

Friluft



Organ for Friluftsklubben i Oslo

nr. 3/2010 13. årgang



Jubileumsfest – de første vinterturene – dramatikk i marka

Friluftsklubben i Oslo

Foreningen vil ha flere ut på tur, og vi legger vekt på det enkle friluftsliv. Vi ønsker å skape et godt sosialt miljø for medlemmene gjennom foreningens aktiviteter. Foruten turer arrangerer vi også møter, fester og kurs, og vi driver to hytter i marka – Sellanrå og Solstua.

Leder:

Magne Arentsen, 22 46 60 17 (p),
22 38 74 37 (a), 936 17 068 (m),
mar@patentstyret.no

Medlemsservice og økonomi:

Øyvind Grandum, 63 80 38 11 (p),
63 80 76 03 (a), 951 47 284 (m),
oyvind@friluftsklubben.no

Kontonr: 9235.21.68396

Foreningens adresse og telefon:

Friluftsklubben i Oslo,
Instituttveien 17, 2007 Kjeller
944 88 175 (m)

Redaktør:

Hanne Enger, 928 52 424 (m)

Sellanrå turisthytte:

Hyttefut Hanne Enger, 928 52 424 (m)

Solstua turisthytte:

Hyttefut Janne Møller-Stray,
980 38 327 (m)

Nettsider:

<http://www.friluftsklubben.no>
Nettredaktør: Terje Didriksen:
terje@friluftsklubben.no

Leder'n

Været her på Østlandet har vel ikke vært på sitt beste denne sommeren. Men, kanskje kan vi håpe på mange fine turer med bra vær denne høsten. Det er lite som kan måle seg meg en klar fin høstdag, med passe temperatur, ren luft, fine farger i marka, og sol fra en skyfri himmel. Vi får håpe på at mange av turene våre utover høsten får et slikt vær.

Dette året har vi jubileum, og vi håper at du tar turen til Tveten gård og jubileumsfest i slutten av oktober. Her oppsummerer vi 10 år sammen, og inntar et godt måltid. Vi i styret jobber for at dette vil bli en kveld som skal huskes i ettertid.

Ellers vil jeg minne om at vi gjerne ser at enda flere blir med på turene våre. Til deg som er medlem og aktiv vil vi oppfordre til at du utfordrer noen av vennene dine til å bli med neste gang du blir med på tur.

Høsten er en fin turtid. Kom dere ut i marka!

Magne



Forsidebildet – Foto: Hanne Enger

Om deltakelse på Friluftsklubbens arrangementer

Alle er velkommen på arrangementene våre. Vi vil likevel gjøre oppmerksom på følgende:

Deltakelse skjer helt på eget ansvar. Vi har ingen forsikringsordninger som dekker skader som deltakerne pådrar seg. Er det forhold som turlederen bør kjenne til, så si i fra før turen. Er du usikker på om du har forutsetninger for å delta på en tur eller har du spørsmål om turutstyr, så ta kontakt med turlederen.

På arrangementer uten påmeldingsfrist er det bare å møte opp. Dersom du har meldt deg på en tur og det viser seg at du likevel ikke kan bli med, gi straks beskjed til turlederen. Påmelding er bindende så langt turlederen/arrangøren har økonomiske utlegg for bestilling av hytte, innkjøp av mat og lignende. Slike utlegg må dekkes også av de som melder seg av turen.

Husk at dersom du melder deg på tur via tekstmelding eller epost, er du først å regne som påmeldt når du har fått bekreftelse fra kontaktpersonen.

Dersom man stiller med bil hvor dette er nødvendig pga. turopplegget, godtgjøres kjøringen med kroner 2,50 pr. km tur/retur oppmøtested og reisens mål. Kostnadene deles på alle deltakerne uavhengig av hvor mange det er i hver bil.

Ved deltakelse på turene anser vi disse vilkårene som kjent og godtatt av deltakerne.

Medlemsmøte – tema 'gjengroing'

onsdag 13. oktober

Vi har vært så heldige å få Hanne Sickel fra Bioforsk, som vil holde et foredrag over temaet 'gjengroing'. De fleste har vel de siste årene sett at tregrensen kryper oppover, og tidligere åpne setervoller gror igjen. Her kan vi få et interessant innblikk i årsakene, og hva som skal til for å stoppe denne utviklingen.

Møtet holdes på Tidemandsstuen. Dette er en søt gammel villa som ligger i Tidemandsgaten 44 ved Vestkanttorget, kort vei fra Majorstua.

Møtene begynner kl. 18:00. Det blir solgt hjemmebakte kaker, kaffe, te og saft til inntekt for klubben.

Videre informasjon:

Magne Arentsen, tlf. 936 17 068 (m).

Velkommen til alle nye og gamle medlemmer!



Foto: Hanne Enger

Stjernehimmelen - også en del av friluftslivet

Tekst og foto av Magne Arentsen

Vi i Friluftsklubben er opptatt av å se naturen med alle de bildene den gir oss. Men når mørket faller på, er det ikke så mye å oppleve visuelt. Kanskje kan en ugle tute, og vi kan høre på den symfonien som spilles når vinden drar gjennom grantrærne. Øret vårt blir den viktigste sansen i mørket. Men, vi kan oppleve naturens visuelle side også når det er mørkt. Det bør bare være klar himmel...

På en klar mørk kveld ligger nok skauen eller vidda mørk. Over oss på himmelen kan det likevel tindre i tusener av stjerner. Stjernehimmelen har hatt stor interesse blant annet for sjøfolk som har navigert etter stjernene. I orienteringsøyemed på turer i mørket vil også stjernehimmelen kunne være viktig for oss. Finner vi Nordstjernen, vet vi at nord ligger i retningen fra der vi står mot denne stjernen.

Stjernehimmelen kan også være en kilde til fascinasjon for de som har interesse av å kunne gjenkjenne stjerner med deres stjernebilder, og planetene i vårt solsystem. Det er mye god underholdning i å kjenne stjernenes gang over himmelhvelvingen, og ikke minst planetene og deres bevegelser som tydelig kan merkes fra en kveld til den neste.

