

Østmarkka



## ÅRSBERETNING 1997



Østmarka Idrettslag

## STYRET 1997

Leder..... Vidar Bøe  
Sekretær..... Morten Stabel Hansen  
Økonomi..... Jan Arnt Skjolde  
Marked..... Tom E. Edvardsen  
Styremedlem..... Jan Sjøshagen

## Fortegnelse

Side 1.....	Årskavalde
“ 2.....	NM Duathlon
“ 3.....	Klubbmesterskapene -
“ 4.....	Triathlon
“ 5.....	Offroad
“ 6.....	Temporitt
“ 7.....	Resultater
“ 8.....	Vasshullet 1998 -
“ 9.....	Reportasje 1997
“ 10.....	Villmarkstur -
“ 11 - 12 - 13.....	Betraktning

## ÅRSKAVALKADE

Årets kavalkade eller beretning om vi ønsker denne uttrykksmåten er klar. Straks kan du lese en skildring av det synlige produkt.

Birkebeineren - Viddatråkket og Hallingrittet var tre arrangement vi hadde plukket ut fra terminlisten som sportslige utfordringer for året.

Resultatlisten forteller at vi fulgte opp og var med. Skraper vi sammen resultatene - legger de i en haug og går inn for en rangeringsliste på årets prestasjon - kan det bli vanskelig å bestemme seg for hvilken en skal utpeke.

Som godt er. Våre tanker - prinsipper og rettesnorer har andre forutsetninger. Hovedmålene er fortsatt å holde seg i form gjennom fysisk fellesskap og sosiale aktiviteter. Og dette har vi klart.

Årets bragd står det på en lapp jeg trekker ut fra papirbunken. Jeg snur denne og på undersiden står det skrevet. - Vasshjulet - Joda. Det var bra. Veldig bra. "Imponerende" sa utøverne. En velsmakende uttalelse for "sultne fullblods" ildsjeler. Og - det er vel slike gnister de fleste trenger nå og da for å holde hjulene i gang - selv om rittet hverken er velkjent eller verdensberømt.

Apropos idrettslige utfoldelser - så kommer vi vel ikke utenom klubbmesterskapene. Det var i tilknytning til disse vi følte knuffingen og spenningen speidd ut med slagferdige - kvikke og morsomme kommentarer. Atmosfæren rundt en slik konkurranse og den indre direkte stemningen er noe samtlige med års opplevelser av svette - stive muskler og gnagsår setter pris på. Birkebeineren og Viddatråkket var litt annerledes. Mil etter mil med vekslende terreng og skiftende vær. Noen ganger kjentes bølgen som brottsjø. Slår dagsformen feil er opplevelsen et valgfritt slaveri. Sitter rytmen er hardt arbeide underordnet. Det svinger.

Opp og ned går det med klubbkassa også. Slanter veier mer enn sedler - men er mindre verdt. Tilsvarende bør også gjelde for de andre aktivitetene. Styremøtene er en tumleplass med meningsutvekslinger - og det er viktig at ikke ordene står i veien for ordet. Tanker og ideer er bra. Holdning og handling bedre.

Vi står foran en ny sesong. Forebyggende tiltak gjør krav på gjensidig støtte og tillit. Det vil alltid være et åpent og tidløst spørsmål om vi skal kontakte og engasjere flere personer som medhjelpere til vår bevegelse. Slitne medlemmer gjenspeiles og gir et ekko selv i virksomheten. Den slår sprekker. Vi må holde øye med at ingen gå over ende og faller i råket.

Til slutt. Helt nederst - lengst ytterst og sist på arket er det bare plass til et ord.  
- Ensom -

Jeg bestemmer meg for at ordet skal bli stående. Ikke som en oppfordring - men til ettertanke.

Det har sin tale. Endog i folkehavet.

## NORGESMESTERSKAP I DUATHLON

Fra Tante Ulrikke til Amanda. Historien handler om Jan Sjølhagen. En ekte Stovnergutt som pakket sammen sykkel og joggesko og stakk av fra kvinnesleppet under Grete Waitzløpet til tomme gater i Haugesund.

Grete Waitzløpet og jentejogging har eksplodert de siste åra. Gatene oversvømmes med lettbeinte ungjenter, trivelige og frodige madammer til grånete fruer. Mengden rørte på seg i det samme skuddet falt under norgesmesterskapet i duathlon - et alternativ til råskinnenet for røffe gutter. På startstreken befant Jan Sjølhagen seg sammen med ruvende krigere i kampen om tittelen. "De innbyr til strid". Foran ham lå 10 km løp, 40 km sykling og en ny runde med løping, hvor krampen møter deg like overraskende, grusom og nådeløs som en mine.

Bakenfor en lang vinter med trening og hvile i Tante Ulrikke. Publikum uteble i Haugesund. Tanta til Beate, flua og Lillebjørn Nilsen var heller ikke til stede. Men det svingte likevel i kulda. Jan var debutant og førstereisgutt. Den tunge veien fra bilulykken for tre år siden til nye idrettslige utfoldelser holder drivkraften og motivering oppe mot nye utfordringer og mål. Jan traff ingen kjente underveis, men han møtte veggen. Etter tre mil på sykkelsetet sa det pang. Det var ingen salutt, men en fullblods skrell. Slik er idretten. Sann, kravstor og spenningsfylt. Men også ordholden og vidstrakt med åpninger for nye sjanser.

