

LYNPOSTEN



NR. 2 2021 ● ÅRGANG 100 ● WWW.LYN.NO

Stang ut, stang inn
Side 18





PS! Vi har mye
HOKA på lager!



❄️ Tiden er her ❄️



Følg oss på Insta:
@bullskikajak
#bullskiogkajak
#bskslip
#bull_lua

Møt våre racingsansvarlige på Røa, Majorstua og Sandvika



Røa: Morgan



Majorstua: Jo Alexander



Sandvika: Frank

Handle gjerne også på nett med klubbrabatt:
www.bull-ski-kajak.no/LYNSKI



Sandvika: 67 55 52 60
Eyvind Lyches vei 9C

Man - fre: 10-18
Tor: 10-19
Lørdag: 10-16

Oslo: 23 20 44 20
Sørkedalsveien 7

Man-Fre: 10-18
Tor: 10-19
Lør: 10-16

Røa: 22 50 80 50
Vækerøveien 197

Man-Fre: 10-18
Tor: 10-19
Lør: 10-16

-Kurs, treninger og events

www.bullaktiv.no
info@bullaktiv.no

-Spesialforretning og skiskoler
Holmenkollen

www.superski.no
info@superski.no

SFK LYN

Olav M. Troviks vei 13, 0864 Oslo
Bank: DNB
Bankkonto: 1607 40 23812

Daglig leder SFK : Morten Berge
Mob: 996 45 500
Mail: morten@lyn.no

STYRET

Leder: Benedikte Stiff
Mob: 924 45 661
Mail: stiff66@icloud.com

LEDER FOR HYTTESTYRET

Anine Øverlier
Mob: 472 47 555
Mail: utleie@lynhytta.no

LEDER FOR STIFTELSEN HULDREHEIM

Trine Alderin
Mob: 419 30 507
Mail: trine.alderin@gmail.com

LYN FOTBALL

Styreleder: Line Fiskerstrand Blekeli
Mob: 413 12 562
Mail: linefiskb@gmail.com

LYN I 896FK

Styreleder: Petter Sætherbakken
Mob: 906 96 065
Mail: petter.saetherbakken@decisive.no

LYN SKI

Styreleder: Geir Moe
Mob: 941 00 010
Mail: geir.moe@online.no

LYNS ELDRE

Leder: Erik Sjetnan
Mob: 901 92 249
Mail: sjetnanerik@gmail.com

REDAKTØR

Thomas Nordeng
Mob: 948 19 820
Mail: nordeng@lyn.no

ANNONSER

SFK LYN: Morten Berge
Mob: 996 45 500
Mail: morten@lyn.no

LYN SKI: Knut Nævestad
Mob: 901 43 850

LYN I 896FK: Bjørn Gohn Jønsberg
Mob: 922 06 277
Mail: bjorn@lyn.no

LYN FOTBALL: Carl Gustav Borander
Mob: 938 83 643
Mail: Carlgustav@lynfotball.no

HJEMMESIDER

www.lyn.no
www.lynski.no
www.lynfotball.no
www.lyn1896.no
www.lyndamer.no

Trykk: Xide.
Opplag: 2100
Forsidefoto: BillyBonkers
Redaksjonskomite: Morten Berge,
Annik Bjørndal og Lise Juvet.



Innhold nr. 2, 2021

5. STYRELEDER BENEDIKTE STIFF
6. OPPRYKKSTHRILLER
8. UNGDOMSFOTBALLEN
10. LUNSJ MED LYNS ELDRE
11. LÆRER ´N I 500
13. LYN 1896
14. DAGLIG LEDER MORTEN BERGE
16. NOTISER
17. LYN FOTBALL
18. STANG UT, STANG INN
21. LYNS ELDRE
24. SKIRENN TERMINLISTE
26. IVAR FORMOS MINNELØP
29. JUNIORAVDELING SKI
31. NORDMARKS12ER ´N
32. TUVA PÅ LANDSLAGET
33. TRYSIL 2021
34. HØSTRULL
35. NOTISER LYN SKI
36. SOMMERSKISKOLEN
38. JUBILANTER



PRIVATMEGLEREN
PARK



Skal du selge bolig?

Privatmegleren Park er din lokale eiendomsmegler og rådgiver på alle områder innenfor bolig.

Vi har eiendomsmeglere med spesialkompetanse for avhending av all type eiendom.

Privatmegleren Park har lang fartstid og bred kompetanse og har som kjerneområde Oslo Vest, Oslo Nord og Bærum m.m. Som en av landets største aktører innen eiendomsmegling og markedsleder i Oslo, kan vi garantere at ditt boligsalg er i trygge hender.

Vi sier ikke bare at Privatmegleren utgjør en forskjell, vi viser det også i praksis. Med de beste eiendomsmeglerne og de kraftigste verktøy innen markedsføring, håper vi at vi kan ønske deg velkommen som kunde av Privatmegleren Park.

Som medlem av LYN har vi gleden av å tilby deg 10% i rabatt på ditt neste boligsalg.

Oppgi kodeord «**PARK2020**» ved henvendelse.

Ta kontakt for mer info og en uforpliktende boligprat.

PrivatMegleren Park • Schultz' gate 4, 0365 Oslo • Tlf. 22 59 50 10
park@privatmegleren.no

PRE JUL OG POST COVID

Vi er tilbake i normal drift på Kringsjø, etter 18 mnd med Covid restriksjoner. Aller først - takk til alle klubbens medlemmer som har stått ved LYN gjennom en svært krevende periode!

JUBILEUMSFEIRING

2021 ble året der klubben ble 125 år, og ønsket feiring ble avlyst og utsatt. I samarbeid med allianselagene, planlegger en jubileumsfest i 2022, der vi skal feire oss selv og dele ut jubileumshedersbevisningene. Mer informasjon om dette etter hvert.

NY DAGLIG LEDER I SFK

Morten Berge er ny daglig leder i SFK. Han startet 1 juni og fikk to uker overlapp med Sjur for overføring av kunnskap og rutiner, noe som var veldig bra for klubben. Morten har benyttet de første månedene veldig godt. Han har blitt godt kjent med allianselagenes administrasjoner, og med viktige samarbeidspartnere for SFK. Styret gleder seg over at Morten har kommet raskt inn i jobben, at han på hyggelig og serviceminded vis gjør seg kjent med rutiner og folk på Kringsjø, og at han med et godt blikk gjør endringer og justeringer. Med Carl Gustav Borander som permanent daglig leder for Fotball, er alle lederpostene i allianselagene også besatt. Vi ser frem til godt samarbeid rundt viktige saker for klubben i tiden fremover!

MILJØANLEGG

Det er store miljøoppgaver som ligger foran oss. Personlig kan alle bidra litt. Som klubb har vi ambisjon om å bidra mer gjennom å utvikle Kringsjø til et anlegg som kutter utslipp og legger

godt til rette for miljøriktige valg. Det er nok å ta tak i! Av større prosjekter er det særlig to som er verdt å nevne her:

1: Søppelsortering

Den spede starten ser dere, med tredelt søppelsortering for PAPIR, FLASKER og RESTAVFALL på KGB1 og KGB2. Prosjektets del 1 er realisert ved hjelp av «Grønne midler» fra Nordre Aker bydel, sammen med bidrag fra Eckbos Legater og Sparebankstiftelsen DNB. Del 2 og 3 av prosjektet vil være ytterligere avfallsbeholdere ute, ved KGB2 og KGB3, og inne på Klubbhuset – der vi også vil sortere matavfall og plast. Vi krysser fingre for positiv tilbakemelding på søknad om ytterligere støtte til å realisere resten av prosjektet denne høsten, slik at vi raskt kan få infrastrukturen på plass. Vi håper alle kaster søppel i riktig boks fremover!

2: Jordvarme som erstatter for propan ved vinteroppvarming av baner

Frem mot 2030 kommer CO2 avgiften til å øke kraftig. Fotballen betaler i dag rundt kr 800.000,- i vinteroppvarming av baner. Utgiftene vil med scenariene som er tegnet, mangedobles i årene fremover.

SFK har i sommer blitt del av et prosjekt som utreder muligheter for jordvarme som alternativ til dagens propanoppvarming. Dette er nybrottsarbeid. Utredningen ledes av GTML, og LYN deltar som en av seks klubber i prosjektet. Vi er både spente og forsiktig optimistiske med tanke på konklusjoner. Dersom jordvarme er et alternativ for Kringsjø, vil det både gi store kostnadsreduksjoner, god kost-

nadskontroll og null CO2 utslipp. Undersøkelser på Kringsjø gjennomføres på nyåret, der vi vil få svar på muligheter for å realisere, med prosjektomfang og investeringskostnader.

MEDLEMSREGISTERET

Medlemsregisteret er en kjerne i driften av LYN. Her ligger utgangspunktet for klubbinntekt med oversikt over hvem som til enhver tid er i klubben. Innmeldinger og utmeldinger har i 14 år vært styrt av Jørn Etholm, og vi gir ham en stor takk for jobben han legger – og har lagt ned! I en annonse lenger bak i bladet, søker vi nå etter Jørns erstatter. Dersom du jobber lett i IT-systemer, er god på «ordning og reda» og har lyst til å gjøre en viktig innsats for klubben, vil Morten gjerne høre fra deg.

Riktig god førjulstid til alle, og heia LYN!

Benedikte Stiff, Styreleder i SFK LYN



OPPRYKKSTHRILLER

TEKST BJØRN GOHN JØNSBERG FOTO LYN 1896 FK



Juniorlaget gjorde mer eller mindre rent bord i årets sesong, 6 seiere og 1 uavgjort med 26 plussmål i bagasjen ble fasiten i avdeling B. Opprykk til Interkrets A skulle avgjøres i 2 kamper mot Kongsvinger.

Etter 3-1 seier på Gjemselund hadde juniorlaget et godt utgangspunkt før den avsluttende kampen mot Kongsvinger. Og det litt av en thriller og en match man sjeldent får oppleve, dessverre endte dette ikke godt for våre juniorspillere.

Lyn gikk relativt tidlig opp i en 2-0 ledelse og hadde full kontroll, men tre-fire minutter før pause fikk vi en utvisning og Kongsvinger reduserte kort tid etterpå. Det var ingen ting å si på utvisningen da en Kongsvinger-spiller ble hindret på vei alene igjennom. Lyn gikk til

pause med 2-1 og Kongsvinger trengte 3 mål til for å vinne på bortemålsregelen.

Slike rammer vi så på Kringsjø denne høstkvalden var av de sjeldne, Bastionen satt sitt preg på rammene til de grader. Det var folkefest

Kongsvinger reduserte til 2-2 allerede 1 minutt ut i andre omgang og fikk skikkelig blod på tann.