Vinterstid står det karakteristiske stjernebildet Orion i syd. De fleste kjenner dette igjen på Orions belte som viser tre stjerner som ligger skrått opp til høyre på en linje. Alfastjernen i Orion virker rødlig, ligger opp til venstre og har navnet

Betelgeuse. At denne er rød betyr at den er mot slutten av sin levetid. Den begynte sitt liv for snart 10 milliarder år siden som kraftig og blåhvit, og ble så hvit og gul midt i sitt liv (vår egen sol er gul og ca 5 milliarder år gammel og midtveis i sitt liv). Deretter har den ekspandert i størrelse men blitt kjøligere. Den er ventet å eksplodere i en stor supernova, men når det vil skje, ja det vet ingen. Betelgeuse ligger 430 lysår borte. Til sammenligning ligger for eksempel jorda bare 8 lysminutter fra sola. Da ser vi at det faktisk er ganske langt ut til den aldrende Betelgeuse.

Men hva er egentlig en stjerne? Stjerner er store kuler av gass hvor det frigis energi på grunn av kjernereaksjoner som skjer i deres indre. Vår egen sol er en slik stjerne av litt over middels størrelse. Stjerner dannes i store skyer av gass og støv i rommet som kalles tåker. I Orion kan man under beltet så vidt se en slik tåke med det blotte øye. Det antas at denne kan frembringe nye stjerner. Tåken vil krympe sammen ved hjelp av sin egen tyngdekraft og til slutt danne en proto-stjerne. Deretter vil temperaturen i proto-stjernen bli så høy at kjernereaksjoner settes i gang. Den blir da en ekte stjerne som produserer varme og lys.

En mørk høstnatt hvor vi ser omtrent rett opp over oss, kan vi observere en uklar, men lys tåkeaktig flekk. Den blir litt sterkere i kikkert, og en kraftigere stjerneikkert vil avsløre et lyssterkt sentrum med tåkelignende slør rundt.



*Månen fotografert med digitalkamera gjennom stjerneokkert (102 mm, brennvidde 500 mm)
Foto: Magne Arentsen*

Dette er Andromedagalaksen, som er det objektet fjernest fra jorden som kan ses med det blotte øyet. Avstanden dit er hele 2,3 millioner lysår! Dette er nærmeste nabogalakse til vår egen galakse, Melkeveien.

Tilbake til vår egen sol. Vi får nok forholde oss til at jorda vår er en planet blant flere i bane rundt vår lokale stjerne solen, og vi får prise oss lykkelige over at avstanden til solen er så perfekt at vi faktisk har blitt til liv. Vi mennesker kan faktisk bo her den tiden som er tiltenkt oss.

Men, la oss gjerne underholde av det vi ser på himmelen. Månen som er en steinklump som i nærheten av jorden

ligger i bane rundt oss, og gleder oss med gjenskinn fra solen på kvelden og natten når det ellers ikke er lys fra solen.

Ellers er vår naboplanet nærmere solen svært synlig. Venus er nesten like stor som jorden. Den er nesten i nabolaget, bare snaue 40 millioner km fra jorden. Den følger solens bane tett og kan observeres enten om morgenen eller på kvelden etter solnedgang. Venus er ikke et sted å bo. Nærmere helvete kommer man ikke. Det er en voldsom drivhuseffekt med temperaturer på opp til 450 grader. Bare fremtiden kan vise om Friluftsklubben kan arrangere en tur til Venus nest høyeste fjell som er Maat Mons på ca 8.500 meter og nesten i

selskap med vår egen Mount Everest. La det bli med å betrakte Venus som et fint punkt på himmelen. Siden den ligger mellom solen og jorden, så har den faser. I et teleskop vil man kunne se at Venus kan være en 'halv Venus' slik vi kjenner halvmånen.

En planet som omtrent er som vår, målt i døgnlengde, er Mars. Den har 24-timers døgn og årstider som ligner det vi har her på jorden. Men dessverre er det lite levelig der og temperaturen går sjelden over frysepunktet. De rødlige ørkenene gir planeten en rød farge, litt som Betelgeuse (som er rød av andre grunner).

En av de fineste planetene å observere er Jupiter. Den er den største planeten i vårt solsystem, og med min 102 mm stjernekikkert, ser jeg skybåndene over planeten. Men, kanskje det mest interessante med Jupiter er bevegelsene til de fire store månene som selv med en lyssterk prismekikkert kan observeres rett ved Jupiter.

De ligger horisontalt på linje med planeten, og beveger seg merkbart fra dag til dag rundt Jupiter. De beveger seg i ulikt tempo, og kan noen kvelder ligge som fire lyspunkter på linje ved siden av hverandre rett ut på den ene siden av Jupiter. Andre kvelder kan det ligge noen måner på hver side av planeten. Månene kan også være usynlige hvis de er bak eller rett foran Jupiter.

Ellers kan planetene skilles fra stjernene ved at de sees som til dels lyssterke skiver opplyst av vår egen stjerne, solen. Men, de pulserer og glitrer ikke som stjernene gjør.

Dette var en liten introduksjon i astronomi. Jeg håper at dette gir mersmak til ytterligere utforsking. Du kommer godt på vei med en lyssterk kikkert, som gjerne bør være en 7 x 50. Med denne vil du se langt mer enn om du bare bruker øynene opp mot himmelen.



Månen slik vi er vant til å se den – fra Finnmark - Foto: Knut Olaf Sunde

Friluftsklubbens 10-års-jubileum



Gamle Tveten gård
Lørdag 30. oktober

Vi ønsker velkommen fra kl 18:00
Middag serveres kl 19:00

Det vil bli servert en fem-retters middag, etterfulgt av musikk, dans, underholdningsinnslag, mer godt å bite i og et knippe konkurranser. Eget drikke medbringes.

Påmelding:

Fríst: Mandag 18. oktober

Påmelding skjer gjennom
innbetaling av kr 350 til Kontonr: 9235.21.68396,
samt ved å sende epost med navn til oyvind@friluftsklubben.no

Har du spørsmål angående festen, ta kontakt med
Magne (tlf: 936 17 068) eller Hanne (tlf: 928 52 424)

Adkomst til Tveten gård

Adresse: Tvetenveien 101

T-bane 2 til Tveita

Buss til «Tveten gård» eller «Tveita [T]»

Parkering ved Tveita-senteret





Tursidene

Dagstur i Østmarka

søndag 26. september

Dette er en fin tur i Østmarkas bynære områder. Ikke en lang tur, men lett og hyggelig.

Vi starter fra Bogerud t-banestasjon kl 11:00, og går nordover til Ulsrudvann, og videre til Solbergvann hvor vi raster. Tilbake samme vei, men på en rute lengre øst.

Turfakta

Turens lengde: Ca. 9 km.

Avreise: T-bane 3 fra Stortinget kl 10:39, til Bogerud kl 10:59. Det er mulig å parkere bil ved Bogerud Senter.

