Morten Sørum, Liv Bakken Haga og Arve Aardal.

Deltagere og utmerkelser:



Oversikt over antall solgte turorienteringskonvolutter:



Ledere i o-laget



Lederne samlet til en jubileumsmiddag på Gjerdrum kulturhus den 10. april 2014. B.v. Asbjørn Næss, Lars Vidvei, Olav Ulven, Inger Døhlen, Arve Aardal, Ole Harald Slemdal. F.v. Niels Sørensen, Aslak Kinneberg, Hans Larsen

Et av de aller viktigste delene i et hvert lag er ledervervet. Personen som tar ledervervet driver mye av laget, har mye ansvar og mange muligheter til å utvikle laget. Vi har hatt gleden av å ha ni flotte ledere i laget vårt som alle har satt sitt spor og bragt Gjerdrum o-lag videre. Vi fikk samlet alle lederne gjennom 50 år på Kulturhuset i Gjerdrum før utgivelse av denne boken. Det ble en hyggelig sammenkomst med mye god mimring. Lenger bak finner du også et intervju med hver og en av dem.

De ni lederne i Gjerdrum o-lag har de første 50 årene vært:

17 år som leder	Hans Larsen
11 år som leder	Arve Aardal
7 år som leder	Aslak Kinneberg
5 år som leder	Ole Harald Slemdal
4 år som leder	Asbjørn Ness
2 år som leder	Inger Døhlen
2 år som leder	Niels Sørensen
2 år som leder	Olav Ulven
1 år som leder	Lars Vidvei



Under middagen blar Niels litt i gamle styremøtereferater fra hans tid som leder.



Bilde til venstre: Asbjørn og Olav studerer statistikken. Bilde til høyre: Ole Harald leser om Solo-festen i 1978.

Under ser vi lederne stilt opp i "stigende" rekkefølge fra første leder, Hans, til nåværende leder, Aslak.



F.v. Hans Larsen, Niels Sørensen, Asbjørn Næss, Inger Døhlen, Olav Ulven, Ole Harald Slemdal, Arve Aardal, Lars Vidvei og Aslak Kinneberg.



Hans Larsen, leder 1964-1975, 1978-1980 og 1989-1990

Født: 1933
Oppvekststed: Gjerdrum (Hans har bodd i Gjerdrum stort sett hele livet, "litt rundt omkring" i bygda før de flytta til Bråtesletta (huset i krysset der Frognervegen tar av). Der bodde han med mor, far og fire søsken. Far Sverre var ivrig musiker, og startet Gjerdrum skolekorps i 1961.)

Hans Larsen har i tillegg til å være den mest drivende i GOL, også vært leder for Romerike o-krets (1969-1970 og 1973-1974), og styremedlem der i 15 år (som kasserer, nestleder og leder for teknisk komité). Hans var også leder for Raumar o-lag i 1995-1997 og styremedlem der fra 1998 til 2003. Hans Larsen mottok hederspris fra IKU Gjerdrum i 1993 og frivillighetsprisen fra Akershus idrettskrets i 1996. Vi kan jo også nevne at han av o-løpsresultater blant annet har klasseseier sammenlagt i O-Ringen fra 1979.

Hva slags o-bakgrunn hadde du da du ble valgt som leder?

Jeg startet med orientering i 1951 og var også leder i o-gruppen i idrettslaget, ble også valgt inn som nestleder i Romerike o-krets. Der ble det arrangert flere kurs som jeg var med på, så som løypeleggerkurs, synfaring-, trening- og arrangørkurs, samt flere år med deltagelse i o-løp, så jeg hadde skaffet meg et godt grunnlag. Etter hvert ble det jo kartarbeid, arrangement, løypelegging og kurs for nybegynnere, dette var arbeid jeg likte.

Hva motiverte deg til å bli leder i GOL?

Jeg syntes det var et givendes arbeid. Jeg liker å se resultater av det en driver med, så det å få med seg et voksende medlemstall, nye rekrutter og et godt miljø er noe som motiverer meg som leder.

Hvordan synes du det var å være leder i GOL?

Vi ble etter hvert en stor klubb og vi fikk flinke folk på de forskjellige oppgavene. Dette gjorde jo jobben lettere etter hvert. Det var flere som tok kurs slik at laget fikk flere ben å stå på, dette gjorde at jeg kunne bruke mye tid på instruksjon og oppfølging av nybegynnere i skogen. Det er et arbeid jeg har satt høyt, en nybegynner skal føle seg trygg med det en gjør.

Hva var din styrke og svakhet som leder?

Jeg kjenner orienteringen godt etter flere år i klubben og ikke minst arbeidet i kretsen. Likeledes at en kjenner kanalene opp til krets og forbund. Det er alltid en styrke. Svakheter er nok mange, men jeg overlot nok for lite til medarbeidere, men etter hvert tok jeg dem med, både for at de skulle lære og at de kunne fortsette med arbeidet alene, noe som de også syntes var givendes.

Har du hatt andre verv i GOL?

Har hatt stort sett alt, men tror ikke jeg har vært kasserer.

Hva med din innsats i o-løypa?

Det ble mye administrasjon etter at o-laget startet og med familie måtte en prioritere. Så da ble det o-laget og familien. Så løpingen ble mer på hobby. Jeg trives med løypelegging, kartarbeid, arrangement og ikke minst opplæring av nye løpere. Men som løper på mine gamle dager hevder jeg meg ganske bra.



Arve Aardal, leder 1996-2006

Født: 1950
Oppvekststed: Horten

Arve er den som har vært leder i flest år foruten grunnleggeren Hans Larsen, hele 11 år. Arve er også kanskje den som har vært mest strukturert og ryddig som leder, og bl.a. statistikken bakerst i boken kan vi takke Arve mye for.

Hva slags o-bakgrunn hadde du da du ble valgt som leder?

Nei, egentlig ingenting. Hovedgrunnen til at jeg ble valgt, var nok at jeg hadde ledererfaring fra diverse andre foreninger tidligere, og dette var det o-folk i Gjerdrum som kjente til.

Men jeg har alltid helt fra tidlig barndom likt å være ute i naturen både sommer og vinter, så jeg hadde tidlig en relativt god kondis. I militæret havnet jeg i et kompani som drev oss hardt, og da presterte jeg å bli kompanimester i orientering. I seg selv er jo ikke dette noe å skryte av, men han som ble nummer to ble visst Vestlandsmester et par år etterpå (og han ble sur fordi jeg slo ham).



I studietida på Blindern var vi en gjeng som jevnlig lagde o-løyper for hverandre i Nordmarka og løp dermed uhøytidelige o-løp nesten hver uke en periode.

Helt fra studietida på 70-tallet og til i dag har jeg drevet med turorientering, først i Nordmarka hos Nydalen, så i Lillomarka og litt hos O-52 i Østmarka, før jeg kom til Gjerdrum og begynte selvfølgelig med tur-o også her. Det var gjennom tur-o jeg ble rekruttert som medlem i GOL. For øvrig har jeg ikke vært medlem av noe annet o-lag.

Hva motiverte deg til å bli leder i GOL?

Jeg har tidlig merket at det er gjennom felles dugnader og styrearbeid at jeg lettest blir kjent med nye folk, og jeg har fra tidligere oppdaget at jeg synes det er artig å være med på å bestemme. Dessuten synes jeg at flest mulig medlemmer bør ta sin del av ansvaret for laget og delta aktivt i alle fall i perioder.

Jeg var vel ikke så veldig motivert for å bli leder akkurat da siden jeg var relativt fersk i o-laget, men siden Ole Harald blånektet på å fortsette, og det ikke var noen andre frivillige, lot jeg meg overtale idet jeg stolte på forsikringer fra sentrale medlemmer om at jeg skulle få hjelp.

Jeg ville også være aktiv i noe som jeg gjerne ville at mine to sønner skulle være aktive i.

Hvordan synes du det var å være leder i GOL?

Jeg synes det var artig, stort sett. Det var i perioder litt slitsomt med møter i regi av O-kretsen, NOF, Idrettsrådet, Raumar, osv., men dette ga jo en grei oversikt over hva som skjedde og hva som ble planlagt, så det var lærerikt. Dessuten ga det oss store muligheter for å påvirke ting slik at det ble gunstig for GOL, så dette var nok noe medvirkende til at GOL på denne tid vokste og blomstret, og dessuten ble det dominerende lokallaget i Raumar.

Jeg ble jo gjennom lederjobben også kjent med mange nye personer, i alle fall ble det tydelig mange flere som visste hvem jeg var.

Raumar var jo under etablering i min ledertid, og det var mange diskusjoner om forholdet mellom Raumar og lokallagene. Jeg var fast bestemt på at lokallagene skulle bestå, og også bestemt på at jeg ville konsentrere min innsats om GOL.

Hva var din styrke og svakhet som leder?

Jeg mener at en leder først og fremst skal få andre til å bli gode uten å framheve seg selv. Jeg var heldig og hadde mange gode folk både i styret og i komiteene, og dette var også medvirkende til at GOL hadde god framgang.

En svakhet er nok at jeg har litt for lett til å ta på meg oppgaver som andre burde tatt, men det er ikke alltid like lett å overtale folk, så dermed er det lettest å gjøre det selv.

En annen styrke av mer personlig art, er at jeg er et ordensmenneske og gjerne vil at alt er i orden og forutsigbart. Jeg tror at GOL i min tid hadde orden på det meste, men det er vel andre som må bedømme det.

Har du hatt andre verv i GOL?

Jeg gikk rett fra ledervervet til å bli kasserer og det var jeg i fire år. Jeg var også leder i hyttekomiteen i tre år fra 2008. Jeg var en sentral person i å bygge opp GrøKul fritidshus i 1991/1992, først som representant for Kulsrudfjellet vel og siden som GOLs representant i styret, noe jeg fortsatt er.

De siste par åra har jeg vært med i tur-o komiteen, så dermed nærmer det seg vel 20 år med innsats for GOL.

Hva med din innsats i o-løypa?

Nei, den er ikke mye å skryte av. Jeg ble jo på en måte dratt med av Joakim og Eivind når de begynte å konkurrere, og jeg syntes jo det var gøy. Det er jo alltid noen å sammenligne seg med slik at vi for eksempel kan konkurrere om å unngå sisteplassen i klassen.

I en ti-års periode var vel vi en av de familiene i GOL som deltok mest på o-løp, blant annet på 5-dagers i 2004 som dette bildet er fra. Det ser i alle fall ut som om jeg ble sliten! Da gutta ble junior og eldre, reiste de jo på løp på egenhånd, og da syntes jeg ikke det lenger var noe stas å reise på o-løp. Jeg burde nok ta meg selv i nakken og delta litt mer igjen.



En litt sliten Arve etter en etappe i O-Ringen ("5-dagers"). Foto: Gunnbjørg Aardal



Aslak Kinneberg, leder 2008-2014 (nåværende leder)

Født: 1958
Oppvekststed: Oslo og omegn

Hva slags o-bakgrunn hadde du da du ble valgt som leder?

Aktiv o-løper fra 13-14 års alderen. Har løpt orientering for Haugerud, Bækkelaget sportsklubb og Gjerdrum o-lag/Raumar orientering. Hadde tidligere hatt verv som treningsleder og kartansvarlig og sittet mange år i styret både i Bækkelaget SK, Gjerdrum o-lag og Raumar orientering.

Hva motiverte deg til å bli leder i GOL?

Jeg var vel egentlig ikke så veldig motivert siden hovedinteressene mine hadde vært kart, arrangement og treninger. Arve hadde vært leder i mange år og ønsket avløsning, men viljen til å ta på seg lederverv i Gjerdrum o-lag hadde vært sterkt dalende de siste årene. Alternativet var å stå uten leder og kanskje måtte legge ned o-laget, så da ble det til at jeg tok ledervervet også. Jeg satte som betingelse at jeg fikk med meg engasjerte folk i styret fra de viktigste komiteene, rekrutterings- og turorienterings-komiteen og det har fungert bra.

Hvordan synes du det var å være leder i GOL?

Å være leder i Gjerdrum o-lag er en grei jobb så lenge man har engasjerte folk med i styre og stell. Det blir litt administrasjon og møtevirksomhet, men det er overkommelig oppgave for de fleste. Så er det jo opp til en selv hvor mye man ønsker å involvere seg i klubb samarbeidet med Raumar orientering, i kretsarbeid eller i forbundssaker. Da blir det straks litt mer tidkrevende, men også mer interessant.



Aslak etter målgang i et løp 2011

Hva var din styrke og svakhet som leder?

Det får du nesten spørre de andre i styret om.

Jeg har vel en styrke i at jeg kjenner alle sider av o-sporten ut og inn gjennom mange år som utøver og diverse engasjement i forskjellige komiteer. Har vært borte i det meste fra rekruttering til elitesatsning, kartarbeid, løypelegging, arrangement og styrearbeid. Dessuten er jeg vel over gjennomsnittet interessert i orientering på alle plan og holder meg godt oppdatert.

Svakheter er vel mangel på interesse for "papirarbeid" og det at jeg har litt for mange verv ved siden av lederjobben i Gjerdrum o-lag. Det kan vel føre til at jeg kan/må ta litt lett på enkelte oppgaver og ikke er så grundig som jeg kanskje burde.

Har du hatt andre verv i GOL?

Jeg har vært treningsansvarlig i Gjerdrum o-lag/Raumar orientering i mange år. Har også sittet mange år i styret i Gjerdrum o-lag, blant annet som kartansvarlig. Har også vært løypelegger på mange av løpene våre

Hva med din innsats i o-løypa?

Jeg har i flere år nå "mobbet" Eskil for at jeg har hatt bedre resultater enn han i Tiomila, Jukola og NM-stafetten, men nå har han slått 4.plassen i Tiomila, 10.plassen i Jukola og 10. plassen i NM-stafetten. Så da har jeg ikke noe å skryte av lenger.



Ole Harald Slemdal, leder 1991 - 1995

Født: 1954
Oppvekststed: Frogner

Hva slags o-bakgrunn hadde du da du ble valgt som leder?

Jeg startet med orientering tilbake i 1968. Det ble etablerte egen gruppe i Frogner idrettslag, og et nybegynnerkurs ble satt i gang. Dette var det Hans Larsen (Gjerdrum), Alf Stefferud (=52), og Helge Monsrud (primus mottor i Frogner) som dro i gang. Mange av oss yndlingene som ble med kom fra langrennsmiljøet, og var på jakt etter "billig sommertrening". Jeg hadde mine første "skritt i skogen" på krykker, da jeg tidligere på året hadde hatt et lite uhell i hoppbakken. Det var likevel nyttig lærdom, da jeg med den farten hang med på kartet, og fant raskere frem enn en del andre :-).

Senere ble det mange år i o-løypene. En av postene var også ved alteret i Heni kirke der Eli (en gang Rones) og jeg hadde felles post. Det ble overgang til Gjerdrum for min del i 1977 og direkte inn i treningsarbeidet. Jeg fikk også lov å være med i Romerike O-krets på treningssiden. I en periode har jeg kunnet skryte av å ha Norges beste jenter / damer i gruppa - selv om de som regel løp fra "treneren".

I perioden før jeg ble leder, var jeg også involvert i flere av våre store arrangement, som Romeriksløpet, Solo og NM-Natt.

Hva motiverte deg til å bli leder i GOL?

Det var vel ingen andre det passet for den gangen :-)

Gjerdrum var en meget moderne klubb, med mange gode løpere og et godt miljø. Det var derfor lett å si ja når spørsmålet kom.

Hvordan synes du det var å være leder i GOL?

En leders oppgaver er ofte mer ensomme enn man trodde før man starter. Det er alltid leder som må passe på frister og andre hendelser, og sørge for å holde møter. Når man greier å legge planer og er god til å fordele oppgavene blir styret et team og jobben går lettere. Noen ganger ser jeg tilbake på en tid der jeg lykkes godt, andre perioder litt tynge. Men det var uansett en veldig lærerik tid.

Hva var din styrke og svakhet som leder?

Min styrke var nok at jeg kjente sporten og hadde gode relasjoner i krets og forbund. Jeg mener jeg også klarte å lede på en måte som gjorde at alle bidro. Vi hadde en grei struktur og klare ansvarslinjer mellom de som drev treningsarbeid, kart og kartutvikling osv. Svakheten da som nå er nok at jeg er "bitte lille granne" trassig, og står på mitt :-)

Har du hatt andre verv i GOL?

Ja, som nevnt innledningsvis har jeg en lang periode med ansvaret for trenings- og rekruteringsarbeidet. Og ulike verv (som regel løpsleder) ved arrangement.

Hva med din innsats i o-løypa?

Fra en aktiv barne/ ungdomstid, var man nok av og til oppe å luktet på gode plasseringer. Et høydepunkt var nok deltagelse i junior NM (uten at noen skreiv hjem om resultatet).

Jeg ser uansett tilbake på mange flotte turer i skog og mark!



Asbjørn Næss, leder 1981-1984

Født: 1931
Oppvekststed: Kongsberg (flyttet via Enebakk og Oslo før Gjerdrum i 1976).

Hva slags o-bakgrunn hadde du da du ble valgt som leder?

Jeg hadde ingen o-bakgrunn når jeg ble leder i GOL. Det var på grunn av unga, Pål og Bent, at vi ble dratt inn i o-laget. Unga løp en del orientering, spesielt Pål. Pål begynte så vidt da han var ca 11 år med orientering da vi bodde i Enebakk.

Jeg løp ikke selv. Hadde mye annet å gjøre så jeg ble med som sjåfør.

Hva motiverte deg til å bli leder i GOL?

Det var ungene. Pluss at jeg ble overtalt til å ta ledervervet. Hans Larsen hadde vært leder i alle år utenom to, så det trengtes en som kunne overta. Så det var vel overtalelse fra Hans, Anne Grethe og andre som gjorde at jeg tok vervet.

Hvordan synes du det var å være leder i GOL?

Det var greit. Jeg var vel ikke den som har gjort mest for o-laget. Noe av det som var det viktigste i denne perioden var vel å få orden på økonomien. Vi hadde litt dårlig økonomi i denne tiden, det var mye aktivitet, men litt lite inntekter. Vi fikk på plass en bingodugnad blant annet. Bingoen holdt vi på Bøndenenes hus og det ga ikke noen voldsomme kroner, men det hjalp jo litt. Vi måtte stabilisere økonomien så det ble nok også strammet litt inn på løperstøtten i denne perioden.

Det var veldig god aktivitet i denne perioden. Både Lene Sørensen og Anne Grethe Larsen var på landslagsgruppe og sammen med Elisabeth Stranhagen hadde vi et veldig sterkt stafettag på damesiden.

I tillegg til ledervervet hadde vi der vi bodde på Kogstadhagan også ansvaret for materiellet i o-laget. Pål var materialforvalter og på staburet på den lille gården der hadde vi alt fra kart til poster og diverse o-ting. Jeg husker spesielt at vi etter en 17.mai-dugnad der det var mye regn hadde mange bruskasser, pølser osv. liggende en stund på staburet.

Hva var din styrke og svakhet som leder?

Vi fikk jo *shine'et* opp Busterud i denne perioden. Det var nødvendig. Det hadde vært litt hververk og vedlikehold trengtes. Og så fikk vi stabilisert økonomien noe.

Jeg kunne nok gjort en del mer (red.anm. sier en beskjeden Asbjørn), men var involvert i mye annet og mange andre verv.



Inger Døhlen, leder 1985-1986

Født: 1944
Oppvekststed: Nannestad

Hva slags o-bakgrunn hadde du da du ble valgt som leder?

Jeg hadde løpt i mange år, helt fra jeg var 15-16 år. Jeg hadde også vært sekretær i o-laget noen år før jeg ble valgt som leder. Det var også slik at alle mine 3 jenter var aktive på den tiden.

Hva motiverte deg til å bli leder i GOL?

Jeg ble vel overtalt jeg også. Jeg hadde vært leder i en del andre steder før dette. Men jeg overtok med den sikkerheten det var å ha flinke folk med i styret.

Hvordan synes du det var å være leder i GOL?

Det jeg husker best er at vi skulle arrangere natt- NM. Det var mye som skulle på plass, og vi hadde en rekke møter på den tiden. Jeg skulle ta imot påmelding, men havnet på sykehuset med sprekt blindtarm. Da er det bra å ha flinke folk i laget. Alt gikk som smurt.

Ellers slet vi vel med rekrutteringen en periode også. De store utfordringen ble det vel ikke, men som sagt vi jobbet sammen.

Hva var din styrke og svakhet som leder?

Det må nok andre bedømme tror jeg. Jeg har vært leder i flere verv, og jeg går for å være tydelig, ingen trenger lure på hva jeg mener om saker, men dette er jo noen år siden.



Inger Døhlen stempler i mål i veteran-VM i Sydney i 2009



Niels Kristian Sørensen, leder 1976-1977

Født: 1931
Oppvekststed: Hassing, Danmark (kom til Norge i 1949 og til Gjerdrum i 1966)

Hva slags o-bakgrunn hadde du da du ble valgt som leder?

Jeg hadde ingen bakgrunn fra orientering da jeg kom inn i o-laget i 1972. Min datter Lene begynte da med orientering. Familien startet også med turorientering, første gang fra den gamle skytebanen ved Saga i allmenninga.

Hva motiverte deg til å bli leder i GOL?

Jeg ble spurt og overtalt til å stille som kandidat av folk i styret, og ble deretter valgt.



Hvordan synes du det var å være leder i GOL?

Med lite erfaring fra orientering var det en utfordring å overta ledervervet. Det var ikke alltid så lett å få hjelp til å sette seg inn i tingene. Det gikk bra for o-laget på den tiden, medlemstallet økte både i konkurranse og turorientering, likeså i Vesta-Hygea-cupen der det var rekordtilslutning, og det var jo morsomt å oppleve.

Hva var din styrke og svakhet som leder?

Jeg var flink til å bidra i støtteapparatet, det vil si være til stedet på arrangement, snakke med medlemmene og heie på løperne. Jeg bidro også i dugnadsarbeidet, blant annet på Busterudvangen. Jeg husker spesielt en søndag i mars da vi flyttet salget ut og ned på myra i løypa mot Spikertjern. Der passerte mange skiløpere som gikk «Vårens Vakreste Eventyr» gjennom Romeriksåsen og salget gikk strålende.

