

LYNPOSTEN



NR. 2 2022 ● ÅRGANG 101 ● WWW.LYN.NO

Strålende Trysilhelg

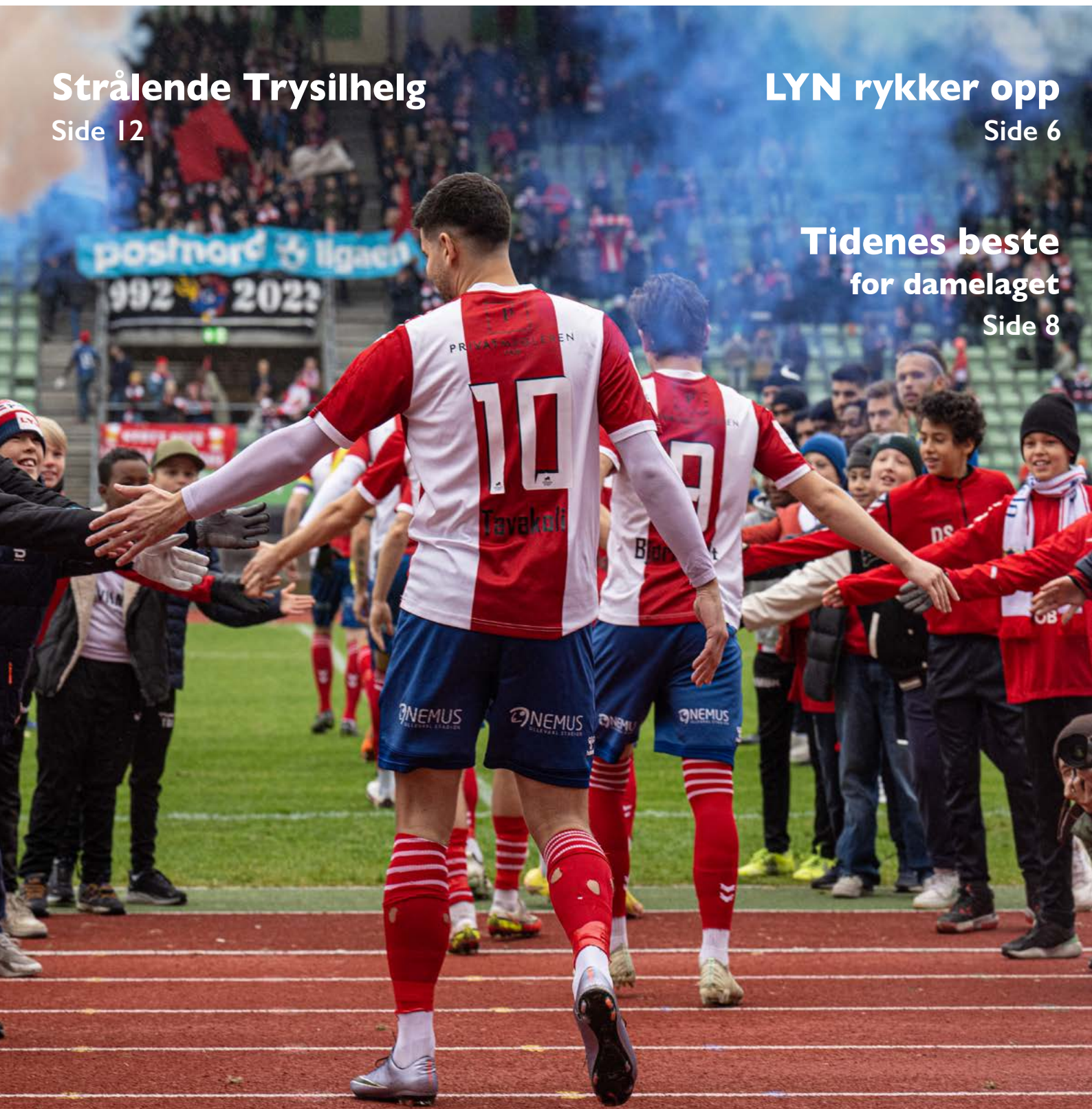
Side 12

LYN rykker opp

Side 6

Tidens beste for damelaget

Side 8



BULL

SKI & KAJAKK AS

Den fine tiden er her

Stort utvalg av ski
til hele familien

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



Husk klubbrabatt,
på nett og i butikker.

PS! Vi har mye løpesko
på lager! Alltid 20% på sko



BULL

Sandvika: 67 55 52 60
Eyvind Lyches vei 9C

Oslo: 23 20 44 20
Sørkedalsveien 7

Røa: 22 50 80 50
Vækerøveien 197

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

Man-Fre: 10-18
Tor: 10-19
Lør: 10-16

Man-Fre: 10-18
Tor: 10-19
Lør: 10-16

BULL

aktiv

-Kurs, treninger
og events

www.bullaktiv.no
info@bullaktiv.no

SUPERSKI

-Spesialforretning
og skiskoler i 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 HYTTSTYRET

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

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

LYN 1896FK

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 1896FK: Bjørn Gohn Jønsberg
Mob: 922 06 277
Mail: bjorn@lyn.no

LYN FOTBALL: Magnus Forseth
Mob: 915 23 145
Mail: magnus@lynfotball.no

HJEMMESIDER

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

Trykk: Flisa Trykkeri
Opplag: 2100
Forsidefoto: Lars Opstad
Redaksjonskomite: Morten Berge,
Annik Bjørndal og Lise Juvet.



Innhold nr. 2, 2022

5. STYRELEDER BENEDIKTE STIFF
6. OPPRYKK LYNS HERRELAG
8. TIDENES BESTE FOR DAMELAGET
10. LYNS FREMSTE MENN
12. TRYSIL 2022
15. SENIORSAMLING
16. MØT KYRRE FALCH-HENNUM
17. #STOPP OG HEI*
18. KNYTTER BÅND TIL NABOKLUBBENE
20. DAGENS HELTER I LYN
21. NYTT KUNSTGRESS PÅ KGB1
23. TILBAKE TIL TOPPEN SAMMEN
24. 100-KAMPERSKLUBBEN
25. LYN FOTBALL JENTER
27. SESONGAVSLUTNING HOS RØROSBANKEN
28. WE PLAY GREEN
30. SPÅDOM FRA BASTIONENS LEDER
32. OSLO RULLESKICUP
35. IVAR FORMOS MINNELØP
36. OPPSTART BARNETEAM
38. TUVA ANINE BRUSVEEN-JENSEN
40. TORSBY 2022
41. JUNIORGRUPPA
42. LYNS ELDRE
43. NEKROLOG KJELL SAGA
44. 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

TØFF JOBBING – FIN BELØNNING

Fotballresultater som varmer

Herrelag med opprykk til i 2. divisjon, og damelag med solid 5. plass i Toppserien. J13 med er jevnt sterke prestasjoner gjennom hele sesongen; kretsmesterskap, gull i Hamar Talentcup og OBOS-cup sølv. Gull til G13 i Norway Cup. GRATULERER, HURRA og HEIA LYN!

Lyn Ski er i gang med sesongen

Åpningshelg på Trysil blir beskrevet som prikkfritt gjennomført, med mer enn 700 skiglade barn, ungdommer og foreldre tilstede. Vel overstått og lykke til med ny sesong til Lyn Ski!

Anlegget - er dette vårt «annus horribilis»?

Det har ikke vært mye å rope hurra for på anlegget i 2022. Fotballen har måttet forholde seg til kanskje tidenes dårligste baneforhold og -kapasitet. Alt henger sammen med alt, og virkningene har ikke latt vente på seg: med dårlig banekapasitet kommer svekket tilbud, og påfølgende frustrasjon, misnøye og kritikk. Forståelig, og en svært krevende periode for utøvere, foreldre, ansatte og alle andre bankende Lynhjerter. Rehabiliteringen av KG2 er et katastrofeforsjekt. Først måneders forsinkelse, så viser det seg at banen har store feil og mangler. Entreprenør og Oslo kommune diskuterer fortsatt hva som skal til for at Oslo kommune skal kunne overta banen. Vi tror dessverre at det er MYE som gjenstår, og forberedt på at hele banen må tas på nytt til våren. Fortvilende, da lav banekapasitet går sterkt utover det tilbudet vi er i stand til å gi til våre spillere. Også krevende, fordi styrer og administrasjon bruker uforholdsmessig mye tid på å følge opp ulike instan-

ser i kommunen, som absolutt ikke har samme prioriteringer som oss. Det blir tung og omfattende jobbing på denne fronten, også i 2023.

Gode nyheter - 1

KG1 ble underkjent for spill på vårparten, og ekstern konsulentrapport slaktet baneforholdene. Vi har i hele år fulgt opp, ventet og purret BYM. Vi har møtt byråd, politikere i opposisjon og «på vippen», og vi har i flere omganger møtt samferdsels- og miljøutvalget for å informere om situasjonen på Kringsjø. 29. november fikk jeg telefon fra leder i Rødt, Siavash Mobashir. Han hadde følgende beskjed: Rødt har sikret at reparasjon av KG1 er kommet inn på budsjettet for 2023. Det er bare helt fantastiske nyheter etter et år i kraftig oppoverbakke!

Gode nyheter - 2

Det mest kostnadstunge elementet på anlegget, er oppvarming. Regjeringen har hele våren, sommeren og høsten vært steile på at fossilt brensel ikke inngår i strømstøtteordningen. Med en elevill prisvekst på propan, har fotballen derfor bedt om at varmen settes til et minimum ut året.

25 november kom nyheten om årets julegave fra Trettebergstuen – det innvilges propanstøtte for 2022. Vi aner ikke hvor mye – men vi vet at vi vil få refundert utlegg for inneværende år. Men viktigere – vinterens utgifter til oppvarming vil ikke bli så avskrekkende som vi først fryktet. Vi roper et aldri så lite HURRA, i ren lettelse. Samtidig er vi rystet over at det har tatt så lang tid å få avklaring, når historiene om dramatiske konsekvenser for idretten har vært tydelig kommunisert.

Ny daglig leder i SFK og LF

Vi kan ønske Kyrre Falch-Hennum velkommen som ny daglig leder i Lyn Fotball og SFK! Kyrre er på plass for fullt fra februar 2023. Les presentasjon av Kyrre som egen sak.

Morten Berge har sin siste arbeidsdag i 100% stilling 30. november. Styret takker Morten for et svært godt samarbeid og en solid innsats for klubben. I Morten har vi en etterrettelig og sterk gjennomfører, solid prosjektleder med full kontroll på økonomi, og det jeg selv har satt aller størst pris på – han er nyttenkende med evne til å utfordre «sånn har vi alltid gjort det» holdning. Frem til Kyrre starter, fortsetter Morten i 50% med ansvar for årsoppgjør, budsjett og noen prosjekter som krever særlig oppfølging. Det setter vi stor pris på!

Med ønske om en god førjulstid og et godt 2023 til alle Lyn-folk fra styret i SFK. Og – KJØP BAMBUSSTRØMPER!

Benedikte Stiff, Styreleder i SFK LYN





EN USLÅELIG SESONG FOR HERRELAGET

TEKST THOMAS NORDENG FOTO KLADD/LARS OPSTAD

12 og et halvt år har gått siden konkursen, da klubbens herrelag måtte starte på nytt i 6. divisjon. Veien tilbake mot toppen så lenge lys ut og man klatret tilbake til toppfotballen på rekordtid. Toppfotballen regnes som de tre øverste nivåene på herresiden (Eliteserien, OBOS-Ligaen og PostNord-ligaen). I 2013 spilte man i 2. divisjon (nåværende PostNord-ligaen) og endte midt på en 4. plass, ti poeng bak kvalikplass for opprykk. Året etter reddet man plassen på målforskjell, før man i 2015 havnet på gal side av nedrykkstreken på målforskjell og rykket ned til 3. divisjon. Historien etter det husker nok de fleste.

Etter syv strake sesonger i 3. divisjon, der ambisjonen alltid har vært å rykke opp, kunne herrelaget endelig feire opprykk i år. Det er aldri kjedelig å holde med Lyn, men de siste årene har det heller ikke vært enkelt. Å være fotballsupporter krever noe helt spesielt, spesielt hvis man holder med Lyn. Det har vært veldig mye nesten, de siste årene. Helt frem til i år.

2022 har vært et fantastisk fotballår for oss i Lyn. Både herrelaget og damelaget har levert gode prestasjoner. Damelaget kan du lese mer om noen sider lengre bak.

“Til jubel og sang feiret man opprykket og seriemesterskapet med Bastionen nede på banen.”

Opprykksspesialisten Jan Halvor Halvorsen

Før årets sesong ble Jan Halvor Halvorsen ansatt som hovedtrener. Han har en svært imponerende CV fra tiden som spiller og nå som trener. Han har trent lag i Norge, Sverige og USA. Seks opprykk hadde han med seg i bagasjen til Kringsjø. Han har rykket opp til Eliteserien med Bodø/Glimt og sist opp til OBOS-ligaen med Bryne.

I år skulle han danne et trenersteam med tidligere juniortrener, Glenn Hartmann, og Onar Nymoen. Glenn som assistenttrener og Onar som en erfaren keepertrener. Jan Halvor var allerede i gang med forberedelsene en måned før kontrakten hans startet. For han var det viktig å være godt forberedt til hans første jobb på fjerde nivå i Norge.

Fort Bislett

På tross av at fire hjemmekamper har gått på nøytrale baner i år, så kunne ikke «hjemmeformen» blitt bedre. Trenersteamet har skapt et vinnerlag og spesielt på hjemmebane. 13 av 13 kamper ble vunnet hjemme med en finfin målforskjell med hele 53-11. Høstsesongen på Bislett stadion ble helt fantastisk. Ingen var noen gang i nærheten av å ødelegge hjemmeformen til dette Lyn-laget.

En forrykende høstsesong

22-sesongen har vært svært bra generelt sett, men det var i høstsesongen man virkelig så det beste av Lyn-gutta. For høsten ga mange flott fotballfester med mange mål og mye godt Lyn-spill. Kun et godt Nordstrand-lag holdt følge og skapte en liten spenning helt inn.