Påmelding: Til kontaktpersonen innen fredag 24. september.

Kontaktperson og turlleder:
Magne Arentsen, tlf. 936 17 068.



Foto: Leif Jørgensen

Fårikålaften på Sellanrå

lørdag 2. – søndag 3. oktober

Vi følger opp tradisjonen med tur til Sellanrå hvor vi serverer fårikålmiddag den første helgen i oktober. Vil du ha noe annet, ta med noe eller bruk proviant-lageret, og lag en annen rett selv. Ellers er det vel lite som kan måle seg med en hyggelig kveld på hytta foran peisen hvor praten går livlig mellom ivrige tur-deltakere.

Turfakta

Avreise: Fra Jernbanetorget ta t-bane nr. 4 – Ringen - kl. 15:37. Den er på Nydalen kl. 15:50. Bytt til buss nr. 51 mot Skar kl. 15:57. Gå av på Nordre Vaggstein (siste holdeplass før Skar) kl. 16:16. Det er ca. en times gange til hytta. Følg merking mot Tømtehyttene. Rett før Tømtehyttene er det merket videre mot Sellanrå.

Pris: Overnatting på Sellanrå for medlemmer er kr. 100,-. Er du med på fårikålmiddagen koster den kr. 100,- pr. person inkludert dessert.

Utstyr: Sovepose, vanlig turutstyr for en dagstur, brødmatt og drikke til maten.

Maks antall: 15 personer.

Påmelding: Til kontaktpersonen innen torsdag 30. september.

Kontaktperson og turlleder:
Magne Arentsen, tlf. 936 17 068.



Fra «Åpen dag» i 2009 – Foto: Hanne Enger

Åpen dag på Sellanrå

søndag 3. oktober

Denne dagen holder vi igjen Sellanrå turisthytte åpen for servering av vafler, kaker, kaffe, te og saft.

Ca. kl. 13 samles vi inne i stua på Sellanrå der Jørn Simen Øverli er vår gjest med «Viser fra Nordmarka».

Jørn Simen Øverli er utdannet ved Norges Musikkhøgskole i Oslo med gitar som hovedinstrument. Han har holdt på med viser fra han var i tenårene, og har undervist i mange år. Jørn Simen har hatt mange viseverksteder rundt omkring i landet og har laget en omfattende gitarskole, «Gitar for Alle» i 1980 som fremdeles selger. I de siste 15 årene har han stort sett vært utøver og har gitt ut 6 egne CDer. Jørn Simen er en av initiativtakerne til Josefines Viseklubb.

Han er i bl.a. kjent for sine Prøysen-tolkninger og gjendiktninger av viser og sanger fra Øst-Europa.

I 2006 laget han årboka for Maridalens Venner: «Viser fra Nordmarka». Jørn Simen vil fremføre viser for oss fra denne boka, og fortelle litt om historikken bak visene.

Gratis adgang.

Det vil også bli lagt opp en natursti ut fra Sellanrå som vil fortelle litt fra natur og historie her på Raudløkkollen.

Avreise: fra Jernbanetorget med t-bane nr. 4 – Ringen - kl. 10:37 som er på Nydalen kl. 10:50. Bytt til buss nr. 51 mot Skar kl. 10:57 som er på Skar kl. 11:17.

Det er ingen påmelding.

Opplysninger om arrangementet:
Magne Arentsen, tlf. 936 17 068.

Dagstur gjennom heilandskap i Finnemarka

søndag 10. oktober

Finnemarka er det området som avgrenses av Tyrifjorden i nord, Holsfjorden og Lierdalen i øst, Drammen med Drammensdalen i sør, og Modumbygdene med Vikersund i vest. Vi har bare en gang vært i Finnemarka tidligere. Da besøkte vi Hørtekollen ved Sylling.

Denne gangen går vi også inn fra Lierdalen, men lengre sør. Vi kjører til Egge, og derfra på bomvei inn til Garsjø og Eiksetra (DOT). Herfra går vi en runde på ca. 12 km, som mye går i et vakkert heiterrang. Vi håper på klarvær denne dagen - turen byr på mange fine utsiktspunkter.

Vi går først rett østover mot Storsteinsfjell. Stedet har et nydelig utsiktspunkt. I H. O. Christophersens «Vei og Varde» fra 1961, beskriver han Storsteinsfjell slik: «For et befriende utsyn. Mot nord og vest endeløse skogmarker, mot øst den brede Lierdal og mot sør den åpne Drammensfjord. Det er ufattelig hvor meget land man overser fra denne høyde». Om hele denne høyden sier H. O. Christophersen videre: «I Oslos Nordmark har vi ikke noe slikt. Men dersom vi tenker oss Glåmene inne ved Appelsinhaugen løftet 200 meter opp i luften og forstørret tyve ganger, får vi en forestilling om den deilige vidda mellom Storsteinsfjell og Skimtheia».

Videre går vi vestover mot Skimtheia, som er enda en perle i Finnemarka. Ved Skimtvarden finner vi en flott sikteplate med inngraverte avstander og navn på kjente steder over hele det nære Østlandsområdet. Skimtvarden måler 554 m.o.h

og er dermed det høyeste punktet i Drammen kommune nord for byen.

Videre mot vest finner vi Tverråsen med sin storslått utsikt mot flere av Finnemarkas sentrale områder. Vi går ned igjen fra høyden over Måneskinnsheia ned til Solvang og tilbake til Eiksetra.

Turfakta

Avreise:

Med biler fra Sporveismuseet på Majorstuen kl. 10:30. Si ifra ved påmelding om du disponerer bil.

Maks antall: 16 deltakere.

Påmelding: Til kontaktpersonen innen fredag 8. oktober.

Kontaktperson og turlleder:

Magne Arentsen, tlf. 936 17 068.

Bålkveld ved Sætertjern

onsdag 27. oktober

Dette blir en enkel tur hvor det er kort vei å gå, men desto lengre rast. Turens lengde er kun på 2 km, tur-retur Solemskogen på grusvei. Formålet er bare å ha det hyggelig sammen inne ved Sætertjern denne kvelden, med bål og prat. Vi tar med noen engangsgriller til dere som vil spise middag her inne denne kvelden. Etter et par timer drar vi tilbake til byen.

Turfakta

Avreise:

Oppmøte kl. 18:00 på parkeringsplassen ved Solemskogen. Ta buss nr 56.