Det hadde nok vært en fordel med mer o-bakgrunn i ledervervet.

Har du hatt andre verv i GOL?

Jeg var kasserer i to år før ledervervet, var også sekretær og revisor i flere år.

Hva med din innsats i o-løypa?

I turorientering har jeg fått 5-, 10-, 15-, 20-, 25- og 30-års-plakett i Gjerdrum. I tillegg har jeg fått 5-, 10- og 15-års-plakett i Skogtrim i O-52. Ellers har jeg deltatt i to klubbmesterskap og vært flink tilskuer i heiagjengen.



Niels på turorientering i 2013



Olav Ulven, leder 1987-1988

Født: 1934
Oppvekststed: Brumunddal

Hva slags o-bakgrunn hadde du da du ble valgt som leder?

Gjennomgått et utmerket begynnerkurs som Ivar Minken holdt. Praktisk deltagelse i driften av GOL, som funksjonær i diverse arrangementer. Hyppig deltagelse i o-løp rundt omkring i Norge og Sverige.

Jeg løp ikke selv. Hadde mye annet å gjøre så jeg ble med som sjåfør.

Hva motiverte deg til å bli leder i GOL?

Først og fremst en fin anledning til å følge opp Kristin, som etterhvert hadde vist et visst orienterings talent.

Hvordan synes du det var å være leder i GOL?

Et spørsmål som noen annen i laget bør kunne gi et bedre svar på enn meg.

Hva var din styrke og svakhet som leder?

Med bakgrunn og erfaring fra lederfunksjoner i flere store offshore prosjekter, fant jeg meg godt til rette i GOL,

Spesielt vil jeg fremheve alle de gode medlemmene som alltid stilte opp og gjennomførte oppgavene med stor stor innsats og glød.

Har du hatt andre verv i GOL?

Grunnet utstrakt reisevirksomhet i forbindelse med jobb, har jeg ikke hatt anledning til å påta meg flere verv. Jeg fant likevel tid til å slå noen slag for turorienteringen som hadde ligget nede en tid.

Er litt stolt over at laget fikk liv i den fine formen for publikumsvennelige form for mosjonering igjen.

Hva med din innsats i o-løypa?

Jeg har hatt mange fine opplevelser i o-løypa. Innsatsen var hele tiden en fin spore til å holde kroppen i godt slag. Jeg konkurrerte alltid med meg selv og var fornøyd med det.



Lars Vidvei, leder 2007

Født: 1963
Oppvekststed: Jessheim

Hva slags o-bakgrunn hadde du da du ble valgt som leder?

Jeg hadde ingen o-bakgrunn, men unntak av at jeg mosjonerte litt i H-17N?? når vi var ute på o-løp. Likte best å orientere meg etter solen, det gikk ikke alltid like bra når det var overskyet og regn.....

Hva motiverte deg til å bli leder i GOL?

Jeg har en allsidig lederbakgrunn innen idretten og har vært engasjert med mange idretter. Dessuten er det viktig at alle tar sin "turn" med verv og oppgaver. Både for å avlaste ildsjelene, men også for at det er OK å få litt nytt blod, inn i enhver organisasjon.

Hvordan synes du det var å være leder i GOL?

Det var en flott organisasjon, med mange ildsjeler og stor aktivitet på mange fronter. Det viktigste var å sy dette sammen, uten at noen ble utbrent. På barne- og ungdomssiden ble det satset friskt på bredde og topp, med svært mange gode resultater på massemønstringer og resultatsiden.

Dessuten var vi en del av paraplyen Raumer OL. Det var ikke alltid jeg skjønnte alle innvendinger som kom til uttrykk fra "søsterorganisasjonene". Men det var vel mye kultur som satt i "veggene" som en som kom utenfra ikke forstod helt.

Hva var din styrke og svakhet som leder?

Jeg føler at jeg er god til å bygge team, få det beste ut av hver enkelt og med en allsidig idrettsbakgrunn ser jeg mange ganger muligheter som er skapt i noen miljøer overførbart til andre miljøer/idretter.

Jeg er vel ikke den aller største kulturbæreren og føler at det er viktig å utvikle seg, for å komme fremover. Da må det ofte endringer til, som ikke alle setter pris på.

Har du hatt andre verv i GOL?

Nei, jeg har ikke hatt formelle verv, men deltatt endel rundt arrangementer og bidratt med mine erfaringer ute på konkurranser.

Hva med din innsats i o-løypa?

Resultatmessig er det ikke mye å feire, men det lå alltid i bakhodet at jeg ville inn blandt 1/3 i klassen. Så jeg var glad de gangene jeg lykkes med det. I tillegg var det en del intern kniving med andre foreldre og foresatte, det var det som var den største spenningen, Analyse av løp, rett etter målgang, det var høydepunktet. Da kunne de fleste av oss vært "verdensmestere"....

Æresmedlemmer i o-laget

To personer har fått æresmedlemskap i GOL, det er Hans Larsen og Olaf Moe. Hans Larsen var som kjent en av grunnleggerne for o-laget og har jobbet utallige år (også i forkant av GOLs historie) med og for GOL og orientering i Gjerdrum, blant annet ikke mindre enn 17 år som leder for laget. Intervju med Hans og historier om hans påvirkning på laget kan du lese om i mange av de andre kapitlene i denne boken.

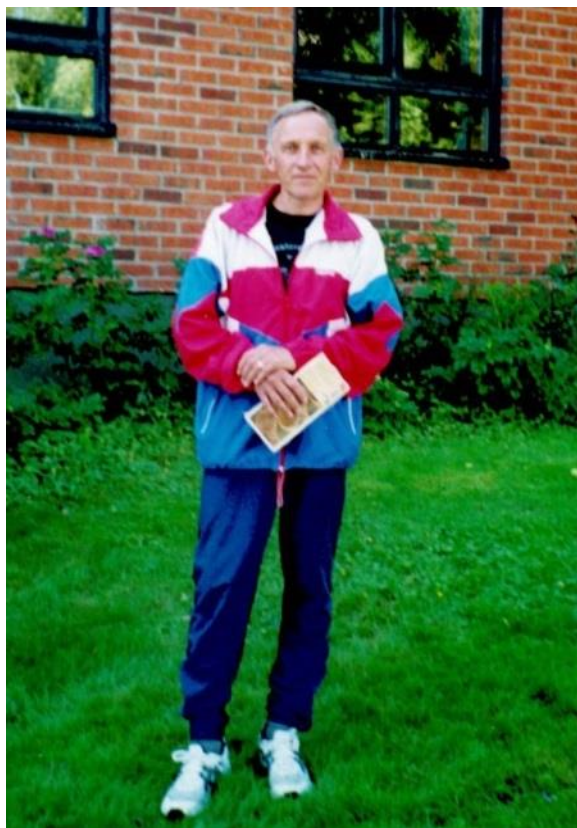


Diplomen til æresmedlem Hans Larsen utdelt 21. november 1975

Det andre æresmedlemskapet tilhører ildsjelen Olaf Moe. Olaf ble født 1944 og vokste opp på Moe gård, og var med o-laget fra starten av. Olaf har vært innom styret ved flere anledninger, men det er mer arbeidsjernet utenfor 'møtelokane' som gjorde han fortjent til medlemskapet.²⁷²⁸ Olaf ble klubbmester seks ganger etter 1975 (der vår klubbmesterskapstatistikk starter). Rankingen i GOL vant han 12 år, det er kun en løper i GOL som har flere rankingseire enn Olaf og det er hans kone Anne Berit (med hele 18 år som rankingvinner). Olaf har vært nesteleder i to år, kasserer i to år, påmelder i to år, leder teknisk komité i sju år og materialforvalter i hele 23 år. Olaf mottok innsatspokalen i 1992 for sitt arbeid innen administrasjonen i laget og alle årene som materialforvalter. Olaf mottok Frivillighetsprisen fra Akershus idrettskrets i 1997²⁹ og 2002³⁰ mottok han Gjerdrum Idrettsråds hederspris. Av de største merittene i o-løypa kan vi nevne gull i veteran-NM på hans egen 60-årsdag i Bækkelaget 5. september 2004, han også den andre distansen i veteran-NM det året.



Diplomen til æresmedlem Olaf Moe utdelt 19. januar 2005



Bilde til venstre: Olaf Moe 60 år og vinner av veteran-NM, 5. september 2004. Bilde til høyre: Olaf mottok Idrettsrådets hederspris i 2002

Store arrangementer

Allerede før Gjerdrum o-lag ble stiftet i 1964 var det avholdt store o-løp i Gjerdrumsmarka. NM 1957 (O-52) fra Karterud gård med løyper oppover mot Busterudvangen. NM 1963 (BUL) fra Holtersaga med mål på Rustad gård.

KM i 1969

Det første store arrangementet etter at Gjerdrum o-lag ble stiftet var KM for Hedmark og Akershus i 1969. På nytegnert kart over almenninga og med samlingsplass på den gamle skytterbanen ble det avholdt kretsmesterskap med over 400 deltagere.

SOLO i 1978

Et annet stort arrangement som Gjerdrum o-lag tok på seg var i forbindelse med SOLO 1978. SOLO var forløperen til Norsk o-festival og det største o-arrangementet i Norge.

SOLO 1978 i Fet var Romerikes største idrettarrangement gjennom tidene. Det var et samarbeid mellom klubbene Fet, Rælingen, Gjerdrum og Frogner. SOLO-sprinten på lørdag og SOLO-stafetten på søndag. Det var ventet 2500-3000 deltagere hver dag. Dette var et kjempeløft for Gjerdrum o-lag som stilte med mellom 50-75 funksjonærer begge dager.

Vi mente det ville være meget god PR for klubben. Mange av verdens beste o-løpere var på startstreken og det var moro for våre løpere å komme i nærkontakt med disse. Det var et arrangement vi kunne lære masse av. På sikt kunne vi kanskje ta på oss et større løp på egen hånd. HL, NM junior eller NM i fremtiden?

Løypelegger var Hans Larsen og kasserer var Ole Harald Slemdal. Arrangementet ble vellykket på alle måter. Både arrangører, løpere, publikum, jegere, aviser og TV så ut til å være fornøyde.

Det var 2830 løpere på SOLO-sprinten, 2360 løpere på SOLO-stafetten (689 lag). Totalt 300 funksjonærer hadde lagt ned 12-15 000 dugnadstimer. Budsjett var på 300 000 kr og utbytte per lag ble ca. 18 500 kr.

Vi fikk offentlig ros for fenomenal opprydding etter løpet og hadde et flott samarbeid med grunneiere og jegere før og under arrangementet. Tilbakemeldingen var at "løpet gikk langt mer stille for seg enn forventet".

KM i 1979

I KM individuelt i 1979 var Hans Larsen løpsleder og Per Olav Rustad løypelegger. Ti løyper i et vanskelig o-teknisk terreng. Løypene skilte bra og det var de beste o-løperne som vant. Samlingsplass var i Kniplia hvor arrangørene hadde laget en fin ramme rundt jubileumsløpet (GOL 15 år). Ivar Minken hadde til og med fått et eget tårn å prate fra. Olaf Moe var forøvrig rentegner av kartet.

NM-natt og o-mester jakta i 1985

Gjerdrum o-lag arrangerte NM natt og o-mester jakta dagen etter. Løpsleder var Ole Harald Slemdal og løypelegger var Per Olav Rustad. Vi kan lese i GOL-nytt at enkelte var litt skeptiske til at en liten klubb som Gjerdrum o-lag skulle ta på seg et så stort arrangement, men Hans Larsen var av annen mening. "Mange vil si at dette er galskap, men jeg sier nei. Dette er noe hele o-laget skal gå inn for. Det vil sveise oss bedre sammen og vi vil jobbe som et team. Også kommunen bør stå bak arrangementet og vise seg fram som kommunen hvor Norges beste damelag kommer fra".



Hovedkomiteén for NM natt 1985. b.v. Per Olav og Anne Grethe Rustad, Rolf Lauritsen. F.v. Hans Larsen, Ole Harald Slemdal (leder for HK) og Inger Døhlen. Kåre Kronberg ikke tilstede på bildet. Foto: L. Sørensen

Det var en frisk satsning, men hva gjør man ikke for å markedsføre en idrett man er glad i. Dessuten mente man at Gjerdrum o-lag hadde vært godt representert utenfor bygda i mange år og at det var på tide at de selv tok på seg vertskapsrollen. Og ble det en slant igjen i klubbkassa etter arrangementet skulle den benyttes på beste måte til rekruttering.

Klubben tok oppgaven seriøst og forberedte seg godt. Per Olav og Anne Grete Rustad, Hans Larsen og Ole Harald Slemdal var på seminar for NM-arrangører og året før var en stor gjeng fra Gjerdrum i Birkeland på NM-natt for å se og lære.

Det er først å fremst det tidkrevende arbeidet med kart, løyper og arena som gjør at man starter forberedelsene så tidlig. Kartet kostet oss 82.000,-kr. Vi fikk 20.000-kr i støtte fra kommunen og en tredel i støtte fra Statens Ungdoms- og Idrettskontor (STUI-midler).

Sparebanken var sponsor og sto for all trykking under arrangementet og ga en ikke ubetydelig sum i støtte. Avtalen var forhandlet fram av Kaare Kronberg og Ole Harald Slemdal. NM-info "bygda vår- laget vårt" ble delt ut i alle postkasser i Gjerdrum, Skedsmo, Holter og Kløfta (5500stk). For å øke inntektene ble det laget et NM lotteri. Alle familier solgte 65 lodd hver. Det ga en ekstraintekt på 20.000,- kr. Første premien var en hjemmedatamaskin av merket Commandore.

Veståsen skole viste seg som en glimrende o-stadion med alle bekvemligheter og et variert og godt o-terreng. Starten var lagt til Rustad gård med busstransport fra Veståsen. Det var lagt opp til både overnatting og bespisning på skolen.

Sekretæriatet var modernisert fra tidligere arrangementer. Med utstrakt bruk av EDB ble tidtagningen og resultatservicen automatisert. Året etter gikk klubben også til innkjøp av en Regnly Timerecorder. Kombinert med en liten datamaskin og klokke kunne alle tider og startnummer lagres. Tidene ble registrert automatisk og resultater kunne kjøres ut på printer i ettertid.

I erfaringsrapporten etter løpet kan vi lese:

"Som vanlig under GOL arrangementer fungerte også denne gangen sekreteriatfunksjonen helt prikkfritt. En vel trent og rutinert stab utførte oppgavene sine uten noe form for klikk. Heldigvis fungerte også strømleveransen upåklagelig under arrangementet. Den fryktede "blackout'en" uteble. Sekretariatets reserveplan "B" med lommelykter og talglyskubber som viktigste ingridienser ble derfor aldri satt på prøve.

Det eneste som voldt sekretariatet litt ekstra innsats og bryderi var klippekontrollen. Enkelte av løperne hadde øyensynlig hatt det så travelt at stifteklemmene ikke traff der de skulle i henhold til reglene. Takket være en snill jury og tålmodige kontrollører, ble alle også denne gangen ydet full rettferdighet, slik at de beste vant.

Bassert på det vellykkede NM-arrangementet med nærmest perfekt EDB opplegg og masse fin erfaring har det tradisjonelle opplegget med manuelt bemannet sekretariat utspilt sin rolle, i hvert fall der arrangørene har rikelig tilgang til strøm og EDB-ressurser".



GOL arrangerte en fellesstart dagen etter natt NM 85 i samme terreng. Hans Larsen "roer" startfeltet rett før startsignalet går.



Før felleestarten søndag, dagen etter et vellykket natt NM arrangement. Stående med start-børse Ole Harald Slemdal. T.v. Hans Larsen og t.h. Kåre Kronberg. Foto: EB/UB

En funksjonærstab på 148 personer fordelt på 80 husstander gjorde en flott innsats under hele arrangementet. Det hele gikk prikkfritt. Reale og utslags givende løyper og en fin arena fikk mye ros av løperne. Natt NM ga fin PR for både klubben og Gjerdrum kommune og hovedkomiteen ble invitert på lunsj av formannskapet etterpå. Ordføreren takket o-laget for vel gjennomført arrangement og o-laget takket for støtten fra kommunen.

Etter flere års jobbing og planlegging var ikke hovedkomiteen i tvil – dette måtte markeres med en NM-fest. Og fest ble det. Lagets medlemmer (rundt 60 personer) fant fram finstasen og stilte på Folkets hus, der festkomiteen vartet opp med velkomstdrink, gryterett og bløtekake. Litt tid gikk det før folket fant plassene sine. Her skulle Gro parres med Kåre, Nancy med Ronald, osv.

Kveldens toastmaster var Kåre Kronberg og han lot det ikke bli mye dødtid under middagen. Her måtte man passe på å gafle i seg i løpet av de korte pausene mellom sang og taler

Harald Andresen hadde tatt mange bilder under NM-arrangementet og holdt en flott lysbildeforevisning.

Endelig skulle det bli dans. "Møllegutta" har blitt fast inventar på festene våre og de klarte etter hvert å få riktig mange til å svinge seg på dansegolv. Alt i alt ble det en hyggelig fest og en fin avslutning etter vårt hittil mest omfattende arrangement.

Klassevinnerne i natt-NM 1985:

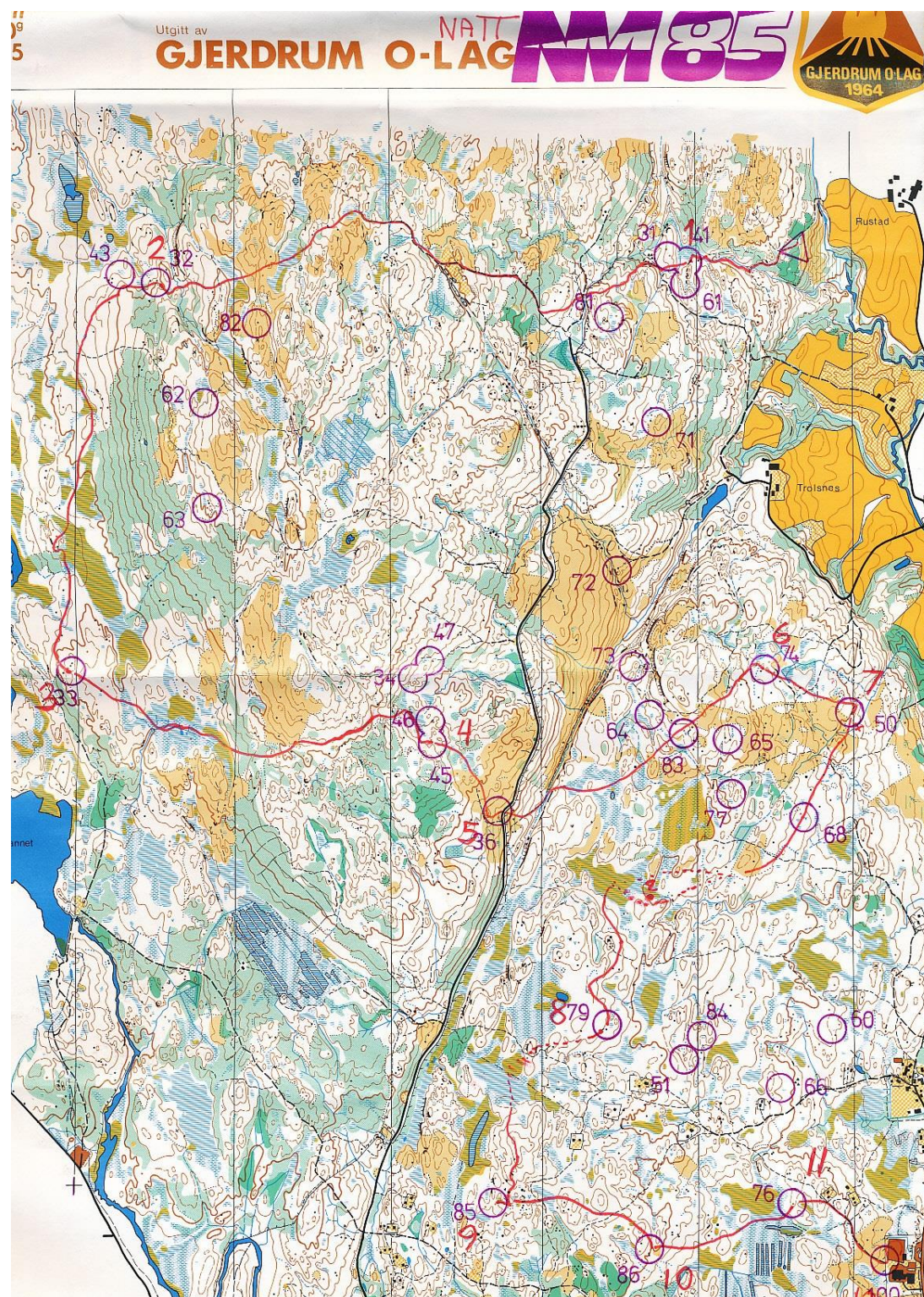
H17-18: Leif Størmer, Heming

D17-20: Hilda Øfsthus, Asker

H19-20: Petter Thoresen, Orkanger

D21: Kari Christiansen, Store Bergan

H21: Morten Berglia, Eiker



Trond Rønnebergs kart fra natt-NM i 1985

Romeriksløpet

På 1980-tallet ble Romeriksløpet til. Det var et samarbeid mellom Gjerdrum o-lag og Ullensaker o-lag som samarbeidet om å arrangere Romeriksløpet annen hvert år. Det var stort sett et langdistanseløp som ble arrangert i månedsskifte august/september. Løpene har fått et bra rykte på seg. Med nyreviderte kart og fint Romeriksterreng har det vært god deltagelse fra Akershus og Oslo, men også fra Hedmark og Oppland når løpet ikke har kollidert med løp i disse kretsene.

Gjerdrum o-lag har arrangert Romeriksløpet annenhvert år siden 1986

O-festivalen 1989

Vi arrangerte O-postjakta i forkant av O-festivalen, med Ullensaker o-lag som medarrangør. O-postjakta var et midtuteløp i forkant av selve O-festivalen. Løpet ble avholdt i Kniplia og innledet O-postjakta med 1000 deltagere fra 15 nasjoner. Løpsleder var Ole Harald Slemdal og løpet gikk oppskriftmessig for seg. Hele klubben var med som arrangører, ingen løp selv. Store nedbørsmengder før løpet gjorde løypene tunge. Det ble heldigvis oppholdsvær under selve løpet, men etterpå bøttet det ned igjen. På grunn av lavere deltagerantall en først antatt ble ikke økonomien i løpet så bra. Etter at klubbene hadde fordelt overskuddet satt Gjerdrum o-lag igjen med 12 000 kr. Arrangementet ble benevnet som meget vellykket, takket være en arrangementsstab som også tålte regnvær.

