

Kano gjennom myra



**Olaf Tufte
møtte
NTNUI
s. 8**



**Heite Helga
venter på deg
s. 4**

REDAKTØREN HAR ORDET



Hei & hopp!

Etter i underkant av et år som redaktør for blekka du nå holder i hånden, takker jeg for meg. Jeg overlater redaktørstolen til Øystein Sporsheim, som frem til nå har vært journalist her. Selv om de frigitte timene i måneden vil komme til nytte, føles det både rart og trist å overlate

Klubbavisa til ny ledelse. Samtidig er jeg sikker på at Øystein vil videreføre alt som er bra med bladet, og sette en stor, rød fy-strek under det som kan gjøres bedre. Jeg vil også ønske velkommen til Petter Remen Hanssen, håndballspiller og vår nyeste journalist.

Som vanlig har orienteringsgruppa en sterk tilstedeværelse i KA. Kanskje er skrivekløe hemmeligheten bak å være NTNUIs største gruppe? Man vet aldri. Jeg vil generelt råde alle grupper som vil bli større til å sende oss bilder og tekst. Da ser folk hvor gøy dere har det. Ellers vil jeg spesielt takke ski og fjell-gruppa for å sende oss en bunke skikkelig gode bilder fra noe som må ha vært en spennende tur. Et av de ser dere på forsiden, og flere andre er inne i bladet.

Stian Hansen, avtroppende redaktør.

Klubbavisa

5. utgave - Oktober 2009
72. årgang

Redaktør

Stian Hansen
ntnui-ka@org.ntnu.no

Journalister

Thomas Karlsen
Øystein Sporsheim
Petter Remen Hanssen

Foto

Torbjørn Øvrebekk

a

Kontakt

NTNUI
Klubbavisa
Studpost 222
7491 Trondheim

ntnui-ka@org.ntnu.no
www.ntnui.no/klubbavisa

Trykkeri

Tapir Uttrykk

Opplag

1500 eks

Forsidebilde

Aerobic-trener Tina
Tahtcieva
Foto: Thomas Karlsen

Innhold

2 Redaktøren har ordet

3 Lederen har ordet

4 Koiene

6 Dagens gruppe

7 Volleyball

8 Olaf Tufte møtte NTNUI

11 Orientering i Tour de

Trondheim

12 Håndballgruppa mot
toppen

14 Orientering i myra

16 Roing drikker blåbærsaft

17 Roing ror båten i stykker

18 Ski og fjell i

Femundsmarka

20 Taekwondo herjer

23 Hva skjer?

KLUBBAVISA



LEDEREN HAR ORDET



Hu og Hei!

Da var UKA-09 historie og mang en UKEfunk eller konsertgjenger går nok sikkert rundt med dårlig samvittighet for manglende treningsiver i løpet av oktober. Om du var en av

de som synes det har vært litt glissent på idrettsbyggene den siste tiden, så er ikke det uten grunn. Antallet besøkende på Gløshaugen og Dragvoll på de dagene med de mest populære konsert- og kulturarrangementene lå tidvis under 2000. Til sammenligning har det på dagene med høyest treningsaktivitet vært trukket mer enn 3000 kort i løpet av åpningstiden.

Hvis du sitter med et ønske om å komme deg opp av stolen og ut av lesesalen for å klarne hodet litt, men gjerne skulle hatt noen å trene sammen med vil jeg anbefale

deg å ta en titt i mosjonsprogrammet til NTNUI. På hjemmesidene vil du finne en oversikt på de ukentlige treningene av større sosial karakter enn man gjerne finner i foreningens mer enn 50 grupper. Hva med en lett joggetur langs Nidelva på fredager eller kanonball i Armfeldtsalen på Idrettsbygget tirsdag kveld?

Siden sist har Hovedstyret inngått en langsiktig avtale med AssistCo. Denne trer i kraft over nyttår og gjør NTNUI til Hummel Sports flaggskip her i Norge. Det betyr at du som NTNUI-medlem vil få tilgang til en rekke gode tilbud på sportsbekledning og utstyr gjennom en nyutviklet nettbutikk. Sjekk ut hjemmesidene over nyttår! Mange av produktene vil dessuten bli utstilt i eget showroom på Idrettsbygget Gløshaugen, med prøverom.

Helt tilslutt; Husk Studentleker i februar! Du vil vel ikke gå glipp av Norges største studentidrettsfest?

-Yt maks!

Sjur Øyen

Stikk innom Hovedstyret i kontortiden!

Hovedstyret i NTNUI har kontortid mandag til torsdag kl 16-18. Her kan du kjøpe NTNUI-effekter, komme med spørsmål du måtte ha om NTNUI eller bare slå av en prat med de hyggelige menneskene som sitter i Hovedstyret. Ingen sak er for liten, ingen sak er for stor!

ÅPNINGSTIDER TRENING

Dragvoll Idrettssenter
Tlf. 73 55 06 31

Mandag-fredag 07.30-22.00

Lørdag 10.00-20.00

Søndag 10.00-22.00

BLI MED I NTNUI!

NTNUI er Norges største idrettslag, og er åpent for studenter og ansatte ved NTNU, HIST og SiT. Prisene er som følger:

NTNU-student

Helår: 550

Halvår: 350

HIST-student

Helår: 750

Halvår: 450

Ansatt NTNU/HIST/SiT

Helår: 1380

Halvår: 750

NTNUI-medlem uten gyldig semesterkort

Helår: 1450

Halvår: 800

(Må ha vært medlem forrige studieår.)

Heite Helga er klar

Dugnadstur til Holvassgamma

Årets siste dugnadstur til Holvassgamma ble en våt affære. Vi var 11 stk som skulle rekke ferja fra Flakk klokken 16:45 (som vi ikke rakk..). Fredagskveld ankom vi Holvatnet. Utstyret kunne vi frakte inn vha båter takket været en veldig behjelpelig bonde. To smarte karer satte i gang med å ro en fullastet båt over vatnet da de plutselig merket at beina var våte. Da viste det seg at bunnproppen manglet! I ren donald-duck stil stod vannspruten til vær. Heldigvis klarte de å ro båten inn til land og få tømt den. Etter en provisorisk propp og en smånervøs roer kom folk og material fram til koia i tolv tiden natt til lørdag.

Lørdagen startet som fredagen sluttet; regn.. Dette satte derimot ingen demper på stemningen blant

deltakerne. Kjøpt oppsummert ble følgende gjort lørdag; revet ubrukelig isolasjon under koia, lagt ny isolasjon samt nytt gulv inne i koia, tettet taket for lekkasje, skiftet et vindu, dekket båten til med en permanent presenning. Lørdagen ble veldig lang og vi tok ikke kveld før klokken halv ett natt til søndag. Likevel ble det tid for litt kos med fårikål laget på primus!