Påmelding: til kontaktpersonen innen tirsdag 26. oktober.

Kontaktperson og turlleder: Iver Nicolai Gjersøe, tlf. 67 53 29 20 / 452 59 357.

Dagstur - Østmarka fra Bysetermosen

søndag 14. november

Bysetermosen parkeringsplass er et fint utgangspunkt for turer. Vi følger stien nordover på vestsiden av bilveien til Vangen, og tar en avstikker ned for å se på attraksjonen trekkflåten over Svartoren. Vi fortsetter til Vangen hvor vi raster inne. Tilbake går vi stien sydover på åsen vest for Mosjøen, og tar en avstikker opp til branntårnet på Kjerringhøgda før vi går tilbake til parkeringsplassen. Turens lengde er ca. 9 km, lett å gå, men noe kupert mot slutten.

Turfakta

Avreise:

Med biler fra Sporveismuseet på Majorstuen kl. 10.45. Si ifra ved påmelding om du disponerer bil. Deltakerne spleiser på bensin.

Påmelding: til kontaktpersonen innen fredag 12. november.

Kontaktperson og turlleder:

Magne Arentsen, tlf. 936 17 068.



Trolsk stemning ved Geitsjøen i Østmarka - Foto: Morten Eriksen

Første skitur – Skeikampen

fredag 19. – søndag 21. november

Det er ikke sikkert at snøen har kommet til Osloomarka ennå, men for de av oss som lengter etter skiføre allerede i november finnes det håp. Området ved Skeikampen er et av de stedene der den første snøen legger seg, og ifølge dem selv har de Norges mest ideelle skiterreng. Dette skal vi finne ut av gitt at snøen kommer!

Vi bor i en koselig hytte rett ved løypenett slik at det er kun å spenne på skiene og ta av sted. Løypenettet varierer mellom å ligge i skog, og på snaufjell (fra 600 moh. til 1.200 moh). Vi tilpasser turene våre til vær og føre, og håper på utsikt mot Rondane og Jotunheimen.

Turfakta

Avreise:

Vi reiser med biler fra Oslo ca kl. 17 fredag kveld. Si ifra ved påmelding om du disponerer bil. Oppmøtested avtales etter at påmeldingsfristen har gått ut.

Pris: Overnatting 2 netter på hytte beløper seg til ca. 500,- per pers. I tillegg kommer mat og deling av kjørekostnader.

Utstyr: Lakenpose / sengetøy, skiutstyr (langrennsski), tøy til å ha på inne.

Mat: Turlleder sørger for innkjøp til fellesmiddag lørdag. Fredag spiser vi underveis til hytta. Den enkelte tar med brødmatt og drikke til seg selv.

Maks antall: 8 personer.

Påmelding: til kontaktpersonen innen fredag 12. november.

Kontaktperson og turlleder:

Hanne Enger, tlf: 928 52 424,

epost: hanne_enger@hotmail.com

Dagstur i Nordmarka

søndag 5. desember

Det er fint å gå til fots også ved disse tider. Kanskje har det første snøfallet gjort marka hvit. Det er stille i marka og luften er kjølig men klar.

Vi går fra Sognsvann opp Måneskinnsløypa til Frønsvolltråkka. Herfra går vi til Tryvannsstua hvor vi raster. Videre går vi til Maristua, og derfra over Frønsvollen ned til Frønsvolltråkka og tilbake til Sognsvann.

Turfakta

Avreise:

Oppmøte ved bommen på Sognsvann kl. 11:00. T-bane nr. 3 går fra Stortinget kl. 10:41, og er fremme på Sognsvann kl. 10:59.

Påmelding: til kontaktpersonen innen fredag 3. desember.

Kontaktperson og turlleder:

Magne Arentsen, tlf. 936 17 068.



Utsikt fra Gyrihaugen – Foto: Knut Olaf Sunde

Dagstur – øst i Nordmarka

søndag 16. januar

En fin rundtur er å starte ved skianlegget i Nittedal og derfra gå opp til Ørfiske, Fløyta og Holmetjern. Derfra er det en fin «villmarksløype» nord for Glotjernskollen til Gørjehytta hvor vi raster inne. Returen går i åpent terreng om Kalvsjøen, Auretjerna og Finntjern før vi kjører ned til Lørenskog og nordre Movann. Deretter går vi langs jernbanen tilbake til Sørli. Turens lengde er ca. 21 km i relativt kupert terreng.

Turfakta

Avreise:

Fremmøte ved Sørli i Nittedal kl. 11:00. Felles transport fra Oslo kan arrangeres.

Påmelding: til kontaktperson innen fredag 14. januar.

Kontaktperson og turlleder:

Morten Eriksen, tlf: 909 15 571.

Dagstur i Maridalsmarka

søndag 30. januar

Målet for denne skituren er Gørjahytta, som er kjent for sine gode vafler. Ruten er som følger: Skar - Øyungen - Gåslungen - Helgeren - Gørjahytta - Kalvsjøen - Øyungen - Skar. Ca. 16 km. Tilbake på Skar ved 16-tiden.

Turfakta

Avreise: Buss 51 går fra Nydalen t-banestasjon kl. 10:57 og er på Skar kl. 11:17.

Påmelding: til kontaktpersonen innen fredag 28. januar.

Kontaktperson og turlleder:

Magne Arentsen, tlf. 936 17 068.



Friluftsklubbens orienteringstur

Av Hans Edvard Sunde

6. juni 2010 la glade vandrere ut fra Sollihøgda på Friluftsklubbens årlige orienteringstur.

Det var tre nye jenter med og vi gledet oss til å vise dem Friluftsklubben fra den beste siden.

Her måtte vi huske at som nytt medlem er en vår for alt. Vi skulle gå i rolig tempo, ikke så fort at noen følte det ble for fort. Vi skulle ikke belære noen om orientering og undertegnede hadde fått streng beskjed om å oppføre seg pent. Det var da ikke vanskelig for dagen strålte av sol. Det var nesten ingen mygg og det vart tørt og fint i skogen. Rolig gikk vi innover og fant postene våre. Alt gikk strålende, men ved den tredje posten hørte jeg at noen falt bak meg.

En av de nye jentene hadde dessverre fått foten inn under en lumsk rot, og snublet. Ikke akkurat verdens undergang. Jeg spurte om det gikk bra, mest for høflighets skyld. Selvsagt gikk det bra! Det var mosegrodd bakke der hun falt og marken var ganske flat. Sånne små uhell skjer jo innimellom. «Jeg brakk beinet» sa jenta. «Og jeg er en persisk prins», tenkte jeg. Det kunne jeg jo ikke si, for jeg skulle jo gjøre et godt inntrykk på de nye medlemmene.

