



# Drammensmaraton

Søndag 11. september • Arrangør: IF Sturla • [www.drammensmaraton.no](http://www.drammensmaraton.no)



## Halvmaraton Med innlagt NM



Det er fortsatt ikke for sent for deg å bli en av årets deltagere hvis du ennå ikke er påmeldt. Løpet er både for mosjonister og konkurranseløpere. Du kan melde deg på hos Sturlas sekretariat hos Joggen Sport i Haugesgate 3 fra fredag 9. september kl. 12.00. Vi ser deg vel?



### Drammens 10ern

Hvis du synes Halvmaraton er for langt, kan du melde deg på Drammens 10ern, gateløpet som går i deler av maratonløypa. Se kart på midtsidene.



### Sparebanken Øst Barne- og ungdomsløp

Løpsglede for neste generasjons løpere, fra 0 til 16 år. Start og mål i gågata. Påmelding for de opp til 7 år skjer ved start.

**Påmelding til Halvmaraton, Drammens 10ern eller Sparebanken Øst Barne- og ungdomsløp skjer hos Joggen Sport i Haugesgate 3 fra fredag 9. september kl. 12.00.**

## STRØM GUNDERSEN AS ØNSKER ALLE LYKKE TIL I DRAMMENS MARATON!

VI HAR FÅTT VÆRE MED Å BYGGE NYE DRAMMEN. DET ER VI STOLTE AV OG TAKKNEMLIGE FOR



**ET GODT STED Å VÆRE OG BO**  
Det er ikke alt som var bedre før. Drammen er i dag bedre enn noensinne, og vi er mange som entusiastisk har fulgt med på endringene siden starten. Byen vår har blitt en vakker svane og en ny personlighet som er attraktiv, full av liv og servicetilbud.

**DEN STORE FORVANDLINGEN**  
Vi ønsker å takke kloke politikere og embedsfolk, som har hatt visjoner og bevist gjennomføringsevne og ikke minst vil vi takke spenstige og visjonære byggherrer som har gjort Drammen anno 2011 til mulighetenes by. Strøm Gundersen AS er stolte av Drammen og byggeprosjektene vi har utført.

**PROSJEKTER FOR DRAMMEN**  
Varierte byggeoppdrag har vært entreprenørfirma Strøm Gundersen AS utfordring i sine prosjekter for Drammen. Vi har hatt oppdrag innen samferdsel, kultur og utdan-

ning. Vi har bygget kontor, forretnings- og leilighetsprosjekter og rehabilitert sentrale bygg i byen. Dyktige oppdragsgivere og partnere har utfordret oss til å være kreative og løsningsorientert på vei mot det som i dag er nye Drammen.

Vi var med helt fra starten. Vi bygget SOLUMSTRAND RENSEANLEGG og utviklet eget røppressingssystem i forbindelse med KLOAKKRAMMEPLANEN. For Drammens nye velordnede trafikksystem var vi med på byggingen av BRAGERNESTUNNELLEN og utvidelsen av MOTORVEIBRUA.

DRAMMENSBADET er et utrolig flott anlegg, som gir drammenserne helårs badeliv. PAPIRBREDDEN, DRAMMEN KUNNSKAPSPARK med høyskolesenter og bibliotek, GULSKOGEN, ÅSSIDEN VIDEREGÅENDE og SKOGER SKOLE fremstår som moderne utdanningsarenaer for mange av byens elever og er prosjekter

vi har bygget. DRAMMEN KINO og rehabilitering av UNION SCENE er stolte bidrag til byens kulturliv. På Union brygge har vi bygget KVARTAL 10, NAV BYGGET og COMFORT HOTEL.

Til byjubileet leverer vi nye DRAMMEN STASJON og ØVRE SUND BRU. Vi er i gang med byggingen av PAPIRBREDDEN II og ENGENEKVARTALET.

Vi ser frem til å bidra til byutviklingen i mange år fremover.

Les mer om oss på: [stromgundersen.no](http://stromgundersen.no)



- vi gleder oss til fortsettelsen

# Velkommen til Elvebyen Drammen

På vegne av Drammen Kommune ønsker jeg dere alle hjertelig velkommen til Drammen.

Drammen kommune har nå over 63 000 innbyggere, mens det bor nærmere 100 000 mennesker i Drammen by. Byen ligger vakkert til ved Drammelsen mellom Bragernes- og Strømsåsen.

Byen er kjent som «byen ved elva». I Drammen kan du kombinere storbyens kulturliv med friluftsliv og rekreasjon i de praktfulle områdene i Drammensmarka. Drammen er fylkeshovedstad og trafikknutepunkt for båt, bil og bane. 2011 er jubileumsår for Drammen hvor vi feirer at vi er 200 år som by.

Drammen er en by i endring. Ren elv, elvepark, satsing på sentrum, samt det å få gjennomgangstrafikken ut av sentrum, har vært viktige forutsetninger for den utviklingen vi i dag ser resultatene av, og som vi høster internasjonale priser for.

Vi graver i dag i sentrale områder på Strømsø fordi vi skal oppgradere torget. Nye hoteller er under planlegging og bygging, ikke minst fordi vi nå har fått Flytoget til byen.

Jeg håper dere vil ta byen i bruk mens dere er her. Bruke områdene langs elven og ta en tur over Ypsilon.

Lykke til, og velkommen til Drammen.

Tore Opdal Hansen  
Ordfører



## Hilsen fra Sturla



IF Sturla ønsker løpere, publikum og funksjonærer velkommen til en løpshelg i Drammens gater. Drammen bys 200 års jubileum er med på å prege arrangementet. At så mange mesterskap avholdes i Drammen dette året er med å løfte så vel byen som den enkelte konkurranse.

**Lørdag er det barnas dag.** I år har vi valgt å bruke en dag bare for de unge. De aller yngste, opp til 7 år, skal få delta i et minimaraton - 42,195m,

hvor det bare er gleden av å løpe som skal være i fokus. De eldre, fra 8 til 16, skal løpe forskjellige distanser. Her tas det tider, men resultatlistene er alfabetiske. Fra og med 11 års klassen er det ordinære resultatlistene. Slik er de norske reglene for barneidrett.

Ungdomsløp er i vinden, og tilbud til disse aldergruppene er etterspurt. Det er hyggelig å arrangere løp i sentrum hvor barn og ungdom får vise sin idretts glede. Vi anmoder publikum om å stille opp og heie disse fram

lørdag ettermiddag. Bragernes Torg og Gågata danser en flott ramme.

**Søndag er det NM Halvmaraton og 10km gateløp.** NM Halvmaraton blir arrangert som et ledd i Drammen bys jubileumsfeiring. Deltagere fra hele landet stiller i NM i både junior, senior og veteran klasser. Men det er ikke bare NM deltagere som stiller. Halvmaraton er en krevende distanse og mange deltar for å teste sin styrke i langløp.

Det er et stort apparat som skal i sving for et arrangement som dette. IF Sturla er stolte av de

medlemmer som stiller opp for å gjøre arrangementet til en suksess. Vi har atleter som synes godt i sportslig sammenheng, og vi har gode medlemmer som stiller opp når en jobb skal gjøres.

Alle vi andre stiller oss bak vår ener på arrangementsfronten - Odd Grønli. Etter 30 år med Drammensmaraton tok han en pause. Og nå som pensjonist er han tilbake for fullt. Erfaring har han, - og arbeidlysten har heller ikke avtatt.

Vi ønsker samtlige lykke til.

Tor Lau  
Leder i IF Sturla



Foto: Pia Sensirod

Ole Sivertsen og Magne J. Nilsen

## Vi gir deg sporten!

Drammens Tidende forsyner deg med lokal sport i alle kanaler, hele året... Er det noe du mener vi skal skrive om, tips oss gjerne på [sporten@dt.no](mailto:sporten@dt.no), send melding til 03232 eller ta direkte kontakt med en av oss. Du finner kontaktinformasjon på en av sports-sidene.

## Mediehuset Drammens Tidende

Drammens Tidende  dt.no m.dt.no dtTV

# Friidretten i Sturla



**SEIRENDE UNGDOMMER:** Vant stafett under Bislett Games. Fra venstre: Martin Kristiansen, Magnus H. Pettersen og Vilde Gaarder.

Da Sturla ble startet 6. oktober 1923, var det som friidrettsforening. I dag, 88 år senere kan man se tilbake på rik historie som periodevis har plassert oss blant landets fremste.

Dagens friidretts-Sturla er preget av en rekke ungdommer plassert i landstoppen. Så sent som i kretsmesterskapet 20-21. august i år var vi dominerende forening så vel når det gjelder antall deltagere som antall kretsmesterskap og medaljer

18-ringen Ferdinand Kvan Edman er vårt fremste navn. Han er fast på aldersbestemte landslag. I årets junior-NM vant han hinderløpet, erobret sølv på 1500 meter og bronse på 800 meter. Som om ikke det skulle være nok: Ferdinand stilte i senior-NM også og erobret bronse på 1500 meter! Ferdinand er tett fulgt av Magnus Pettersen (16). Han har også

representert Norge i EM og VM i år, med sterke resultater. Av andre toppnavn nevner vi Ola Stunes Isene, Martin Fagelund og Vilde Gaarder som alle er i vår tropp på 10 som er kvalifisert for ungdoms-NM. Under Bislett Games var det lagt inn en ungdoms-stafett for tremanns kretsfor 15 og 16-åringene Minst en av deltakerne måtte være 15 år, og med minst én jente på laget. Buskerud stilte med rent Sturlalag, Martin Kristiansen (16), Magnus Pettersen (16) og Vilde Gaarder (15). De løp fem etapper hver, til sammen 3000 meter. Og de vant, til tross for at Sverige og Finland stilte med nasjonslag!

### Sølv i Stafett-NM

I årets stafett-NM, som vi og Helles arrangerte på Marienlyst, stilte det 132 lag fra 29 klubber. Sturla stilte med to lag gutter 15-16 år og et jentelag i samme klasse. Det ble sølv til kvartetten Martin Fagelund, Martin Kristiansen, Torjus V. Flaten og Magnus Pettersen på 4 x 600 meter.

Årets første konkurranse var terreng-NM på Modum. Vi stilte åtte av våre unge distanseløpere. Det ble medaljer til Magnus Pettersen, Ferdinand Kvan Edman



**FULL FART:** Emma de Haas (9) i full fart i Tyrvingstafetten.



**BLIDE BARN:** Blide Sturlautøvere i Tyrvingstafetten.

og Vilde Gaarder, 5. plass til Martin Kristiansen og 6. plass til Hanne Clausen. De yngste har vært med på en rekke stafetter og banestevner med store tropper og mange fine resultater, uten at vi kan gå i detaljer. Før sommerferien arrangerte vi friidretts-skole, der over 100 barn var med.

Vi har også arrangert Jentebølggen for 19. gang. Der startet 1300 spreke dameri strålende vær.

### Sterke ultraløpere

Det er ikke bare de yngre som hevder Sturlas ære. Vi er med i verdenstoppen også for de som vil løpe lenger enn maraton, som våre ultraløpere Jon Harald Berge og Gjermund Sørstad. Ultraløp er knallhardt med inntil 24 timers



**TOK TETEN:** Vilde Gaarder tok teten i NM-stafetten 15-16 år.

løp. I VM og EM 24 timers løp presterte Jon Harald 255,764 km som ga 7. plass og norsk rekord. Gjermund gjorde unna 230,541 km og ble nr. 23. Gjermund vant i vår Bislett 12-timers og satte nordisk rekord med 147,985 kilometer.

### Kort tilbakeblikk

Helt fra starten i 1923 har Sturla stått bak store arrangementer i friidrett som. for eks: Sturlamar-sjen, Konnerudstafetten, Marienlyststafetten, Sturlamila, tre stafett-NM, syv maraton-NM og mangelkamp-NM. Vi har hatt deltaker i olympiske leker i Per Halle som ble nr. syv på 5000 meter på norsk rekord i 1972. Ståle Engen sikret seg kongepokal på hinder. Han er også en av mange som har satt norske rekorder i både senior- og juniorklasse. Jan Erik Viholmen er norsk mester i maraton, og Jorunn Tangen vår fremste kvinne med seks NM i diskos. Disse og mange andre sturlister har vært på landslag og representert Norge der og i andre internasjonale stevner. Det er dessverre ikke plass til å gå i detaljer her.

Vil du vite mer om Sturla friidrett, ring Øivind Berg på 32 88 64 70.