Søndagen opplevde vi delvis blå himmel og glimt av sol. Ivrige dugnadsfolk tok motorsaga fatt og fikset ved til vinteren. Andre malte vinduet, mens resten begynte å frakte mye skrot ned til båtene som vi skulle frakte ned igjen. Rundt klokken 15:00 søndag satte vi snuten mot bilen og en etterlengtet varmdusj var ikke langt unna.. trodde vi.. Da vi var framme ved parkeringsplassen så vi at samtlige biler var innelåst av flomvannet!! Etter

Koiene

NTNUI koiene er et nett med totalt 23 koier med varierende standard rundt om i Trøndelag. Koiene er delt inn i to styrer for å lette driften av koienettet: Koiestyret Dragvoll og koiestyret Gløshaugen. I tillegg til å drive koienettet arrangerer vi også turer og koiemøter.

Alle er velkomne på både koiemøter og turer. På koiemøtene kan vi lokke med kaffe og kaker etter møtet og bilder fra turer vi har vært på. Invitasjon til koiemøtet blir sendt ut på e-post listen koiene-info og hengt opp på koietavlene.

Er det noe du lurer på om koiene eller du ønsker å stå på koiene-info e-post listen, så sjekk hjemmesiden vår under www.ntnu.no.



Nybygde Heite Helga

noe om og men ankom Falcken og fikk løs den siste bilen midtnatt! Takket være "tekniske problem" krasjet den siste ferja for kvelden i ferjeleie som gjorde at vi rakk den med nød og neppe.

Vi takker for en fantastisk innsats og ikke minst en minnesverdig dugnad og håper å se deg på neste tur!

Badstua på Heinfjord

Etter over et års arbeid er den nye badstua på Heinfjordstua nå endelig ferdigstilt! Offisiell åpning er foretatt, og med champagne i glasset så ble det nye underverket døpt til Heite Helga. Under innvielsesfesten ble det

ettertrykkelig slått fast at mottoet "Dimensjoner rikelig" fortsatt lever i beste velgående, isoleringen burde det i allefall ikke være noe å si på. Når varmen blir for påtrengende kommer man fort tilbake til sitt sanne jeg ved å ta en frisk dukkert i den moderat tempererte Drakstsjøen, med påfølgende sprint tilbake til badstua. Koiene håper at badstua vil være til glede for turglade studenter i en lang årrekke fremover, og minner om at en bedagelig koietur i godt selskap er en mer enn god nok unnskyldning til å skyve pensum foran seg enda en stund. Til alle dere som har bidratt under byggingen; Tusen hjertelig takk!

Veddugnad

Vi i koiestyret gir en stor takk til alle grupper og personer som har deltatt på veddugnader. Nå håper vi at veden holder fram til neste høst og oppfordrer derfor alle koiebesøkere til å bruke veden på en fornuftig måte, dvs. kun til å fyre i koia. Veden må ikke brukes til bålpyring! Å skaffe ved til alle koier er en arbeidsom oppgave, og vi er glade for at det hvert år er noen frivillige som stiller til denne oppgaven.

Har du og vennegjengen din lyst til å delta i en veddugnad, send mail til koiene-veddugnad@list.stud.ntnu.no



Treff nye venner



av Øystein Bjering leder, NTNUI Skiskyting

I februar i år holdt en av NTNUIs ferskeste grupper sin første trening i Granåsen. Å trene skiskyting uten blinker og våpen kan være en utfordring i seg selv, men siden de fleste i alle fall hadde ski ble treningen avsluttet med en kjapp stafett der aktiviteten på standplass ble å kaste snøklumper på en stor, blå perm. Bommen du, ja, da ble det strafferunde. Det ble kniving til siste innsjutt, og det tapende laget vil nok den dag i dag påstå hardnakket at de tapte knepent kun fordi de dessverre gikk feil trasé på andre runde.

Fra denne første treningen og ut

sesongen skjedde det mye. Vi fikk kjøpt inn klubbvåpen og ammunisjon, fikk treningstid på skiskytterarenaen på Saupstad og fikk til og med avholdt tidenes første NTNUI-mesterskap i skiskyting like før påske. Det eneste som var som før, var et konkurranseinstinkt som ikke alltid stod i stil med ferdighetene.

Nå når snøen forhåpentligvis snart legger seg over åsene, begynner vi altså på igjen. Denne sesongen har vi planlagt å starte noe tidligere enn sist, og håper å få til noen treninger før jul. Kriteriene for å være med i NTNUI Skiskyting er to: 1) du må være medlem av NTNUI (ordnes enkelt i resepsjonen på et av i-byggene), 2) du må ha et par ski (ordnes

nesten like enkelt i for eksempel en sportsforretning). Vi har medlemmer både av typen som har vært borti skiskyting før, og de som nesten bare har sett det på TV. Undertegnede, forøvrig leder av gruppen, faller nok inn i denne siste kategorien.

Vi ønsker herved velkommen til sesongens oppstartsallmøte for NTNUI Skiskyting onsdag 18. november klokken 1915, Kjel 4. Vi trenger utøvere på både lavt og høyt nivå, samt noen flere som kan hjelpe til med styre og stell. Se nettsiden vår ntnui.no/skiskyt for mer informasjon eller for å melde deg på e-postlisten og facebookgruppen vår.

Vår helt egen lekegrind

VOLLEYBALL: Noen trenger andre lag for å møte motstand. Volleyballgruppa fikser prestisjeoppgjørene ved å spille mot seg selv.

Tekst og bilde: NTNUI Volleyball

Det ble spilt to store oppgjør søndag 25.oktober. Det ene var en badeballduell mellom to aksjeselskap ved elva Mersey i England. Det andre foregikk i volleyballens tredjedivisjon for damer, i skyggen av Tyholtårnet. Ikke at det tårnet kaster så mye skygge, men det høres veldig poetisk ut.

Mens politikere stadig møter seg selv i

døra, møter NTNUI Volleyball seg selv i tredjedivisjon. Som landets største volleyballklubb tapetserer vi ikke bare seierspallen, men likegodt hele påmeldingslista også. I tredjedivisjon for damer har vi hele fire lag, inndelt etter et sinnrikt tall- og bokstavsystem som våre motstandere ikke skjønner noen ting av, så de vet aldri helt hvem de spiller mot. Like greit da at de fleste kampene våre er mot oss selv. I dag var det NTNUI D3B som skulle møte NTNUI D3C, to lag som trener side om side på Dragvoll.