Trenersteamet har skapt et ordentlig maskineri i denne sesongen. Et maskineri som bare ble bedre og bedre utover i sesongen. Det så man tendenser til allerede i siste kamp før ferien, da det virkelig løsnet hjemme mot Frøya. Midt i sommerferien kom et feriekart Frøya til Bislett stadion til siste kamp før en liten ferie. 6-1 ble sluttresultatet som sørget for at Lyn tok ferie på tabelltopp med imponerende 43-14 i målforskjell.

Det var startskuddet på det som skulle bli en helt rå høstsesong. På de siste 13 kampene vant Lyn-gutta 12 av kampene. 53-11 i målforskjell på siste halvdel av sesongen. Kun en svært regntung sommerkveld på Grefsen stadion hindret en komplett høstsesong. Der endte det 2-2.

Opprykksfesten og rekordjakt for Halvorsen

I nest siste serierunde var det duket for seriefinale mellom Lyn og Nordstrand på Nordstrand kunstgress. Med fem poeng opp til Lyn, så måtte Nordstrand vinne, men selv om de gikk hardt ut i dagene før kamp, så hadde de lite å stille opp med på kampdag. Lyn kjørte over de og vant velfortjent 4-0 og kunne feire opprykk og avdelingsseier foran drøyt tuen tilskuere på Nordstrand. Godt over halvparten var vår egne supportere som stormet banen ved kampslutt og feiret sammen med Lyn-guttene. Fantastiske scener som vi sent vil glemme!

Skuldrene kunne senkes før siste serierunde. Oppsal kom til Bislett stadion og Lyn bød opp til opprykksfest. Nesten 2000 tilskuere møtte opp på Bislett stadion denne søndagen for å hylle årets Lyn-lag. Et Lyn-lag som så langt hadde gått ubeseiret gjennom sesongen. Et feststemt Lyn-lag var fullt påtent og ga seg ikke før det stod 7-0 på måltavlen. Vi kunne aldri forestilt oss et mer perfekt punktum for sesongen. Til jubel og sang feiret man opprykket og seriemesterskapet med Bastionen nede på banen.

Endelig gikk det. I 2023 er vi endelig tilbake i toppfotballen. Neste år spiller vi i PostNord-ligaen.

Jan Halvor Halvorsen klarte det igjen. Sammen med trenersteamet og spillergruppen sikret han seg sitt 7. (!) opprykk i hans karriere. I hans første sesong i Lyn og i 3. divisjon. Ikke nok med det. Så vidt vi vet, har ingen norsk trener noen gang klart å gå ubeseiret gjennom en sesong to ganger – før nå. Jan Halvor Halvorsen klarte det med sin tidligere klubb Notodden og i år gjentok han det med Lyn. Neste år blir det tøffere, men hvem vet hva Halvorsen kan klare?

TIDENES BESTE SESONG FOR DAMELAGET

TEKST THOMAS NORDENG FOTO BILLY BONKERS

Det er ingen tvil at den nye seriestrukturen som ble tatt i bruk i år har fått mest oppmerksomhet gjennom sesongen i Toppserien. Stort sett alle har vært skeptiske til den nye seriestrukturen som for første gang ble gjennomført i toppfotballen på kvinnesiden denne sesongen. Grunnspill med normal serie og deretter delt opp i topp- og nedrykksluttspill. Etter endt sesong er det fortsatt få som er positive til systemet, så det blir spennende å se hvordan det til slutt blir seende ut de neste årene.

Seriestrukturen til side, dette skal handle om en helt fantastisk sesong for klubbens damelag.

For fotballen er på mange måter rar. Alle kamper lever sine egne liv. I fjor på samme tid skrev jeg om «stang ut» for fotballen i Lyn. Da reddet damelaget plassen gjennom kvalifisering mot Åsane. Mange sure og ufortjente tap sørget for at Lyns beste kvinnelag i fotball fikk en tøff sesong.

2022 har vært helt motsatt. Det gjort noen justeringer og noen spillerutskiftninger har det vært gjennom vinteren, men stort sett samme unge tropp stilte til start i 2022. Generalprøven mot danske Brøndby ga en pekepinn på at Lyn var på rett vei før sesongstart. Lyn vant 3-0 mot et lag som alltid kjemper i toppen i Danmark og spilte Europacup året før.

I og med at kampen ikke ble vist noe sted, var det få som trodde på at Brøndby stilte med sine beste. Det gjorde dem og det skulle Toppserie-lagene få merke utover sesongen.

Hjemmekamper i Groruddalen

Som nevnt tidligere i denne utgaven av LynPosten har klubben erfart store utfordringer med banene våre i år. Det

ble merkbart allerede til seriestart i mars, da damelaget måtte spille sine to første hjemmekamper på Grorud kunstgress i Groruddalen. Etter å ha brukt både masse tid og midler på å få OBOS Arena Kringsjø godkjent til spill i Toppserien igjen, så fikk man spille resten av grunnspillet på ordentlig hjemmebane.

I september sa det stopp igjen, da dommere og delegat var svært nære å avlyse kampen mot Kolbotn på grunn av forholdene på banen. Flere skjøter hadde gått opp og måtte limes før kampstart. Undertegnede, sportslig leder og styreleder brukte helt frem til innmarsj på å lime rundt på banen for å få kampen spilt. Etter at gjestene gjorde alt de kunne for å vinne kampen på walkover, endte kampen med en solid 3-1 seier. En seier som smakte ekstra godt. Men det ble også den siste kampen som ble spilt på OBOS Arena Kringsjø denne sesongen. For å unngå og risikere tap på walkover, ble det sammen med NFF bestemt at det beste var å flytte resterende kamper til Grorud.

Eventyret Lyn Damer

På tross av disse problemene og ulempene ved å spille hjemmekamper borte, så leverte spillere og støtteapparat til toppkarakterer. I 2020 ble poengrekorden satt med 21 poeng etter 18 kamper. Den holdt knapt to sesonger, for i år ble poengrekorden slått med fem poeng etter grunnspillet.

To seire mot Rosenborg må sies å være årets to store høydepunkter. Spesielt 1-0 seieren i Trondheim var minnerik. For måten scoringen til Kamilla Melgård kom på er helt nydelig. 18 pasninger i laget før 16-årige Melgård sendte Lyn til himmels. Blant årets scoringer i Toppserien 2022. Har du ikke sett den, så gå inn på LYN-TV og finn frem Rosenborg – Lyn i høydepunkter.



Sluttspillseier

Lyn kjempet lenge om 4. plassen i grunnspillet, som ga plass i Topp 4-sluttspillet. Ett poeng bak Stabæk endte vi, men alt i alt var man stort sett fornøyd med det. Topp 3-lagene har langt større budsjetter med flere landslagsspillere på hvert av lagene. Det fikk Stabæk erfare med seks tap i sluttspillet.

Mens våre naboer i Bærum slet i toppsluttspillet, så kunne Lyn fortsette å imponere i det andre sluttspillet. Her gikk det unge Lyn-laget ubeseiret gjennom og vant foran Arna-Bjørnar og LSK Kvinner. En strålende avslutning på sesongen og ikke minst veldig fortjent!

Det resulterer i en meget sterk 5. plass i årets sesong, som er høyeste plassering noensinne for Lyn Fotball Damer.

I 2020 endte Lyn på en 6. plass (etter 18 kamper og uten sluttspill)

Det unge Lyn-laget blir bare mer og mer interessant å følge med på. Som lag og for hver enkelt spiller ser man god fremgang. Det er mange gode spillere å se opp for de kommende årene, så pilene peker oppover. Det er bare å glede seg til fortsatt i 2023!

Vi håper alle å se enda flere Lyn-medlemmer på kamp i 2023!

Lyn Fotball Damer ønsker å takke for støtten gjennom 2023 og ønsker alle en riktig god jul og et godt nytt år!

“LYN kan nok en sesong smykke seg med å ha to av verdens ypperste skiløpere fra våre rekker.”

VM SESONGEN FOR LYNS FREMSTE MENN ER I GANG...

TEKST GEIR MOE

Endelig er en ny skisesesong her - og når dette leses er sesongstarten på Beitostølen 18 november allerede historie. LYN kan nok en sesong smykke seg med å ha to av verdens ypperste skiløpere fra våre rekker. Absolutt verdt å glede seg over; har ikke skjedd så langt i vår historie - og blir nok lenge til neste gang vi får oppleve.

Både Simen og Hans Christer har hatt en bra trenings-sesong, både i sommer og utover høsten. De slo hardt fra seg i det ultimate fysiske «testrennet» Lysebotn opp - under Blink festivalen i sommer. Som kjent tok Simen nok en seier foran Hans Christer. Med andre ord ingen tvil om hvilke langrennsløpere i Norge som har best kapasitet. Vi har også blitt fortalt at begge har prestert meget bra på mange av fellesøktene med landslaget. Det lover bra. Litt bemerkelsesverdig at det ikke er flere yngre løpere som har kommet opp og utfordret de etablerte toppløperne (herunder Simen og HC) mer. For meg ser det ut som det ikke er noe umiddelbart generasjons-skifte på gang - enn så lenge. Det må vi alle i LYN være glade for...

Før årets sesong dro gutta våre med resten av landslaget til «tidlig snø» samling i finske Mounio 4 - 13 desember. Der ble det meldt om trening i en 5 km kunstsnøløype som heldigvis hadde blitt dekket med et fint lite lag nysnø.

World Cup sesongen starter som vanlig med renn i Ruka i Finland 25 - 27 november. Deretter flytter «sirkuset» seg til Norge med renn på Lillehammer 2 - 4 desember. Nytt av året blir WC renn på Beitostølen påfølgende helg; 9 - 11 desember. Deretter går turen til Davos; 17 - 18 desember som blir siste konkurranse før jul.



VM laget tas ut rett i etterkant av Tour de Ski (som går i begynnelsen av januar), slik blir nevnte WC renn før jul viktige i forhold til uttaket. Som HC sa til meg: «Går man ikke fort nok de

første helgene - så blir man ikke tatt ut til Tour de Ski - og da blir det vanskelig å kvalifisere seg til VM»

Vi håper HC og Simen får en strålende sesong, i første omgang er det viktigste å kvalifisere seg til VM i Planica (22 feb - 5 mars) - og kommer de seg dit; da vet vi av erfaring at alt kan skje!



AMG

MERCEDES-AMG EQE 43 4MATIC.



Mercedes-AMG EQE 43 4MATIC

Fra kr **909.800,-**

Klar for bestilling.

Mercedes-AMG EQE 43 4MATIC: Rekkevidde inntil 533 km (WLTP). Gjennomsnittlig elektrisk energiforbruk 19,7 - 22,5 kWh /100 km. CO2: 0 g/km. Pris er inkl. frakt og leveringskostninger levert Oslo (elektriske biler er ikke momsbelagt). Lokale frakt og leveringskostninger kan tilkomme og vil variere ut ifra hvor i Norge bilen skal fraktes. Årsavgift kommer i tillegg. Forbehold om skrivefeil. Pris varer til og med 30. april 2022. Avbildet modell kan avvike fra tilbud.



STRÅLENDE TRYSILHELG

TEKST OG FOTO ANNIK BJØRNDAL

Så var det duket for Trysil igjen!

Vi takker – dypt og inderlig, for alle som var med, all iver, all glede, alle smil, all latter, alt samhold, all mingling og alt mye mer. Trysil med LYN SKI er så mye mer enn en helg og en familiesamling for barne- og ungdomsteam. Med 700 tilbords er det duket for noe helt unikt!

Vi vet at alle liker seg – og gjerne kommer tilbake, år etter år etter år. Vi velger å tro at dette er noe spesielt og at vi er spesielt heldige. Vi velger å tro at vi sammen setter gode, lyse spor i unge sinn, noe som godt som kan vare livet ut. Med et unikt trenerteam og solide oppmenn er det mulig med slike helger. I tillegg er Trysil Radisson godt egnet som bosted. Stadion er et steinkast unna, selv skileik spaserer bort. Så fyller på med svømming, bowling, smørekurs og mer.

Så var det dette med snøen. Vi var nokså spent i ukene før. Ikke et korn i sikte, kun regn, regn og atter regn. Men, et par dager før steg kulden frem, tidlig snø som var lagt ut fikk en ny giv og kanonene kunne gå for full mundur. Det hjalp. Vi fikk alle økter på snø – og etter fart, lyd og smil å dømme, ble det gode økter for alle. Selv solen ville hilse, det glitret i snø!

Vi har laget film, også i år. Denne gang var det Joachim Brodin som sydde sammen, også med filmsnutter fra Pierre Loic, Jens Otto Martinsen og Annik. Album har vi lagt i Flickr. Ta en titt – og ikke minst – gled dere til 2023.

Hold av datoene 17-19. november!