**SØLV:** Martin Kristiansen tok teten i NM-stafetten. Det ble sølv!

# ELLINGSEN

møbler&interiør

Blichsgate 3, Drammen • Tlf: 32 83 39 31 • Åpningstider: man-fre 10-18, Lørdag 10-16

toyotadrammen.no

# Det gleder oss å kunne støtte Drammensmaraton



Auris Hybrid fra kr 260 800,-



**Toyota Drammen** ✓

- trygg og spennende

**Toyota Lier** ✓

- en avdeling av Toyota Drammen

DRAMMEN: Ing. Rybergsgate 108 - 3027 Drammen - Tlf. 32 23 46 00 • LIER: Sankt Hallvards vei 10 - 3400 Lier - Tlf. 32 22 95 95

## Idrettsforeningen Sturla



# IF Sturla – en klubb med mange aktiviteter

Sturla ble startet i 1923 som friidrettsklubb med 21 medlemmer.

Allerede i mai året etter hadde klubben 121 voksne medlemmer og 66 junior. I starten var det friidrett, skogsløp med og uten pakning og gangsport som dominerte. Klubbens utøvere hevdet seg både nasjonalt og internasjonalt. Friidretten er fortsatt viktig for Sturla, og vi har fortsatt utøvere som hevdet seg i toppen i såvel NM, som nasjonale stevner.

I 1934 arrangerte Sturla det første orienteringsløp i Drammen. Etter det har O-sporten vært en sentral del av Sturlas virksomhet. Sturlas orienterere teller både verdens- og norgesmestere. I 1980-årene vant Sturlas herrelag NM hele 8 ganger.

I 1945 ble det opprettet en håndballgruppe. Klubben hevdet seg i flere år på kretsplan både herre og damesiden. På sytti-tallet hadde klubben også herrelag i den øverste divisjonen. Håndballgruppa



hadde en enorm rekruttering på -70 og 80-tallet, og hevdet seg i aldersbestemte klasser på krets og nasjonalt plan. Sturla var med i opprettelsen av DHK, og etter hvert ble mye av fokuset rundt håndball flyttet dit. Siden 2007 har det ikke vært håndballgruppe i Sturla.

Skigruppa til Sturla ble tuftet på ønsket om å ha et klubbtilbud til tur-løpere i byen. Klubben vokste raskt på dette og ble den største merketageren i Hauern.

Også i Birken og mange andre kjente turrenn ble Sturla en av de største merketagere.

Utover alle disse sportslige aktiviteter driver Sturla Allidrett sammen med DBK- et opplegg som har utgangspunkt på Øren Barneskole og gir barn anledning til å prøve seg i forskjellige idretter og aktiviteter. Listen er lang: Svømming, magedans, ski, sirkeltrening, skøyter, turn, tarzanløype, sykkel, fotball. Det sosiale er heller ikke glemt med

skogstur med grilling osv.. Det viktigste er at barna skal sette pris på aktivitet og friluftsliv.

Sturlahuset i Underlia ble bygd tidlig på 90-tallet etter en stor dugnadsinnsats fra medlemmene. Huset samlingspunkt for mange mange av aktivitetene i klubben og leies i tillegg ut til bryllup, konfirmasjoner, jubileer osv.

Lær med om IF Sturla på [www.sturla.no](http://www.sturla.no).

## Vi støtter idretten i vår region



**JA** -vi sparer miljøet uten at det går utover  
kvalitet, service og pris

**TRYKK  
SERVICE AS**

Prof. Smiths allé 40 A, 3048 Drammen  
Telefon 32 80 81 70 - [firmapost@trykk-service.no](mailto:firmapost@trykk-service.no)  
[www.trykk-service.no](http://www.trykk-service.no)



100% miljøsertifisert

**bama**

Til påmeldinger, tidtaking og resultat-service,  
benytter Drammensmaraton seg av



[www.emit.no](http://www.emit.no)

## Idrettsforeningen Sturla

# Frøidrett

Sturla frøidrett har lange og stolte tradisjoner som en av Buskeruds beste frøidrettsklubber i mer enn 80 år.

At det er populært med frøidrett for tiden merker vi godt. Tar du deg en tur ned på Marienlyst banen en tirsdagskveld treffer du nærmere 100 barn og ungdommer som utfolder seg. De siste årene har klubbens utøvere tatt medaljer i både Ungdomsmesterskap og junior NM.

Sturla tilbyr trening til utøvere fra 10 år og eldre. Alle frøidrettsøvelser er representert.

For å gi et best mulig sports-

lig opplegg er satsingen delt opp i aldersgrupper for de yngste med fokus på generelle ferdigheter og muligheten til å prøve forskjellig øvelser.

For de eldre har vi egne spesialiserte grupper blant annet en egen for mellom og langdistanseløp, en egen ultra løpegruppe og sprintgruppe.

I jubileumsåret 2011 nærmere bestemt 28.-29. mai skal klubben være med å arrangere NM i stafetter på Marienlyst.

Vi fokuserer på at frøidrett skal være gøy, velkommen til Sturla!



### Frøidrettsgruppa

**Adresse:**  
Skogbrynet 34  
3032 Drammen

**Telefon:**  
975 71 080

**E-post:**  
sturla.frøidrett@ebnett.no

**www.sturla.no**

## Frøidrett – også en vinteridrett

Frøidrett drives både sommer og vinter. Denne måneden 11.-13. mars, avrundes vinterseongen med Innendørs Ungdomsmesterskap i Trondheim. Her vil nok mange av Sturlas ivrige ungdommer være i aksjon.

Frøidretten får stadig bedre kår også på vinterstid. Denne sesongen har både Trondheim og Sta-

vanger fått sine egne innendørs frøidrettsbaner og neste år kommer det også en bane i Hauge-sund.

For Sturlistene er Drammenshallen et ypperlig sted å trene når snøen enda daler ned ute.



# USLÅELIG MESSE- og TILBUD

**Komplett standløsning**  
Løsningen består av

- 2 stk. Roll-ups (Quickscreen)
- 2 stk. spotlights
- Liten disk
- Brosjyrestativ

**kr 9 900,-**  
eks. mva.

### Komplette stands



### Roll-ups

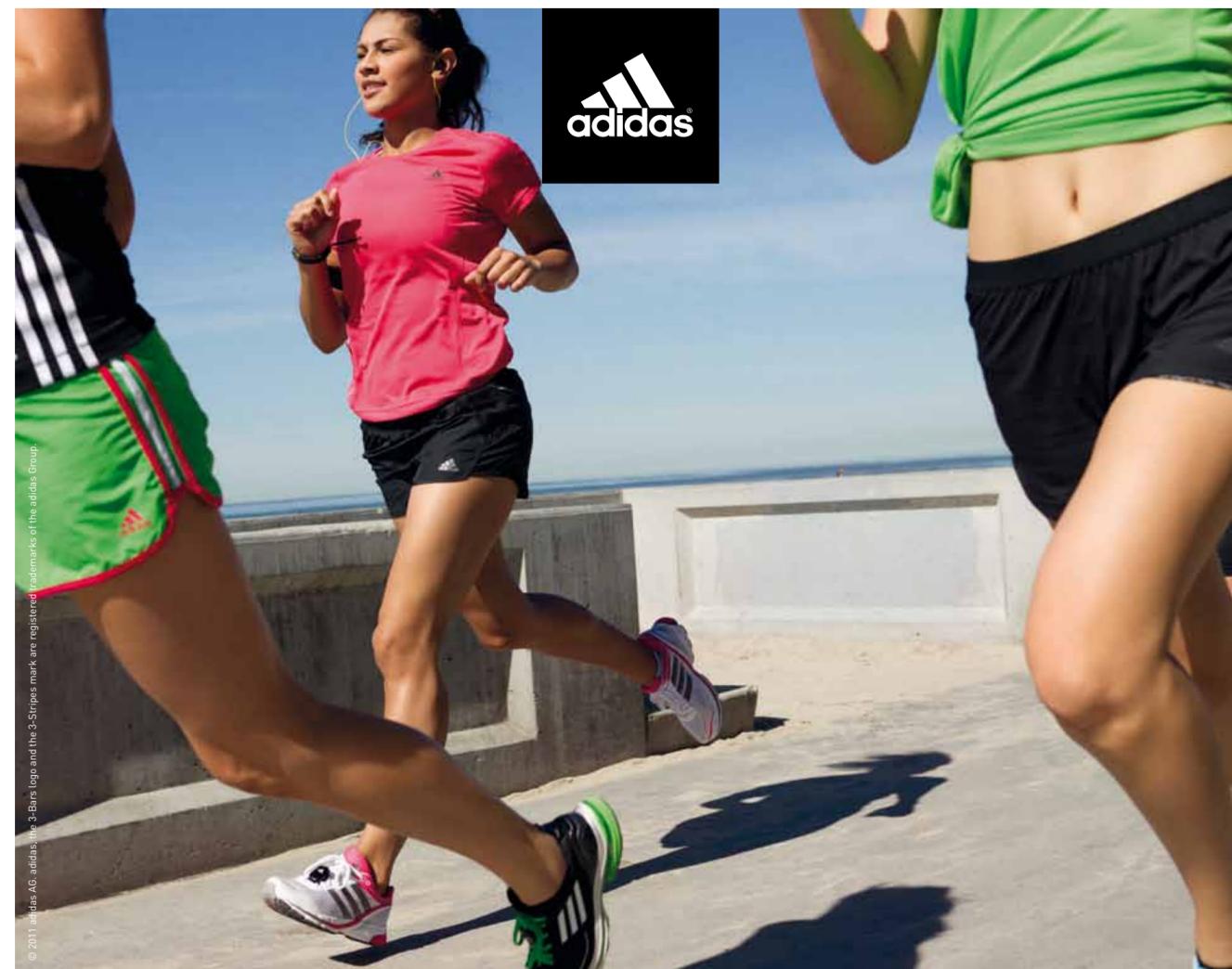


### Fotomatter



### Messe/kontorvegger

Se mer av vårt store utvalg på [www.saturn.no](http://www.saturn.no).



# Drammensmaraton-tilbud

## -30% på løpsbekledning og løpesko fra adidas



### adidas Response Cushion

Dame- og herremodell

**699,-**

For 999,-



### Grafisk design

Logoutvikling  
Visuell profil  
Kampanjer  
Trykksaker

### Webutvikling

Webdesign  
Flashannonser  
Publiseringssystem  
3D/Animasjon

### Grafisk produksjon

Trykk  
Preging  
Foliering  
Utstansing

### Messe og Profil

Standløsninger  
Roll-ups  
Kontor- og messevegger  
Profilingsprodukter



Tlf 32 21 38 80 • [www.saturn.no](http://www.saturn.no)

Tilbudene gjelder kun hos  
Joggen Sport AS  
Haugesgt. 3-5 (vis-a-vis Torget Vest).  
Telefon: 32 83 07 35

Åpningstider:  
Man-fre 10-18  
Lørdag 10-16



Ekte Kjørlyst

## Idrettsforeningen Sturla

# Orientering

IF Sturla har en aktiv o-gruppe med rundt 120 aktive medlemmer. Hos oss er hele familien med, men våre aktiviteter tar gjerne utgangspunkt i de yngres behov for utvikling og opplæring. Det nærreste du kommer skattejakt med kart, er å drive orientering! Kom til oss og prøv da vel!

Vi har trening hver torsdag. Fra det er barmark om våren trener vi i terrenget med ulike orienteringsteknikker. Hver vår har vi nybegynnerkurs, men vi driver opplæring kontinuerlig. Passen-

de startalder ca 9 år. Vi konkurrerer både lokalt, nasjonalt og i utlandet.

Du finner mer informasjon på vår hjemmeside, [www.sturla.no](http://www.sturla.no).

### Kart

O-gruppa har o-kart i hele Bra-gernesåsen, Konnerudkollen og Lokkeråsen i Nedre Elker. Også Norbykollen og Bikkjestykket/Marienlyst i Dram-

men sentrum er kartlag. Vårt Skiløypekart i lommeformat dekker terrenget fra Drammen sentrum til Tyrifjorden. Kart kan skaffes fra Geir Holm Gundersen, telefon 906 71 897.



**PÅ REKKE OG RAD:** Donald-lesende unge o-løpere, en ny variant for å øve kartlesing i fart!



### En hvilken som helst familie som løper orientering

**Datter 7 år:** Synes det er fint å være med familien på o-løp. Løper av og til nybegynnerløype for gøy.

**Datter 11 år:** Dro familien med i orientering. Det er fint å løpe på stier og finne ut av kartet.

**Sønn 13 år:** Løper fra pappa. Orientering gir god kondis, og er sosialt.

**Mamma 42 år:** Løper stadig lettere og finner til slutt postene. Det er morsomt å finne postene.

**Pappa 42 år:** Synes orientering er en fin førtiårskrise. Løper lette og vanskeligere løyper for gubber. Endelig får kroppen min jevnlig trening.



### O-gruppas storhetstid

Sturla hadde en storhetstid i 1980-årene med Øyvin og Harald Thon, Egil Iversen, Sigurd Dæhli med flere. 8 ganger vant Sturlas herrelag NM-stafett. De utgjorde en stor del av VM-laget på den tida.