Jeg ville tilby henne støtte så hun kom seg opp, men der blånektet hun. Nå hadde det seg slik at vi hadde med en av klubbens leger på turen og hun var nå kommet frem til «pasienten».

«Nå skal vi snart få se», tenkte jeg. Legen mente imidlertid at det godt kunne være et brudd, og ikke bare i leggen men også i skulderen. Da var jeg glad jeg hadde forholdt meg taus!

Neste problem var å få henne til Sollihøgda der det var bilvei. I og med at det kanskje var brudd i skulderen, mente legen at vi ikke godt kunne støtte en hinkende pasient.

Det dramatiske skjedde at legen ringte 113 og presenterte problemet. Nå oppsto problemet med å angi hvor vi var. Vi visst det jo, men sentralen hadde ikke detaljerte orienteringskart.

Tips til alle: last ned program til din mobiltelefon med GPS, som kan gi deg koordinatene i en slik situasjon. Det er en virkelig nyttig applikasjon!

Snart durte det i skogen av en gigantisk brannbil, en sykebil og to mindre brannbiler. Brannmennene hadde også med et terrengående kjøretøy som meide ned skog i et forsøk på å nå inn til pasienten. De kom ikke så langt, men de gikk det siste stykket. Ambulansemannen ga morfin til vår jente og hun ble litt svimete. Vår jente uttalte da: «Hva er det som skjer nå'a?» «Jeg hakke styring.» «Nei dette er det verste jeg har vært med på!» Redningsmenneske sa da rolig «Slapp av, det er mange som liker dette, og faktisk betaler dyrt for det!»

Etter diskusjon om mulig uttransport, ringte redningsfolkene etter helikopter!

Da var det min tur til å inspisere skogen og finne en egnet landingsplass for helikopter. Det fantes en like ved og etter en kort tid, durte et helikopter ned på det minimale hogstfeltet.

Legen fra helikopteret spratt ut og ga pasienten mer morfin. Deretter dro de av gårde med pasienten og siden har vi ikke sett henne (men vi vet at hun er på bedringens vei). Vi har imidlertid sendt blomster og vi håper å se henne igjen selv om den første turen ble noe mer dramatisk enn turer vanligvis er.

Der sto vi da, alene, og alle brannbilene, ambulansen og helikopteret var reist sin vei og igjen ble det stille i skogen. Det var bare oss og gummistøvle våre,

lavteknologi kart og kompass.

Man undres litt over samfunnet. Her er vi på tur for vår egen fornøyelse. Et beinbrudd inntreffer og vips, der står de parat alle mann. Som om noen svingte tryllestaven er ca. 20 mann på plass sammen med en mengde kostbart utstyr som til enhver tid er topp vedlikeholdt og klart til å rykke ut. Tenk om vi måtte betale hva det faktisk koster? 50.000,- eller 100.000,-? I hvertfall skrek jeg til da Leif snublet etterpå. «Dette har vi ikke råd til en gang til, Leif». Vi er uansett usannsynlig heldige i dette landet som har en slik beredskap. Man tenker jo ikke på dette til daglig, men her får vi jammen valuta for skattepengene!



Ambulanshelikopteret som reddet vår uheldige turdeltaker – Foto: Hanne Enger



Smått og stort

Nye nettsider

Sommerhalvåret har vært tiden for fornyelse av klubbens nettsider. Vår nettredaktør har jobbet iherdig for å få nye sider klare til ny turhøst. Noen endringer er gjort med layout, men du vil antakelig kjenne igjen klubbens farger. Ta en tur inn på nettet og kikk. Sidene vil nå jevnlig oppdateres med nyheter om det som skjer i klubben.



Nytt kjentmannshefte lansert i høst

Søndag 5. september inviterte Skiforeningen, ved Langlidammen i Sørkedalen, til offisiell åpning av 50 nye poster i Kjentmannsheftet. Den populære boken lar deg bli kjent med spennende historie og særegen natur i Marka. Friluftsklubben prøver å legge flere av våre dagsturer innom en eller flere poster hvis vi er i et område for kjentmannsposter.

Kjentmannsmerket er en form for «kulturminne-turorientering», der man bruker turkart 1:50 000. Det er satt ut 50 poster fordelt på alle markene rundt Oslo, fra Kjekstadmarka i sør til Kroksgogen, Nordmarka og Romeriksåsen i nord, og Sørmarka i sørøst.

Stedene for postene er valgt ut ifra sin spennende fortid eller særegne natur. For å gå til Kjentmannsmerket trenger du heftet og turkart 1:50 000 for den/de markene du vil ta poster i.

Du trenger ikke være kjentmann på forhånd for å ha glede av boken - sjansen er stor for at du blir en kjentmann ved flittig bruk av den. Håndboken til Kjentmannsmerket gir deg en god anledning til å oppsøke nye turmål og oppdage andre, spennende områder av Oslomarka enn de du vanligvis ferdes i. Håndboken beskriver hver enkelt post, og hva som er interessant med denne, letteste adkomst med offentlig kommunikasjon eller bil, om posten er egnet på sommer- eller vinterføre, og om den er barnevennlig eller ikke.

Hvis du ikke har skaffet deg heftet ennå, kan du få kjøpt heftet hos Skiforeningen i Holmenkollen, eller på Skiforeningens nettbutikk. Bull Ski & Kajakk i Helgerudgården i Sandvika, Slemdal sport, Super-G Sandvika storsenter, Sandbakken og Skullerudstua i Østmarka selger også Kjentmannsheftet.

Sellanrå – ny avtale og nytt tak

Store ting har skjedd på Sellanrå i sommer og høst.

Vi er nå så heldige at vi har fått en ny leieavtale i havn. Denne avtalen sikrer oss muligheten til å bruke stedet i nye 7 år. Leien er på de samme betingelsene som tidligere – vi 'leier' hytta mot at vi vedlikeholder den.

Vedlikehold har det også blitt gjort mye av i sommer. Vår utrettelige snekker Øyvind Grandum med medhjelpere har nå komplettert tekking av taket med ny papp. Dette var på tide da den gamle pappen hadde vært der i et ukjent antall år, og hadde blitt morken og full av sprekker. I tillegg til dette har ovnen på stua fått nytt pipeløp.

