

## ***Tur-orientering i Frol i.l.***

*Denne oversikten er skrevet på grunnlag av egne og andres notater gjennom mange år, noe er også hentet fra boka "De første hundre år", som kom ut i 1988. I tillegg er det spedd på med egen" husk", så det kan ikke garanteres at alt er helt riktig gjengitt.*

### **1. Innledning-Begynnelsen.**

Når vi ser tilbake i møteboka for idrettslaget er det nevnt et orienteringsutvalg alt i 1946. Vi vet at Norges Orienteringsforbund ble stiftet 1. okt. 1945, så frolingene var tidlig ute. Noe særlig aktivitet var det ikke i åra framover.

Det var få eller ingen o-kart, og uten det ble det heller ingen orienteringsidrett.

I 1963 fikk imidlertid orienteringsutvalget fullmakt til å melde laget inn i orienteringskretsen, som forøvrig ble stiftet 22. des. 1945 i Verdal, den gang benevnt som Inn-Trøndelags o-utvalg.

I mars 1963 ble Frol il medlem av Norges orienteringsforbund.

På 1950-tallet og noe framover foregikk o-løp på fjellkart, N.G.O. kart, ofte i målestokk 1:100.000, senere 1:50.000. Den som begynte først i Frol il var Bjørn Bye, siden ble også Annar Berg med.

Bjørn Bye la ned et ufattelig arbeid i de første åra etter 1960. Han var oppmann, materialforvalter, kursleder, synfarer og arrangør. Han kan med rette kalles o-sportens far i Frol il. Som kursleder har Bjørn alltid hatt en egen evne til å få unger og ungdom i tale.

Naturlig nok var det også han som startet tur-orientering i Frol. Dette skjedde i mai 1971. Tur-orienteringa i Norge startet over hele landet på slutten av 1960 tallet og begynnelsen av 1970 tallet. Her i Nord-Trøndelag var Frol il ett av de lagene som var tidlig ute, det samme var Verdal O-klubb og Byafossen il. I Frol il fikk denne spesielle formen for orientering navnet O-Trampen. Tur-orienteringa kom i gang etter initiativ fra Norges Orienteringsforbund. (N.O.F.)

Målet den gang som nå var å få folket opp av godstolen og ut i skog og mark. Foruten helsegevinsten, var det også en nyttig sak, det å kunne ta seg fram i ukjent terreng med kart og kompass, noe som opprinnelig var en militær disiplin.

Som nevnt foran var det Bjørn Bye som startet O-Trampen. Aktiviteten i o-avdelingen økte gledelig på begynnelsen av 1970 tallet. I o-avdelingen har hele tiden de unge vært med og tatt ansvar. Slik var det også med O-Trampen der Vidar Venås fra Okkenhauggrenda og Johan A. Skjerve fra Mule nord-øst i Frol tok over ansvaret sammen med Hans Moltzau som hadde kommet til Frol i 1964 med starten av Nordenfjelske Treforedling A/S på Skogn. De to første karene var bare rundt 20 år, mens Hans var 15-20 år eldre. Det ble et langt og godt samarbeide de tre imellom helt fram til og med 1985, da Hans Lund fra Halsangrenda kom inn i stedet for Johan A. Skjerve. Det fine samarbeidet fortsatte videre sammen med Hans L. helt fram til år 2000, da han fikk "permisjon" for å ta videreutdanning ved Høgskolen på Steinkjer. Fra 2001 fikk "veteranene" Vidar og Hans M. med seg Jonny Sundsvik som leder, opprinnelig fra Overhalla, gift med Bente fra idrettsfamilien Hovdal i Frol. Fra våren 2003 har Hans Lund blitt med igjen, slik at turo-komiteen fra da teller fire personer.

Høsten 2004 gikk Jonny Sundsvik ut og Per Helge Vollmo kom inn som leder av komiteen fra sesongen 2005. Høsten 2005 har Hans Lund med fartstid fra 1986, og Vidar Venås som har vært med helt fra starten i 1971/72 gått ut av komiteen. Som nye har Per Bjørn Munkeby og Birger Olav Rotmo kommet inn. De er begge «ungdommer» sammenliknet med Hans Moltzau som enda er igjen av de «gamle».

Som en skjønner har det vært populært å være medlem av tur-o-komiteen, men vi er nå inne i et skikkelig generasjonsskifte. Som det går fram av det som er skrevet her, har det hele tiden fra først på 1970 tallet vært tre i denne gruppa, og som fra 1985 av har hatt benevnelsen tur-o-komite med leder som har vært medlem i avdelingsstyret.

Litt om hvordan tur-orientering foregår. Kort fortalt så går det ut på å finne faste o-poster som står ute i terrenget hele sommersesongen eller i deler av den. Det skal i det hele tatt være et opplegg som deltakerne kan være med på i sitt eget tempo, uten tidspress og stoppeklokke. Tanken er å forene det nyttige, kunnskapen om kart og kompass, med gleden av og ferdes i skog og mark, enten du er liten eller stor, ung eller gammel.