### Orienterings-gruppa

**Telefon:**  
995 63 167

**E-post:**  
[linda.verde@bfk.no](mailto:linda.verde@bfk.no)

**[www.sturla.no](http://www.sturla.no)**



## Vi følger med for deg.

I Norge vedtas det en ny lov eller forskrift ca. hvert 30. minutt! Rammevilkårene for næringsliv og offentlige virksomheter forandrer seg raskere enn noen gang tidligere, men har du tid til å følge med?

Deloitte følger med for deg. Som klient hos Deloitte i Drammen får du tilgang til informasjonskilder, ekspertise, analyser og rapporter som kan ha stor nytteverdi for din bedrift. Du kan også delta på våre seminarer i Drammen eller andre steder i Norge. På [www.deloitte.no](http://www.deloitte.no) kan du dessuten abonnere på relevante nyheter og rapporter.

Kontakt oss for en nærmere presentasjon, tlf: 32 26 41 00.

Besøksadresse:  
Dronninggt. 15, 3019 Drammen

**Deloitte.**



MOOV  
TRENINGSSENTER

I samarbeid med:



Synergi  
Helse

# Ingen binding!

Meld deg inn innen 30. september!  
Les mer på [www.moov.no](http://www.moov.no)

- 12 uker oppfølging av veileder er inkludert
- Testlab med direkte O<sup>2</sup>-måling og laktatprofil (melkesyre) hos Synergi Helse
- Badstuer og steambadstuer
- Det nyeste innen styrkeapparater
- 70 gruppetimer i uka!

Union Brygge  
t: 906 33 906

**[www.moov.no](http://www.moov.no)**



## Velkommen til vår butikk 4 min. fra Rundtom, Svelvikveien 61

Kom å få vår nye kjøkkenkatalog som viser alle spennende nyheter fra Crown.

### VI TILBYR:

- Kjøkken i toppklasse •Gratis konsulentteneste inkludert hjemmebesøk av våre dyktige konsulenter
- Stort utvalg i fronter og skrogefarger •Kort leveringstid
- Fornøyde kunder

Avd. Drammen: Svelvikvn. 61, 3039 Drammen  
Tlf. 32 88 22 40, Fax 32 88 22 42  
www.crownimperial.no drammen@crownimperial.no



**CROWN** Design, kvalitet, inspirasjon og kjøkkenglede.  
**KJØKKEN** DRAMMEN AS

## Idrettsforeningen Sturla

### Ski

Sturlas skigruppe ble stiftet fordi det manglet et tilbud til turrenntusiaster i klubben og i Drammen generelt. Grappa vokste hurtig og gjorde seg gjeldende blant de største i renn som Th. Haugs Minneløp, Grenaderløpet og Birkebeiner'n. Under mottoet "Ski er Gøy, Mest Gøy i Sturla" ble det arrangert Sturlas Snow-Show, kveldsrenn for tur-løpere. Det siste løp i sesongen var Snow-Show Grand Prix med start fra Landfålltjern, via Vindsjø og Hovlandsfjell til Breilli og deretter

hjem. Ingen matstasjoner eller merking. Kun poster for stempeling.

Et annet kjent tiltak var SAFT-SIT Grand Prix. (Sturlas Avdeling For Topp Sprø Innfall og Tiltak.) Alle som gjennomførte Grenaderløpet, Trondheim-Oslo og Drammensmaraton i en og samme sesong var kvalifisert til et eget trofe. Over tre tusen trofeer ble utdelt.

Sturla er også medarrangører av Thorleif Haug Skifestival.



### Sturlas Markakarusell i 40 år

Sturlas Markakarusell er en hyggelig utfordring til trimglade markaentusiaster. Både for små og store, ung og gammel, et arrangement som Sturla har hatt i 40 år. Fem distanser som kan løpes to ganger - vår og høst. Fem tirsdager fra midten av mai, og midten av august.



### Sturlas turløpere - et miljø på trening og tur

Det arrangeres teknisk felles-trening hele høsten. Spretten skigang før snøen kommer og skiteknisk trening på den første snøen.

Vi har stor deltagelse i lokale renn og i kjente renn i inn- og utland.

Til Birken reiser mange med fellesbuss, hvor gleder og skuffelser blir ivrig diskutert. Klubben har deltagere hvert år i Vasaloppet, Marcialonga og andre klassikere.

Her er det plass til flere løpere som ønsker å bli del av et miljø.

### Trening med Sturla Ski

**Barmarks-/Teknikktrening**  
Tirsdager fra 1. oktober.

**Skitrening/Teknikktrening**  
Tirsdager etter at snøen har kommet.

**Aerobic**  
Mandager på Sturlahuset

Se mer på [www.sturla.no](http://www.sturla.no).

### Skigruppa

**Adresse:**  
Postboks 111  
3001 Drammen

**Telefon:**  
909 97 878

**E-post:**  
[gerd.haaland-nilsen@parker.com](mailto:gerd.haaland-nilsen@parker.com)

**[www.sturla.no](http://www.sturla.no)**

# Topprente

- ✓ Topp innskuddsrente
- ✓ Ingen kostnader
- ✓ Ingen bindingstid
- ✓ Konto disponeres via nettbank
- ✓ Minimumsinnskudd kr 50.000

Opprett din egen konto på  
[www.topprente.no](http://www.topprente.no)



# DRAMMENS MARATON presenterer SPAREBANKEN ØST BARNELØP

Vi ønsker velkommen til alle barn og unge i alderen 0 - 16 år.  
Distansene blir 42 195 mm (1/1000 maraton) for de minste og en engelsk mile (1609 m). for de eldste. Det vil være underholdning og et arrangement som først og fremst fokuserer på løpsglede.  
Bli med og sett preg på Drammen sentrum!

Bli med  
da vel!

**DELTAGERPREMIE TIL ALLE!**

Lørdag 10. september  
Start kl. 15.00: 0-7 år  
Start kl. 16.00: 8-16 år

Påmelding  
0-7 år: Ved start

Startkontingent  
Gratis for klasse 0-7 år  
Kr. 100 for klasse 8-16 år

Drammens Tidende



Sparebanken Øst



www.drammensmaraton.no

Vi er din totalleverandør av grafiske tjenester!

www.allkopi.no

Privat

Bedrift



- Reklamemateriell • Salgsmateriell • Profiling • Messesystemer
- Flyere og DM • Skanning • Bannere/plakater • Byggetegninger
- Eventmaterieill • Interiørdekor • Eksteriørdekor • Design

Besøk vår nye nettbutikk for dekor- og interiørprodukter [www.iDekor.no](http://www.iDekor.no)

**Allkopi Drammen**

Øvre Storgt. 9

3018 Drammen

Tlf: 32 83 01 80

Epost: [drammen@allkopi.no](mailto:drammen@allkopi.no)

**allkopi**  
- med trykk på service

# Drammen 21 km NM Halvmaraton

## 10 km Byrunde

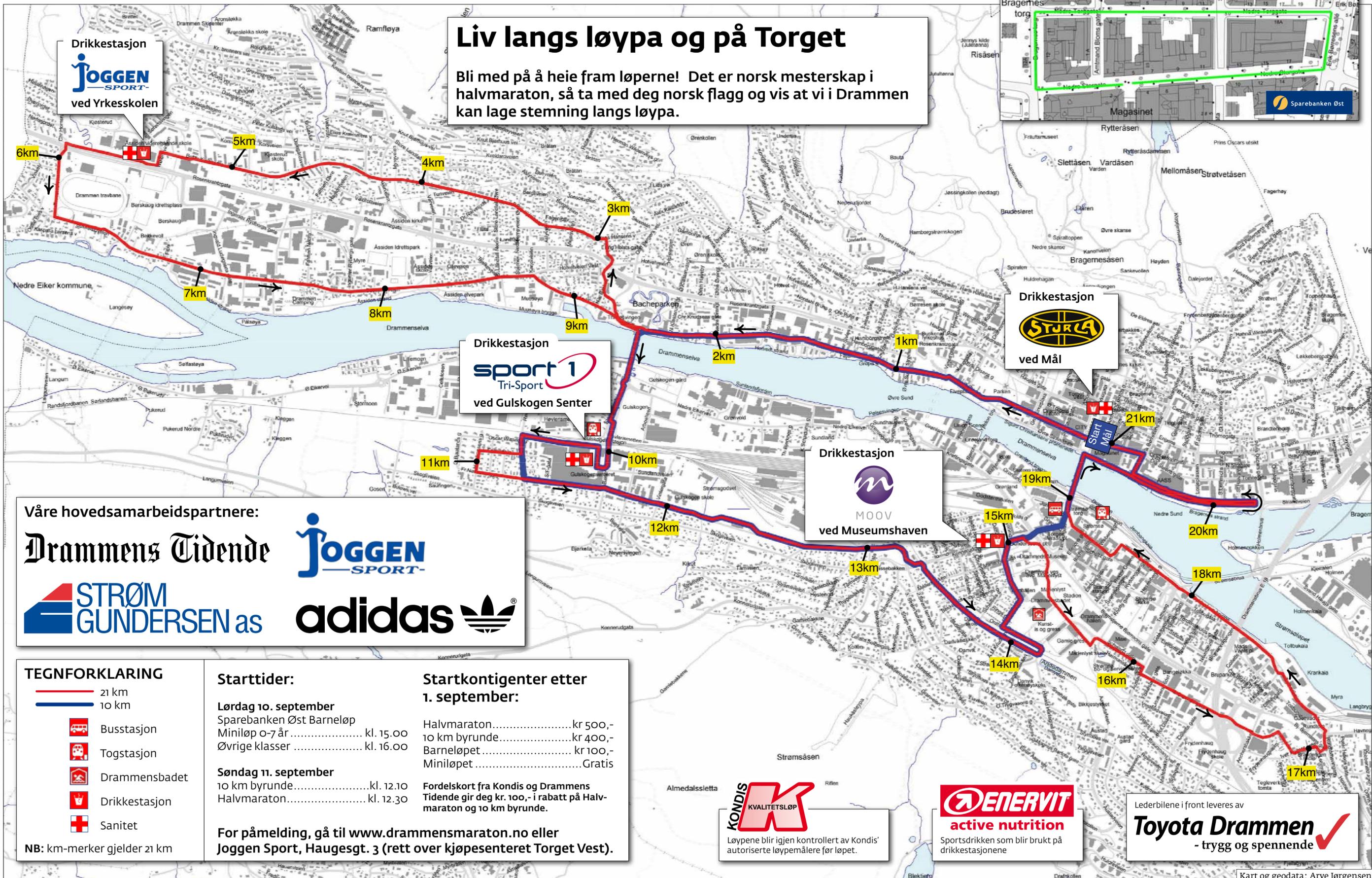
IDRETTSFORENINGEN



**Sparebanken Øst Barneløp**  
 Lørdag 10. september Miniløp 0-7 år kl. 15.00  
 Barneløp med tidtaking kl. 16.00

### Liv langs løypa og på Torget

Bli med på å heie fram løperne! Det er norsk mesterskap i halvmaraton, så ta med deg norsk flagg og vis at vi i Drammen kan lage stemning langs løypa.



Drikkestasjon  
**JOGGEN SPORT**  
 ved Yrkesskolen

Drikkestasjon  
**sport 1**  
 Tri-Sport  
 ved Guskogen Senter

Drikkestasjon  
**MOOV**  
 ved Museumshaven

Drikkestasjon  
**STURLA**  
 ved Mål

Våre hovedsamarbeidspartnere:

**TEGNFORKLARING**

- 21 km (red line)
- 10 km (blue line)
- Busstasjon
- Togstasjon
- Drammensbadet
- Drikkestasjon
- Sanitet

NB: km-merker gjelder 21 km

**Starttider:**

**Lørdag 10. september**  
 Sparebanken Øst Barneløp  
 Miniløp 0-7 år ..... kl. 15.00  
 Øvrige klasser ..... kl. 16.00

**Søndag 11. september**  
 10 km byrunde ..... kl. 12.10  
 Halvmaraton ..... kl. 12.30

**Startkontingenter etter 1. september:**

Halvmaraton ..... kr 500,-  
 10 km byrunde ..... kr 400,-  
 Barneløpet ..... kr 100,-  
 Miniløpet ..... Gratis

Fordelskort fra Kondis og Drammens Tidende gir deg kr. 100,- i rabatt på Halvmaraton og 10 km byrunde.

**For påmelding, gå til [www.drammensmaraton.no](http://www.drammensmaraton.no) eller Joggen Sport, Haugesgt. 3 (rett over kjøpesenteret Torget Vest).**

**KONDIS**  
 KVALITETSLØP

Løpene blir igjen kontrollert av Kondis' autoriserte løypemålere før løpet.