Gamle og morkne stokker på soverommet er skiftet ut med nytt reisverk og panel for å hindre videre råteskader.

Proviantlageret strutter av nye forsyninger, og en ny delikatesse på menyen er bacalao. Denne kan anbefales.

Da er det bare å se frem til å kunne tilbringe noen kalde høstkvelder på hytta. Bestill selv på www.friluftsklubben.no, eller bli med på vår Fårikåltur helgen 2. – 3. oktober.

PS! Neste år skal vi finpusse innendørs med å male panelet, samt legge panel på hemsene slik at det blir lyst og trivelig her. Har du lyst til å bidra litt med snekkerarbeid, malearbeid eller annet så ta kontakt med oss på;

hyttedrift@friluftsklubben.no

Fotojakten

Vi inviterer igjen til fotokonkurranse i Friluftsklubben, og oppfordrer alle våre medlemmer til å forevige noen morsomme øyeblikk eller flotte turopplevelser.

Bildene kan være fra alle fire årstider, av folk og dyr eller vakker natur – det eneste kriteriet er at bildene må være relatert til friluftsupplevelser. Her gjelder det å bruke fantasien – og kameraet.

Blant de som har sendt inn bidrag vil det bli trukket ut 2 premier på 4 flaks-lodd.

Trekningen vil foretas på første medlemsmøte over nyttår. Dato for dette møtet kommer i neste Friluft (1 / 2011).

Frist for innsending av bilder er fredag 14. januar 2011.

Bildene sendes inn til:
epost@friluftsklubben.no



Foto: Hanne Enger

Bildereportasje fra sommerturen 2010

Av Hanne Enger

Hele uken før sommerturen sjekket undertegnede værutsiktene på yr.no. Og det var regn, regn og atter regn. Med gru så jeg for meg deltakerne på årets sommertur klaske avsted i våte sko og klær – mer og mer mugne for hver dag, fysisk så vel som psykisk. Ikke en topp kom vi til å se. Glatte steiner, våte myrer og bøvtevis av regn derimot.

Natt til første turdag hamret regnet løs på taket med enorme dråper, og da vi våknet lå tåka i ørehøyde. Hvilken start på årets sommertur, sukk.

Men da vi endelig hadde kommet igjennom morgenritualet med felles frokost, nistepakking, oppvask, rydding, avkledning, omkledding og sådant mer hadde vi brukt så mye tid at regnet hadde holdt opp. Tåken lettet og vi så fjell!

Sunnmøre hadde besluttet å ignorere de deprimerende prognosene fra yr.no, og glede oss med solgløtt. Første turdag kunne vi dermed marsjere oppløftet av sted i kortermot, og med regntøyet midlertidig nedpakket – om enn relativt tilgjengelig. Naturligvis ble det noe regn underveis i løpet av tur-uka, men to toppturdager med strålende sol kunne ingen klage over.

Alt i alt ble vi verken fysisk eller psykisk mugne – snarere tvert imot, og vi fikk utsyn til det beste av topper som Sunnmørsalpene har å by på ☺

Her kommer noen smakebiter fra våre opplevelser på årets sommertur.



Dag 1 – En del bratte oppoverbakker er unnagjort. Gjengen passer på å omfordele litt vekt fra sekkene til magene.



Dag 1 – På vei fra Barstadvik og oppover til Molladalen. I bakgrunnen sees Middagshornet (1.091 moh) – Foto: Hanne Enger



Molladalen og Ytre Standaldalen

Pause på vei oppover. I bakgrunnen ses noen av tindene i Molladalen. Av de mest kjente er bla. Randers topp (1.414 moh), Mohns topp (1.359 moh) og Bladet – Foto: Hanne Enger



Ytre Standalsetra med utsikt mot Hjørundfjorden – Foto: Lin Østad

Undertegnede hadde forespeilet turdel-takerne at vi kanskje måtte ligge i telt den første natten. Spesielt med regn i sikte fristet ikke dette så mye – og det ble naturligvis regn den første dagen også.

Vi var imidlertid så heldige å få leie den minste bua på denne setra, og kroet oss riktig godt da vi etter et bad i elva kunne fyre i ovnen så det knitret. All verdens plass var det ikke, men for et slott å regne sammenligne med et vått telt.



Frokost - Foto: Lin Østad

Over kvannaldalsskaret til Standalhytta



Revebjelle på setervollen – Foto: Hanne Enger

Dag to skulle vi nok en gang utsette våre ben for ganske mange høydemetre. Ca 700 opp, og like mange ned igjen. Vi skulle forsere Kvanndalsskaret og ta oss ned til Standaldalenl. Av guideboken for Sunnmøre kunne vi lese at vi trengte en 3 – 4 timer.. 7 timer senere datt vi sårbeinte



Nistevannet – Foto: Hanne Enger



Vi lader opp til å takle Kvanndalsskaret – Foto: Hanne Enger

inn på hytta vår. Vel var vi kanskje ikke topptrente atleter, men noen må ha skrytt kraftig i den boka. Stol ikke alltid på kjentfolk er moralen...Nøye studering av kartet kan derimot anbefales – spesielt når turistforeningen i området er litt lemfeldig med T-merkingen.



På toppen av skaret – Foto: Lin Østad

Fra Urke gjennom Langsæterdalen til Patchellhytta



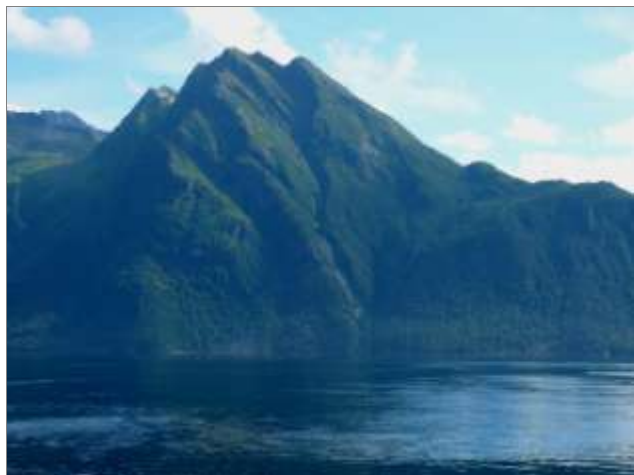
Klar for avmarsj inn Langsæterdalen til Patchellhytta – Foto: Hanne Enger



Vi har kommet langt oppover dalen, og ser tilbake på fjellene nede ved Urke. Slogen ligger opp til høyre utenfor bildet – Foto: Hanne Enger