FRAM EIENDOM

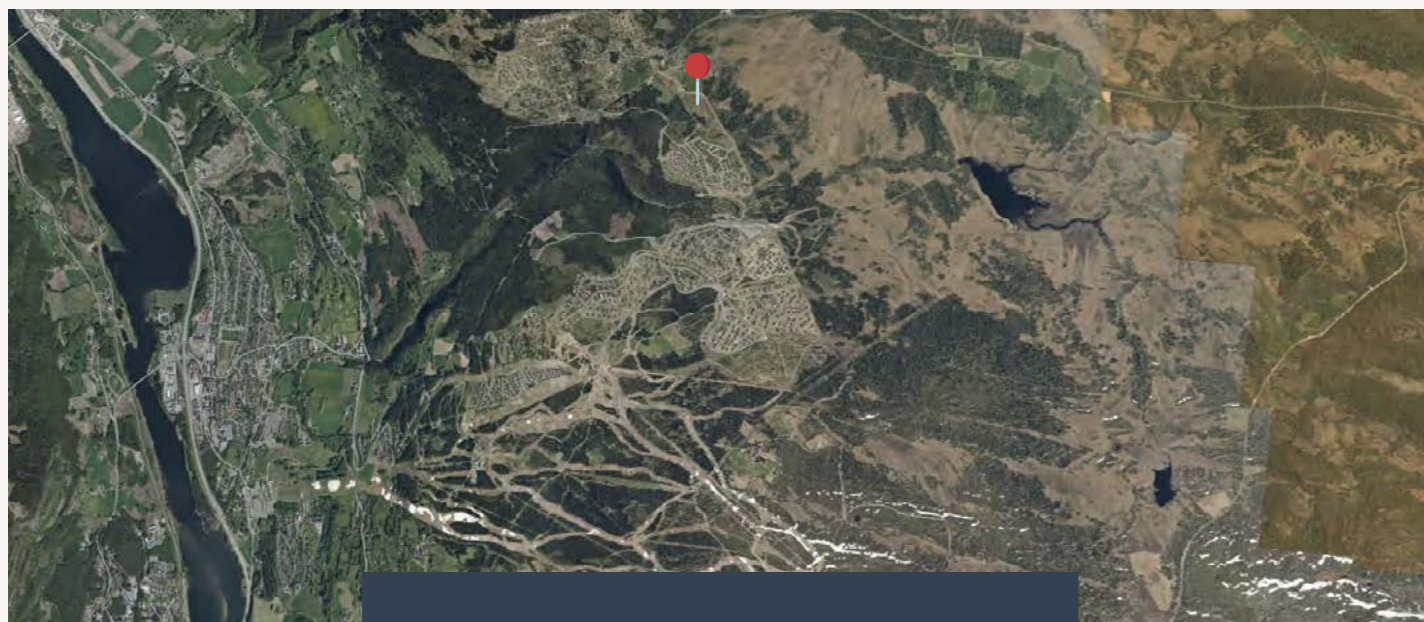
FRAM står bak LYN SKI

Hafjell MOSETERÅSEN

- Vi setter pris på samarbeidet med Lyn Ski!

Salgsklare tomter

Moseteråsen vil få nye salgsklare tomter i q-1/2 i 2023



For mer informasjon,
gå til moseterasen.no



SENIORSAMLING

TEKST OG FOTO HÅKON STUGE BÅNERUD, HOVEDTRENER

Seniorgruppa har kommet godt i gang med høsttreningen og begynner å bli klar for snøsesongen!

Høstferien er her og det betyr samling, denne gangen nærsamling i Oslo med Team Oslo skikrets senior. På plass var flesteparten av Lyn senior med både Arman Haugan og Bastian Antonsen som kom for øvrig hjem fra Lillehammer og Trondheim, i tillegg til Birk Gundersen og Magnus Sedeniussen. Samlingen varte i fem dager fra mandag-fredag med god og variert trening bestående av rulleski, løp og ski på SNØ. Uka startet med et testrenn rulleski skøyting i Holmenkollen, 3 hele runder for jentene og 4 runder for gutta. Det var Team Aker Dæhlie som var hovedansvarlig for dette arrangementet og det var et sterkt startfelt som ga gode svar på hvordan ståa var. De to neste dagene bestod av økter både i skihallen SNØ, på Lørenskog og på barmark.

Tirsdagen startet med en rolig økt på ski for å få godt seg inn på snø og finne flyten, før en rolig klassisk rulleskitur på kvelden. Onsdag startet dagen med intervall på SNØ der gutta fikk kjent på det å få pustet godt med ski under beina igjen. Senere på dagen fikk vi låne Lyn sitt styrkerom på Lyn huset der trener og Team Oslo skikrets senior sjef Håkon Bånerud fikk kjørt gjengen gjennom en knalltøff styrkeøkt. Kombilangtur bestående av klassisk rulleski + løp var neste på programmet før nok en solid intervall fra Bogstad badebasseng og opp til Tryvann på fredag, denne gangen klassisk rulleski for å avslutte det hele. Høstværet hadde ellers kommet for fullt med både regn og vind, men det stod ikke på humøret og innsatsen til gjengen. Alt i alt, en meget god samling!

MØT KYRRE FALCH-HENNUM

TEKST BENEDICTE STIFF FOTO LYN



Vi ønsker Kyrre Falch-Hennum velkommen som ny daglig leder i SFK og LF!

Kyrre vil starte så smått allerede nå, og 100 % fra starten av februar, etter han har gjennomført Marcialonga 2023.

“Jeg gleder meg til å ta fatt på jobben som daglig leder i SFK og Lyn Fotball. Jeg har gjennom mine engasjement for klubben sett at det finnes forbedringspotensial på struktur og kommunikasjon, og ser frem til å bli bedre kjent med de som jobber i administrasjonen”, sier Kyrre.

Kyrre er utdannet økonom og kommer fra jobben som COO i Wright trafikkskole. Han har solid ledererfaring, med tydelig fokus på drifts- og økonomistyring. Med Kyrre, får vi en daglig leder som kjenner klubben godt; fra SFK styret siste tre år, og tidligere fra styret i Lyn Ski. Barna hans er aktive i både Lyn Ski og Lyn Fotball, der han også er oppmann/lagkontakt. Styrene i SFK og LF anser Kyrre som en svært god ansettelse, og vi gleder oss til å få ham på plass. Han har erfaring og kompetanse som vil bidra til å videreutvikle Lyn i samarbeid med alle gode krefter i klubben, kombinert med et stort engasjement for Lyn.

Kyrre får et overordnet ansvar for økonomistyring og administrasjon/ledelse, med fokus på å utvikle og forbedre. Viktige oppgaver vil være å videreutvikle styringssystemer for inntekts- og kostnadsstyring, sikre god anleggsutvikling og -drift og øke gjennomføringsevne ved arrangement og dagnad, som er vesentlige inntektskilder for fotballen.

En felles daglig lederrolle er ny for klubben, men vi har allerede fått testet ut kombinasjonen, da Morten Berge i SFK en periode har bistått LF på økonomi- og administrasjonssiden. En felles daglig leder vil gi nødvendig kapasitet og kompetanse, redusere dobbeltarbeid og skape gode synergier i hele Lyn. For SFK vil en delt rolle frigjøre midler til rene driftsressurser. På denne måten kan SFK levere på behov som er uttrykt fra allianselagene rundt «hands-on-drift», uten å gi avkall på avgjørende økonomi- og prosjektstyringskompetanse. For LF vil en felles daglig leder tilføre kompetanse og kapasitet innen økonomi og administrativ ledelse, og bidra til å rendyrke det sportslige utviklingsarbeidet.

I SFK overtar Kyrre etter Morten Berge. Morten blir i Lyn frem til Kyrre er på plass. Carl Gustav Borander fortsetter i andre roller i LF, blant annet knyttet til damelaget. Han sier: “Det er positivt at vi får inn en person som Kyrre i klubben, som gjør oss enda bedre skikket til å ta hånd om de mange administrative oppgavene som finnes i en slik stor klubb. Jeg kjenner Kyrre gjennom hans arbeid i styret til SFK Lyn, og han er en meget dyktig mann på økonomi. Jeg gleder meg til å samarbeide med han for å løfte klubben ytterligere”.

Vi ser frem til å ta imot Kyrre som daglig leder i Lyn Fotball og SFK Lyn!

#STOPP OG HEI*

TEKST MAGNUS FORSETH

Lyns damelag er ambassadører for verdiorganisasjonen MOT, som jobber for å skape robuste ungdommer. Det siste halvåret har spillerne tatt del i flere aktiviteter sammen med MOT.

Rollemodellpatrolje under Norway Cup

Under årets Norway Cup hadde MOT egen stand, og gikk rollemodellpatrolje med våre spillere. Der observerte Lyn-spillerne kamper på sletta, og delte ut en oppmerksomhet til spillere som markerte seg med positivt fortegn hva gjelder holdninger ovenfor med- og motspillere. Et av lagene spillerne Miriam Vilnes Mjåseth, Sandra Rød Ask og Jenny Gjerde Sætre var innom, var Mjåseths barndomsklubb Askvoll/Holmedal IL. Trioen fra damelaget fikk også med seg en av Lyn J13 sine kamper samme dag.

Det krever MOT å si #STOPP

Under en proffdag i august fikk damelaget besøk av Daniel Hatland fra MOT. Han tok spillergruppa gjennom et opp-

legg som fikk hver enkelt til å reflektere over hva en synes er greit og ikke i visse situasjoner, og la opp til bevisstgjøring rundt hvordan en i fremtiden kan håndtere uønskede hendelser på fotballbanen. Spillerne delte erfaringer og synspunkter mellom seg, og ble utfordret til å tenke over egne standpunkt.

Skolebesøk hos Midstuen

Gjennom de første ukene av hvert skoleår kjører MOT sin årlige Hei*-kampanje, med fokus på inkludering og trivsel. I den forbindelse tok Cornelia Remme Fladberg og Kristine Guldbrandsen turen til Midstuen Skole for å møte elever som nettopp var i gang med skoleåret. Tema som ble tatt opp var utenforskap, inkludering og verdien av venner som ser en for den en er. Elevene var gjennom en rekke aktiviteter, stilte sine spørsmål til spillerne og fikk høre noen av Cornelia og Kristines erfaringer fra tiden på ungdomsskolen.

snekre seierspallen!

Vi ser frem til
NM på ski 2023.



Billingsstadsletta 30, 1396 Billingsstad
e-post: info@falkenberg.no
www.falkenberg.no tel: 66 77 89 00

KÅRE HAGEN & CO AS

Autorisert el. entreprenør

- Prosjektering
- Nybygg
- Rehabilitering
- Smarthus
- Service
- Internkontroll næring
- FG-Elkontroll, 405-2 Bolig, 405-3 Næring

Henrik Nævestad

Tlf. 23 05 80 70

Kåre Hagen & Co AS | Frysjeveien 33 | 0884 Oslo
henrik@kh-elektro.no | www.kh-elektro.no



KNYTTER BÅND TIL NABOKLUBBENE

TEKST MAGNUS FORSETH FOTO LYN DAMER

I samarbeid med OBOS har spillere fra damelaget denne høsten besøkt ivrige og fotballglade jenter i våre naboklubber Kjelsås IL og Sagene IF gjennom OBOS Naboklubbesøk. Dette er et initiativ alle klubbene i Toppserien er en del av, og Lyn Damer er intet unntak.

På Grefsen Stadion møtte vi over 80 jenter i alderen 9 til 12 år, mens på Voldsløkka ble vi tatt imot av en herlig gjeng bestående av 70 jenter mellom 10 og 14 år. Gjennom besøkene ble spillerne i Sagene og Kjelsås kjent med Lyn-jentene, og fikk høre om hvordan livet som toppidrettsutøver faktisk er. Våre jenter delte noe tips og av sine erfaringer de har gjort seg gjennom sine egne karrierer.

Naboklubbesøkene bestod naturligvis av en fotballøkt der glede, mestring og samarbeid stod i fokus. Lyn-spillerne ledet parvis hver sine grupper gjennom en miks av lekpregede øvelser og kamper med fokus på samhandling.

Etter hver økt fikk alle Kjelsås- og Sagene-jentene mulighet til å sikre seg spillerkort, ta bilder og autografer på t-skjorter, fotballsko og alt man kunne tenke seg fra toppseriespillerne fra Lyn. OBOS sørget for at alle fikk med seg en bag med ball, t-skjorte og drikkeflaske, noe som ble veldig populært.



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





DAGENS HELTER I LYN

TEKST MORTEN BERGE

Det er lett å bli ydmyk når man ser hvor mange frivillige som gjør en ekstra innsats for LYN. Dette er en stor engasjert og aktiv gjeng som samlet legger ned tusenvis av timer årlig, for at barn og ungdom skal få utfolde seg fritt med fotball og ski.

Disse menneskene bidrar i skigruppens velsmurte maskineri, herrelagets stor-satsning oppover i divisjonene, damelagets positive resultatutvikling i toppserien og alle store og små aktiviteter i hverdagen. Noen verv er tøffere enn andre og noen oppgaver har i 2022 vært ekstra krevende.

I fjor høst skulle vi legge koronapandemien bak oss og gjenreise alle de gode aktivitetene i LYN. Mye av den velsmurte dugnadsgjengen var godt ute av trening etter to år med pandemi. I tillegg har vi fått andre store utfordringer å håndtere. Strømprisene gikk til himmels og med seg på veien fulgte gassprisene.

Strømstøtte kom raskt på banen, mens oljenasjonen Norge ikke vil gi støtte til bruk av propan. Begge kunstgressbanene ved klubbhuset varmes opp med propan. Det er økonomisk krevende, men ser nå ut til å løse seg.

Verre er det med selve kvaliteten på kunstgressbanene. LYN, som er en av de største fotballklubbene i Oslo, har hatt en særdeles krevende sesong hvor hovedbanen KGB1 bare blir verre og verre samtidig som rehabilitering av KGB2 aldri blir ferdig. Dette er prosjekter som styres av Oslo kommune ved bymiljøetaten (BYM), mens det er idretten på Kringsjå som blir skadelidende for sendrektigheten. Her har tillitsvalgte i styret og andre ressurspersoner gjort en formidabel innsats for å jage på BYM, følge opp alle relevante politikere og arbeide media best mulig - for å skubbe ballen i positiv retning for oss i LYN. Forhåpentligvis bringer dette vår banekapasitet tilbake til normalen i 2023.

LYN skal være et godt sted for alle. Da er det hyggeligere med et vennlig nikk eller smil i stedet for kjeft når ikke alt går på skinner. Dette er viktig å huske på i en hektisk hverdag.

Jeg heier på alle de gode bidragsyterne i LYN.

Morten Berge, Daglig leder SFK LYN



“Dette er virkelig julegaven til fotballen, og til barn og ungdom som ukentlig trener på anlegget vårt.”

NYTT KUNSTGRESS PÅ KGB1

TEKST MORTEN BERGE

Den store julegaven til LYN er budsjettforlik mellom Rødt og bystyrepartiene, SV og AP, som nå vedtar egen budsjettpost på kr 9 millioner til utbedring av kunstgressbane 1. Dette vil sikre oss en god bane frem til den skal totalrehabiliteres i 2026/27. Vi vil fortsatt ha utfordringer i anleggsperioden i 2023, men kan nå virkelig glede oss til en sterkt etterlengtet banesituasjon på anlegget i løpet av 2023.