**ENERVIT**  
 active nutrition

Sportsdrikken som blir brukt på drikkestasjonene

Lederbilene i front leveres av  
**Toyota Drammen**  
 - trygg og spennende

# Drammens store milslukere



**ØKTE DISTANSEN:** Gjermund Sørstad startet med kortere mosjonsløp, men gikk etter hvert over til maraton og videre til ultraløp. På bildet er han underveis i Fjellmaraton i år hvor han vant suverent. (Foto: Kjell Vigestad)



**REKORDHOLDER:** Etter flere år uten trening kom Jon Harald Berge i gang med løping da familien skaffet seg hund. Nå er han innehaver av den norske rekorden på 24-timers løp. (Foto: Per Inge Østmoen)

**Jon Harald Berge (42) og Gjermund Sørstad (32) er noen ekte milslukere. For disse gutta er halvmaraton nærmest som sprint å regne, og maraton er en grei oppvarming. De teller ikke minutter og kilometer, men timer, mil og kanskje også døgn.**

For de aller fleste av oss er det å løpe et halvmaraton eller maraton en stor og krevende utfordring i seg selv, men for de som ønsker å sette utholdenheten ytterligere på prøve finnes ultraløp. Det vil si løp lengre enn maraton. Ultraløp kan enten gå over distanser (f.eks. 50 eller 100 km) eller over tid (som 6-, 12- eller 24-timers løp).

De siste årene har det i Norge vært stor økning i både antall arrangerte ultraløp og ikke minst antall deltagere. Blant de ivrigste ultraløperne finner vi Gjermund Sørstad og Jon Harald Berge, som begge bor i Drammen. I fjor ble Gjermund kåret som Norges beste ultraløper, mens Jon Harald vant tittelen i 2009.

For disse er 24 timers løp det store satsningsområdet, hvor man skal løpe lengst mulig i løp

pet av et døgn. Rekordene deres er henholdsvis 230 og 255 km. Sistnevnte er for øvrig også norsk rekord. Dette kan nok for mange virke som umenneskelig galskap, men selv bedyrer de to at man ikke må være noen "supermann" for å drive med ultraløping.

- Nei, absolutt ikke. Inntil et visst nivå bør ultraløping være mulig for de aller fleste. Det handler om å være tålmodig og bygge seg opp over flere år. Med tålmodighet og en sterk indre motivasjon og vilje kommer man langt, hevder Jon Harald Berge og Gjermund Sørstad.

## Hatet løping

Selv begynte Gjermund Sørstad å løpe som 16-åring. Inntil da hatet han løping.

- Litt av årsaken til at jeg ikke

likte løping var at jeg slet med migrene som ung. Fra jeg var 13 til 16 år gikk jeg på blodtrykksmedisiner som gjorde at det å drive med kondisjonstrening var et skikkelig ork. Jeg drev litt med fotball og ski, men prøvde å unngå løping. Det var først da jeg kuttet ut medisinen at jeg begynte å løpe litt for å bli i bedre form. Jeg bestemte meg for å prøve å

gjennomføre Drammen Halvmaraton i 1995, som var mitt første mosjonsløp, forklarer Sørstad.

Han startet med kortere mosjonsløp som 10 km, halvmaraton og maraton, men følte etter hvert at framgangen stoppet opp.

- I noen år prøvde jeg meg derfor på andre kondisjonsidretter isteden, som sykling, triatlon og romaskin, men i 2006 fant jeg ut

### Sørstad og Berge:

#### Tips for mosjonister

- Viktig å variere treningen. Variasjon gir økt motivasjon.
- Skill godt mellom rolig og hard trening slik at ikke alt blir i samme fart.
- Varier stedene og underlaget du løper på. Oppsøk løyper du liker.
- Ikke gjør treningen for avansert. Det viktigste er å komme seg ut og presse seg litt innimellom.
- Det kan være fint å løpe sammen med andre for å klare å presse seg litt ekstra på noen av turene.
- Løp så mye som mulig innenfor de rammene som passer din hverdag.

### Gjermund Sørstad

**Født:** 17. februar 1979  
**Bosted:** Drammen, fra Lier  
**Klubb:** IF Sturla  
**Jobb:** Barnevernspedagog  
**Familie:** Gift og to barn  
**Personlige rekorder:**  
 1.12.36 på halvmaraton (2009)  
 2.31.34 på maraton (2008)  
 7.20.13 på 100 km (2010)  
 84.955 km på 6 timers (2010)  
 147.985 km på 12 timers (2010)  
 230.541 km på 24 timers (2010)  
**Utvalgte meritter:**  
 Kåret til "Årets Ultraløper 2010" av Kondis/NFIF  
 1. plass Espoo 24 timers 2010  
 1. plass Eggemoen 6 timers 2010  
 1. plass St. Olav Ultra 2008 og 2010  
 2. plass Oslo Maraton 2009  
 Deltager VM 100 km 2004, 2007, 2008, 2009, 2010 og 2011.

### Jon Harald Berge

**Født:** 4. mars 1969  
**Bosted:** Drammen, fra Lier  
**Klubb:** IF Sturla  
**Jobb:** Databransjen  
**Familie:** Gift og tre barn  
**Personlige rekorder:**  
 2.55.15 på maraton (2011)  
 83.043 km på 6 timers (2010)  
 255.764 km på 24 timers (2010)  
**Utvalgte meritter:**  
 Kåret til "Årets Ultraløper 2009" av Kondis/NFIF  
 3. plass Spartathlon (246 km) 2009  
 7. plass VM 24 timers 2008 og 2010  
 4. plass EM 24 timers 2010  
 2. plass NM 6 timers 2009

at jeg ville satse litt løping igjen. Målet var i første omgang å forbedre persenen min på maraton, men jeg fant etter hvert ut at ultraløp var en spennende utfordring og fikk lyst til å prøve, forklarer Sørstad som siden den gang har konkurrert for Norge i flere internasjonale mesterskap på ultraløp.

### Byttehandel med kona

Når det gjelder Jon Harald Berge, så var det familiens anskaffelse av hund i 2001 som gjorde at han kom i gang med løpingen.

- Fram til da hadde jeg hatt ti år omtrent uten trening, så jeg var praktisk talt på null kondisjonsmessig. Hunden ga meg et godt påskudd til å komme i gang med trening. Jeg begynte å løpe turer med hunden og oppdaget etter hvert at jeg hadde bra talent for utholdenhet. Spesielt trivdes jeg godt med de lengste løpeturene, forteller Berge.

Siden ble det mer og mer løping. Han løp Drammen Maraton, men ble etter hvert også nysgjerrig på det som ble omtalt som ultraløping.

- Dette virket eventyrlig og tiltrekkende på meg, så sommeren 2005 gjorde jeg en avtale med kona. Hun skulle få nye stoler i stua om jeg fikk bruke noen dager av sommerferien på å løpe fra Drammen og over til hytta vår på



## Dedikerte rådgivere gir deg gode råd

I Nordea har vi egne rådgivere som kan bistå deg med gode råd. Har du spørsmål i forbindelse med din daglige økonomi,

boliglån, studiefinansiering, spareavtaler, forsikring eller annet?

Ta kontakt med oss!

Gjør det mulig

Bragernes Torg 1  
 Drammen  
 Tlf.: 06001  
 nordea.no

**Nordea**

## Bli KONDIS-medlem og du får KONDIS hjem i postkassa!

Bladet for deg som har god kondisjon eller ønsker å få det!

Kjempetilbud nå! Du får to bøker og fem nummer av Kondis 2011:



For bare kr 160!

**Kondis**  
 - folk i form til livet

Gjør som over 13.000 andre - bli Kondis-medlem!

Meld deg inn på: **kondis.no**

Tekst Bjørn Johannessen, Kondis

# Løper fra kreften

I 1981 stilte Marit Larsen fra Mjøndalen opp i Drammensmaraton for første gang. I år stiller hun opp igjen. Det hadde hun nok ikke trodd selv en gang.

I januar 2010 ble hun rammet av kreft, som spredte seg.

- Humøret var ikke på topp, men etter hvert lysnet det, sier Marit. Jeg er jo utdannet spesial-sykepleier, og hadde videreutdannelse i kreftomsorg. Viste jo mye om sykdommen, men ante jo ikke at jeg skulle få den selv, og dermed bytte rollen fra pleier til pasient.

- Dyktige leger og bred støtte, ikke minst fra Helge, mannen min, var avgjørende. I mars måned ble jeg operert, og så ble det behandlinger med cellegift i perioden april til august. Det tålte jeg godt, så godt at jeg begynte å trene. Forsiktig til å begynne med, men gleden ved stadig å orke mer var stor.

## Råd fra Grete Waitz

- Gjennom arbeidet mot kreft tok jeg kontakt med Grete Waitz

og fikk gode råd av henne. Det er viktig å trene, men med fornuft. Og når du kan konkurrere igjen så ikke tenk på seier, med på gleden ved å kunne delta, sa Grete.

- Og spør om jeg er glad. I år nøyer jeg meg nok med 10 km i Drammensmaraton. Har løpt Furumomila, 10 km i Fjellmaraton og ca. 8 km på Årbogen tidligere i år. Det gikk utrolig bra. Har aldri hatt det så trivelig som nå. Har pasienter på Bråta, og vi har fått i gang trening for krefttrammede ved Drammen Fysioterapi i Vårveien en gang i uken.

## Har vunnet mye

Siden debuten i 1981 har Marit løpt Drammensmaraton, 42,190 kilometer, ti ganger. I 1991 var hun raskest av samtlige kvinner på distansen, etter flere år blant de beste. Personlig rekord satte hun i 1983 med 2,51.58. Hvor mange ganger hun har løpt halv-maraton husker hun ikke.

Men vi kan slå fast at hun har en rekke klasseseiere på distansen. Om ikke det skulle være nok: Hun stilte opp i årets knallharde Birkebeinerrenn på ski og gjorde unna de 54 km på 4,22!

- Ingen har noen garanti for ikke å bli syk. Men det er viktig å holde i gang på en fornuftig måte, nær sagt uansett, sier ukuelige Marit Larsen



RÅSKESTE KVINNE: Marit Larsen løper i mål som raskeste kvinne i 1991.



Extra Produkter tilbyr spesialproduserte, effektive, miljøvennlige renholdsprodukter til industri og verksteder.



- kvalitetsprodukter til fornuftig pris!

Extra Produkter AS, Mallinggt. 11, 3044 Drammen. Tlf. 32 26 63 00. Faks. 32 26 63 01. [www.extra-servicepartner.no](http://www.extra-servicepartner.no)



[www.drammensmaraton.no](http://www.drammensmaraton.no)

Vi kan tilby deg Norges beste bankopplevelse!\*



Vil du noe med økonomien din?

Hos oss i Bragernes Torg 4 skreddersyr vi løsninger som passer akkurat for deg og din familie!

Velkommen inn til en hyggelig prat!

Handelsbanken Drammen  
Tlf. 32 21 91 00  
[handelsbanken.no/drammen](http://handelsbanken.no/drammen)

**Handelsbanken**

\*ref. EPSI kundeundersøkelse 2010, som omfatter ni av Norges største banker.

Vi behandler effektivt dine kroniske og akutte smerter

**SKOGLY KLINIKKEN**  
DITT BEHANDLINGSSTED

Vi har stand i målområdet før og etter løpet. Kom til vårt telt, skriv deg på deltagerlisten og du får tilbudspris på en idrettsmassasje for kun kr 100,- Gjelder bestilling kun under arrangementet.

Prøv oss. Vi er tilstede før og etter målgang med gratis massasje og gode råd.