Kongsvinger skåret 2 ganger til, og 4-2 målet burde etter alle solemerker ikke blitt godkjent, men slik er det uten VAR. Linjemann vinket febrilsk, men påstod selv etterpå at dette var for å markere at ballen var inne, men slik skal ikke en linjemann opptre. Dette skapte også reaksjoner og endte med at vår sisteskanser fikk

“Slike rammer vi så på Kringsjø denne høstkvelden var av de sjeldne, Bastionen satt sitt preg på rammene til de grader. Det var folkefest”



sitt andre gule kort for protester og Lyn måtte avslutte kampen 9 mot 11. Det ble selvfølgelig tungt, men vi fikk en siste mulighet langt ut i overtiden. Headingen gikk dessverre noen centimeter utenfor.

Dette var veldig tungt for en gjeng som har gjort en formidabel jobb i år, ingen motstandere har vært i nærheten av det maskineriet vi har vist i år. Det har rett og slett vært gjort en fantastisk jobb av Glenn Hartmann og Antonis Veras.

Fotball dreier seg om oppturer og nedturer, og vi er klare for å brette opp ermene og gi jernet igjen neste år også. I junioravdelingen gror det veldig godt og masse potensial for fremtiden.



“Det har vært et år hvor aktivitet og spilleglede har vært det viktigste fra klubbens side.”

UNGDOMSFOTBALLEN I LYN

TEKST JØRGEN REIKERÅS OG GEIR RUNAR OMLI

U2021 har vært et annerledes år, hvor vi har gått fra total nedstengning til full aktivitet og kamper. Vi har vært vitne til mye idrettsglede hvor jenter og gutter i alle aldre har fått muligheten til å slippe seg løs, spille kamper, være på turneringer og ha sosiale samlinger på klubbhuset. Det har vært et år hvor aktivitet og spilleglede har vært det viktigste fra klubbens side.

Sportslig har det også vært mye gode resultater å vise til. På jentesiden har vi i år hatt lag med i J15 Regional og J17 Regional. J15 avsluttet midt på tabellen, men viste gode tendenser og spillemessig har de vært på høyde med de beste i ligaen, hvor vi blant annet avsluttet med 1-1 borte mot serievinner Kolbotn. I J17 Regional kom vi på en solid 2. plass i serien, hvor vi etter en treig start vant 7 av de siste 8 kampene. I tillegg kom vi til finalene i Adidas Cup J14 og sist, men ikke minst spiller vi finale i NM J19 den 4.12 på Nadderud mot Stabæk, vår første NM-finale siden 2016. Vi har også fått en solid 2. plass i 2. divisjon for kvinner, og faktisk gått en hel sesong ubeseiret som eneste lag i avdelingen.

Vi har hatt totalt 12 spillere på aldersbestemte landslag på jentesiden, i tillegg til mange spillere på sone/krets, noe som vitner om mange fremadstormende spillere i klubben. Etter at vi i 2020 ble kronet til Norges beste utviklingsklubb på jentesiden har vi tatt ytterligere steg og skal jobbe mot en fortsatt utvikling i 2022!

Blant bredden i Lyn har vi også hatt mye idrettsglede og mange jenter har startet opp igjen med kamper og turneringer. Det er yrende liv på Kringsjø, og våre gode trenere har lagt til rette for at alle blir sett og får et tilpasset trenings- og kamptilbud.

Året 2021 har påvirket guttefotballen i Lyn Fotball i stor grad. Vi har gjennom året jobbet systematisk for å sette utvikling av våre spillere fra alderen 13-16 i system samtidig som vi begynner å få en bedre overgang fra G16 og inn til G19. Flere av våre yngre spillere har fått muligheten oppover i systemet, noe vi ønsker for å skape fremtidens A-lagsspillere fra eget akademi. Høstens soneuttak viser at vi jobber svært godt i våre yngre årganger og at de årene som kommer så er det mye potensiale som kommer fra guttefotballen hos Lyn fotball.

Vi har brukt høsten 2021 til å danne et fundament inn mot 2022 sesongen, og det jobbes i disse dager med å fullføre trenerkabalene. Vi er ekstremt opptatt av at personer som kommer inn bidrar til vår identitet og tar del av den positive kulturen vi har på gang. Mange trenere er nå på tvers av gutte- og jentelag og vi skal i 2022 ta ytterligere steg i å utvikle den positive kulturen i klubben.

I 2022 ser vi frem til et normalt år, hvor vi kan få reist på cuper og turneringer allerede i vinter, hvor vi kan ha sosiale tiltak gjennom hele sesongen, og sist, men ikke minst få en normal sesong med dobbel serie, slik at vi får et godt kamp- og treningstilbud for alle. Vi skal fortsette jobben med å utvikle spillere til våre A-lag, samtidig som vi skal ta vare på den sosiale delen av idretten vi alle elsker.

Utviklingsavdelingen i Lyn Fotball ønsker alle en riktig god julefeiring, avslutning på året og ser frem til et strålende 2022 med alle de muligheter som ligger foran oss!

Bli medeier og få ekstra gode fordeler flere steder!

Send SMS «Coop» til 2330



Spar tusenlapper på:

- ✓ **Kjøpeutbytte**
- ✓ **Medlemskupp**
- ✓ **Personlige kuponger**
- ✓ **Samarbeidspartnere**

coop

Øst



LUNSJ MED LYNS ELDRE

TEKST

ERIK SJETNAN

FOTO

LYN FOTBALL DAMER

Den 15. september ble vi i Lyns Eldre invitert til lunsj sammen med vårt flotte damelag. Damene stilte med nesten fullt lag og hele støtteapparatet. Vi stilte også sterkt med 15 spreke menn. Dette ble en lang og meget hyggelig lunsj som frister veldig til gjentakelse. Jentene fikk lov til å presentere seg med «hvordan kommer du fra/ hvor spiller du på banen/ambisjoner fritt spill». Vi eldre måtte også på benene og presentere oss med «hva og hvorfor Lyn/ spilt fotball som ung/litt fritt».

Neste gang får Lyns Eldre slå til med lunsj! Meget hyggelig og vellykket.

Se bilder over fra lunsjen.



LÆRER'N I 500

TEKST THOMAS NORDENG FOTO INA MARIE SIGURDSEN/ AFTENPOSTEN

Det hele startet tilbake i 1966 da Hans Georg Øverby var på sin første Lyn-kamp. Det var cupfinale mellom Lyn og Fredrikstad. Det var her det startet, livet som Lyn-supporter. Hans beste minner fra de gode gamle dagene var kampene mot Norrköping i snøvær på Ullevaal i 1968 og mot Barcelona i 1969. I 1985 ble han daglig leder i LYN og har også i senere tid vært speaker på Ullevaal Stadion, Bislett stadion og Frogner stadion.

I dag er han 71 år og bor i Arendal. Å pendle til Lyn sine hjemme- og bortekamper fra Askim var tydeligvis ikke langt nok, etter å ha flyttet til sørlandsbyen tidligere i år.

“Før 2001 så jeg nesten alle hjemmekamper og noen bortekamper i «nærområdet». Galskapen begynte først i 2001, da bestemte jeg meg for å se alle seriekamper så lenge Lyn spilte i Eliteserien, eller at jeg døde før det. Så gikk jo Lyn konkurs og jeg kunne ha avsluttet der og da, men det gjorde jeg altså ikke,” sier “Lærer’ n”.

“Lærer’n” har fått kallenavnet fra supporterklubben, Bastionen. Han har sett alle tellende Lyn-kamper, hjemme og borte, siden 2001. I hans 200. kamp fikk

han overrakt en Lyn-drakt med 200 på ryggen i forbindelse med en Eliteseriekamp i 2008. I år 13 år senere har han altså rundet kamp nummer 500. Det var herrelagets siste kamp for året, hjemme mot Fyllingsdalen. Øverby ble hyllet før kamp og som i hans 200. kamp på Ullevaal Stadion, fikk han tildelt årets drakt med “Lærer’n 500” på ryggen av kaptein William Sell.

“Ett av de beste minnene fra de senere år, var da Bjørn (Gohn Jønsberg red.anm.) omberammet en kamp i 2020 så jeg kunne rekke både konfirmasjon og Lyn-kamp på Kringsjø.”

20 år tok det før Hans Georg nådde 500 kamper. Allerede nå er neste mål satt, han skal nå 1000. Og det skal mye til for å stoppe han:

“En liten kuriositet om min «galskap». Vinteren 2015 var jeg alvorlig syk, og ifølge min kone skal jeg ha sagt “Det var bra det skjedde utenfor sesong”, etter å ha våknet opp etter en operasjon”, avslutter Øverby.

Vi i Lyn er stolte av å ha supportere som Lærer’n rundt oss og vi gleder oss til hans neste jubileum.

HELT NYE EQA. HELT INNEN REKKEVIDDE.

Fra kr 417.900,-



“Nå har det nye eventyret begynt, og sammen skal vi klare å skape et LYN vi er stolte av.”

LYN 1896

SKRIVER HISTORIE

TEKST BJØRN GOHN JØNSBERG

2021 skrives inn i Lyn-historien uansett hvordan man vrir og vender på det. Lyn-folket ble igjen samlet, vi har vist verden at vi lever. En dag skal vi tilbake, når vi er gode nok, når vi har et godt fundament og når vi spiller hverandre gode. Årets sesong skal jeg ikke bruke resterende setningene på, det gikk som det gikk, men det er fremtiden som teller og at man lærer av det man har opplevd.

Ble mange nye opplevelser på en gang i år, sikkert ikke helt optimalt at starten på reisen med et folkefinansiert AS kom rett før seriestart, men vi var da klare og ville uansett ikke vente mer, det var på tide med nye tanker, vel formulert og presentert. Og noe vi som klubb og ildsjeler hadde troen på.

Men folkens, 1975 nye aksjonærer på 3-4 dager og 10 mill er helt rått - rett og slett fantastisk. Norges første folkefinansierte fotball AS ble en realitet og en kjempe suksess. Folk ringte fra øst til vest, fra nord til sør, og var begeistret for prosjektet. Dette ville de være med på. Fra og med 2022 og de neste 3-4 årene skal disse penge forvaltes til å bygge en solid klubb, med gode langsiktige og gjennomtenkte planer og handlinger.

Nå har det nye eventyret begynt, og sammen skal vi klare å skape et Lyn vi er stolte av. Men vi klarer ikke dette uten dere der ute som leser dette, dere er vi avhengige av. Vær en stolt Lyn-tilhenger og aksjonær. For dere som enda ikke har fått med dere prosjektet, kan planverket leses på invester.lyn1896.no

BIL-LOTTERI

I høst har Lyn Fotball for første gang gjennomført et billetteri. 10 000 lodd skulle selges unna fra klubb, ansatte og medlemmer med formål å styrke klubbens økonomi i en periode som har blitt sterkt påvirket av samfunnssituasjonen. I tillegg skulle 25% gå tilbake til de ulike lagkassene.

Loddsalget begynte i midten av august og varte fram til slutten av oktober. Det er ikke til å stikke under en stol at billetteriet ikke ble den suksessen man

hadde håpet på og har sett at andre klubber har hatt. Likevel har man lært mye om selve gjennomføringen av et slikt lotteri, og ikke minst at man har et utviklingspotensial på medlemskommunikasjon da hovedproblemet har vært at man har slitt med å nå ut til hele klubben.