«Da jeg fikk telefonen fra Siavash Mobashir, leder i Rødt, med nyheten om at budsjettforliket hadde sikret penger til utbedring av KGB1, ble jeg både ekstremt glad, lettet og overrasket. Jeg hadde jo på styremøte, bare noen dager tidligere, konkludert med at løpet nok var kjørt for KG1 siden vi ikke hadde hørt noe», sier Benedikte Stiff, styreleder i SFK.

LYN har hatt en ekstremt vanskelig banesituasjon de siste årene hvor det virkelig toppet seg i 2022 med totalrehabilitering av KGB2, som ennå ikke er ferdig, og underkjennelse av en elendig KG1. Det er kanskje ingen klubber i Norge som har like mange rapporter som underkjenner sin hovedbane som LYN. De fleste rapportene er i regi av Bymiljøetaten (BYM). Forslag til løsninger og utbedringer har kommet fra klubbens selv, og avklaringer fra BYM har latt vente på seg.

Påvirkningsarbeidet har pågått lenge, og har vært tids- og ressurskrevende. Styrene i SFK og LYN Fotball har jobbet aktivt mot byråden, opposisjonspolitikere og politikere «på vippen». I flere omganger har klubben møtt i samferdsels- og miljøutvalget for å informere om vår dramatiske banesituasjon. I alle dialoger har vi hatt én ambisjon; å få utløst en tilleggsbevilling i 2023 for å reparere toppdekket på KGB1. Parallelt har daglig leder i SFK brukt mye tid på å følge opp og dytte på avklaringer fra BYM.

Opposisjonspolitikere i bystyret og ledere i idrettskretsen har stått på og talt vår sak. Helt til slutt tok partiet Rødt Kringsjå med inn i budsjettforhandlingene og sikret at penger ble øremerket KGB1. Nå ønsker vi dem alle en ekstra god jul!

Dette er virkelig julegaven til fotballen, og til barn og ungdom som ukentlig trener på anlegget vårt. I tillegg kan vi nå endelig se frem til at vi i løpet av 2023 får tilbake en bane som skal holde Toppfotballstandard, slik at damelaget igjen kan spille sine hjemmekamper her, sier Line Fiskerstrand Blekeli, styreleder i LYN Fotball.

HURRA, OG HEIA LYN

Grønne mil

Fly til New York eller ta banen til Sognavn. Bestill hotellrom i Paris eller sov i egen seng. Studer asfalten mellom Kreuzberg og Steglitz eller barnåler mellom Skjærsgjødammen og Bjørnholt.

Nå kan du velge en maraton hvor skyskrapere blir til trær. Hvor betong blir til jord. Hvor gater blir til skogsveier.

Velkommen til Nordmarka Skogsmaraton.
Velkommen til gull og grønne skoger.



Lørdag 17. juni 2023

GULL OG GRØNNE SKOGER -
30
ÅR MED
GRØNNE MIL

TILBAKE TIL TOPPEN SAMMEN

BLI MEDEIER

Kjære venner, familie og støttespillere

Etter en banebrytende og eventyrlig folkefinansiering i 2021 skrev Lyn 1896 FK historie for eierskapsstruktur i Norsk fotball sammen med sin samarbeidspartner Lyn 1896 AS. Folk stod i kø for å kjøpe aksjer og viste et enormt engasjement.

Første steg klarte vi og kronet året 2022 med opprykk til PostNord-ligaen.

Nå skal familien bli enda større; foreldre, venner, besteforeldre, barnebarn, naboer, ja nå skal alle med litt følelse for Lyn eller fotball med. Vi har lagt frem planene for veien videre og skal bygge en organisasjon og fotballklubb for fremtiden hvor små og store skal kunne lykkes. Og sammen skal vi klare dette.

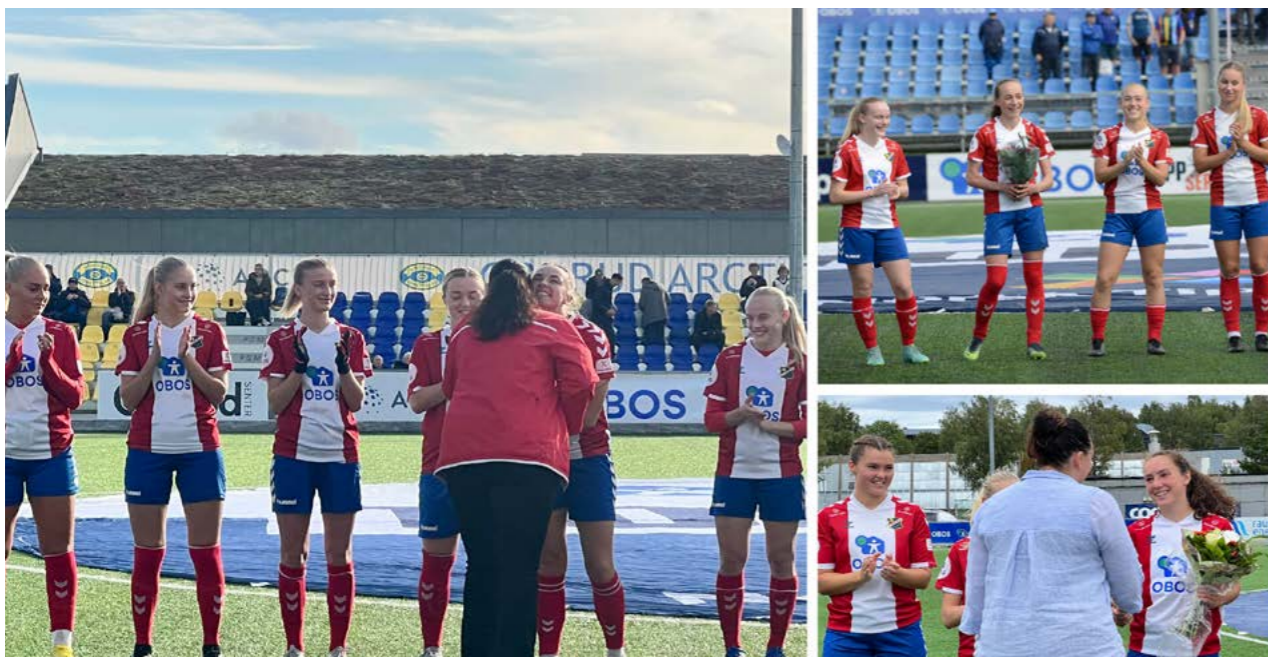
Se www.invester.lyn1896.no for detaljert informasjon og hvordan du tegner deg opp.

I skrivende stund passerer vi godt over 2000 eiere og den nye emisjonen holder åpent til 21 desember, men for å være på den sikre siden så tegner du deg opp så fort som mulig så man er sikker på å få en liten bit av Lyn. 150,- for hver aksje og vi har ingen minstepregning, dette skal være noe alle skal ha mulighet til å bli med på. Men ingen kan eie mer en 49%, og største aksjonær i dag har vel ca. 3%, så dette er et stort felleskap uten like og alle kan være med å påvirke veien videre.

Og tar vi en Bodø/Glimt så blir du nok steinrik på investeringen også.

Tilbake til toppen sammen!

Bli medeier i Norges desidert kuleste Aksjeselskap, Lyn 1896 AS



TRE NYE I 100-KAMPERSKLUBBEN

TEKST THOMAS NORDENG FOTO LYN DAMER

I årets sesong har tre nye spillere spilt seg inn i historiebøkene til Lyn Fotball Damer. Siden damelagets første sesong i 2009 er det ikke mange som har rukket å spille over 100 kamper i Lyn-drakten, men de siste årene har vi fått noen.

Med fare for feil (grunnet lite informasjon fra før 2012-sesongen), så er det kun ti spillere som har passert 100 kamper når du leser dette. Her finner vi spillere som Joanna Aalstad Bækkelund, Noor Eckhoff og Camilla Linberg. Flest av alle har Maren Hagfors Thoresen. På forbundet sine sider står hun oppført med 129 kamper, men i realiteten er det over 200 kamper. En statistikk det fortsatt skal noen år til for å slå.

Denne sesongen har Emilie Raaum Closs, Jenny Røsholm Olsen og Anna Palm alle spilt seg inn på den gjeve listen.

Emilie Raaum Closs debuterte for Lyn tilbake i 2017. Da startet hun i 2-1 seieren hjemme mot Fart. Karrieren startet i Lørenskog og gikk videre en kjapp tur til junioravdelingen til LSK Kvinner før hun ble Lyn-spiller. Venstrebacken er nå en lagets eldste med sine 23 år og har de siste årene være en del av kapteinsteamet. Før denne sesongen hadde hun ikke scoret i en tellende kamp, bortsett fra i en straffekonk i NM 2020. Etter denne sesongen løsnet det virkelig for legestudenten, som satte i 7 mål. Nå er Emilie med sine 113 kamper i

Lyn-drakten den spilleren med nest flest kamper for Lyn Fotball Damer i historien.

Jenny Røsholm Olsen startet å hospitere med Lyn som 12-åring. Da spilte hun for Lambertseter. Som 14-åring meldte hun overgang til Lyn og fikk sin a-lags debut i 1. divisjon 19. april 2015 borte mot Fortuna Aalesund. Angrepsspilleren scoret sitt første mål i oktober samme år og står i dag med 40 mål på sine 102 kamper.

I 2021 valgte 22-åringen å prøve seg i Avaldsnes på Vestlandet, men der stoppet det på tre kamper etter en skade tidlig i sesongen. Det er ingen tvil om at Jenny har hatt mye uflaks med skader gjennom hennes karriere, men etter å ha kommet «hjem» til Lyn igjen før årets sesong, har spissen sett bedre og bedre ut utover sesongen. Ingen tvil om det bor flere Lyn-kamper og mål i denne Oslo-jenta.

Anna Palm rundet også 100 kamper denne sesongen og scoret, som Closs, sine to første Lyn-mål denne sesongen. Borte mot Røa var hun på riktig sted til riktig tid to ganger og senket Røa. Anna har oppgjennom spilt litt overalt på banen, men denne sesongen figurert mest som høyreback eller midtstopper. 109 har det blitt for jenta fra Krokstadelva etter overgangen fra Stoppen i 2016. A-lagsdebuten kom 1. oktober 2016 i hjemmeseieren mot Raufoss. Tidligere har hun spilt for Vestfossen og Birkebeineren.

“2022 kan dermed oppsummeres som et år med mye idretts glede, gode resultater og veldig god sportslig utvikling”

LYN FOTBALL – JENTER 2022

TEKST JØRGEN REIKERÅS

Vi har lagt nok et år bak oss, et år som har vært preget av utenlandsturneringer, reising på kryss og tvers, kamper uten corona-restriksjoner og gode muligheter til å ha sosiale sammenkomster hos lagene. Sportslig sett har det også vært en veldig god sesong for oss som har ført til mye utvikling både som fotballspillere og mennesker. Selv om det tidvis har vært tøffe tak, så har sporten fått leve og ta steg.

Årets oppstartskull, J2009, kom inn sammen med 2009-jentene fra Koll og det ble en match fra dag én. Sammen med dyktige foreldre som bidro godt i oppstarten klarte trenerne å skape et sosialt og godt miljø og at veldig mange fortsatte med fotball. Underveis i sesongen har de også klart å levere resultater. Det har medført seriemesterskap i J13 1.div og 2.div, B-sluttspill i Sør-cup hvor vi blandet hele treningsgruppen. Til slutt vant vi også Hamar Talentcup i sommer, samt kom langt i både Adidas-cup og Norway cup. Med andre ord et flott år på alle fronter!

J2008-kullet har hatt et sosialt og godt år hvor de har tatt steg både som individer og gruppe. De har fått matchet seg bra i seriespillet og levert gode resultater, som er en følge av gode treningsøkter. I tillegg vant de Sør-Cup i sommer!

J2007 leverte en fin sesong i J15-serien, og har også tatt gode steg. De har vært

en samlet og fin gruppe som endelig fikk muligheten til å reise utenlands, og reiste til Sverige for Gothia Cup. Der gikk det nesten hele veien, men dessverre endte det med tap i B-finalen på straffer.

J17 har i år spilt Regionalserie hvor vi har fått matchet oss godt mot motstand fra hele Østlandet. En fin spillerutviklingsarena som gir oss matching hver uke, selv om vi har hatt et yngre lag enn de fleste andre. I tillegg har vi stilt med lag i J17.2 div, hvor det har gitt rom for mye spilletid og glede. J17.2 laget var i tillegg med på Dana Cup i sommer. I tillegg til Dana Cup fikk vi også invitasjon til Puma Elite Trophy i Gothia Cup, en invitasjonsturnering for de beste lagene i verden. Her ble 16 lag invitert, 8 fra Sverige og 8 fra resten av verden, hvor vi sammen med Viking var de eneste Norske representantene. Det ble en bra turnering, hvor vi til slutt røk i kvartfinalen mot et lag fra USA, som enkelt og greit var bedre enn oss. Uansett en strålende referanse for våre fremste 15-17-åringer.

J19 stilte i år i 2.div og har vært en fin arena hvor spillere som ikke nødvendigvis ønsker å spille profesjonell fotball får et samlingssted og kan ha det gøy med fotball.

Til sist har vi Rekrutt-laget vårt som har stilt i J19 1.div og 2.div senior. Dette er siste steget på jentesiden i Lyn før A-laget, og det handler om å klargjøre spillere for toppfotballen. Vi i Lyn skal

være en utviklingsklubb og majoriteten av rekrutteringen til A-laget skal skje fra egen utviklingsavdeling. Årets store mål har vært 2.div senior hvor 80 lag skulle kuttes til 28, og 2.div skulle implementeres i toppfotballen med to nasjonale avdelinger. For å klare dette måtte vi komme topp 4 i vår avdeling, en avdeling som var veldig tøff. Til slutt endte det på en solid 4.plass, rett foran Frigg som flere år på rad har spilt om kvalifisering til 1.div. Kvalifiseringen til neste års 2.div har vært veldig viktig for vår del, da vi ønsker å ha et så godt sportslig tilbud som mulig for både rekrutt-spillerne, men også A-lagsspillerne som trenger spilletid. I tillegg til seriespillet har vi også kommet til henholdsvis kvartfinale og semifinale i NM16 og 19. Selv om vi skulle ønsket å gå hele veien er det en stor prestasjon å komme så langt på begge arenaer.