## **2. Deltakerkonvolutten.**

Deltakerkonvolutten har ikke forandret seg mye fra starten i 1971 og til i dag, år 2005, det 35.året. Den gang som nå inneholdt den det som var nødvendig av informasjon for å være med på O-Trampen. I konvolutten var fra begynnelsen instruksjonshefte, utklipp med postene på (kopi), kontrollkort og kart. Det meste av det som var i konvolutten fra starten av var kjøpt fra N.O.F. eller det var gratismateriale fra samme sted. Kontrollkortet var for eksempel et standardkort med ferdige postbeskrivelser, slik at vi måtte finne detaljer på kartet som passet til kortet.

Etter hvert som vi fikk tilgang til moderne kopieringsmaskiner, begynte vi å lage våre egne informasjonssider, blant annet ting vi skal akte å akte på ved ferdsel i skog og mark, enkle brosjyrer om bruk av kart og kompass, informasjon om båndtvang, regler for ferdsel over dyrka mark og annet aktuelt, som er verd å kjenne til. Ganske tidlig begynte vi å lage vårt eget kontrollkort, i første omgang i samme størrelse og layout som de ferdigtrykte fra N.O.F. Vi kopierte to stk tosidig på et A4 ark, og delte det i to. Slik fikk vi postene med beskrivelse og kontrollrubrikker på den ene sida, og plass til navn, adresse etc. på den andre.

Vi har hele tida hatt en rubrikk på kontrollkortet der vi har bedt om synspunkter fra deltakerne hva de synes om O-Trampen. Dette førte blant annet til at vi fra 1987 gikk over til kontrollkort i A4 format. Kortet slik det så dagens lys i 1987 er i hovedsak slik vi kjenner det i dag. Med A4 format fikk vi plass til alle nødvendige opplysninger på kortet som skulle til for å kunne gjennomføre tur-o-turen. I tillegg var det bare å ha med kart med påtegna poster og kompass for sikkerhets skyld. I korte trekk finnes på kontrollkortet i dag: Postene med beskrivelse og poeng for hver enkelt post, oversikt over hvilke poster som er på hvilke kart, perioden de er ute i terrenget og oversikt over sum poeng på perioder og kart. Videre finnes det oversikt over merkekrav, diverse reklame og plass for navn, adresse og alder, samt at siste frist for innlevering av kort om høsten er med.

Det er også med litt opplysning om Kaffeposten, Hårskalltrampen og O-Sjuern. Ikke minst viktig er det at telefonnr til alle i tur-o-komiteen står på kortet, slik at noen kan kontaktes ved feil på poster eller annet som deltakerne ønsker å få oppklart i løpet av tur-o-sesongen.

Tur-o-materiell, kart og kontrollkort, tåler regnvær og våt skog dårlig. Det har derfor vært nødvendig for tur-o-folket å skaffe seg skikkelige kartmapper eller plastlommer som skal holde en hel sesong. Det å trykke kart på vannbestandig materiale går an, men blir for dyrt. Kontrollkortet har imidlertid blitt kopiert på vannbestandig materiale fra 1989. Fra 1994 er kortet trykt hos Levanger-Avisa eller Levanger Trykkeri (Innherred Grafisk A/S fra 2005). Også deltakerkonvolutten slik vi kjenner den i dag, har vi fått trykket hos det samme trykkeriet siden 1992. Levanger Trykkeri /Innherred GRAFISK A/S har i alle år vært en fin samarbeidspartner for o-avdelingen i Frol il.

Noe som har forandret seg i løpet av årene, er antall kart i konvolutten. Fra starten var det bare to, mens det i dag er vanlig med fire eller fem. Hele tiden fra starten av og fram til og med 1986, måtte tur-o-deltakerne tegne postene på kartet selv, etter et kopiert ark i svart hvitt, vedlagt konvolutten. Et kartutsnitt på ca 3 x 3 cm viste på hvilken detalj hver enkelt post var

plassert. Det å finne den riktige detaljen på det opprinnelige kartet var et møysommelig arbeid for mange, men også fin karttrening for turene utover hele sesongen.

Fra 1987 begynte tur-o-komiteen å trykke på en del av postene. Dette året trykket vi på 40 poster på de forskjellige kartene, året etter i 1988 kom vi fram til den postsammensetningen vi har i dag med 45 faste poster, som blir trykt på kartene og 20 månedsposter som deltakerne må tegne på selv. Med den raske utvikling vi ser på kartfronten i dag, med digitalisering av kart og gode nye fargeprintere, er det snart mulig å legge inn postene på kartgrunnet og printe ut det antall kart en måtte trenge, like billig som å trykke kartene på et trykkeri og etterpå sette inn postene med løype-påtrykkingsmaskin, den berømte "mulla."

Hva har så deltakerkonvoluttene kostet tur-o-folket? Det har hele tiden vært tanken at den skal ligge på et rimelig nivå. Som en vil se av noen betraktninger under avsnittet om Kart, så har prisen for et o-kart steget helt enormt fra 1970 og fram til i dag. Det kan nevnes her at Frol il.s første moderne kart, "Buran/Ratåsen" som ble ferdig i 1968, hadde en kostnad på ca 6500 kr. Kartet "Buraunet" som ble ferdig til NM- Jr i 1992 kostet ca 204.000 kr. Det er derfor en helt annen enhetspris for et kart i dag enn den gang for mer enn 30 år siden. Dette tilsier også at prisen på tur-o-konvoluttene har måttet gå opp siden starten. Prisen på utmerkelse, merker og plaketter, er også en helt annen enn den gang. I dag koster et tur-o-merke kr. 12,50, mens en plakett koster kr. 180,00.

