



Kondis

- folk i form til livet

1962-2012

50 år

Historien
Del 1
1962-1988

Kondis-historien fra 1962-1988

Fra maratonklubb til kondisjonsorganisasjon

Av Henning Høgheim

OPPTAKTEN

Denne beretningen handler om organisasjonen Den Norske Maratonklubb, som senere endret navn til Kondis – norsk organisasjon for kondisjonsidrett, og om organisasjonens blad KONDIS.

Det er ikke historien om norsk maratonløping, men er nær knyttet til den. Minst to grunner tilsier at vi starter historien før 1962. Den ene grunnen er at forrige gang London arrangerte sommer-OL, for 64 år siden, ble John Systad nr. 8 i maraton. Dette betyr at Norge den gang hadde en av Europas og verdens beste maratonløpere. I 1947 ble Systad nr. 2 i det prestisjetunge Kosice Marathon i Tsjekkoslovakia. I 1977, det vil si nøyaktig 30 år senere, ble Jan Fjærestad nr. 5 i dette løpet.

I 1966 hadde jeg den store glede å delta i NM i maraton i Krødsherad sammen med John Systad og Egil Myhre, som ble norsk mester. På den to timer lange bussturen tilbake til Oslo, satt jeg sammen med John Systad og fikk interessante opplysninger. Systad trådte sine barne-sko i Hyllestad i Sogn, men bodde mesteparten av sitt liv i Göteborg. Systad levde der nært det svenske maratonmiljøet og hadde adskillig bedre kontakt med det svenske friidrettsforbundet enn med det norske.

Kjennskap til store internasjonale løp som allerede den gang, like etter andre verdenskrig, var etablert i de østeuropeiske land, kom til Systad via sine svenske venner og det svenske friidrettsforbundet. I Norge ble det etter hvert stor frustrasjon over rykter om at NFIF fikk innbydelser som de «puttet i en skuff». Irritasjonen kom særlig fram på 1960- og litt utover på 1970-tallet.

Det startet og «sluttet» i Sarpsborg

Forenklet og i overført betydning kan vi si at historien om Den Norske Maratonklubb startet og sluttet i Sarpsborg. Starten i denne sammenheng viser til en «vandrehistorie» som ble til ved hovedmesterskapet i friidrett i Sarpsborg i 1960 med NM i maraton innlagt.

Den etablerte 10 000 m-løperen Tor Torgersen ville gjerne løpe maraton i OL i Roma det året. NFIF måtte selvsagt stille som minimumskrav at han hadde løpt gjennom ett maratonløp på en «anstendig» tid før de kunne gi han klarsignal for representasjon.

Den gang ble det bare arrangert ett maratonløp i Norge hvert år, nemlig NM. Torgersen vant løpet og ble tatt ut til å delta i OL i Roma. Historien om NM-løpet slutter med at Torgersen fikk et kjøleskap i premie i tillegg til sin gullmedalje. De to som tok sølv og bronse fikk ifølge historien medaljene overlevert bak tribunene. Både sølv- og bronsevinnerne var senere med på stiftelsesmøtet for DNM.

Denne historien «forteller» om en statusforskjell mellom 10.000 m-løpere og maratonløpere innen norsk friidrett både i styresammenheng og blant enkeltpersoner. Dessverre henger dette fortsatt ved hos enkelte.

I 1999 endret DNM navn til Den Norske Løpsorganisasjon for så ved landsmøtet i Sarpsborg i 2003 til KONDIS - norsk organisasjon for kondisjonsidrett og Den Norske Maratonklubb.

Den Norske Maratonklubb stiftes

16. september 1962 ble starten både for det 20 km lange landeveisløpet Hjelviksvingen, sannsynligvis det første landeveisløpet i Norge utenom det årlige NM i 25 km landeveisløp, og for Den Norske Maratonklubb. Organisasjonen, som ofte bare ble kalt DNM, fikk ganske tidlig en mye brukt undertittel: For idrett og vennskap i de(t) lange løp.

Forsamlingen som benket seg i Hjelvik denne høstettermiddag for 50 år siden besto av løpere og publikum til det nettopp avviklede landeveisløpet. En god idrettsvenn av meg, som også er maratonløper, bruker å si at en nordmann må minst være europamester i maraton for å kunne bli lyttet til. Jakob Kjersem var en svært populær idrettsmann spesielt kjent i sammen-

Jakob Kjersem er organisasjonens stifter og satt som leder av styret fra Den Norske Maratonklubb ble stiftet 16. september 1962 til 1964. Han var en kjent friidrettsutøver og løp maraton i de olympiske lekene i 1948 og 1952.



heng med landskamper i friidrett. Kjersem var en toppløper innenfor langdistanseløp på bane og innen terrengløp og landeveisløp. Han var dessuten en meget habil langrensløper med blant annet gode plasseringer i Holmenkollen og Birkebeinerrennet.

Jakob fortalte meg at når han løp, så fikk han problemer med beina sine etter omlag 30 km. Dette var grunnen til at han løp kun to maratonløp: i OL i London 1948 og i Helsingfors i 1952.

Han var mannen med nasjonal gjennomslagskraft som gikk i brodden for sine maratonvenner for å «løfte» dem og sporten fram i lyset. Jakob Kjersem, idrettsmannen, kulturpersonligheten og idrettsvennen, ble den første leder for Den Norske Maratonklubb. Det var en idrettsstrategisk innertier og en flott personifisering av undertittelen «For idrett og vennskap i de(t) lange løp.»

De som var med på stiftelsesmøtet, var Jakob Kjersem, Alf Neuenkirchen og kona Edith, Arnulf Rekkebo, Børge Hjelvik, Alf Hjelvik, Olav Hjelvik og Jomar Berg. I tillegg til Kjersem var Neuenkirchen, Rekkebo (fetteren til Torleif Rekkebo) og Berg de mest profilerte maratonløperne i denne forsamlingen. Alf Neuenkirchen, alltid smilende og blid, «en trivlighetsambassadør», ble DNMs merke- og plakettseier i hele denne perioden som jeg skriver om.

Den ambulierende perioden

DNM hadde de første 25 år ingen fast administrasjon og ambulerte rundt i landet etter hvor styremedlemmene hadde tilhørighet. Dette innebar den praksis at når en hadde kommet fram til en potensiell lederkandidat, fikk denne lederkandidaten mer eller mindre velge de øvrige styremedlemmer slik at styret ble samlet så godt at en kunne få en effektiv møtevirksomhet.

Husk: Dette var før telefonmøtenes tid, og alt var på frivillig basis uten reisegodtgjøring. De ble ofte en toårsperiode eller litt mer på hvert sted. Den store fordelten med denne ordningen var selvsagt at det ble en inspirasjonskilde og styrking av det lokale idrettsmiljøet i regionen der styret var lokalisert, og det ble ofte en lokal kontaktperson igjen i regionen når styret flyttet.

Den teoretisk sett største ulempen ved et slikt ambulierende opplegg, var omstillingstiden for hver ny styreperiode. Denne omstillingstiden ble imidlertid sjelden så ineffektiv som en skulle tro. De personene som var involvert, fulgte vanligvis så godt med hele tiden at det ble «full fart» med det samme.

Når det dreide seg om redaktør for bladet KONDIS, var det en absolutt fordel at vedkommende fungerte over flere styreperioder. Tom Myran var KONDIS-redaktør sammenhengende i 10 år. KONDIS har hele tiden vært «limet» i organisasjonen og organisasjonens ansikt utad.

Når undertegnede behandler historien til og med 1988, er det fordi «mitt» andre styre i 1987/88 sluttet den ambulierende perioden og førte DNM inn i en ny tid. Vi var «litt på hæla» med KONDIS og innførte nytt format og bedre papir- og trykkkvalitet. Dette åpnet for et stort annonsemarked og en stor potensiell medlemsmasse der interessene til alle kondisjonsidretter ble søkt ivaretatt.

Lokalisering og styresammensetning de første 26 år

Det første styret, med Jakob i spissen, var ikke de eneste grunnleggerne for DNM. Med en liten smule romslighet må det kunne sies at alle styrene i denne perioden utviklet DNM mot den plattform som det etter hvert ble for bladet og organisasjonen KONDIS. På frivillig basis og for «privat kasse» uten et eneste sponsormerke eller annet jordisk gods bygde de DNM.

Bladet KONDIS

Bladet KONDIS er allerede omtalt flere ganger, og det er nå anerkjent at første årgang er 1969. Hans-Aksel Graarud regnes som den ubestridte grunnlegger av bladet. Hans-Aksel Graarud kom inn i styret for DNM i 1967, og fra den tid nærmest «sprutet» det ut informasjonsark til medlemmene. I 1969 ble informasjonsarkene stiftet «i ryggen», og vi oppfattet da at vi hadde et blad i stensilert form og i A4-format foran oss.