2022 kan dermed oppsummeres som et år med mye idretts glede, gode resultater og veldig god sportslig utvikling. Banesituasjon har vært usikker, og det er alltid ting man kan bli bedre på, men det er også viktig å rette en hyllest til alle trenere, lagledere og frivillige rundt lagene. Dere gjør en fantastisk innsats, og uten dere ville ikke ting gått rundt. Fremover skjer en voldsom profesjonalisering i toppfotballen for kvinner, og for oss som utviklingsklubb er det viktig at mye ressurser benyttes i ungdomsfotballen, da Lyn er, og skal være, en utviklingsklubb.

BLODFAN MED FORDELER?**— FÅ BANK AV LYN! ❤️**

Vi i RørosBanken er stolt sponsor av Lyn!

Er du Lyn-medlem og kunde i RørosBanken blir du og din familie knyttet opp mot et fordelsprogram som ikke bare gagnar dere, men også spillerutviklingen av yngre spillere (av begge kjønn) på juniorlaget.

Det er nok av utfordringer i hverdagen, og da er godt å vite at man har en lagspiller på hjemmebane. Knytt enda sterkere bånd med klubben din – få bank av Lyn og bli kunde i RørosBanken i dag.

Ring Mina for en uforpliktende prat på tlf 953 09 620 eller ta kontakt på mpe@rorosbanken.no.



— Da Rørosbanken ble sponsor skiftet jeg bank til dem og det har jeg ikke angret på.

"Lærer'n", Hans Georg Øverby

FOTO: LEANDER FALKENBERG FOR LFM

**SESONGAVSLUTNING FOR FOTBALLEN HOS RØROSBANKEN**

TEKST THOMAS NORDENG FOTO RØROSBANKEN

Tirsdag 29. november var a-lagene til Lyn 1896 FK og Lyn Fotball Damer invitert til avslutning i deres lokaler i Parkveien 53. Alle trenerne i ungdomsfotballen var invitert til det som skulle bli en fantastisk kveld og samling. Dette er første gang en slik avslutning har blitt arrangert med RørosBanken, og dette blir helt sikkert ikke siste gang.

Signerte 3-årsavtale

Det store høydepunktet for kvelden var da Lyn Fotball, Lyn 1896 FK og RørosBanken signerte på en ny 3-årsavtale. RørosBanken har vært en svært god samarbeidspartner i noen år allerede og det er et samarbeid alle parter er veldig fornøyde med.

Banken kom inn som partner under Covid-pandemien og det har derfor vært vanskelig frem til i år å være til stede på klubbens arrangementer. I årets sesong har de derimot vært godt synlige på flere av hjemmekampene til klubbens to a-lag. Både på Kringsjå, Grorud og Bislett stadion har standen til RørosBanken vært godt besøkt hver gang de har vært på besøk og det er svært hyggelig.

Med gode betingelser for Lyn-venner har allerede flere supportere, medlemmer og ansatte skiftet bank til RørosBanken. Vi håper flere følger etter. Vi gleder oss over en ny og god avtale for klubben og ser frem til å fortsette vårt gode samarbeid med Norges beste bank, sett med Lyn-øyne.

Storartet sesongavslutning

Det ble full brakke og 80 fornøyde Lyn-spillere og trenere som fikk en velfortjent fest etter en fantastisk sesong. Vi er svært takknemlige for å ha slike gode støttespillere som stiller opp for både gutter, jenter og trenere i klubben.

RørosBanken stilte med god tapas og mye god drikke til det som skulle bli en fantastisk kveld. Banksjef Even Kokkvold åpnet kvelden med å fortelle litt om RørosBanken, samarbeidet, og hvordan det ble til, før han delte ut kveldens første pris – årets toppscorer for damelaget. Den var ikke så vanskelig å spå,



for de fleste visste at Lyn-spissen, Anna Nerland Aahjem har scoret flest denne sesongen. Det satte standeren.

En veldig fin samling av masse bra folk sørget for meget god stemning hele kvelden, fulgt opp av flere priser, Kahoot med premier og en deilig dessert. Vi i Lyn hadde en meget fin kveld og samtlige ønsker å gjenta dette senere. Ikke bare var det hyggelig å være på plass med samarbeidspartneren, men også en fantastisk mulighet for at spillere og trenere i de ulike allianse-lagene kunne ta en god prat seg i mellom.

Året priser:

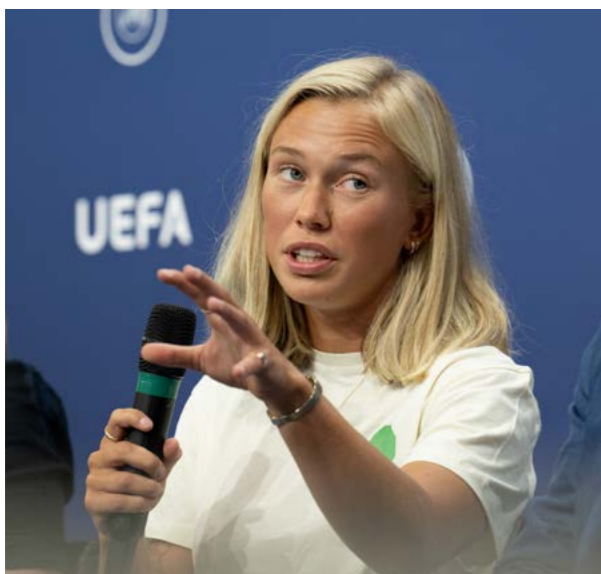
Årets toppscorer: Anna Nerland Aahjem og David Tavakoli

Årets gjennombrudd: Kamilla Melgård og Anders Bjørntvedt Olsen

Årets spiller (Spillernes spiller): Iselin Sandnes Olsen og William Sell

Coop årets spiller (Supporternes spiller): Cathinka Friis Tandberg og David Tavakoli

Tusen takk til RørosBanken for en fantastisk kveld!



WE PLAY GREEN

TEKST EMILIE BØLVIKEN

FOTO WE PLAY GREEN

I sommer kom jeg gjennom Stein Wessel-Aas i Lyns eldre i kontakt med Morten Thorsby og hans miljøorganisasjon We Play Green. Organisasjonen har som mål å engasjere den globale fotballfamilien for å skape de bærekraftige holdningene og handlingene som samfunnet vårt er avhengig av i årene som kommer.

For å få til dette verver de klimabevisste spillere i ulike klubber som vil spille med draktnummer #2. Disse spillerne blir budbringere i klubben, ligaen og lokalmiljøet de er en del av. Oppgaven er å fronte klimabudskapet og lede gjennom eksempel. Da jeg fikk muligheten til å være med på dette, takket jeg raskt ja!

Til byderbyet borte mot VIF bytta jeg draktnummer til 2. Totalt representerer togradersmålet satt i Parisavtalen fra 2015. Den slår fast at vi må holde den globale gjennomsnittstemperaturen til under 2 grader celsius, aller helst 1,5. Med dagens klimapolitikk styrer vi mot 2,8 - et tall som er kritisk og vil medføre fatale konsekvenser selv om vi her i Norden ikke nødvendigvis merker det denne dagen eller den neste.

Gjennomsnittstemperaturen fortsetter altså å øke, vi merker at ekstremværet kommer hyppigere, og WWFs rapport fra 2022 viste nettopp at verdens dyrebestander har stupt med gjennomsnittlig 69% siden 1970. Tida er med andre ord overmoden for å gjøre endringer.

Det er her fotballen etter min mening står i en særstilling. Den engasjerer og mobiliserer raskere enn noen forsker eller politiker kan make, og derfor finnes det også et enormt potensial til å bruke fotballplattformen til å skape bevissthet rundt klimakrisa. Varsellampene blinker rødt, samtidig som det også finnes en haug muligheter og løsninger vi alle kan

se til. Det er dette som er WPG og nå også mitt oppdrag å spre videre!

I september besøkte jeg UEFAS hovedkvarter i Genève, Sveits. Der deltok jeg i en panelsamtale om sirkulærøkonomi, og mer konkret hva slags rolle spillere kan ha. Mitt budskap var at fotballspillere er forbilder, og at ringvirkningene av at vi tar et standpunkt, ikke er til å undervurdere. Det seineste tilskuddet til WPG er en av de beste backene verden har sett det siste tiåret, nemlig Marcelo, kjent fra Real Madrid og Brasil. Med sine 60 millioner følgere kan budskapet nå en enda større del av fotballfamilien.

Lyn har levert en kruttsterk sesong i år, både på kvinne- og herresiden. Det er gledelig og vitner om en positiv utvikling. Mitt ønske er at alle vi som er glad i Lyn også kan gjøre vårt for en positiv utvikling for miljøet. Ingen er perfekte, men vi kan alle gjøre vårt for å bidra. Dette er den viktigste kampen vi står ovenfor!

Under følger et par enkle råd jeg etter beste evne forsøker å følge i hverdagen:

1. Ta meg betenkningstid, minst noen minutter og gjerne til dagen etter, i det jeg er i ferd med å kjøpe meg noe nytt. Trenger jeg egentlig dette?
2. Når jeg kjøper noe: sørg for at det er av kvalitet og vil vare. Ikke bli med på kjøp og kast-kjøret.
3. Ta sykkelen eller beina fatt når man kan! På Kringsjø kan jeg garantere plass i sykkelstativene på kampdag.
4. Lag en middag i uka som er vegetar. Et par år spiste vi på damelaget bare plantebaserte måltider på proffdag, og det finnes mange digge varianter!

Bli medeier og få ekstra gode fordeler flere steder!

Send SMS «Coop» til 2330



Spar tusenlapper på:

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

COOP
Øst

Spådom fra Bastionens overhode: OPPRYKK I ÅR

TEKST OG FOTO RØROSBANKEN

***Kommentar fra Falkenberg etter opprykket*

— Utrolig gøy! Det var nå eller aldri, og det ble nå. Veldig godt å kjenne på at man lykkes med det man setter seg som mål, men vi skal ikke stoppe der. Vi skal være offensive neste år, og sammen med samarbeidspartner skal vi ta ferden videre.



Intervjuet med Christian Falkenberg ble gjennomført før Lyn 1896 rykket opp til 2. divisjon

Christian Falkenberg, grunnlegger av Bastionen, krever opprykk på vegne av alle supportere, frivillige og aksjonærer.

Etter at Lyns elitesatsing endte i konkurs for tolv år siden, ser Bastionens grunnlegger og frontfigur, Christian Falkenberg, nå veldig lyst på fremtiden.

— Dagens situasjon er veldig spennende, vi må nesten rykke opp i år – for Lyn, men også for oss frivillige og fansen. Jeg tror det blir en morsom reise fremover, bekrefter han. Falkenberg sikter til den skarpe oppoverbakken Lyn har møtt i senere tid.

— Vi har jobbet i motbakke de siste årene, og det er imponerende at folk holder ut.

Reisen tilbake til toppfotballen

Siden konkurransen i 2010 har A-laget klatret opp fra syvende-til tredje-divisjon.

Falkenberg tror at klubben er på retur – tilbake i toppfotballen – selvsagt.

— Da kommer vi inn i et system som fanger opp alt av profesjonalitet: TV-rettigheter, sponsorer, penger og mediaoppmærksomhet. Vi kan ikke stoppe opp her vi er nå, vi må tenke større, fastslår han.

Han refererer til Bodø Glimt som har karret seg opp og frem til Champions League.

— De har kommet seg med i det selskapet der, og da burde

det jo være mulig for oss også, sier han håpefullt.

Tidlig engasjert

Bastionens grunnlegger og frontfigur, Christian Falkenberg er oppvokst på Majorstuen — ikke langt unna Lyn-smørøyet, historisk sett — men det var likevel ikke gitt at han skulle ende opp som Lyn-supporter.

— Jeg fikk faktisk tilbud om et helt års abonnement på Donald hvis jeg spilte for Frigg, og for en ti år gammel gutt var det som å vinne i Lotto på den tiden, forklarer han og sikter til Frigg Oslo Fotballklubb.

Men slik ble det heldigvis ikke, da en ung Falkenberg allerede hadde fått øynene opp for Lyn.

— Jeg var med faren min på kampen deres mot Bodø Glimt i snøværet i oktober, i 1976, forteller han.

Det han hadde sett der hadde definitivt gitt nok inntrykk til at han ble en aktiv og trofast supporter.

— Også hadde de finere drakter enn Frigg da, legger han spøkefullt til.

Fokus på kontinuitet

Selv om det er hele tretti år siden Falkenberg grunnla Bastionen, er han fortsatt like involvert den dag i dag.

— I dag er jeg leder og kontaktperson for Bastionen, og ansiktet utad – kan du si, forklarer han.

—Jeg, som har holdt på en stund, har tenkt at vi må bare holde det gående til det kommer en ny generasjon. Jeg ser ikke for meg at jeg holder på med dette om ti år. Da må noen ta over. Vi ser at det kommer inn en ny, engasjert generasjon, født på 2000-tallet, sier han håpefullt.



Selv om Falkenberg har håp og krav for fremtiden til både Lyn og Bastionen, så er hovedfokuset det samme som det var for tretti år siden.

— Vi må bygge klubb. Det er jo det som er viktig. Man kan selvsagt sminke «brura», og så går det greit i to år, men det blir ikke noe kontinuitet om grunnmuren er ikke der - den må i boks først.

Falkenberg drar linjer til RørosBanken, som sponser både dame- og herre-laget i Lyn.

— Det jeg synes er så fint med Rørosbanken er at de er litt sånn som Lyn; vi slår nedenifra, og da må an jobbe litt ekstra for å beholde interessen, og for RørosBankens del; kundene. Både Lyn og RørosBanken er tett på tilhengerskare og kunder, og det er viktig.