Om Lyn Fotballs Billetteri skal bli en årlig dugnad eller ikke gjenstår å se, men man har i år i alle fall klart å lodde ut en splitter ny Mercedes Benz EQA

til en heldig vinner med loddnummeret 150! Bilen leveres av Bertel O. Steen og har en totalverdi på 490.000kr. I tillegg til bil har man også kåret vinnere av et gavekort på 30.000 kr øremerket el-sykkel, 5000krs gavekort på treningsklokke i tillegg til at femten heldige vinnere allerede nå har sikret seg sesongkort til Lyn Damers hjemmekamper i 2022.



LIVET PÅ KRINGSJÅ

MORTEN BERGE, DAGLIG LEDER SFK LYN

Endelig er vi i gang igjen med full aktivitet på klubbhuset og banene på Kringsjå. Hver eneste dag, syv dager i uken, er det ett eller annet som skjer. Selv om ikke alle aktiviteter er tilbake på samme nivå som de var før koronaen kom over oss, så er det meste på vei tilbake.

Klubbhuset

Det er nesten deilig å kjenne at bruken av klubbhuset igjen er på et nivå hvor vi ikke får plass til alt. Selv om det er synd å måtte si nei til aktiviteter er det godt å oppleve yrende liv rundt seg daglig. Private selskap og sportslig aktivitet går hånd i hånd. Aktiv bruk medfører også slitasje, så vi vil i tiden fremover vurdere nødvendig vedlikehold og utviklingsmuligheter tilknyttet klubbhuset.

Banene

Selv med fire baner, 3 kunstgressbaner og 1 naturgressbane, har vi betydelig underkapasitet til alle våre lag og deres treninger og kamper. Det betyr at vi

også fremover må benytte kapasitet andre steder enn på vårt eget anlegg. I tillegg har vi i høst hatt utfordringer med hovedbanen (KGB1) og planlegger rehabilitering av den andre banen ved klubbhuset (KGB2) våren 2022. Dette vil naturlig nok utfordre trenings- og kampkapasiteten ytterligere, men vi arbeider med å løse dette på best mulig måte. I tillegg arbeider vi med å få på plass en hall der naturgressbanen er i dag, men dette er en lengre prosess.

Miljø

Vi ønsker at vårt anlegg skal være det ryddigste og reneste i byen, men det er det dessverre ikke alltid vi får til. Skal vi klare den målsettingen er vi avhengige av at alle dere som er på besøk gjør sin del. Nye avfallsbeholdere er på plass rundt klubbhuset hvor vi er i gang med å sortere avfall, men dette er avhengig av at alle er med å rydde opp etter seg selv og kaste sitt avfall i rett beholder.

To av banene har undervarmelegg. Dette er viktig for å opprettholde et akseptabelt treningstilbud på vintertid. Nå ser vi på muligheten for å gjøre denne oppvarmingen betydelig mer miljøvennlig.

På Kringsjå har vi et flott anlegg for oss alle, så la oss sammen ta godt vare på det.

Vi sees på Kringsjå.

Morten Berge, Daglig leder SFK LYN



LYN-KAFFE TIL INNKJØPSPRIS

Vipps og hent på klubbhuset.

Har du behov for å fylle på kaffelageret?
Eller kanskje har du ikke smakt på LYN-kaffen enda?

Nå er prisen for en eske med 10 pakker, 2,5 liter filtermalt kaffe, satt ned til innkjøpspris - altså kun 350 kroner. "Best før datoen" gikk ut i tidligere i høst, men det er fortsatt god smak og holdbarhet. På klubbhuset drikkes det fortsatt LYN-kaffe og det vil det gjøres i hele vinter.

Selvbetjent kjøp

Eskene står utenfor kontorene på klubbhuset og kan hentes hele dagen. Vipps 350,- til 638800 og nyt LYN-kaffen til jul.

Tilbudet gjelder så langt lageret rekker.



Til viktig klubbverv søker vi i SFK LYN:

ANSVARLIG FOR MEDLEMSREGISTER



Vi ønsker kontakt med deg som er et utpreget ordensmenneske og har et brennende hjerte for klubben vår!

Vervet inkluderer fakturering av medlemskontingent (de fleste faktureres i januar), purringer, statusmelding til idrettslagene og SFK, hjelp med innmeldinger og utmeldinger og ajourføring av kontaktopplysninger i hovedregisteret. Perioden rundt utsendelse av medlemsavgift vil være arbeidskrevende. Jørn Etholm har hatt ansvaret i flere år, og har skapt god struktur og oversikt. Jørn vil bistå ny person med å komme godt inn i rutiner.

Kjenner du at dette er deg, og at du er klar for å ta i et tak for klubben i våre hjerter?

Daglig leder, Morten Berge, vil gjerne høre fra deg. Morten treffes på telefon 996 45 500 eller på mail morten@lyn.no.

Medlemsregisteret til Ski- og Fotballklubben LYN (SFK) ligger i SFK med LYN Ski, LYN Fotball og LYN 1896 som underorganisasjoner. Hovedregisteret er i dag organisert i Rubic. Vi er for tiden over 3800 medlemmer i LYN. Disse fordeler seg på medlemstyper som enkeltmedlemskap, familiemedlemskap, trenere og æresmedlemskap.



Foto: Kladd.no / Lars Opstad



ZAID ASFAR

Jordansk landslagsspiller

Zaid fikk dessverre deler av sesongen spolt med skade, men ble heldigvis frisk til ny landslagssamling. Han ble igjen tatt ut i u19 troppen til Jordan og befant seg i november på en månedslang treningsleir med laget. Vi gratulerer Zaid med nok et uttak og ønsker han lykke til i kampen mot UAE den 23. november!



JESSE BOATENG

Fra Lyn til Italienske SPAL

Etter å ha vært en viktig brikke for de fleste Lyn-lag de siste 4 årene prøver 17år gamle Jesse Boateng lykken i Italia. Jesse fikk nå en mulighet mange drømmer om og de drømmene skal ikke vi sette en stopper for, selv om vi gjerne skulle sett Jesse utvikle seg videre i Lyn. Han er alltid velkommen tilbake, og det vet han godt.

LYN 1896 eSport

På tide vil mange si, Lyn går også digitale veier også når det gjelder fotball. Som et prøveprosjekt frem mot neste årsmøte er det opprettet et eSport lag som deltar i Artic League og ligger foreløpig på en sterk annenplass. Laget trenger KongJona er for øvrig toppskårer i skrivende stund. Lyn 1896 eSport deltar også i NM i FIFA i regi av NFF. Ønsker du å prøve deg på laget, som spiller 11 mot 11 i den digitale sfæren, kontakt Christher@lyn1896.no



TO NYE JUNIORER- HENTET OPP TIL A-LAGET

Martin Bakken og Matias Victorio. 17 år gamle Martin gjorde seg fort bemerket i debuten for A-laget mot Sogndal 2, og endte opp med å starte de siste 5 kampene. Kjempeimponerende.

Matias Victorio har gjort sine saker meget bra på juniorlaget i år og 19 åringen fikk sin debut i siste seriekamp for herrelaget. To meget gode Lyn-gutter som flyttes fortjent oppover. I tillegg har Kristijan Coric og Kristian Berg Tveter vært viktige brikker for juniorlaget og fått velfortjent matchtrening med A-laget.

BRIKKENE FALLER PÅ PASS I LYN FOTBALL

TEKST THOMAS NORDENG FOTO LYN FOTBALL

Det har vært flere utskiftninger i Lyn Fotball de siste årene, men nå faller brikkene på plass og vi kan endelig se fremover.

Carl Gustav Borander ble i november ansatt som daglig leder etter å ha vært fungerende daglig leder siden André Melbye-Nørbech sluttet i stillingen i juni 2021.

Med Borander som daglig leder får man en som kjenner klubben godt og en som styret i Lyn Fotball er trygg på vil gjøre Lyn Fotball til en bedre klubb for både medlemmer, spillere og samarbeidspartnere. Borander har vært i klubben i 5 år og har siden sommeren 2020 vært markeds- og medieansvarlig.

Borander sa dette til lynfotball.no da det ble klart:

“Jeg er veldig takknemlig for å ha blitt gitt muligheten av styret og skal vise meg tilliten verdig. Gjennom mine 5 år i klubben har jeg opparbeidet meg en viss erfaring på

hvordan klubbdriften er og hvor stort potensiale i klubben er. Jeg skal sammen med de andre på kontoret gjøre alt for at Lyn er et godt sted å være for spillere, ansatte og foreldre! Nå starter det harde arbeidet, og jeg gleder meg til å ta fatt på dette fremover.”

Ny sportslig leder ble også offentliggjort i november, også han med masse erfaring fra klubben. Fredrik Løken Bjørnskau er nok et godt kjent navn for mange. Han kjenner klubben godt etter å ha spilt i klubben opp til junioralder og senere vært trener på jentesiden. I tillegg har han vært daglig leder i Lyn 1896 FK.

De siste to årene har han vært spillerutvikler på jentesiden i Kolbotn, men fra nyttår vender han hjem til Kringsjø. I stillingen som sportslig leder vil han ha det overordnede ansvaret for gjennomføringen av sportsplan og være øverste leder for annet

planverk i klubben. Stillingen er fordelt med 50% i Lyn Fotball og 50% i Lyn Fotball Damer.

“Lyn er en klubb med et voldsomt potensiale, både på gutte- og jentesiden og jeg gleder meg enormt til å sette i gang arbeidet med å bygge klubben videre. Jeg har jo vært i klubben tidligere og det å komme tilbake til klubben i en ny stilling er veldig motiverende og spennende. Vi skal være en klubb som tar var på menneskene i lokalmiljøet, samtidig som vi skal være en drivkraft for de spillerne som ønsker å utvikle seg til Norsk Toppfotball.” sa Bjørnskau da det ble offentliggjort i november.

“Lyn har en stolt tradisjon og identitet som en klubb som satser på unge spillere, og jeg gleder meg til å igjen være en del av det gode utviklingsmiljøet som er i klubben.”

Vi gleder oss til fortsettelsen!



Carl Gustav Borander



Fredrik Løken Bjørnskau



STANG UT, STANG INN

TEKST THOMAS NORDENG FOTO LYN FOTBALL DAMER

Fotballsesongen 2021 ble aldri slik vi drømte om før sesongen. Herrelaget skulle bruke jubileumsåret til å rykke opp, mens damelaget skulle etablere seg som topp 6-lag i Toppserien etter rekordsesongen i fjor. G19-laget som snublet på målstreken kan dere lese mer om noen sider frem i denne utgaven av LynPosten. Det ble en thriller uten like. 4. desember skal J19-laget ut i NM-finale mot Stabæk. Når du leser dette vet du hvordan kampen gikk. Gikk vi seirende ut?

Jeg skal ta dere med på en kort tur gjennom året som har vært for våre flaggskip på fotballsiden. Det har vært mange marginer som har gått mot oss denne sesongen. Faktisk virker det som det som kan gå mot oss, gikk mot oss. I tillegg har man blitt straffet knallhardt når man først har gjort feil.