I 1969 og 1970 kom bladet ut uten navn, men med DNMs klubbmerke som identifikasjon. Fra og med nr. 1-1971 har det kommet ut under navnet KONDIS. Etter en navnekonkurranse var det Eigill Fareth sitt forslag som ble valgt. Målt med dagens markedsorienterte øyne er det problemfritt å klassifisere også navnet på tidsskriftet vårt som en innertier.

Jeg tror det er Tom Myran som et sted har beskrevet Hans-Aksel som «Den store sliteren for DNM». Dette slutter jeg meg helhjertet til. Han ofret egen løpskarriere for å arbeide for DNM. En som ikke har tid til å sove, blir ikke lenge på toppen av resultatlistene i denne idretten.

Jeg sitter med avisutklipp fra et 25 km langt landeveisløp i Våler i Solør 1966 der hele norgeseliten stilte. Hans-Aksel vant dette løpet. Mange år senere hadde jeg en telefonsamtale med Hans-Aksel mens han drev og rensket opp i noen grøfter på gårdsbruket sitt i Nordland. Han gikk barbeint i grøfta og grov. Det kalde vannet i grøfta holdt han våken!

Jeg tror at den tiden som Hans-Aksel Graarud var knyttet til NTH-miljøet i Trondheim kom til å prege hele den DNM-perioden som jeg nå skriver om. Aktiviteten i denne perioden ble et eksempel og til inspirasjon for tiden som fulgte.

En selvopnevnt jury i redaksjonen for Kondis utnevnte bladet til «Norges femte morsomste blad». Den humoristiske penneføringen er umulig å gjengi i korte formuleringer, men noen få eksempler med humoristiske slagord setter oss litt i modus: «En mil om dagen reduserer magen», «Blod, svette og tårer utvider dine årer», «En dag uten trening er en dag uten mening».

I bildeteksten til et bilde i et nummer av KONDIS midt på 1970-tallet, der Henry Olsen er



Henning Høgheim har skrevet første halvdel av Kondis-historien som presenteres ved 50-årsjubileet. Han har i perioden 1975 til 2001 være styrets leder i fire år og styremedlem to år.



Hans-Aksel Graarud har vært både leder av styret og redaktør for Kondis. Han var bladets første redaktør fra 1969-1971 og var også organisasjonens første ansatte i 1988-1989.



Alf Neuenkirchen var med på å stifte Den Norske Maratonklubb i 1962 og var i mange år styremedlem ved siden av at han og kona helt til slutten av 80-tallet var ansvarlig for innkjøp og salg av utmerkelsene til Kondis.



Stener Speilberg har vært distriktskontakt for Kondis i 40 år og er det fortsatt i en alder av 78 år. Han var på vegne av friidrettsforbundet koordinator for norske landeveisløpere fra midten av 70-tallet, og var med som lagleder i hele

storhetstiden på slutten av 70-tallet og på 80-tallet da norske maratonløpere gjorde det meget sterkt i store internasjonale maratonløp.

DNM 1962-1988 STYRER OG REDAKTØRER

1962/63 Tresfjord:

JAKOB KJERSEM
Ingvar Bøe
Jomar Berg

1964 Tresfjord:

JAKOB KJERSEM
Ingvar Bøe
Jomar Berg

1965 Våler i Solør:

STEINAR BRÅTEN
Henrik Smalberget
Odd Fredlund

1966 Våler i Solør:

STEINAR BRÅTEN
Henrik Smalberget
Kjell Hatlebakk

1967 Våler i Solør:

STEINAR BRÅTEN
Henrik Smalberget
Hans- Aksel Graarud

1968 Oslo:

HANS-AKSEL GRAARUD
Egil Myhre
Knut Kirkerud

1969 Trondheim

HANS-AKSEL GRAARUD
Arnulf Rekkebo
Alf Neuenkirchen

1970 Trondheim

FINN GRANUM
Arnulf Rekkebo
Alf Neuenkirchen

1971 Trondheim

HANS-AKSEL GRAARUD
Eigill Fareth
Jens Harald Årnes

1972 Trondheim

EIGILL FARETH
Tom Myran
Einar Weidemann/
Harald Fløgstad

1973 Trondheim

HARALD FLØGSTAD
Tom Myran
Bent Natvig

1974 Lillestrøm:

ARVID B. ERICHSEN
Egil Heistad
Tor Haaland

1975 Lillestrøm:

VIKTOR LARSEN
Henrik Smalberget
Egil Heistad
Tor Haaland
Harald Fløgstad/
Tom Myran

1976 Drammen:

HENNING HØGHEIM
Tormod Høimyr
Niils A. Bakken
Anders Andersen
Tom Myran

1977 Drammen:

HENNING HØGHEIM
Tormod Høimyr
Niils A. Bakken
Anders Andersen
Tom Myran

1978 Trondheim

EINAR WEIDEMANN
Bjørn Lund
Kjell-Åge Gotvassli
Alf Neuenkirchen
Tom Myran

1979 Trondheim

EINAR WEIDEMANN
Bjørn Lund
Per Børø
Alf Neuenkirchen
Tom Myran

1980 Trondheim

EINAR WEIDEMANN
Bjørn Lund
Per Børø
Alf Neuenkirchen
Tom Myran

1981 Tromsø

EIGILL FARETH
Roar Flydal
Karl-Wilhelm Sirkka
Gjertrud Sandåker
Kjell-Åge Gotvassli

1982 Tromsø:

KARL-WILHELM SIRKKA
Roar Flydal
Otto Erdahl
Gjertrud Sandåker
Kjell-Åge Gotvassli

1983 Hønefoss:

FREDRIK ROGNSKOG
Liss L. Bakke
Bård Mostveit
Jan E. Viholmen
Sven A. Arntzen
Fred H. Nilsen

avbildet pekende, omgitt av ivrige fans, er mitt favorittbilde på Tom Myrans humoristiske linje: «Henry peker på stedet der han møtte veggen».

Distriktskontaktene

I tillegg til styret og redaksjonen for bladet KONDIS, var det kontaktpersonene rundt om i landet som fylte ut DNMs organisasjonsstruktur. Kontaktpersonene ble organisasjonens forlengede arm.

Som nevnt tidligere ble de første kontaktpersonene «igjen» etter at styret flyttet til en annen region. Kontaktpersonene var oftest personer som hadde spesiell interesse for maraton- og landeveisløp. Ofte hadde de også andre tillitsverv i friidrettsmiljøet på det lokale plan. En del kontaktpersoner meldte seg også selv til tjeneste. Det var dessverre ikke penger i DNM-kassa til å holde samlinger for kontaktpersonene i denne 26-årsperioden.

På friidrettsstinget i Drammen, 29 og 30. november 1975 møtte DNMs leder for første gang og talte til alle landets friidrettsledere. Dette ble egentlig et historisk møte. Vi fikk vedtatt at det skulle arrangeres KM i landeveisløp, som den gang var 25 km og maraton, i alle kretser. Vi i DNM-styret mente den gang at dette var en viktig oppgave for kontaktpersonene å få på plass lokalt.

Vi oppfordret også kontaktpersonene til å arbeide for at det ble arrangert distriktsmesterskap i 30 km landeveisløp. I Fyresdal ble dette arrangert allerede høsten 1974, noe jeg tror ble det eneste arrangementet av dette slaget i Norge.

Kontaktpersonenes viktigste oppgave var å etablere løpsarrangementer, noe som også indirekte førte til nye medlemmer. Det fantes noen få skogsløp og fjelløp på 60-tallet. Ellers var løpstilbudet utenom baneløping og NM i landeveisløp og maraton helt minimalt.

Utfordringer underveis

Den første utfordringen var innbydelser fra utenlandske løpsarrangører som ikke nådde fram til løperne. Dette er nevnt tidligere under omtalen av John Systad. Det verste ved dette var at det som regel dreide seg om invitasjoner som omfattet dekning av reise og opphold for en eller flere eliteløpere med leder. En «endelig løsning» på dette fikk vi i 1976, noe jeg kommer nærmere tilbake til.

Den andre utfordringen kom i 1966 fra daværende redaktør i bladet Fri-idrett, Anton Beck. På bakgrunn av den dårlige deltakelsen i NM i maraton i Krødsherad 1966, gikk han i flere artikler i NFIFs eget organ til frontalangrep mot NM i maraton, som han mente burde legges ned.