Fjellet byr på utrolig mange små søte underverk – Foto: Hanne Enger og Lin Østad

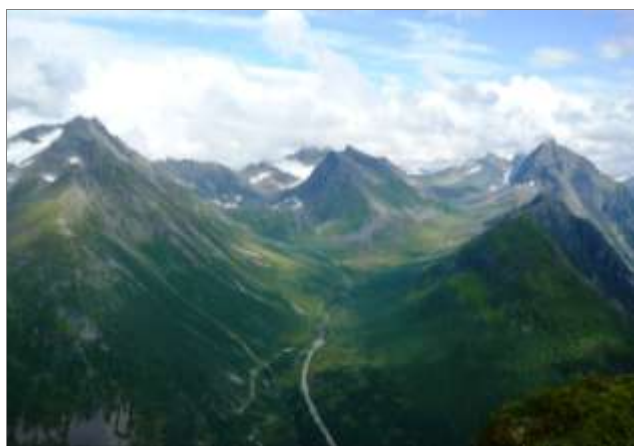
Fra toppturene til Saksa og Slogen



Saksa sett fra fjorden – Foto: Hanne Enger



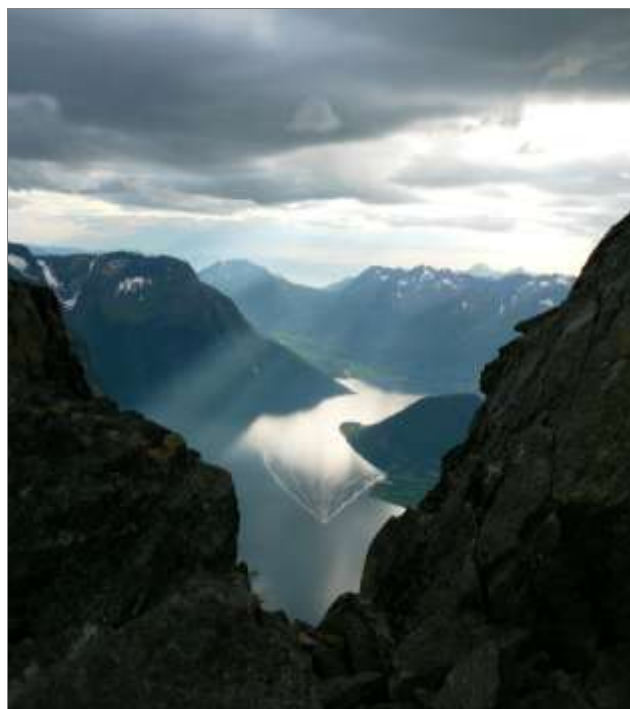
På vei opp til Saksa med utsikt til Slogen og Øye innerst i dalen – Foto: Lin Østad



Utsikt fra Saksa inn Langsæterdalen. Sett fra venstre; Vellesæterhornet (1.511 moh), Geithornet (1.460 moh) og Slogen (1.564 moh) – Foto: Hanne Enger



Leif hviler på toppen av Slogen – Hjørundfjorden og Sæbø i bakgrunnen – Foto: Lin Østad



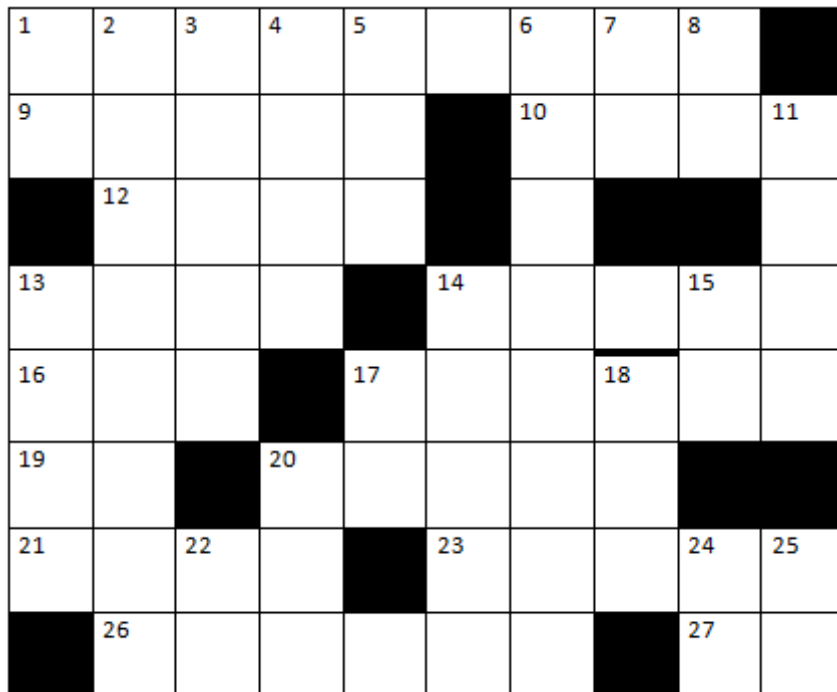
Ferge på vei inn fjorden – Foto: Hanne Enger



Solnedgang over Slogen – Foto: Hanne Enger

Friluftskryss

Av Morten Eriksen



Vannrett

- 1 Kilde for Frognerelva
- 9 Blir du av å trene
- 10 Underholdning
- 12 Helle mye vann
- 13 Hudsykdom
- 14 Stjele
- 16 På kaffekjelen
- 17 Gård i Maridalen
- 19 Kompassretning
- 20 Bruke bukse med lavt liv
- 21 Angående luft
- 23 Bukorgan
- 26 Visesanger
- 27 Blest

Loddrett

- 1 Nazi-organisasjon
- 2 Topp i marka
- 3 Smøring i kaldt vær
- 4 Teft
- 5 Tidligere, omv.
- 6 Del av Katnosa
- 7 Tall
- 8 Ukjent
- 11 Ryker
- 13 Sideelv til Glomma
- 14 Festemiddel
- 15 Svensk danser, omv.
- 17 Uttalte seg
- 18 Brensel, omv.
- 20 Stjerne
- 22 Bruke hest
- 24 Vinylplate
- 25 Engelsk bilmerke

*Klipp ut siden og send inn ferdig utfylt kryssord til adressen på neste side – **frist er fredag 3. desember***

FYLL INN

Ditt navn :

Ditt telefonnr:

Blant de som har riktig løst kryssord vil det bli trukket ut **to premier:**

- 1) Kart, Nordmarka vinter, 1:50 000
- 2) Sokker med vanntett såle

Vinnerne av kryssordkonkurransen vil bli annonsert i neste Friluft (nr. 1 / 2011) sammen med løsningen.