I de siste årene har vi også betalt en avgift av hver solgte konvolutt til N.O.F. (20 kr pr. konvolutt). Alt dette tatt i betraktning er nok prisen for konvoluttene i dag heller rimeligere enn i 1971, da den lå på 20 kr, mens ekstra kort kostet 5 kr. Prisene siden har sakte utviklet seg i takt med prisnivået for øvrig. Noen tall vil illustrere dette. Slutten av 1970 tallet: konvolutt 25 kr, ekstra kort i tillegg 5 kr. 1982: konvolutt 30 kr, ekstra kort 5 kr. 1983: konvolutt 40 kr, ekstra kort 5 kr. 1984: konvolutt 40 kr, ekstra kort 10 kr. 1988: konvolutt 50 kr, ekstra kort 10 kr. 1990: konvolutt 70 kr, ekstra kort 10 kr. 1992: konvolutt 100 kr, ekstra kort 10 kr. 1995: konvolutt 100 kr, ekstra kort 20 kr. 1999: konvolutt 120 kr, ekstra kort 20 kr. 2002: konvolutt 150 kr, ekstra kort 20 kr. 2003: konvolutt 150 kr, ekstra kort 30 kr. ,det samme er prisen i 2004 og 2005. Konvoluttene er i hovedsak solgt gjennom sportsforretningene i Levanger.

### **3. Postmateriell.**

I opplegget som ble lansert av N.O.F. på slutten av 1960 tallet kunne nødvendig materiell kjøpes derfra til rimelige priser, mens noe var gratis. Postskjermene som de hadde var av en solid plastkvalitet, en firkant i hvitt og rødt med solide maljer i hjørnene for å kunne festes med snorer mellom trær eller kvister. I tillegg ble det brukt klippetenger, hengt opp i nylonsnøre for klippek kontroll. Disse "ståltengene" ble forøvrig brukt i mange år, både i den aktive o-sporten og til tur-orientering.

I Frol il har det som nevnt foran vært unge og flinke medlemmer som tidlig har tatt ansvar. Ideer til å gjøre ting selv har aldri manglet. Det ble derfor tidlig i O-Trampens historie laget postskjermer eller plater i egen "design". Vi som har vært med mange år husker at hardvedplater ble saget til i størrelse ca 40 x 40 cm på gården hos Johan A. Skjerve. Disse ble så malt i o-flaggets farger etter alle kunstens regler. Så ble det boret hull øverst og nederst og satt i solid nylonsnøre, helst i oransje farge. Det er brukt mye slikt tau opp gjennom årene. I starten av O-Trampen hadde vi totalt 60 poster, fordelt på 3 perioder. Derfor greide vi oss med 20 slike plater. I tillegg måtte det være 60 nummerlapper i størrelse ca 10 x 10 cm. Disse ble laget av samme materiale, malt i en lysere farge og påmalt nr fra 1 til 60. Så ble disse festet til neddelen av den store plata med nylonsnøre og klippetanga i enden. Da vi fra 1980 gikk over til 2 perioder måtte vi lage 10 postplater til. Som en skjønner var det travle tider de dagene vi flyttet poster, lette var de heller ikke, så det var opphold i O-Trampen noen dager da. Når vi kjenner til hvordan trønderværet kan arte seg også om sommeren, skjønner en at det ble slitasje på postplatene. Hvis de fikk skader i kanten begynte de å trekke vatn, så det var viktig

med vedlikehold. Vi som var med i den tida kan huske at noen var tunge som "bly" når de ble tatt inn om høsten. Det var ikke alle det gikk å bøte på, så regelen ble å lage noen nye hvert år. Det kom mange ideer om "nye" plater på 1980 tallet. Det måtte være noe som var mer holdbart i vær og vind, ikke minst på fjellet. Før sesongen i 1989 fikk vi laget metallplater i størrelse ca 35 x 35 cm hos blikkenslagerfirmaet Langnes & Bakkan. Platene ble påført skikkelig grunning først, før de ble malt i o-flaggets farger, rød/oransje og hvitt. Arbeidet foregikk i kjelleren på Rådhuset, Levanger. Som en morsomhet kan nevnes at det morgenen etter «grunningsmalingen» ble stor oppstandelse i rådhuset. Noen trodde at sniffere hadde vært inne i gangen om natten. Riktig så ille var det ikke, det var bare Vidar og de to Hans'ene som holdt på å male plater.

Etterpå ble det boret hull på to sider, slik at platene kunne henges opp i snor både oppe og nede. På grunn av det "harde" materialet ble det satt metallanker i hullene for å spare nylontauet. Mye av dette arbeidet ble gjort heime i verkstedet hos Hans Lund i Halsan, der vi hadde depot i mange år. Samtidig gikk vi over fra de gode gamle "ståltengene" til nye moderne stifteklemmer som etter hvert hadde danket ut klippetengene. Stifteklemmene er laget i hard plast, og er både lette og sterke. De gamle tengene har gått ut av produksjon og "stålet" rustet også opp etter hvert, så de som finnes tilbake hører o- museet til.