Han hadde trolig ikke fått med seg at det populære fjelløpet Rondeløpet ble arrangert samme dag! Terminlistekoordinering for løp i Norge er det NFIF som har. Arne Haukvik, som initiativtaker og leder for de populære fjelløpene, vant den «kampen.» DNM, først og fremst takket være Jakob Kjersem, fikk avverget at Becks forslag ble noe av.

Tredje utfordring kom i 1975 og ble foranlediget av en løper fra BUL i Oslo som hadde sett seg mektig lei på at NRK-sportsrevyen brukte sendetid på å vise bilder av den da 72-årige Georg Bernhard Wang som stilte opp i NM i maraton. I Norge var det ennå ikke så mange flere valg den gangen om en ville løpe et maratonløp. Denne BUL-løperen skrev en artikkel i bladet Friidrett med tittelen «Se å få stoppet bestefar».

Nå må jeg berømme redaktøren for bladet Fri-idrett for profesjonalitet ved at han sendte meg en kopi av artikkelen slik at jeg kunne komme med tilsvar allerede i samme nummer som artikkelen om «bestefar» kom. Innlegget fra meg var ikke skrevet med silkehanser. Og andre skriveføre DNM-ere fulgte opp! DNM effektuerte en hard dom over vedkommende BUL-løper.

Han løp godt og oppnådde en maratonpers på godt under 2. 40. Dette var tidsgrensen som åpnet for å skaffe seg MARATONPLAKETTEN. For å bli tildelt en slik plakett måtte vedkommende også være medlem av DNM. Vedkommende ble imidlertid kontant avvist fra å melde seg inn og fikk derfor aldri noen maratonplakett. Han er den eneste som noensinne er blitt nektet medlemskap!

Fjerde utfordring kom som en direkte følge av «bestefarssaken». NFIF vurderte å sette kvalifiseringskrav for å få anledning til å starte i maraton-NM. Saken vakte sterk motstand fra DNM der bl.a. norgesmesteren fra 1970, Bent Natvig, talte DNMs sak svært godt. Saken stoppet der. Styret i NFIF brakte den ikke inn for friidrettsstinget.

En utfordring kom fra NFIF direkte til DNM. Denne kom egentlig ikke overraskende på undertegnede. I et møte som «Drømmestyret» hadde med NFIF den 5. desember 1975, der vi først presenterte de ønsker DNM hadde til forbedringer fra NFIFs side, kom til slutt et «motkrav» fra NFIF. DNM måtte med øyeblikkelig virkning få slutt på at løpere stilte opp i approberte løp med DNM som klubbnavn.

Vi sluttet oss helt og holdent til NFIFs krav og unnskyldte oss der og da med at det nærmest var umulig for oss å «forfølge» de enkelte DNM-medlemmer alle steder i landet, men at vi skulle gjøre alt vi kunne for å informere om dette. DNM skulle ikke være en konkurrent til lokale idrettslag, men et supplement.

Jeg tror at de fleste av oss som har bygd opp DNM, er av den oppfatning at Maratonklubben skal være en forlengede arm for den organiserte, aktive idretten, gjennom Norges Friidrettsforbund. Vi bør alle være interessert i å styrke lagsaktivitet rundt om i hele landet, ikke minst i bygde-Norge. Å betrakte medlemskontingenten til DNM som et alternativ til lagskontingenten er noe jeg vil distansere meg sterkt fra!

«HAG-perioden» og HAG SPORT

Hans-Aksel Graarud (HAG) var den store gründeren i første halvdel av Kondis-historien. Han sto i spissen for svært mange arrangementer både i Osloregionen og ikke minst i Trondheimsregionen. Der fikk han god hjelp fra ivrige medhjelpere ofte rekruttert fra NTH-miljøet, der han en periode var ansatt som idrettskonsulent.

Midt opp i dette startet han postordrehandel fra HAG SPORT. Det var spesielt maratonsko som var mangelvare, og Hans-Aksel fikk importert tyske Brütting maraton- og kappgangsko. Disse skoene var lette, men en for tynn såle i tåpartiet gjorde at de praktisk talt var ubrukelige på grusveier. Og selv på asfalt var de i tynneste laget. Da HAG la ned denne virksomheten, overtok DNM formidlingen av disse skoene. Denne formidlingen av sko fra DNM varte til og med «Lillestrømperioden» i 1975.

Formidling av maratonsko er en del av DNM-historien, og etter at HAG SPORT ble avviklet, var Johan Kaggstad den neste med postordrebutikken JOKA sport. Johan drev den i nært samarbeid med Konrad Ystborg.

Odd Grønli med «JOGGEN» i Drammen fikk etter initiativ fra DNM anledning til å møte på landslagssamlingen for maratonløpere i Kodal i februar 1976 der han fikk presentere sin sportsbutikk i Drammen, og han fikk ønskelister fra løperne.

Hans-Aksel fikk også delegert ansvar fra NFIF til å lede treningsarbeidet med potensielle representasjonsløpere i landeveisløp og maraton. Han ledet blant annet alt forberedelsesarbeidet for laget til nordisk mesterskap i Kongsvinger 1969. Hans-Aksel ble med andre ord den første landslagstrener i maraton.

I HAG-perioden var Norge vert for 3 landskamper på 25 km og en på 30 km landeveisløp. Noen år senere ble det i NM i maraton på Gjøvik innlagt landskamp i maraton mot Danmark.

Dovrestafetten og Østerdalsstafetten

Hans-Aksel Graarud fikk arrangert Dovrestafetten som gikk mellom Trondheim og Oslo. Denne stafetten var først og fremst et markedsføringstiltak for DNM. Den aktiviserte både kontaktpersoner og løpere langs hele løypa.

Det var stafettetapper på stort sett 10 og 20 km og et arrangement med invitt spesielt til akademiske læresteder. Dovrestafetten ble arrangert to ganger og Østerdalsstafetten en gang. I en tid uten mobiltelefon var dette krevende arrangementer.

Resultat fra Dovrestafetten 1968: 1) Maratonklubben 1. lag 31.26.43, 2). B.U.L. (kombinert) 31.54.48, 3) O.S.I. 33.27.48, 4) Trondheimsstudentene 33.48.19, 5) Bergensstudentene 34.11.54, 6) Maratonklubben 2. lag 34.19.16.

Oppgave nummer en: Få i gang nye løp

Den viktigste oppgaven for DNM var i mange år å få startet opp løpsarrangementer. Oppgave nr. 2 var å oppgradere NM-arrangementene.

Hjelviksvingen var det første landeveisløpet utenom NM, og det ble lansert ved stiftelsen av DNM. Det første 25 km landeveisløpet utenom NM som virkelig slo an i Norge, var VIKINGLØPET i Askim. Dette løpet ble veldig godt mottatt av de aktive løperne. Vi så fram til det hvert år i august måned som et mini-NM. Knut Kirkerud var løpets far og sjef gjennom alle år løpet ble arrangert. David Eriksen, som hadde en ledende stilling ved Viking gummivarefabrikk og også en tid var styremedlem i NFIF, sørget for et rikholdig premiebord med premier fra gummivarefabrikken.

I tillegg var det mange andre premier. I mange år var det slik at alle løperne som fullførte, kunne komme fram til premiebordet tre ganger. Etter hvert ble en motorplenklipper satt opp som førstepremie, noe som også ble svært godt mottatt. Det var løpere som kom igjen år etter år og ble rene «grossister» i plenklippere.

Det første Vikingløpet ble arrangert i 1965 og ble vunnet av svensken Sture Gustavsson, Täby på tiden 1.19. Knut Kvalheim satte løyperekord i 1977 på tiden 1.15.57. Det var året før han satte norsk rekord på 10 000 m med 27.41.

I 1966 ble den første landskampen i landeveisløp arrangert i Askim. Landskampen var mot Danmark og løpet, som fulgte deler av traseen til Vikingløpet, ble også arrangert som et åpent løp. Thyge Thøgersen, «den løpende postmann» som ble nr. 6 på maraton i OL i Roma i 1960, ble beste løper på 1.18 og Danmark vant landskampen.

En naken kvinne

Ett av de første årene på 1970-tallet opplevde vi noe morsomt i Vikingløpet. Det var plutselig kommet en naken kvinne inn i garderoben. Det hadde aldri vært en kvinne i landeveis- og maratonmiljøet før. Det var ingen garderobesatt til kvinner, men dette var tydeligvis en modig og freidig dame, og hun ble godt mottatt av gutta i dusjen da hun kom dit.

I 1983, da Vikingløpet var omlagt til halvmaraton, vant Bente Moe dameklassen og slo svært mange av de mannlige løperne. Hun slapp å dusje med gutta!