Jeg er trener for D3B, så de er så klart best. Jeg var en stund trener for D3C også, så de er også ganske gode og yppet seg på direkte uhøflig vis og tok

nesten første settet, før supertreneren til D3B tok grep med et par time-outer og fikset biffen med bernaesus. Etter det trodde vi ikke at D3C ville prøve seg med ufinheter igjen, men anført av frøken Securitafs som terroriserte midtspillerne våre med en liten blokk som det var mystisk vanskelig å slå rundt, ble det en ugalant seier i andre sett til D3C. Etter heftig fotografering i de to første settene hadde vi nå rikelig med bildebevis for hva vi gjorde feil, så det var en smal sak å rette opp alt og ta de neste to settene til 25 i stil. En riktig fin dag, og vi kom oss hjem akkurat i tide til å konstatere at Ferdinand løper sakte og at Torres er bedre i engelsk enn Garragher.

Kampfakta:
Volleyball,
3. divisjon
damer.
25.10.2009.
NTNUI D3B -
NTNUI D3C:
3-1 (26-24,
22-25, 25-11,
25-17).





Tufte poserer for Klubbavisa

Tufte om ærlighet og Skybert

- Jeg liker å diskutere, for jeg har alltid rett, sier Olaf Tufte smilende. Den veltrente atleten, som beskriver seg som «en brannmann og bonde som ror litt på fritiden» holdt 3. oktober foredrag om motivasjon og samarbeid for studenter i Trondheim.

Tekst: Stian Hansen
Foto: Stian Hansen og Jeevan
NTNUIs styreledere er samlet på generalforsamling en kald høst dag

på studenterhytta når innehaveren av blant annet tre OL-gull og to VM-sølv kommer inn døren. Med sjokkomelk i hånden og en t-skjorte full av muskler, skiller den nesten to meter høye roeren seg lett ut når han trampet forbi forsamlingen for å øse av sin visdom. Klubbavisa var til stede og snakket med atleten etter foredraget.

Albert Åberg

- Jeg har ikke noe behov for blomster,

medaljer eller wannabees som henger rundt meg. Belønningen min er hvor bra jeg har det med meg selv etterpå, forteller Tufte tidlig i foredraget. Han tar i mot spørsmål fra salen, og en nysgjerrig kar langt bak spør hvem han anser som sin største konkurrent.

- Hvem tror du, spør Tufte tilbake og smiler. «Meg selv? Kona mi?» Han venter noen sekunder på forslag før han fortsetter. «Det er Skybert.



Fra VM i singelcrukker i Luzern, Sveits i 2001. Foto Mahe Drysdale via flickr.com

Han fra Albert Åberg. Uansett hvor bra jeg gjør det, ligger han alltid litt foran. Når jeg sitter på romaskinen, ser jeg ham ved siden av meg, og det er irriterende. Så barnslig er jeg.» Gruppelederne som fyller opp hytta smiler, men Tufte er alvorlig når han snakker om hvordan han pusher seg videre.

- Du kan ikke ta igjen tapt trening. Ikke søvn heller, og du kan ikke ta igjen tapt lesing. Det du ikke har gjort, har du ikke gjort. Tapt treningstid er tapt treningstid. Du koddet ikke med Skybert.

Belønne seg selv

Som gammel student er Tufte kjent med pugging og eksamener, og trekker paralleller fra treningen

til studielivet. For ham er skippertakteknikken særlig dårlig stududieteknikk, og han forteller at han var nøye med å ta pauser under eksamen. «En gang spurtet jeg litt utenfor for å få i gang sirkulasjonen. Etterpå var det så vidt jeg trengte kalkulatoren.» Han spør om noen i salen belønner seg selv med cola og chips for å ha lest et visst antall sider på en dag. Salen bekrefter, og Tufte følger opp med et nytt spørsmål:

- Er det noen her som bare ville tatt colaen om de nådde målet?

Alle rekker hånden opp, og Tufte smiler.

- Imponerende viljestyrke. Jeg har hatt ½ l cola foran romaskinen. Hvis

jeg setter meg som mål å ro seks runder på en viss tid, og ror godt nok på fem av de, tror dere jeg rører den colaen da? Nei. Hva hvis jeg passerer målet og slår min personlig rekord? Tar jeg colaen da? Nei. Jeg har jo gjennomført! Jeg trenger ikke cola da. Jeg setter den i kjøleskapet, og tar den frem igjen neste gang.

Pils og Grand Prix

Tufte tar en stor slurk av kartongen med sjokkomekk, søler litt på t-skjorten og begynner å snakke om prioriteringer. Som toppatlet trener han 15 – 40 timer i uka, avhengig av hvor lenge det er til neste konkurranse, og er nøye på kosthold og livsførsel. Han insisterer likevel på at han ikke må ofre noe:

- Jeg prioriterer knalltøft, og jeg er strukturert. Hver kveld bruker jeg fem minutter på å sette opp en liste over hva jeg skal gjøre neste dag. Da har jeg tid til å være ute med gutta og ta noen øl, men jeg går hjem i grei tid, sier han og spør høyt og retorisk om han går glipp av noe. Ingen sier noe, og Tufte besvarer sitt eget spørsmål: «Nei. Jeg får gjort det samme som dere. Føler jeg at jeg må ofre noe, slutter jeg på dagen. Når jeg er på byen eller leser en bok, gjør jeg bare det. Hvis du synes å sitte på sofaen og se Melodi Grand Prix og spise chips er viktig for deg, ja så gjør det. Men da følger du med på Grand Prix! Ikke tenk på matematiske formler da.»

Selvbedrag

Tufte forteller at særlig ærlighet er viktig for ham. Ovenfor andre og seg selv, og spesielt i forhold til sine personlige mål:

- Jeg respekterer folk som gjør en innsats for å nå sine mål. En som sier han vil blir proff i United er ikke ærlig

med seg selv eller andre hvis han er konstant på fylla. Vil dere bli verdens beste advokater, bør det vises på innsatsen.

Tufte holder ofte foredrag, spesielt ovenfor næringslivet. Etter rokarriæren planlegger han å fortsette som brannmann, og bidra til å utvikle nye rotalenter i Norge. Du kan lese mer om ham og se ham ro for Norge på nettsiden hans: olaftufte.com



Tufte taler til lederne i NTNUI



NTNUI samarbeider med Sixt bilutleie.
Sjekk ut www.ntnui.no og trykk på Sixt!





Tour de Trondheim

ORIENTERING: Helga 18.-20. september arrangerte orienteringsgruppa tredagersløpet Tour de Trondheim for tredje året på rad. Med Tour de France-inspirerte trøyer i senior- og ungdomsklassene ble det satt en ekstra piff på hele helga.

Tekst og bilde: NTNU Orientering

Noen valgte å «hvile» seg gjennom løypa, og satse alt på spurten og poengtrøya, mens fjellgeitene brukte kreftene i de tøffe motbakkene, som løypeleggeren gjerne hadde lagt i våte og tunge trøndermyrer.