Enkelte har gitt uttrykk for at de likte de gamle tengene bedre, fordi det skulle mindre kraft til for å sette hull i kontrollkortet, dessuten er kanskje stifteklemmene litt vanskeligere å "treffe" i riktig rute med. Likevel må en kunne si at det "nye" postmateriellet har blitt godt mottatt, og greier seg bra etter mer enn 10 år i bruk. Noe maling og skifting av nylonsnøre blir det hvert år, men det er stort sett bare på fjellpostene, som har det tøft i vind og vær.

#### **4. Postplassering, Postantall og Perioder.**

##### *Postplassering.*

Postdetaljer og avstand mellom postene har hele tiden vært et tema til diskusjon i tur- og komiteen.

I begynnelsen var det nok en tendens til å legge tur- og postene på noe vanskelige detaljer. Det ble også tenkt litt lite på tilgjengelighet for de minste og kanskje også de eldste som ikke var så lett på foten lenger. Avstanden mellom postene var ofte heller dryg, så det kunne bli lange turer, spesielt om det ble litt bomming. For mange av de som begynte med O-Trampen var dette det første møtet med kart og kompass. Det er blitt sagt at de trofaste o-tramperne er laget av «solid materiale» som holder ut i år etter år med bløte myrer, våt skog, mygg, flue og klegg. Likevel var det tydelig at vi etter et noenlunde stabilt deltakerantall fra starten i 1971 og fram mot 1978 på rundt 200, fikk et skikkelig tilbakeslag i oppslutning i årene 1979/80/81 med bare vel 100 deltakere årlig.

Det var tydelig at det måtte tenkes "nytt". Det ble gjort flere ting i årene 1981/82 som skulle bringe O-Trampen mot nye høyder. Når det gjelder postplassering gikk vi bevisst inn for en "oppmykning". Det var nok greit med vanskelige poster, og poster langt av lei for aktive o-løpere, men det var helt andre grupper som utgjorde det store flertallet i O-Trampen. Vi gikk derfor bevisst inn for å samle postene mer i samme område av kartet, samt at vi la opp til naturlige runder i terrenget, der det gikk an å bryte av runden og likevel kunne ta poster på vegen tilbake til utgangspunktet. I tillegg ble en del av postene lagt på detaljer med utsikt over terrenget, og der det var fint å raste. Det er ingen tvil om at dette falt i god jord hos de fleste. De som ville ha langturer fikk dette i rikt monn på fjellkartet, der det ble mulighet til å strekke ut for de aller sprekeste. I ettertid ser vi at fjellpostene har blitt en svært populær del av O-Trampen for nesten alle som er med.

##### *Postantall og Perioder.*

Da O-Trampen startet i 1971 hadde vi totalt 60 poster, så det var fra starten nesten like mange som i dag, da vi har 65. Fra starten og fram til 1980 hadde vi postene ute i tre perioder som nevnt i forrige avsnitt. Det sto ute 20 poster i hver periode, såkalte vår, sommer og høstposter.

Det ble derfor flytting av poster to ganger om sommeren, så det ble noen ”hviledager” for tur-o-folket i flyttesjauen. For arrangørene var det hektiske dager.

Fra året 1980 gikk vi over til to perioder, første periode fra våren og til midten av juli, siste periode fram til slutten av oktober. Det ble da bare en gang å flytte postene om sommeren.

Fra 1987 har de ”faste” postene stått ute hele sesongen. Samtidig gikk vi over til å trykke 40 faste poster på kartene. I tillegg kom begrepet månedens poster inn, 25 poster fordelt på mai, juni, juli, august og september. Dette skulle være et tilbud til de ivrigste, og i utgangspunktet noe vanskeligere o-teknisk. Alt i 1988 ble det endret litt på dette, da 45 poster ble trykket på kartene. Månedens poster ble endret til 20 og juni måned ble den første med månedposter.

I begynnelsen stod månedens poster bare ute i sin respektive måned. Fra 1997 av har de stått ute ”sin” måned og videre ut hele sesongen. Dette er det opplegget vi også har i dag, år 2005. Under avsnittet om PR vil det bli nevnt litt om markedsføring av O-Trampen.

Her kan de nevnes at vi i samarbeid med Trøndelagsbanken ( Bøndernes Bank/ Forret-banken) i årene fra 1986 og noen år framover ga ut en liten brosjyre med 5 av postene i ”Børsåsen”, der et kartutsnitt viste terrenget rundt posten. Disse postene var lette å finne, og gikk for øvrig inn i den ordinære O-Trampen. De som leverte brosjyren i banken, etter å ha klippet i kontrollrubrikken, ble med i trekningen av en weekend-tur, i tillegg var det en del trøstegevinster. I 1989 var disse postene rundt Skallstuggu på orienteringskartet

”Hårskallen”, som kom ut i 1984. Dette var et populært tiltak, og var kanskje med og bidro noe til at oppslutningen om O-Trampen begynte å stige skikkelig fra 1985 og framover.

Til slutt kan nevnes at vi i år 2000, da O-Trampen hadde nådd 30 år, satte ut en jubileumspost på fjellkartet ”Hårskallen”. Denne posten ble plassert ved Fersoset og fikk nr. 66. Dette var et populært tiltak som vi har fortsatt med i årene etterpå. Selv om dette er skikkelige langturer til ulike kjente turmål er det mange som tar turen også med små barn, og da som 2 dagers tur med overnatting i telt.