Østlandsmesterskap 2000

Dette året var Østlandsmesterskapet innlagt i Romeriksløpet. Samlingsplass var på Veståsen skole og løpet gikk på nyrevidert kart over Trolsnesfjellet. Det kom over 800 deltagere og arrangementet var vellykket. Arve Aadal var løpsleder og Aslak Kinneberg var løypelegger. Herreklassen ble vunnet av en trofast deltager på Romeriksløpet, Sigurd Dæhli fra Løten. Løpet var også en økonomisk suksess for klubben med et overskudd på 50 000 kr.

Romeriksløpet, Romerikssprinten og Gjerdrumsløpet

På 2000-tallet hadde vi store ambisjoner om å få revidert kartene våre. Derfor tok vi av og til på oss arrangement for å finansiere de nye kartene. Enkelte ganger arrangerte vi Gjerdrumsløpet de årene vi ikke hadde Romeriksløpet og andre ganger la vi inn et lørdagsløp, Romerikssprinten samme helg som Romeriksløpet.

I 2002 arrangerte vi både Romerikssprinten og Romeriksløpet med innlagt interkretskamp for 13-16 år.

I 2003 arrangerte vi KM stafett med samlingsplass på toppen av Mastetjernsveien. Vi var litt spente på hvordan parkering langs den smale veien ville fungere, men det gikk bra. Løpet gikk på Busterudvangenkartet. Løpsleder var Arve Aardal og løypelegger var Aslak Kinneberg.

I 2004 hadde vi 40 års jubileum og arrangerte Romeriksløpet fra Gjermenningsveien et godt stykke innenfor Kogstavengen. Arve Aardal var løpsleder og Aslak Kinneberg var løypelegger. NOF's pokal ble satt opp i klasse D13-14 siden vi hadde jubileumsløp.

I 2005 arrangerte vi Gjerdrumsløpet med innlagt Trimtex-cup for 13-16 år. Løpet gikk fra A-brua med nytegnet kart over Kulsrudfjellet. Ungdomsklassene fikk prøve seg på micro-orientering¹. Gjerdrum o-lag var vel kanskje den eneste arrangørklubben som prøvde ut den nye øvelsen i et vanlig o-løp. Micro-o ble stort sett bare arrangert for eliteklassen i et forsøk på å få o-sporten til å bli mer TV-vennelig. Løpet var spennende å følge med runding på samlingsplass. Etter micro-o delen som gikk på nylaget sprintkart ved Lysdammen, måtte løperne ut i strafferunder ved manglende micro-o-poster, før de løp ut i en avsluttende normal løype. Aslak Kinneberg ble tildelt løypeleggerprisen for årets ungdoms-løypelegger for løypen fra Gjerdrumsløpet.

Romeriksløpene i 2008 fra Veståsen skole, og i 2010 fra Nordåsen hadde også KM-status.

¹ Micro-orientering var et konsept der noen av postene var uten kode på postbeskrivelsen. I terrenget innenfor ca 20-30 meter fra disse postdetaljene lå det mange poster, hvorav kun en var riktig. Det gjaldt å finorientere og ta rett, ellers ble det strafferunde.



Romeriksløpet med innlagt ØM i 2000. Strålende vær og god plass til tross for over 800 deltagere. Foto: Arve Aardal



Marit Moe og Inger Døhlen skriver ut strekktider for løperne under Romeriksløpet i 2000. Foto: Arve Aardal



Anne Sofie Larsen, Gunnbjörg Aardal og Ingeborg Lund selger kaffe og kaker under Romeriksløpet i 2000.
Foto: Arve Aardal



Ragnhild Haga får NOFs pokal av Øyvind Andersen under Romeriksløpet i 2004, mens løpsleder Arve Aardal annonserer i bakgrunnen. Foto: Gunnbjörg Aardal

NM-uka i orientering 2011.

Vi starter forberedelsene (info fra 2009).

Gjerdrum o-lag skal sammen med de andre lokallagene i Raumar Orientering arrangere NM-uka i orientering i 2011. Tildelingen fra Norges orienteringsforbund skjedde i februar.

Nå er det 25 år siden sist det ble arrangert et NM på Romeriksåsen. Det var Natt-NM i 1985. Denne gangen er det hele NM-uka, fire dager med konkurranser hver dag. Det blir en stor oppgave for klubbene på Romerike og spesielt for oss i Gjerdrum. Men forhåpentligvis blir det også mye moro.

Siden i våres er det lagt et godt grunnlag for arrangementet. Hovedkomiteen er på plass. Vi har bestemt arenaer for arrangementet. Rustad gård vil bli arena for mellomdistanse og stafett, mens langdistanse og kvalifisering for mellomdistanse vil ha arena på Gjerdrum golfpark sin drivingranch (ble flyttet til Kniplia etter en ny helhetsvurdering).

Kartarbeidet er også i rute. "Laserscannede" kurvegrunnlag, nye og gamle flyfotoer, topp motivert kartkonstruktør og en av landets beste synfarere skulle tilsi at vi får to nye kart med topp kvalitet.

Nå i disse dager jobbes det med å få på plass sponsorer og legge et økonomisk grunnlag slik at jobben vi legger ned i arrangementet skal generere et betydelig overskudd. Har du noen ideer eller innspill så ta kontakt med en gang

Vi vil helt sikkert få brukt for din hjelp til å gjennomføre arrangementet på en god måte. Både unge og gamle, aktive og mindre aktive, nye og gamle medlemmer er velkomne til å bidra.

Om 623 dager fra juleaften vil 500 av landets beste seniorer og juniorer møtes til NM.konkurranser i Gjerdrum. De skal bo, spise, løpe, dusje, premieres og fraktes frem og tilbake.

På arenaene vil det bli satt opp et stort restauranttelt med servering av alt fra kaker til full middag. Konkurransene vil bli vist på 24 m2 storskjerm og vi får en profesjonell speaker. De beste løperne vil bli utstyrt med GPS-sendere slik at det vil bli mulig å følge løperne underveis på kartet som vises på storskjermen. I tillegg har vi forhåpentligvis lokale løpere med i tetkampen i flere av klassene. Hele o-Norge vil være tilskuere, enten på arenaene eller via direkte sendinger på internett.

Å arrangere NM-uka i orientering blir antagelig en "once in a lifetime" opplevelse for oss alle. Så gå ikke glipp av moroa.



Hovedkomiteen med Lene Kinneberg (info) GOL, Terje Bråten (teknisk), Anne Grethe Rustad (arena) GOL, Fredrik Ødemarbakken (løyper) eks.-GOL, Heidi Sønsterudbråten (premiering) GOL, Aslak Kinneberg (leder) GOL, Marianne Haugen (salg) GOL

Selve NM-uka

Årets største begivenhet var vel uten tvil NM-uka i Gjerdrum. Vi hadde fire hektiske løpsdager i september sammen med de andre i Raumar orientering. Først var det langdistanse fra Kniplia skianlegg. Vi fikk bygd en flott arena i bunnen av alpinbakken. Starten var lagt inne ved skytebanen i Ulvdalen. Løperne passerte på tvers i alpinbakken med en meldepost et stykke opp i lia, godt synlig fra arena. Vi hadde fire kameraer som fulgte løperne både på meldepost og i innløpet. Med GPS-tracking på de beste løperne var det spennende å følge med på storskjermen. Speakerne fulgte godt opp og bidro til en spennende og underholdende forestilling. Både løpere, arrangører og tilskuere storkoste seg i det flotte høstværret.

Løperne våre var med å sette farge på dagen. Det ble NM-gull til Eskil Kinneberg i H19-20 og bronse til Magne Haga i H17-18. Jentene fulgte opp med flere gode plasseringer. Oda Wennemo og Trine Breen tok en sjette og åttende plass i D19-20, mens Line Maria Haugen Melby ble nr. femten i D17-18.



Eskil Kinneberg GOL intervjuet etter gull på langdistanse i H19-20

I det store kafeteltet gikk salget strykende med mye gode rundstykker og kaker. Grillen på utsiden var også populær. Presseteltet var også bra besøkt. Flere Journalister fra lokalavisene var på plass. I tillegg hadde vi egne reportere som fortløpende la ut nyheter på hjemmesiden. Vi hadde også besøk av TV-teamet til "Golden goal" med Henrik Elvestad i spissen. I TV-serien hvor Henrik gjør ting han ikke kan, var det denne gangen klart for orientering. Med god instruksjon og oppfølging av en gammel verdensmester underveis, skulle Henrik ta seg igjennom D17-18 løypa med TV-team på slep. Det ble mange morsomme filmklipp som ble sendt på TV i etterkant.



Langløypa i H21 med veivalgene til Vetle Ruud Bråten (Ullensaker) som ble nr 10



I salgsteltet Henriette Haugen Melby, Thea Fagerhaug og Pernille Sønsterudbråten

Fredagen var det kvalifisering mellomdistanse. Det ble en roligere dag arrangementsmessig, men for Simen Rustad var det en hektisk morgen og formiddag. Som debuterende NM-løypelegger var det mye å følge opp og det var nok ekstra spennende å følge med når de første løperne begynte å komme i mål. Kommentarene fra de som hadde løpt var bare positive. Det var krevende og morsomme løyper og Simen kunne si seg godt fornøyd etter måneder med forberedelser.



Henrik Elvestad fra Golden Goal på TV2 sammen med Bjørnar Valstad

Lørdag var det klart for mellomdistanse på Rustad gård. En flott arena var bygd opp på jordene nord for gården. Anne Grethe og Per Olav Rustad hadde gjort en flott jobb som arenaansvarlige. Arenaen var stor og oversiktlig og storskjermen var på plass. Eirik Rustad hadde lagd utfordrende løyper og det ble mange tette oppgjør. Løperne passerte arena halvveis. Med online-poster og kamera på flere strategiske steder ble det spennende å følge med. Orienterings-sporten begynner virkelig å bli underholdende.

På ny viste våre løpere seg fram. Det ble sølvmedalje til Eskil Kinneberg i H19-20 og Magne Haga i H17-18 og bronse til Oda Wennemo og en fin 12.plass til Marie Hammer Håversen i D19-20.



Tre medaljer på "hjemmebane" i NM mellomdistanse med Magne Haga (sølv), Oda Wennemo (bronse) og Eskil Kinneberg (sølv)

Etter tre flotte løpsdager med sol og varme var det meldt regnvær på søndagen. Parkering på grusplass ved ridesenteret på Eikeberg sparte oss for mye bekymring, men arena på stubbåker var kanskje en liten utfordring i regnværet? Nei, arrangementet gikk bra og hele arrangementsstaben gjorde en kjempejobb. Ståle Sønsterudbråten hadde lagd utfordrende løyper med finurlige gaflinger.

Stafettene på søndagen ble en ny triller. I regnvær og søle ble det en liten kontrast til de foregående tre dagene, men det så ikke ut til at noen brydde seg om det. Oda Wennemo løp andre etappe på Raumar sitt lag som ble nr 12 i dameklassen. I herreklassen var Eskil Kinneberg med i medaljekampen i en spennende avslutning på siste etappe for Raumar. Til slutt ble det en flott 5.plass som er ny klubbrekord.



Eskil Kinneberg med Frols løper rett bak. Til slutt ble den 5.plass til laget fra Raumar

Hvordan var vi fornøyd etterpå (info etter NM-uka 2011)

NM-uka ble en kjempesuksess både arrangementsmessig, sportslig og økonomisk. Vi har fått utallige fornøyde tilbakemeldinger fra løpere og ledere fra hele landet og under O-gallaen i Halden i høst ble NM-uka kåret til årets arrangement.

Enkeltpersoner som har lagt ned mye tid og engasjement i arrangementet, skal ha mye av æren for at det ble så vellykket. Men hovedgrunnen til suksessen er at vi klarte å mobilisere alle lokallagene til å stille opp. Da forslaget om å arrangere NM-uka ble lagt fram for styret og styrerådet i 2008 fikk det en noe lunken mottagelse.

Under løpsdagene bidro ca. 250 engasjerte Raumar-medlemmer (og andre) til å gjennomføre et flott arrangement. På de snaue tre årene har det skjedd en positiv utvikling i klubben. Vi har vist at Raumar orientering kan mer enn å få fram lovende ungdoms og juniorløpere. Nå har vi også gjennomført et av O-Norge's mest krevende arrangementer med glans og det skal vi være stolte over.



NM arrangørene

Store arrangementter

Busterudvangen

Hytta på Busterudvangen eies av Gjerdrum Almenning og har siden 1973 vært utleid til Gjerdrum o-lag. Man fikk da et brev fra Gjerdrum Almenning, hvor det het at o-laget skulle få disponere over hyttas indre rom, mot å holde hele hytta i orden.



Busterudvangen i januar 2011.

Historikk

Busterudvangen er et av de få seterstedene som ikke har navn etter en gard i bygda. Navnet Buste-rud betyr antakelig en rydning der det er «bustegras», som kan henspille på ei bestemt plante eller gi uttrykk for et skralt beite.

Rydningen var i alle fall god nok som setervang, for det var strid om retten til seterdrift. Jon Sørum og Gudbrand Olstad hadde dyra på Busterudvangen omkring 1780. I 1783 ble det forlik om at også Vestigarn Gjeri skulle få setre her. Gjerdigarda hadde til da hatt seter ved Hakadalsgruva (Myrgruva), men de måtte flytte på grunn av gruvedrifta.

Det var i hovedsak Olstadgarda som hadde hevd på setring på Busterudvangen. Det var nok full seterdrift med ysting av ost og kinning av smør. På midten av 1800-tallet var Jens og Marie Horkaberget seterfolk her. Tidlig i 1860-åra skal sønnen Kristian ha overtatt ei tid før setra ble nedlagt.

Seterhusa er for lengst borte. Tømmerhytta som står her nå ble satt opp omkring 1920, som husvær for skogsarbeidere. Den hadde da overnattingsplass for 4 mann. Arbeidsuka var fra mandags mårran til lørdags eftan. I helga dro de til bygda.

Ei tid sto det også en enkel stall på Busterudvangen til husly for hesta når hogsten var ekstra langt unna. Vanligvis dro tømmerkjørera ned til saga hver dag. På 1960-tallet kom skogsbilvegene og med disse også slutten på kojelivet.³¹

Markahytta

Siden 1973 har Gjerdrum o-lag drevet Busterudvangen som en markahytte på vinterstid. I starten måtte vann bæres i kanner fra Prestlykkja (nederst på Busterudvegen), «doen» eller Langevann. Sjøokolade og andre salgsvarer ble båret opp på ryggen.

De første vintrene var det Einar Bakken, Hans Erik Bakken med familie og Hans Larsen med familie som styrte og stelte på Busterud. Siden ble det dannet en egen hyttekomite, og den første, i 1976, besto av Reidar Lindal, Arne Halvorsen og Odd Vegheim. Fra et styremøte i 1975 refereres det at bemanningsliste for Busterudvangen ble satt opp: «I vintersesongen skal hytta holdes åpen alle søndager og evnt. også lørdager hvis det vil være formålstjenlig». For vinteren 1976 var vakter og retningslinjer som vist nedenfor.

BEMANNINGSPLAN FOR BUSTERUDVANGEN:

01. februar	Odd Vegheim	14. mars	Jostein Vold
08. februar	Tor Knudtsen	21. mars	Arne Halvorsen
15. februar	Eli Rones	28. mars	Rolf Skolseg
22. februar	Terje Lindal	04. april	Olaf Moe
29. februar	Øystein Bergersen	11. april	Odd Kjørstad
07. mars	Harald Andresen	12/13/14. april	Hans Erik Bakken

Det er satt opp et navn og vedkommende er ansvarlig for salget. Det bør imidlertid være 2 stk. for å klare salget. Den ansvarlige må derfor selv finne en medhjelper.

Salget bør være i gang fra kl 1000 og holde på til det stilner av. Vil det være vanskelig for noen å møte den oppsatte dag, må vedkommende selv sørge for bytte med en annen på listen. Hvis byttingen ikke går, ta da straks kontakt med Niels Sørensen. Sørensen gir dere også en orientering om salget generelt.

Utklipp fra GOL nytt nr 2 1976.

I tillegg til i ordinære helger på vinteren ble hytta holdt åpen for publikum i jule- og vinterferien, samt i påsken. Denne praksisen har ikke vært gjennomført i de senere årene. Inntektene fra salget av mat og drikke til turfolk har i mange år utgjort en bærebjelke i lagets økonomi.

I 1981 fikk man lagd en ny skiløype opp til hytta. Hyttekomiteen ved Halvor Sponberg rapporterer om et netto salg på kr 8, 897,50 (GOL-nytt 1982/2) og skriver videre at «vi tror dette delvis kan tilskrives den nye traseen som vi lagde i fjor høst. Vi har snakket med en del som har små barn, og de er svært fornøyde med løypa. Vi har prøvd å holde den så bra som mulig uten å bruke snøscooteren for meget, for det koster jo kr. 50.- pr. time.»

Klubbaktiviteter og dugnader

I tillegg til at Busterudvangen har vært markahytte om vinteren har det vært drevet varierte aktiviteter her hele året. O-laget har stort sett hatt en dugnad på Busterudvangen hver høst. Da blir hytta klargjort for vinteren, det vaskes, hogges ved og vedskjulet fylles opp. I tillegg har man hatt dugnader for å gjøre diverse vedlikeholds- og oppussingsarbeid som maling, snekring av bord og benker, legging av nytt tak, med mere.

Området rundt Busterudvangen ble tidlig kartlagt, og man brukte hytta som et møtepunkt for synfarerne:

Synfaring av kart rundt Busterud.

Følgende møter lørdag 24. mai på Busterud kl. 10.00

Harald Andreassen, Hans Andersen, Inge Aksdal, Olaf Moe, Per Olav Rustad, Leif Erling Aronsveen, Hans Larsen, og evt. andre som er inntressert i synfaring.

Vi vil også diskutere kartgrunnlag og synfaring på nordsiden av elven.

Utklipp fra GOL nytt nr 3 1975.

I GOL-nytt 1978/3 fortelles det om "påskens vakreste eventyr", et slags karneval med skiorientering som i tillegg til det sosiale innebar noen solide fysiske utfordringer.

- 9 -



PÅSKENS VAKRESTE EVENTYR

Ja, slik lød overskriften på innbydelsen alle GOL's medlemmer fikk tilsendt før påske 1978. Om vi ikke akkurat hadde strålende påskesol, så hadde vi ihvertfall nok med "hvite vidder" å boltre oss i. Til tross for et svært så varierende føre, kom de ivrigst av lagets medlemmer seg opp til Busterudhytta hvor Sigrid og Niels Sørensen var vertskap for anledningen.

Men så over til selve eventyret. Terje hadde lagt ut ei løype som gikk både i og utenfor skiløypene. Etter å ha fått utlevert hvert vårt blanke ark som vi tegnet det vi mente vi hadde bruk for for å komme oss gjennom løypa, stilte alle opp utenfor Busterud klare til fellesstart. Leif Arne åpnet i et forrykende tempo, men vi andre var like bak. Til andre post måtte vi brøyte løype (den som gikk først gikk i snø til knærne).

Utklipp fra GOL nytt nr 3 1978.

Av andre morsomme arrangementer på Busterudvangen på 1970- og 1980-tallet kan nevnes «Basaloppet», «Høstspretten» og «Busterudtravet». Kanskje noen av disse arrangementene som den gang ble arrangert av de yngre i o-laget kan se dagens lys i fornyet utgave?

I 1984 skulle man få oppleve hærverk på Busterudvangen. Bord og benker var blitt skjært opp. På en stor dugnad ble alt satt i stand igjen. Fra «tante Ingers sinte vise» (Inger Døhlen i GOL-nytt 1985/2) sakser vi følgende:

Og Bust'ru'mester'n sover og han hører ingen ting !
 Når røverne om natten går og lusker rundt omkring !
 Men kommer de og røver mer så skal de snart få se :
 At jeg skal ligge her på lur og fange alle tre !
 JA !!

Utklipp fra GOL nytt nr 2 1985.

Heller ikke i 1986 unngikk man ubudne gjester. Natt til skjærtorsdag ble hytta lettet for hele påskebeholdningen av sjokolade.

Klubbmesterskapet ble arrangert fra Busterudvangen 21. august 2002. Løypelegger var Mona Kjeldsberg, da nyinnflyttet til Gjerdrum. de som løp de litt lengre løypene fikk nyte godt av det fine terrenget sørover fra Busterud. Fine og åpne rabber som innbød til stor fart, men jammen var det tungt oppover fra Rygge vann til Busterud! Ellers var det var gledelig god deltagelse i de yngste klassene. Her kommer ungene sammen med foreldre og søsken, noe som er med på å gjøre det ekstra trivelig. Etter løpet kunne de yngste prøve seg på o-bingo nord på setervollen, og til de heldige vinnerne vanket det sjokolade.

Ved flere anledninger er det utført dugnad i skiløypene opp til hytta slik at løypemaskinen kan lage bedre løyper. Omleggingen i 1981 er allerede nevnt ovenfor. I 2002 ble løypa lagt om på ny for å unngå den bratteste bakken rett sør for hytta.

I 2003 var det en diskusjon i Romerikes Blad om drikkevannet ved markahyttene. Fra o-lagets side valgte man å ligge lavt og ikke lage noe stort nummer ut av dette, noe som i ettertid synes å ha vært fornuftig. Vannet som brukes til varm drikke er jo kokt og medfører derfor ingen helserisiko. Når det gjelder vann til kaldt drikke tar vaktene enten med seg litt hjemmefra eller man bruker kokt vann som er satt til avkjøling ute.



GOLs klubbmesterskap i 2005 fra Busterudvangen.