Fredag var det fellesstart sprint på menyen, med start og mål rett bak hovedbygninga på Gløshaugen. Det ble som ventet tette oppgjør og høy kvalitet, ettersom flere av Norges beste o-sprintere stilte til start. Om den jevne studenten på Gløshaugen så på arrangementet som spennende eller meningsløst vites ikke, men vi har våre antakelser. Eliteklassene ble denne dagen vunnet av Elise Egseth og Øystein Kvaal Østerbø, begge

Wing OK, og begge VM-deltakere i årets VM.

Lørdag og søndag forflyttet hele arrangementet seg til Byneset for å løpe på vårt nye orienteringskart «Bosbergheia». Lørdag var det langdistanse, hvor seniorklassene dro helt opp snaufjellet på Bosbergheia. Noen mente løypene var i hardeste laget, men stort sett var alle fornøyde med løypene, og særlig det italienske landslaget som valgte å etteranmelde seg til søndagens jaktstart rett etter målgang på lørdagen.

På søndagens jaktstart løp et utvalg av de beste løperne med GPS, slik at speaker på arena kunne følge løpernes bevegelser på pc i målområdet. Dette gjorde løpene mer publikumsvennlig, selv om dette i hovedsak ble brukt som en test fram mot neste års VM i Trondheim, hvor GPSene skal brukes sammen med storskjerm på stadion. I begge seniorklassene ble det på GPS-trackingen avdekket tildels ganske store bommer på enkelte poster, noe som medførte flere endringer i toppsjiktet. Til slutt var det tidligere

NTNU-student Ingunn Weltzien (Tyrving IL) og New Zealands VM-løper Chris Forne (Wing OK) som stakk av med sammenlagtrøyene i seniorklassene. Av de få NTNUlerne som løp var det Per Harald som utpekte seg mest, ved å vinne spurttrøya.

I løpet av tre år har arrangementet vokst seg relativt stort, og blitt velkjent for den normale o-trønderen. Dette gjenspeiler seg tydelig i større og større deltakelse for hvert år. I år passerte vi 800 starter totalt, noe vi må være fornøyde med, og som inspirerer til å arrangere Tour de Trondheim også neste høst. Neste års utfordring blir å få bedre deltakelse i studentklassen, som dessverre var altfor altfor tynn i år. Noen som tar utfordringen og stiller opp neste år?

Søndag kveld feiret vi oss selv med bankett på et av våre legendariske o-kjøkken. Der var det som alltid trangt om plassen, men likefullt legendarisk stemning og mange fornøyde fjes. Selv om mange var slitne etter mye arbeid gjennom helga, var det liv langt ut i de små timer...

Håndball mot toppen

HÅNDBALL: I år har de tidligere avdelingene Gløshaugen og Dragvoll blitt sammensveiset til ett idrettslag, NTNUI. NTNUI er for så vidt også Norges største idrettslag med over 10000 medlemmer fordelt på over 50 ulike aktiviteter. Håndballavdelingen består av 4 damelag og 3 herrelag på alle ulike nivå. De høyest rangerte i seriesystemet er 3 divisjon hos damelaget og 2 divisjon hos herrelaget.

Tekst: Petter Remen Hanssen

Årets herrelag

Årets utgave av NTNUIs herrelag blir styrt av spillende trener, Mads Kjønstad. Spillergruppas kjerne ligger på rundt 18-20 spillere på trening. De to andre herrelagene trener også hver for seg.

Før årets sesong var både NTNUI sine herrer (2.div) og damer (3.div) forhåndstippet høyt i sine ligaer. Herrelaget holder seg ofte i toppen år etter år, og ble i fjor nummer tre til slutt etter en veldig spennede serieinnsjutt, slått på målstreken av Strindheim og Kristiansund. I år vil seieren igjen være en kamp mellom NTNUI, Strindheim, Kristiansund og i tillegg Kolstad som rykket ned fra 1.divisjon i fjor. Dette er de fire lagene som kniver seg i mellom om å bli midnorges beste håndballag, etter at Heimdal gikk konkurs for et par år siden.

Veien mot toppen

Sesongen er nå snart kvartspilt og veldig godt i gang for herrelaget til NTNUI. Fem kamper er gjennomført og fem seire står på tavla. Dette

har ikke vært kamper av den enkle sorten. NTNUI har allerede vært i to storkamper mot Kolstad og Strindheim. I disse viste årets NTNUI lag seg veldig sterke og slo Kolstad med ett mål etter en jevn og tett kamp. Mot Strindheim gikk det enda bedre i nesten fullsatt nidarøhall. Her gjorde gutta en kjempekamp og vant med fem mål til slutt, etter å ha vært helt oppe i en nimalsledelse underveis

NTNUI-spillerne strålende fornøyd etter seieren over Strindheim. "Ein vanvittig bra kamp og eit flott resultat! NTNUI var rett og slett best i dag!"

Dette kommenterte Martin Sværen (leder for håndball-avdelinga) som så kampen fra tribuneplass. Det betyr at NTNUI har det beste laget i midnorge på herresiden per dags



Spillende trener Mads Kjønstad Foto: Knut Maråk/handballitronheim.no

dato. Det er vi veldig stolte av. Det er enda tidlig i sesongen, men likevel ser det lyst ut for studentene på herrelaget til NTNUI. Årets sesong blir spennende. Meg selv, som spiller for NTNUI vil anbefale alle og komme å se

kampene våre fremover. Vi garanterer trøkk og underholdene håndball. Ps. 29. November Klokken 12.30 kommer Kristiansund på besøk på idrettbygget. Kom og støtt oss i jakten på gull!



NTNUI mot Kolstad i Idrettsbygget Foto: Martin Sværen/NTNUI Håndball



Fornøyde NTNUIere etter seieren over Strindheim Foto: Knut Maråk/handballitronheim.no

Hu og hei

ORIENTERING: Hu og Hei består av prologen Snuskeløpet og selve kraftprøven; Gampeløpet. Dette er en av de eldste og best bevarte tradisjonene i NTNUIs historie, og har i tiår har lokket nye og etablerte o-løpere ut i høstbløte trøndermyrer,

Tekst og bilde: NTNUI Orientering

Løpet ble først arrangert i 1960 for å jekke ned en del eplekjekke o-løpere som i lengre tid hadde beklaget seg over for korte og lette løyper.

Søndag 4. oktober ble det

sagnomsuste langløpet arrangert for 50. gang(!). Selv om det som vanlig i denne idretten ikke florerer med pengepremier var det mye heder og ære som sto på spill for de 110 løperne som stilte til start. Noen løp for å vinne, og mange løp for å fullføre – for bare det kvalifiserer til en hel nevnte heder og ære! En løper som deltok for første gang for 50 år siden var på startstreken igjen i år, og to løpere kunne notere seg sin 40. start - det vil si at de har løpt omtrent distansen tur/retur Trondheim-Oslo i Bymarkas myrer!