Crowdfunding for større eierskap

All bygging av klubb skjer nå på en forsvarlig måte – og det innebærer en helt unik fremgangsmetode i norsk fotballhistorie, ifølge Falkenberg.

Aksjeselskapet, Lyn 1896 AS, kan nå eies av hvem som helst, både små og store aksjonærer.

— Vi var den første fotballklubben i Norge som inviterte til crowdfunding – som det er mye av nå for tiden – men vi ønsket å fordele eierskapet på aksjonærer og medlemmer, i stedet for at det eies på noen få hender, sier han.

Etter nesten en uke var det ti millioner på kontoen.

— Når man får være med på å redde klubben sin så tror jeg absolutt at det gjør noe med lojaliteten – man føler på et eierskap. Det er litt sånn som hvis du jobber et sted hvor du også har et eierskap, da jobber du sannsynligvis litt ekstra. Det er også noe med at eierskapet fordeles på aksjonærer og medlemmer, i stedet for at det eies på noen få hender, sier han. Opptatt av Tifo

Bastionen bruker mye tid og ressurser på Tifo, noe som ligger Falkenbergs hjerte nært.

— Det er mange som legger ned mye tid på å lage flagg og bannere til kamp, i Bastionen. Det er snakk om svære ting som folk driver og jobber med i gymsal. Det er litt gøy, og det skaper stemning. Vi har hatt mye fokus på Tifo, borteturer og bluss i

det siste, forteller Falkenberg.

Ideelt sett kunne Falkenberg tenkt seg å øremerke sponsor-penger fra RørosBanken til Tifo eller utgifter tilknyttet bortekamper.

— Vi som supporterklubb har lyst til å bruke opp pengene vi har hvert år, vi trenger ikke å ha de på bok. De bør bidra til en eller annen aktivitet, for eksempel bluss, Tifo, bussturer eller arrangementer, mener han.

Stødig tilhengerskare på bortekamper

Bastionen har mye fokus på oppmøte på bortekamper, og har en egne turansvarlige som organiserer en del reiser fra og til kamper for en dedikert fanskare.

— Som regel har vi godt oppmøte på bortekamper, og vi går virkelig inn for å være tilstede på så mange bortekamper som mulig for å være synlig i hele landet. Det er merkevaren vår — vi reiser rundt for å ha det gøy og ikke for å lage bråk!

Selv om Bastionen og Lyn har mye fokus på oppmøte på bortekamper så er det ordentlig stas å møte opp på kamper i nærheten, da halvparten av kampene som regel foregår i Oslo-traktene, ifølge Falkenberg.

— Det er skikkelig gøy for oss når det er trikketurer fra og til kamper. Også er det ordentlig kult å komme med buss til Kjelsås, smiler han.

Avgjørende med dialog

Falkenberg er en stor tilhenger av dialog, både når det kommer til strukturen innad i Lyn, Bastionen og samspillet mellom de to. — Små ting kan raskt bli store uten en tett, åpen dialog. Det er avgjørende for Lyn at det er en kort distanse for å ta opp noe, både når det kommer til det sportslige og annet. Veldig ofte at en administrasjon og et styre er distansert fra det de egentlig driver med. Hvis de ansatte ikke vet hvem som sitter i styret så er det en svakhet, sier han og utbroderer:

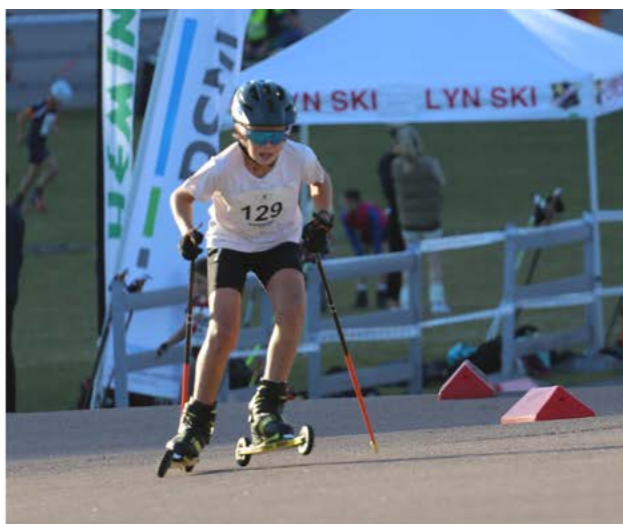
— I dag bestemmer vi aksjonærer hvem som sitter i det styret og da unngår vi byråkratiet. Kan til og med hende det blir engasjement for å ha supportere i styret. Styret må være en pådriver og ikke gjemme seg bak vedtak, avslutter han.

OSLO RULLESKICUP 2022

TEKST PER KRISTIAN GJERMSHUS FOTO ANNIK BJØRNDAL

Hver høst rett etter at skolen starter arrangerer vi Oslo Rulleskicup. I år var første gang siden 2019 at vi var helt fri for restriksjoner. Cup-en er et samarbeide mellom Lillomarka SK, Bækkelaget SK og Lyn Ski der hver klubb arrangerer ett renn hver. Det vi ønsker aller mest er å kunne kjøre vårt arrangement i vår egen rulleskiløype på Sognsvann, men mens vi venter og håper at det skal kunne bli realitet består cup-en av to kvelder i Holmenkollen og en kveld i Lillomarka arena.

Løypene i Holmenkollen er kjent for å være tøffe, både oppoverbakker og nedoverbakker kan være krevende. Etter flere års erfaring har vi kommet frem til et løypeoppsett som fungerer godt fra de yngste i 9-års klassen til de eldste i 15-års klassen. Forholdene var gode i år, med tørt føre og bra temperatur og da er det gøy med rulleski.



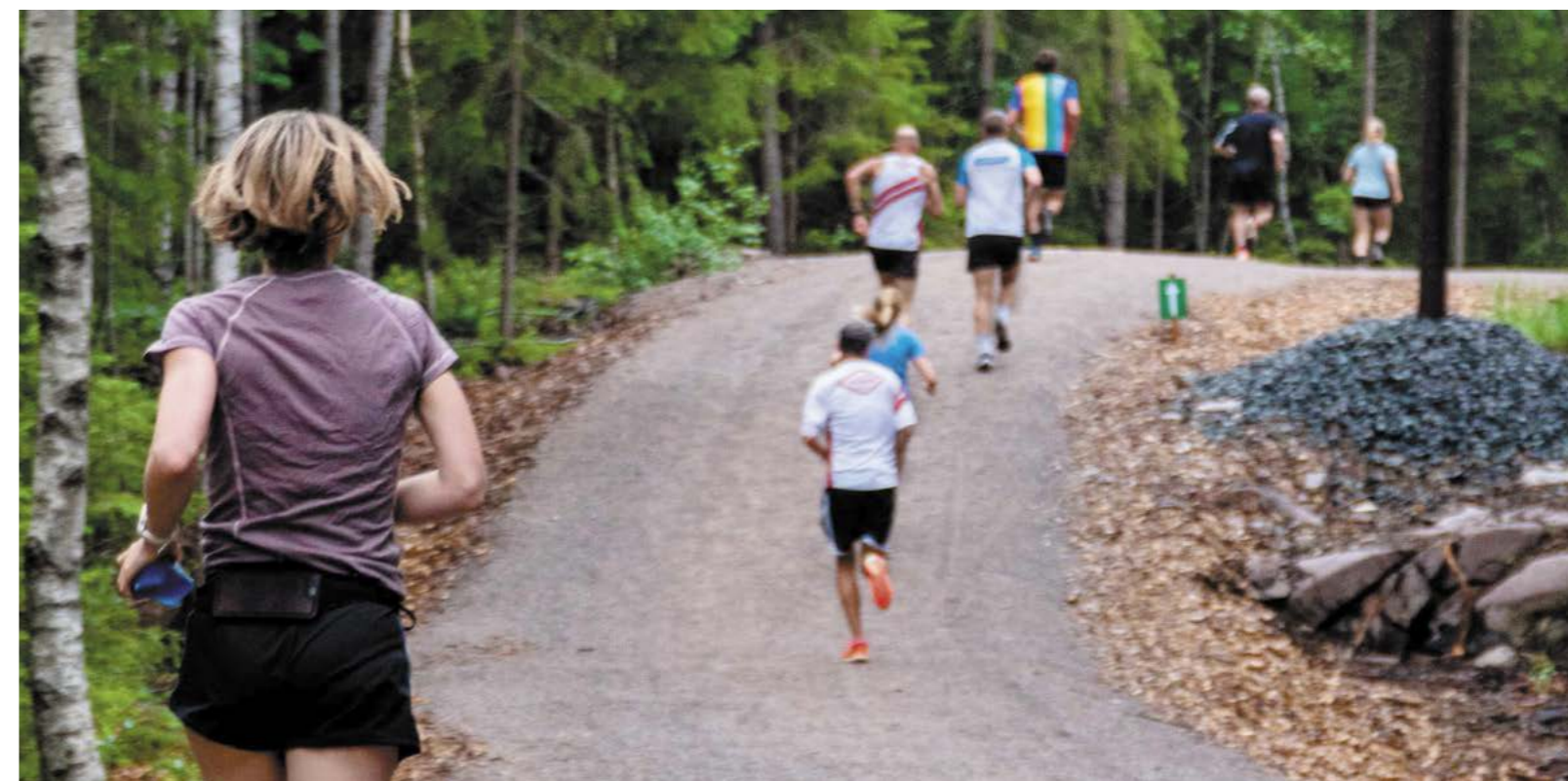
Et løp på 12 glade kilometer! Torsdag 4. mai 2023



Nordmarks12er'n er et herlig løp på glade 12 km i Nordmarka. Løypa er ikke flat, og du kan kjenne på følelsen av stolthet og mestring når mål nærmer seg.

Start og mål i Sognsvann Snøpark.

Løypa: Snøparken, Sognsvann, nye lysløypa, Grinda, Hammeren, Ankerveien, Snøparken.




NORDMARKS12ER'N



IVAR FORMOS MINNELØP

NORDMARKAS TØFFESTE STILØP!

Gå inn på
ivarformosminnelop.no
meld deg på!

LØRDAG 14. OKTOBER 2023

LØYPER: 17 KM • 10 KM • 3 KM • BARN



IVAR FORMOS MINNELØP

VETTAKOLLEN - FRØNSVOLLEN - SKJENNUNGEN

IVAR FORMOS MINNELØP 2022

TEKSTANNIK BJØRNDAL FOTO ANDREAS SKRI REFSDAL/ANNIK BJØRNDAL

Med ekstra søle i skogen var vi klare til å ønske alle 495 løpere velkommen til et godt høstløp på sti. Vi har arrangert IFM 10 år på rad og kjenner nok at tradisjonen griper om seg.

Alle gode ting kan endres, så også et løp. Med start og mål i Sognsvann Snøpark, har vi mange og gode muligheter til mangt. I 2023 lager vi et fyrverkeri av et stiløp vi håper mange vil være med på!

I år hadde vi tre distanser. Barneløpet med noen gode runder i Snøparken, inkludert orgeltrampet og mer til. Ungdomsløpet 3km gikk ut samme vei som 17km, retning Vettakollen, men brakk venstre rett etter Seniorløypa stien, for å komme tilbake og over jordet, nederste klopp og tilbake til Snøparken. 17 km gikk som tidligere, et vakker stiløp opp til Vettakollen, over myrene og opp til Frønsvollen, videre til Skjennungen og tilbake over utsiktspunktet og ned til Ullevålseter, via Lyn hytta og tilbake. Traseen går fortrinnsvis på sti, med noe grus på enkelte partier. Alle 17km er hentet ut fra treningsdagboken til vår store skihelt Ivar Formo.

Vi kuttet ut 9 km i år. Rett og slett fordi vi opplevde distansen som et tilbud vi ikke syntes var godt nok. Løypa hørtes tilforlættelig ut

med «kun» 9 km, men var beinhardt. 4-5 rett opp og 4-5 rett ned, ingen god reise.

I 2023 lager vi ny STI-FEST med Ivar Formos Minneløp. Dato: lørdag 14. oktober. Det er bare å notere ned i kalenderen og henge på kjøleskapet. Er du ikke godt nok trent, ha det som et mål. Ta med slekt og venner, her blir det distanser for alle.

Barneløpet, ungdomsløype og 17 km blir som før. Nytt blir en blodfersk 10 km stiløype. Løypa lages i disse dager! Det blir variert terreng og et godt stiløp du kan skrive hjem om når du kommer i mål.

På premiefronten vil vi også her lage de flotte glassene som deles ut til klassevinnere på Nordmarka Skogsmaraton og Nordmarks12ern. Det blir eget sandblåst glass for IFM. Nå kan du ta en trippel med LYN SKI og sanke vakre glass i samme løpsdrag. Ethvert arrangement har, i tillegg til de nødvendige deltagerne, et kobbelt av frivillige, de som redder idretten. IFM, intet unntak. Vi er heldige som har så mange flotte familier i klubben som bistår, det blir gode arrangement av slikt.

HOLD AV LØRDAG 14. OKTOBER 2023 – små og store. Vi ønsker velkommen til løpsfest på STI!





OPPSTART BARNETEAM

TEKST OG FOTO ANDREW HAVNEN

Vi er i gang igjen! Rett etter høstferien i uke 41 begynte trening for barneteamet i Snøparken. Hele 97 barn fra 2014-kullet gikk fra skileik til barneteamet. Denne sesongen får de mulighet til å gå skirenn med både klassisk og skøyteski i tillegg til stafetter. Her vil de få oppleve ekte lagfølelse, spenning og mestring. Det har ellers vært et hyggelig gjensyn for resten av gruppene å se gamle skivenner igjen. Mange går på forskjellige skoler og ser ikke så mye til hverandre i sommerhalvåret, da er det veldig hyggelig å kunne samles igjen til fine økter og sosialt samvær. Det har også kommet mange nye fjes i år, noe vi er veldig glade for.