## Statistikk for Drammensmaraton fra 1976 og frem til i dag

### Oversikt over tidligere vinnere av Drammensmaraton gjennom 30 år

År	Vinner Herre	Klubb	Tid	Vinner Dame	Klubb	Tid
1976	Bjarne Reime	Nesbyen	2.37.35			
1977	Jan Erik Viholmen	IF Sturla	2.23.33			
1978	Øivind Dahl	Sorum	2.15.36	Sissel Grottenberg	Sarpsborg	2.48.09
1979	Jørn Lauenborg	Danmark	2.15.32			
1979 (NM)	Jan Fjærestad	Fana (NM-mester)	2.17.02	Sissel Grottenberg	Sarpsborg	2.44.46
1980	Yngvar Christiansen	Bøler	2.21.55	Liss Lundberg Bakke	Åskameratene	2.56.21
1981	Yngvar Christiansen	Bøler	2.17.38	Mette Hansen	Danmark	2.54.08
1982	Bengt K. Larsson	Danmark	2.19.22	Lone Dybdal	Danmark	2.49.45
1983	Jørn Lauenborg	Danmark	2.12.58	Vibeke Nilsen	Danmark	2.49.12
1984	Jørn Warming	Danmark	2.22.30	Joan Carstensen	Danmark	2.51.07
1985	Jan Erik Viholmen	IF Sturla	2.23.52	Ella Grimm	Danmark	2.46.40
1986	Svein Haukøy Olsen	Urædd	2.22.47	Anne Gro Hansen	Spkl. Vidar	2.42.45
1987	Per Gunar Øverland	IL Sandvin	2.26.04	Gerd Lise Nilsen	Spkl. Vidar	2.59.41
1988 (NM)	Kjetil Berg	Spkl. Vidar	2.20.50	Oddrun Hovsengen	Lillehammer	2.49.25
1989	Per Gunar Øverland	IL Sandvin	2.27.30	Sigrd Renna	Rogne	2.55.59
1990 (NM)	Edvard Dahl	Romedal IL	2.21.56	Oddrun Moe	Steinkjer	2.46.40
1991	Jørn Øxnevad	BUL	2.26.48	Marit Larsen	Modum	3.02.55
1992 (NM)	Terje Hole	BUL	2.20.47	Sigrd Renna	Vossar	2.49.46
1993	Tor Erik Nyqvist	Ullensaker/Kisa	2.24.54	Vigdis Thoengen	Tjalve	2.53.49
1994	Kristen Aaby	Modum FIK	2.23.17	Vigdis Thoengen	Tjalve	2.52.10
1995	Ole Fredrik Mørch	Ullensaker/Kisa	2.28.32	Anita Strøm	BUL	3.09.00
1996	Kristen Aaby	Gjesdal IL	2.27.48	Berry van den Bosch	Strindheim	2.55.11
1997	Ole Petter Hjelle	Ready	2.28.01	Liv Næss	Rom. Run. Team	3.08.05
1998 (NM)	Egil Skarpsno	Ren-Eng	2.22.49	Kristin Lie	Spkl. Vidar	2.55.48
1999 (NM)	Terje Næss	Spkl. Vidar	2.20.44	Jorunn Rekedal	Ås IL	2.46.03
2000 (NM)	Terje Næss	Spkl. Vidar	2.21.59	Jorunn Rekedal	Ås IL	2.43.58
2001	Helge Hafås	Olden	2.32.32	Hilde Mæhlum	Vik IL	3.07.23
2002	Egil Skarpsno	Ren-Eng	2.29.44	Sharon Lynn Broadwell	Royal Sport	3.06.21
2003	John Steinar Urne	Ask Friidrett	2.38.39	Sharon Lynn Broadwell	Royal Sport	3.04.19
2004	Helge Hafås	Olden	2.35.42	Nina Anette Hongseth		3.23.38
2005	Helge Hafås	Olden	2.38.23	Camilla Grieg	Griegteam	3.11.47

### Oversikt over tidligere vinnere av Halvmaraton som startet først 1981

År	Vinner Herre	Klubb	Tid	Vinner Dame	Klubb	Tid
1981	Inge Simonsen	BUL	1.05.28	Bodil Glende	Hellas	1.29.50
1982	Kevin Foster	England	1.03.50	Oddrun Hovsengen	Lillehammer	1.17.24
1983	Nat Muir	Irland	1.05.05	Björg Moen	BUL	1.19.23
1984	Kenneth Evanger	Bodø	1.07.10	Maren Berner	Ready	1.11.57
1985	Ole Hansen	Danmark	1.06.20	Oddrun Hovsengen	Lillehammer	1.20.12
1986	Oddmund Roaldkvam	Stord	1.04.21	Ingrid Kristiansen	BUL	1.09.03
1987	Lars Erik Nilsson	Sverige	1.03.35	Oddrun Hovsengen	Lillehammer	1.16.20
1988	Arne Ivar Anfinen	IF Sturla	1.05.39	Mette Sivertsen	Eiker Kvikk	1.15.38
1989	Atle Joakimsen	Spkl. Vidar	1.07.14	Oddrun Hovsengen	Lillehammer	1.19.17
1990	Jon Hesle	BUL	1.06.55	Hilde Statvik	Spkl. Vidar	1.17.01
1991	Jon Hesle	BUL	1.08.26	Hilde Statvik	Spkl. Vidar	1.13.27
1992	Frank Bjørkli	Trønder-Øst	1.03.39	Ingrid Kristiansen	BUL	1.12.15
1993	Geir Lien	BUL	1.06.19	Margret Moen	Ringerike	1.16.00
1994	Svein Inge Ruhaug	BUL	1.05.47	Grete Kirkeberg	Kongsvinger	1.13.43
1995	Nils Engevik	Norna-Salhus	1.06.08	Sissel Kirkeberg	Spkl. Vidar	1.18.55
1996	Tore Bye	BUL	1.05.10	Nina Hansteen	Spkl. Vidar	1.18.44
1997	Tore Bye	Gjesdal IL	1.05.01	Hilde Havdenak	BUL	1.14.24
1998	Petter Antonsen	Spkl. Vidar	1.05.30	Grethe Sandberg	Rom. Run. Team	1.17.28
1999	Runar Høiom	BUL	1.07.43	Grethe Sandberg	Rom. Run. Team	1.19.44
2000	Tor Erik Nyqvist	Ullensaker/Kisa	1.07.45	Grethe Sandberg	Rom. Run. Team	1.17.38
2001	Trond Idland	Gjesdal IL	1.07.30	Grethe Sandberg	Minerva	1.18.29
2002	Kenneth Svendsen	IF Sturla	1.06.42	Grethe Sandberg	Minerva	1.21.10
2003	Henrik Sandestad	Spkl. Vidar	1.06.45	Anita Håkenstad	Tyrving	1.14.21
2004	Carlos Silva de Brito	Ogndal	1.08.46	Sharon Lynn Broadwell	Royal Sport	
2005 (NM)	Urige Buta	Haugesund	1.04.26	Turi Malme	Fræna	1.20.08

### Løyperekorder, Drammensmaraton

År	Herre	Klubb	Tid
1983	Jørn Lauenborg	Danmark	2.12.58

År	Dame	Klubb	Tid
2000	Anne Gro Hansen	Spkl. Vidar	2.42.45

### Løyperekorder, Halvmaraton

År	Herre	Klubb	Tid
1987	Lars Erik Nilsson	Sverige	1.03.35

År	Dame	Klubb	Tid
1986	Ingrid Kristiansen	BUL	1.09.03

### Antall fullførte

År	Menn	Damer	Sum
1976	41		41
1977	40		40
1978	126	4	130
1979	231	4	235
1980	325	7	332
1981	544	19	563
1982	860	42	902
1983	903	39	942
1984	1027	68	1095
1985	1054	66	1120
1986	972	54	1026
1987	910	45	955
1988	889	62	951
1989	659	30	689
1990	652	41	693
1991	614	37	651
1992	679	34	713
1993	485	35	520
1994	395	13	408
1995	392	18	410
1996	319	33	352
1997	259	11	270
1998	246	24	270
1999	253	22	275
2000	229	15	244
2001	213	11	224
2002	223	19	242
2003	194	14	208
2004	124	7	131
2005	124	10	134
<b>SUM</b>	<b>13982</b>	<b>784</b>	<b>14766</b>

### Antall fullførte

År	Menn	Damer	Sum
1981	206	30	236
1982	438	57	495
1983	575	99	674
1984	826	136	962
1985	808	122	930
1986	898	153	1051
1987	887	133	1020
1988	1054	175	1229
1989	932	146	1078
1990	1029	153	1182
1991	918	154	1072
1992	1032	191	1223
1993	875	133	1008
1994	633	102	735
1995	813	153	966
1996	584	92	676
1997	529	84	613
1998	474	84	558
1999	453	82	535
2000	415	59	474
2001	304	55	359
2002	388	74	462
2003	437	80	517
2004	336	74	410
2005	327	60	387
<b>SUM</b>	<b>16171</b>	<b>2681</b>	<b>18852</b>



Kretsens daglige leder og utmerkede statistikkfører, Rolf Justad, har vært oss behjelpelig med denne oversikten gjennom tidene.



## Mer i Drammen sentrum

Siste nytt fra catwalken, trendy hverdagsmote, spennende tilbehør og tøffe sportsklær. Mer enn 70 butikker gir deg et utvalg som garantert inneholder dine favoritter. Midt i sentrum. Og ikke nok med det – uansett hva du leter etter så har du det innen rekkevidde blant alle butikkene i Drammen sentrum. Skulle du trenge en liten pause, står over 100 serveringssteder på sentrumsmenyen. God fornøyelse!

 **BYEN VÅR  
DRAMMEN**  
www.bvd.no

Visste du at Drammen sentrum har mer enn: 6 blomsterbutikker, 4 apotek, 7 bokhandlere, 30 hus/hjem/hobby-/interiorforretninger, 14 dagligvarebutikker, 3 musikkforretninger, 7 optikere, 4 parfymier, 6 sportsbutikker, 25 frisører, 5 skreddere, 15 tele/data/spill/foto, 15 skobutikker, 4 undertøybutikker, 2 urmakere, 7 gullmeder, 4 veske/bijouterforretninger, 2000 P-plasser.



## FRIIDRETTENS VENNER

Bli medlem!

### Hva er Friidrettens Venner?

Friidrettens Venner er en organisasjon som arbeider for å fremme norsk friidrett – for å gi flest mulig, best mulige forutsetninger for å drive friidrett over hele landet. Vi ønsker å bidra til å skape stolte norske friidrettsøyeblikk – og vi ønsker å stimulere mange lokale ildsjeler over hele landet.

Friidrettens Venner skal:

- Arbeide for videreutvikling av norsk friidrett
- Være en aktiv medspiller for Norges Fri-idrettsforbund
- Delta aktivt i opplysningsvirksomhet og PR-aktiviteter til fremme for friidretten
- Skape gode tilbud for Friidrettens Venners medlemmer.

### Midler, priser og premier

Friidrettens Venner bidrar til utvikling av norsk friidrett ved blant annet å dele ut:

- Utdeling av midler til friidrettstiltak i hele landet, basert på søknad
- Premie/stipender til årets navn i Norsk Friidrett, vinnere av prestasjons-, trener- og utviklingsprisene
- Premie til alle som setter personlige rekorder under Hovedmesterskapet (NM)
- Sølvpokal til beste gutt og jente under jr. NM
- Premie beste krets UM utendørs, beste klasseutøvere UM innendørs og utendørs
- Kretspriser til beste 18 åringer (jente og gutt) og trener/leder

### Hva gjør Friidrettens Venner for sine medlemmer?

Friidrettens Venner er ment som en møteplass for nåværende og tidligere friidrettsutøvere, for deres familie og venner. Eller sagt på en annen måte: for alle som liker friidrett.

**Støtt opp om norsk friidrett – bli medlem av Friidrettens Venner!**

Ønsker du å bli medlem?  
Gå inn på våre hjemmesider  
[www.friidrettensvenner.no](http://www.friidrettensvenner.no) og  
trykk på linken 'Bli medlem nå'



# VI ER STØRST PÅ FOTBALL I BUSKERUD!



## VÅR FAGKUNNSKAP – DIN TRYGGHET

**JOGGEN**  
**SPORT-**  
Ekte kjærlighet

Haugesgate 3–5 (vis-a-vis Torget Vest)  
Tlf. 32 83 07 35

[www.joggen.no](http://www.joggen.no)

Man-fre 10-18 • Lør 10-16

PS! Vi betaler din parkeringsavgift i Drammen hvis du handler hos oss.

# Nyttige opplysninger

Til deg som deltager følger her en del opplysninger som du bør lese.

## Starttider

Drammensløpet 10 km ..... kl. 12.10  
Halvmaraton ..... kl. 12.30

## Toalett

Det blir utsatt toalett i nærhet til våre drikke-  
stasjoner og i startområdet.

## Garderobe

Drammensbadet ligger på Marienlyst rett over  
bybrua ca. 700 m fra start og målområdet.  
Drammensbadet var nytt i september 2008 og  
er Norges største med 12 000 m<sup>2</sup> og til sammen  
5,3 mill liter vann i bassengene!

Mot fremvisning av startnummer har du som  
deltager en symbolsk pris på kr. 40.-

Dersom du benytter garderoben før løpet er det  
låsbare skap, men husk skapene låses kun med  
mynt Kr. 20.-

Vi anbefaler byens deltagere å benytte badet  
først etter løpet, kom ferdigskiftet til start.

## Sanitet

Det er utplassert mannskap  
på våre drikkestasjoner og  
i tillegg mobil legetjeneste  
som følger løpet. Telt plas-  
sert i målområdet.

## Premiering

Deltagerpremie til alle på  
begge distanser.

NM-medaljer til de tre  
raskeste løperne i halv-  
maraton senior og junior i  
dame og herre klassene.

Veteran NM-medaljer til de  
tre raskeste i hver klasse  
dame og herre klassene.

Alle klassevinnere 1 par  
Adidas løpesko, øvrige  
premier i klassene se oppslag  
ved startlistene.

25 premieres med uttrekking  
av de startende deltagerne.

## Parkering

Det finnes en rekke parkeringsplasser rundt  
byen.