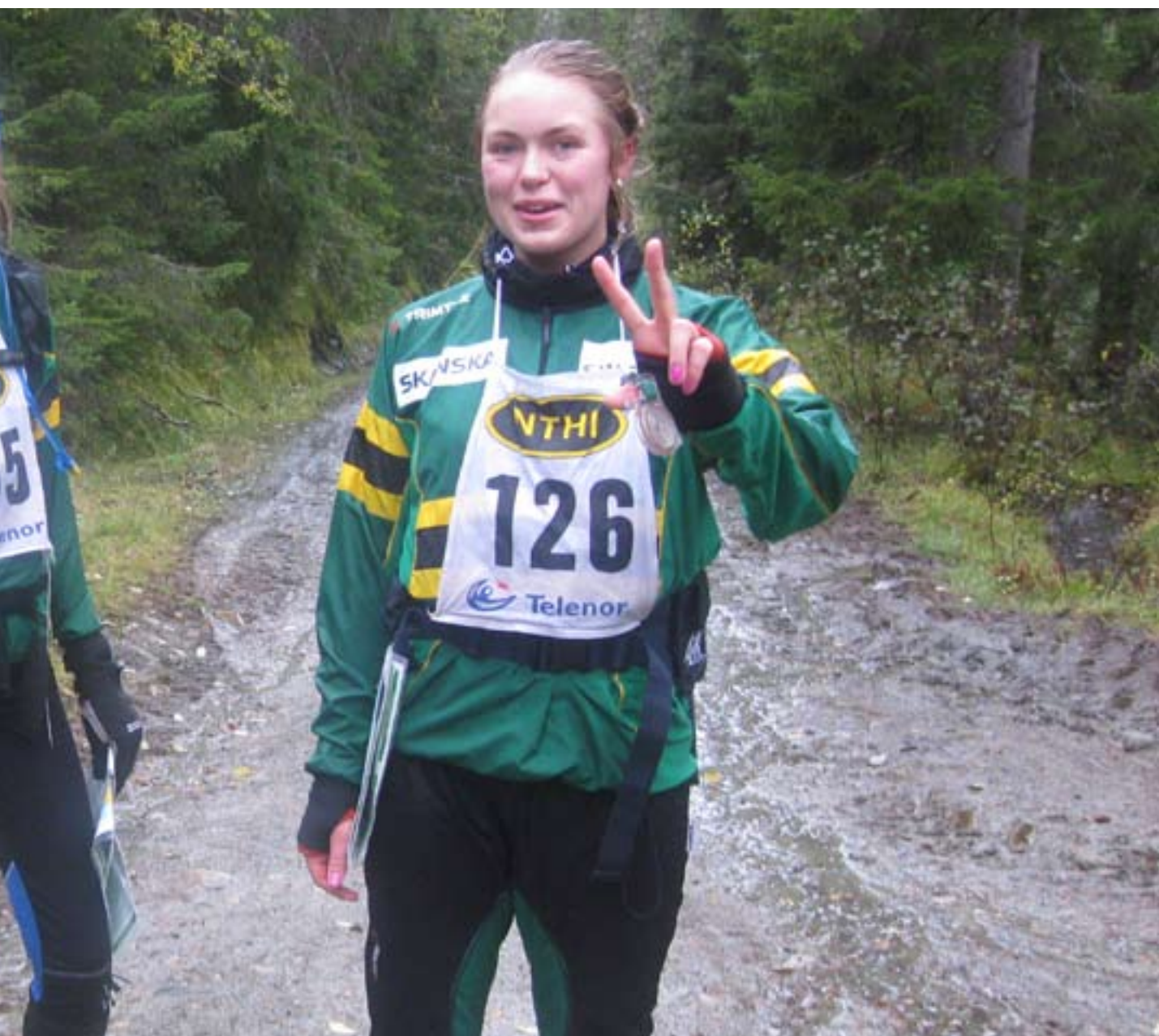
I år lå det snø i Bymarka før løpene, og sugende våte og snølagte myrer gjorde løpet akkurat så kaldt og

tungt som det skal være. Etter første runde kom gutta inn til matstasjon ved studentehytta før de la ut på de siste 12 km, mens jentene kunne klappe seg på skulderen og gå rett i badstua! Først inn i damenes klasse var svenske Sofie Johansson. I guttas klasse bød selv et langløp som Hu og hei på en spennende tetstrid. Ved runding etter 18 km ledet Erik Jonsson med cirka 5 minutter på Espen Fiskum. På de siste 12 km kjempet de to i tet mot hverandre og mot krampa på vei opp mot Bosbergheia. Godt over 200 meter stigning i allerede mørnede bein skulle skille menn fra mus. Først i mål etter 30 km var trønderen Espen Fiskum.



Mens tetstriden pågikk var noen av oss mer opptatt av å spise mest mulig sjokolade på hver post og å nyte høsten i Bymarka. Sola tippet så vidt fram, og med godt følge ble dette en herlig søndagstur! Og ikke bare orienteringsløpere stilte frivillig til start. Både syklister og langrennsløpere var å observere i myra denne søndagen.

Hu & Hei viser atter en gang at det er mye mer enn bare et orienteringsløp. Hu & Hei er et begrep som damper av tradisjon, stemning, store idrettsprestasjoner og gamle legender.



Telefonterror og blåbærsaft

ROING: NTNUI Roing kjempet til siste åretak og fikk bronsemedaljer etter en sluttspurt i mye sjø i årets våteste eventyr, Gøtaelvrodden.

Tekst og bilde: NTNUI Roing

Årets tur til Gøteborg og Gøtaelvrodden ble som vanlig en blanding av 20km smerte og en hyggelig tur i lystig lag. 800 km hver vei i en trang 9-seters bil gjør til at man blir godt kjent med både seg selv og reisefølget. Dette kaller næringslivet "team building", og mange bedrifter betaler store summer for slike aktiviteter.

Vel fremme i Küngälv parkerte laget tilhenger og fant frem til sine reserverte hytter på campingplassen like ved. Selv om en roer ble utsatt for telefonterror midt på natten ble det en god natts søvn for de fleste. Lørdag morgen imponerte coxen med sine kokkekunster. Egg og bacon til alle mann! Når vi i fremtiden skal finne cox

bør kokkekunskaper være vel så viktig som navigasjonsevner!

Etterhvert var "Ormen Lange" endelig på Gøtaelva, og med fjorårets startvansker i minnet rodde laget mot startområdet. Dette året var kursen riktig når startskuddet gikk. Derimot var båten på vei akterover. Mens laget skåtet for å hindre tjuvstart hørtes smellet fra startpistolen med en litt rotete og uorganisert start som resultat

NTNUI Roing klemte uansett til og tok raskt igjen de tapte meterne. I ekte kamikaze-stil valgte coxen å legge seg inn rett bak en motstander og svinge hardt mot babord mellom to andre konkurrenter for å ta en innersving. Det gikk overaskende bra, og "Ormen Lange" lå greit an som båt nummer tre.