Selv om alle venter spent på snøen, er det masse morsomt vi holder på med på treninger i mellomtiden. Barmarkstrening forbereder oss for skisesongen med ulike aktiviteter og øvelser som legger vekt på kondisjon, koordinasjon og samspill. Vi løper og herjer i sol og regn med smil og latter. Våre engasjerte

trenere sørger for at gruppene holder seg i bevegelse, samtidig som de skaper et inkluderende og positivt miljø. Vi støtter og heier på hverandre! I tillegg til barmarkstrening, har vi hatt fine rulleskiøkter. Flere fra 2014-kullet har prøvd rulleski for første gang og sier at det er både litt uvant og kjempegøy! De andre gruppene har hatt rulleskiøkter annen hver uke.

Tradisjonen tro, feiret barneteamet (og mange andre) sesongstart med Lyn Løpet torsdag 13. oktober. Mye regn og vind stoppet ikke flere hundre Lyn-folk fra å samles i Snøparken til terrengløp, grilling og mye hygge. Simen tok turen innom og skapte ekstra god stemning for hele gjengen!

Barneteamet er glad for at sesongen er i gang og gleder seg til alt det morsomme som er i vente!

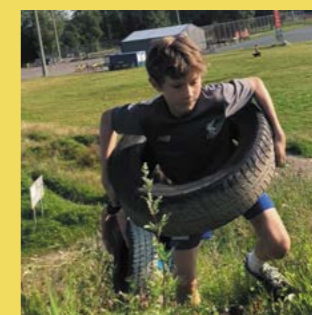


FOR ALLE BARN I ALDEREN 7-14 ÅR

Uke 26, 27 og 33



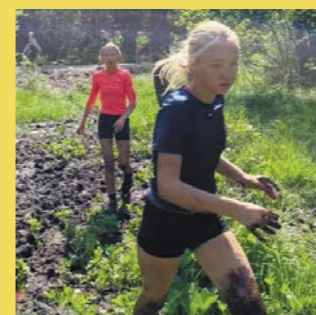
BARNETEAM CAMP
(2015-2012)



UNGDOMSTEAM CAMP
(2011-2008)

MYE MORO

- triathlon
- bading
- mesternes mester
- stafetter
- lek & moro
- myr rugby
- rulleskibandy
- langtur
- intervaller
- vannkrig



skan eller klikk

Mer info på sommerskiskole.no

“Miljøet i Lyn har betydd alt for meg.”

TUVA ANINE BRUSVEEN-JENSEN

TEKST OG FOTO ANNIK BJØRNDAL

Det er kraft i hvert stavtak, et intenst blikk og friske fraspark.

Lynjenta Tuva Anine Brusveen-Jensen har et kroppsspråk på skirenn som oser vinnervilje. Forrige sesong imponerte hun med bronse i junior-VM, gikk en suverene etappe for stafettlaget som tok gull og var i toppen på alle norgescuprenn.

19 år gamle Tuva har oppsøkt den første snøen, sammen med broren Torjus er hun på et hotell i Trysil. Det måtte bli et intervju over telefon, for nå er det ikke lenge til de første skisesongen er i gang, og det er viktig å få trent mye på snø. I Oslo er det fortsatt varmegrader og lite tegn på at vinteren skal komme.

Så det blir en liten prat med Tuva Anine Brusveen-Jensen mens hun sitter og slapper av på hotellrommet. Tuva er 19 år. På juniorlandslaget. Bronse i junior-VM 15 km skate.

Gull junior-VM stafett. Nummer syv på sprinten i junior-VM. Nummer tre sammenlagt i Norgescupen 2021/22. Det er ungdomstiden med veldig mange på klubbtrening, utrolig mye gøy både på trening og renn som har fått Tuva dit hun er i dag. -Det handlet om så mye mer enn å prestere best på renn, sier Tuva. Det var alt det sosiale rundt, vi hadde så mye moro. Vi var en store jentegjengen som var veldig gode venner,



-vi holder fortsatt sammen, og møtes i mange hyggelige sammenhenger. Ungdomsårene var så hyggelig, vi som dro rundt, var på familiesamling, turer i fjellet på våren med flinke trenere og oppmenn. Vi heiet på hverandre på renn, støttet hverandre i oppturer og nedturer. -Dette er utrolig gode ski-minner for meg, hele ungdomstiden i Lyn Ski sier Tuva, som hele veien har vært en viktig bidragsyter for det gode jentemiljøet.

Nå er treningen mer og mer viktig, det tar større plass i livet, men jeg har det utrolig fint nå også, sier Tuva, som har funnet seg en kjæreste som også er aktiv skiløper, Amund Korsæth. Hun er ferdig på videregående skole og satser for fullt denne vinteren.

Hvis Tuva skal gi andre unge skiløpere noen treningstips, er det aller viktigste å ha det gøy, det er viktig å ikke stresse med resultater. Det er viktig å tro på sitt eget opplegg. Vær nysgjerrig og finn selv ut hva du ønsker med idretten. Du må ønske og utvikle deg, jobbe mot et mål, da kan det være mulig å komme langt.

-Jeg tror det er viktig å stole på det man gjør hele veien, sier Tuva.

Tuva kommer fra en ivrig skifamilie, hvor moren Ina var aktiv som ung. Nå er det Tuva og de to yngre brødrene Torjus og Tøllef som foreldrene støtter og hjelper til med det de kan bidra med.

-Jeg beundrer foreldrene mine. Nå ser jeg hvor mye de har gjort for oss. Hver ettermiddag etter jobb har de kjørt non stopp på oss til treninger og konkurranser i veldig mange år. De har reist rundt på alle skirenn, står i smøreboden hver helg, og legger alt til rette for at vi skal få være aktive med den idretten vi elsker. Hjemme er det gourmet-taco som er Tuvas yndlingsrett, med alt mulig digg til. Da koser hun seg.

Mange lurer på slektskapet til den kjente skiløperen Håkon Brusveen. Reserven som tok OL-gull på 15 km i 1960.

-Vi er ikke i direkte slekt, sier Tuva, han er oldefar sitt søskenbarn, men det har alltid vært en inspirasjon å vite at det

har vært dyktige skiløpere i familien.

Tuvas store drøm er selv å bli verdens beste skiløper.

-Da må jeg ta meg god tid og ha tro på det jeg driver med. For å utvikle meg må jeg være nysgjerrig og ivrig på trening. Og det er utrolig viktig å ha et godt støtteapparat rundt meg, som kjenner meg og som jeg stoler på. Nå fungerer det veldig bra med Lyns hovedtrener Håkon Stuge Bånerud, som er Tuvas personlige trener.

-Vi har alltid hatt veldig flinke trenere i Lyn, noe som har vært viktig og inspirerende for min utvikling.

Lyn betyr veldig mye for meg, jeg er stolt av å komme fra den flotte klubben. Vi har morsomme fellestreninger, utrolig bra folk og et stort og godt miljø. Jeg er glad for at jeg ikke er fra en liten klubb, hvor jeg kanskje hadde vært den eneste jenta. De andre jentene betyr veldig mye for meg sier Tuva. Som møter opp på alle fellestreninger når hun er i Oslo.

Broren Torjus trener hun også mye med.

-Han er en veldig fin partner å trene med og vi har begge lyst til å bli best mulig, vi forstår hverandre veldig godt. Under koronaen var det utrolig fint å ha Torjus å trene med, det var betydningsfullt for oss begge. Torjus er nå første års junior, mens Tuva går inn i sin siste juniorsesong.

Vinterens store mål er å komme til junior-VM i Canada, og der ønsker Tuva å ta medalje.

-Jeg har veldig lyst til å gjøre det like bra, om ikke enda bedre, enn det jeg gjorde under junior-VM på Lygna, sier Tuva og ler litt beskjedent. Hun har store mål, og jobber hardt får å nå de. Men hun er også sosial, og prøver å ta vare på alle vennene sine.

Tuva må etter hvert legge på, middag skal spises, alle detaljer i livet som toppidrettsutøver er viktig. Første skirenn blir på Gålå i slutten av november, så blir det junior-VM uttak helgen før jul i Bardufoss. Dit drar Tuva sammen med noen flere juniorløpere fra Lyn. Vi heier på alle og ønsker lykke til med sesongen.



TORSBY 2022

TEKST ANNIK BJØRNDAL FOTO LØPER

Tradisjonen tro er vi nå tilbake til broderfolket for å gå på snø inne. Med pandemi og stengte grenser har denne muligheten vært lukket et par år. Men, vi tar raskt opp gode tradisjoner. Fokus på våre Torsby samlinger er gode økter, sosialt og godis. Vi har to helger hvor vi reiser; en med HL gruppen og en med yngre u-team og eldste barneteamsgruppe. Det fungerer godt. Med HL gruppen var det drøyt 70 gjester og helgen etter smelte vi til med godt over 100.

Her er et lite innblikk fra helgen med GJ2009 gjengen og trener Mathilde!

Samlingen i Torsby var fylt med stor skiglede, hyggelige samlinger og veldig fornøyd ungdom som har kost seg sammen på tur.

Vi dro innover mot skitunellen lørdag morgen. Skøyting på første økt og klassisk på andre økt. Her jobbet vi med teknikk og hurtighet i mindre grupper. Etter andre økt kjørte vi direkte til Ica og handla smågodt. På kvelden hadde trenerne organisert mimelek som et sosialt innslag. Her ble det mange rare bevegelser og ikke minst mye latter!

På søndagen hadde vi klassisk intervaller på første økt før vi på andre økt avslutta helga med lek og stafetter

2009-teamet er strålende fornøyd med helga og gleder seg allerede masse til neste samling!



JUNIORGRUPPA

TEKST OG FOTO HANNA PETERSEN, JR. TRENER

Vi er godt i gang med høsttreningen og vi har så langt i høst gjennomført samling i Lillehammer med juniorgruppa, deltatt i Holmenkollen skishow, vært i Trysil og hatt nærsamling med Team Kollen. Vi ser nå frem til ny samling med Team Kollen 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 Lillehammer-samlingen i september og gi dere en liten oppsummering av en vellykket samling.

På en litt grå høstdag i midten av september dro vi en stor gjeng opp til Lillehammer på fredagen for å gjennomføre høstens første samling. Det var 25 utøvere med for å legge ned en solid treningsinnsats på Lillehammer denne helgen. Målet for samlingen var å gjennomføre økter av høy kvalitet, samtidig som vi hadde fokus på det sosiale i gruppa. I år bodde vi i hytter/leiligheter på Birkebeineren Hotell som lå meget sentralt til for å kunne gjennomføre de forskjellige treningsøktene vi ønsket. Maten på hotellet var også av god kvalitet, så alt lå til rette for en knallfin samling.

Av treningsøkter vi gjennomførte er det verdt å nevne

noen. Vi hadde en fin langtur på rulleski om Rudsbygd og Follebu på fredag, i tillegg til en solid styrkesirkel inne i Håkonshallen på ettermiddagen. På lørdag var det duket for den brutale motbakkeintervallen fra Swix-butikken til Birkebeineren skistadion, før vi på søndag hadde en småseig løpelangtur (i hvert fall for noen av trenerne) opp til Balbergkampen, Rustad og rundt Birkebeineren skistadion. Treningsøktene ble i tillegg krydret med noe hurtighet og lek.

På lørdag kveld satte vi av tid til sosialt opplegg hvor vi trenerne planla og gjennomførte en musikk-quiz. Her ble utøverne både bedre kjent på tvers av aldersgrupper og vi opplevde et enormt konkurranseinstinkt på samtlige. Fra Lillehammer-samlingen sitter vi igjen med gode minner, et stort treningsutbytte og enda sterkere og tettere relasjoner. Vi tar med oss dette og gleder oss til den videre fortsettelsen av sesongen 22/23. Juniorgruppa skal nå legge inn en siste innsats og forberede seg best mulig før det braker løs på Gålå med åpningsrenn 26. november!

LYNS ELDRE FYLTE 70 ÅR

TEKST ERIK SJETNAN, LEDER LYNS ELDRE



27. september i år dro ca. 40 personer på en jubileumsreise fra Oslo til Kiel med Color Line. Stiftelsesdatoen til Lyns Eldre var 16. oktober 1952 hvor 6 medlemmer sto for denne dannelsen. Leder for gruppen var Johan Gaarder, den gang et fremtredende medlem og æresmedlem av SFK LYN. Denne avdelingen har så vokst fra 6 til i dag ca. 135 medlemmer.

Programmet ombord var meget enkelt, åpning med leskende drikke i egen avdeling på toppen av båten. Deretter en herlig jubileumsmiddag med fantastisk mat, gode viner og mineralvann. Jubileumstale ved leder Erik Sjetnan. Så kom de vanskelige kvaler, show på båten eller landskamp mellom Norge og Slovenia. Det ble halvparten på hvert sitt sted.

Dagen etter var det i-land gåing i Kiel, noen ble sittende på båten. Hyggelig kveld med egen avdeling til buffert middag med rikelig vin. Meget trivelig aften med feststemte folk. Arne Myrvold holdt en hyggelig «tak for oss» tale.

Til stede på turen var også 4 tidligere ledere av Lyns eldre, Arne Haugen, Lars Rivø, Einar Døhlen og Per Dahl samt undertegnede.

På vegne av styret i LYNs eldre takker jeg for en flott og morsom tur. Det er snart et nytt jubileum, 75år! Så hold ut!

JUBILEUM OG KRABBEAFTEN

Torsdag 13. oktober hadde LYNs eldre sin årlige krabbeaften. Dette ble kombinert med en liten feiring av LYN eldre sitt **70 - års jubileum, 16.oktober 2022.**

Menyen var som det sier seg selv, krabber, ferdigpilte denne gangen, samt reker i trengsel. Alt tilbehør som vin, akevitt, mineralvann, majones etc. var på plass.

Denne gangen hadde vi invitert LYN fotball. Til stede var trener for damelaget Tom Stenvoll, samt spillerne Cornelia Fladberg og Kristin Holmen. Disse tre fortalte om prosjektet **«Drømmen om Europa»**. Jentene gjorde en flott framstilling av dagens situasjon i Norsk kvinnefotball. Dette ble et meget hyggelig og populært innslag. De koste seg også til bords med krabbe, reker og bordkavalerer.