1984 Hønefoss:

FREDRIK
ROGNSKOG
Jan O. Mathisen
Åsmund Sevaldrud
Thorleif Gravdahl
Kenneth Evanger
Ole Engemoen
Fred H. Nilsen

1988 DaL/Oslo

HENNING HØGHEIM
Leif Sommer
Anne-Marie Frydenlund
Ketil Moen
Grete Høverstad
Haavard Breilid
Hans Erik Loftesnes

1985 Hønefoss:

FREDRIK
ROGNSKOG
Jan O. Mathisen
Åsmund Sevaldrud
Thorleif Gravdahl
Kenneth Evanger
Ole Engemoen
Fred H. Nilsen

Kondis-redaktører:

1969-1971:
Hans-Aksel Graarud
1972-1982:
Tom Myran
1983-1985:
Fred Harald Nilsen
1986-1987:
Per Lind
1988:
Kjell Berggren
1988-1989:
Hans-Aksel Graarud
1989-2006:
Kjell Vigestad
2007-2012:
Runar Gilberg

1986 Trysil

FREDRIK
ROGNSKOG
Thorleif Gravdahl
Kenneth Evanger
Oddrun
M.Hovsengen
Henning Høgheim
Grete Høverstad
Rolf G. Kaspersen
Trygve Narvesen
Henrik Smalberget
Per Lind

Ansvarlig redaktør:

2007-2012:
Kjell Vigestad

1987 DaL/Oslo

HENNING HØGHEIM
Kenneth Evanger
Grete Høverstad
Rolf G. Kaspersen
Per Lind

”En mil om dagen
reduserer magen”



Grete Waitz og Johan Kaggestad (bildet) har betydd mye for den anerkjennelsen maratonløping har fått blant folk flest i Norge. Johan Kaggestad startet tidlig med salg av løpesko og var siden trener for både Grete Waitz og Ingrid Kristiansen. På begynnelsen av 80-tallet ble det likestilling innenfor løpingen. Damer fikk endelig lov til å løpe lenger enn 3000 m. I tiåret som fulgte dominerte Grete Waitz og Ingrid Kristiansen kvinnelig langdistanseløping på verdensbasis, og de må i dag regnes som tidenes beste kvinnelige langdistanseløpere. Men tanke på at Maratonklubben de første årene kjempet en kamp mot krefter i friidrettsforbundet som ville legge ned maraton- og landeveisløping, så kan organisasjonen i dag ta litt av æren for glansårene for norsk maratonløping fra slutten av 70-tallet til litt inn på 90-tallet.



Norges langrennskonge, Oddvar Brå, prydet forsiden av Kondis nr. 1 - 1989. Henning Høgheim mener at det var et signal på den utvikling som andre del av Kondis-historien vil fortelle om. At Kondis ikke lenger bare er et organ for landeveis- og maratonløpere, men for alle som driver løping og annen kondisjonsidrett.



Studentmaraton i Trondheim var det første norske maratonløpet som ble etablert utenom NM. Det ble arrangert første gang høsten 1969. Senere ble løpet omdøpt til Trondheim Maraton.

Høsten 1973 kom Gjøvik Maraton, og da Drammensregionen fikk DNM-styret i oktober 1975 bestående av nesten bare medlemmer av Sturla, innkalte vi DNMs kontaktperson i Drammen, Odd Grønli, til et styremøte og sa at vi ønsket et Drammensmaraton med IF Sturla som teknisk arrangør. Odd gjorde en glimrende jobb i 30 år før han ga stafettpinnen videre med det resultat at løpet ble lagt ned året etter!

Mange av oss DNM-ere med lang fartstid hadde løpt flere vintermaratoner i Sverige- «Vintermaran» som svenskene kaller det. Undertegnede, som leder av friidrettsgruppa i Ullensaker/Kisa IL, tok initiativet til å få i gang Jessheim Vintermaraton, som startet opp i november 1984. Men da var det allerede mange maratonløp i Norge, og Oslo Maraton, som første gang ble arrangert i 1981, hadde allerede vokst seg stort.

Oppgradering av norgesmesterskapene

Historien fra NM i maraton i 1960 førte til at DNM hadde et spesielt fokus nettopp mot maraton-NM. NM i 25 km landeveisløp hadde allerede i en årrekke vært arrangert som et eget arrangement og var ofte lagt til landsbygda. Det var helt naturlig for oss DNM-ere, som kom fra bygde-Norge, å omfavne landeveisløp og maraton som «sporten for oss». Dette åpnet muligheten for selv små idrettslag, som kanskje ikke hadde en idrettsbane en gang, til å arrangere et NM.

Det er lett å forestille seg den idrettslige feststemningen som kom til bygdene ved et slikt mesterskap. Lokal håndverkstradisjon gjenspeilet seg på premiebordet, og det lokale kulturliv kom til uttrykk ved musikalske bidrag på banketten. Det ble en fest til evig minne for bygdefolket og for deltakere med følge.

Da DNM ble stiftet, hadde NM i 25 km landeveisløp allerede i mange år blitt arrangert under slike forhold. I 1956 arrangerte det driftige idrettslaget Svint, i den vesle bygda Flekke i Sunnfjord, NM i 25 km landeveisløp.

Denne bygda kjenner jeg svært godt fordi begge foreldrene mine kommer derfra. Systadbrødrene med John i spissen trådte sine barnesko bare noen få km fra Flekke. Jeg hadde flyttet til Østlandet som 15-åring og fikk tilsendt «malende beretninger» om kampen mellom stjernene John Systad og Victor Olsen som møtte lokal talentet Olav Sande. Systad vant foran Victor Olsen mens Sande ble nr. 5. Min mor beskrev målgangen omtrent slik: «Gud nåde deg kor dei såg ut. Skummet sto ut av munnen på dei og dei velta seg berre ned i veigrøfta, heilt ferdige!»

I nyere tid er det Bjarne Huseklepp som har vært den fremste representanten for IL Svint. Han satte norsk rekord på timesløp og 20 000 m baneløp i 1978. Det var helt naturlig for DNM å føre NM i maraton inn i en tilsvarende arrangementsramme, og slik ble det. I noen år ble NM maraton koblet til NM i tikamp, men det var best da det ble arrangert helt for seg selv.

I «Drammensperioden» brukte jeg mye tid på å få til et godt forhold til NRK-sportsrevyen. Jeg innrømmer gjerne at jeg dro en del veksler på sambygdingen min, Henning Rivedal. Når en NM-arrangør var utnevnt, kontaktet jeg arrangøren med det samme og tilbød DNMs råd og hjelp. Det ble understreket at det viktigste var at arrangøren selv tok kontakt med NRK.

I 1976 ble jeg intervjuet om uttak til OL av Tor Aune i NRK-radiosporten. Vi følte vel at vi hadde fått et svært godt forhold til NRK-sporten. Praktisk talt hele 1970-tallet ble et «fest-tiår» for maraton-NM. Jeg er svært glad for at jeg fikk ta del i denne «glansperioden» for maraton-NM, både som løper og arrangør.

Kvinnene i DNM

Den første kvinne som kom med i DNM-styret var Gjertrud Sandåker i «Tromsø-epoken» i 1981 og 1982. Den første norske kvinne som løp maraton var Marie Katrine Haug fra Lørenskog under VM for veteraner i Gøteborg i 1975.

Den nakne kvinnen i herregarderoben til Vikingløpet har jeg nevnt. Hun dukket opp der ingen trodde kvinner skulle være. I Vikingløpet 1983, som var halvmaraton, har jeg også tidligere nevnt Bente Moe som vant kvinneklassen og «knuste» mange av gutta. Ingrid Kristiansen løp sin første maraton i oktober 1977 i Trondheim og hadde senere bestenotering i verden på maraton. Dronningen selv, Grete Waitz var først og fremst knyttet til New York City Marathon, men det største ble likevel verdensmesterskapet i 1983 i Helsingfors hvor hun ble den første kvinnelige verdensmesteren på maraton.

Jeg har nevnt at terskelen for å få gjennomslag for norsk maratonløping var meget høy. Jakob Kjersem var i 1962 den idrettsmannen som hadde størst gjennomslagskraft til å være leder for DNM. Den personen i Norge som har betydd mest for maratonsporten og kanskje også norsk idrett generelt, er likevel uten tvil Grete Waitz. Hun var idrettskvinnen som førte maratonsporten inn i alle norske hjem og som ble invitert til Det Hvite Hus av USAs president!

«I mål» med DNMs grunnleggende plattform

I den såkalte Drammensperioden fikk jeg som DNM-leder møte på friidrettstinget i byen 29. og 30. november 1975. Der fikk jeg presentere DNM for «Tinget» og fikk delta i debatten om mosjons- og veteranidretten. Men framfor alt ble jeg kjent med distriktskontakten vår for Vestfold og Telemark, Stener Spielberg. Han kunne tenke seg å ta fatt i de manglene som særlig knyttet seg til de utnyttede invitasjonene til utenlandske løp.