20 km er langt selv om det er medstrøms. I enkelte perioder med mye sjø var det vanskelig å

finne sammen og ro teknisk bra. Men i andre perioder med mindre bølger klarte laget å ro relativt bra og avstanden til de to båtene foran minket. Mot slutten ble NTNUI innhentet av Lyngby Roklubb, fra Danmark, som behersket roing i tung sjø litt bedre enn NTNUI. Krefter som egentlig skulle vært spart til basale livsfunksjoner ble tatt i bruk for å hindre danskene i å stikke av med bronsemedaljene.

Blåbærsaft etter løpet er en god tradisjon i Gøtaelvrodden og også i år ble store mengder av denne helsegivende drikken konsumert av slitne NTNUI'ere. (Se bildebevis på hvor opplagte laget ble etter noen liter blåbærsaft!)

Før denne artikkelen skulle i "trykken" ble det etterlyst lagbilder fra turen som kunne legges ut på nett. Et av svarene undertegnede fikk fra en lagkamerat var: "Sorry, har bare bilder av drita ungdommer".



Det er ingenting i veien for å kombinere roing med kroppsbygging

Rodde båten i stykker

slitne roere.

ROING: Rogruppa møtte som forventet svært gode motstandere i årets EM i studentroing. Av 12 båter i klassen 8+ endte NTNUI på sisteplass.

Tekst og bilde: NTNUI Roing

Laget fikk likevel en positiv opplevelse ved å slå et av lagene fra Østerrike i oppsamlingsløpet. Da ble tiden 6:19,5 som er beste 2000m tid for gruppa.

I det første løpet ble starten svært dramatisk. En teknisk svikt sørget for at storkens åre løsnet. NTNUI avbrøt løpet og båtene gjorde seg klare til ny start. Uten mulighet for å reparere feilen måtte roerne fra NTNUI bare håpe på det beste. Det gikk ikke mer enn 5 tak før åren løsnet igjen. Uten å risikere flere advarsler som kunne resultere i diskvalifisering, måtte NTNUI ro med 7 roere inn til mål.

Andre løp, oppsamlingen, ble

mye bedre da defekt utstyr var skiftet og alle åtte roerne kunne bidra. Noe som resulterte i NTNUI-rekord som tidligere nevnt.

Siste løp, B-finale, var en våt og slitsom opplevelse. Styrmannens energiske motivasjonsrop under løpet klarte å tyne de siste krefter ut av åtte

NTNUI Roing gratulerer University of Economy Bydgoszcz fra Polen som tok førsteplassen i klassen 8+, med den imponerende tiden 5:46,6 i finalen! Samtidig rettes en stor takk til arrangør for et flott arrangement. Se nettsiden for bilder og info fra mesterskapet: <http://eurc2009.jimdo.com/>



Slitsomt å ro med ødelagt utstyr

Vannveien gjennom Femundsmarka

SKI OG FJELL: Storslåtte omgivelser, friskt padlevann, flommende tømmerrenner og mye bålved er bare noe av det Femunden har å by på.

Tekst og bilde: NTNUI Ski og fjell

Første helga i september ble bylivet i Trondheim forlatt til fordel for funklende padlevann i Femundsmarka sør for Røros. Sommertemperaturen hadde ennå ikke helt sluppet taket, mens den friske høstluften så vidt hadde begynt sitt inntog. Og kanoene lå pakket og klare for tre dagers avkobling med likesinnede ski- og fjellere i vakker villmark.

Med rolige, faste åretak seg vi innover Femunden i skumringen første kvelden – på jakt etter en passende leirplass for lavvoer, gapahuk og bål. Etter at middagen var inntatt steg stemningen raskt rundt bålet, og allsangen varte til langt utover natta. Først etter at sistemann hadde trukket seg tilbake til soveposen falt den første dråpen. Regnet trommet på teltduken gjennom hele natten, men

neste dag våknet vi til opphold og godvær. Bagasjen ble pakket i kanoene om ikke enda noe bedre enn kvelden i forveien. For lørdagens etappe gikk gjennom både smale elver og enda smalere tømmerrenner på vei fra den store Femunden og over i neste store innsjø – Feragen. Tømmerrennene gav litt ekstra kribling i magen – "kommer kanoen gjennom her eller setter vi oss fast?"

Etter endt dagsetappe ble teltene igjen slått opp like ovenfor vannkanten, og vedsankingen tok på nytt til i de tilsynelatende uendelige furuskogene. Nok en kveld satt vi samlet rundt bålet, i lukten av tyri, båløyk og kokekaffe, mens månen steg over furukronene og speilet seg i vannet.

Søndags morgen våknet vi til skyfri himmel. Sola begynte så vidt å varme mens frokosten ble inntatt ved bålet, og solskinet ble reflektert i det speilblanke vannet. Kanoene ble satt på vannet for siste gang, og mens den siste båløyken steg opp fra