På søndag er alle kommunale plasser ikke av-  
giftsbelastet, men vær obs på at det er mange  
parkeringssteder som private og parkeringshus  
som er avgiftbelastet.

Flest plasser gratis denne søndagen er rundt  
Tinghuset "Gamle Politistasjon" i Engene. Kort  
vei til sekretariatet i Joggen Sport.

## Sekretariatet

Henting av startnummer og etteranmelding.

Joggen Sport, Haugesgt. 3  
(Rett over kjøpesentret Torget Vest.)

Freddag 9. september ..... kl. 12.00 – 18.00  
Lørdag 10. september ..... kl. 10.00 – 18.00  
Søndag 11. september ..... kl. 09.00 – 12.30

De som bor i byen og kan hente startnummer  
tidlig, benytt gjerne fredag og lørdag idet søn-  
dag kan lett bli vel hektisk.

## Hvor fort løper du?

Min/km	5 km	10 km	15 km	20 km	Halv- maraton
3.00	15.00	30.00	45.00	1.00.00	1.03.18
3.05	15.25	30.50	46.15	1.01.40	1.05.03
3.10	15.50	31.40	47.30	1.03.20	1.06.49
3.15	16.15	32.30	48.45	1.05.00	1.08.34
3.25	16.40	33.20	50.00	1.06.40	1.10.20
3.30	17.30	35.00	52.30	1.10.00	1.31.51
3.45	18.45	37.30	56.15	1.15.00	1.19.07
4.00	20.00	40.00	1.00.00	1.20.00	1.24.24
4.15	21.15	42.30	1.03.45	1.25.00	1.29.40
4.30	22.30	45.00	1.07.30	1.30.00	1.34.57
4.45	23.45	47.30	1.11.15	1.35.00	1.40.00
5.00	25.00	50.00	1.15.00	1.40.00	1.45.29
5.30	27.30	55.00	1.22.30	1.50.00	1.56.02
6.00	30.00	1.00.00	1.30.00	2.00.00	2.06.35
6.30	32.30	1.05.00	1.37.30	2.10.00	2.17.08
7.00	35.00	1.10.00	1.45.00	2.20.00	2.27.41

## Forlenget påmeldingsfrist for NM

Vi har forlenget påmeldingsfristen for NM i halvmaraton til  
fredag 9. september klokken 23.59. Påmelding skjer i sekretariatet  
i åpningstiden, eller på [www.drammensmaraton.no](http://www.drammensmaraton.no).

**Påmelding etter fredag 9. september vil IKKE være gyldig  
for deltakelse i NM i halvmaraton, men kun for Drammens  
halvmaraton.**

## Egen drikke

Det er **ikke** lov til å imotrikke utenom de oppsatte drikke-  
stasjonene. Egen drikke kan leveres til sekretariatet **inntil 30 mi-  
nutter før start**. Flaskene må merkes godt med navn og hvilken  
stasjon de skal plasseres på. Bordet med egen drikke vil vi plassere  
**etter** de ordinære drikkestasjonsbordene.

En løper som mottar drikke utenom drikkestasjonene kan risikere  
diskvalifikasjon dersom vi mottar protester.

OLLE STORHOLT CONSULTING  
MOBIL: +47 93 01 99 50

KONSULENTTJENESTER FOR ENERGIBRANSJEN

GENERATORINSPEKSJONER OG GENERATOROPPGRADERINGER  
VEDLIKEHOLD OG SKADEVURDERINGER

Bilder fra arrangementet  
finner du etter løpet på  
[www.drammensmaraton.no](http://www.drammensmaraton.no)

Kutt kostnader med  
Rica Idrettskort!

Foto: Espen A. Istad

## Rica Idrettskort

Rica Hotels spiller på lag med idretten og har lansert fordelskort for Idretts-Norge!\*  
"Rica Idrett" gir gunstige fordeler som blant annet rimelige idrettspriser på hotell-  
overnatting ved nærmere 80 hoteller i Norge og Sverige, samt hvert 11. romdøgn  
gratis. Rica Hotels tilrettelegger for høye idrettsprestasjoner under oppholdet og  
tilbyr i tillegg egne idrettsmenyer og "God morgen" frokost, som er utviklet i sam-  
arbeid med ernæringsfysiologer i Olympiatoppen.

For mer informasjon og bestilling av Rica Idrettskort, se [rica.no/idrett](http://rica.no/idrett).

\* Rica Idrettskort gjelder for alle klubber og lag tilknyttet Norges Idrettsforbund og olympiske og paralympiske komité (NIF).



# Drammensmaraton 2011, Deltagerliste



## Startnr, Navn, Klubb

**10 KM GUTTER 16-17**  
1 Gjermund Blauenfeldt Næss, Kjelsås IL  
2 Stig Pedersen

**10 KM JENTER 16-17**  
3 Magnhild Frydenlund, Sturla  
4 Mina Strande, Adal IL  
5 Sara Pedersen  
6 Thea S Lund, Hellas

**10 KM KVINNER 20-22**  
7 Ingema Vik  
8 Julie Kjøresen, Northern Runners  
9 Trude Rensel

**10 KM KVINNER 23-34**  
10 Anette Hastad, Strøm Gundersen As  
11 Anita Kjørstad, Sats  
12 Anne Flekstad Halvorsen  
13 Camilla Lund Sylvertsen  
14 Elisabeth Jensen  
15 Elisabeth Skogen, Strøm Gundersen As  
16 Ellen Dahl Johnson, Strøm Gundersen As  
17 Crete Melheim, Team Bånnski  
18 Heidi Marie Hahn  
19 Helene Jensen Refvik, Team Bånnski  
20 Henriette Fævang  
21 Henriette Evensen, Drammen Easy Life Senter  
22 Karoline Utengen, Strøm Gundersen As  
23 Mari Gunleiksrud Jensen  
24 Marianne Lund Sylvertsen  
25 Marthe Christoffersen, Moov  
26 Mette Gunleiksrud Jensen  
27 Rønnaug Schei Alsgaard, SK Vidar  
28 Sandra Blit  
29 Solveig Krapf  
30 Taiba Khalic, Team Joggen  
31 Therese Hansen, Strøm Gundersen As  
32 Tonje Røland  
33 Trude Gran, SK Rye

**10 KM KVINNER 35-39**  
34 Elise Nyberg Eriksen  
35 Gro Ångeltveit  
36 Heidi Bråten Fure, Moov  
37 Hilde Holdhus  
38 Kari Falk Sirnes  
39 Kristin Opsahl  
40 Marianne Dønnem, Castlemartyr  
41 Åslaug Johansen

**10 KM KVINNER 40-44**  
42 Anne-Sofie Hjermådal, Strong  
43 Annikken Stubberud  
44 Brit Annmarkrud, Sturla IL  
45 gunn anny reime, Nyens Kro  
46 Janne Kristin Florholmen  
47 jannike thorsen  
48 Line S. Skaug  
49 Tina Elisabeth Sætrang

**10 KM KVINNER 45-49**  
50 Cecilie Hagby  
51 Cecilie Laugen, Drammensbadet Kf  
52 Connie Borgan  
53 Ingrid Graatrud Pettersen  
54 Nina Thronerud, Drammen Easy Life Senter  
55 Runi Andresen, Drammensbadet Kf  
56 Tone Thorstensen

**10 KM KVINNER 50-54**  
57 Bjørg Enger, FIK Orion  
58 Kirsti Hjellev  
59 synøve brox, Sturla

**10 KM KVINNER 55-59**  
60 Ritva Bakke, Drammen Easy Life Senter  
61 Wenche Sand-Hanssen, Nortura BIL

**10 KM KVINNER 60-64**  
62 Leif Håkon Andersen, Joggen  
**10 KM MENN 18-19**  
63 Christine Moen Hansen, Conrad IL

**10 KM MENN 20-22**  
64 Hans Jørgen Gurandrud, Team Øverskauen

**10 KM MENN 23-34**  
65 Anders Olsen Eid, SK Djerv  
66 Andre Myrvold, Origo Boligfinans BIL  
67 Einar Kringlebotten Olsen  
68 Helge Brunvoll  
69 Julian Zeitmann  
70 Kristoffer Lund, Virtus Securities

## Startnr, Navn, Klubb

71 Leif Martin Rosvold  
72 Marius Ormåsen  
73 Roy Ronnes, Pukerud  
74 Sigurd Jevne, Aibel  
75 Vidar Midbo

**10 KM MENN 35-39**  
76 Alain Britt-Cote  
77 Amund Mowinckel, Aibel  
78 Håkon Tvervaag  
79 Jon-Vidar Schneider, Corena Norge  
80 Kai Hugo Sørensen, Northern Runners  
81 Kim Maarud Høistad, Tryg BIL  
82 Knut Werner Larsen  
83 Mauritz Lovgren  
84 Runar Østerdahl  
85 Thomas Alsgaard, Team United Bakeries  
86 Yngve Jensen, Læserforbundet

**10 KM MENN 40-44**  
87 Anders Jørgensen  
88 anders kvamme Jensen, Njård  
89 Arne Lervåg  
90 Geir Wibe Nyblin, Drammensbadet Kf  
91 Håvard B. Heldahl  
92 Jaan Ivar Semlitsch, Scilla  
93 Lars Terje Bjørka  
94 Pål Stenbrø, Drammensbadet Kf  
95 Steinar Goodchild  
96 Tor Lillehammer

**10 KM MENN 45-49**  
97 Andreas Karlsen, Ring IL  
98 Asle Foss, Kvås I I  
99 Bjørn Vonheim, Rindals- Troll  
100 Eirik Liland, Swedish Match Norge  
101 Haavard Haktor Holstad, Vind IL - Trening.no  
102 Harald Borgan  
103 Jan Olav Endrerud, Vind IL  
104 Lars Ivar Næss, Know It BIL  
105 Lars-Runar Groven, Sparebanken Øst BIL  
106 Lucien Dedichen, Rose Invest  
107 Ole Johan Bredt, Drammen Politi IL  
108 Rajah Sivaperuman, Lørenskog Friidrettslag  
109 Snorre Frydenlund, If Sturla  
110 Tom Erik Olsen, Moov  
111 Torstein Pedersen, Telenor  
112 Trond Brevik, Fossum If

**10 KM MENN 50-54**  
113 Arvid Hansen, Milton Larvik  
114 Ivar Hovland, Bul  
115 Kai Stustad, Drammensbadet Kf  
116 Lars Sverdrup-Thygesen, Høvik Jogg  
117 Lennart Wam Hansson, Imente  
118 Nils Einar Nilsen

**10 KM MENN 55-59**  
119 Roger Gjøvaag, Synergi Helse  
**10 KM MENN 60-64**  
120 Arne-Kristian Røren, Eikerkvikk  
121 Einar Asbjørn Sortdøl, Team Joggen  
122 Runar Stustad, Drammensbadet Kf

**10 KM MENN 65-69**  
123 Finn H Bakken, Solberg SK  
124 Jens Myhra, Drammen Strong

**10 KM MENN 70-74**  
125 Elling Frøvoll, Drammensbadet Kf  
126 Tormod Johansen

**10 KM MENN 75-79**  
127 Frode Høvik

**HM GUTTER 16-17**  
501 Jan Olav Lovdøkken, Fiskum IL  
502 Jon Are Stavås, Andalsnes If  
503 Nickolay Falkenhaug, Ælva Roadrunners  
504 Torjus Viken Flaten, If Sturla

**HM JENTER 16-17**  
505 Helene Varming, Konnerud  
506 Kine Green Pedersen, Konnerud

**HM KVINNER 18-19**  
507 Karoline Skatteboe, Il Tyrving

**HM KVINNER 20-22**  
508 Mari Thorrud Bergerud, Nsjf  
509 Norny Mong

**HM KVINNER 23-34**  
510 Ada Eline Hagen  
511 Anita Bjerke, Adal IL  
512 Anita Gønerussen, Team Adidas

## Startnr, Navn, Klubb

513 Audhild Meckelborg Rognerud  
514 Emma Wåppling  
515 Hedda Fahlstørn  
516 Heidi Hellenberg  
517 Heidi Sandaune Bjørgen  
518 Ingunn Hals  
519 Jeanette Bjerke, Spenst Tønsberg  
520 Jenny Thorrud  
521 June Mong  
522 Kaisa Hagfl  
523 Kristina Zjumfeld  
524 Lene Jacobsen  
525 Linn Kristin Vibekken, Oppstad IL Friidrett  
526 Live Haanshus, SK Spinnvill Kvæks  
527 Mari Sverdrup-Thygeson, Spreke Hopper  
528 Mari Brox, Osi  
529 Marianne Mathiesen

