

ALENE MED DET BESTE:

FISKEBENNERN



ORGAN FOR SKI – NORDISK NR 4 – 2008, SPESIALTUGAVE I FORBINDELSE MED TRENINGSSAMLING I ÅRE LAGET AV NOEN UTEN ANSVAR...



BARMARKSSAMLING I ÅRE

GJØR KLAR TIL TRENING

HVORFOR VIL IKKE NSF HA OSS?

HVEM VINNER SAMLINGA?

NYTT FJES: LES OM MAJA SOLLI



Denne utgaven har følgende innhold

Leder'n har ordet	3
Hvordan tør NSF?.....	4
Åpningsrenn i Bruksvallarna.....	5
Trenerteamet for sesongen 2008/2009	6
Heidi Holm	6
Christian Sandvik	7
Ole Ivar	8
Nytt Fjes! Maja "Partygirl87" Solli.....	9
Oversikt over viktige datoer høsten 08.....	11
Åresamling for dummies	12
FB-cup – Samlingskonkurranse	14
Sportslig program for helgen.....	15
Bli kjentfesten.....	16
Ryktebørs'n	18
NTNUI-bekledning.....	19

Leder'n har ordet

Hu og Hei!

Da er høsten kommet over oss og elghufsstavene er nok en gang tatt fram. Tirsdagselghufs og frostrøyk er tegn på at vinteren kommer snart☺



Det er mye som skjer i langrennsgruppa fremover. Først er barmarkssamling i Åre, det ser ut til å bli et knallbra opplegg også i år. I oktober er det Arnefest og hjemmesamling før vi i november drar til Bruksvallarna og snøsamling. Takk til arrangementskomiteen (Ida, Jenny og Ole Thomas) som har jobba hardt med planlegging av dette. I desember står også årets første 5 mil for tur. Marka Rundt generalene Ove og Anders G. har store planer for denne begivenheten. Mitt tips fiskebeinsteknikken får kjørt seg i dette rennet. Årets våteste (?) eventyr Hu og Hei må heller ikke glemmes, det er 1. oktober det skjer. Gjem kartet og heng det på en sprek o-løper☺

Vil få benytte anledningen til å gratulere kommende NTNUIer Berit Gjelten og avtroppende NTNUIer Torbjørn Svanstrøm med 1. plass i Birkebeinertrippelen og 3. plass i Birkebeinerløpet i sine klasser. En av langrennsgruppas trenere fra Oslobyen gjorde og sine saker bra i løpet!

Da gjenstår det bare for meg å ønske god tur til Åre, jeg kommer sterkere tilbake på neste samling!

Hilsen
Styret v/
Leder Asgeir Kvam



Hvordan tør NSF?

Inntil sesongen 2003/2004 var det fritt frem for langrensløpere i Norge å delta i sr. NM. Sesongen 03/04 ble det for første gang satt deltakerbegrensning. Deltakerbegrensningen er maks antall FIS-pkt på siste offisielle FIS-pkt liste. Resultatet av denne begrensningen var at alle løpere som ville gå NM mer eller mindre ble tvunget til å gå åpningsrennene på Beito. Også renn i Norges Cup har FIS-status, så disse rennene kan også brukes som kvalifiseringsrenn. Om man ikke har mulighet til å delta i Norges Cup har man ikke mange muligheter.

Nytt av året er at det er satt begrensning til deltagelse på Beito. Følgende startkrav er satt: **Sprint fredag 14/11:**

Kvinner: Ingen begrensning. Menn: 200 FISpkt (sprint) eller lavere.

10-15 km F lørdag 15/11:

Kvinner 150 FIS-pkt eller lavere, menn 125 FIS-pkt eller lavere.

5-10 km C søndag 16/11:

Kvinner 150 FIS-pkt eller lavere, menn 125 FIS-pkt eller lavere.

I meldingen fra NSF står det at *av hensyn til gjennomføringen må NSF begrense deltagelsen i dette rennet*. Hva er egentlig årsaken? *Arrangementsmessig* skulle det være uproblematisk å arrangere skirenn med om så 500 deltakere. Det klarer NTNUI hvert år (Marka Rundt) og også alle arrangører av Norges Cup jr. *TV-messig* skulle det heller ikke by på noen problemer, de løperne som er rangert som dårligst starter først; tv-produksjon kan jo ganske enkelt starte senere. Er det noen som vet hva begrunnelsen er?