Stener Speilberg stilte seg til NFIFs disposisjon ved å ta på seg oppgaven med å være seksjonsleder for maraton- og landeveisløp. Stener sørget videre for å invitere den nye presidenten i NFIF, Hans B. Skaset, til den første maratonsamlingen under Steners ledelse i Kodal i februar 1976.

Der fikk jeg presentere hele lista av ønsker som DNM hadde til forbedringer for maratonløpingens beste. Det var mange punkter som ble tatt opp med Hans B. Skaset som friidrettspresident. Med litt store ord og enkel symbolikk kan en si at etter dette møtet har friidrettsforbundet hatt tilfredsstillende administrativ kontroll også med maraton- og landeveisløpingen.

Johan Kaggestad kom inn som landslagstrener med spesialansvar for våre to verdensstjerner Ingrid Kristiansen og Grete Waitz. Forbundet fikk også etter hvert en sportssjef som selvsagt har det overordnede koordineringsansvar for alle friidrettsdisiplinene. Slik sett var DNM i mål med å få maraton anerkjent innen NFIF. Men vaktbikkjeansvaret er fortsatt hos KONDIS-organisasjonen.

Inn i en ny tid

Den første delen av perioden fra 1977 til og med 1988 var først og fremst preget av innsatsen til Grete Waitz og Ingrid Kristiansen, men første del av 1980-tallet var også en god periode for de norske mannlige maratonløperne. I 1980 løp Øyvind Dahl på 2.11.40 i Karl Marx Stadt Marathon og Inge Simonsen delte førsteplassen i London Marathon i 1981.

I 1983 ble Grete Waitz den første kvinnelige verdensmester på maraton. Og endelig tar jeg med Geir Kvernmo, som satte norsk bestenotering på maraton med 2.10.17 og tok femteplass i London Marathon i 1987.

1980-tåret ble likevel først og fremst «massemønstringens tiår» i Norge. Oppstarten av Osloløpet i 1974 og av Sentrumsløpet, Grete Waitz-løpet og Oslo Maraton på 80-tallet preget denne perioden. Over hele Norge ble det startet flere store byløp og mange maratonløp.

I en jubileumsberetning skal vi først og fremst bruke tid på de positive sidene ved veksten i denne sammenheng. Jeg vil likevel trekke fram to litt negative forhold: 1) Tiårs klasseintervaller i løp og 2) Begrepet mosjonsmaraton. Begge forhold er å betrakte som lite korrekt fysiologisk sett og førte til en mistanke om at å fylle kassabeholdningen for arrangøren var viktigere enn hensynet til løpernes beste. Jeg utdyper ikke dette noe mer, men minner om følgende fakta: «Maratonløping er ikke mosjon, det er ekstremidrett».

I DNM begynte ultraløpsinteressen å kreve mer oppmerksomhet. Det ble stadig mer snakk om 24-timers løp og 100-km løp. I DNM-rekkene var det særlig Per Lind som brant for denne retningen. På den tid var imidlertid denne form for idrett ikke hjemlet i DNMs lover. Det ble først endret i 1990.

I denne perioden var det også helt tydelig at det var sterke krefter i sportsbransjen som gjerne ville inn og tjene penger på «joggebølgen». Først og fremst sportsutstasjonsbransjen, men også tidsskriftbransjen. Det ble startet opp flere løpertidsskrifter. DNM satt egentlig med alle «nøkler» til suksess, men manglet kapital og tyngde.

En ny HAG-periode

I 1986 var jeg nestleder i DNM og fungerte etter hvert også som leder. Plutselig dukket ingen ringere enn Hans-Aksel Graarud opp på kontoret mitt på Vinterlandbruksskolen i Oslo. Han hadde bevilget seg en lengre friperiode fra gården i Nordland ved å sette bort gårdsdriften og jobbet som lærer i Oslo.

Han ble engasjert som generalsekretær for DNM avlønnet som en liten deltidsstilling. Samtidig fikk vi tilbud fra Oslo Maraton om å få disponere et knøttlite kontor hos dem på Youngstorget, det vil si midt i Oslo.

Vi visste utmerket godt at vi var skikkelig på hæla i arbeidet med å komme andre i forkjøpet ved å forandre KONDIS utseendemessig til et presentabelt tidsskrift som var interessant for det store annonsemarkedet i sportssektoren. Vi visste også at om dette skulle bære seg økonomisk, så måtte medlemsmassen økes og vi måtte være sikret annonseinntekter.

Kjell Berggren ble valgt som den første redaktøren for «nye» Kondis, og han var optimist. Hans-Aksel Graarud, grunnleggeren av bladet KONDIS, var med i redaksjonskomiteen. Bladet ble produsert hos Forlagssats. Kjell Berggren var redaktør kun for tre nummer av Kondis i 1988 før HAG også overtok redaktørjobben og var redaktør for tre nummer også våren 1989.

Ved årsmøtet høsten 1988 overtok min nestleder gjennom to år, Leif Sommer, ledervervet. HAG vendte tilbake til gården på Helgeland og det ble ansatt ny redaktør i mai 1989.

Forsiden til KONDIS nr.1 1989 var etter min mening en pedagogisk fulltreffer. Nasjonalhelten og langrennsløperen Oddvar Brå prydet hele forsiden. Vi hadde gått inn i en ny tid. Vi hadde startet på veien til å bli et tidsskrift for alle kondisjonsidretter i Norge. Kondis var ikke lenger et privilegium kun for maraton- og landeveisløpere!

For vennskap i de(t) lange løp

KONDIS' HEDERSTEGN

- 1972: Jakob Kjersem
Alf Neuenkirchen
- 1980: Hans-Aksel Graarud
Grete Waitz
- 1982: Tom Myran
- 1987: Edith Neuenkirchen
Arnulf Rekkebo
Alf Hjelvik
Børge Hjelvik
Olav Hjelvik
Osvold Hjelset
John Systad
Victor Olsen
Ingrid Kristiansen
- 1988: Viktor Larsen
- 1989: Henning Høgheim
- 1990: Torleif Rekkebo
Oddrun Hovsengen
- 1991: Jon Henden (post mortem)
- 1992: Henrik Smalberget
Olav Dale
- 1993: Hans-Jacob Berntsen
Kalle Glomsaker
- 1994: Ketil Moen
Jens Wollebæk
- 1996: Per Lind
- 1998: Kjell Myhrvold
- 2001: Tore Per Olsen
Inge Asbjørn Haugen
- 2003: Leif Sommer
Odd Grønli
- 2004: Roe Holen
- 2005: Stig Vangsnes
- 2007: Christian Prestegård
- 2009: Rolf Bakken
- 2009: Olav Engen
- 2009: Marit Bjerkes
- 2011: Helge Fuglseth
Anders Tøsse
Kjell Vigestad



Modum Friidrettsklubb gratulerer Kondis med 50-årsjubileum!



Vårt arrangement, Furumomila, har også jubileum i år. Den 13. oktober arrangeres løpet for 30. gang.

Det er forskjellige løp for hele familien:
1,5km terrengløp inntil 12år.
5 og 10km.

Minimila og turmarsj.
Løpet arrangeres på Furumo
idrettspark Geithus, Modum.

For mer info og online påmelding:
www.furumomila.no

Vi gratulerer Kondis med 50 år
og takker for et nært og godt
samarbeid gjennom mange år!
Vi ser fram til de neste 50...

Fokus Bank
OSLO
MARATON

22. SEPTEMBER 2012





GRATULASJONER MED DE FØRSTE 50 ÅR

ETAPE BORNHOLM

2013 | 22.-26. JULI | WWW.ETAPE-BORNHOLM.DK



Icebug gratulerer Kondis med 50 år som medlemsorganisasjon for oss løpere, langrensløpere og syklister.

 **ICEBUG**
www.icebug.se

Det Norske Fjellmaraton

Vi gratulerer
KONDIS
med de første
50 år!



FJELLEVENTYRET

Lørdag 1.juni 2013

- 42 km • 21 km
- 10 km terreng • 7 km
- 21 km som 4x5km stafett
- Barneløp

www.fjellmaraton.no
post@osil.no



 ØYSTRE SLIDRE
sparebank

 **asics**
sound mind, sound body

 sport 1
SPORTEN Beitostølen
2513 Beitostølen • Tlf. 61 14 10 81
www.sportenbeitostolen.no


HAGLÖFS

Maratonjubileum, men ikke bare langløping lenger

100 år med maratonløping markeres med jubileumsløp i 1996. Samtidig blir Kondis gradvis mindre maratonfokuset.