530 Marianne Aasen, Hytteplan Sport  
531 Marie Nesle, Ncf  
532 Martin Andersen, Il Bul  
533 May-Kristin Høien  
534 Mette Ottesen Bergh, Team M&M  
535 Monica Myhre, Ambulanse  
536 Nasrin Amele Jamedari  
537 Mariette Mathiesen, Ambulanse  
538 Rita Hotvedt, Horten Kommune  
539 Silje Haagenes  
540 Tonje Moberg, Ncf  
541 Unni Sverdrup-Thygeson, Spreke Hopper

**HM KVINNER 35-39**  
542 Audun Mork  
543 Gunvor Collier  
544 Hanne Lyngstad, Team Adidas  
545 Heidi Saugar  
546 Herdis Grepperud, Konnerud IL  
547 Jan Erik Heltnre, Elixia Nordic  
548 Kristine Svang, Drammen Yard BIL  
549 Linn Camilla Svenningsen  
550 Linn Kristin Haavaldsen  
551 Marit Øyen Stålesen  
552 Mette Bakken Skauerud, SK Vidar  
553 Monica B. Stabell  
554 Tove Auset, Fearnssport  
555 Øystein Mørk, Bøler If Friidrett

**HM KVINNER 40-44**  
556 Anita Sandven  
557 Astrid Grønningen Dahle, HIL  
558 Dorte Foss, Rauffoss Il Friidrett  
559 Hilde Håve, Stabæk Fotball  
560 Håkon Spæren Henningsen, Alvdal IL  
561 Janne Kjellberg Johansen, Fredrikstad IF  
562 Kirsten Marathon Melkevik, Fik Bfg Fana  
563 Kristin Rødland  
564 Kristine Stenvold, Treningscamp  
565 Linda Wendelberg, Strindheim IL  
566 Lise B Nordal, Vang Skiløyperforening  
567 Mette K Wiig, Asker Skiklubb  
568 Mona Rydland, Il Bul  
569 Pernille Cecilie Thomassen, FIK Bfg Fana  
570 Siri Stormer, SK Vidar  
571 Tori Steinnes  
572 Wenche Løkke  
573 Øystein Lund, Mif

**HM KVINNER 45-49**  
574 Anette Hagen  
575 Elise Orten, Idri, Fri  
576 Helene Gabrielsen  
577 Helge Nyrrønning, If Hellas  
578 Katja Furnes  
579 Marianne Følling, Treningscamp  
580 Ninette Banoun, SK Vidar  
581 RUNE HOLM, Larvik Kommune  
582 Tove Dybdad, Lom IL  
583 Veslemøy Tveit

**HM KVINNER 50-54**  
584 Anne Goderstad Norlund, Froland I I  
585 Arne-Marit Langås  
586 Grethe Amundsen  
587 Kari Langerud, Åskameratene  
588 Willy Postvoll, Haugesund Idrettslag  
**HM KVINNER 55-59**  
589 Kirsti Johnsen, Tønsberg FIK  
590 Toril Gylterud, Il Jutul  
591 Torill Minge, Kondis

## Startnr, Navn, Klubb

592 Torunn Anita Kjerstad, SK Vidar  
**HM KVINNER 60-64**  
593 Margrethe Bergaust, Veldre Friidrett  
594 Marit Bjerke, Joggekameratene  
595 Randi Rognerud  
**HM KVINNER 65-69**  
596 Vera Nystad, Søgne IL  
**HM KVINNER 70-74**  
597 Knut Halvorsen, Brosteinkameratene

**HM KVINNER 75-79**  
598 Aksel Normann Nilssen, Valnesfjord IL

**HM MENN 18-19**  
599 Jon-Henrik Eskeland, MHI  
600 Kristoffer Baksvær, Ringerike FIK  
601 Kristoffer Baksvær, Ringerike FIK

**HM MENN 20-22**  
602 Alexander Figenschau, Drammensbadet Kf  
603 Andreas Bergenskau, Il Bul  
604 Christian Fredriksen, Ringerike FIK  
605 Eivind Knutsen, Kif - Friidrett  
606 Gisle Abdi Wako, Lillehammer IF  
607 Kim Jeppe Karlsen, Amandusgruppen  
608 Martin Andersen, Il Bul  
609 Michael Tesfamichael, Brandbu IF  
610 Sebastian Håkansson, Sparta/Brageraen  
611 Sondre Risdal Solheim, Team Sporten Stoa

**HM MENN 23-34**  
612 Alem Adhanom, Tjalve IK  
613 Anders Wormsen  
614 Anders Knudsen, Tjalve IK  
615 Andreas Høy, Slevik IL  
616 Andreas Bergenskau, Il Bul  
617 Andreas Myhre Sjørseth  
618 Andreas Blixt  
619 Andreas Stavis, Drammensbadet Kf  
620 Are Hotvedt, Tønsberg Triathlonklubb  
621 Arne Mjælde Sæther, Lillehammer IF  
622 Arvid Holst Eriksen, Drammensbadet Kf  
623 Asbjørn Ellefsen Persen, Tjalve IK  
624 Audun Fladmoe, Sportsklubben Rye  
625 Christer Ellefsen  
626 Christian Molt Rise, Bil Finseth Rådg, Ingeniør  
627 Dag Ole Huseby, Sportsklubben Rye  
628 Espen Kvam, Pwc BIL  
629 Frode Myhre Ellingsen  
630 Harald Solhaug Næss, SK Vidar  
631 Håkon Kringberg, Amandus Gruppen  
632 Håkon Brox, Tjalve IK  
633 Håvard Ellefsen, Hamar Skiklubb  
634 Jacob Andersen  
635 Jan Christiaj Kaltenborn, Tjalve IK  
636 Jan Erik Wergeland, MHI  
637 Jarle Wermkog, If Hellas  
638 Johan Hellman, Strømstad Løparklubb  
639 Johan Nilimaa  
640 Jon Fiva, Røa IL  
641 Jonny berget  
642 Jørgen Grythe, Rambøll  
643 Jørn Huseby  
644 Jørn Nicolaisen  
645 Kent Mørch  
646 Kristian Aannestad  
647 Kristian Monsen, Ull/kisa  
648 Kristian Fredrik Jørgensen  
649 Lars Wabakken, Advansia  
650 Lasse Blom, Modum Fik  
651 Lasse Granath, Team Adidas  
652 Maren Kristoffersen, Veritas BIL  
653 Martin Hallberg, Drammensbadet Kf  
654 Martin Blomhoff Holm, SK Vidar  
655 Martin Henrik Andresen, SK Rye  
656 Mohammed Roba, Drammensbadet Kf  
657 Morten Magelssen, Spindon LLL  
658 Nils Kristian Dyb, Hurum CK  
659 Olav Augdahl  
660 Ole Anders Moen, Team Moen  
661 ole kristian Haga, Botne Skiklubb  
662 Paul WITT  
663 Simon Müller, Team Joggen Sport  
664 Stian Abelsen  
665 Terje Herting, Jevnaker Btk  
666 Thomas Finsrud Iversen  
667 Thomas Løkken, Amandusgruppen  
668 Tor Inge Åsen, Sühms Gate Road Runners

## Startnr, Navn, Klubb

669 Tor Øystein Henningsen, Modum Fik  
670 Torbjørn Pedersen, Kda  
671 Tore Hordvik, Veritas BIL/ Nyborg Vbk  
672 Tore Helland  
673 Trond Arne Rugland, Tønsberg FIK  
674 Trygve Lorentzen  
675 Vegar Solnørdal  
676 Vegard Hennum, Amandusgruppen

**HM MENN 35-39**  
677 Brede Olsen, Assiden IF  
678 David Hemmingsen, Nav  
679 Eirin Bryn  
680 Erik Myhre, Eltekvallere  
681 Espen Ringom, Gulterkult  
682 Frode Arndam, Konnerud IL  
683 Frode Klevstul, SK Vidar  
684 Geir Andre Pettersen, Ambulanse  
685 Henrik Buhaug, Sbk Skiold  
686 Henrik Strøm-Roum, Ous BIL  
687 Ivar Akerlie  
688 Jan Tore Brastad  
689 Jon Olsen, Team Oslo Sportslager  
690 Jørn Høien

691 Kjetil Sorum, Brunlanes If  
692 Kjetil Green, Askollen Sykkellubb  
693 Knut Ole Thoreplass, Bergkam.Triathlon  
694 Magnus Langlien, Entreprenørservice  
695 Magnus Hermansson, Drammensbadet Kf  
696 Maqsood Ali Bhatti  
697 Morten Grøan, Høybråten Og Stovner Team Oslo  
698 Ole Erik Flatin  
699 pål hauge  
700 Roar Husby, Nkgs BIL  
701 Robby MacBeath, Rennersport.com  
702 Rune Karlsen  
703 Rune Kenneth Meisingset, Team Barefoot  
704 Steinar Mathiesen, Horgen Atletklubb  
705 Stig Warsla, Stavanger Triathlon Klubb  
706 Sverre Briseid, Tikampen.no  
707 Tim Chapman  
708 Tom Henrik Rogstad, Mjøndalen IF  
709 Tor Erik Dahl, If Sturla  
710 Trond Hansen, Galterud If  
711 Trond Tø Martinussen, Konnerud IL Orientering  
712 Ullrich mende, Nfofo  
713 Vemund Aker, Treningscamp  
714 Øyvind Ebbestad

**HM MENN 40-44**  
715 Ane Norheim, Drammens Ballklubb  
716 Ane Birkeil, Hadeland Fik  
717 Arild Hagesveen, Bøler I.f  
718 Asle Slettmoen, Il Bul  
719 Asle Slettmoen, Il Bul  
720 Atle Kobro, Brunlanes IL  
721 Bengt Lund, Komfortsona IL  
722 Bjørn Næss, Pah Sport  
723 CHRIS GULLBAKKE, Team Tri-Sport  
724 Christopher Aalholm  
725 Erlend Paris Wathne, Oslofjord Triathlon  
726 Frank Borge, Askollen Sykkellubb  
727 Frode Eriksen, Bågalaget  
728 Helge Holthe, Gjøvik F.i.k  
729 Jo Bjørnstad, Lier IL  
730 John Hansen, Holmestrand SK  
731 Jon Olav Utgaard  
732 Knut Sæther, Leinstrand IL  
733 Knut Eraker Hole, Hadeland Fik  
734 Knut-Are Midtum, SvIL  
735 Lasse Finstad, French Bakery  
736 Leif Schultheiss, Lier Hangliderklubb  
737 Magnus Bergh, Team M&M  
738 Michael Resland, Treningspilsens Venner  
739 Mona Rydland, Il Bul  
740 Odd-Harald Hagen  
741 Ola Bustad, Team United Bakeries  
742 Ole Palmstrøm, Treningspilsens Venner  
743 Ole Rosengren, Hæren  
744 Ole Arne Eiksund, Romerike Ultraløperklubb  
745 Ole Gorm Berg, Lørenskog Friidrettslag  
746 Ole Kristian Sorland, Bækkelaget  
747 Per Øyvind Løbach  
748 Roy Kvalheim  
749 Stig E Kvalheim Ramba, Rakva Livsglede

## Startnr, Navn, Klubb

750 Ståle Kirkvold, Hjeltpza  
751 Sverre Gunnar Brunstad, Lørenskog FIK  
752 Terje Skau, Team Terje  
753 Terje Gulbrandsen, Fåberg IL  
754 Tomas Pinås, Bsk  
755 Tommy Trippestad  
756 Tron Dalheim  
757 Vegard Eineteig

**HM MENN 45-49**  
758 Arve Johannessen  
759 Arve Rønnskar, Konnerud I.I.  
760 ATLE KILDEBO  
761 Børge Øfstaa  
762 Børre Nålby, Unioneiendom  
763 Dan Johansen, Pg Runners  
764 Einar Hansen, Ælva Roadrunners  
765 Erik Lagerqvist, Rambøll  
766 Frode Holst, Hadeland Friidrettsklubb  
767 Geir Andersen, Team Andersen  
768 Håkon Kyllø, I.I. Dalebrand  
769 Ivar Jørgensen, Svelvik Sykkellubb  
770 Jan Henrik Reiersgård  
771 Jørn Kåre Reiersgård, Ing Ivar Pettersen AS  
772 Ketil Horn

773 Morten M. Hansen, Godsetunionen  
774 Odd-Geir Lyngstad, If Hellas  
775 Ole Gandrud, Hole Running Team  
776 Per-Olav Andersen, Mjøndalen  
777 Reidar Stenseng, Konnerud IL  
778 Runar Gilberg, SK Vidar  
779 sigbjørn myglund  
780 Stein Erik Fostervold, Ælva Roadrunners  
781 Steinar Lien, Oppgård IL  
782 Stig Wigum, Kondis  
783 Trond Aasland, Vestre Viken Hf  
**HM MENN 50-54**  
784 Agnar Løver  
785 Bjørn Helge Foldvik, Brunlanes IL  
786 Erik Fossum, Asker Cykleklubb  
787 Johnny Engh, Skiløperne  
788 Jørn lærum, Herre If  
789 Lars Bratseth, Marine Control Services BIL  
790 Morten Amandus Løkken, Amandusgr.  
791 Nils Bjerke, Adal IL  
792 Ole Kjell Langmyren, Lillomarka OL  
793 Per Løberg, Johmsvikingen Føykjeskara  
794 Per Arne Hoff  
795 Reidar Søbstad, Sportsklubben Rye

## Startnr, Navn, Klubb

796 Rolf Bakken, FIK Orion  
797 Rolf Eivind Bohn, Halden IL  
798 Steinar Helgen, LabIL  
799 Terje Gulbrandsen, Drammen Brannvesen BIL  
800 Trond-Reidar Bukholm, Halden IL  
801 Vidar Olafsen  
802 Wiktor Berg, Sveio I.I.