Langrenn har en svært spesiell stilling i Norge, sett i forhold til andre land. NM blir direkte sendt på TV, og mange deltakere, som ikke på noen måte har mål om å hevde seg i toppen, deltar. I og med at det nå er deltakerbegrensning i NM, må man gå andre renn for å få lov til å delta i NM. Når det nå er begrensninger også i uttaksrennene til NM, er resultatet at det til vinteren blir noen som ikke får kvalifisert seg til NM. Er dette bekymringsverdig for langrennsporten i Norge? På kort sikt sikkert ikke, de beste blir uansett å gå NM, de er jo kvalifisert likevel og dessuten forpliktet



til å delta. På lengre sikt er det god grunn til å frykte at dette vil redusere langrennsportens bredde i Norge. Langrenn har jo vært en idrett hvor amatørerne har fått spise kirsebær med de store... Denne tid virker å være over.

Hvem er det som faktisk betaler lønna til de utøverne som er best? Okey, løperne får sponsorpenger fra produsenter av ski og utstyr, men hvem er det som betaler ca 4000 kr per par ski med bindinger? Hvem er det som betaler rundt 1500 kr for et par skistaver? Det er ikke de utøverne som har rundt 80 FIS-pkt, og i alle fall ikke "proffene".

Hvem er det som er trenere for yngre utøvere? Vel, de som virkelig satser er i alle fall ikke trenere. Og kommer du til NM uten å bekymre deg for kvalifiseringsgrenser, kreves det faktisk at du trener mer enn en middels tippeligaspiller i Norge.

Kanskje er det ingen grunn til å bekymre seg for den utviklingen NSF styrer sporten i? Kanskje langrennsporten er tjent med at bare "eliten" deltar på Beito og i NM?

Kanskje investerer vi "amatører" like mye tid og penger på langrenn selv om vi ikke får delta i årets høydepunkt?

Kanskje kjøper vi nye ski selv om vi vet vi ikke får brukt dem i NM?

Kanskje breddens betydning er kraftig overvurdert?

Kanskje, hvem vet...

At NSF tør...

Åpningsrenn i Bruksvallarna

Ettersom NSF ikke vil ha oss glade amatører på start på Beitostølen, reiser vi heller til Sverige for å konkurrere. Vi satser på å reise fredag 14. november og overnatter til søndag 16. november. Påmelding for felles overnatting kan gjøres på www.ntnui.no/langrenn/paamelding. På denne siden er det en liten feilinformasjon; vi reiser så absolutt til Sverige i protest! Dog mot NSF, ikke Beito... Selv om NSF gjør hva de kan for å holde oss unna NM, lar vi oss ikke knekke så lett! Til NM skal vi!!

Trenerteamet for sesongen 2008/2009

Etter *Introblækka* fikk redaksjonen kritikk for ikke å beskrive trenerne på en fullgod måte. Denne kritikken har vi tatt til etterretning, og herved kommer ny og forhåpentlig bedre likt beskrivelse av trenerne.

Heidi Holm

Å være ensom høne i en haneflokk er ikke enkelt. Ei heller å ha den eneste høna i en gutteflokk... Heidi er kjerringa mot strømmen, gullfisken på tørr grunn, rosa i bukett'n. Hun er den kvinnelige treneren norsk langrennsport lenge har etterspurt, ei dame som kan holde de macho guttene med hard hånd og ta seg av de som ligger sist i feltet. Men med en alder på 21 år er det mange som spør seg er hun for ung til nettopp dette. Vil Christian og Ole Ivar være for mye for henne? FB tror ikke det.

Heidi er oppvokst innerst i Sørkedalen utenfor Oslo, med elg og gaupe som nærmeste nabo, to av verdens mest aggressive rovdyr. Hun måtte allerede i ung alder ut i skogen for å hogge ved om vinteren, slik at familien kunne holde varmen i huset. Så det er ikke noen tvil denne dama har bein i nesa. At skiturene på jakt etter elg, gaupe og ved i barndommen ga resultater fikk Heidi bevis på i fjor da hun ble tatt ut til det prestisjefylte ski landslaget, som trenerkollega Ole Ivar tidligere har vært med på. Ryktene skal også ha det til at Heidi er ansvarlig for intervallene i gruppa. Dette skal etter sigende være på grunn av hennes gode karakterer i Matte 1 og 2. Ingen vil risikere at Christian eller Ole Ivar går i surr om det var 4x3 drag eller 3x4 drag, de ønsker å overlate matten til henne. Heidi ser frem i mot å hjelpe alle de nye medlemmene med problemer de har med fagene på skolen.