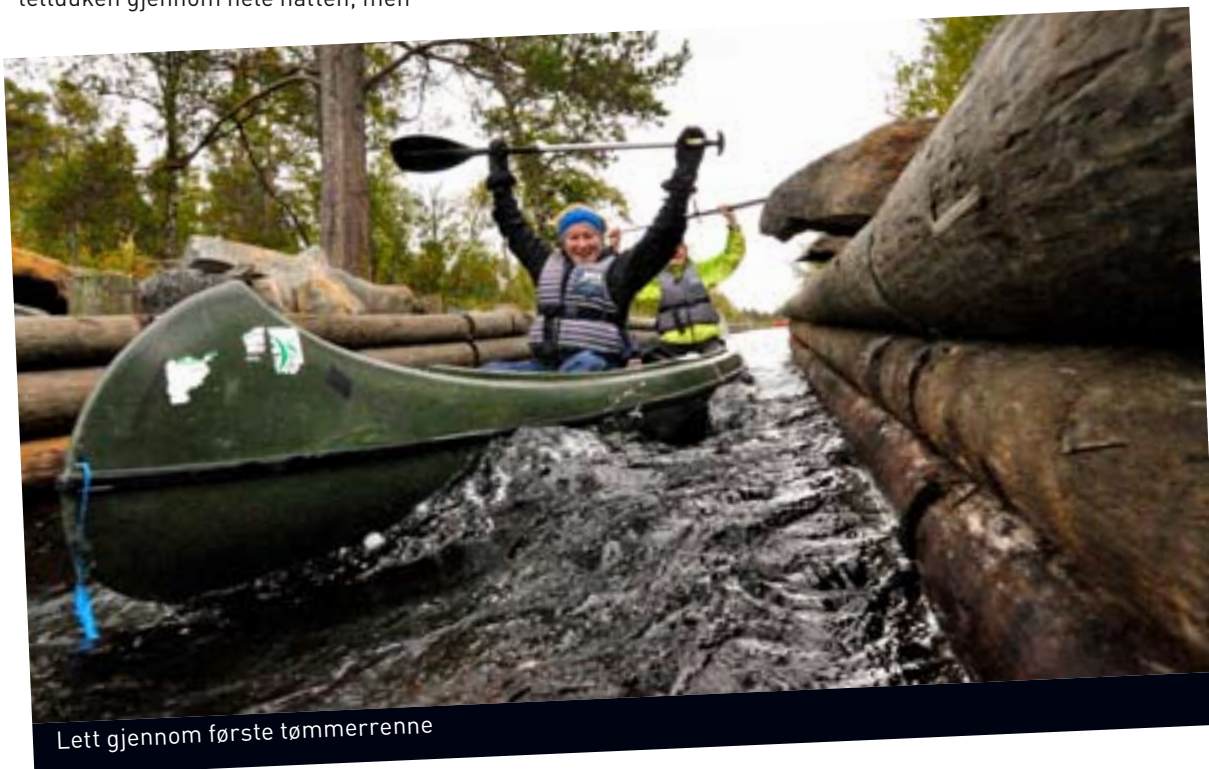


Grillpølser smaker godt i lunsjen

leirplassen vendte vi baugen mot helgas endestasjon og en ny studieuke i Trondheim.



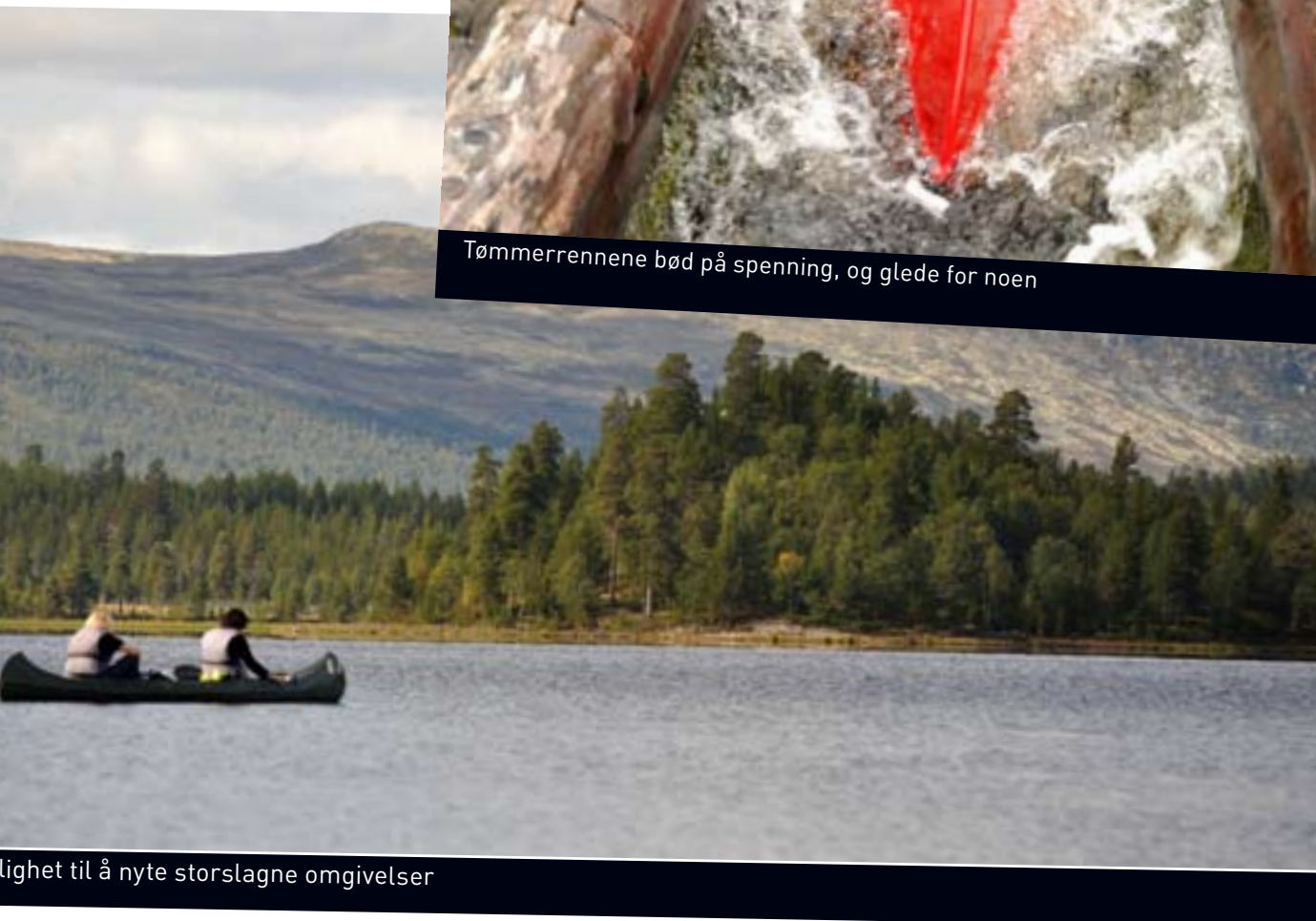
Turen gav også mu



Lett gjennom første tømmerrenne



Tømmerrennene bød på spenning, og glede for noen



...lighet til å nyte storslagne omgivelser

Skader og medaljer

TAEKWONDO: Oktober har vært en travel mesterskapsmåned for Taekwondo-gruppen. Vi har stilt med utøvere i 3 mesterskap, og mange har gjort en veldig flott jobb. Flere medaljer har blitt hentet hjem til NTNUI.

Foto og bilde: NTNUI Taekwondo

Skedsmo open 3 oktober

Fredag 2. oktober satte 6 utøvere og 1 dommer fra NTNUI Taekwondo nesen sørover for å delta i Skedsmo Open i Lillestrøm. Dette var første gang Skedsmo arrangerte et mesterskap for alle klubber i NTF. Lørdag var det tidlig opp for registrering og start på mesterskapet. NTNUI stilte med 3 mønster(Hyong)- utøvere og 4 i kamp. Andreas Akselsen og Sigbjørn Hessaa var de første deltakerne og gjorde en flott innsats, men det ble tap og bronsefinale mot hverandre i klassen -68 Kg. Her trakk Andreas det lengste strået. Stian Askeland gjorde en flott første kamp i -80 Kg klassen, men måtte også ta til takke med bronse.

Siste mann i kamp, Åsmund Ryningen, glapp knepent gullet i -90 Kg klassen.