Noen inntrykk fra klubbmesterskapet på Busterudvangen 8. juni 2005. Øverst til venstre løpsleder Arve Aardal i dyp konsentrasjon. Øverst til høyre ser vi Birgit Vegheim og Torbjørn i hyggelig passiar. Nederst til venstre vår eminente løypelegger Yngvar Christiansen, som fortsatt løper for Bækkelaget. På bildet nederst til høyre har førstemann gått i mål i handicapklassen, der løperne fikk et forsprang i tid basert på alder, kjønn og nivå. Alle fra 17 år og oppover løp i denne klassen dette året. Det ble imidlertid ikke delt ut medaljer i denne fordi systemet ikke var godt nok.

I nyere tid har sesongavslutningen for lagets tur-orientering også foregått på Busterud.

I 2002 startet man en jobb med å pusse opp hytta utvendig og innvendig. Man sørget da for å få avlåst det ytterste rommet. Hytta ble malt både utvendig og innvendig og det ble satt inn nye

vinduer og ny ytterdør. Primus motor var Hans Larsen, som fikk mye hjelp av kona Anne Sofie, og familien Rustad. Det ble også arrangert noen dugnadskvelder for å få alt ferdig. I 2007 ble de utvendige takplatene skiftet ut.



Den eldre garde har det gøy på taket. Dugnad i juli 2007. Foto: Joakim Aardal

I 2006/2007 ble o-laget enige med hytteeier Gjerdrum Almenning om å skifte taket på Busterudhytta. Almenninga kjøpte inn nye plater som så ble kjørt opp med løypemaskinen på vinteren. Arbeidet ble gjort på sommeren som 2-3 dugnader med Olaf Moe, Per Olav og Simen Rustad, Hans Larsen, Eivind, Joakim og Gunnbjörg Aardal i tillegg til arbeidsleder Arve Aardal. Bildet viser at arbeidet gikk med liv og lyst.



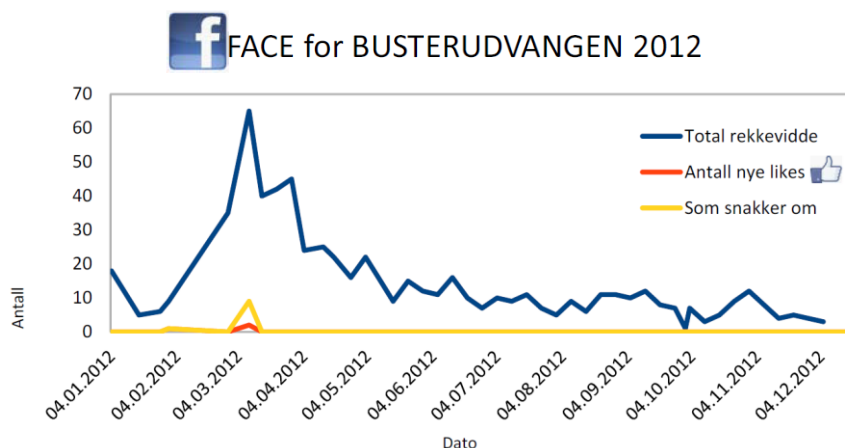
Vedkomfyr på kjøkkenet.



Et utvalg av varene som selges på Busterudvangen.



Noen trofaste hjelpere de siste vintrene. Mathilde Sønsterudbråten og Tiril Arntzen koser seg på Busterud og deltar gjerne i salget.



Statistikk hentet fra Facebook-siden til Busterudvangen.

I 2011 fikk Busterudvangen egen Facebook-side. Denne brukes nå aktivt til å informere publikum om åpningstider, løypekjøring og annet som kan være av interesse.

Orkanen "Dagmar" satte tydelige spor etter seg i Romeriksåsen natt til 1. juledag 2011. Et stort antall trær ble meid overende, og mange av dem sperret veier og skiløyper. På Busterud var det blitt hogd mye i løpet av sommeren/høsten og dette gjorde nok at vinden fikk ekstra godt tak. Utedoen blåste ned og ble dermed forvandlet til en friluftsdø, og selve hytta gikk såvidt klar av nedfalne trær. Vedskjulet ble truffet, men heldigvis ikke skadet, og brønnen lå svært utilgjengelig til under ei stor tre-vase. Skadeomfanget i Busterud-området gjorde sitt til at salget ble startet tre uker senere enn planlagt. Det tok sin tid før løypene ble ryddet slik at man kunne komme fram med scooter.

Samme vinter var o-laget så heldige å få en vedovn i gave fra Pål Kogstad Næss. Lørdag 17. mars, da skiføret var på sitt aller siste, fikk vi hjelp av Birger Landmark til å frakte ovnen til Busterud med scooter. Arve Aardal gjorde så en flott innsats for å koble til ovnen, med nytt røykrør, og sette den inn med sverte.

Utedoen befant seg i liggende stilling til godt utpå sommeren. Torsdag 19. juli klarte en liten, men effektiv, dugnadsgjeng (Arve og Joakim Aardal, Einar Iversen, Aslak Kinneberg) å få løftet doen tilbake på plass.



O-laget kunne dessverre ikke tilby do-fasiliteter på Busterud vinteren 2012.



Fra Busterudvangen tidlig i januar 2014.

Treet med kjentmannsposten ble tatt av stormen "Dagmar" i jula 2011.



Treet med skiltene på Busterud fikk hard medfart av "Dagmar".



Bak vedskjulet er 2011-stormens herjinger fremdeles godt synlige i 2014.

Utbyggingsplaner

Det har blitt lagt konkrete planer for utbygging i hvert fall to ganger. La oss gjengi noen betraktninger fra jubileumsskriftet til GOL i 1984.

Busterudvangen – drøm og virkelighet

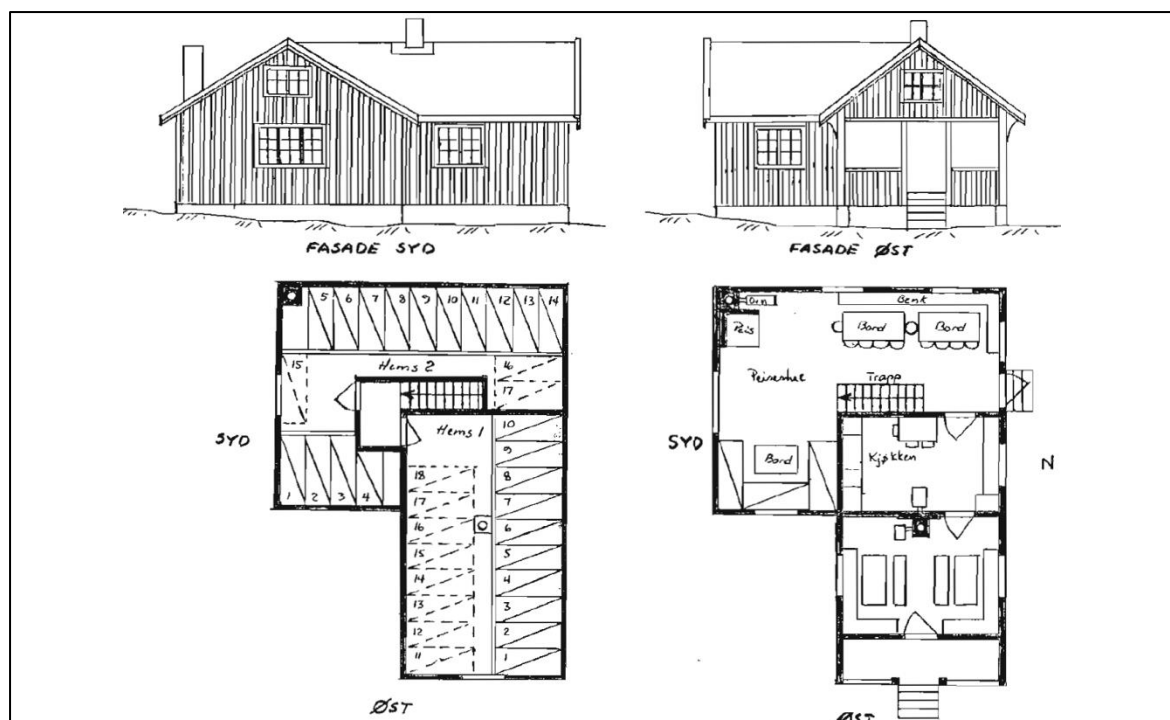
Busterudvangen – det er som om suset fra storskogen har blåst liv i navnet på denne fredede plett i hjertet av Romeriksåsen. Men nøktern sett, hva er stedet i virkeligheten:

- En gammel tømmerkoie på 34 m², med enkle vinduer og et uisolert loft.
- Sengeplass til 2 personer.
- Brukbar plass til servering av solbærtoddy og sjokolade i vintersesongen.
- En fin voll til samlingsplass og uteaktiviteter.
- Ubrukelig til overnatting ved samlinger.
- Brukbar til dommerkontor ved o-løp.

Hva kunne det så ha vært om tillatelser og penger kunne skaffes og noen var villige til å ofre tid og krefter på drømmen:

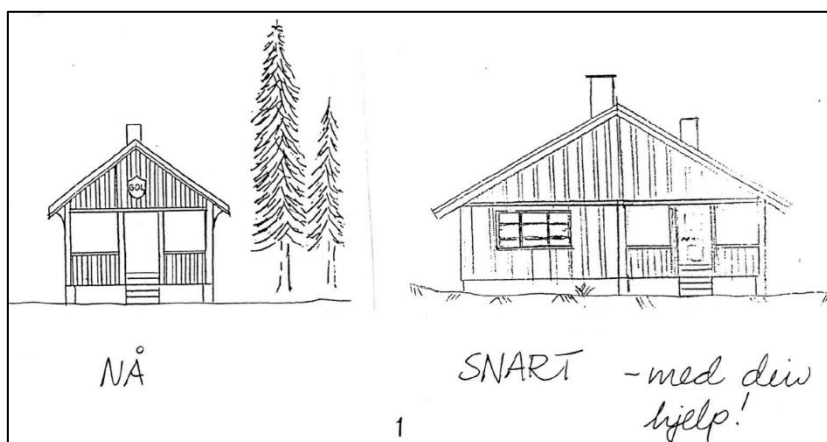
- Tømmerkoie på 34 m² påbygget en vinkelpisestue på 40 m² på, isolert loft over det hele innredet til 2 sovehemser for inntil 35 personer. Sengeplass nede til 5.
- Eget O-SETER i ypperlig terreng utenfor egen stuedør, ideell til samlinger for 10-40 gutter og jenter!

Pris? (hvem vet) kanskje kr 150.000 eller kr 100.000 + 3000 timer dugnad. Det er lov til å drømme!



Drømmen om utbygging av Busterud tidlig på 80-tallet.

I 1997 ble det igjen blåst liv i drømmen om utbygging. O-laget sendte inn forslag til Gjerdrum Almenning om å få utvide hytta. Utvidelsen ville innebære en dobling av hyttas areal. Espen Kronberg sa seg villig til å være ansvarshavende og til å bistå med å lage kostnadsoverslag. Etter kort tid ble forslaget godkjent av Almenningsstyret, og de sa seg også villige til å betale for materialene som ville gå med. Deretter fulgte en lang og krevende prosess der saken var innom en rekke instanser i kommunen og fylket. Saksgangen skulle bli svært lang, men omsider ble planene godkjent etter mange runder med puring og diskusjoner. I mellomtiden ble det oppdaget i GOL at man hadde bommet på målestokken i de tegningene som dannet utgangspunktet for planene. Med dette ville nybygget bli større enn først antatt. Kommunen ble informert, og etter en ny runde i byråkratiet ble planene godkjent nok en gang. Godkjennelsen fra kommunen forutsatte imidlertid at Gjerdrum Almenning ga ny tilslutning til planene. Men i et møte i Almenningsstyret 4. november 1999 ble utbyggingsforslaget avslått.³² To alternative, mindre omfattende, utbyggingsforslag ble avslått i samme møte. Skuffelsen over vedtaket var naturlig nok stor i o-laget. I løpet av 2-3 år hadde det bygget seg opp en sterk optimisme og en grunnleggende tro på at dette skulle man få til med felles innsats.



Skisse av planlagt utbygging av Busterud-hytta på slutten av 90-tallet.

GOLs damelag på 80-tallet

Stafett er moro og dette har gjennom alle år vært en av høydepunktene for hver sesong i GOL. Det var spesielt damene som gjorde seg bemerket i stafett-sammenheng fra slutten av 70-tallet og utover på 80-tallet. Stafettene er en viktig årsak til at vi dameløperne fortsatte å satse og holde sammen i GOL selv om noen av oss flyttet på oss. Med få unntak har dame-stafettlaget på 80-tallet bestått av Anne Grethe Larsen/Rustad og søster Torunn, Lene og søster Hanne Sørensen, Elisabeth Strandhagen og Anne Berit Moe. På 3- og 4 etappers stafetter måtte vi kjempe en innbyrdes kamp om en plass på 1.laget. I tillegg var Inger Døhlen med på laget i enkelte stafetter.

Helt på slutten av 80-tallet begynner nye GOL jenter å bli med på de store stafettene og i 1989 utgjør 2.laget på tiomila Kristin Ulven, Margrete Østbø, Katrine Finstad og Marit Moe. Men det er spesielt glansårene fram til 1987 som blir omtalt her og de største stafettene.

NM stafett med medaljer

1980 og 81 var det junior NM lagene med Hanne, Anne Grethe og Lene som løp inn til bronse- og sølvmedalje og en flott avrunding på juniorårene for Lene og Anne Grethe.

I 1983 fulgte vi opp i seniorsammenheng og løp inn til bronse med Lene, Elisabeth Strandhagen (overgang fra OK Moss i 1982) og Anne Grethe. NM gikk på Fetsund og nærmest på hjemmebane. Det var et visst forventningspress på oss. På forhånd visste vi at vi var sterke nok til å kunne være med å kjempe med de beste og vi innfridde. Vi har flere topp 10 plasseringer på 80-tallet, men bronzen fra 83 står fortsatt som den beste NM plassering i lagets stafett-historie (sammen med guttas bronse i 2013).



Lene, ankerkvinne Anne Grethe og Elisabeth, smiler fornøyde etter bronseløpet i NM stafett 1983

Tiomila/tvåmila i Sverige

Det begynte i 1981 med en 32. plass i denne gigant-stafetten i Sverige med ca 400 damelag på startstreken i "2-mila". Dette var vi kjempefornøyde med. På laget løp Hanne, Lene, Anne Berit, Inger og Anne Grethe. Hanne ble fra nå fast første-etappeløper. Stafetten var en stor opplevelse, ikke minst det å følge med herrene på natta og stemningen i teltleiren. Vi håpet og få med eget herrelag neste år, noe vi ikke hadde lyktes med i 1981.

Så fulgte noen år da vi stadig var med i tetkampen om topp 10-plasseringer. I 1982 lå vi an til en plass blant de 10 beste, men feilstempling på siste post, siste etappe, gjorde at vi ble disket i selskap med flere andre lag. Vi revansjerte oss kraftig i 1984 da laget løp inn til 5 plass og hittil beste plassering med Hanne, Anne Berit, Elisabeth, Anne Grethe og Lene på laget. Så avrundet vi "vår" tio-epoke med en 10.plass i 1986. Da var Torunn byttet ut med Elisabeth. I 1983 stilte vi for første gang med 2 damelag og da var det Anne Berit og Inger Døhlen sammen med døtrene Tone, Mona og Laila som dannet andrelaget. 1983 var også første gang vi hadde med herrelag.



En fornøyd gjeng etter 5. plassen på Tiomila i 1984. F.v.Lene Sørensen, Elisabeth Strandhagen, Anne Berit Moe, Anne Grethe Rustad og Hanne Sørensen. Foto: Harald Andresen

Krogskogstafetten

I den legendsike gjennomgangs-stafetten var Gjerdrums-damene alltid med å kjempe om gode plasseringer i toppen fra vi startet med deltakelse i 1979. (se omtale under epoke 1975-79). I 1982 ble det seier og på laget løp Hanne, Anne Berit, Elisabeth, Lene og Anne Grethe. Vi gjentok denne bedriften i 1989, da med Torunn som erstattet Elisabeth. I perioden 80-86 kan vi skilte med flere 2. og 3. plasser. De koselige keramikk-krusene står fortsatt framme i min stue som et godt minne om stafetten.

Jukola i Finland

Verdens største o-stafett var og er et fantastisk arrangement og vi fikk også oppleve denne i GOL-drakta. I 1983 løp laget med Hanne, Anne Grethe, Elisabeth og Lene inn til en meget sterk 8. plass blant ca 450 lag, den beste plassering i lagets historie.



Gjerdrum O-lags Inger Døhlen inn mot veksling i «2-mila» i Sverige. Hun overlot stafetten til Anne Grethe Larsen på Gjerdrums sisteetappe, og Gjerdrum ble nummer 32 til slutt.

"2-mila/10-mila"1981 med Inger Døhlen mot veksling

Vårstafett og Solo

Det er mange andre større stafetter vi også deltok i. Blant annet Vårstafetten i Halden der Hanne, Anne Grethe og Elisabeth løp inn til seier i 1982 med alle de beste norske lagene på startstreken. Hanne steppet inn på laget som reserve for en syk søster Lene og gjorde sine saker bra.

Stafetten under Solo (senere O-festivalen) var også av de store begivenhetene. Her ble vi stabile på den "sure" fjerdeplassen ved å kapre denne både i 1982, 83 og 84. Men vi var godt fornøyde med fjerdeplassene så vidt jeg kan huske. Noen gode plasseringer har vi også i Smålandskavlen i Sverige.

Elisabeth Strandhagen har sendt oss et hyggelig bidrag til jubileumsnummeret som passer å gjengi i helhet her :

"Så moro å lese gamle nummer av GOL-nytt! Både for minnene og det historiske perspektivet. Medlemskontingent for voksne kr 30,- ...

Min aktive periode i Gjerdrum OL varte fra 1982 til 1986. Studiene brakte meg etter det til Göteborg og der har jeg visst blitt boende. I OL-tider som nå er det ganske praktisk å være både norsk og svensk, det blir liksom medaljer å glede seg over hver dag da.

Mine orienteringsbarnsben tråkket jeg i Moss som var en veldig aktiv klubb på den tiden med god bredde og mange eliteløpere. Men da jeg var student i Oslo og bodde på Lørenskog var fristelsen stor til å ta skrittet over til de enda bedre elitedamene i Gjerdrum, og sånn ble det. Jeg meldte meg inn i 1982.

Det var noe spesielt med Gjerdrumsdamene, de var ikke mange men alltid med i toppen. To «litt eldre damer» (de var jo minst 30!), to i min egen alder og to småsøstre. Det var mer enn nok til å hevde seg i de store stafettene både hjemme og utenlands for alle leverte nesten alltid gode løp. Så jeg fikk kjempe om plassen på laget. Men ikke mer enn to måtte bli sjuk eller gravid for da fikk vi ikke noe lag...

Min debut for Gjerdrum var i påskeløpene i Sverige der vi fikk en pangstart da Anne-Grethe, Lene og jeg tok tredobbelt på Öjetrampen – og i stafettsammenheng på Vårstafetten i Halden en uke

senere der det med de samme to ble suksess i det første forsøket. Etter det gikk det slag i slag. Hanne løp alltid bra på førsteetappe og på 10-mila leverte Torunn et praktløp 14 år gammel! De beste resultatene kom på NM-stafetten 1983 da vi tok bronse og på 10-mila 1984 da vi ble nr 5. Det jeg husker best fra den dagen var speakers oppfordring til Lene Brun Sørensen – «vi har hittat din plånbok, kom till speaker så får du tillbaka den»... og samtidig kom Lene i full fart på oppløpet ca 5 minutter tidligere enn vi hadde beregnet og hadde løpt opp en drøss med plasser!

Det ble 5 sesonger med mange gode minner og mange morsomme stafetter – og treningsøkter i flott terreng. Jeg lengter ofte tilbake til Romeriksåsen og resten av Romerike som har litt mer «drømmeterreng» enn terrenget rundt Göteborg selv om det kunne være ganske slitsomt i Romeriksterrenget også.

Gratulerer med 50 årsjubileumet!
fra Elisabeth Strandhagen"

Krogskogstafetten:

Gjerdrum nummer tre!



Gjerdrum-jentene er alltid å regne med når det er snakk om o-stafett. I Krogskogstafetten ble det en meget sterk tredjeplass av denne kvintetten. Fra venstre Hanne Sørensen, Lene Sørensen, Anne Berit Moe, Inger Døhlen og anne Grete Larsen.

Gjerdrums damelag lagde sensasjon ved å bli nummer tre av 47 lag 1 søndagens Krogskogstafett, som gikk av stabelen med Asker Skiklubb, OSI og Tyrving IL som arrangører.

Stårten var lagt til Vestmark-sætre, der Gjerdrum stilte med Hanne Sørensen på første etappe.

M 60:

1) Johannes Bjørnland 2.33.58.

K 35:

1) Ida Nordhagen, DnC 3.13.01.

Hun vekslet som nummer sju, etter at et godt gjennomført løp. På andre etappe løp Lene Sørensen laget opp til tredjeplass, bare 12 sekunder etter teten. Inger Døhlen løp tredje etappe, som i motsetning til de to første, var

gafflet. Laget gikk ned noen plasser på denne tappen, og vekslet som nummer sju. På fjerde etappe, også gafflet, løp Anne Grete Larsen Gjerdrum opp til femteplass, og på siste og avgjørende etappe løp Anne Berit Moe et godt løp, som altså endte med en hederlig tredjeplass.

Etappenes lengde var 4, 6, 3,5, 3,5 og 6 km. Terrenget var meget tungt.

Øvre Romerike stilte med tre herrelag, nemlig Eidsvoll, Ullensaker og Gjerdrum. På den åttende etapper lange stafetten åpnet Gjerdrum sterkt ved å veksle bare drøye to minutter etter tetlaget. De fulgte sterkt opp på de

neste etappene, og vekslet henholdsvis som nummer 40, 24, 19, 15 og 12, før de gikk ut på siste etappe. Her skjedde et uhell som gjorde det umulig for laget å fullføre på normalt vis. Men godt gjort var det likevel av Gjerdrumslaget å ligge så høyt oppe på de sju første etappene.

På laget løp Lef Aronsveen (8 km), Knut Larsen (5 km), Stein Rosenberg (8 km), Per Olav Rustad (11 km), Hans Larsen (7 km), Anders Kronberg (3,5 km), Olaf Moe (3,5 km) og Terje Lindal (9 km).