**HM MENN 55-59**  
803 Arne Skretteberg, Modum Fik  
804 Bjørn Hillestad, Solberg Spk  
805 Bjørn Kåre Gjerde, Il I Bul  
806 Eivind Rølfesen, The Rølfesen Team  
807 Even Granberg  
808 Ger Van Graas, SK Vidar  
809 Gunnar Skandsen  
810 Johnny Bergh  
811 Oddbjørn Mong  
812 Rune Fosshem, Dnl-Kondis  
813 Sigmund Pedersen, Sveio IL  
814 Steinar Wergeland, Mhi  
815 Svein Ole Braaten, Sp.kl.vidar  
816 Tore Graff Salvesen, Orangeri IF  
817 Øyvind Neeraas, Kondis

**HM MENN 60-64**  
818 Helge Bentsrud, Drammen Slalåmklubb  
819 Håkon Haugen, Lillehammer IF  
820 Jose Goncalves  
821 Odd Andersen  
822 Roar Øvrebo  
823 Svein Arne Sølvberg, Oppgård IL

**HM MENN 65-69**  
824 Arne Hasvoll, Horten Friidrett  
825 Bjørn Peder Haugen, Sportsklubben Rye  
826 Gunnar Mustaparta  
827 Harald Vik  
828 Ingar Indredavik, Kilab As  
829 Inge Vinje, Tønsberg FIK  
830 Jan Haugnæss, Trysilgutten IL  
831 Ole Peter Bergaust, Veldre Friidrett  
832 Rolf H. Olsen, Glassverket Pensjonist  
833 Tore Mundal, Lom IL

**HM MENN 70-74**  
834 Kåre Guldbakke, Skjåk IL  
**HM MENN 75-79**  
835 Per Gundersen, Alesund Fik  
**HM MENN 80+**  
836 Sigve Tjøtta

## Mot spennende NM i halvmaraton

I årets Drammensmaraton skal det kåres NM-vinnere for junior (til og med 22 år) , senior og veteraner i klasser fra og med 35–39 år.

I dameklassen vil det bli hard kamp om tittelen med blant annet Christina Bus Holth og Kirsten Melkevik på startstreken. Det vil trolig bli mye sterkere vinnertider enn i 2005, da det også var NM i Drammen. Da vant Turi Malme på 1.20.08. I år kan vi vente tider godt under 1.15. Men det er likevel litt igjen til løyperkorde til Ingrid Kristiansen. Den ble satt i 1986 og er på knallsterke 1.09.03. Det er en tid som fortsatt er i ytterste verdensklasse.

Påmeldingsfristen for å delta i NM går ikke ut før fredag 9. september, men det er allerede kommet mange spennende påmeldinger. I herreklassen stiller Tjalve en sterk trio, Håkon Brox, Asbjørn Ellefsen Persen og Jan Christian Kaltenborn, som alle kan blande seg inn i medaljekampen.

For å kunne delta i NM må man representere en friidrettsklubb og man må være påmeldt innen fredag 9. september kl. 23.59. For de som ikke skal delta i NM er det mulig å etteranmelde seg helt fram til en time før start.

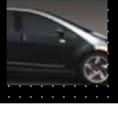


**FORRIGE VINNER:** Turi Malme under Drammensmaraton i 2005.

**Tekst** Kjell Vigestad, Kondis

Dette er listen over påmeldte da avisen gikk i trykken, og er ikke den komplette listen over påmeldte deltagere.






**ELTEK VALERE**  
always on

**SPENNENDE, NYSKAPENDE OG INTERNASJONAL**

Eltek Valere er et internasjonalt selskap med 40 års erfaring i å utvikle energisystemer.

Fra ladere til el-biler, utstyr til solcelleparker og strømforsyning til mobilnett. Eltek Valere er markedsledende på energieffektivitet i en krevende bransje.

Med over 2000 ansatte verden over er hovedkontoret i Drammen en pulserende arbeidsplass som huser vår administrasjon samt en utviklingsavdeling i verdensklasse.

**Et lokalt industrilokomotiv - globalt toneangivende i arbeidet for grønnere energiteknologi.**

Eltek Valere AS  
Gråterudveien 8  
3036 Drammen

Tlf: 32 20 32 00  
Epost: eltek@eltekvalere.com

[www.eltekvalere.com](http://www.eltekvalere.com)



**Stoa håndverk AS**  
MALER- OG BYGGTAPETSERMESTERE

Stoa håndverk AS er et av Buskeruds største maler- og byggtapetsermesterfirmaer.

- Tradisjonelt maler- og byggtapetserarbeid
- Gulvbelegg i tørre og våte rom
- Dekorative malerteknikker
- Industri og storbygg
- Utvendig fasaderehabilitering/pussarbeider
- Konsulent- og veiledningstjeneste

Syretårnet 15  
3048 Drammen

Tlf: 32 20 23 60  
firmapost@stoa-h.no

[www.stoa-h.no](http://www.stoa-h.no)






Tannlege MNTF  
**Svein Erik Sveinsson**  
N. Storgt. 9 • 3015 Drammen • Tlf. 32 83 13 59



**Josefsson**  
www.josefsson.no



**Falk**  
MØBLER

# Tri Sport

## Tilbud på sykler

Gjelder Trek 3000, 4000 og Skye serien.  
Gode sykler fra kr. 2999,-

Ved kjøp av sykkel er støtte, skjerner, flaskeholder, flaske, lås og ringeklokke med i prisen.

Trek 3700  
24 gir, v-brems og dempegaffel kr. 2999,-



Trek Skye S  
24 gir, v-brems og dempegaffel kr. 2999,-



Trek 4300  
24 gir, hydrauliske skivebrems og låsbar dempegaffel kr. 4999,-



Trek Skye SL  
24 gir, hydrauliske skivebrems og låsbar dempegaffel kr. 4999,-



Trek 4500  
27 gir, hydrauliske skivebrems og låsbar dempegaffel kr. 5999,-



Guldstien 20 - 3048 Drammen  
v/Gulskogen Senter, Drammen  
Tlf.: 32 88 33 77  
Mail: tri-sport@sport1.no  
www.tri-sport.no

ÅPNINGSTIDER  
Man - Fre 10:00 - 19:00  
Lørdag 10:00 - 17:00

**sport 1**  
Tri Sport



### ENERVIT HALVMARATONPAKKE HJELPER DEG HELE VEIEN!

Med ENERVIT halvmaratonpakke hjelper du kroppen å prestere optimalt gjennom tilførsel av rett energi, mineraler, vitaminer og aminosyrer.



**ENERVIT PRESPORT**  
Karbhydratoppladning. Sørger for at du har maksimalt med energi lagret i kroppen når du står på start. Når? På startdagen, senest 2 timer før start.

**SPORT GEL**  
Gir energi. Forhøyer mental trefhet. Når? Rett før start.

**LIQUID COMPETITION**  
Flytende energibombe. Rask energi som varer. Koffein. Når? Etter halve løpet.

**R2 RECOVERY DRINK**  
En komplett recoverydrikk som hjelper kroppen å restituere seg etter den store påkjenningen. Når? Innen 30 min etter målpassing.

**ALT DU TRENGER  
I EN PAKKE 175,-**

2 STK PRESPORT, 1 STK GEL,  
1 STK LIQUID COMPETITION OG 1 STK R2.

ENERVIT G SPORTSDRIKK SERVERES PÅ ALLE DRIKKESTASJONER!



**ENERVIT**  
Science in Nutrition

www.enervit.se

## Drikkestasjoner



**SPORTY:** Disse tre er sporty nok til å lage drikkestasjoner. Are Christian Terjesen, Tri-sport (t.v.), Heidi Bråten Fure, Moov Treningssenter, Ole Hermann Borgan, Joggen Sport (t.h.).

Vi i IF Sturla er taknemlige for at Joggen Sport, Moov Treningssenter og Tri-Sport har tatt på seg oppgaven med å organisere våre drikkestasjoner ute i løypa. Det forventes et godt trykk med løpere og vi oppfordrer publikum

til å samle seg rundt drikkestasjonene for å lage litt liv.

Lykke til med oppgaven.

I tillegg serverer IF Sturla drikke og bananer etter målpassering.

## Kontrollmåling av løpstraseene



Før løpet var Vidar Dvergedal som representant for Kondis sammen med Sturlas Odd Grønli ute og kontrollerte Elveløpets distanser, 5 og 10 km. Små justeringer ble tatt, og begge løyper ble godkjent.

På samme ettermiddag kontrollerte de også løypene for Drammensmaraton og byrunden på 10 km. Noen få justeringer ble også her gjort for å få eksakte lengder.

De endte opp med samme sted for start og mål foran Magasinet i gågata for begge distanser. Til sammen ca. 60 km oppmåling

hadde de denne dagen før Vidar Dvergedal var tilfreds og kunne godkjenne også disse løypene.

I tillegg skal de ha en tur til med oppmåling for arrangementet med henvisning til hver enkelt kilometer, så deltagerene kan sjekke sine passeringstider når de løper. Det ligger mye forhåndsarbeid bak en tilfredsstillende tilrettelegging av løypene.

Mange løpere fører nøye statistikker over sine løp og tider. Derfor er det viktig at distansene stemmer, og for et NM i halvmaraton er det et selvsagt krav.

# STRØM GUNDERSEN AS ØNSKER ALLE LYKKE TIL I DRAMMENS MARATON!

VI HAR FÅTT VÆRE MED Å BYGGE  
NYE DRAMMEN. DET ER VI STOLTE  
AV OG TAKKNEMLIGE FOR



## ET GODT STED Å VÆRE OG BO

Det er ikke alt som var bedre før. Drammen er i dag bedre enn noensinne, og vi er mange som entusiastisk har fulgt med på endringene siden starten. Byen vår har blitt en vakker svane og en ny personlighet som er attraktiv, full av liv og servicetilbud.

## DEN STORE FORVANDLINGEN

Vi ønsker å takke kloke politikere og embedsfolk, som har hatt visjoner og bevist gjennomføringsevne og ikke minst vil vi takke spenstige og visjonære byggherrer som har gjort Drammen anno 2011 til mulighetenes by. Strøm Gundersen AS er stolte av Drammen og byggeprosjektene vi har utført.

## PROSJEKTER FOR DRAMMEN

Varierte byggeoppdrag har vært entreprenørfirma Strøm Gundersen AS utfordring i sine prosjekter for Drammen. Vi har hatt oppdrag innen samferdsel, kultur og utdan-

ning. Vi har bygget kontor, forretnings- og leilighetsprosjekter og rehabilitert sentrale bygg i byen. Dyktige oppdragsgivere og partnere har utfordret oss til å være kreative og løsningsorientert på vei mot det som i dag er nye Drammen.

Vi var med helt fra starten. Vi bygget SOLUMSTRAND RENSEANLEGG og utviklet eget rørpressingssystem i forbindelse med KLOAKKRAMMEPLANEN. For Drammens nye velordnede trafikksystem var vi med på byggingen av BRAGERNESTUNNELLEN og utvidelsen av MOTORVEIBRUA.

DRAMMENSBADET er et utrolig flott anlegg, som gir drammenserne helårs badeliv. PAPIRBREDDEN, DRAMMEN KUNNSKAPSPARK med høyskolesenter og bibliotek, GULSKOGEN, ÅSSIDEN VIDEREGÅENDE og SKOGER SKOLE fremstår som moderne utdanningsarenaer for mange av byens elever og er prosjekter

vi har bygget. DRAMMEN KINO og rehabilitering av UNION SCENE er stolte bidrag til byens kulturliv. På Union brygge har vi bygget KVARTAL 10, NAV BYGGET og COMFORT HOTEL.

Til byjubileet leverer vi nye DRAMMEN STASJON og ØVRE SUND BRU. Vi er i gang med byggingen av PAPIRBREDDEN II og ENGENEKVARTALET.

Vi ser frem til å bidra til byutviklingen i mange år fremover.

Les mer om oss på: [stromgundersen.no](http://stromgundersen.no)

 STRØM  
GUNDERSEN as

- vi gleder oss til fortsettelsen