Tolvteplassen halvveis sklei noen trinn ned en time senere. Ved målpassering snakket Jan over seg om mat og pizza. Sliten, nummen og frossen ruslet han inn i badstua på Amanda hotell. Kanskje "drømmen om Elin" våknet til live der inne. "Hotelltantene" tok seg ikke desto mindre godt av gjestene og stelte i stand til et hyggelig aftensmåltid. God norsk risengrynsgrøt fristet glupske øyne, forsvant av fatet med nyvaskede fingre og fylte opp tomme mager.

Konkurransen hadde satt sine spor. Neste dag var han fortsatt preget av prestasjonen. Støle muskler og stive bein var med når hjemreisen neste dag rettet kompassnåla mot Stovner og Lillebjørns vise. Var det i Frognerparken tanta til Beate hadde funnet sin tumleplass? Hva serverte hun duene og fruene som løp med startnummer i Oslos gater? Endog. Drikke hadde de felles med Jan, men på Amanda hotell var det en vesentlig forskjell. Der disket de opp med saft til grøten!!!!

Sommeren er snart forbi. Enkelte har unnagjort ferien. En og annen drar seg fortsatt, mens andre flakker omkring før ansvar, krav og oppgaver igjen forener oss med kontorpulten. Felles for oss er sykkelsetet og tråkket. Birkebeineren og Viddatråkket trommer gjengen sammen. Naturopplevelse sykkelturene gir er forskjellige men også samlende. Selv har jeg møtt både hare og stått ansikt til ansikt med skogens konge. En spennende hendelse. Men utfluktene har også gitt meg treff med sinte bilister og hissige insekter.

Klubbmesterskapene kommer med høsten. Skulder til skulder føles nærkampene og duellene. Konkurransen må være der. Rivaliseringen og sagmuggen skjerper, tiltrekker og hører sammen. Etter endt dyst føres gamle hester tilbake til stallen. Beina er slitne og pusten noe svekket men kraftanstrengelsen forsvinner gradvis med foring. Proppfulle og stappmette tar det i dag lengre tid til neste treningsøkt. Selvfølgelig skal vi stille opp til årets klubbmesterskap. Begivenhetene går for seg på Mariholtet og Lillestrøm.

Onsdag 3. september samles vi til klubbmesterskap i triathlon. Tidspunktet for temporittet avtales senere. Triathlonkonkurransen blir både spennende, underholdende og begivenhetsrik i og med at den er jomfruelig for samtlige. Svømmeturen er nok fremmed for de fleste av oss. Selv om ikke distansen er lang oppdager sannsynligvis hele hurven hvor skrøpelige vi er i denne disiplinen. Vissenheten forsvinner nok like fullt når hjulene triller. Her ligger styrken. Sekunder vi tjente på en forlatt frakastet sykkel tapes fort når støle og ubevegelige bein tar fatt. Favorittdistansen vi var fortrolig med kjennes fremmed etter mange års fravær og vanstell.

Kampen om benevnelsen årets idrettsmann gjennomføres i skogen på veien og i vannet. Hvem som til slutt går av med etiketten klistret til skrotten avgjøres etter dette program. Vinneren av hver øvelse tildeles 10 poeng. Nestemann får 9 og så videre. Fire øvelser står på listen. Langdistansen utføres fra Røros til Koppang. Finalen guider oss til skogs. Etter offroadrittet settes det sluttstrek. Dette avslutter sesongen og fastsetter seierherren. Oppnådde poeng i en av de fire ferdighetene skal strykes.

## STATISTIKK

### BIRKEBEINEREN

Over 35 år.	Tid	År	Sølv	Deltatt
1. Jan Arnt Skjold	3.58.13	- 1997	3	3
2. Vidar Bøe	3.59.23	- 1996	3	5
3. Hans Håkon Ruud	3.59.41	- 1997	1	1
4. Pål Benkø	4.00.55	- 1997		2
5. Tom Erik Edvardsen				2
6. Øyvind Røen				2
1. Stian Benkø	3.29.05	- 1997	2	2
Over 35 år.				
1. Kjersti Lande Bøe	5.18.58	- 1997		2

### VIDDATRÅKKET

1. Vidar Bøe	8.25.00	- 1996	2
2. Pål Benkø	9.13.00	- 1997	1
Sauveur Chirchirillo	9.13.00	- 1997	1
4. Øyvind Røen	9.52.00	- 1997	1
Tom Erik Edvardsen	9.52.00	- 1997	1
Morten Stabell Hansen	9.52.00	- 1997	1
1. Jan Sjøshagen	8.52.00	- 1997	1
Stian Benkø	8.52.00	- 1997	1

### RESULTATER TEMPORITTET

Klasse under 35 år.		Klasse over 35 år.	
1. Trond	7.45 min.	Sauveur	8.04 min.
2. Stian	7.47 "	Pål	8.10 "
3. Morten	7.53 "	Vidar	8.15 "
4. Jan	7.54 "	Tom E.	8.20 "
		Morten	8.20 "
		Øyvind	8.22 "
		Jan Arnt	8.34 "
		Hans Håkon	8.42 "

### KLUBBMESTER SAMMENLAGT

1. Stian	29.5 poeng	Sauveur	28 poeng
2. Jan	28.5 "	Morten	26.5 "
		Pål	25.5 "
		Vidar	24 "
		Tom	22.5 "
		Øyvind	1/ "
		Hans Håkon	9 "
		Jan Arnt	8 "