Det er vanlig at vi har en vin utlodding etter maten. Tidligere har overskuddet gått til «oss sjøl», men denne gangen loddet vi ut litt mer og lot overskuddet gå til jentenes prosjekt, Drømmen om Europa.



LYN 1896 FK var også til stede ved styreleder Petter Sæterbakken. Hlovet at overskuddet kunne han doble og bidra til at litt mer gikk til jentene. Stort gjort! Tilsammen ble det samlet inn kr. 10 000. Det ble en hyggelig kveld for alle de 45 som kom.

NEKROLOG KJELL SAGA

Kjell Saga døde på Roa 23. august 2022. Han ble født 12. november 1932 og var nær 90 år da han døde.

I 1967 mottok kaptein på Lyns lag Saga kongepokalen fra klubbkamerat Kong Olav for cupmesterskapet det året. Det var hans siste kamp for Lyn – etter en lang og ærerik karriere for klubben – og han var da 35 år gammel.

For en måte å avslutte en fotballkarriere på! «Å gi seg mens man er på topp» fikk her sitt klare og konkrete innhold. For det første fikk han og klubben en grundig oppreisning og revansje fra cupfinalen året før – da det ble et knepent tap for Fredrikstad. Den solide seieren over Rosenborg i 1967, med 4-1 på en tung og gjørmete bane, smakte derfor ekstra godt.

For Kjell Saga ble dette så å si kronen på verket etter å ha bidratt vesentlig til at klubben bl.a. fikk 5 medaljer på rad i serien fra 1963 til 1967: Sølv i 1963, gull i 1964, sølv i 1965 og bronse i 1966 og 1967. Kjell kunne på en måte betraktes som den ideelle, personifiserte klubbspiller, der han alltid stilte laget, lagånd og fairness foran eget fokus, individuell oppmerksomhet og egenvinning. Hans egenskaper og ferdigheter kunne likevel ikke landslags UK unngå å legge merke til. På begynnelsen av 1960-tallet spilte han derfor flere B-landskamper som det var en del av på den tiden. Debuten på A-landslaget fikk han dessverre aldri. Det ble med en opplevelse som reserve mot Irland i Dublin høsten 1960.

Kjell Saga kom til Oslo fra Hadeland og Brandbu på slutten av 1950-tallet. En kar med begge beina godt plantet på moder jord og godt vant med ærlig og hardt arbeid av både det grøvre og finere slaget samt bygdetypisk dugnadsinnsats, samarbeid og samhold. Dette preget hans væremåte og holdninger både på og utenfor banen – et meget viktig personlighetsbidrag til datidens Lyn-lag som var i starten i en oppbyggingsfase etter 7 magre år.

Han ble fort en markant lederskikkelse på grunn av dette og sin uselviske, enkle og effektive spillemåte, sin innsats og sin «alt for laget» -innstilling. Hans høyreiste skikkelse med det sølvgråe håret forsterket liksom dette. Han ble et viktig samlingspunkt for de yngre spillerne og en god støtte for trenerne vi hadde på den tiden: Brede Borgen, John Sveinsson, Thor Hernes og Knut Osnes.

Lyn rykket opp fra den daværende landsdelsserien i sesongen (høst – vår) 1959 – 60 og dette ble starten på klubbens storhetstid på hele 1960-tallet.

Undertegnede kom også til klubben fra bygde-Norge et par år senere enn Kjell –

og fikk dermed den glede å oppleve hvordan hans personlighet preget laget. Jeg fikk til fulle også oppleve hva det vil si for en ung gutt å få støtte og oppmuntring når en prøver å etablere seg i et ganske tøft prestasjons – og by miljø.

Blant mange gode relasjoner med enkeltspillere utover 1960-tallet, fikk jeg det aller beste og tetteste forhold til Kjell Saga . I tilknytning til fotballen selvfølgelig, men også utenfor - der han og hans Inger Lise åpnet sitt hjem for meg og min tilkomne kone, Brit. Derfor var det ingen tvil, da tiden var inne for giftemål for mitt vedkommende i 1964: Kjell var det klare førstevalget som forlover! Utenom fotballen jobbet Kjell Saga målbevisst med en bankkarriere som startet i datidens Bergens Kreditbank.

Da Kjell gikk over i pensjonistenes rekker flyttet han tilbake til sin ungdoms røtter på et vis. Han ble bonde på eget årsbruk på Roa. Her gjorde han igjen et samvittighetsfullt og solid vekstarbeid sammen med sin kreative klesdesignerkone og gode naboer.

Kjell Saga var en flott representant for klubben Lyn. Han spilte en meget viktig rolle for 1960-årenes Lyn-lag.

I alle år etter at den aktive fotballkarrieren holdt 4 par fra Lyn-tida fortsatt kontakten og møttes til et restaurantbesøk et par ganger i året: Einar og Sidsel Døhlen, Liv og Axel Berg, Inger Lise og Kjell Saga, Brit og Andreas Morisbak. Det var etter hvert damene som tok initiativene til å følge opp disse sammenkomstene. Den siste gangen vi alle var sammen var vi invitert til Sagas gård på Roa. Det ble en meget hyggelig sammenkomst, men også en slags avskjed for gruppen. I etterkant er nå tre døde og to sliter med sykdom. Men Einar og Sidsel samt undertegnede representerte gruppen i Grue kirke ved bisettelsen.

I tillegg var det godt å se r fremtredende personer fra Lyns eldre Erik Sjetnan, og Per Dahl samt spillere som i sin tid hadde kontakt med Kjell: Tom Ørehagen, Helge Østvold og Kalle Hauger.

Han har betydd mye for gamle lagkamerater og for meg var det positivt å samspille med han både på og utenfor banen!

Medspiller, lagkamerat og venn –Andreas Morisbak



JUBILANTER:

90 år

Torleiv Blæsterdalen	16.10.1932
Martin Erling Moe	26.02.1933
Lars Kristen Rivö	02.03.1933

80 år

Randi Wiig Storaas	11.09.1942
Harald Eikeland	27.02.1943
Stein Wessel-Aas	01.03.1943

75 år

Erik Sunde	09.09.1947
Erik Boye	20.09.1947
Egil Stenshagen	09.10.1947
Audun Inge Vambeseth	15.10.1947
Rune Tangen	01.11.1947
Stein Borge-Andersen	26.11.1947
Arild Løken	12.02.1948
Vidar Andreas Sværen	21.02.1948

70 år

Kristin Thuve Dahm	23.10.1952
Per Andreassen	11.02.1953
Jan Ellef Søyland	07.03.1953
Tom Andre Pedersen	19.03.1953

60 år

Snorre Burmo	23.09.1962
Eivind Kjelsrud Lorgen	03.10.1962
Anne Nilsen	16.10.1962
Møyfrid Tveit	14.11.1962
Paal Ivar Mørkved Aavatsmark	28.11.1962
Petter Sætherbakken	15.01.1963
Carl Peter Tønseth	02.02.1963
Anne Danielsen	21.02.1963
Mette Elisabeth Hofgaard	17.03.1963

50 år

Kristin Nordey Bjerke	04.09.1972
Birgitte Lawaetz Myhrvold	08.09.1972
Kaja Irgens	11.09.1972
Signe Ølnes Vatsgar	17.09.1972
Wenche Stueflotten	22.09.1972
Steinar Fabricius Bye	25.09.1972
Gøran Andreassen	17.10.1972
Inger-Mari Nebbenes	19.10.1972
Merethe Melbye Michelsen	22.10.1972
Mass Anders Hus	28.10.1972
Erik Baardsgaard	30.10.1972
Anita Mellvang Tomren-Berg	31.10.1972
Lars Tore Haug	05.11.1972
Harald Georg Venger	10.11.1972
Mads Redigh Karlsen	17.11.1972
Lars Sondre Dalsjø	03.12.1972

Thorstein Heimdal	01.01.1973
Henning Kristiansen	23.01.1973
Liv Therese Andersen	24.01.1973
Axel Olav Kolle	24.01.1973
Tore Næss	31.01.1973
Margrethe Meder	17.02.1973
Preben Thomas Willoch	22.02.1973
Christoffer Bergene	19.03.1973
Kasper Vinzent Myhrvold	24.03.1973
Per Poelhøi Bredmose	29.03.1973

10 år

Birk Buø Dæhlen	01.09.2012
Ellinor Andrea Aardal	04.09.2012
Ellinor Fiona Skrede Stakkeland	04.09.2012
Isabella Ulvestad	05.09.2012
Anna M. Bastiansen-Arvesen	09.09.2012
Frida SkarHegna	13.09.2012
Arthur Roelly Saint-Amand	13.09.2012
Margit Kristina Stensland	13.09.2012
Kasper Peter Boeck Jakobsen	14.09.2012
Oscar Ardi Henriksen	17.09.2012
Olivia K. Himberg Jensen	19.09.2012
Tiril Jørstad-Jensen	19.09.2012
Pelle Johnsrud-Larsen	22.09.2012
Lauritz Nissen Hellerud	24.09.2012
Erle Jarning	24.09.2012
Oda Lindeberg	26.09.2012
Oscar Holst Brandtzæg	29.09.2012
Henrik E. Greve-Isdahl Paulsen	29.09.2012
Frida Sofia Skagestad	29.09.2012
Hege Karlsen Norstad	30.09.2012
Linde Kolsø-Berge	02.10.2012
Victor C. Mero-Hauge	02.10.2012
Moussa Samatar Hirsi	03.10.2012
Martine Jervell Baardsgaard	07.10.2012
August W. Méd Brenner	11.10.2012
Jacob Carlström Svenning	17.10.2012
Herman Falck	17.10.2012
Maya C. Kolverud Hornburg	18.10.2012
Sebastian Storebø Leite	19.10.2012
Sigrid Reithaug Løkke	26.10.2012
Clara Holst Molander	26.10.2012
Mathilda Hafsum Pedersen	29.10.2012
Alexander Oppedal Odde	31.10.2012
Jonas Ekremsvik Dragset	06.11.2012
Helge Mellbye	06.11.2012
Ebba Sjøgren Næss	16.11.2012
Bantii Tolesa	21.11.2012
Alexander Wilsher	21.11.2012
Sivert Vengen Stavnes	26.11.2012
Ella Tallaksen-Borgen	06.12.2012
Sebastian Gustumhaugen Flo	07.12.2012

Axel Røstad-Norman	12.12.2012
Lykke Marie E. Ruud-Olsen	13.12.2012
Frida Stangenes Parnemo	23.12.2012
John Schnitler Bruusgard	28.12.2012
Lars Bakken Hommerstad	01.01.2013
Frida Kielland	01.01.2013
Sylwia Myma	01.01.2013
Nala M. M. Arneberg Mathisen	05.01.2013
Emily Hermine Walther	05.01.2013
Andreas Gunnarsson	09.01.2013
Mia Sophie K. Horn-Torp	09.01.2013
Hedda Hofseth-Brauti	12.01.2013
Ole Martin J. Mcclimans	13.01.2013
Olav Næss Kirkeland	14.01.2013
Mina Margrete Nordstrand	14.01.2013
Ville Melnæs Coldevin	15.01.2013
Jakob Sandøy-Seiness	17.01.2013
Synne Stensby-Moen	17.01.2013
Josefine Svenning-Gultvedt	19.01.2013
Anniken Haraldstad Kvåle	20.01.2013
Laura Hyllestad Skrede	22.01.2013
Heddy Hallenstvedt Sagberg	25.01.2013
Anna Rusten Hemstad	27.01.2013
Frid Eie Bækken	30.01.2013
Oskar Nytrøen Seljeset	30.01.2013
Tobias Visnes Castillo	04.02.2013
Julian Martinius Osnes-Ringen	04.02.2013
Frida Brandt	05.02.2013
Albert Azak-Rudshavn	07.02.2013
Rakel Solbakken	11.02.2013
Ulrik Njølstad Holmås	13.02.2013
Julia Nordeng	13.02.2013
Marius Øvreberg Olafsen	14.02.2013
Edvard Kvalheim-Bentsen	15.02.2013
Per Stephen Havnen	17.02.2013
Mila Herbert-Chong	18.02.2013
Ida A. Kyllingmark Giertsen	19.02.2013
Selja Noradatter Naalsund	20.02.2013
Rolf Krohg	22.02.2013
Edvard Vallestrand Berg	26.02.2013
Elias Nickelsen	26.02.2013
Amelia Mahnin	08.03.2013
Ida Aksnes Solheim	09.03.2013
Lila Simonsen Løvås	11.03.2013
Lauritz Hagen	15.03.2013
Jacob Payne Cleve Huffman	15.03.2013
Endre Z. Hegstad Nytrøen	18.03.2013
Mons Tandberg Haslemo	19.03.2013
Lily S. Mendelsohn Ellis	21.03.2013
Lykke Lervik Christoffersen	25.03.2013
Kian Røraas	25.03.2013
Bror Norderud Schwab	28.03.2013

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



UTLEIEMEGLEREN

Vi ønsker alle en riktig
god jul & et godt nyttår!

Julehilsen fra

Utleiemegleren Grønland og Bjørvika

Tlf: 23 00 27 20
E-post: gronland@utleiemegleren.no



blum
Perfecting motion



Utredning, behandling og forebygging av idrettsskader

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

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



KNUT NÆVESTAD Snekkerverksted A/S

Verksted for spesial-
innredninger, utstyr
og delleveranser.

Leverandør til:

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

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

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



Regnskapsbyrå AS

Autorisert REGNSKAPSFØRERSELSKAP
i over 40 år

- Regnskap
- Lønn
- Fakturering
- Rådgivning
- Moderne og skybaserte regnskapssystemer
- Årsregnskap
- Skattemelding

Tlf. 22 90 79 10

Regnskapsbyrå AS | Depotgata 20 | 2000 Lillestrøm
post@drt.as | www.drt.as



SMÅ OG STORE OPPDRAG

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

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 fuldmåne, 1901. Bildet er manipulert 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