Christian Sandvik

Christian bærer preg av en forvirrende oppvekst. Han vokste opp på østkanten i Oslo, nærmere bestemt Ulsrud i Østensjø bydel (tidligere var det Bøler bydel). Dette påstår Christian er beste vestkant. Dette støtter Ida (reservedametrener, og tidligere nabo) han fullt på.



For å unngå den harde oppveksten med driveby shooting og narkolanging flyktet Christian inn i skogen. (Narkolanging faktisk et reelt problem på vestkanten av østkanten. Ettersom flesteparten av innbyggerne i gata er leger, kommer det ofte narkomane som truer til seg resepter på morfin og lignende. Christian truet faktisk til seg litt EPO selv, uten at det hjalp noe særlig på resultatene.)

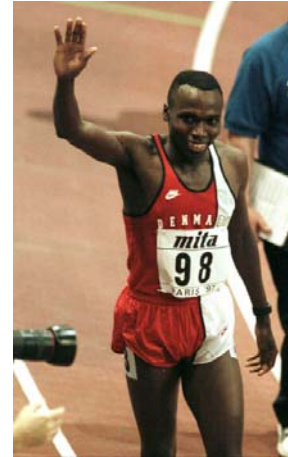
Det sier seg selv at å være skiløper på østkanten er en ensom opplevelse, og dette har vi fått merke i langrennsgruppa. Christian sitter inne med veldig mye usagt fra barndommen. Dette får han utløp for med oss. Når man skal føre en samtale med Christian er det bare se på han og smile, så snakker Christian for begge. På grunn av åpenheten og sitt imøtekommende vesen har Christian i tillegg fått tittelen inkluderingsminister. Christians behov for å få sagt det han har på hjertet har ført til at han på ingen måte kan betraktes som *gullfisken i pausen*, det passer nok bedre med *kryddere i trener-sausen*.

Utover å være ekstremt utadvent, er han også svært opptatt av å gjøre det bra på skolen, derfor går han bare 75% og tar tre fag i semesteret, noe for øvrig Ole Ivar også gjør. Dette har gitt resultater, særlig i Matte 2 hvor begge er så flinke at de velger å ta det år etter år.

Christian ser frem til å trene nye spreke talenter.

Ole Ivar

Ole Ivar kommer fra Eide, som igjen ligger ca. 3 mil nord for det litt mer kjente tettstedet Molde. Ettersom aktivitetstilbudene i metropolen Eide begrenser seg til fiskesprett og lakseoppdrett,



seljefløytespikking og fuglekikking, samt turer i fjellet, valgte Ole Ivar det siste. Han begynte å løpe. Det er uvisst om det fantes busser i Eide da Ole Ivar vokste opp, vi velger derfor å anta at han måtte løpe til skolen, noe som kan forklare hans likhet med visse Kenyanske løpere.

Det skulle vise seg at unge Ole Ivar var svært god til å løpe, særlig da det var kaldt. Dermed gikk overgangen til skiløping meget bra.

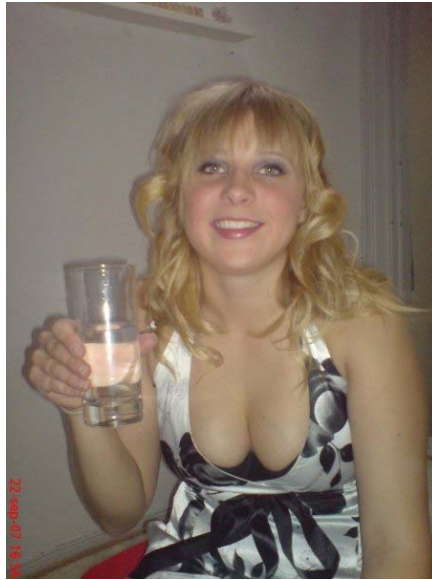


Før han kom til Trondheim pådro han seg flere kretsmestertitler i både løping og skiløping. Han er i dag stolt innbygger av Skiraffen (det eneste rene skikjøkkenet på Moholt). I motsetning til andre toppløpere er han motstander av pulsbelte og moderne tidtaksutstyr. Når han er ute og løper intervaller bruker han solen og stjernene til å ta tiden med. Sitat fra Ole Ivar: *"trenger man pulsklokke for å vite at hjertet slår, trener man ikke hardt nok!"*. All treningen har resultert i flere klubbmestertitler, en på rulleski og en på normaldistanse. Hvis Heidi er *rosa i bukett'n*, kan Ole Ivar sies å være *forgasser'n i Corvetten*.