Første halvdel

Det første halvåret var preget av Covid og herrelaget måtte vente lenge med å kunne konkurrere. For mens damelaget og resten av toppfotballen kunne trene normalt, spille kamper og starte seriespillet, så måtte

gutta trene med minst 1 meters avstand. Først 18. juni kom gutta i gang med kontakttrening. Damelaget hadde allerede spilt tre serierunder før gutta i det hele tatt kunne få trent ordentlig sammen.

Etter en knalltøff seriestart borte mot Vålerenga og LSK Kvinner var det to tap (4-0 og 3-2), ble det 2-0 seier over Klepp. Tapet mot våre naboer i øst var ikke så dårlig som resultatet sier, og tapet i LSK-Hallen var knepent. Mot VIF skulle vi hatt straffe på 1-0 og kampbildet ville da vært endret. "Dommeravgjørelser jevner seg ut over hele sesongen" ble det sagt etter kampen. Slik ble det ikke i år.

Vårsesongen var spillemessig god for Lyn-damene, men resultatene ga ikke så mange poeng. Stabæk stjal med seg ett poeng på overtid fra Kringsjå, mens RBK slet seg til seier foran 70.000 tv-seere direkte på NRK. De unge Lyn-damene ble hyllet for innsatsen av både eksperter og seere, men satt igjen med null poeng. De hadde fortjent langt mer enn kun ett poeng på disse to kampene. 7 poeng var fasiten etter endt vårsesong. Rett og slett dårlig betalt.



Siste halvdel

Herrelaget kom endelig i gang med tellende kamper i slutten av juli. Det ble cupfest på Bislett stadion da NFF satt opp Lyn mot Vålerenga i 1. runde NM. At Norges største byderby skulle bli spilt midt i fellesferien var vel ingen super idé fra forbundets side. I tillegg hjalp det lite at regjeringen og kommunen fortsatt hadde restriksjoner på arrangementer. Kanskje NFF skulle ventet med å sette opp byderbyet til neste år når ting sannsynligvis er mer normalt? Fotballfest ble det allikevel. Bastionen vant tribunekampen, mens storfavorittene VIF vant kampen.

I serien lugget det for begge våre a-lag. Det ble en tung seriestart for Lyn-gutta. Tre uavgjorte kamper i starten og 3 poeng på første fire, deriblant 1-1 mot Årdal. Sikkert 20-0 i målsjanser, men ballen ville bare inn i mål én gang. En straffe imot i det 90. minutt sørget for en herlig busstur hjem for gjestene, mens på Kringsjø satt med å lurte på hva i all verden som hadde skjedd. Skikkelig stang ut. Herrene endte på en 4. plass i sin 3. divisjonsavdeling. Sannsynligvis i den tøffeste avdelingen i 3. divisjon.

Marginene mot fortsatte også for damelaget. Mot Sandviken og Arna-Bjørnar var det flere dommer-

avgjørelser som ble avgjørende og dessverre ikke i fordel Lyn. To straffespark imot og et annullert mål sørget for at det ble 1 og ikke 4 poeng. De fem siste seriekampene endte med ettmålstap. Det sendte Lyn-damene på kvalikplass, plassen bak Avaldsnes, som vi slo to ganger i årets sesong, på målforskjell - med kun 5 mål dårligere. Stang ut.

I kvaliken møtte vi Åsane. Over to kamper var det Lyn som dominerte og vant 3-1 sammenlagt. Etter den første kampen skulle man tro det ikke var meningen at Lyn skulle klare det. For Åsane scoret et viktig bortemål helt på tampen, på deres første sjanse. Heldigvis har vi verdens beste kvinner i denne klubben som kontrollerte seieren inn i Bergen. Det betyr at damelaget spiller i øverste divisjon også i 2022. En viktig og deilig opptur for klubben.

Opptur blir det forhåpentligvis mer av etter NM J19-finalen som er nevnt over. Lyn har fortjent mer enn man har fått i år, men marginene har ikke vært på vår side. Det har vært mye stang ut, men neste sesong håper vi på mer stang inn.

Heia Lyn!

Samarbeid LYN – RørosBanken

Med RørosBanken som hovedbankforbindelse vil medlemmer og deres familie ha gode bankfordeler.

RørosBanken tilbyr hele LYN familien følgende fordeler:

Medlemmene vil få meget gunstig rente på boliglån

Innskuddsrenten på beløp som bindes i 32.dager prises individuelt

Gode dekninger til riktig pris på skadeforsikring, som f.eks bil- og boligforsikring

Medlemmene betaler et månedlig gebyr som dekker kort og kortbruk, betalingsgebyrer og nettbankgebyr. Hele eller deler av dette gebyret tilbakebetales og øremerkes spillerutviklingen av yngre spillere på juniorlaget. Tilbakebetalingen skjer to ganger i året.

- Voksne medlemmer betaler kr.40,- pr. måned og kr.20,- tilbakebetales til LYN 1896.
- Medlemmer i alderen 18-33 år betaler kr.10,- pr. måned og hele beløpet går uavkortet til LYN 1896.
- Ektefeller, samboere eller barn har alle medlemsfordeler i RørosBanken
- Alle medlemmer får en personlig rådgiver og ungdom kan få egen økonomisk rådgiving.

Kontaktpersoner:



Yvonne Jansen

Tlf: 40 88 97 54

E-mail: YKJ@rorosbanken.no



Mina Person

Tlf: 95 30 96 20

E-mail: MPE@rorosbanken.no





LYNS ELDRE

med Fotball Fitness til turnering i København

TEKST PITERS /HANS PETTER KLEVENBERG HAUGEN FOTO ERIK SJETNAN

I mars i år fikk Gunnar-Martin Kjenner en e-post fra en tidligere bekjent tilhørende fotballmiljøet i Danmark. Dette var en forespørsel om deltagelse i WC Tournament i København, medio august 2021.

Etter litt diskusjon i gruppen ble vi enige om at dette kunne passe vår aktivitet godt, og vi meldte oss på dette arrangementet i klasse 65+. Dette var den eldste klassen i denne turneringen.

Kampene ble avviklet på Akademisk Boldklub (AB) sitt fantastiske anlegg i Bagsværd, litt nord for København sentrum. Alle bodde inne i sentrum og vi hadde felles tur ned til København med DFDS. Hjem var det lik deling mellom fly og båt.

Som leder for gruppen vil jeg si at dette var en 100% vellykket, sosial og sportslig tur hvor vi ikke oppnådde de store resultatene på banen. Alt det andre vant vi! *Erik Sjetnan*

Reisebrev fra Kongens By

Lyn Fitness har vært på tur til København, 19 stolte, staute gutter i sin beste alder. Vi har deltatt i en turnering i regi av Akademisk Boldklub. International Super Masters 5-a side. Intet mindre enn det. Vi stilte i klassen 65+.

Vår reiseleder var Erik Sjetnan som utførte sine oppgaver til alles tilfredshet. Alt forløp prikkfritt. Vår lagleder var Trygve Chr. Han som scoret 4 mot Frankrike i U-kamp for 50 år siden. Han som sammen med Tom Lund spilte Lillestrøm opp fra 3. til 1. divisjon. Han som hadde et tilslag som en okse. Men han hadde en umulig oppgave som lagleder for fitnessen. Hvorfor vil man forstå litt senere.

Turen vår krever en beskrivelse. Turer har det vært mange av opp igjennom historien. *(fortsetter neste side)*

En reise er aldri bare en reise, men tre. En før, en under og en når turen er avsluttet. Å beskrive en reise har mange gjort. Det begynte med Odyssees 700 f.kr. Gutta Vasco da Gama og Marco fulgte opp. Så kom Cervantes og Robinson Crusie. Og vi glemmer ikke våre gutter, Nansen og Amundsen. Men kan nå dette sammenlignes med vår tur til København? Hadde Nansen og Amundsen det like hyggelig som vi hadde det? Hadde ikke de bare slit og sult, mens vi lo og hygget oss som best vi kunne i dagevis, og inntok både tørt og vått ettersom det behaget oss.

Noen tørre og nakne fakta:

Vi dro på en torsdag og kom hjem på en tirsdag. Hotellet vårt lå vegg i vegg med Kakadu. Jeg observerte at flere av gutta kastet et lengselsfullt blikk i retning av Kakadu. Det var vemodig å minnes gamle dager. Fredag var det gå-fotball, lørdag vanlig fotball.

inn håndkleet. Inn kom Felix. Ikke et vondt ord å si om Felix, men keeper det er han ikke. Under premieutdelingen fikk han premie for "The most generous keeper". Felix trodde nok at at premien var for beste målmann, men det var nok for den som hadde sluppet inn flest mål.

Generelt er det å si om kampene at de andre nok var bedre trent enn oss og så var de betydelig yngre. Hos de andre lagene var det soneforsvar og press på ballfører, mens vi nok drev mer med tilfeldig løping uten særlig mål og mening. Spør du nå igjennom om resultatene av kampene? Det kommer.. Det kommer.

Skulle man nå prøve seg på en spillerbørs, så blir det nok ikke rare greiene. Vår bestemann, keeper Trond Walle får en svak 8. De andre som deltok får alle en svak 3.

“Per G og jeg konstaterte at overalt der det skulle fotograferes der dukket Per D opp. Da Gibraltar skulle ta lagbilde, stilte Per seg opp bak tjukken nr. 4 på Gibraltar. Og da Roskilde-gutta skulle ta lagbilde, forsøkte han å snike seg med der også.”

Vi hadde en drittsekk av dommer som lot våre motstandere løpe under gå-fotballen og for øvrig dømte alt i mot oss. Ikke så rart at det ikke gikk så bra.

Vi spilte 16 kamper a 12 minutter. Spør du hvordan det gikk? Hva ble resultatene? Ikke mas nå med det da. Kommer tilbake til saken. Er det da noe av interesse å meddele almuen fra kampene? Det er det. Vår kjempe på midtbanen Aasmund tuppet inn et mål, snublet så i egne bein, korsbåndet røk og resten av oppholdet med krykker. Aasmund var liksom tiltenkt rollen med å herje på midtbanen, fordele ballen til høyre og venstre på en touch og spille våre motstandere i senk. Og så endte det med et tuppe-mål og krykker. O skjebne verre enn døden. Vår eminente keeper Trond forstuet en finger og måtte kaste

De får for innsatsen, men ikke for spillet. Juryen var i sterk tvil om Sjur S. Tre straffebom er jo ikke mye å skrive hjem om. Men vi lar tvilen komme han til gode. Hvordan gikk det så? Hva ble resultatet? En serbisk venn sa alltid når noe var trist og leit; det hele er et trist kapital. Jeg svarte at det blir nok bedre skal du se. Han svarte; Fra din munn og inn i Guds ører.

Sportslig sett er det bare en konklusjon: Det hele var et trist kapittel. Men ingen slo oss på godt humør, sang og latter. Jeg tilhører dem som har lett for å gråte og lett for å le. Jeg gråt ikke i København. Jeg lo og hygget meg fra morgen til kveld. Jeg utgjorde supporterlagene sammen med Per Dahl, Per Gjermhus. og Einar. Vi hadde det sjeldent hyggelig sammen.