1994-årgangen

Kjell Myhrvold blir valgt til DNMs nye leder. I sin introduksjon i Kondis påpeker han hvor stor organisasjonen er blitt med 8000 medlemmer, og hvor viktig det er med et lovverk og en organisasjon som hele tiden oppdateres. Det må skilles klart mellom hva som er landsmøtets, styrets, administrasjonens og redaktørens myndighets- og ansvarsområde.

Kondis behandler temaet doping i flere artikler. Det skrives om de fantastiske resultatene til de kvinnelige kinesiske jentene som satte suverene verdensrekorder på 1500 m og 3000 m med henholdsvis 3.50,46 og 8.06,11. Var det doping inn i bildet? Nå i ettertid er det interessant å lese hvor forsiktig Kondis var med å stemple disse som jukse- og dopingmakere. Men da de utrolige kinesiske løperne forsvant som dugg for solen på midten av 1990-tallet, burde man kanskje tatt Ingrid Kristiansens utsagn, «de spiser i alle fall ikke grøt,» mer på alvor?

Kondis skriver om Oslo Maraton og det innlagte verdensmesterskapet i halvmaraton. Og hvilken innsats de norske kvinnene gjør i VM-løpet! Savnet av Grete Waitz og Inger Kristiansen blir ikke veldig stort, for Norges 3-kvinnerlag blir faktisk nummer to i lagkonkurransen. Ytterligere to norske jenter oppnår gode tider i den krevende løypa, så breddemessig er det sensasjonelt bra:

6. Hilde Stavik	1.10.21
7. Brynhild Synstnes	1.10.27
22. Grete Kirkeberg	1.12.46
30. Maiken Sorum	1.13.19
37. Anita Håkenstad	1.13.40

At fem norske løper under 1.14 i en og samme halvmaraton, har Norge aldri opplevd verken før eller senere. Beste norske mann er Terje Næss som blir nummer 43 på gode 1.03.27. Elena Meyer fra Sør-Afrika og Kahlid Skah fra Marokko vinner på henholdsvis 1.08.36 og 1.00.27.

Jon Hændens minnepris blir tildelt Arne Olav Løvik. Han er døv, svaksynt og har balanseproblemer. Likevel har han 2.34.03 som bestetid på maraton.

1995-årgangen

Kondis skriver om tidenes første maratonløp i Norge. Det gikk så tidlig som i 1896 og var faktisk et av de første i verden i moderne tid. Løpet startet 3 km utenfor Vestby jernbanestasjon omtrent 4 mil sydøst for Oslo. Mål var ved Bekkelaget, nær Oslo, og løpet var 40,2 km langt. Til start møtte 28 mann som startet med 3 minutters mellomrom. Ikke bare ble tidene notert, men også den tilstand løperne var i ved målpassering, ble vurdert.

Vinner ble Hallstein Bjerke fra Oslo som løp på 3.34.36. Pulsens hans ble målt til 168 og han fikk kondisjonskarakteren 1,5.

Det blir nå diskutert om DNM skal ta initiativ til et norsk jubileumsmaraton i 1996. I et senere Kondis-nummer i 1995 blir det gjort kjent at Maratonklubben i samarbeid med Vestby IL og KFUM Oslo skal arrangere Jubileumsmaraton 19. mai 1996. Løypetraseen blir mest mulig lik den som ble brukt 100 år tidligere, men nå med mål på Ekebergsletta. Løypa skal være 42,2 km og ikke 40,2, og det blir puljestart som løperne plasseres i etter antatt sluttid. Hvis alle oppnår

sin oppgitte tid, vil alle komme til mål samtidig.

1996-årgangen

65 år gamle Viktor Larsen blir tildelt Jon Hændens Minnepris og intervjuet av Kondis. Han har i løpet av 50 år vunnet anslagsvis 2000 premier i langdistanseløping og langrenn. Har noen i Norge vunnet flere?

Viktor ble norgesmester i terrengløp i 1954, og hans bestetider er 30.53,0 på 10 000 m og 2.37.51 på maraton. Dessuten har han hatt en rekke tillitsverv i DNM og i IL Minerva. Han har også vært primus motor for Vinterkarusellen på Romerike i 20 år.

Kondis har i nummer 1–1996 et særdeles aktuelt tema om skader. Ifølge en undersøkelse ved Norges Idrettsmedisinske Institutt, er løpsskadene 6 på topp de følgende:

1. Smerter omkring og under kneskjelle – 28 %
2. Akillesenebetennelse – 11 %
3. Langdistanseknæ – 11 %
4. Benhinnebetennelse, legg – 9 %
5. Tretthetsbrudd – 6 %
6. Smerter under fotbuen / i forkant av hælen – 5 %.

Disse seks skadene blir meget godt belyst med en enkel tekst og fine figurer.

Og apropos skader: Bjørn Gjerde blir utsatt for et dramatisk beinbrudd under Trolløpet i Bergen med bare en halv kilometer igjen av det 100 km lange løpet. Bjørn har imidlertid ikke bare talent for langdistanseløping; han har også lyriske evner:

Etter eit beinbrot

(Basert på «Etter ein rangel» av Jakob Sande)

I morgon vil eg byrja på eit nytt og betre liv, trur eg. Eg skal slutta springa ultraløp så eg må sprettast opp med kniv, trur eg. Eg skal slutta springa maraton i aust og vest og nord, og heller sitja i ein sofa med beina på eit bord, trur eg.

No skal ingen meir få sjå meg til kvar ei døgnets tid, trur eg. Koma farande på trening på sykkel, bein og ski, trur eg. Eg skal liggja der og lata meg, og la dei andre driva på, Dei får no berre springa, men eg vil knapt nok gå, trur eg.

Alle løparar eg kjenner, skal eg sky som eld og glør, trur eg. Og prøva prata litt om vêret når dei om forma spør, trur eg. Eg skal sitja i min godstol og sjå på fjernsyn helga lang, og berre mimra litevetta om dei løpa som eg sprang, trur eg.

Ja, i morgon vil eg byrja på det lette liv som sagt, trur eg. Og ta striden opp mot freistaren som går kledd i treningsdrakt, trur eg. Men i dag lyt det få vera, for eg er så spøkje sprek, at eg mest må sankta meg eit par mil til før eg kvelden tek, trur eg.

Bjørn Gjerde

Jeg skriver selv i Kondis nr. 3-1996 om DNMs Jubileumsmaraton – 100 år etter det første norske maratonløpet i 1896:

«Jeg løper forbi en gammel merkestein med inskripsjon Vestby og Aas. Den ser gammel ut og er sikkert minst 100 år. Og for 100 år siden løp 28 hardhauser akkurat her på Gamle Mossevei. De slet seg nordover mot Bekkelaget med et mål for øye – å gjennomføre det første maratonløpet i Norge og Norden. Det var vel ingen av disse deltakerne som ante at de skulle være fortroppen til en hær av senere maratonløpere. Og at 1000 deltakere skulle minne dem i den samme løypa 100 år senere... Det blir 42 km i motvind, men det hverken regner eller snør, som det gjorde da jeg våknet grytidlig i morges. Da var det bare én plussgrad.»

Hele 842 løpere fullfører Jubileumsmaraton, og 112 av dem er kvinner.

Natt til 19. mai dør Torleif Rekkebo. Han hadde løpt ni maratonløp de siste ni dagene. Det tiende løpet på ti dager skulle vært Jubileumsmaraton. Torleif ble 63 år og var en helt spesiell person og meget sentral i løpsmiljøet. Han var Norges mest aktive langdistanseløper. Løping



og konkurranser var hans liv. Kort tid før han døde ble han spurt om hva han selv syntes var hans største løpeprestasjon: «Uten tvil mitt løp fra Oslo til Trondheim da jeg var 56 år,» var svaret

1997-årgangen

Kondis intervjuer Wenche Sørum Lønnquist, 1500 m-løperen som la opp som toppidrettsutøver som 23-åring. Hun var i sin tid Norges beste kvinnelige friidrettsutøver med to kongepokaler og OL-deltakelse i 1972 der hun i semifinalen løp på 4.09,7. På spørsmål om hvorfor hun sluttet så tidlig, svarer Wenche:

«På den tiden var det ikke så vanlig at jenter fortsatte med idrett, og jeg følte at jeg måtte velge om jeg skulle satse på idrett eller familie og en skikkelig jobb. Den gang var det ikke tillatt for jenter å løpe lengre distanser enn 3000 m, og det bidro til at jeg ikke så noen framtid i å fortsette med å løpe... Jeg ser meg imidlertid aldri tilbake og er i grunnen meget godt fornøyd med livet slik det er blitt til nå. Jeg ville nok valgt det samme om igjen, forteller Wenche som i 1997 løp Sentrumsløpet på 38.11, 45 år gammel.