## 5. Kart.

Som nevnt i innledningen stod o-sporten nærmest i stampe mange steder i nærmere to tiår etter freden i 1945, fordi det ikke fantes brukbare kart. Det begynte å løsne litt i vårt område fra 1962/63. Det første ”ordentlige” o-kartet i Levangerdistriktet kom disse årene, det såkalte lærerskolekartet som dekket deler av Frol og Skogn i området Tvårråsjøen – Halvardåsen.

Dette ble benyttet av hele Levanger Kommune slik vi kjenner den i dag, og ble fort ”utløpt”. I Frol begynte arbeidet med kartet ”Buran/Ratåsen” omkring 1964-65. Kartet dekket området øst for Fjellvegen, helt inn mot Buran hos Tore A. Berg. Østlig begrensning en linje omtrent nord-syd mot Gjeldsåsen, sørlig begrensning vegen innover til Ulvesvollen. Dette var et moderne o-kart i målestokk 1:15.000, ekvidistanse 5 m. Det var dette kartet, samt kartet over ”Børsåsen” som var med i tur-o-konvoluttet det første året i 1971. Det kan nevnes her at

”Børsåsen” der mange O-Tramperne i Frol har tatt sine første nølende turer med kart og kompass, i starten tilhørte det som den gang het Inn-Trøndelag O-krets. Det var opprinnelig i målestokk 1:20.000, men ble i 1969/70 resynfart av Bjørn Bye og gitt ut i målestokk 1:10.000. I dag vet vi at dette kartet er i målestokk 1:7.500. Kartet ble overtatt av Frol il i 1978. Tur-o-folket i Frol har hele tiden fått gleden av å lete etter poster på nesten nye og gode o-kart. Som regel har det vært et nytt kart i deltakerkonvoluttet året etter at det ble utgitt.

Mange av kartene i Frol il har vært utgitt i forbindelse med større arrangement. Slik kom kartet ”Storlivola” i 1972, da Frol il arrangerte bl.a. trøndersk mesterskap. Dette kartet kom med i O-Trampen fra 1973. Vi skal her nevne de viktigste kartene som tur-o-folket i Frol il har kommet i kontakt med fram gjennom alle disse årene.

I 1974 ble kartet ”Gjeldsåsen” ferdig. Som navnet tilsier befinner Gjeldsåsen seg omtrent midt på kartet. Kartet hadde med seg deler av ”Buran/Ratåsen” vest på kartbladet, i øst finner vi Byahøgda og Skjetholvola, hele 611 m o h. Dette var et fint område for tur-o-poster i flere år. Det kan også legges til at det var et fint molteområde, hvorfra mange kilo fin molte er båret

heim til bygda.

I 1976/77 fikk Frol il laget et særtrykk av N.G.O. kart med Reinsjøen som midtpunkt. Kartet var i målestokk 1:50.000, ekv. 20 m., og dekket i store trekk samme området som vårt fjellkart i dag. Kartet fikk også navnet "Reinsjøen" og poster på dette kartet ble starten på de populære fjellpostene som vi også har i dag, i år 2005. Dette kartet var bare i tre farger, blått, brunt/svart og grått.(skogen).

I 1981 arrangerte Frol il sitt første NM i orientering sammen med Verdal OK. Det var senior-NM med individuelt og stafetter. Så det året så "Kvinnfjellet" dagens lys. Det var et kjempekart i arealdekning og et enormt arbeid lå bak. Kartet dekket området fra flatbygda i Verdal og sør til Tromsdalen, i vest Buran og helt over mot svenskvegen i øst. Dette området var et "skikkelig" o-terreng og kanskje ikke så veldig populært hos noen O-Trampere. Det var mye busk og kratt i lågere strøk, blaute myrdrag, stup og skrenter over alt. Men de som var med da det var post på Kvinnfjell-toppen fikk oppleve en fantastisk utsikt.

I 1984 ble orienteringskartet "Hårskallen" ferdig. Dette kartet var i mange år flittig brukt i tur-o-sammenheng. Det hadde Vulusjøen og Skallstuggu midt på kartet, med mye fint tur/fjellterreng i alle himmelretninger. Her var det mulighet for fine tur-o-turer, og med fin utsikt nesten uansett postplassering.

Et annet kart som er brukt mye i O-Trampen er "Banmyra", som kom ut i 1988. Dette blir mer i "nærområdet" vårt og lett tilgjengelig. Kartet dekker skogområdet øst for Gjetsete hos Johan A.Skjerve, mot skytebanen og over til Rinnelva, i nord mot Salthammer og i sør Okkenhaug. Kartet var opprinnelig i målestokk 1:15.000, men er senere (år 2000) gitt ut i målestokk 1:10.000. Området har svært variert vegetasjon, fra fine furukoller til busk og kratt av verste sort. Tur-o-folket har likevel hatt mange fine turer her.

Året etter i 1989 ble "Storåsen" ferdig. Dette er også et kart som ligger "nede" i bygda. Når vi kjører oppover mot Okkenhaug, reiser Storåsen seg opp over Munkebygdene, og en har fin utsikt fra toppen som ligger 350 m over havet. Kartet er mest brukt til månedsposter. Det bør også nevnes at det er et område med mye fin tyttebær om høsten.