Utenomsportslig er han en de ivrigste på banketter og fester. Ole Ivar ser frem i mot å trene/treffe nye Babes.

Nytt Fjes! Maja "Partygirl87" Solli

Hvert år kommer det nye fjes til langrennsgruppa, ett av årets nye er Maja Solli. Maja er 21 år og går andre klasse på Energi og Miljø. Hun har bodd de fleste steder i Norge i oppveksten, men føler hun kommer fra Sunndalsøra, men snakker Mosjøen dialekt og er født i Stavanger. Yndlingsfargen hennes er turkis (en slags blå-grønn farge for de som ikke vet det). Skiene hun går på er av fabrikat Fisher og Madshus. Hun hater katter (selv om hun har en selv), men syntes at elg er ett veldig pirrende dyr. "Jeg vet ikke helt hvorfor, må være fordi det er så stort og strekt eller noe."



Hvorfor begynte du med langrenn? "Da jeg bodde i på Granmoen rett utenfor Mosjøen gikk skiløypa rett gjennom hagen vær vinter. Så det var ganske naturlig å gå på ski. Pluss at pappa tvang meg litt til å begynne. Men jeg er ikke bitter for det. Jeg har mange god og dårlig minner på ski. Kan særlig huske mange dueller med kusinen min Lotte-Strøm Solli. Vi knivet en del om å være best gjennom hele oppveksten, noe som har ført til en del uvennskap. Hun vant vell alle duellene, men jeg holdt på å slå henne en gang. Det var vell hovedlandsrennet i Drammen husker ikke helt når, men ble slått da også. Verste minnet jeg har er ett femmils skøyterenn jeg var med på en gang. Var helt forferdelig jeg hadde sykt dårlige ski, hadde bare mest lyst til å drikke meg full og glemme alt da jeg kom i mål".

Har du noen resultater du kan skryte av? "Jeg har blitt klubbmester to ganger, i to forskjellige klubber. En gang på Sunndalsøra og en gang på Raufoss".



Det var ikke så lett for Maja og være med på langrennstreninger i fjor etter som det skjedde så mye utenom skolen. For Fiskebeibeiner redaksjonen nevner hun blant annet fadderuker, oktoberfest, kjellerfester, alle andre ting som skjedde under uka, bedpressfester, pluss at hun bor i Dronningens gate i midt-byen. Dette fører til hun ikke rent sjeldent ender opp med å ha vorspiel og nachspiel både torsdag og lørdag. Så om du trenger ett sted å ha nach etter en lang kveld på byen er det bare å stikke innom legger hun til.

Kjenner du noen i gruppa fra før? Føler du deg godt mottatt? "Jeg kjenner noen i gruppen fra før. Varun, Jørgen, kusinen til Ole Martin, Oda. Jeg kjenner Varon og Jørgen gjennom noen fester på Emil kjelleren. Oda kjenner jeg fra tidligere da vi gikk på ski sammen. Mottakelsen har vært fin, var koselig på Studenterhytta. Litt mange folk kanskje så vanskelig og bli kjent med alle på en gang. Var lettere på blikjentfesten, skinnsykt kult konsept, men ble litt fort full og dro hjem, husker ikke så mye etter 23:02. Håper det blir flere langrennsfester, for det var artig. Ellers vil jeg si at Heidi har gjort en fin jobb med oss jentene. Husker ikke hva de to andre heter, Frode Ivar og Stian eller noe tror jeg".