Norske kvinner har gjort det bemerkelsesverdige godt i Stockholm Maraton. Grete Waitz, Ingrid Kristiansen og Grete Kirkeberg har på 80- og 90-tallet vunnet én eller flere ganger. I 1997 blir det tredobbelt. I sterk varme vinner Anita Håkenstad på 2.33.26, Grete Kirkeberg blir nummer to med 2.37.00 og Jorunn Rekkedal tar tredje plassen på 2.41.41. Grete Kirkeberg deltar også i VM i Athen og oppnår her en sterk 17. plass.

1998-årgangen

Gudmund Restad, 60 år og landets

finansminister, blir intervjuet. Hvor mye jobber finansministeren? Rundt 14 timer daglig fra mandag til fredag pluss 10 timer i helgen. «Hvordan ser treningsuka di ut?» blir han spurt. «Det skal veldig mye til for at jeg ikke løper et par timer både lørdag og søndag. Om vinteren bytter jeg over til langrenn, og da er jeg gjerne ute dobbelt så lenge... På hverdager prøver jeg å få til minst en treningstur om kvelden etter jobb.»

På spørsmål om hvordan han får tid til å trene er svaret: «Det er helt meningsløst når folk sier at de ikke har tid. Problemstillingen er helt feil. Treningen gjør nemlig at jeg får bedre tid. Den gir overskudd, og jeg blir mye mer effektiv i jobben.»

Restad blir også spurt om han tenker på statsbudsjettet når han løper? «Ja faktisk, jeg er aldri så kreativ som når jeg løper.»

Som 59-åring løp Gunnar Restad Sentrumsløpets 10 km på 45 minutter.

Kondis varter også opp med en sykkelreportasje, fra Den Store Styrkeprøven. Hittil har det vært lite sykkelstoff i bladet. Organisasjonen heter jo fortsatt Den Norske Maratonklubb. Trondheim – Oslo dette året ble virkelig en stor styrkeprøve med en del vind og regn. Vinnertida til Fred Magne Hval på 15 timer og 25 minutter er én og en halv time bak løyperekorden, noe som tyder på tunge forhold. I alt fullførte 2611 syklister mens det i toppåret 1990 var hele 5300 påmelte, så det er nedgang her som i de fleste store løpskonkurransene.

Apropos Trondheim-Oslo: Kondis har en fornøylig artikkel om tre personer som hver for seg går denne streknin-

Jubileum: 1996 var det store jubileumsåret for maratonløpingen. Hundre år etter OL-løpet i Athen i 1896 var det maratonjubel på den samme stadion som lekene foregikk. Tidligere på året hadde Jubileums-maraton blitt arrangert her heime, 100 år etter Norges første maratonløp.

Maraton- løping gjennom 100 år



Del 7

Av Jan Terje Nilsen

Maraton-NM fra 1897 til 1960

Det første NM i maraton ble arrangert så tidlig som 1897 i Kristiansand. Den gangen var distansen standardisert til 40,2 km, ca. 2 km kortere enn den senere så berømte 42 195 meter. Hallstein Bjerke fra Tjalve vant på tiden 3.31.34. Mellom 1902 og 1949 ble det ikke avholdt noe maratonmesterskap. Da det igjen ble satt på programmet i 1950, vant John Systad fra Viking Bergen. Mesterskapet ble holdt i Moss, og Systads tid var 2.44.19. På 50-tallet var John Systad og Viktor Olsen fra Charlottenlund i Trondheim de store løperne i Norge. De delte tiåret mellom seg og tok fem mesterskap hver. Systad ble mester i 1950, 1951, 1952, 1953 og 1955. Olsen i 1954, 1956, 1957, 1958 og 1959.

NM 1960 – fra Rygge til Sarpsborg

I 1960 ble NM i friidrett arrangert i Sarpsborg, og på mesterskapets første dag skulle også maratonmesteren kåres. Johs. Aarefjord fra Moss hadde funnet fram til en løype som startet i Halmstadkrysset ved Rygge, gikk via Råde og Onsøy til Fredrikstad, videre over Rolvsøy, Greåker og Tune til Sannesund og fram til Sarpsborg stadion. Idrettsklubbene Rygge, Råde, Onsøy, Fredrikstad og Sarpsborg hadde alle ansvaret for sin del av strekningen, bl.a. med drikkestasjoner og funksjonærer. Det var hardt veidekke stort sett hele veien, mest asfalt, men også noe betong og stein.

Debutant i verdensrekordfart

Ni mann stilte til start fredag ettermiddag kl. 18.15 ved Halmstadkrysset. De gamle ring-revene Systad og Olsen var på plass, men den største favoritten var Tjalves Tor Torgersen, som hadde valgt å stå over 10 000 m for å konsentrere seg om maratonløpet. Torgersen var debutant på distansen, noe som muligens forklarer det voldsomme tempoet han hadde fram til halve løpet var unnagjort. Han hadde tydeligvis ikke noen respekt for

distansen og ledet også fra start til mål.

Det var gode løpsforhold, stille vær og ikke for varmt. En mengde mennesker hadde samlet seg langs løypa, og mange biler og syklistere fulgte med. Ved Ørmen bød Råde ILs Jacob Strømnes og Nils Lundeby løperne på den første forfriskning. Dette var etter ca. 15 km. Da hadde Torgersen allerede opparbeidet seg en ledelse på 3.30 minutter på trioen Viktor Olsen, Viktor Larsen og Odd Fredlund. Det ble altså løpt hele 15 km før løperne fikk noe å drikke, noe som i dag ikke ville vært tilrådelig. Fra Ørmen og inn var det imidlertid satt opp matstasjoner for hver femte kilometer.

Ved Solgårdkrysset etter 20 km hadde Torgersen økt forspranget til 4.15 foran de to Viktorene, som her lå 20 m foran Fredlund. Tempoet i teten var høyt. Første mila hadde gått unna på 31.55 og den andre på 31.05. 25 km var ved Seiersten skole og 30 km ved Glemmen-gårdene, like ved Høyfjellsveien. Det viste seg at Torgersen hadde falt av en del på den tredje mila, men avstanden til Viktor Olsen var 5.30. Tjalvisten hadde nok begynt å kjenne hardkjøret, og i tillegg hadde han fått noen leie vannblemmer under føttene. De siste 12 kilometerne klarte ikke Torgersen å øke avstanden til Olsen noe særlig. Den siste stigningen fra Sannesund og inn til mål kjentes godt.

Tor Torgersen kom inn på stadion mens 10 000 meter-løperne kjempet i banen innenfor ham. Han ble hilst med jubel fra over 4000 mennesker, og han hevet armene i begeistring flere ganger, før han på oppløpssiden mottok laurbærkransen og ble omfavnet av sekundanter og venner etter målpassering.

Primus motor for løpet var tidligere omtalte Johs. Aarefjord. Han var en kjent langdistanseløper og jobbet som understasjonsmester i Fredrikstad. Han syklet selv i teten foran løperne, ga instruksjoner og så at alt gikk rett for seg. Aarefjord visste hva de enkelte løperne ville ha ved matstasjonene, og der det trengtes ga han stasjonene suppleringer fra sin egen sykkelveske.

Resultater

1. Tor Torgersen, Tjalve	2.28.00
2. Viktor Olsen, Charlottenlund	2.33.46

3. Alf Neuenkirchen, Falken	2.40.46
4. Viktor Larsen, Fredrikstad	2.41.21
5. John Systad, Viking	2.46.26
6. Rolf Fuglestad, Fredrikstad	2.55.39
7. Jomar Berg, Istad IL	2.58.38
8. Arne Hansen, Tønsberg-kameratene	2.59.39

Odd Fredlund, Veldre brøt.

Tor Torgersen

Tor Torgersen var en etablert toppløper i Norge på denne tiden. Den 32 år gamle idrettsoffiseren hadde året før blitt norsk mester på både 5000 m, 10 000 m og 8 km terrengløp. Han hadde i tillegg den norske rekorden på 10 000 m på 29.30,8. På grunn av noe problemer på vårparten med skader, valgte han å stå over 10 000 m og konsentrere seg om maraton. For å komme til OL i Roma dette året, måtte man løpe på 2.27.00. Dette mente Torgersen at han var god for, selv om han aldri hadde prøvd seg på distansen før. Åpningstempoet viste også til fulle at han satset på en kjempetid. Selv om han ikke holdt helt inn, var han bare ett minutt bak OL-kravet. Det hører med til historien at Tor Torgersen likevel ble tatt ut til å representere de norske fargene i OL-maraton. I kveldsmørket i Romas gater løp han inn til 2.27.30 og 26. plass, over 12 minutter bak barbeinte Abebe Bikila fra Etiopia.