Jeg kan ikke kommentere alle som var med , men noen bør nok få noen egne ord. Per G. som en Karlson på taket: passe tykk og i sin beste alder. Mild i form, sterk i sak. Har det noen gang kommet et ondsinnet ord ut av hans munn? Einar D. Mr. Lyn himself. Snill, mild og et leksikon om Lyn på 60-tallet. Man lærer mye om hverandre når vi er på tur. Hvem kunne vite at Aksel har en nydelig tenor? At han synger drikkeviser som en profesjonell sanger. At han forteller historier som du ler deg skakk av? Du har ikke hørt "Æ har det bra"? På neste trening; be han om å fortelle den.

Stein W. som spilte sammen med Finno og Julle og kan fortelle om Lyns storhetstid. Den gangen Lyn hadde spillere som kunne spille fotball. Sjur S. Her er det mye å ta tak i. Jeg fikk med meg: Han legger seg kl. 01.30. Står opp kl. 04.30. Setter seg på sin Vespa kl. 06.30 etter å ha løpt en morgentur på 10 km mellom kl. 04.30 til kl. 05.40. Har løpt maraton på 2.50. Har løpt halvmaraton på 1.21. Var junior norgesmester i dans - Svaes danseskole. Danset med hvite hansker. Var forlover til Arthur. De to gikk på fylla i hytta til Arthur i hele ungdommen. Drakk øl og sang Beatles og Dylan. Those were the days. Fotball og håndball i Njård. Snakker vi om ADHD?

Og Arthur da. Vår Lynving. Hvem kunne nå vite at han er den rene Carl von Linne. Han har grønne fingre. Han dyrker tomat og krysantemum Patricio. På turen hjem. Dekket ved Sky Bar. Vi satt der og lyttet og sang med til musikken. Så spilte dama La Bamba. Patricio spratt opp som troll i eske. Ut å danse som ingen har sett før. Sjur sa; Dette er helt vilt. Vilt var det og villere ble det. To damer hev seg rundt Patricio og danset med. Alle i Sky Bar hylte og skrek. Sjur sa; Dette er helt vilt. Så var det over. Jeg spurte Patricio: har du gått på danseskole i Chile. Han så på meg og sa: Danseskole? I Chile danser alle i gatene. Ingen skole. Patricio: A star is born.

Hva? Tror dere at jeg har glemt Per D? Er det i det hele tatt mulig å glemme den mannen? 88 år og 1.95 høy(?). Per fikk altså 1 minutt i mål mot Gibraltar. Han hadde en redning til stor applaus. Et hardt skudd som Per bokset ut som en annen Otto von Porat. Jeg sa til Per: Men skuddet gikk jo rett på deg. Per svarte: Jeg så utgangen på skuddet, flyttet meg lynraskt en meter fra høyre

mot venstre (er det mulig for Per?) og reddet med en kontant utboksing. Er det noen som tror på dette da?

Per ble behørig fotografert. Sammen med kirurgen med drakt-nummer 9 fra Gibraltar, og premie fikk han også.

Medaljong og to flasker vin. Per G og jeg konstaterte at overalt der det skulle fotograferes der dukket Per D opp.

Da Gibraltar skulle ta lagbilde, stilte Per seg opp bak tjukken nr. 4 på Gibraltar. Og da Roskilde-gutta skulle ta lagbilde, forsøkte han å snike seg med der også. Den gikk ikke. Per G og jeg hadde intense diskusjoner om hva denne dilla på å bli fotografert kunne komme av. Vår konklusjon er at han nok ikke fikk nok oppmerksomhet i barndom og ungdom.

Det hører med at han er ny-forelsket. Hun er fra Danmark og det er lett å forstå Per. Undrer meg på om ikke hun også er ny-forelsket. Ikke vet jeg eller vet jeg? Ellers; til de som ikke har hørt den: Be Per om å fortelle historien om Bronselaget og Olympia Stadion. Egil S. måtte gi seg på grunn av hofteproblemer og vi ble ytterligere redusert.

Jeg takker Arthur, Erik S, Trond, Patricio, Stein W Leif Henrik, Trygve Chr, Felix, Arild. Per D, Egil S, Aksel, Sjur S, Erik Sj, Per G ,Aasmund ,Einar D og Tom Sch for en åpenbaring av en tur.

Arthur M. Hansson, Erik Sunde, Trond Walle, Patricio Runge Letelier, Stein Wessel-Aas, Leif Henrik Rønnevig, Trygve Christophersen, Felix Schneider, Arild Løken, Per Dahl, Egil Stenshaugen, Aksel Hillestad, Sjur Skridshol, Erik Sjetnan, Per Gjermshus, Aasmund Sandland, Einar Døhlen, Tom Schrøder-Nielsen.

Jeg er ikke bortskjemt med slike turer. Sportslig sett; ikke så mye å skrive hjem om.

Vi tapte samlet 50 - 5. Kunne det ha vært verre? Neppe.

Det hele var et trist kapittel, men allikevel et kapittel med overskudd av humør og glede.















Nå har også vår tur til København gått inn i alle våre gårsdager. Slik går våre dager.

Piters / Hans Petter Klevenberg Haugen

Fra Terminliste Langrenn 2022

Lenke: <https://www.skiforbundet.no/oslo/langrenn/>

Sist oppdatert: 12.11.2021

| LYN SKI Sats | Dato | Renn | Stilart | Arrangør | Alder |
|---|--------|----------------------------|-------------|---------------|-----------|
| Januar | | | | | |
|  Lø | 08.jan | KM Skagen, Sprint | Klassisk | LYN SKI | fom 9 år |
|  Sø | 09.jan | Laurtiz Bergendahl | Klassisk | Sørkedalen | fom 9 år |
|  Lø | 15.jan | Oslo Skifestival | Fri | HSIL | fom 9 år |
|  Sø | 16.jan | Oslo Skifestival | Klassisk | HSIL | fom 9 år |
| LYN SKI To | 20.jan | OBOS Barneskirenn | Alle stiler | LYN SKI | 3-12 år |
|  Lø | 22.jan | KM Langrenn | Klassisk | Kjelsås | fom 9 år |
|  Sø | 23.jan | KM Langrenn | Fri | Kjelsås | fom 9 år |
|  Ti | 25.jan | Hemingstafetten | KI/SK | Heming | fom 11 år |
| Februar: | | | | | |
| Ti | 01.feb | Hemingrennet | Klassisk | Heming | fom 9 år |
|  Lø | 05.feb | Ungdommens HR | | i Kollen | 13-14 år |
| | 05.feb | Østmarksrunden | Klassisk | Rustad | fom 13 år |
|  Sø | 06.feb | Ungdommens HR | | i Kollen | 13-14 år |
| Lø | 12.feb | Rossignolrennet | Klassisk | Lillomarka | fom 9 år |
|  Sø | 13.feb | Rustadstafetten | | Rustad | fom 9 år |
| Sø | 20.feb | <i>Skolens vinterferie</i> | | | |
|  Fre | 25.feb | Hovedlandsrenn | Fri | | 15-16 år |
|  Lø | 26.feb | Hovedlandsrenn | Klassisk | | 15-16 år |
|  Sø | 27.feb | Hovedlandsrenn | Stafett | | 15-16 år |
| Mars. | | | | | |
| LYN SKI To | 03.mar | VISMA Classics 4 Kids ?? | Alle stiler | LYN SKI | 3-12 år |
| Lø | 05.mar | Ragde-sprinten | | Kjelsås | fom 9 år |
| Sø | 06.mar | Kollmila | Fri | Koll | fom 9 år |
| LYN SKI To | 10.mar | Klubbmesterskapet | Alle stiler | LYN SKI | ALLE |
| Lø | 12.mar | Holmenkollmarsjen | | Skiforeningen | fom 18 år |
| Sø | 13.mar | Njård-rennet | | Njård | fom 9 år |
| Ons | 16.mar | Rustadsprinten | | Rustad | fom 13 år |
|  Sø | 20.mar | Ungdomsbirken | Klassisk | Lillehammer | 2006-2010 |
| Ma | 21.mar | Martincrossen | Cross | Røa | 8 år + |

Lite forbehold om dato Visma Classics 4 Kids

SKIRENN

TEKST OG FOTO ANNIK BJØRNDAL

Skirenn mer enn start og mål

Skirenn er og blir en glad kjerne i langrennssportens hjerte. Og, renn er så mangt. Vi har de blodseriøse for eliten, vi har seriøse renn for junior og litt ned i rekken, og vi har mange gode gladrenn for både små og store. Renn er start og mål, men kan også være tur, helg og sosialt, slik som ungdomsbirken. Renn kan være uten tid og med massiv bollestopp i mål, slik OBOS Barneskirenn er det. Renn kan være alle venner og kjente til start og på arena, med den tradisjonelle pokalen til absolutt alle ved målgang, slik Klubbmesterskapet er. Nå mars trer inn og sesongen går mot hell trommer vi sammen til nettopp Klubbmesterskap. Verdens største, ingen er oss like der. Det myldrer og løypene fylles av tett på tusen løpere. Det er skirenn det!

Covid stopp i sporet

Det ble en halv og en hel vinter uten renn. Det ga ikke mersmak. Vi gjorde alt for å få til noe, kjørte på med planlegging og håp.

Organiserte opp for covid-renn i alle format etter hvor forskriftene hoppet. Vi ville ut, ut til enkeltstarter, kulda og naturlig avstand (vi trår ikke på skiene til hverandre), men nei – ingen renn. Men NÅ – NÅ kan vi glede oss. Det står skirenn for tur og gjett om vi kommer! Vi har lagt ved en aldri så liten oversikt, hentet fra kretsen. Selvsagt er det flere renn rundt forbi.

Godfølelsen

Vi spør ikke etter tid når ungene kommer i mål på skirenn, men godfølelsen. Kjente du den? Fikk du den? Og ja, det skjer, både titt og ofte, at ungene strålende stormer i vei «jeg fant godfølelsen». Vi vet det gir noe, et «noe» det er godt å ta med seg videre når verden blir mer voksen og bakkene tidvis kanskje litt bratte. En godfølelse av mestring, glede og fellesskap med idrett i fokus.



“Niende utgave av Ivar Formos minneløp under fantastiske forhold og god dugnadsstemning.

IVAR FORMOS MINNELØP 2021

TEKSTHANS PETTER SEVANG FOTO ANDREAS SKIRI REFDAL

Lørdag 16/10-21 arrangerte vi Ivar Formos minneløp 2021. Løpet gikk i nydelig høstvær som skapte god og avslappet stemning både hos dugnadsfolk og løpere.

Dugnaden starter fredag ettermiddag ved at løypemerkerne møtes på klubbhuset. Dette er folk som velvillig tilbringer fredagskvelden med hodelykt i åsene vest av Sognsvann. Dugnaden forsetter i grålysningen på lørdagsmorgenen. Da begynner arenaen å ta form, sekretariatet rigges og studentene i nabolaget vekkes tradisjonen tro av lydsjekk. Vi er gang når de første og de mest nervøse deltakerne ankommer sammen med duften av nytrukket kaffe. Løperdrikke fraktes ut i marka samtidig som premiebollene og tidtaker EQ-timing ruller inn på kunstgresset. Det er snart tid for løpslegens førstehjelpsgjennomgang med løypevaktene før de sendes til skogs.