FRILUFTSKRYSS I NR 3 / 2010

Utsikt mot Gråfjell på Norefjell - Foto: Magne Arentsen



LØSNINGEN SENDES TIL

MORTEN ERIKSEN
KROKLIVEIEN 34 D
0584 OSLO



Friluftsklubbens hytter

Friluftsklubben driver to hytter, Sellanrå og Solstua. Her kan medlemmer og andre leie sengeplasser eller hele hytta. For Sellanrå gjelder at man må betale for minst 7 plasser for holde av hele hytta. På Solstua kan man uansett holde av hele hytta.

Overnatting og eventuelt proviantkjøp (kun Sellanrå) betales via giro som er utlagt på hytta, eller direkte til kontonummer: 9235.21.68396.

Hytta bestilles på Friluftsklubbens nettsider (<http://www.friluftsklubben.no/booking/>), ved å kontakte Friluftsklubben på telefon 944 88 175 eller gjennom en epost til hyttedrift@friluftsklubben.no.

En eventuell avbestilling må gjøres pr. epost til hyttedrift@friluftsklubben.no senest 10 dager før oppholdet skulle startet. Ved senere avbestilling må det betales 10% av leibeløpet pr. dag forsinkelse (f.eks. ved avbestilling 6 dager for sent betales 60%, 1 dag før 90%).

Hyttene er ikke låst med DNT-lås, men Friluftsklubbens egen lås. Kontaktpersoner for formidling av nøkkel oppgis ved bestilling. Medlemmer kan kjøpe nøkkel til hyttene. Det er samme nøkkel til begge hyttene.

Priser på hyttene

	Medlemmer	Ikke-medlemmer
Overnatting, voksne	100,-	150,-
Overnatting, Ungdom 16 - 25 år	75,-	100,-
Overnatting, barn under 16 år	50,-	50,-
Overnatting, barn under 7 år	gratis	gratis
Dagsbesøk	gratis	gratis

The screenshot shows a web browser window with the URL <http://www.friluftsklubben.no/booking/index.php?hytten=1>. The page title is "Hyttebestilling - Friluftsklubben i Oslo". There is a dropdown menu for "Hytt:" with "Sellanrå" selected and a "Oppdater" button. Below this, a message states: "Kalenderen viser hvilke dager det er bestilt plasser. Trykk på en dato for å mer informasjon og bestilling, eller [gå direkte til reservering](#)".

Four calendar grids are displayed for the months of February, March, April, and May 2006, all for the "Sellanrå" cabin. The days are color-coded: green indicates availability, orange indicates partial booking, and red indicates full reservation. A legend at the bottom left explains the colors:

- Green square: =Helt ledig
- Orange square: =Delvis oppstatt
- Red square: =Fullt/leie hytta reservert

Bestilling kan gjøres på www.friluftsklubben.no/booking



Solstua Turisthytte



Solstua ligger sentralt til på Krokskogen ved Kleivstua med kort å gå inn fra parkeringsplass (ca. 800 meter).

Hytta har 6 sengeplasser fordelt på ett soverom og en stue. Hytta har en koselig peisestue med peis og et enkelt kjøkken med alt nødvendig kjøkkenutstyr.

Det finnes stearin- og parafinbelysning, vedfyring og gassapparat til koking. Hytta er et meget bra utgangspunkt for turer i området. Severdigheter som Kongens utsikt, Svenskeslaget i Nordkleiva og hellige Olavs kilde ved Retthellseter er ikke langt unna. Det er ellers mange fine setervoller i området hvorav Retthellseter er den best bevarte.

Adkomst til hytta er fra Sundvolden opp Krokkleiva hvis du tar buss fra Oslo. Krokkleiva er verdt en tur. Den er skiltet som natursti. Fra Sundvolden er det ca. 3 km å gå opp til hytta. Ellers går det bomvei opp til Kleivstua hvor det er 800 meter å gå inn til hytta.

Solstua er ubetjent. Den har ikke proviantlager.



Sellanrå Turisthytte



Sellanrå er Friluftsklubbens hytte i Nordmarka. Den ligger lunt til på Raudløkkollen helt vest i «Maridalsalpene» med fantastisk utsikt utover Nordmarka.

Hytta har 15 sengeplasser fordelt på ett soverom og to hemsrom. Det er en koselig peisestue med peis og ellers klassisk hytteinteriør fra sportshyttenes ungdom i marka.

Det er stearin- og parafinbelysning, vedfyring og gassapparat til koking. Kjøkkenet har dekketøy til ca. 20 personer.

Adkomst til hytta fra Skar i Maridalen på blåmerket sti om Tømtehyttene (DNT-Oslo og Omegn) 3,5 km. Sellanrå ligger 0,3 km vest for Tømtehyttene. Det går også en umerket sti om Furumokollen rett opp til hytta, 3,5 km Skar - Sellanrå.

Sellanrå er Oslomarkas eneste selvbetjente hytte. Det vil si at du kan kjøpe middags-mat med tilbehør, supper, desserter og annet på stedet gjennom selvbetjening fra proviant-lageret.

Ved bestilling for gruppe med minst 7 personer, kan gruppen holde av øvrige ledige plasser hvis man ønsker å være alene.

PORTO BETALT

PORT PAYÉ

NORGE

A – POST

Arrangementer

Måned	Dato	Tur/arrangement
September	5.	Dagstur med kjentmannsmerkeåpning
	12.	Dagstur i Nordmarka – med VM på ski 2011 som tema
	17. – 19.	Høstfargetur til Blefjell
	26.	Dagstur i Østmarka
Oktober	2. – 3.	Fårikåaften på Sellanrå
	3.	Åpen dag på Sellanrå
	10.	Dagstur gjennom heilandskap i Finnemarka
	13.	Medlemsmøte på Tidemandsstuen – foredrag om 'gjengroing'
	27.	Bålkveld ved Sætertjern
	30.	Jubileumsfest
November	14.	Dagstur i Østmarka fra Bysetermosen
	19. – 21.	Første skitur til fjells - Skeikampen
Desember	5.	Dagstur fra Sognsvann til Tryvann
Januar	16.	Dagstur i Nordmarka øst – fra Nittedal
	30.	Dagstur i Maridalsmarka

Returadresse: Friluft c/o Øyvind Grandum, Instituttveien 17, 2007 Kjeller