I media på denne tiden ble det opplyst at tiden 2.28.00 var beste

tid oppnådd av noen nordmann på distansen. Dette er imidlertid feil. Viktor Olsen løp i 1956 i Enschede i Holland på 2.26.54 (nr. 3). Enschede var på 40-, 50- og 60-tallet et av de mest prestisjefylte maratonløpene i Europa. Tiden til Tor Torgersen var imidlertid den beste tiden oppnådd av en nordmann på norsk jord. Kongepokalen kunne i NM ikke deles ut på maraton, men Torgersen vant likevel en bestemannspremie i form av et kjøleskap fra KPS for sin gode prestasjon. To dager etter maratonløpet, holdt Tor Torgersen på å vinne 5000 m, på mester-skapets siste dag. Han var bare vel sekundet bak Arne Stannes i mål (14.55.2 og 14.56.4.).

Ifølge avisreferatene var Torgersens NM-løp meget ujevnt, så ujevnt at det er lov å tvile på om de oppgitte passeringsstedene er riktige. Som tidligere nevnt skal han ha løpt første mila på 31.55. Den neste oppgis å ha gått på 31.05, den tredje på 40, den fjerde på 32, mens han skal ha brukt hele 13 minutter på de to siste kilometrene. Åpningen var det ifølge disse tidene verdensrekord-nivå på. Midtveis i løpet skal han ha ligget an til en sluttid på rundt 2.10. Det ville i så fall vært fem minutter bedre enn gjeldende verdensrekord på distansen. At tredje mila gikk så sakte, skyldtes nok delvis at det gjennom Fredrikstad var stor trafikk som heftet løperne. Som en kuriositet kan nevnes at Tor Torgersen gikk ned fire kilo på dette løpet fra Rygge til Sarpsborg stadion.



Tor Torgersen løper inn til NM-tittel og et KPS-kjøleskap i premie i Sarpsborg i 1960

gen. Sommeren 1930 går landstrykeren med det eksotiske navnet Notto Fipp de 56 milene på 5 døgn og 22 timer. Han levde utelukkende på melk og bananer. Så kom en av Norges mest kjente idrettspersonligheter, Johan Støa, på veien både i 1933 og i 1936. Mannen som allerede i 1926 mottok Egebergs Ærespris, satte rekord begge ganger med 4 dager og 21 timer i 1936 og 4 dager, 7 timer og 47 minutter tre år seinere. I 1935 hadde det imidlertid dukka opp en ukjent fisker fra Nordland, Isak Warvik. Han gikk faktisk på 4 døgn og 12 timer. Da Johan Støa slo denne rekorden, prøvde Isak seg på nytt i 1937. Da gikk han på 4 døgn, 1 time og 59 minutter. Så vidt forfatteren av artikkelen, Jan Terje Nilsen, vet, så stod denne rekorden til Torleif Rekkebo løp strekningen på 3 døgn, 8 timer og 15 minutter i 1989.

1999-årgangen

Organisasjonens leder, Tore-Per Olsen som etterfølger Kjell Myhrvold i 1998, skriver i sin lederartikkel om landsmøtevedtaket der Den Norske Maratonklubb skifter navn til Den Norske Løpsorganisasjon: «For å syn-

liggjøre at organisasjonen virkelig har fokus på løpere av alle kategorier og løpsarrangører, ble det på landsmøte lagt fram forslag om nye lover og et nytt samlende navn for en organisasjon for hele løpsbevegelsen.

Marius Bakken tar Sentrumsløpet med storm. Kondis skriver: «Kanskje er det satt en sluttstrek for den epoken der norsk langdistanseløping har vært nærmest avskrevet. Plutselig dukket han opp, først i Karl Johan-løpet og så i Sentrumsløpet.»

I Sentrumsløpet kommer han i mål på den flotte tida 28.27. Bakken som i 1999 er 21 år gammel, blir kåret til årets norske langdistanseløper sju av de åtte årene fra 1999 til 2006.

På kvinnesiden gjør Hilde Hovdenak nesten samtidig et kjempeløp i Hamburg Marathon med tida 2.33.25. Kondis skriver også om en ny og særdeles lovende norsk kvinne, 23 år gamle Stine Larsen. Hun blir først norgesmester på halvmaraton på 1.13.03, en tid som bare tre uker senere forbedres til 1.10.24. En usedvanlig lovende utøver.

Ketil Moen



Sømnakarusell i Nordland

Ketil Moen skriver på side 46 i forrige nummer av Kondis om «Sømnakarusellen i Vik i Sogn og Fjordane med hele 440 deltakere på det lille stedet».

Sømnakarusellen foregikk i Vik og på Berg i Sømna kommune i Nordland. I første løp våren 1988 var det hele 487 deltakere i en kommune med rundt 2000 innbyggere, og deltakerantallet var høyt i flere år.

Medlem 1250
Tor Qvale Mathisen

Gratulerer med 50-årsjubileet Kondis!

Vi kommer til å fortsette å favorisere Kondismedlemmer med gode rabatter

12 modeller fra verdens største produsent kr 5.950 - 39.950.-

Tredemøller

Spinningsykler

Romaskiner

Styrkeapparater

Crosstrainere

Basisutstyr

Pulsklokker



Kondismedlemmer får
15% rabatt
på tredemøller

T70

1-20 km/t

Direkteknapper til 18 km
Brukertilpasset demping

kr 13.950,-

T300

1-22 km/t

Direkteknapper til 18 km
Stor løpeflate

kr 18.950,-

T510

1-25 km/t

Direkteknapper til 25 km
Ekstra stor løpeflate

kr 25.000,-



Nettbutikk: www.sportsmaster.no
Butikk: Nesbrusenteret • Telefon: 66 85 04 60



Påmelding: www.ready.no/raskinnet



Oslo Sportslager!



VI GRATULERER KONDIS MED 50 ÅR

NORGES RÅESTE LØP
og det sikreste vårtegnet
lørdag 4. mai 2013

Råtassen &
Knøttetassen

Raskinnet



Vi gratulerer Kondis
så mye med jubileet



Ser fram til et fortsatt godt
samarbeide som deres
trykksakleverandør

PoliNor AS

Drammen – Tlf. 32 80 49 10 – e-mail: post@polinor.no
Alltid gode trykkpriser på Brosjyrer – Blader – Bøker – Kataloger



I AM MADE OF ALL THE DAYS
YOU DON'T SEE.
NOT JUST THE ONE YOU DO.

JAN FRODENO, TRIATHLON CHAMPION

asics

Vi gratulerer Kondis med 50-årsjubileet!



KOLL
NORDMARKS
TRAVEL'N



Gratulerer med 50
flotte år Kondis!



Gratulerer med 50-årsjubileet
Bra jobba!

millimeterpress 

Vi gratulerer Kondis med 50-årsjubileum

CustomPublish

www.custompublish.com



Grattis Kondis!

Vi gratulerer Kondis med 50 år og takker for et godt samarbeid med markedsføring og omtale av vårt arrangement. Det er supert å tenke på alt slit, all svette og all helse dere direkte og indirekte har forårsaket. Lykke til med nye 50 år.

**For Almannbergjet OPP
og Vollan Idrettsklubb**

Kjell Arve Husby, leder



BICYCLE LINE TEAM PROJECT 25 YEARS ALONG SIDE THE RIDER



BICYCLE-LINE HAR MER ENN 25 ÅRS
ERFARING MED Å SKREDDERSY TEAM-
KOLLEKSJONER INNENFOR SYKKEL,
LANGRENN OG LØPING.

VI SKREDDERSYR 100 % ETTER DINE
ØNSKER. INGEN BEGRENSNINGER
- KUN MULIGHETER.

VI GARANTERER DEN ALLER BESTE
KVALITET TIL EN PRIS INGEN ANDRE KAN
TILBY.

BICYCLE-LINE ER FOR DEN KRESNE
BRUKER SOM VERDSETTER HØY KVALITET
KOMBINERT MED FUNKSJONALITET OG
RIKTIGE PRISER.

VI LEVERER FRA KUN 10 STK+



Bicycle Line
ITALY

TORBJØRN FLATEN
HUKENVEIEN 20 E
1383 ASKER N-NORGE
TLF. 99 48 46 24
TORBJORN.FLATEN@GMAIL.COM
WWW.O-SYNCE.COM