Etter et stort forarbeide helt siden 1984, med Vidar Venås i spissen, kom turkartet "Hårskallen" med i O-Trampen for første gang i 1991. Det var et prøvetrykk og det var 15 poster satt ut første året. Kartet kom i sin første offisielle utgave i 1992, i målestokk 1:30.000 og ekvidistanse 10 m. Når det gjelder farger er det som et moderne o-kart, svart, blått, brunt, grønt og gult. Dette ble noe helt annet å orientere etter, enn "Reinsjøen". Neste utgave av kartet kom i 1998. Da ble det også tatt utsnitt av kartet i A4 format, nettopp for å bruke i O-Trampen. De mest kjente av disse ut-snittene er "Kammarn", "Skallporten", "Per Gubb" og «Heståsdalen» (lite brukt). Disse tre dekker storparten av det mest populære turområdet i Frolfjellet.

De kartene som O-tramperne fra de senere år kjenner godt er 1. utgave av "Buraunet" som ble ferdig til NM Jr. i 1992, og "Vulusjøen" som kom til NM Natt i 1995. Dette er kart helt etter "ny" norm og som dekker både gamle "Buran/Ratåsen", "Storlivola", deler av "Gjeldsåsen" og "Hårskallen". Kartet "Buraunet" kom før øvrig i ny revidert utgave i 2001 til Midt-Norsk Mesterskap. Dette kartet er trykket både i målestokk 1:15.000 og 1:10.000. Det kan nevnes her at området nord for vegen fra Ulvesvollen til Gjeldsåsmyra nå er sperret, fordi Frol il og Verdal OK har fått arrangementet av Hovedløpet i 2006.

Nede i bygda har det blitt mange nærkart de siste år. Her skal nevnes de som det har vært poster på i O-Trampen. I 1995 kom kartet "Halsan", skogområdet øst for Halsan Skole, avgrenset av dyrka mark både mot nord og sør. Kartet er i 2004 forlenget østover mot Langåsdammen. Det var faste poster på kartet i flere år, inntil mye av skogen ble hogd ut i den vestre delen av kartet. Så kom kartet "Staupsmarka" i 2000. Dette er det bratte området vest for Staup, med helling ned mot Eidsbotn, avgrenset av dyrka jord mot nord. I dette området finner vi Arboretet med mange både kjente og ukjente busker og trær. Augustpostene

var plassert der både i år 2000, 2003 og junipostene i 2005. Året 2001 var augustpostene plassert på kartet "Koyabekken". Dette kartet dekker bygdeborgen Halsteinen, så der er vi er på historisk grunn, videre hele tettbebyggelsen i Momarka og deler av Høgberget, med toppen 140 m.o.h. For 2002 ble augustpostene lagt til "Røstad", friområdet rundt Høgskolen, en perle ved Trondheimsfjorden. Dette kartet kom ut i 2001 til Midt Norsk Mesterskap - Sprint. Alle disse nærkartene er i stor målestokk, 1:5.000 eller enda større. I 2003 ble kartet "Elgåsen" ferdig. Det er et fint o-terreng som ligger øst for vegen ved Skogset i Frol. Mot nord grenser det til innmarka ved Gustad-gårdene, mot sør til vegen innover til Buran og østover innmarka sør for gården Elgåsen. Kartet er i målestokk 1:10.000 og her blir det kanskje fremtidige o-nøtter å knekke for tur –o folket. Som nevnt over, kom "nye" "Halsan" ut i 2004. Der var junipostene (5 stk.) plassert i 2004. Kartet går nå som nevnt helt østover til Langåsdammen, sjøl om det er ganske smalt mellom innjorda enkelte steder. Det har i de siste årene blitt lagt mer vekt på at orienteringen må komme ut av "skogen", og bli mer synlig. Det er kommet mange positive tilbakemeldinger på poster i nærmiljøet, ikke minst fra familier med små barn.

Som avslutning når det gjelder kart, bør det nevnes at kartproduksjon hele tiden har vært en møysommelig prosess. Mye forenkling har det likevel blitt med den såkalte digitaliseringen. Det er enklere å overføre endringer som skjer i terrenget til kartgrunnlaget, likeså har det kommet gode fargeprintere som i en viss grad kan erstatte trykte kart, sjøl om dette fremdeles ikke er helt "stuerent", sett fra sentralt hold. Grunnarbeidet, fotografering, konstruksjon og synfaring må likevel gjøres som før. Det ble nevnt foran at første utgave av "Buraunet" i 1992, kostet ca 204.000 kr. Normalt er det å få dekket 1/3 av kostnaden med tippemidler. Veiledende salgs pris for et enkelt kart av "Buraunet" er i dag (år 2005) 31 kr.

## 6. Fjellposter og kaffepost

Som nevnt under forrige avsnitt fikk vi i 1976 laget et særtrykk av N.G.O. kart, kalt "Reinsjøen". Da ble de første fjellpostene satt ut. Siden har de vært med i alle år, og har blitt en svært populær del av O-Trampen. For mange er nok turene i fjellet en høstdag i fint vær toppen av naturopplevelse. Det har vært målet til tur-o-komiteen å legge noen av disse postene på kjente plasser i fjellet, så de som har vært med i mange år, har blant annet vært på mange av de gamle setervollene. Noen av disse hører til gårder i Skogn, andre har sin tilknytning til Verdal, men de aller fleste hører til gårder i gamle Frol kommune. Til sammen er det omkring 30 gamle voller i det vi kaller Frolfjellet.