Etter lunsj ble det arrangert mønsterkonkurranse. Sissel Lohnbakken fikk en flott tredjeplass av sortbeltene, og Vegard Larsen en god 4. plass i en meget tøff konkurranse. For de lavere graderte klarte Andreas Akselsen en god andreplass. Hovedtrener for NTNUI, Janne Viddal, fungerte som hoveddommer for stevnet. Alt gikk på skinner uten klager fra noen av deltakerne. Etter en lang dag avsluttet vi med film og mat til alle. Det ble en flott tur hvor vi ble godt kjent med utøvere fra Skedsmo og Kolbu.

Midtnorsk 11 oktober

Ny konkurranse ble arrangert ellefte oktober i fjellhallen på Stjørdal. 100 utøvere fra 8 ulike klubber i midnorge deltok på dette mesterskapet. NTNUI stilte med 4 utøvere i klassene + 84kg (Sayed Pishtaz), -84kg (Åsmund), -78kg (Stian) og -67kg (Andreas). Med til Stjørdal var også en flott liten

heiagjeng. Det ble kjempet bra, men ble litt tøff motstand, og vi ble enige om at vi bør trene mer kondisjon. Etter at reglene nylig ble endret, slik at de fleste kampene går tre runder, har det blitt tøffere å vinne en konkurranse. Å kunne vinne som førstemann til 12 poeng eller ved sju poeng i forskjell, har blitt fjernet fra reglene etter sommeren. Men vi er fornøye med innsatsen og medaljene 1 gull, 2 sølv og 1 bronse.

Norgescup 4, 25. oktober

Etter innveing på lørdag var vi klare for kamp på Norgescup i Klæbu søndag 25.oktober. Fra NTNUI Taekwondo deltok 4 stykk, mens hovedinstruktøren deltok som dommer. Siden mesterskapet fant sted ikke langt fra Trondheim, hadde vi som i Stjørdal, også med en heiagjeng og støtteapparat. Det var noe tøff motstand i konkurransen, men vi er likevel fornøyd med at alle våre deltakere fikk med seg medalje fra mesterskapet! Lise Føsund Christiansen vant sine to





Lise fra NTNUI får inn et hodetreff

første kamper og gikk en glimrende semifinale hvor hun utklasset motstanderen og vant med over 20 poengs differanse. I finalen ble det derimot et knepent tap, men en flott sølvmedalje.

Stian imponerte i sin første kamp ved å vinne 15-0, og her ble det et knepent tap i semifinalen. Åsmund gjorde en kjempeinnsats i sine kamper og kjempet til siste slutt i en spennende semifinale. Marginene var derimot ikke på vår side, og verken Stian eller Åsmund fikk finaleplass.

Begge fikk dermed med seg hver sin bronsemedalje. Som eneste A-utøver fra NTNUI, deltok Per Christian Endresen i -78kg-klassen, og også han fikk med seg en bronse. Forskjellen på å delta i A og B er kort sagt at i B er det kun lett kontakt og ikke lov til å "knoke" motstanderen, mens i A er det full kontakt og man kan vinne en kamp på knockout.

I et mesterskap som startet med uvanlig mange skader, er vi i NTNUI Taekwondo strålende fornøyd med å komme hjem uten nevneverdige

skader og med medalje til alle våre. Vi avrundet dagen med å gå ut å ta en matbit sammen, og praten gikk løst og fast om dagens begivenheter. Det har vært en hektisk, men spennende og artig oktobermåned for vår gruppe.

Löplabbet har gleden av å gi alle studenter tilknyttet NTNU 20% rabatt på våre produkter.



LÖPLABBET®

 Löplabbet • O₂ Sport Trondheim AS • Kjøpmannsgt. 36
7011 Trondheim • Tlf.: 73 80 82 22 • Fax: 73 80 82 23
Org.nr: 985 618 739 MVA • trondheim@loplabbet.no

Opp med farten, det er rabatter å få hos Löplabbet!

Student-tilbud

Året rundt får du som student

15% fast rabatt

på de fleste varer vi fører, i forhold til veil. priser

Unntak:

På sykler og pulsklokker gis det 10% rabatt på veil. priser

På Norrøna gis det 15% rabatt på veil. priser

NB! Det gis ikke rabatt på tilbudsvare.

Gyldig studentbevis må fremvises for å oppnå rabatt.

Hank Sport's visjon er å være

BEST PÅ SYKKEL OG SKI

Vi satser på å kunne tilby riktig sykkel og ski utstyr til alle kategorier syklister og skiløpere

www.hanksport.no



Slik finner du oss på Moholt:



Badminton: 19. november.
Årsmøtet nærmer seg, og med det valg av nytt styre.

Dykking: 21. november.
Dypet har herved gleden av å invitere alle medlemmer til årets grøttest! Premie til den som finner mandelen i grøten.

Friidrett: Nå begynner innendørstreningene. For den som lurer på hvor sprintbanen ved Leangen ligger, er det kart på gruppas hjemmeside.

Håndball: Grappa minner om at påmeldingen til Studentlekene er i gang.

Judo: 21. november.
Dette er den nye datoen til årets pilscup.

Koiene: Grappa har en lavvo som rommer ca 10 mann til låns. Den har ikke bunn, og passer derfor dårlig i blautmyra.

Koiene igjen: Neste koiemøte blir hos Sivert 16. november i Elgsetergate 33 kl 19.30. Hvis du er litt nysgjerrig på hva vi driver med så er dette en ypperlig mulighet til å finne ut av det, alle er velkomne.

Ridning: 17. november.
Temakveld med Bente Fremo om natural horsemanship.

Roing: Grappa kjører sirkeltrening torsdager 17.00 Armfeldtsalen

Øki og fjell: 13. november
Årets turer er nå på nett, og blant de første er vedhogst på Nicokoia

Små baller: 13. november.
Fest på Studenterhytta for badminton, squash, bordtennis og tennis.

Studenterhytta: 21. november.
Julegilde med god mat og høy allsangfaktor på hytta.

Tenshi Tsume: desember
Grappa har hatt enorm pågang til nybegynnerkursene, og i desember blir det blir ny mulighet for å melde seg på kurs med oppstart i januar.

SJEKK GRUPPENES SIDER PÅ WWW.NTNUI.NO FOR DETALJER OM TID OG STED.

REDAKSJONEN



REDAKTØR/LAYOUT/
JOURNALIST
Stian Hansen



PÅTROPPEDE REDAKTØR/
JOURNALIST
Øystein Sporsheim



JOURNALIST
Petter Remen Hanssen



FOTO
Torbjørn Øvrebekk



FOTO/
JOURNALIST
Thomas Karlsen

Spørsmål og kommentarer til redaksjonen kan rettes til ntnui-ka@org.ntnu.no