Har du planer om å være med på mye i vinter og høst? "Ja jeg ønsker å være med på så mye så mulig. Bor jo mitt i byen, så er jo bare å sette seg på bussen så er jeg på Moholt på ti minutter. Særlig tirsdagstreningene syntes jeg høres bra ut. Har ikke fått vært med på noen av de enda ettersom det ofte er bedpress på tirsdager, og da faller jo onsdagstreningene ofte naturlig fort bort. Ellers syntes jeg søndagslangturene høres korslige ut. Men de er jo dessverre etter lørdag. Ellers tenker jeg og få med meg noen hyttekarusellrenn og det der øltestløpet, pluss at jeg alltid har hatt lyst til å gå birken".

Maja ser frem i mot Åreturen og bli ordentlig kjent med folk, hun ser på det som en gylden mulighet til å skli inn i miljøet. Etter litt over en måned i Trondheim syntes hun det er på tide og komme seg litt vekk og oppleve

nye ting. At Åre ligger i Sverige gjør heller ingen ting etter som det er billig og handle. Maja håper å få sitte på med en som ikke gjør noe at hun tar med seg en del over kvoten av både kjøtt og vin. Det er en fin måte og spare inn turen på sier hun, med ett glimt i øyet. Intervallene og toppturen er øktene hun skal være med på siden hun ikke har rullecki. Og mens noen har den økte regner hun med å få med seg noen på handletur i Åre sentrum. Pluss at hun lover å bake en kake eller to mens resten er ute på rulleckitur.

Noe du vil si til slutt?" Bare at jeg håper det blir en fin tur med masse bra vær og at det blir en fin vinter med mye snø!"

Oversikt over viktige datoer høsten 08

Det skjer mye denne høsten, sett av følgende datoer.

27.09-28.09 Barmarksamling i Åre, for dere som ikke vet hvorfor dere er her...

Oktober

02.10 Dragvolltestløp 2
05.10 Hu & Hei
10.10-20.10 Val Senalestur, for de som mener alvor...
17.10-19.10 Hjemmesamling, for de som tror de mener alvor...
30.10 Dragvolltestløp 3

November

06.11-09.11 Snøsamling, Bruksvallarna
14.11 O-dag og øltestløp
14.11-16.11 FIS-renn Bruksvallarna

Desember

13.12 Bymark 5-mila (Skiraffen 5-mila). Det går rykter om 3 runder opp dalen fra Skjelbreia til Vintervann. En manndomsprøve!

Åresamling for dummies

Kjære mosjonister og resten av dere wannabe skifolk som tror at det å gå Vasaloppet til vinteren er et barneskirenn. Høsten er i anmarsj og det er snart klart for sesongens første samling på Åre i den svenske fjellheimen. Åre er, for de som ikke vet det, kjent for å ha oppfunnet klister og hårvoks til stivbente alpinister – et forbasket godt utgangspunkt for en sesong med opp- og nedturer.

FB har, etter gjentatte forespørsler fra noen i skigruppa, tatt på seg oppdraget i å lage en instruksjonsmanual for fjellvett og uvett. Før vi går videre så må du huske på at det er for sent å snu når vi har forlatt Store-P, men frykt ikke, du har tross alt med deg rulleckiene og Trondheim er jo ikke så alt for langt unna. I vår manual har vi i FB noen tips for hva man BØR ha med seg til Åre og hva man ikke BØR gjøre på treningssamlingen.

Du BØR ha:

- godt med hall, helst ferskt – det bringer lykke
- rent undertøy – det er en vinner blant kvinner
- prevensjon – det kan være for sent å snu når hanen galder
- ha en tights til all slags vær – gjerne en grønn
- godt mot – alle kan bli verdensmester
- penger til flekk, korv og øl
- lite med smittsom sykdom – det er grenser for hva man skal dele på
- mot til å drikke nok alkohol – vi i FB trenger en stor sak til neste nummer
- dyrt utstyr – en fin måte å skjule dårlig form
- en stor sovepose – det er, nesten, alltid hyggelig å dele på varmen

Du BØR ikke:

- la være å kjøpe alkohol
- ha med gin i drikkebeltet – rulleski og alkohol er forbudt i Sverige og andre EU-land
- kjøre over noen med rulleski som allerede ligger nede, husk det kommer mange bak deg
- slå en trønder i ”karsking”
- la deg lure av en trønders sjarm – en tur i natten er en tur med katten
- gå tett...
- ha en ring på fingeren – husk at alle er single i et annet land
- si nei til en tjei

Som dere ser, så er det mange ting å huske på, både før og under samling. Men husk at dette for all del bare er en liten del av hva en BØR ha med og ikke BØR gjøre på en samling, det er jo tross alt så mye mer enn kan og må gjøre. Lykke til, med eller uten styrken til Pippi Långstrump! Og husk: Skiløpere drikker ikke bare vann!!