For Ullensaker og Eidsvoll gikk det ikke fullt så bra. De lå tidsmessig langt etter tetlagene allerede etter tre etapper.

Mål og vekslingsplass for de fleste etappene var lagt til Solli Gård.

Arrangementet ble greit avviklet.

Lene.

Avisoppslag etter en av bragdene i Krogskogstafetten



Tiomila i 1986 med 10. plass. F.v. Lene, Anne Berit, Hanne, Anne Grethe og Torunn foran.

Da Gjerdrum ble nr. åtte:

Jukola-kavlen en opplevelse

Gjerdrum OLs damelag løp som vi nevnte tirsdag inn til en meget sterk 8. plass i den kjente Jukola/Venela – kavalen i Finland.

Det var 35. gang denne stafetten ble arrangert, og den går etter samme mønster som svenskenes 10-mila.

Stafetten gikk i år i traktene rundt Kuovola, ca. 14 mil nord-øst for Helsingfors.

Ca. 350 damel. stilte til start i Venelakavalen som gikk over fire etapper. Her stilte både Eidsvoll OL og Gjerdrum OL med lag. Allerede etter 1. veksling hadde Gjerdrum skaffet seg en god utgangsposisjon ved å veksle 3.30 min. bak teten. Hanne Sørensen åpnet som vanlig for Gjerdrum. På andre etappe holdt laget fortsatt samme avstand, og Elisabeth Strandhagen kunne sende Anne Grethe Larsen ut som nr. 18.

På den tredje etappen ble det spredning på lagene, og selv om Gjerdrum nå vekslet som nr. 13, var Anne Grethe langt fra fornøyd med sitt løp. På siste etappe klarte Lene Sørensen å løpe laget opp til 8. plass etter å ha gjennomført løpet uten særlige problemer. Gjerdrum ble tredje beste norske lag.

Eidsvolls damelag gjorde også en hederlig innsats etter

en meget sterk siste etappe av Monica Hatlen. Hun løp laget opp 28 plasser, og de endte på 31. plass. På dette laget løp i rekkefølge Ingjerd Vestengen, Mette Norderhaug, Mari Gabrielsen, Monica Hatlen. Etappelengdene var: 6-6-5, 4-7 km.

Eidsvoll OL stilte også med herrelag. Hele 800 lag stilte til start på den 7 etapper stafetten som gikk hele natten. På Eidsvolls lag som fullførte i fin stil løp Audun Knutsen, Per Aas, Bjørn Røtterud, Trond Arntsen, Lars Saxhaug, Tom Eidsæter og Terje Antonsen. Laget ble nr. 331.

Arrangementet var helt fantastisk tilrettelagt. Telt- og samlingsplass var lagt til en liten flyplass. Da været viste seg fra sin beste side, ble det en flott opplevelse å være med på denne stafetten.

Terrenget bestod av mye groper og ungfuroskog og var forholdsvis flatt. Tidene ble da også raske i stafetten.

Sluttresultater i stafetten:

1. Almby IK 2.54.29, 2. Leidon Parma 2.55.39, 3. OK Ravinen 2.57.24, 5. Bækkelaget SK 2.59.00, 7. Romerikslaget 3.04.59, 8. Gjerdrum OL 3.05.04, 31. EIDSVOLL OL 3.18.27.

Beste norske herrelag ble Sturla med en 6. plass.

Reportasje i EB/UB av L Sørensen

GOLs mesterskapsløpere

Nedenfor ser du løpere fra GOL som har deltatt i VM, EM eller verdenscup for junior eller senior.

ESKIL KINNEBERG	Mesterskap: JEC 2009 Jr-VM 2010 Jr-VM 2011 Jr-VM 2012 med mer Største meritter: 2. HL 2007 3. HL, 2. sprint 2008 1. jr-NM natt, sprint 2009 3. jr-NM stafett 2009 1. JEC 2009 1. jr-VM stafett 2010 1. jr-NM lang, mellom, natt, ultra, stafett 2010 2. jr-NM sprint 2010 1. jr-NM lang, sprint, ultra 2011 2. jr-NM mellom, stafett 2011 1. jr-VM lang 2012 3. jr-VM sprint, stafett 2012 1. jr-NM natt, ultra 2012 2. jr-NM stafett 2012 3. NM stafett 2013
---	--

ANNE GRETHE RUSTAD	Mesterskap: Nordisk landskamp Blekinge 1979 Nordisk landskamp 1984 WC løp 1983 Største meritter: 12. landskamp 1984 3. NM stafett 1983 3. HL 1975 2. jr-NM stafett 1981 3. jr-NM stafett 1980
---	--

LENE SØRENSEN  	Mesterskap: WC løp i 1983. Nordisk landskamp Sverige 1983 Nordisk ski-o Umea 1985 Landskamp Finland 1986 WC løp i 1986 Største meritter: 1. nordisk landskamp Sverige 1983 1. landskamp stafett Finland 1986 3. NM stafett 1983 2. jr-NM lang 1978 2. jr-NM lang 1981 3. jr-NM stafett 1980 2. jr-NM stafett 1981 
--	---

LENE MOE  	Mesterskap: Jr-VM ski-o 2000 Jr-VM 2000 Jr-VM 2001 Jr-VM 2002 NOM 2004 VM Japan 2004 Største meritter: 2. NOM stafett 2004 1. HL 1996 2. HL 1998 2. jr-NM kort 1999 3. jr-NM lang 1999 1. jrNM sprint 2000 
---	---

ODA WENNEMO



Mesterskap:

Jr-VM 2011
Jr-VM 2012
NOM 2012

Største meritter:

- 2. jr-NM stafett 2008
- 1. jr-NM natt 2009
- 3. jr-NM ultra, sprint 2009
- 1. jr-NM sprint 2010
- 2. jr-NM ultra 2010
- 3. jr-NM natt 2010
- 3. jr-NM mellom, stafett 2011



KRISTIN ULVÉN



Mesterskap:

Jr-VM i 1994

Største meritter:



ELISABETH STRANDHAGEN  	Mesterskap: WC løp i 1983 Største meritter: 3. NM stafett 1983 
---	---

ØYVIND LUND  	Mesterskap: Jr-VM ski-o 2003 EM ski-o 2006 VM ski-o 2007 EM ski-o 2008 Største meritter: 1. NM ski-o lang Gåsbu 2008 3. NM ski-o mellom Gåsbu 2008 3. HL 1998 3. jr NM ski-o 2001 
---	--

Rekruttrening i 1964 og nå

Rekrutter i 1964

Hans Larsen startet i 1964 opp GOL og dermed også den første rekrutt treningen. Den gang var det ikke vanlig at barn løp o-løp, men da barna, Anne Grete og Knut ble store nok ble de tidlig tatt med ut i skogen for å lære om kart og kompass. Flere familier med barn ble etter hvert rekruttert med i GOL som bla Lene og Hanne Sørensen, Truls, Espen og Anders Kronberg, Lene og Hanne Sørensen, Dag Svendsby, Lars Bergersen. Per Gunnar Trondslø, Lars og Bjørn Vegheim for å nevne noen.

Rekrutt treningen på den tiden var å ta med en gruppe unger ut i skogen og fortelle dem om kart og kompass. Kartet hadde tre farger – brun, blå og svart, så dette var litt enklere utgave en dagens kart. Det første nybegynnerkurset hadde Hans på barneskolen på Ask i 1969.

På o-løp var klassen for de yngre delt inn i J1 og J2 for jenter og G1 og G2 for gutter. I tillegg ble det delt inn i upremiert og premierte klasser. Det kom an på om du hadde fått premie i et nasjonalt løp eller ikke. De første o-premiene som ble delt ut var sølvskjeer med o-post på.

Den tiden var det litt andre typer kart og løyper. Det var kun tre farger på kartet og kurvebilde var ikke alltid helt nøyaktig. Løypene måtte tegnes for hånd og kartene ble benyttet flere ganger på trening. Det var jo ikke alltid at håndtegnet løyper ble riktig!

Løypene for de aller yngste var ikke enkle og ofte lå posten langt vekk fra store ledelinjer. Sammenligner vi løyper for de yngste i dag og den gang var det mange ganger A nivå på noen av postene. Vet ikke om det fantes kontrollører den gangen!



Kart med treningsløype for rekrutter på 60-tallet.

Rekruttrening i 1964 og nå

Her ser vi en av løypene til Anders Kronberg i H12. Ikke så lett løype. Da ble det brukt klippetenger på posten som vi klippet i startkortet! Det var i gamle dager det !

INNKOMSTID		KLASS NR.		START NR.				
1617 00				79				
STARTTID		FØDT ÅR		KLASSE				
				H12				
SLUTTID								
NAVN								
Anders Kronberg								
KLUBB								
GJERDRUM O-LAG								
KONTROLL FØR START								
10	11	12	13	14	15	16	17	18

2.5 KM		
1. KOLLE		CA
2. MYR, N. KANT		A4
3. KOLLE		AB
4. MYR, N. KANT		BG
5. PUTT, NØ. KANT		AW
6. HØYDEPUNKT		AX

Løpskart til 12 år gamle Anders Kronberg på 60-tallet.

Rekrutter i 2014

Veldig mange av dagens rekrutter har foreldre og noen til og med besteforeldre som har vært aktive o-foreldre tidligere. Disse rekruttene har fra de kunne gå løpt småtroll, N-åpen i mange år og fått med seg mye av det grunnleggende med kartet og hva orientering er.

Det å få med nye rekrutter til å løpe orienteringen er helt annen utfordring i dag enn i 1964.

Informasjon om o-kurs og treninger deles ut på skoler og til skiklubber rundt om kring på Øvre Romerike, sms sendes ut, og av og til får vi ut litt informasjon i lokal avisene om oppstart av orientering på våren.

Rekrutt trening i dag består av mye lek og moro både før og etter o-trening i skogen. Ofte starter vi opp med forskjellige type oppvarmingsleker som karttegnstafett og kjeglestafett (4-på rad). Er vi nærheten av myr så er Urge-stafett i myra kjempegøy, så lenge vi finner igjen skoene ☺.

Selv om info kommer ut til mange, er det vanskelig og få med nye rekrutter. Mange barn driver med flere idretter samtidig på sommeren og høsten, og foreldrene har en hektisk hverdag slik at de ikke har tid til å kjøre til trening utenfor nærmiljøet. Vi ser allikevel at trenden er i ferd med å snu med økende antall rekrutter i 2013. Godt samarbeidet med klubbene i Raumar har medført et godt o-miljø og for de yngste.



Spillet "fire på rad"



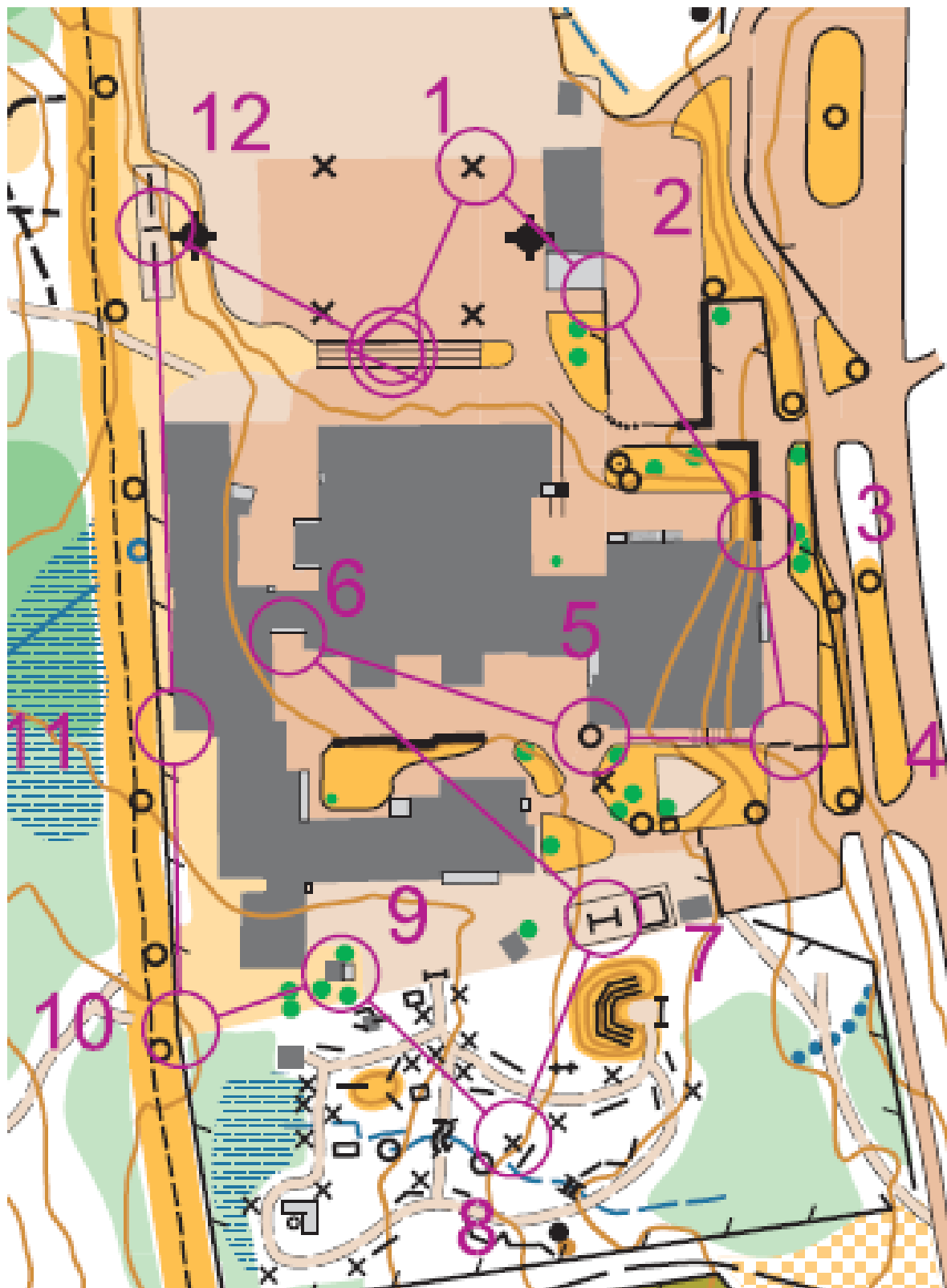
Leken "Urge-stafett i myra"

Kart,løyper og o-løp for rekrutter

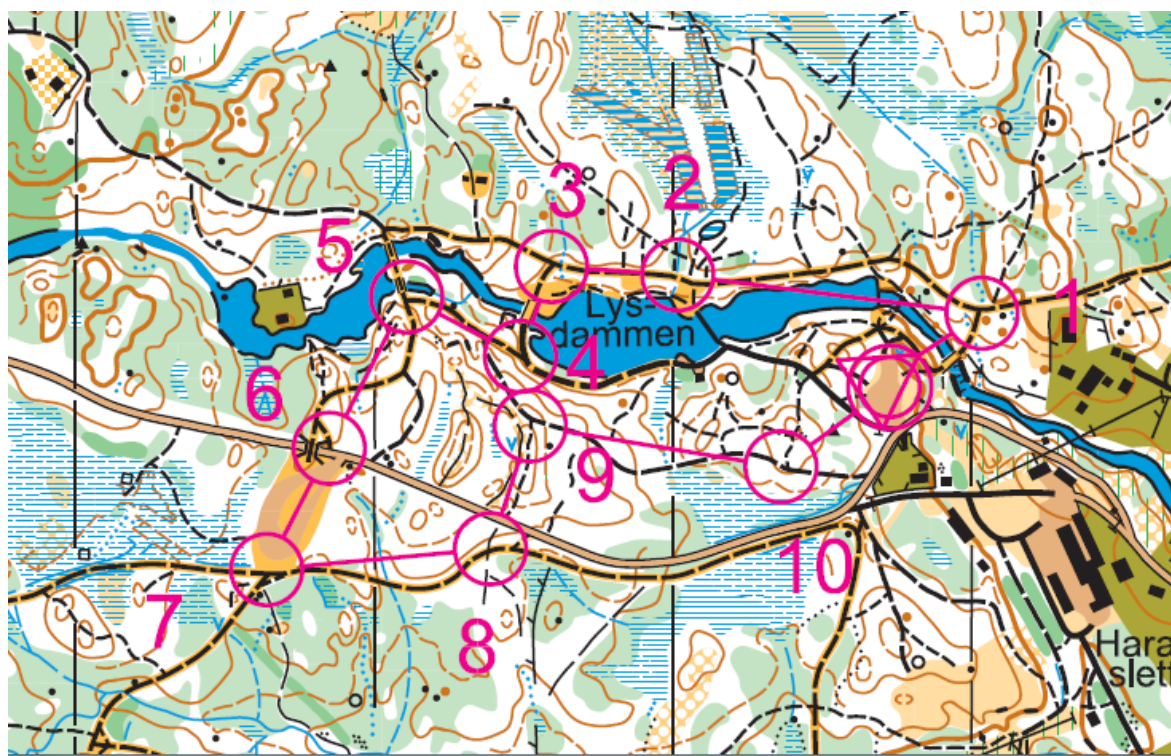
Bedre kart en det vi har i 2014 er vel nesten ikke mulig. Ved hjelp av laserskanning til kartgrunnlag og programmet O-cad kan vi stort sett gjøre alt med kart og løyper, og ikke minst forstørre kartene til minste detalj. Det er morsom å lage løyper i nærområder ved skoler og parker når det blir mange detaljer.Under ser vi eksempler fra trenings løyper vi har hatt på Veståsen skole og ved Lysdammen.

Da de skulle på o-løp på 70-tallet visste ingen når de startet, kun når første start var. Alle dro stort sett rundt samme tid og hadde det sosialt på samlingsplass til de skulle til start. Alle hadde en starttid og kartene ble delt ut i startøyeblikket uansett om du var nybegynner eller ikke. Løypene for de yngst var ikke alltid lette og hadde varierende vanskelighetsgrad.

I dag får vi vite start tiden mange dager i forveien og de medfører av vi ofte reiser mye seinere til o-løpet. Kartene til rekruttene deles ut på samlingsplass og noen ganger legges til og med løypene ut på nettet flere dager i forveien. De fleste rekrutt løypene har bra N- nivå tilpasset nybegynnere og på noen løp er det til og med mulig følge en snor gjennom hele løypa. Noen klubber har smile fjes eller surt fjes for å vise at rekruttene er på riktig eller feil vei.



Rekruttrening fra Veståsen skole



Rekrutttraining fra Lysdammen

Vårsamling i Sarpsborg:

Hver vår drar alle rekruttene på samling til Sarpsborg. Der er det o-trening i forskjellige terreng og alltid en økt i en av parkene. Sprint løp med forskjellige runder er alltid morsomt. Det er viktig med det sosiale samlinger og en tur på Badeland er veldig populært blant voksen og barn. Pizza og nok godt godteri på lørdagskveld gir god steming.

Mange av rekruttene er med på bare treninger og kanskje 1-2 o-løp i løpet av året, derfor er derfor er det viktig å skape et godt miljø med å samle rekruttene i alle Raumars underklubber på samlinger.



Rekrutter under vårsamling med Gjerdrum o-lag



Vårsamling i Sarpsborg



Hele rekruttgjengen på samling. Også fra andre de andre lagene i Raumar.

O-troll samling på høsten med klubber fra Øvre Romerike

På høsten arrangeres O-troll samling for Oslo og Akershus o-krets. Raumar tilhører region 3 sammen med klubbene fra Øvre Romerike. Bildene er fra O-troll samling som Nittedal arrangerte i 2013.



Fornøyde jenter på natt-o-løp



Alle klubbene fra Øvre Romerike på samling

Ferdighetsmerket på høsten

På en av de siste treningene på høsten har vi ferdighetsmerket, der det er mulighet å ta gull, sølv eller bronse merket. Ungdommene er med og hjelper til som trenere, noe som er populært hos rekruttene.

Alle klarer merket ☺, og uteling av merket har vi på stabburet på Hovind i forbindelse med sesongavslutningen.

Krav til bronse merket:

Kunne svare på noen spørsmål om kart og karttegn.

Gjennomføre en enkel løype alene eller med voksen som skygge samme kveld.

Krav til sølvmerket:

Kunne svare på noen spørsmål om kart og karttegn.

Gjennomføre en o-løype alene som går litt utenom stier samme kveld.

Fullføre alene tre ordentlige o-løp i nybegynnerklassen eller vanskeligere i løpet av sesongen (løp utenom vår interne klubbkarusell).

Krav til gullmerket:

Å gjennomføre ei o-løype hvor du viser at du forstår sammenhengen mellom kart og terreng, og at du har en plan med det du gjør mellom postene. En voksen stiller spørsmål underveis eller eventuelt til slutt.

Muntlig teoritest etter o-løpet. Du skal her vise hva de fleste karttegn betyr og kunne postbeskrivelse med IOF symboler.

Fullføre alene tre ordentlige o-løp i ordinær klasse i løpet av sesongen (løp utenom vår interne klubbkarusell).



Glade rekrutter som har tatt merket. Rekruttrening fra A-brua i Almenninga



Rekruttrening fra A-brua (lysløypa) i Almenninga. Bjørn og Trygve Erling klarer merket.

Medlemsbladet GOL nytt

O-lagets første klubbavis ble gitt ut tidlig på vinteren i 1975. Redaktører da var Lene Sørensen og Anne Grethe Larsen (Rustad). Klubbavisa ble stensilert^b opp på stensilmaskin og besto ikke av så mange sider. Den ga først og fremst medlemmene informasjon om trening og klubbkvelder, foruten intervjuer med noen av lagets medlemmer. Redaksjonen drev oppsøkende virksomhet, og gikk ikke av veien for sparkturer på flere kilometer for å nå sine intervjuobjekter.³³ Tidligere hadde den informasjonen som skulle ut til de aktive blitt gitt per telefon eller enkle stensiler.

GOL nytt har i 39 år vært et fast hyggelig og humørsprende innslag i GOL-hverdagen. Til tider også veldig viktig for å spre informasjon medlemmene trengte for å delta enten på treninger, løp, samlinger eller andre sammenkomster. GOL nytt er nå inne i sin 39. årgang om det blir julenummer i år igjen. GOL nytt ble ikke utgitt i 2007.