Først på 1980 fødtes tanken om det vi i dag kaller "Kaffepost", en søndag på forsommeren da tur-o-komiteen serverer saft og kaffe med noe attåt på en av fjellpostene. Siden starten i 1984 har dette blitt en suksess, der tur-o-folket har møtt mannsterkt opp nesten uansett vær. For det skal ikke underslås, det har vært "mye" vær enkelte år, med regn, vind og til og med sporsnø. Andre år har det vært nesten tropevarme og mest passende med joggesko og shorts.

De plassene det har vært kaffepost på siden 1984 er regnet opp nedenfor:

1984 – Nedenfor Salthåmmårsfossan	1993 - Storlivollen
1985 – Kammarsalen	1994 – Tynesvollen
1986 – Skalltjønna, (sørenden av tjønna)	1995 - Heståtangen
1987 – Mulbustan, (øvre vollen)	1996 – Kammarvollen
1988 – Roknesvollen	1997 – Mulbustan, (1. gang 1987)
1989 – Reebustan	1998 – Salthåmmårsvaet (ved nybrua)
1990 – Rinnbustan	1999 – Davebustan, (1. gang 1992)
1991 – Kløvibustan	2000 – Reinsjøen, (nord-vestre enden)
1992 - Davebustan	2001 – Kammarvaet (ved minnestein)
	2002 – Reebustan (1. gang 1989)
	2003 – Salthåmmersvollen

## **7. PR. og Markedsføring.**

Den første brosjyren om O-Trampen laget vi alt i 1977. Dette året tok deltakerantallet seg opp igjen og kom godt over 200. Som nevnt foran under punkt 4. om poster osv. er det nevnt litt om markedsføring i samarbeid med Trøndelagsbanken på midten av 1980 tallet.

I 1982 laget vi en ny fin brosjyre som var fullstappet av god PR. for O-Trampen. Siden den gang har det nærmest vært en brosjyre hvert år. Brosjyren de første årene var ganske "hjemmelaget" og ble produsert på kopimaskin. Opplagene var omkring 3000 i enkelte år, så det var mange postkasser å besøke på våren. Det er likevel ikke tvil om at markedsføringen gjorde at tur-o ble godt kjent etter hvert. I 1988 var Frol il 100 år. Dette året ble det gitt ut en ny og profesjonell brosjyre, forøvrig i samarbeid med Fokus Bank som den nye banken etter hvert ble hetende. Den var et resultat av fusjon mellom Bøndernes Bank og Forretningsbanken, som i ei tid het Trøndelagsbanken, før det ble Fokus Bank slik vi kjenner den i dag. I dag er den forøvrig en del av Den Danske Bank, men har beholdt navnet sitt. Den har for øvrig vært o-avdelingens bank helt til 2001 da det ble vedtatt å gå over til Gjensidige Nor Bank.

I 1992 sendte tur-o-komiteen ut et PR.skriv til alle hytteeierne i Frol Bygdealmening og Reinsjø Statsalmening der det ble reklamert for tur-o, det nye fjellkartet "Hårskallen" og for "Skallstuggu", Frol il's påbygde storstue på fjellet. Det ble arrangert en tur-o-dag ved "Skallstuggu" den 9. mai dette året.

Fra 1996 kom det en ny og fin brosjyre med bilde av "Hårskallen" i vårdrakt på ene sida. Den ble trykket på Levanger Trykkeri (Innherred GRAFISK A/S) og det er Skuggsjå som har vært ansvarlig for foto og formgivning. Siden har den blitt brukt med de endringer hvert år som har vært nødvendig.

Av mer sporadiske PR.framstøt kan nevnes stands på Levanger Torg i forbindelse med torgdager på forsommeren, det samme på Magneten sist på 1980 tallet. I 1990 sendte tur-o-komiteen ut PR.brosjyre til klubber, lag og bedrifter i hele Levanger Kommune.

Den jevnt økende oppslutning det har vært om tur-orientering i Frol il helt siden midten av 1980 tallet med et antall på rundt 200, til de siste år med ca 480-500 tur-o-folk i alle aldre, har nok sin årsak i mange ting.

PR. er en ting, oppmjuking av postplassering en annen. Mer bruk av nærkart og gode kart i det hele tatt, har sikkert også spilt inn.

En ting som tur-o-komiteen er godt oppmerksom på er den fine goodwill vi har fått og fortsatt får i fornøyde deltakere, og som kanskje er de beste ambassadører for verving av flere tur-o-deltakere. I dag er opplegget vårt kjent i hele Innherred og vi har deltakere fra nabobygder og folk med tilknytning til Frol som bor helt i Trondheim.

## **8. O-Tramperne og "Lønn for Strevet"**

Hvem er så alle disse som bruker mye fritid i sommerhalvåret på leting etter rød/hvite o-poster i skog og fjell ? Det er ikke gjort noen vitenskapelig undersøkelse på dette, men siden det finnes alder på alle som leverer inn kontrollkortet om høsten er det lett å danne seg et bilde. Alderssammensetningen noen tilfeldige år er tatt og sammenliknet og det er en forbausende likhet. De yngste er noen måneder - i bæremeis med mor og far, og de eldste nærmere 90 år -



på egne bein ofte med staver. Vandre-staver har for øvrig blitt en god mote, og på alle måter en positiv en, først ute i Europa, nå også i Norge.