**FB-cup – Samlingskonkurransen**

Nytt av året er FBs samlingskonkurransen, FB-cup. Dette er en konkurranse som tar hensyn til både idrettslig- og sosial innsats på samlingene. Alle treningssamlinger i NTNUI-regi inngår i FB-cup. Det utdeles poeng for litt av hvert. Kort oppsummert eksisterer det fire typer poeng: *grunnpoeng*, *ekstrapoeng*, *minuspoeng* og *bonuspoeng*.

Grunnpoeng gis til alle som deltar på fellesarrangement.

Ekstrapoeng gis til den/de som utmerker seg positivt på trening.

Minuspoeng gis til den/de som utmerker seg negativt på trening.

Bonuspoeng gis til den/de som har gjort seg fortjent til det.

For Åresamlingen gjelder følgende regler

Grunnpoeng

Deltagelse på fellesarrangement (inkl. trening): 1 poeng per arrangement

Ekstrapoeng

Lørdag:

Hevdet seg på intervall: 2 poeng (til hele ”tetgruppa”)

Hevdet seg på langtur rulleski: 2 poeng til den/de som utmerker seg

Søndag:

Fullfører lengste økt: 2 poeng

Minuspoeng

Lørdag: Fratrekk til den/de som skulker unna 1 eller flere drag på intervall. 1 poeng pr drag.

Bonuspoeng

Det eksisterer flust av muligheter for å få bonuspoeng, men det eksisterer ingen faste kriterier. Skal noen ha rett til bonuspoeng, må særskilt innsats vises på samling. Det oppfordres til å nominere kandidater til bonuspoeng. Begrunnelse må gis, og den må være god. Kandidater og begrunnelse vil bli grundig vurdert av FBs redaksjon, og er FBs redaksjon enig vil kandidaten få godskrevet bonuspoeng. Det er mulig å få 2 bonuspoeng per

særskilte innsats.

Resultatene er hemmelige, og vil bli offentliggjort på Stakefesten. Det vil også bli premieutdeling på Stakefesten.

Sportslig program for helgen

Fredag kveld

Rolig joggetur etter ankomst

Lørdag

- 1. økt: Elghufsintervall
- 2. økt: Langtur rulleski/sykkel (fritt valg)
- Kveld: FBs redaksjon antar det blir kakekveld?!

Søndag

Langtur opp på Årefjellet med super utsikt fra toppen

Hele helgen

Prosjekt overtalelse/overbevisning

Vibeke tror hun kan trives i Oslo... Det tror ikke FB.

Vi er sikre på at Vibeke har best av å holde seg i Trondheim, det gjelder bare at hun forstår det selv. Vibeke: NTNUI har ikke avdeling i Oslo!

Dessuten, vil noen Oslofirma ansette dette trollet?



Bli kjentfesten

Bli kjentfesten er skigruppas årlige fest der nye og gamle medlemmer kan bli kjent evt bedre kjent med hverandre. For å være sikker på å kunne dekke denne festen, ble en av redaksjonens medlemmer sendt ut på oppdrag under årets bli kjentfest.

Oppdraget var egentlig såre enkelt: "Delta på festen og skriv en artikkel, men bli for all del ikke avslørt. Ikke la omgivelsene forstå at du er i embets medfør..." FBs stundtreporter tok utfordringen på strak arm, og skrev like gjerne artikkelen umiddelbart etter å ha kommet hjem fra festen. Redaksjonen har ingen grunn til å tro at stundtreporteren ble avslørt. Artikkelen følger i uredigert form.

Bli Kjent Fest_!

Yo alle sammen! Etter en sinnsykt okay fest er det på sin plass med ett referat. At dete skrovers i fyll a gjør ingen ting. Skrivefeil tas herved ikke hensyn til.

Kvelden startet rolig for noen, mens enkelte valgte å stille på den nyetablerte jentetreningen, noe man ikke skal kjimse av. Det skal etter sigende ha vært en vanvittig god halvmaraton løper der. Husker ikke navnet sånn i farten. Men hun var god i intervaller. Jeg hadde værtfall ikke sjans til å henge på henne, ikke det at jeg hang på noen på denne treningen men.