Løpingen starter med horder barn som løper i restene av skogen mellom kunstgressbanene. Det er heldigvis nok skog og hindringer til å gi barna et hint av skogsløp.

Deretter er det de større barnas tur i 3km opp mot Båntjern. Disse er i mål i god tid før vi sender de voksne ut på 17 og 9 km.

Etter at løperne på de lengste distansene har forlatt stadion, senker det seg en fred over arenaen. Det deles ut premier til 3km før man blir overrasket av raskeste løper på 9 km. Det også tradisjonen tro.

Så strømmer det på og arenaen begynner å syde av liv og fornøyde, blide løpere. Alle koser seg i høstsolen. De er nok særlig stolte og fornøyde de som har på seg en ekte Ivar Formo lue - premien for å vinne 17 og 9 km distansene. Det stemmer forresten ikke helt at dugnaden begynner fredagen, den begynner med at en bestemor til en flokk Lynbarn strikker Ivar Formo luer på sensommeren.

Når vi har det slik, er det en glede både å arrangere og delta på en slik dugnad. Dette er også viktig for å skape miljø og kanskje få inn en slant i klubbkassa.

Stor takk til dugnaden.





“Fra samlingen sitter vi igjen med gode minner, stort treningsutbytte og enda sterkere og tettere relasjoner.”

JUNIORAVDELINGEN

TEKST OG FOTO SIMEN RYPDAL

Vi er godt i gang med høsttreningen og vi har så lagt i høst gjennomført samling i Lillehammer med juniorgruppa, deltatt i Oslofjord rulleskicup og vært i Trysil med Team Kollen. Vi ser nå fram imot første snøsamling på Beitostølen i starten av november og vår tradisjonelle sesongåpning på Gålå siste helgen i november. Før vi kommer dit så ønsker vi å ta dere tilbake til samlingen vi hadde på Lillehammer i september og gi dere en liten oppsummering av en meget vellykket samling der.

17.-19. september dro en stor flokk med nærmere 30 utøvere fra Lyn Ski jr. til Lillehammer for å gjennomføre høstens første samling. Det er andre året på rad vi har lagt denne samlingen til Lillehammer og kommer høyst sannsynlig til å fortsette med det i årene som kommer. Som mange kanskje vet, er Lillehammer et treningseldorado for langrennsløpere og Lillehammer skuffet ikke denne gangen heller. Målet for samlingen var å gjennomføre økter av høy kvalitet, samtidig som vi hadde fokus på det sosiale i gruppa. I år bodde vi på Scandic Lillehammer som ligger midt i smørøyet med tanke på utfart til å kunne gjennomføre de forskjellige

treningsøktene vi ønsker. Når maten på hotellet i tillegg var av høy klasse, var det lite vi kunne klage på i denne omgang.

Av treningsøkter vi gjennomførte, er det verdt å nevne den fine langturen på ruller om Rudsbygd og Follebu, den brutale motbakkeintervallen fra Swix-butikken til Birkebeineren skistadion og den seige løpelangturen rundt Mesnasaga. Treningsøktene ble i tillegg krydret med hurtighet, masse lek og en energisk fotballkamp ingen ville tape.

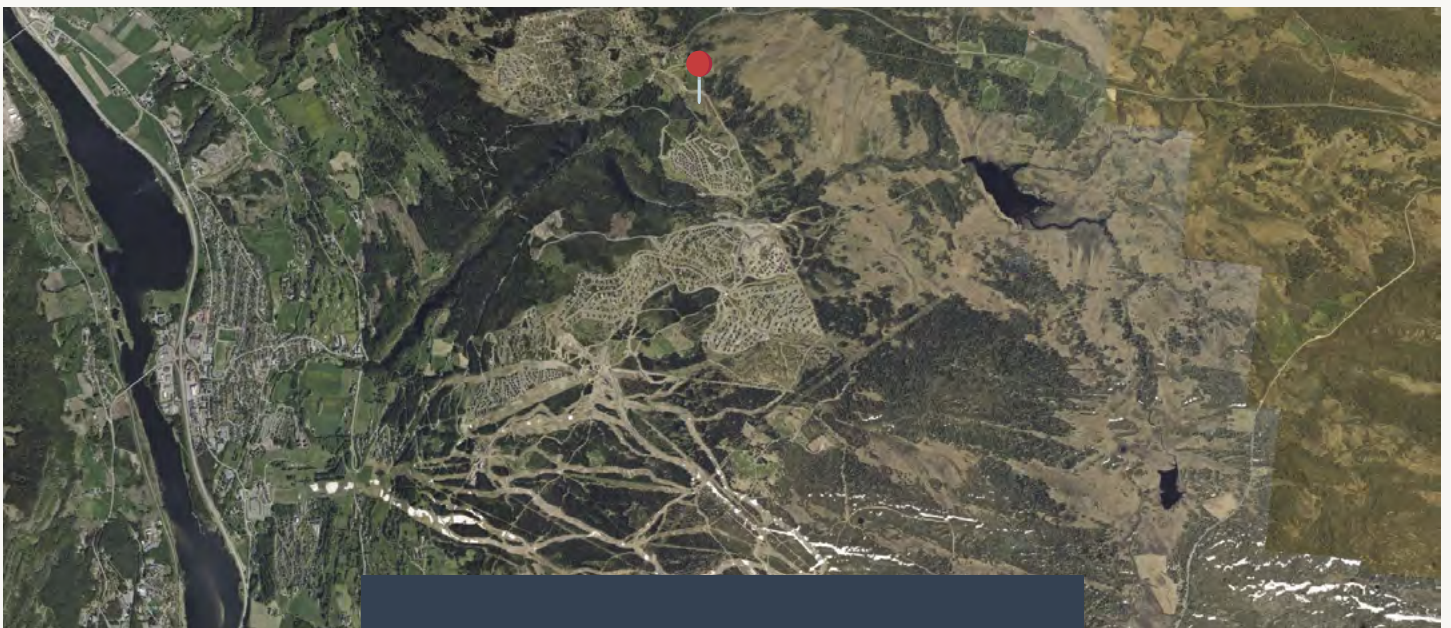
På lørdag kveld satte vi av tid til sosialt opplegg hvor de eldste gutta fikk ansvaret for å gjennomføre noe morsomt med gruppa. Resultatet ble strålende da gjengen fikk prøve seg på speed-dating og stolleken. Her ble utøverne både bedre kjent og fikk samtidig testa konkurranseinstinktet sitt. Fra samlingen sitter vi igjen med gode minner, stort treningsutbytte og enda sterkere og tettere relasjoner. Med dette i bagasjen er grunnlaget enda litt bedre for å prestere til vinteren. Vi gleder oss til fortsettelsen av sesongen 21/22 og er klare når det smeller på Gålå med åpningsrenn 27. november.

Hafjell MOSETERÅSEN

- Vi setter pris på samarbeidet med Lyn Ski!

Salgsklare tomter

Moseteråsen vil få nye salgsklare tomter i q-3/4 i 2022



For mer informasjon,
gå til moseterasen.no

NORDMARKS12ER'N

TEKST OG FOTO ANNIK BJØRNDAL

Vi dro på med en nyvinning i våres. Rett og slett fordi vi ønsket å fylle dagene.

Den 19. juni var det planlagt for vårt tradisjonelle maraton, for 28. gang. Men, den gang ei. Selvsagt covid-stans. Vi kunne rett og slett ikke risikere å la et helt maraton, et halvt maraton og en hel ultra løpe seg ut i restriksjoner. Derfor flyttet vi hele NSM i god tid.

Det ga oss en åpen dato i løpskalenderen. Det kunne vi selvsagt ikke la gå upåaktet hen. Derfor startet vi en ny tradisjon – nemlig Nordmarks12er'n. Et lavterskel løp på 12. km i omegn. Restriksjonene lot oss ha 200 løpere. Vi arrangerte og vi løp, premiedryss med flotte glass fra Hadeland glassverk, og vi gleder oss alt til 10. mai 2022. Stolt må vi også fortelle at til Nordmarks12er'n startet en av våre paraidrettsutøvere, Ingebjørg Vogt. Mektig imponert. Å pigge er noe annet enn å løpe. Neste år har vi nok enda flere med fra denne LYN SKI gjengen som rommer 10-12 utøvere.

I Nordmarks12er'n kan alle bli med – som liker å løpe mye eller litt. Mer informasjon og bilder finner du her:

www.nordmarks12ern.no

VI SEES 10. MAI!



“Tuva er fra det berømte jentekullet 2003, som har teppebombet topp 15 gjennom flere år.”

TUVA PÅ JUNIORLANDSLAGET

TEKST ANNIK BJØRNDAL FOTO INA PORSHOLT JENSEN

Det yngles. Nesten alle husker nå at Simen Hegstad Krüger gikk sine barnesko i LYN SKI, og videre til de STORE medaljene. Nesten alle husker også at Hans Christer Holund kom til LYN SKI i en bratt periode etter junior, fikk hjelp, trente med oss og gikk seg videre til faste former med landslag og de aller GJEVESTE medaljene. Begge er fortsatt LYN SKI løpere

Mange vet også at landslangstrener Eirik Nossum er trønder med sterkt LYN SKI innslag. Med andre ord – vi markerer oss sterkt i de øverste skiløypene.

Neste skudd inn er Tuva. En ung solid komet fra 2003 kullet, og med etternavn som også klinger i skisporet. Brusveen er mye å slekte på. Tuva er fra det berømte jentekullet 2003, som har teppebombet topp 15 gjennom flere år. Tuva er en av gjengen som er løftet helt inn i skivarmen på landslaget og stiller som juniorløper der. Det er vi stolt av – og ønsker selvsagt lykke til, mens vi heier alt vi kan.

Noen linjer fra Tuva her til sist: *Det er gøy å være på et lag med folk fra andre deler av landet og lære av hverandre. Jeg har beholdt Håkon Bånerud fra Lyn som treneren min. På én måte så er vi alle seriøse og ønsker å bli best, men samtidig så har vi det gøy på trening og også utenfor. Vi har sosiale kvelder som feks kokkekamp eller quiz. Og legger inn en bollestopp.*





TRYSIL 2021

TEKST OG FOTO ANNIK BJØRNDAL

Endelig ble det Trysil. Dette er, for svært mange, en av de gjeveste helgene i året. Vi liker det slik. Dette er en samling for barne- og ungdomsteam med deres familier.

I år var vi drøyt 600 til bords. Det blir samling av slikt. Fredag 19. november laget vi vår egen kø opp til nettopp Trysil og Radisson Blu. Hele hotellet var booket og vi evnet å fylle hver eneste seng!

Logistikken er formidabel til en slik helg, tempo høyt og vi vet det er slitne barn i biler hjem søndag ettermiddag og kveld. Det er jo nettopp slik det skal være.