Det at GOL nytt har vært et medlemsblad med kvalitet ble bevist i 1982 da Norges Idrettsforbund i en landsomfattende konkurranse med totalt 231 klubbaviser representert, kåret GOL nytt til årets klubbavis. I denne perioden tidlig på 80-tallet var Liv Minken redaktør sammen med en stor redaksjon bestående av Anne Grethe Larsen, Eldri Ulven, Jo Minken, Erik Hannemann, Torunn Larsen og Lene Sørensen (pluss at Ivar Minken hjalp godt til³⁴). Fast møteplass for redaksjonen var hos Ivar og Liv, og her ble det både klippet, limt, tegnet og skrevet på maskin. De ville prøve å gjøre avisa mer oversiktlig og pusse opp utseende, så de laget faste titler som ble utformet med Letraset^{c35}, og det ble tegnet og pyntet. Eldri skrev innholdet på maskin i oversiktlig spalter.

Asle Mo og Eva Dyrhaug ledet redaksjonen på siste halvdel av 80-tallet. Fra 1984 var de medlemmer i GOL og Eva satte sitt preg på GOL nytt gjennom kunstneriske tegninger og lay-out. Asle og Eva fikk barna Ola, Tore og Ellen og siden de ikke bodde i Gjerdrum var det naturlig at de byttet fra GOL til O-52 (senere Østmarka) når barna begynte å løpe også.

Greier vi å samle alle årganger av GOL-nytt??

Når vi nå har fått gode tørre lagringsmuligheter i GrøKul, bør vi også få en komplett samling av GOL-nytt. Jeg har ikke hørt om noen som er sikre på at de har alle nummer, men hvis vi får litt fra alle, så kanskje vi greier dette?

Vi trenger bare å låne dine eksemplarer slik at vi får tatt en kopi. Ta kontakt!!

Arve

Utklipp hentet fra GOL nytt nr 3 1998.

Joda Arve, nå er så å si alle utgivelser samlet. I januar 2014 ble alle elektroniske utgaver fra de seneste årene og alle tilgjengelige papirutgaver fra første nummer i 1975 scannet og samlet elektronisk på nett. Arkivet er tilgjengelig via GOLs hjemmeside under menyen GOL nytt og årgangene er nå også arkivert hos Nasjonalbiblioteket. De numrene som mangler (i skrivende stund av denne jubileumsboken) er: 1979 nr 2, 1984 nr 2 og 1987 nr 5.



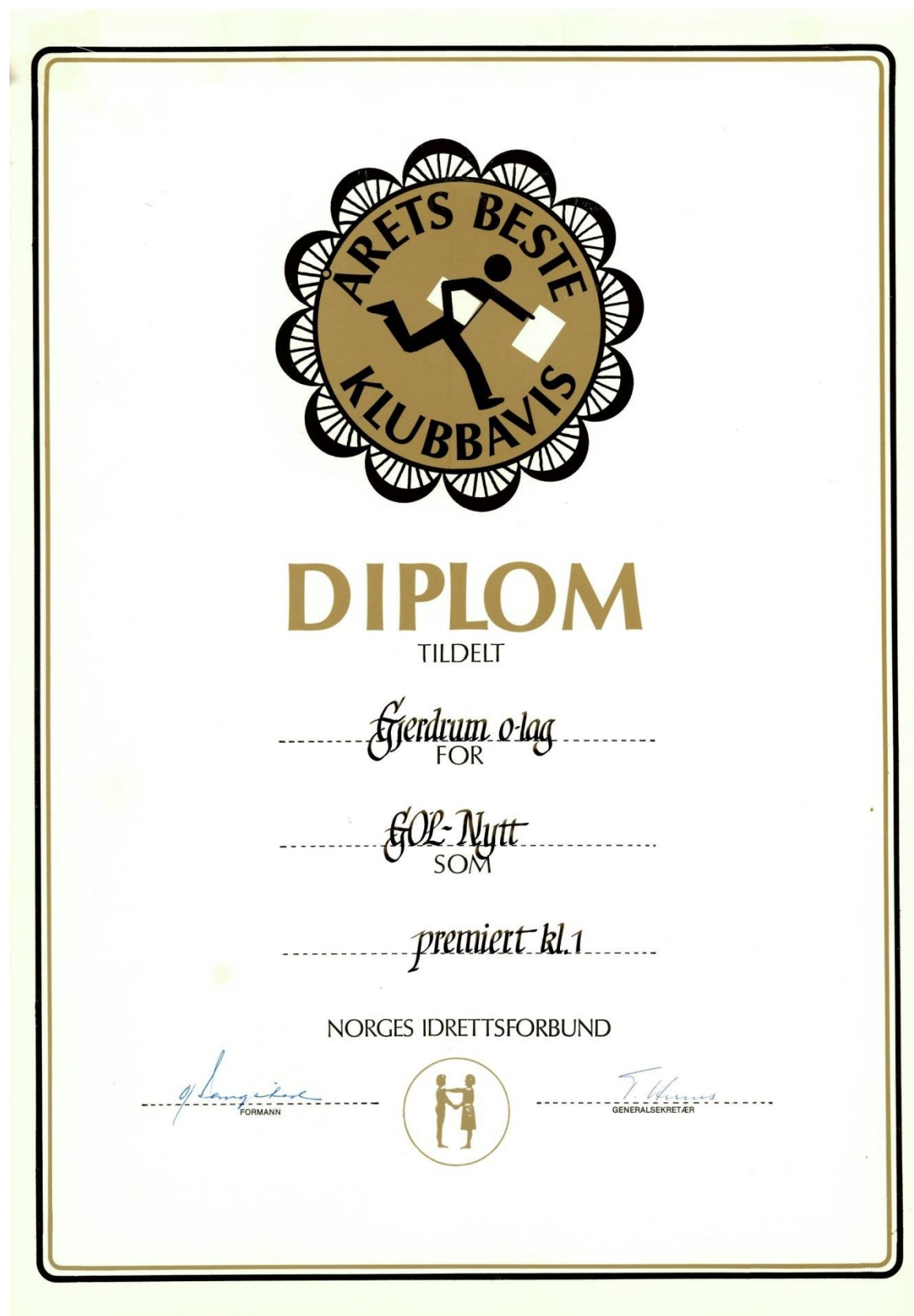
Vi får håpe at arkivet i papir og de to elektroniske arkivene blir vedlikeholdt i årene fremover.

Direktelink til GOL nytt-arkivet:

<https://www.dropbox.com/sh/w5bnyliuqj5ynh9/pRBqx5RzcZ>

^b å stensilere: mangfoldiggjøre tekst på stensil, stensil: vokspapir til å (maskin)skrive tekst på som skal mangfoldiggjøres, ofte kalt blåtrykk

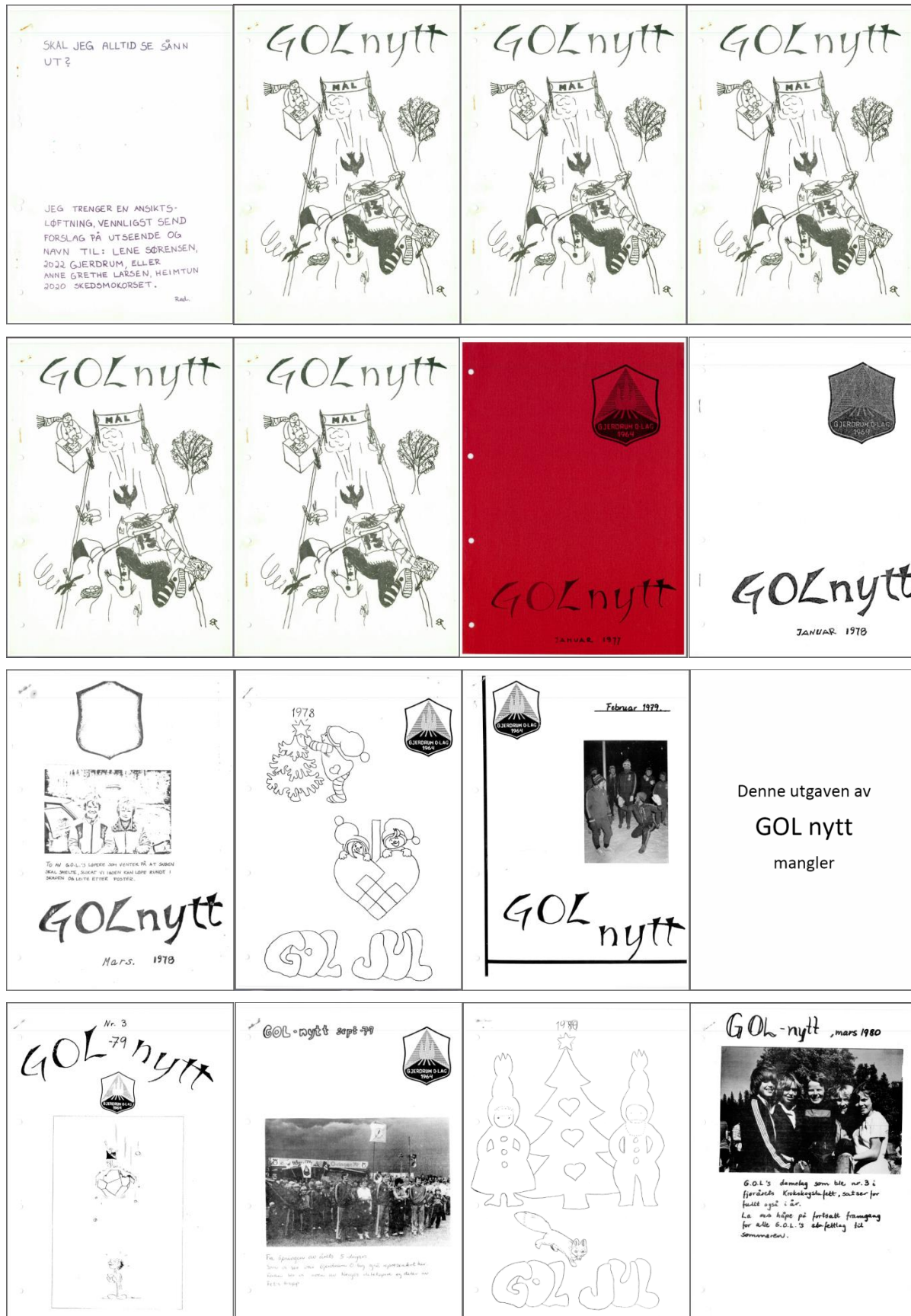
^c Letraset er et selskap fra Kingsnorth Industrial Estate i Ashford, Kent, Storbritannia. De produserte blant annet ark med ferdig trykte bokstaver i ulike fonter



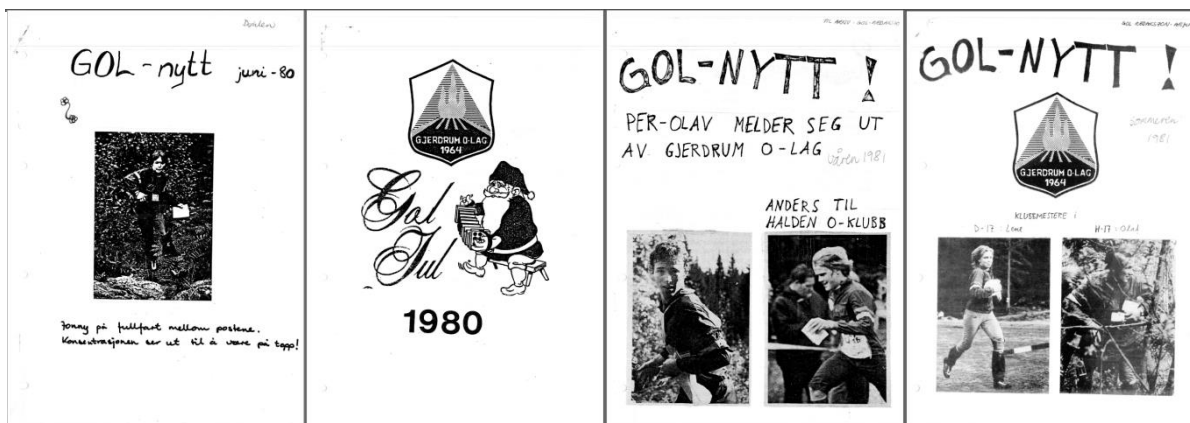
Diplom fra Norges Idrettsforbund til GOL for klubbavisen GOL nytt

Forsidene av Gjerdrum o-lags medlemsblad fra 1975 til 2014

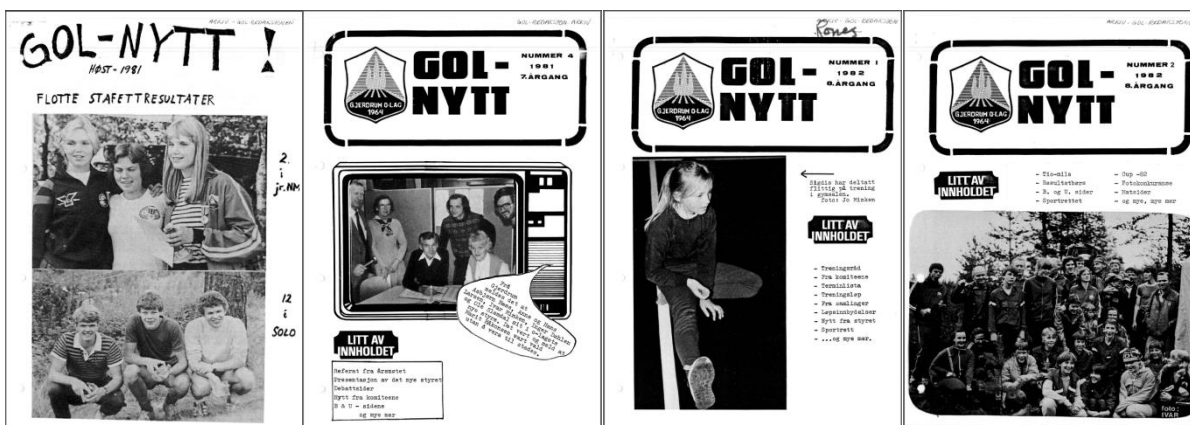
GOL nytt's første utgivelse hadde et ønske om tips til utforming av forsiden. De neste 5 var identiske og motivet var tegnet av Eli Rones.



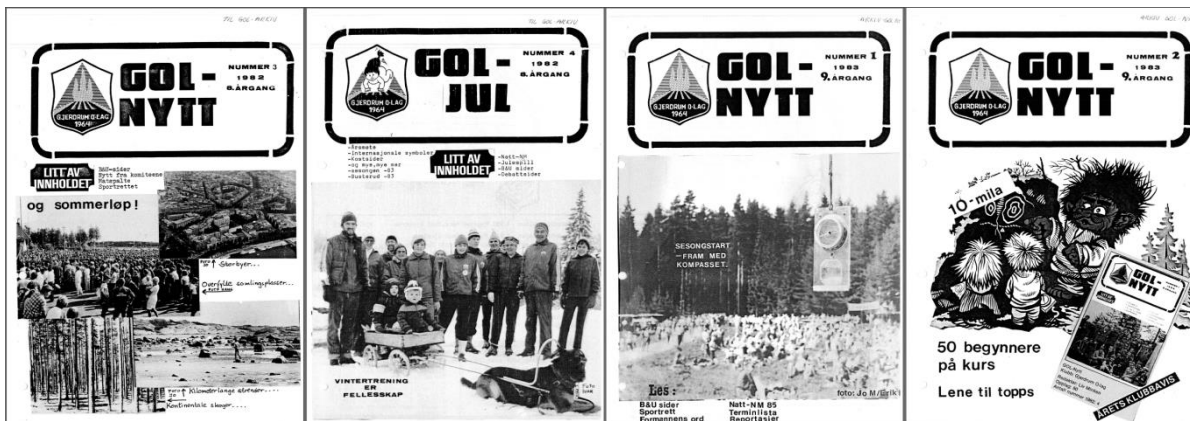
Utgivelse 17 (1980 nr. 3)
– Utgivelse 20 (1981 nr. 2)



Utgivelse 21 (1981 nr. 3)
– Utgivelse 24 (1982 nr. 2)



Utgivelse 25 (1982 nr. 3)
– Utgivelse 28 (1983 nr. 2)



Utgivelse 29 (1983 nr. 3)
– Utgivelse 32 (1984 nr. 2)



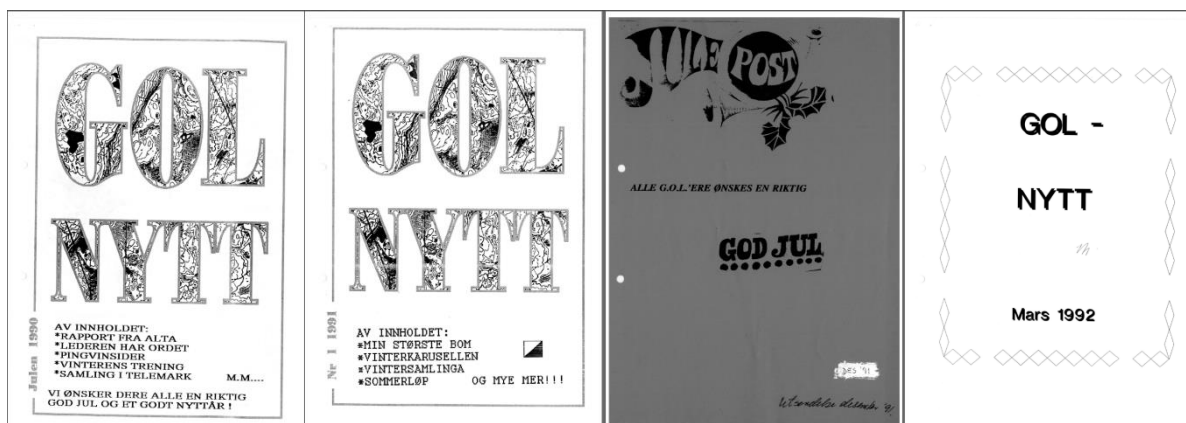
Denne utgaven av
GOL nytt
mangler



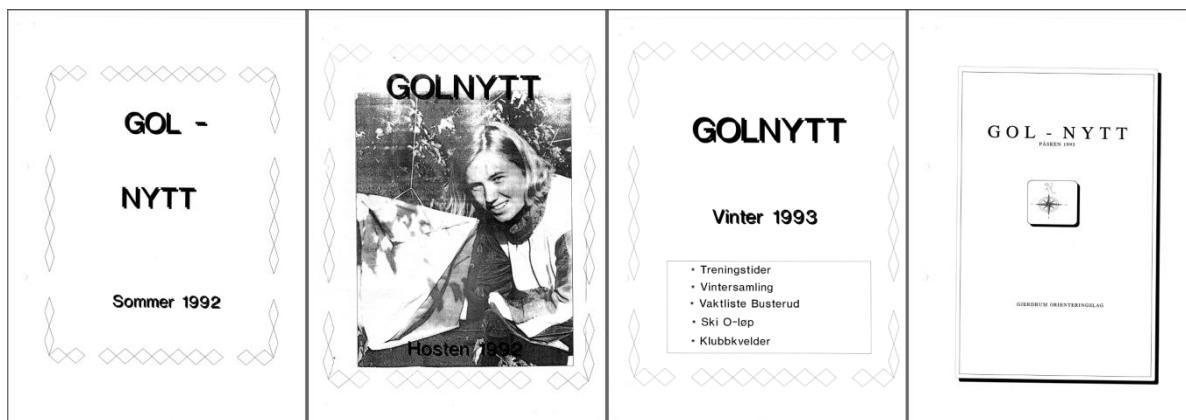
Utgivelse 49 (1988 nr. 2)
– Utgivelse 52 (1990 nr. 1)



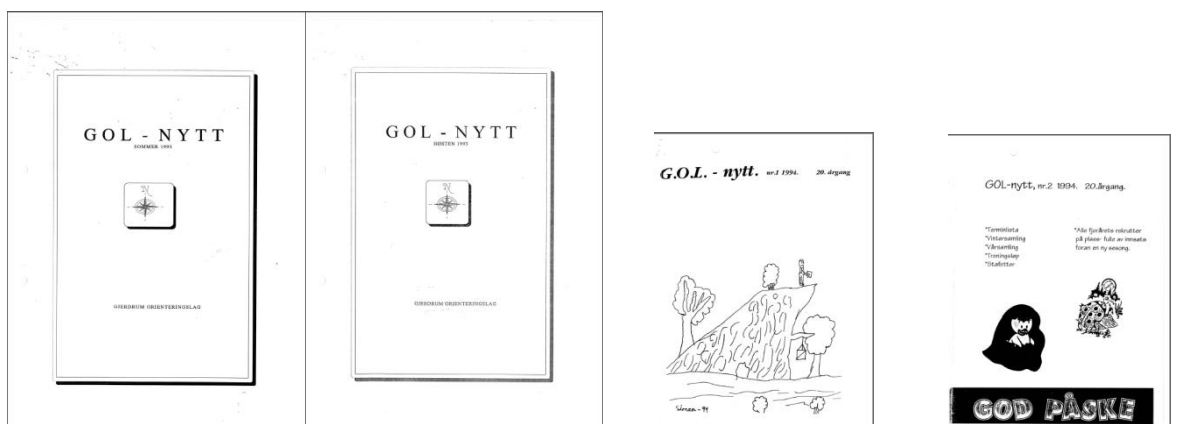
Utgivelse 53 (1990 nr. 2)
– Utgivelse 56 (1992 nr. 1)



Utgivelse 57 (1992 nr. 2)
– Utgivelse 60 (1993 nr. 2)



Utgivelse 61 (1993 nr. 3)
– Utgivelse 64 (1994 nr. 2)



GOL nytt nr 1 og nr 2 i 1994 ble utgitt i A5-hefte-format.