Her er ”statistikken” :

Alder fra 0-19 år, 30/35 %, Alder fra 30-49, 30/35%, Alder fra 50-69, 25 %. Til sammen er dette rundt regnet 85 %. Resten ca 15 % fordeler seg omtrent likt på gruppen fra 20-29 år, og 70-90 år med 7-8 % på hver. Færrest deltakere har vi i gruppen 20-29 år.

Hvis vi sier at 0-19 år er barn, 30-49 er foreldre og 50-69 er besteforeldre og de over 70 er enslige eller beste/oldeforeldre, så blir tur-orientering en typisk ”familiesport”. Dette blir også bekreftet når vi om våren ved åpning av O-Trampen har sett 4 generasjoner møte opp til kaffe, saft og boller. Det er helt tydelig at O-Trampen har en sosial funksjon og vi tror en stor helseeffekt. Gode vennskap har blitt knyttet og mange har gått sammen på ”jakt” etter postene i årevis.

Den offisielle premiering for tur-o-folket er merker og plaketter. Kravene til merker og plaketter har endret seg lite siden starten. I mange år nå har kravene vært slik:

Gullmerke – 500 poeng. Sølvmerke – 300 poeng. Bronsemerke – 200 poeng.

Etter 5 år med gullmerke - Bronseplakett, etter 10 år – Sølvplakett, etter 15 år – Gullplakett, etter 20 år – 20 årsplakett, etter 25 år – 25 årsplakett, etter 30 år – 30 årsplakett, osv.

I mellomliggende år blir det gitt diplom, slik at en kan få merket av samme valør bare en gang.

For øvrig har det vært gitt premier til beste o-familie, de med flest gullmerker et enkelt år.

Likeså til eldste og yngste deltaker og største o-familie i antall medlemmer. Dette var ekstrapremiering i noen år i O-Trampens begynnelse, på 1970 tallet. De som ikke har slått i stykker disse fine håndmalte skålene av Eli Anne Tiller, har dem sikkert på veggen enda.

I dette avsnittet er nevnt Åpningsdagen om våren, tradisjon tro er det i Børsåsen, med mye blåveis og kvitveis over alt, trær i vårdrakt og fuglesang. Her blir det kokt kaffe på ”stubbe”, mikset saft og servert boller og kjeks til. Dette er et arrangement som ofte har samlet 150 deltakere på fine vårdager.

Kaffeposten på fjellet på forsommeren er etter samme opplegg og nevnt foran under avsnitt 6.

Siden 1983 har det på høsten vært en felles avslutningskveld for sesongen, der o-avdelingen inviterer til felles hygge for tillitsvalgte, store og små aktive, og ikke minst for tur-o-folket i alle aldre. Dette har blitt en fin tradisjon med utdeling av innsatspokaler, medaljer fra klubbmesterskap og merker, diplomer og plaketter til alle de som har deltatt på tur-o gjennom sesongen. I tillegg er det underholdning, utlodning og ikke minst er det satt av tid til kaffe og kaker med trivelig prat for store og små.

## **9. Avslutning.**

Tilbakemeldinger tur-o-komiteen har fått gjennom årene, viser at tur-orientering kan være en fin måte å koble av fra en mer og mer stresset hverdag. De fleste har kommet utenom de gamle ”opptråkka” stiene og funnet fram til nye fine plasser i skog og mark. At de i tillegg til naturoplevelsen har fått bedret både fysisk og psykisk helse er også et pluss.

Det er et stort tema i våre dager at mange, både barn og ungdom, fra 13 års alder, generelt blir i dårligere fysisk form. Den naturlige leken og utfoldelsen stopper opp med barneårene. Siden er det bare noen få som er svært aktive, mens det store flertall ikke har noe å ”finne” på. Det hadde vært å håpe at en kunne nå fram til noen av disse med tur-o tanken. Dette særlig når vi vet at mange av våre beste o-løpere har blitt tatt med ut i skogen av foreldrene som små, og på den måten fått øynene opp for den fantastiske fine idretten som «skog - sporten» er. En idrett som kan drives så lenge du kan se og gå, og som gir like stor glede i eldre som i yngre år.

I dag opplever vi i Frol il en gledelig stor oppslutning om o-idretten, med mange talenter, der flere ser ut til å komme svært langt med idretten sin. Oppslutningen er nok i første rekke et resultat av langsiktig og godt arbeid fra o-avdelingens gode ledere gjennom mange år, men det er også fint å se at flere familier har kommet inn via den forsmaken de fikk av o-idretten gjennom deltakelse i O-Trampen.

Denne oversikten håper jeg har gitt et lite innblikk i arbeidet med tur-o i Frol il gjennom mange år. Det har vært ei utrolig fin tid som «forfatteren» har satt stor pris på. Jeg tror ikke det har blitt vekslet et skjevt ord mellom oss i alle disse årene, derimot sitter vi igjen med mange fine minner og ikke minst flotte turer i skog og fjell. Om det ikke er mer enn 35 år siden det startet så var alt litt mer tungvint den gang, ikke minst har alt blitt mye enklere i dag med «datahjelp» på de fleste områder.

Hans Moltzau, desember 2005.

# Deltakere O-Trampen 1971-2005