Med et program som omfatter mye ski, bowling, svømming, mat, lek, voksenkurs i mange former, bingo for ungene og mer sosialt, er det ikke rart dagene går fort til fjells.



HØSTRULL 2021

TEKST OG FOTO ANNIK BJØRNDAL

Det ruller både vår og høst

Barmark er et godt brukt ord i langrenn. Alt vi trener og gjør når ikke vi kan gå på ski, som vi liker aller best. Barmark er så mangt. Det er løp, det er lek, det er hopp og fart, det er intervaller og svette, det er våte høstkvelder og friske vårtimer. OG, det er rulleski.

For de eldste er det selvsagt et godt og fornuftig innslag i treningen. Rulleski gir balanse, hurtighet, teknikk og styrke. Derfor bruker vi selvsagt rulleski mye.

Men, for de yngre er rulleski forbundet med BARE lek og moro. Vi trener rulleski rett og slett fordi det er gøy. Vår og høst er det mange som gjør mangt, og noen vil helst gå mest mulig på rulleski. Derfor startet vi, for noen år siden, nettopp VårRull og HøstRull. Lek og moro, lavterskel på rulleski. Intet unntak høsten 2021.





KVELDSMAT, KIMEN TIL SÅ MYE MER

TEKST OG FOTO ANNIK BJØRNDAL

For en bråte år siden, da gutter 2004 ikke rakk lenger enn til egne korte staver, innførte vi kveldsmat i klubben. Inspirert av historier fra skiklubber på Hedmarken på 1970 tallet. Det har sikkert vært gjort også i mellomtiden – men for mange års sien, før da G2004 vokste oss over hodet, startet vi med kveldsmat. Oppskrift: Økt, alle mann inn på klubbhuset, benking rundt langbord, metervis med brødsriver, annet pålegg, MASSE nugatti, og litervis med sjokolademelk. Det gir fort god stemning. Svette lugger hugger glatt innpå.

Tradisjonen bærer seg og hver tirsdag og torsdag gjennom sesongen stimer svette unger inn fra Snøparken – benker seg og hiver innpå med nettopp brødsriver og sjokolademelk. Mat etter økt er bra, kulturen vokser mens vi spiser, heia LYN SKI.



JENTER, PUBERTET OG TRENING

TEKST LINE MØLLER FOTO ANNIK BJØRNDAL

Jenter, pubertet og trening var tema for Lyn Ski sine jenter i HL alder og juniorer da de møttes på klubbhuset en mørk høstkveld. Det ble et innholdsrikt og flott foredrag av langrennsløper Gina Flugstad Øistuen og lege og gynekolog Guri Majak. Spørsmål om pubertet, menstruasjon, prevensjon, trening og prestasjon ble belyst og jentene fikk svar på mange spørsmål.

Viktig læring om hvordan puberteten påvirker treningen, signaler de skal være observante på og hvor viktig hele totalbelastningen er for en kropp i utvikling. Det ble mange gode spørsmål til Guri og Gina, sistnevnte jobber nå med å se på menstruasjon og presentasjon.

Tusen takk til Guri og Gina og takk til alle fine Lynjenter som stilte opp.



SOGNSVANN SOMMERSKISKOLE

TEKST OG FOTO ANNIK BJØRNDAL

Det er ikke like varmt, det er ikke like sommergult, men det er ingenting i veien for et glimt tilbake til årets sommerskiskole. Vi kjørte på gjennom tre hektiske uker. Solide gjenger fra 2013 til ut ungdomsteam kjørte hver sin uke. Også i år med to ulike baser, en for barneteam og en for ungdomsteam. Det er best slik.

Heldige oss har et kobbøl av rause, glade trenere som gir av seg selv på hver eneste økt. Mange er løpere i egne rekker. Sommerskiskole øktene varierer i form og innhold. Mye rulleski, løping i ulikt tempo med og uten staver, hinderløyper, musikk quiz, bånngasspris, frukt & chill, styrke stafetter, kanonball, myrøker, mye mye mer og ikke minst den Store Vannkrigen! Ikke rart dagene går fort i et slikt selskap.

Vi gleder oss alt til 2022 – og inviterer inn 2014 – 2007 til solide gode treningsuker.

*“Vi gleder oss alt til 2022.
Vi inviterer inn
2014 – 2007 til solide
gode treningsuker.”*



Vi ønsker alle i Lyn Ski en fin sesong!

Det beste middelet i utfordrende tider
er å komme seg ut i marka.

Å være i fysisk aktiv er godt for kropp og sinn.

 **sportful**



JUBILANTER

90 år

| | |
|--------------------------|------------|
| Ingeborg Rivø | 10.09.1931 |
| Roald Muggerd | 12.12.1931 |
| Lars Andreas Johannessen | 02.01.1932 |

80 år

| | |
|---------------------|------------|
| Arild Gulden | 04.12.1941 |
| Randi Kile | 15.02.1942 |
| Bjørn Willy Tronrud | 17.02.1942 |
| Svein Knap-Basberg | 27.02.1942 |

75 år

| | |
|----------------------------|------------|
| Erling Taasen | 08.12.1946 |
| Bjørn Busch | 20.02.1947 |
| Steinar Helland | 24.02.1947 |
| Jon Fredrik Bjarne Schjold | 05.03.1947 |

70 år

| | |
|-------------------------|------------|
| Bjørn Bergendahl | 09.01.1952 |
| Tor Andreassen | 15.01.1952 |
| Tore Ness | 25.01.1952 |
| Bent Fredrik Hinze | 10.02.1952 |
| Tom Christian Arnulf | 11.02.1952 |
| Arvid Dahm | 24.03.1952 |
| Kari Solvang Andreassen | 28.03.1952 |
| Bjørn Sigurd Johansen | 28.03.1952 |

60 år

| | |
|-----------------------------|------------|
| Finn Gustav Skofteland | 30.09.1961 |
| Trine Marie Jahre Nævestad | 17.10.1961 |
| Jan Gundersen | 25.11.1961 |
| Per Knut Vistad | 11.12.1961 |
| Hans Fagerhaug | 02.01.1962 |
| Mari Trommald | 04.01.1962 |
| Tore Olaf Rimmereid | 10.01.1962 |
| Ole Kristian Hjelstuen | 13.01.1962 |
| Kristin Tandberg | 17.01.1962 |
| Geir Thomas Hylland Eriksen | 06.02.1962 |

50 år

| | |
|------------------------------|------------|
| Thomas Tønnessen | 06.08.1971 |
| Andreas Tveitereid | 17.08.1971 |
| Katrine Aass Underhaug | 30.08.1971 |
| Sissel Marit Vik | 30.08.1971 |
| Johannes Storvik | 28.09.1971 |
| Jon Rune Vetleseter | 28.09.1971 |
| Geir Arne Øien | 29.09.1971 |
| Tomas Øivind Kristensen | 30.09.1971 |
| Karen Jansen | 08.10.1971 |
| Lise Merethe Holen Martinsen | 13.10.1971 |
| Petter Bjertnæs | 25.10.1971 |
| Marie Systad Køste | 08.11.1971 |
| Anne Siri Langelandsvik | 14.11.1971 |
| Bendik Kværnø | 23.11.1971 |
| Hege Strøm Natvig | 24.11.1971 |
| May Bente Waal | 24.11.1971 |
| Espen Grindeland Opheim | 02.12.1971 |
| Trude Handal | 07.12.1971 |
| Svein Inge Skandfer Hansen | 22.12.1971 |
| Idunn Marie Husevåg | 26.12.1971 |
| Marianne Vallestrand | 27.12.1971 |
| Åsne Graver | 07.01.1972 |
| Espen Froyn | 08.01.1972 |
| Tonje Sølland | 16.01.1972 |
| Anders Spilling | 18.01.1972 |
| Hanne Osnes-Ringen | 28.01.1972 |
| Dag Henrik Reikvam | 03.02.1972 |
| Torgeir Hellstrøm | 10.02.1972 |
| Ellen-Anette Stickler | 16.02.1972 |

| | |
|---------------------|------------|
| Jo Stuen Tessem | 28.02.1972 |
| Vegard Pettersen | 03.03.1972 |
| Kristian Berg | 06.03.1972 |
| Hanne Røvig Schjold | 30.03.1972 |

10 år

| | |
|--------------------------------|------------|
| Ismail Anwar Aseyr | 05.09.2011 |
| Olai Hald-Hermansen | 05.09.2011 |
| Lars Borgen Kjekshus | 08.09.2011 |
| Victor Hole Gabrielsen | 09.09.2011 |
| Ingrid Marie Dale | 14.09.2011 |
| Sebastian GiertsenHanoa | 15.09.2011 |
| Nora Skogly Gulbrandsen | 18.09.2011 |
| Lars Fredrik Stjern Dahlstrøm | 19.09.2011 |
| Oda Bere Husby | 26.09.2011 |
| Theo August Selmer | 30.09.2011 |
| Alma Anjadatter Valstad | 01.10.2011 |
| Georg Hagen Bavridge | 05.10.2011 |
| Ingrid Louise Wadahl Sweetman | 07.10.2011 |
| Ella Mo Girgis | 08.10.2011 |
| Julie Bjelke-Røisgaard | 12.10.2011 |
| Åsmund Braathen Haug | 17.10.2011 |
| Elise Winther Sabel | 18.10.2011 |
| Mathias Bekkedal Tvedt | 21.10.2011 |
| Agnes Berg-Amundsen | 24.10.2011 |
| Andrea Breder Egge | 25.10.2011 |
| Fiona Madsen-Geelmuyden | 27.10.2011 |
| Leonetta Kaknes | 30.10.2011 |
| Aksel Herman Nakstad | 10.11.2011 |
| Olav Henry Dickens Charlesen | 12.11.2011 |
| Maiken WesterengGilbert | 13.11.2011 |
| Mikael Yared Tsegaye | 15.11.2011 |
| Kasper Eik | 19.11.2011 |
| Oskar Sevang Solberg | 19.11.2011 |
| Theodora Martine Prado Nygaard | |
| Haisheng Si | 22.11.2011 |
| Billy Steenstrup-Såheim | 23.11.2011 |
| Alexander Askevold Sagstad | 30.11.2011 |
| Andreas Alexander Laholt | 02.12.2011 |
| Edvard Ulstrup Riise | 02.12.2011 |
| Oskar Bull | 05.12.2011 |
| Harald Rønnes | 05.12.2011 |
| Jonathan Noah Orsten Lenngren | 08.12.2011 |
| Jakob Strand Mortensen | 08.12.2011 |
| Didrik Nystad Christensen | 09.12.2011 |
| Thea Frønes Nyquist | 09.12.2011 |
| Simen Hagen Böker | 10.12.2011 |
| Jakob Lindal Brun | 10.12.2011 |
| Ayla Emilie Riise | 11.12.2011 |
| Theo Cornelius-Michalopoulos | 12.12.2011 |
| Julian Borg | 18.12.2011 |
| Erika Engen Eliassen | 18.12.2011 |
| Mathias Formo | 27.12.2011 |
| Tobias Nikolai Røstum Lien | 28.12.2011 |
| Olaf Kekoa Sand | 29.12.2011 |
| Jenny Furnes Skeie-Hagen | 29.12.2011 |
| Ulrik Melby Eian | 01.01.2012 |
| Basel Elfahal | 01.01.2012 |
| Iben Andersen Høiby | 01.01.2012 |
| Stella Høie | 01.01.2012 |
| Jenny Lejonberg | 01.01.2012 |
| Imran Muhudin | 01.01.2012 |
| Linnea Strandberg | 01.01.2012 |
| Solène Marie Liv Torsnes | 01.01.2012 |
| Ville Torland Haug | 03.01.2012 |
| Carla Knutsen-Oppebøen | 03.01.2012 |
| Eirik Reigstad | 05.01.2012 |