Utgivelse 65 (1994 nr. 3)
– Utgivelse 68 (1995 nr. 1)

Utgivelse 69 (1995 nr. 2)
– Utgivelse 72 (1995 nr. 5)

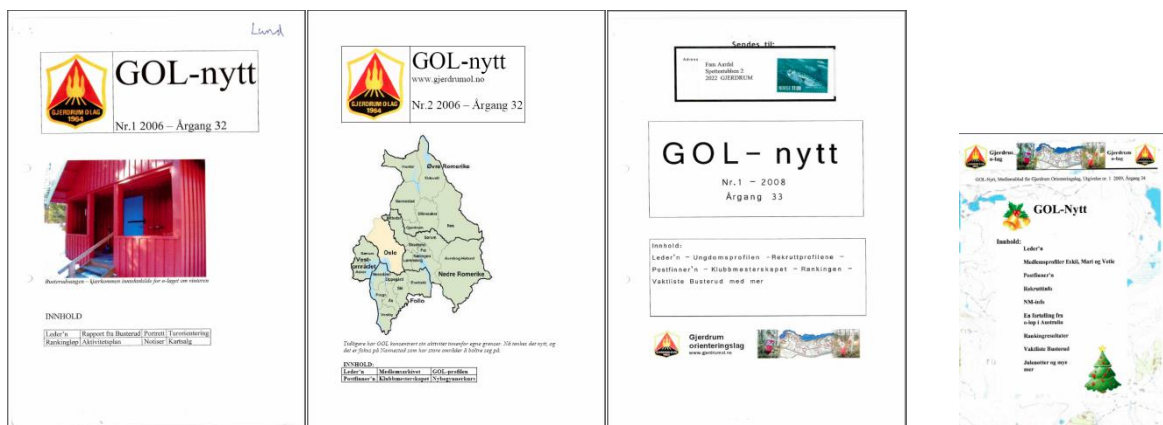
Utgivelse 73 (1995 nr. 6)
– Utgivelse 76 (1996 nr. 3)

Utgivelse 77 (1996 nr. 4)
– Utgivelse 80 (1996 nr. 7)

Utgivelse 109 (2004 nr. 2)
– Utgivelse 112 (2005 nr. 2)



Utgivelse 113 (2006 nr. 1)
– Utgivelse 116 (2009 nr. 1)



Utgivelse 117 (2010 nr. 1)
– Utgivelse 120 (2013 nr. 1)



GOL nytt i 2009 ble utgitt i A5-hefte-format.

Statistikk

Innsatspokalen

År	Navn	Hvilken innsats er vektlagt
1971	Inga Aksdal	Løpsprestasjoner
1972	Per O.Rustad	Løpsprestasjoner
1973	Anne Gr.Larsen	Løpsprestasjoner
1974	Lene Sørensen	Løpsprestasjoner
1975	Knut Larsen	Løpsprestasjoner
1976	Margrethe Jacobsen	Løpsprestasjoner
1977	Anders Kronberg	Løpsprestasjoner
1978	Lene Sørensen	Løpsprestasjoner
1979	Anne Berit Moe	Løpsprestasjoner
1980	Torunn H. Larsen	Løpsprestasjoner
1981	Ivar og Liv Minken	Redaktører i GOL nytt
1982	Hanne Sørensen	Løpsprestasjoner
1983	Elisabeth Strandhagen	Løpsprestasjoner
1984	Anne Sofie og Hans Larsen	Administrasjon og fast hjelper
1985	Kåre Kronberg	Administrasjon, festkomité, dugnader osv.
1986	Ingen	-
1987	Ingen	-
1988	Kristin Ulven	"Sterke resultater, bl.a. i HL og KM" (sitat fra årsmelding)
1989	Ingen	-
1990	Ingen	-
1991	Katrine Finstad	Nr 4 i NM-jr 1992 og nr 6 i stafett i NM-jr
1992	Olaf Moe	Administrasjon og materiellforvalter
1993	Ingen	-
1994	Ingen	-
1995	Ola Kroken	Administrasjon og tur-o-komiteen
1996	Lene Moe	Gullmedalje i HL (D14)
1997	Ingen	-
1998	Øyvind Lund	Bronsemedalje i HL (H15)
1999	Lene Moe	Sølvmedalje (kort) og bronsemedalje (normal) i jr-NM
2000	Inger Døhlen	Administrasjon
2001	Ingen	-
2002	Eivind Aardal	4. plass i HL (H16), vant en etp i 5-dagars i 2001, vant kortdistansen på O-festivalen 5 år på rad. Treningsinnsats over flere år.
2003	Simen Rustad	5. Plass i jr-NM kortdistanse, vant ett av løpene i sin klasse i 5-dagars i 2003. Treningsinnsats over flere år.
2004	Ingen	-
2005	Ingen	-
2006	Sina Sandholt	3. plass i HL (D14), vant klubbbranking, gode resultater ellers
2007	Eskil Kinneberg	2. plass i HL (H15), nummer to i klubbbranking, gode resultater ellers, treningsiver.
2008	Ragnhild Haga	Fremragende prestasjoner under NM
2009	Oda Wennemo	Flere gode plasseringer under årets NM
2010	Eskil Kinneberg	Resultater i jr-VM (nr 4 lang, og gull stafett).
2011	Magne Haga	Sølv og bronse i jr-NM, 2. plass norgescup totalt.
2012	Ingen	-
2013	Eirik Rustad	For fremragende løping på 1.etappe i NM senior stafett hvor Raumar orientering tok en flott bronsemedalje. I tillegg har han flere gode individuelle resultater i en tøff seniorklasse

Medlemstall

Årstall	Antall medlemmer
1964	18
1965	15
1966	15
1967	15
1968	25
1969	25
1970	25
1971	29
1972	34
1973	33
1974	46
1975	119
1976	118
1977	120
1978	125
1979	134
1980	142
1981	155
1982	150
1983	172
1984	177
1985	176
1986	169
1987	160
1988	167
1989	157
1990	160
1991	156
1992	174
1993	160
1994	158
1995	155
1996	156
1997	154
1998	150
1999	147
2000	161
2001	169
2002	189
2003	192
2004	176
2005	216
2006	218
2007	198
2008	177
2009	144
2010	137
2011	121
2012	134
2013	145

Rankingpokal

År	Damer	Herrer
1976	Lene Sørensen	Hans Larsen
1977	Anne Grethe Larsen	Per Olav Rustad
1978	Lene Sørensen	Per Olav Rustad
1979	Anne Berit Moe	Per Olav Rustad
1980	Torunn H. L.	Per Olav Rustad
1981	Anne Grethe Larsen	Hans Larsen
1982	Torunn H. L.	Hans Arne Borlaug
1983	Anne Grethe Larsen	Hans Arne Borlaug
1984	Anne Berit Moe	Ole Erik A.
1985	Anne Berit Moe	Olaf Moe
1986	Marit Moe	Olaf Moe
1987	Anne Berit Moe	Hans Larsen
1988	Anne Berit Moe	Hans Larsen
1989	Anne Berit Moe	Olaf Moe
1990	Anne Berit Moe	Olaf Moe
1991	Anne Berit Moe	Hans Larsen
1992	Anne Berit Moe	Hans Larsen
1993	Anne Berit Moe	Hans Larsen
1994	Anne Berit Moe	Olaf Moe
1995	Anne Berit Moe	Øyvind Lund
1996	Anne Berit Moe	Olaf Moe
1997	Anne Grethe Rustad	Olaf Moe
1998	Anne Berit Moe	Eivind Aardal
1999	Anne Berit Moe	Eivind Aardal
2000	Anne Berit Moe	Olaf Moe
2001	Anne Berit Moe	Olaf Moe
2002	Anne Berit Moe	Eivind Aardal
2003	Ragnhild Haga	Olaf Moe
2004	Inger Døhlen	Olaf Moe
2005	Anne Grethe Rustad	Olaf Moe
2006	Sina Sandholt	Magne Haga
2007	Ragnhild Haga	Håvard Haga
2008	Line Maria Haugen Melby	Magne Haga
2009	Anne Berit Moe	Eskil Kinneberg
2010	Karoline Sønsterudbråten	Magne Haga
2011	Lene Kinneberg	Vetle Christiansen
2012	Rankingpokal deles fra og med 2012 kun ut i Raumarregi.	

Statistikk

Regnskapstall

Dato	År	Inntekter siste år	Utgifter siste år	Overskudd	Beholdning	Kommentar
01.11.1968	1968				1 512,75	
01.11.1969	1969			1 344,02	2 856,77	
15.11.1970	1970			-1 050,60	1 806,17	
16.11.1971	1971	3 353,95	4 472,41	-1 118,46	687,71	
01.11.1972	1972	9 583,80	5 539,72	4 044,08	4 731,79	
30.11.1973	1973	11 666,14	10 399,14	1 267,00	5 998,79	
04.12.1974	1974	23 093,25	19 868,80	3 224,45	9 223,24	
16.11.1975	1975	27 159,19	30 372,51	-3 213,32	6 009,92	
16.11.1976	1976	39 725,13	42 719,48	-2 994,35	9 015,57	6000 kr avsatt feil?
01.11.1977	1977	54 511,16	55 904,99	-1 393,83	7 621,24	
15.11.1978	1978	51 925,97	54 132,29	-2 206,32	5 415,42	
15.11.1979	1979	71 177,84	62 407,01	8 770,83	14 186,25	
20.10.1980	1980	63 127,53	72 612,05	-9 484,52	4 701,73	
10.10.1981	1981	59 665,67	63 146,83	-3 481,16	1 220,57	
14.10.1982	1982	82 296,12	57 722,04	24 574,08	25 793,45	
18.10.1983	1983	130 893,80	145 827,19	-14 933,39	10 860,06	
10.10.1984	1984	197 604,49	170 392,43	27 212,06	38 072,12	
31.10.1985	1985	224 607,54	162 679,66	61 927,88	100 000,00	
27.10.1986	1986	188 479,25	155 138,05	33 341,20	133 341,20	
15.10.1987	1987	187 017,31	152 576,21	34 441,10	167 782,30	
01.11.1988	1988	197 639,42	197 126,41	513,01	168 295,31	
20.10.1989	1989	82 042,35	131 016,38	-48 974,03	119 310,23	
01.11.1990	1990	75 240,33	59 217,92	16 022,41	135 390,29	
01.11.1991	1991	93 115,41	62 363,82	30 751,59	166 141,88	
01.11.1992	1992	157 844,30	200 311,56	-42 467,26	123 674,62	
01.11.1993	1993	129 287,87	177 749,19	-48 461,32	75 213,30	
01.11.1994	1994	143 873,97	154 297,99	-10 424,02	64 789,28	
31.10.1995	1995	161 452,76	124 032,28	37 420,48	102 219,76	
10.11.1996	1996	202 909,52	153 212,57	49 696,95	151 906,71	
01.11.1997	1997	100 965,28	114 653,20	-13 687,92	138 218,79	
01.11.1998	1998	185 573,58	202 201,81	-16 628,23	121 590,56	
31.12.1999	1999	250 690,73	126 302,70	124 388,03	245 978,59	
31.12.2000	2000	232 093,78	298 588,45	-66 494,67	179 483,92	
31.12.2001	2001	271 025,37	218 576,60	52 448,77	231 932,69	
31.12.2002	2002	388 085,00	347 688,50	40 396,50	272 329,19	
31.12.2003	2003	333 821,50	294 969,90	38 851,60	311 180,79	
31.12.2004	2004	324 676,35	316 160,20	8 516,15	319 696,94	
31.12.2005	2005	430 242,00	410 178,40	20 063,60	339 760,54	
31.12.2006	2006	388 623,69	328 001,41	60 622,28	411 941,47	Kontantprinsippet ble fraveket, så inntekter på 11558,65 er ikke bokført det året.
31.12.2007	2007	405 328,31	380 141,87	25 186,00	437 127,47	
31.12.2008	2008	508 887,43	419 912,17	88 975,26	526 102,67	
31.12.2009	2009	356 548,78	396 951,09	-40 402,31	485 700,36	
31.12.2010	2010	632 588,98	785 460,24	-152 871,26	332 829,10	
31.12.2011	2011	700 206,81	794 864,54	-94 657,78	238 171,32	
31.12.2012	2012	795 485,46	373 779,85	421 705,61	659 876,93	
31.12.2013	2013	246 962,86	259 355,46	-12 392,60	647 484,33	

Klubbmestere

Årstall	D17-	H17-	D-12	H-12	D13-14	H13-14	D15-16	H15-16	D35-	H40-	D50-	H50-
1964												
1965												
1966												
1967												
1968												
1969												
1970												
1971												
1972												
1973												
1974												
1975		Per Olav Rustad	Anne Halvorsen	Knut Larsen	Lene Sørensen	Espen Kronberg	Margrethe Jakobsen	Terje Lindal				
1976	Margrethe Jakobsen	Per Olav Rustad		Bjørn Vegheim	Hanne Sørensen	Knut Larsen	Anne Grethe Larsen	Espen Kronberg				
1977	Anne Berit Moe	Per Olav Rustad	Torunn Larsen	Ole A. Grindalen	Anne Halvorsen	Anders Kronberg	Lene Sørensen	Lars Bergersen				
1978	Lene Sørensen	Per Olav Rustad	Torunn Larsen	Yngve Sponberg		Bjørn Vegheim	Hanne Sørensen	Knut Larsen				
1979	Anne Grethe Larsen	Per Olav Rustad	Torunn Larsen	Jo Minken		K.O. Hungerholdt	Tone Rosenberg	Anders Kronberg				
1980	Lene Sørensen	Per Olav Rustad	Bente Brodahl	Bjørn Erik Rosenberg	Torunn Larsen	Jonny Sponberg		Pål Kogstad Næss				
1981	Lene Sørensen	Olaf Moe				Jo Minken	Torunn Larsen	Ole A. Grindalen				
1982	Anne Grethe Larsen	Hans Arne Borlaug					Torunn Larsen	Micael Sætvedt				
1983	Anne Grethe Larsen	Per Olav Rustad	Helene Thorsteinsen	Bjørn Trydal	Hanne Katrine Sand	Roar Lauritzen	Torunn Larsen	Andy Thorp Rice				
1984												
1985	Anne Berit Moe	Asle Mo										
1986	Lene Sørensen	Olaf Moe	Marit Moe	Håvard Heitmann			Helene H. Thorsteinsen	Eirik Ulven	Inger Døhlen	Roy Heitmann		
1987	Anne Grethe Rustad	Asle Mo										
1988	Arrangert i Fet, men ikke kåret mestere i alle klasser pga feil. Trolig vant Lene Sørensen og Asle Mo.											

Statistikk

Årstall	D17-	H17-	D-12	H-12	D13-14	H13-14	D15-16	H15-16	D35-	H40-	D50-	H50-
1989	Anne Berit Moe	Asle Mo		Mats Lund		Morten Sørsum	Marit Moe		Inger Døhlen	Hans Larsen		
1990	Anne Grethe Rustad	Per Olav Rustad				Øyvind Noste	Marit Moe	Bendik Indreeide	Anne Berit Moe	Olaf Moe		
1991	Anne Grethe Rustad	Trond Heitmann		Kristian Finstad		Mats Lund	Katrine Finstad	Morten Sørsum	Anne Berit Moe	Hans Larsen		
1992	Anne Grethe Rustad	Hans Arne Borlaug	Lene Moe	Ola Sander		Kristian Finstad			Anne Berit Moe	Olaf Moe		
1993	Hanne Sørensen	Gaute Belstad	Lene Moe	Magnus Sæves		Kristian Finstad			Anne Berit Moe	Hans Larsen		
1994	Kristin Ulven	Hans Arne Borlaug	Lene Moe	Øyvind Lund		Harald Slemdal		Ola S. Sander	Anne Berit Moe	Ivar Minken		
1995	Anne Grethe Rustad	Olaf Moe		Joakim Aardal	Lene Moe			Ola S. Sander		Thore Pedersen		
1996	Anne Grethe Rustad	Olaf Moe		Simen Rustad	Lene Moe	Øyvind Lund				Thore Pedersen		
1997	Anne Grethe Rustad	Olaf Moe		Eivind Aardal		Øyvind Lund			Anne Sofie Larsen	Hans Larsen		
1998	Anne Grethe Rustad	Olaf Moe		Eivind Aardal		Simen Rustad	Åse Marie Røglar	Joakim Aardal	Inger Døhlen	Per Olav Rustad		
1999	Anne Grethe Rustad	Per Olav Rustad		Eirik Rustad		Simen Rustad		Joakim Aardal	Anne Sofie Larsen	Arne Bakkeløkken		
2000	Anne Grethe Rustad	Aslak Kinneberg		Marius Vegheim		Eivind Aardal	Synne Stenslet	Simen Rustad			Inger Døhlen	Arve Aardal
2001	Anne Grethe Rustad	Aslak Kinneberg	Ragnhild Haga	Marius Vegheim		Eirik Rustad		Simen Rustad			Inger Døhlen	Tor Gjertsen
2002	Anne Grethe Rustad	Eivind Aardal	Ragnhild Haga	Marius Vegheim		Eirik Rustad						
2003	Anne Grethe Rustad	Simen Rustad	Ragnhild Haga	Håvard Haga		Fredrik Tronier						Olaf Moe
2004	Anne Grethe Rustad	Simen Rustad	Sina Sandholdt	Eskil Kinneberg	Ragnhild Haga	Marius Vegheim	Ellen Stenhammer				Inger Døhlen	
2005			Line Maria H. Melby	Vetle Christiansen	Ragnhild Haga	Eskil Kinneberg	Handicap-system innført med én klasse for alle i D/H17-, men klassen ble annullert pga feil					
2006	Anita Wennemo	Simen Rustad	Line Maria H. Melby	Magne Haga	Trine Breen	Ola Skatvedt	Ragnhild Haga	Kristian Sve				
2007	Anne Grethe Rustad	Morten Sørsum										
2008	Anne Grethe Rustad	Eirik Rustad	Karoline Sønsterudbråten	Henrik Furu	Mari V. og Silje B.		Trine Breen					

Styret

Årstall	Leder	Sekretær	Nestleder	Kasserer	Leder komite	teknisk Leder trenings-komite	Påmelder	Styremedlem	Matriell- forvalter
1964	Hans Larsen	Knut Grøndal	Magnus Grøndal	Hans Erik Bakken				Odd Kjerstad	
1965	Hans Larsen	Knut G.	Magnus G.	Hans E. B.				Odd K.	
1966	Hans Larsen	Knut G.	Magnus G.	Hans E. B.				Odd K.	
1967	Hans Larsen	Knut G.	Magnus G.	Hans E. B.				Odd K.	
1968	Hans Larsen	Knut G.	Magnus G.	Hans E. B.				Odd K.	
1969	Hans Larsen	Knut G.	Magnus G.	Hans E. B.				Odd K.	
1970	Hans Larsen	Knut G.	Magnus G.	Hans E. B.				Odd K.	
1971	Hans Larsen	Knut G.	Magnus G.	Hans E. B.				Odd K.	
1972	Hans Larsen	Eli Rones	Knut G.	Hans E. B.				Odd K.	
1973	Hans Larsen	Harald Andresen	Olaf Moe	Tor C. Laache Knudtsøn				Inge A.	
1974	Hans Larsen	Harald Andresen	Olaf M.	Tor C. L. K.				Inge A.	
1975	Hans Larsen								
1976	Niels Sørensen	Kåre Kronberg	Hans L.	Olaf M.	Øystein Bergersen	Hans L.	Olaf M.	Lene S.	
1977	Niels S.	Kåre Kronberg	Hans L.	Olaf M.	Øystein B.	Hans L.	Olaf M.	Lene S.	
1978	Hans Larsen	Margrethe Jakobsen	Margrethe J.	Eli Slemdal	Olaf M.	Ole Harald Slemdal	Anne Grethe Larsen		
1979	Hans Larsen	Eli S.	Eli S.	Kari Grindalen	Georg Rosenberg	Ole H. S.	Espen Kronberg		
1980	Hans Larsen	Inger Døhlen	Inger Døhlen	Kari G.	Georg R.	Ivar Minken	Anne Berit Moe		
1981	Asbjørn Næss	Inger Døhlen	Inger Døhlen	Kari G.	Hans L.	Anne G. L.	Anne B. M. Anne Sofie Larsen		
1982	Asbjørn N.	Inger Døhlen	Inger Døhlen	Marit Håkonsen	Hans L.	Ole H. S.			
1983	Asbjørn N.	Inger Døhlen	Inger Døhlen	Marit H.	Hans L.	Ole H. S.	Anne S. L.		Pål K. N.
1984	Asbjørn N.	Inger Døhlen	Inger Døhlen	Rolf Lauritsen	Hans L.	Per Olav Rustad	Anne S. L. Anne Grethe Rustad		Pål K. N.
1985	Inger Døhlen	Ola Kroken	Ola Kroken	Rolf Lauauritsen	Hans L.	Asle Mo			Olaf M.
1986	Inger Døhlen	Eldri Ulven	Eldri Ulven	Ola Kroken	Hans L.	Knut Larsen	Anne G. R.		Olaf M.
1987	Olav Ulven	Eldri Ulven	Eldri Ulven	Aud Mella	Asle Mo	Lene S.	Hans A. B.		Olaf M.
1988	Olav Ulven	Eldri Ulven	Eldri Ulven	Aud M.	Asle M.	Styret	Hans L.		Olaf M.
1989	Hans Larsen	Eldri Ulven	Eldri Ulven	Aud M.	Asle M.	Ivar B. Østbø	Hans A. B.		Olaf M.
1990	Hans Larsen	Inger Døhlen	Inger Døhlen	Thore Pedersen	Roy Heitmann	Frank Finstad	Eldri U.		Olaf M.
1991	Ole H.S.	Inger Døhlen	Inger Døhlen	Thore P.	Roy H.	Ivar B. Ø.	Frank F.		Olaf M.