Hva er dert jeg er ute etter her.? Jaja! fESTEN Ble bra. Startet med at Ole Thomas tokk føringen, fsmatt gutten følte han hadde noe å bevise eller? Langrennsgruppas Don Huan startet friskt å må kunne påberope seg den prestisjetunge ledertrøya fra start. Vi har ikke noe sånt kanskje noe å vurdere ut over vingterern. Gul ledertrøye til ledren av hyttekarusellen hadde gjort seg.! Men men. Ole Thomas må ha stoppet å drikke for plotteslig var Anette i ledelsen. Hun følte at all spriten bare ble delt ut til alle som villle ha. Så Anette bestemte seg for å drikke opp resten før Einar fikk delt ut alt! OlemARTIN VILLE smake! Men han ble ikke så full. Hvor var Aleksander? På vei til dama sa Ove! Anette måtte dra eller noe så jeg

ble sittende å snakke med Birger. Birger skal sattse denne sessongen etter som han ikke har så mue på skolen "å"gjøre. Kult! Litt kjipt og for da har jeg ingen som er dårligere. Håper det blir flere jentetreninger! Etter dette var en bli kjent fest tenkte jeg det var på tide å bli kjentn med nye folk. Vi har en tysker i gruppa som kan norsk utrolig godt. Shitt jeg begynner å bøli trøtt. Jeg kan ikke så godt tysk. Jørgen er også en som presenterte seg på bli kjent festen. Ikke kanskje den mest høylytte personen som du møter på men koselig fyr. Hetet det samme som brodern min. Waron er en venn av haanø. Har forresten strømining med waron. Må si at Paul Fjermstadsvei har ett litt lite musikkbibliotek.! Må bli bedre for å komme høyre opp negte gang. Etter hvert tokk Anders over showet og rocket egentlig på egenhand. Ove og ole ivear holdt seg merkverdig vis i bakrunden for det mete. Mange nye det liker vi. Snart er de Åre samling. Det blir bra. Kult om det blir mange! Bare å komme å spørre til vanlig å sykt fresht! Hvor var Andreas Mikkelboirg? Ikke vet jeg. Men det jeg vet er at også einar var veldgi fraværfeme i dag! Håper dette forandrer seg. Pleier å gjøre det. Sindre kjørte på i dag å"viste hvem som er sjefen hjemme. Grattis! På tride!/? Okay asgeir leder av langrennsgruppa fortjener også og bli nevt. Han har trent dag og natt for å studere. Bare å klinke till"! Martin møller gjorde opp for segl. Sakkars asgeir han får ikke lov til å gå i bbarings av dama. Snakk om det er noe asgeir!

Ryktebørs'n

- Ole Thomas hadde seg på bli kjent festen. Går nå rundt med tidenes glis på Gløshaugen.
- Lars spiller dårlig form for å få bli med på jentetreningene.
- Det går rykter om at det ligger en temmelig heftig pornofilm med Ole Ivar på youporn.com. Søk på oleivarhasshakingorgasmeduringsex.
- Andreas deltar på Åresamlinga for å slippe kakkleveld hjemme.
- Ole Thomas går og gliser på Gløshaugen for tiden. Årsaken er at han drikker på skolen.
- Berit Gjelten skal gå i grønt i vinter
- Anders Gullhav var nervøs for å bli slått av dama i Birkebeinerløpet
- Anders Rostrup selger startnummeret sitt i vasan
- Ole Ivar er stolt som en hane etter omtale på powerdudes.com
- Einar var så sliten at han ikke fant igjen Anette etter Skiraffenintervall
- Ole Thomas tok veldig godt vare på en av våre nye medlemmer på bli kjent festen
- En av Anders'ene vant bli kjent festen

NTNUI-bekledning

På SKIppendalESS kan det kjøpes mange fine grønne klær til trening.



T-skjorte front

T-skjorte rygg

Racingdress

Prisen på disse klærne er:

T-skjorte:	350,-
Racing overdel:	650,-
Racing bukse:	500,-
Vest:	550,-
Overtrekksjakke:	750,-
Overtrekksbukse:	450,-
Racing lue:	100,-
Lue:	160,-



Vest

OBS! Modellene er ikke medberegnet i prisen...



Overtrekksjakke

NTNUI LANGRENN

BLIR

SPONSET AV