| | |
|------------------------------------|------------|
| Aksel Halla Stav | 09.01.2012 |
| Zoey Isabell Ymeraj | 12.01.2012 |
| Mons Molstad Asserson | 13.01.2012 |
| Beathe Enderlé Dahl | 13.01.2012 |
| Selma Aas Bakken | 14.01.2012 |
| Sondre Hardeng | 15.01.2012 |
| Filip Ruud | 15.01.2012 |
| Ingrid Haug | 20.01.2012 |
| Aiken Tveit | 20.01.2012 |
| Magnhild Stryken-Strømmen | 25.01.2012 |
| Laurits Tollefsen | 27.01.2012 |
| Alma Maria Bakke | 30.01.2012 |
| Kristoffer Fimland Ljones | 30.01.2012 |
| Frida Støen Smedsrud | 02.02.2012 |
| Lotte Støen Smedsrud | 02.02.2012 |
| Herman Woxholt | 03.02.2012 |
| Juliana Næss | 04.02.2012 |
| Sofie Grøtte Storvik | 04.02.2012 |
| Sebastian Eide Macpherson | 05.02.2012 |
| mika rafati | 05.02.2012 |
| Peder Brenden-Bjørkum | 09.02.2012 |
| Fanny Victoria Johannesen Grøterud | 09.02.2012 |
| Edith Karlsson Stenseth | 11.02.2012 |
| Luka Dyrkoren Staubo | 12.02.2012 |
| Franka Maria Loftesnes | 13.02.2012 |
| Gabriel Dalsjø Bøe | 15.02.2012 |
| Christian Røsholdt Huser 1 | 6.02.2012 |
| Markus Mørk | 17.02.2012 |
| Vera Reksten Rindlisbacher | 17.02.2012 |
| Edvard Hegsvold Borchgrevink | 18.02.2012 |
| Inga Steinsvik | 21.02.2012 |
| Julie Amdam | 23.02.2012 |
| Håkon Wiig Berman | 24.02.2012 |
| Herman Engen Stenerud | 24.02.2012 |
| Elliott Waling | 24.02.2012 |
| Olav Handal Galteland | 25.02.2012 |
| Ayra Khan | 27.02.2012 |
| Bernard Moksness Kjøraas | 28.02.2012 |
| Martin Borge Kirknes Bøhm | 29.02.2012 |
| Ellie Spaun Nilheim | 29.02.2012 |
| Ester Bratberg | 02.03.2012 |
| Bilal Noor Mohammed | 04.03.2012 |
| Riccardo Voto Helland | 05.03.2012 |
| Martin Altheheld Strandhagen | 06.03.2012 |
| Luna Thaulow-Huun | 07.03.2012 |
| Magnus Ernst Rustad Ugland | 09.03.2012 |
| Ahmad Hassan Al-Abdallah | 10.03.2012 |
| Trym Riis Eiriksson | 11.03.2012 |
| Fred Liu | 12.03.2012 |
| Vilmer Davidsson Molden | 13.03.2012 |
| Fia Andenæs-Graver | 14.03.2012 |
| Max Bundgaard-Jørgensen Medbøe | 15.03.2012 |
| Lydia Skarbø Skaarnes | 15.03.2012 |
| Elias William Thwaite | 17.03.2012 |
| Magnus Alexander Andenæs Riise | 18.03.2012 |
| Aurora Juel Langmoen | 19.03.2012 |
| Audun Ødegård-Von Krogh | 19.03.2012 |
| Aurora Sandberg Endre | 22.03.2012 |
| Ask Castracane Østli | 23.03.2012 |
| Karoline Taasen | 26.03.2012 |
| Lilli Marie Aamaas | 27.03.2012 |
| Lilje Krogh | 27.03.2012 |
| Jens Hafredal | 31.03.2012 |
| Jørgen Milo Noer | 31.03.2012 |



Bli medlem.

Som OBOS-medlem stiller du foran i køen når du skal kjøpe bolig. Som medlem får du også gode rabatter på ferie, reiser, kultur, fritid, lån og forsikring samt alt du trenger til din bolig.

obos.no/blimedlem



FUNDERMAX® for people who create

LEDENDE PÅ DEKORATIVE FASADER

decolink
DEKORATIVE OVERFLATER

Distributør i NORGE:
Laminathuset Combi Craft as
Hagaveien 51
3275 SVARSTAD

Tlf. 33155700
post@decolink.no
www.decolink.no



Norsk Eiendomsforvaltning

Din partner for drift og forretningsførsel av næringseiendom og sameier

www.nefv.no



Vi hjelper deg der du er!

Hos oss får du alle typer forsikringer – både privat og bedrift. Som medlem av assurandør.no setter vi personlig rådgivning og profesjonell betjening i fokus. Med vår lange erfaring og lokalkunnskap kan vi hjelpe deg å finne gode løsninger som dekker dine behov og gir deg trygghet.

Ring oss eller stikk innom vårt kontor.

Telefon: 22 51 13 70
Adresse: Trondheimsveien 184,
0570 Oslo

www.forsikringspartner.no

Forsikringspartner 
medlem av assurandør.no



SPØR OSS OM
VÅR UTLEIEFORSIKRING

VI ØNSKER DEG EN BEKYMRINGSFRI JUL

Vi vet hvor mye tid og bekymring det koster å leie ut en bolig.

Vi hjelper deg som har en tom bolig, allerede har en leietaker og har flere boliger å leie ut.

Vi tar oss av alt, så kan du bruke tiden din på familie og julemat istedet.

Hilsen Utleiemegleren Grønland.

UTLEIEMEGLEREN

Utleiemegleren Grønland, Rubina Ranas gate 5, tlf. 23 00 27 20

Corian® mulighet for spennende og elegante innredningsløsninger

Vi står på hode for kundene


CORINOR

FRITZOE
ENGROS

Tre inn i fremtiden

Norges ledende leverandør av kvalitetstrelast, gulv og plateprodukter til trebearbeidende industri og byggevarehandelen.

**KNUT NÆVESTAD**
Snekkerverksted A/S

Verksted for spesial-
innredninger, utstyr
og delleveranser.

Spesialitet, produkter i:
- høytrykkslaminat
- melamin
- CORIAN®

Leverandør til:

- Hotell
- Restaurant
- Kantine
- Butikk
- Off. bygg
- Messe og utstilling
- Skip og offshore
- Kontor

Prof. Birkelands vei 24A - 1081 Oslo
Tlf. 22 90 57 60 - Fax 22 32 29 18
www.systemnaevestad.no
post@systemnaevestad.no


Perfecting motion **OK Bingodrift AS**

SMÅ OG STORE OPPDRAG

HARRY MARTINSEN AS **HARRY MARTINSEN AS**

VVS RØRLEGGER ENTREPRENØR

SANITÆR - VARME - BAD - REPARASJONER

Adresse: Hammerstads gate 5, 0363 Oslo. Tlf. 23 33 24 40, Fax 23 33 24 41
E-post: post@harry-martinsen.no - www.harry-martinsen.no

**FRAM**
EIENDOM



Utredning, behandling og forebygging av idrettsskader

- Kiropraktor
- Fysioterapeut
- Idrettsmassør
- Akupunktør
- Diagnostisk ultralyd
- Trykkbølgebehandling

Timebestilling på www.nemusullevaal.no
og telefon 22 95 08 90

DESIGN

TEKSTILER
BILDEKOR

MESSEUTSTYR
REKLAME- OG
GAVEARTIKLER

KOMMUNIKASJON

DIGITAL
OFFSET
STORFORMAT

Vieren av Norges største grafiske bedrifter med 3500 kvadratmeter å utøve det mangfoldige yrket vårt på. Kunnskap og maskiner gjør at vi kan ta på oss alle typer oppdrag - store og små. Velkommen til en hyggelig, kreativ og produktiv opplevelse hos oss!

xide.no

X+IDE
GRAFISK HUS

Konsentrer deg om driften!

Vi hjelper deg med regnskap,
lønn og økonomistyring



Data
Regnskapstjeneste

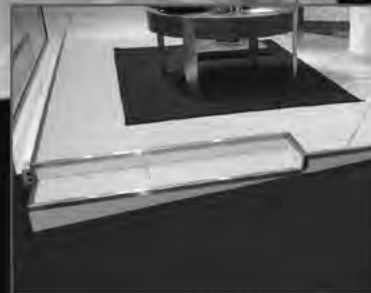
Data Regnskapstjeneste AS - Autorisert regnskapsførerselskap

Professor Birkelands vei 24 B-6, 1081 Oslo
www.drt.as - 22 90 79 10

rustfritt stål og aluminium

SPESIALPRODUKSJONER

eksklusive løsninger for private hjem



Vi er et serviceinnstilt firma med håndverkere som er spesialister på produksjon, montering og service til storkjøkkenbransjen og private hjem. Vår produksjon er hovedsaklig spesialløsninger innen rustfritt stål og aluminium. Har du en idé lager vi en løsning.

sms

Service Montasje Sveis

Anders Formo

Service Montasje Sveis AS • Vollavn. 20b 0668 Oslo

tlf 916 52 591 • fax 22 65 45 30 • e-post: anders.f@smsnorge.com



Carl Locher, Vintemat ved Fuldmane, 1901. Bildet er frampluert og tilhører Skagens Kunstmuseer.

Vi gjør det enkelt å spare. Så kan du heller bruke tiden på ski.

Tenker du på at du burde spare, men synes det er vanskelig å komme i gang? Vi i SKAGEN har gjort det enkelt for deg å spare smart. Derfor har vi laget flere fondspakker som bør dekke dine behov.

Vi har samlet en håndfull kvalitetsfond i fondspakker vi kaller Select. Det gjør det enkelt for deg å endelig komme i gang med sparing. Så kan du heller bruke tiden din på ski eller noe annet du synes er gøy.

Kom i gang her:

www.skagenfondene.no/fondsguiden

Historisk avkastning er ingen garanti for fremtidig avkastning. Fremtidig avkastning vil blant annet avhenge av markedsutviklingen, forvalterens dyktighet, fondets risikoprofil og forvaltningshonorar. Avkastningen kan bli negativ som følge av kurstap. Informasjon om kostnader og ytterligere opplysninger finnes i fondenes nøkkelinformasjon og prospekt på www.skagenfondene.no/kostnader.

Kunsten å bruke sunn fornuft