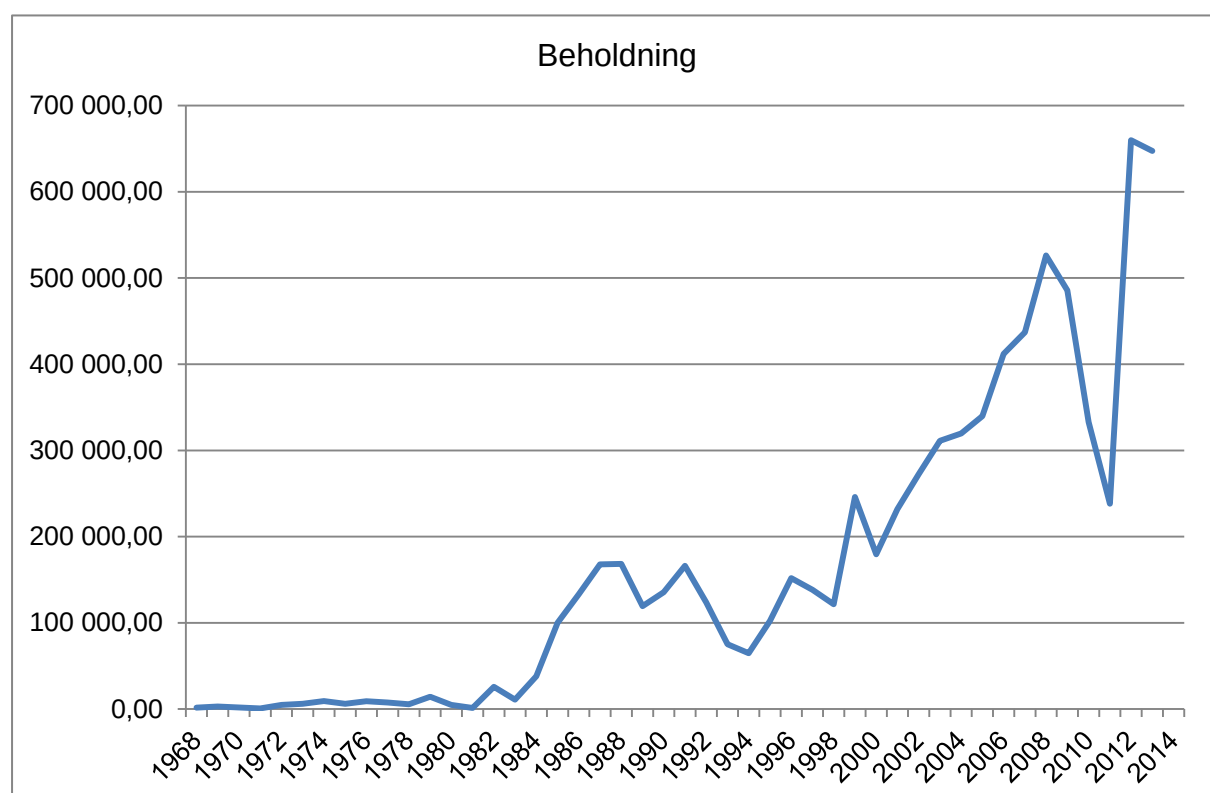
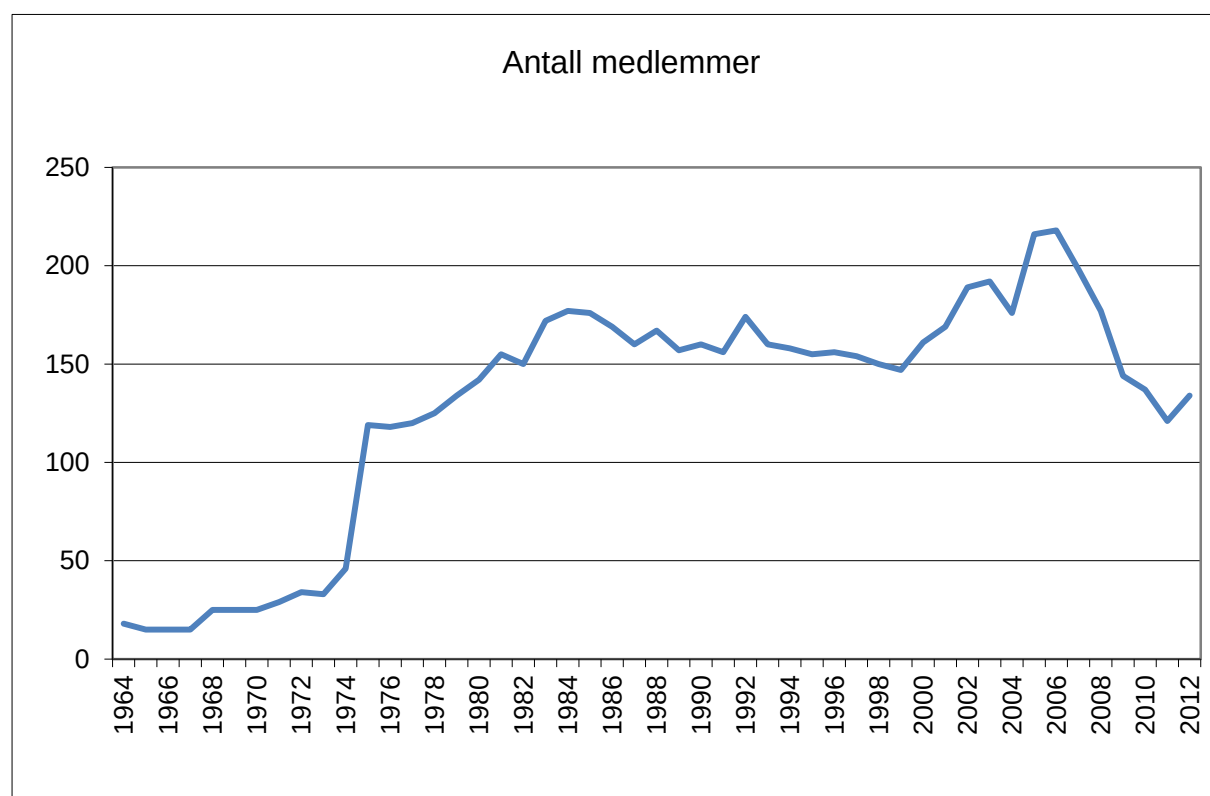
Statistikk

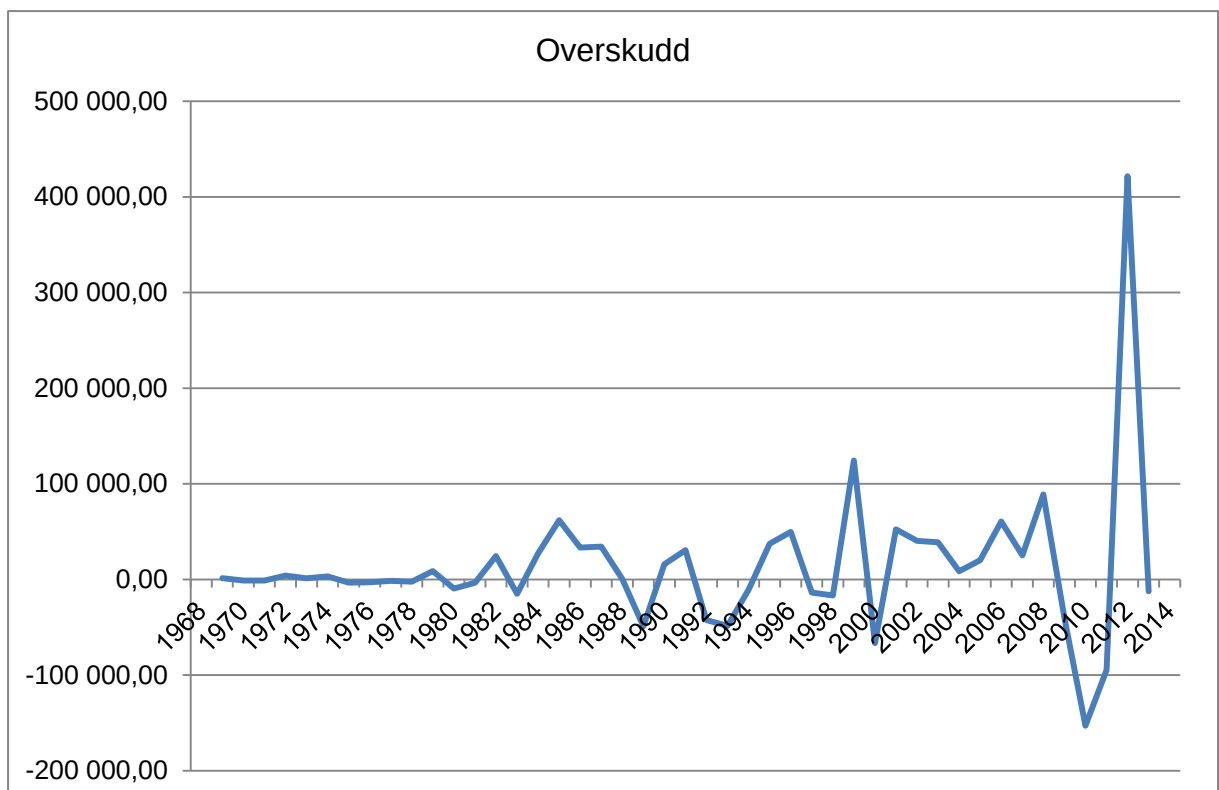
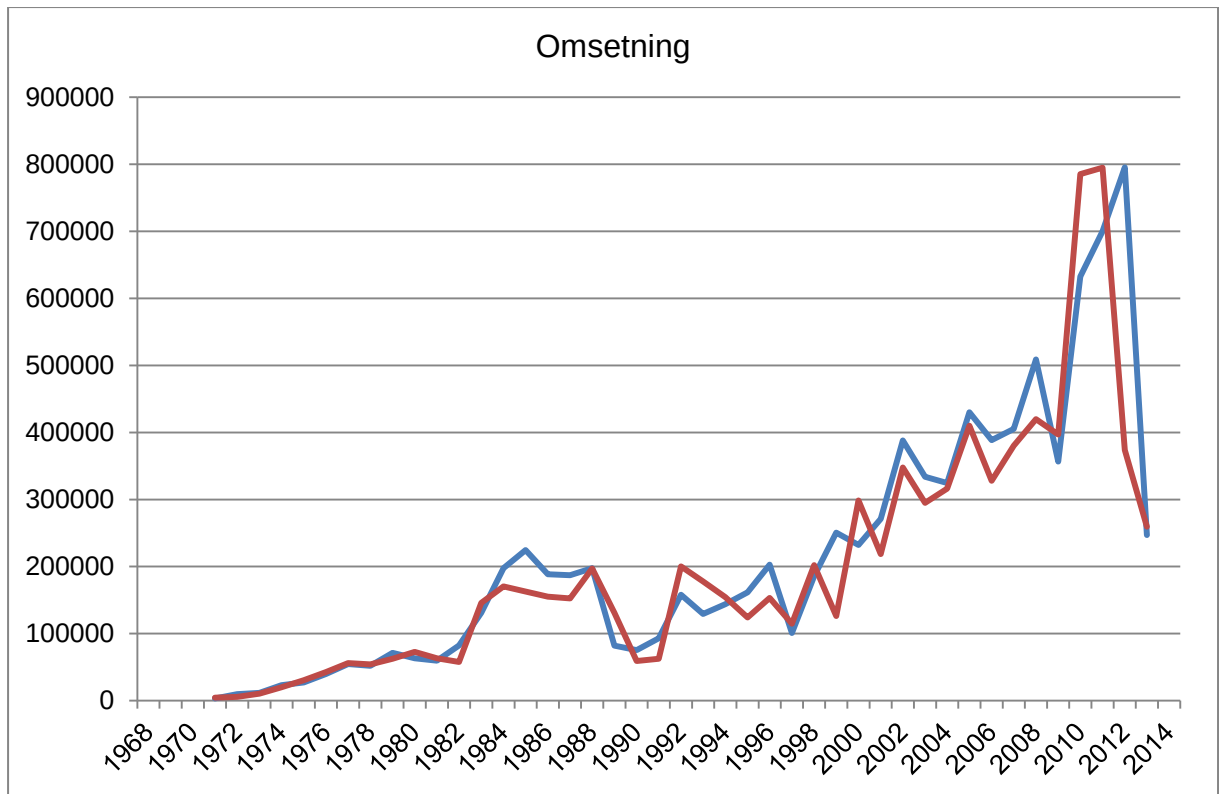
Årstall	Leder	Sekretær	Nestleder	Kasserer	Leder komitee teknisk	Leder trenings-komitee	Påmelder	Styremedlem	Matriell-forvalter
1992	Ole H.S.	Eldri Ulven	Eldri Ulven	Thore P.	Roy H.	Anne G. R.	Frank F.		Olaf M.
1993	Ole H.S.	Eldri Ulven	Eldri Ulven	Thore P.	Olaf M.	Alf Andersen	Frank F.		Olaf M.
1994	Ole H.S.	Marit Moe	Marit M.	Thore P.	Olaf M.	Kristin Ulven	Gaute Belstad		Olaf M.
1995	Ole H.S.	Marit M.	Marit M.	Thore P.	Olaf M.	Anne G. R.	Morten Sørum		Olaf M.
1996	Arve Aardal	Inger Døhlen	Inger Døhlen	Thore P.	Olaf M.	Aslak Kinneberg	Thore P.		Olaf M.
1997	Arve Aardal	Inger Døhlen	Inger Døhlen	Thore P.	Morten S.	Aslak Kinneberg	Thore P.		Olaf M.
1998	Arve Aardal	Inger Døhlen	Inger Døhlen	Hans A. B.	Olaf M.	Hans Larsen	Thore P.		Olaf M.
1999	Arve Aardal	Inger Døhlen	Inger Døhlen	Hans A. B.	Olaf M.	Hans Larsen	Hans L.		Olaf M.
2000	Arve Aardal	Inger Døhlen	Inger Døhlen	Hans A. B.	Aslak Kinneberg	Hans Larsen	Hans L.		Olaf M.
2001	Arve Aardal	Inger Døhlen	Inger Døhlen	Hans A. B.	Aslak Kinneberg	Hans Larsen	Hans L.		Olaf M.
2002	Arve Aardal	Øyvind Andersen	Ø. Andersen	Unni Stenhammer	Aslak Kinneberg	Anne G. R.	Anne G. R.		Olaf M.
2003	Arve Aardal	Ø. Andersen	Ø. Andersen	U. Stenhammer	Aslak Kinneberg	Lene Kinneberg	Lene K.		Olaf M.
2004	Arve Aardal	Morten Sørum	Morten Sørum	Kristin Styrmo	Aslak Kinneberg	Lene K.	Lene K.		Olaf M.
2005	Arve Aardal	Morten Sørum	Morten Sørum	Kristin Styrmo	Aslak Kinneberg	Lene K.	Lene K.		Olaf M.
2006	Arve Aardal	Morten Sørum	Aslak Kinneberg	Solveig Breen	Øystein Rapp	Aslak Kinneberg			Olaf M.
2007	Lars Vidvei	Morten Sørum	Øystein Rapp	Arve Aardal	Øystein Rapp	Aslak Kinneberg			Olaf M.
	Leder	Leder økonomikomiteen / Nestleder	Leder trenings- og rekr.kom.:	Leder arrangements-komiteen	Leder informasjons-komiteen	Leder i tur-o-komiteen	Kasserer		Matriell-forvalter
2008	Aslak Kinneberg	Heidi Sønsterudbråten	Ingrid Rapp	Øystein Rapp	Anne Arntzen	Anne-Grethe Rustad	Arve Aardal		Bjørn Haga
2009	Aslak Kinneberg	Heidi Sønsterudbråten	Ingrid Rapp	Øystein Rapp	Anne Arntzen	Anne-Grethe Rustad	Arve Aardal		Bjørn Haga
2010	Aslak Kinneberg	Heidi Sønsterudbråten	Ingrid Rapp	Øystein Rapp	Anne Arntzen	Anne-Grethe Rustad	Arve Aardal		Bjørn Haga
2011	Aslak Kinneberg	Heidi Sønsterudbråten	Ingrid Rapp	Øystein Rapp	Øyvind Lund	Anne-Grethe Rustad	Geir Grønvold		Bjørn Haga
	Leder	Kasserer	Leder trenings- og rekr.kom.:	Leder i tur-o-komiteen	Leder informasjons-komiteen				Matriell-forvalter
2012	Aslak Kinneberg	Dagny Lysaker	Ingrid Rapp	Anne-Grethe Rustad	Øyvind Lund				Geir Grønvold
2013	Aslak Kinneberg	Dagny Lysaker	Ingrid Rapp	Anne-Grethe Rustad	Øyvind Lund				Geir Grønvold
2014	Aslak Kinneberg	Dagny Lysaker	Ingrid Rapp	Anne Grethe Rustad	Morten Sørum				Pål Næss

GOL nytt statistikk

År	Utgivelser	Antall sider per avis	Antall bilder per avis	Redaktør
1975	4	5-6-3-6	0-0-0-0	Anne Grethe Larsen
1976	2	8-8	0-0	Kåre Kronberg
1977	1	10	0	Hans Larsen
1978	3	9-7-18	0-3-2	Eli Slemdal
1979	4	16-?-17-10	3-?-0-1	Eli Slemdal
1980	4	13-13-12-11	0-1-1-0	Inger Døhlen
1981	4	25-17-15-21	15-18-7-20	Inger Døhlen
1982	4	25-22-24-22	18-27-28-20	Liv Minken
1983	4	22-26-24-32	33-38-33-23	Liv Minken
1984	4	32-?-37-29	14-?-48-30	Ivar Minken
1985	4	33-27-22-32	24-8-23-21	Eva Dyrhaug / Asle Mo
1986	3	22-18-28	12-9-28	Eva Dyrhaug / Asle Mo
1987	6	18-28-26-29-?-12	3-6-7-11-?-3	Eva Dyrhaug / Asle Mo
1988	2	14-22	13-43	Roy Heitmann / Liv Minken
1989	2	17-6	6-0	Eldri Ulven
1990	2	8-13	6-5	Margrethe Østbø
1991	2	17-6	1-1	Margrethe Østbø
1992	3	5-12-4	0-0-1	Ole Harald Slemdal (leder og red.)
1993	4	9-10-9-7	0-0-0-0	Ole Harald Slemdal (leder og red.)
1994	5	12-12-5-10-20	0-0-0-3-0	Anne Grethe Rustad
1995	6	15-14-19-14-1-6	0-3-2-1-0-0	Anne Grethe Rustad
1996	7	11-11-11-6-17-16-14	0-0-0-0-1-5-1	Lene Kinneberg / Anne G. Rustad
1997	4	14-10-21-22	1-0-6-1	Marit Moe
1998	4	9-15-12-21	0-0-8-0	Marit Moe
1999	4	11-20-11-16	0-4-2-5	Marit Moe
2000	4	14-11-10-5	3-2-4-4	Anne Grethe Rustad
2001	4	13-16-15-13	2-10-10-9	Anne Grethe Rustad
2002	4	11-12-?-7	4-7-?-?	Anne Grethe Rustad
2003	4	8-13-8-5	3-7-9-2	Anne Grethe Rustad
2004	2	10-11	9-29	Anne Grethe Rustad
2005	2	12-18	5-35	Morten Vilbo Sørums
2006	2	12-13	8-12	Morten Vilbo Sørums
2007	0	-	-	-
2008	1	12	11	Morten Vilbo Sørums
2009	1	16	9	Morten Vilbo Sørums
2010	1	24	23	Morten Vilbo Sørums
2011	1	16	14	Øyvind Lund
2012	1	12	18	Øyvind Lund
2013	1	10	15	Øyvind Lund
Sum	120	1716 sider totalt	921 bilder totalt	-

Statistikk illustrert i grafer





Kilder

¹ “Success isn’t how far you got, it’s how far you travelled from where you started.” -Steve Prefontaine

Hentet fra <http://running.about.com/od/runninghumor/a/prefontainequotes.htm>

² Hentet fra <http://www.ordtak.no/index.php?fn=&en=Platon>

³ Referat fra første styremøte hentet fra GOL 25 år, s.3

⁴ GOL nytt nr 3, 1978, s. 4

⁵ GOL nytt nr 2, 1990, s. 11

⁶ GOL nytt nr 2, 1993, s. 5

⁷ GOL nytt nr 1, 1991, s. 7

⁸ GOL 30 år, Jubileumshefte 1994, s. 32-34

⁹ GOL nytt nr 2, 1993, s. 2

¹⁰ GOL nytt nr 5, 1994, s. 2

¹¹ Protokoll/referat fra Årsmøtet i GOL for året 1994

¹² GOL nytt nr 1, 1995, s. 4

¹³ GOL nytt nr 5, 1994, s. 8

¹⁴ GOL nytt nr 1, 1995, s. 6

¹⁵ GOL nytt nr 1, 1996, s. 4

¹⁶ GOL nytt nr 7, 1996, s. 1

¹⁷ Eidsvoll-Ullensaker Blad, 1996-12-04

¹⁸ GOL nytt nr 4, 1997, s. 11

¹⁹ GOL nytt nr 3, 1996, s. 5-6

²⁰ GOL-nytt nr 4, 1997, s. 18

²¹ GOL nytt nr 3, 1995, s. 2-4 Lene Moes referat fra 10Mila.

²² Skriv fra NOF, 1995-12-18 (gjengitt i GOL-nytt nr 1, 1996, s. 8)

²³ <http://gular.org/parknm2000/parknm2000.html> (hentet 2014-02-15)

²⁴ Eidsvoll-Ullensaker Blad, 1998-08-04

²⁵ Veivalg nr 3, 2010

²⁶ O-Boka 2010

²⁷ GOL styremøtereferat 2004-12-07

²⁸ Protokoll/referat fra Årsmøtet i GOL for året 2004

²⁹ GOL nytt nr 4, 1997, s. 11

³⁰ GOL nytt nr 4, 2002, s. 3

³¹ Friluftsgruppa Utsyn og Gjerdrum historielag

³² GOL nytt nr 2, 1999, s. 2

³³ GOL nytt nr 1, 1994, s. 2

³⁴ GOL 20 år, Jubileumshefte 1984, s. 18

³⁵ <http://en.wikipedia.org/wiki/Letraset> (hentet 2014-03-16)

År 2014 feiret Gjerdrum orienteringslag (GOL) sitt 50-årsjubileum.

GOL i Gjerdrum, Akershus, ble stiftet i 1964 og vi tar i denne boken et perledykk i arkivene og forteller om lagets historie frem til i dag.

GOL er i dag et idrettslag spesifikt for orienteringsløpere. GOL har siden 1994 vært en del av overbyggningslaget, eller konkurranselaget, Raumar Orientering. Raumar er laget som orienteringsløperne fra Gjerdrum konkurrerer for, men GOL og de andre lagene i Raumar står hver for seg for rekrutteringen, nybegynneropplæringen, turorienteringen og mye annet.



Foto: Jens Olav Kløverud / Veivalg