

# Friluft



*Organ for Friluftsklubben i Oslo*

nr. 2 2004 7. årgang



## Friluftsklubben i Oslo

Foreningen vil ha flere ut på tur, og vi legger vekt på det enkle friluftsliv. Vi ønsker å skape et godt sosialt miljø for medlemmene gjennom foreningens aktiviteter. Foruten turer arrangerer vi også møter, fester og kurs, og vi stiller på dugnad for andre friluftsansjoner som jobber i Oslomarka.

### Leder:

Magne Arentsen, 22466017(p),  
22387437 (a), 93617068 (m),  
magne@friluftsklubben.no

### Medlemsservice og økonomi:

Øyvind Grandum, 63807603 (a),  
95147284 (m), oyg@start.no.

### Foreningens adresse:

Friluftsklubben c/o Øyvind Grandum,  
Fetveien 155 H0211, 2007 Kjeller  
Kontonr: 9710.1690540

### Redaktør og webansvarlig:

Terje Didriksen: 22250525 (p),  
terje@friluftsklubben.net

### Websider:

<http://www.friluftsklubben.no/>



Forsidebildet: foto: Magne Arentsen

## Leder'n

No livnar det i lundar, no lauvast det i li....

Barmarksesongen er i gang og vi har planlagt sommerprogrammet. Vi håper det faller i smak.... Det blir to ukesturer denne sommeren. Helt nytt i år er at vi prøver oss med ukestur i marka i juli. Ellers gjenopplever vi Gausdal Vestfjell, hvor vi hadde en fin tur for 4 år siden.

Kom ikke din ønsketur med i sommer, så er det lettere å få turen med i programmet hvis du selv stiller som turleder.

I skrivende stund har vi nettopp begynt med en ny plakataksjon. Men prøv å få med deg noen du også da? Det er plass til flere på turene.

Det er også god plass på Sellanrå fremover. Ta deg en overnatting der i sommer! Husk at en av dine medlemsfordeler er meget billig overnatting på et av markas best beliggende overnattingssted.

På vegne av styret vil jeg ønske alle en god sommer!



- Magne

## Om deltakelse på Friluftsklubbens arrangementer

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

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

På arrangementer uten påmeldingsfrist er det bare å møte opp. Dersom du har meldt deg på en tur og det viser seg at du likevel ikke kan bli med, så gi straks beskjed til turlederen. Påmelding er bindende så langt turlederen/arrangøren har økonomiske utlegg for bestilling av hytte, innkjøp av mat og lignende. Slike utlegg må dekkes av den deltakeren som melder seg av turen. Dersom man stiller med bil hvor dette er nødvendig pga. tur-opplegget, godtgjøres kjøringen med 2 kroner pr. km tur/retur oppmøtested og reises mål. Kostnadene deles på alle deltakerne uavhengig av hvor mange det er i hver bil.

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



## Medlemsmøte på Vegeta

**tirsdag 31. august**

Deltakerne på årets sommerturer vil vise lysbilder fra turene. I tillegg vil vi presentere kommende arrangementer utover høsten.

Møtet begynner kl. 18.00 presis. Kr. 20,- i inngangsavgift.

Vegeta Vertshus ligger i Munkedamsveien 3B. Du går inn Munkedamsveien fra Stortingsgaten, på høyde med Nasjonalteateret T-banestasjon, og stedet ligger på høyre hånd rett før Esso-stasjonen ca. 30 meter inn gaten.

Velkommen til alle nye og gamle!



# Smått og stort

## Myrsetra åpner med åpning av nye kjentmannsposter søndag 5. september

DNT-OO åpner sin nyeste hytte, Myrsetra på Krokskogen, søndag 5. september. Samtidig markeres åpningen av ny periode med nye Kjentmannsposter. Friluftsklubben arrangerer sykkeltur inn fra Lommedalen denne dagen. Se turprogrammet.



## Sommerfjellturen en tradisjon

Siden 1998 har vi arrangert årlig en ukestur til et fjellområde sommerstid. Enkelte år har det blitt to turer hver sommer, en lettere i nærmere fjellstrøk og en mer krevende alpin tur.

Deltakerne blir som regel mer kjent når de tilbringer en uke sammen, og deltakerne møtes gjerne igjen en tid etter turen hvor turen gjenoppleves og noen som regel viser lysbilder.

Her er sommerturene våre. Antall deltakere i parentes:

1998 – Femundsmarka (7)  
 1999 – Dovrefjell (8)  
 2000 – Gausdal Vestfjell (13)  
 2001 – Norefjell/Eggedalsfjella (5) og Sunnmørsalpene (7)  
 2002 – Vikerfjell/Vassfarfjella (8) og Breheimen (8)  
 2003 - Rondane (12)  
 2004 – Gausdal Vestfjell og Krokskogen/Nordmarka (Meld deg på!)

## Leie hytte i marka?

Er du interessert i å leie hytte selv i marka? Løvenskiold-Vækerø leier ut hytter som er ledige. De leies ut på åremål og normal kontraktperiode er 3 år. Gå inn på websidene <http://www.lovenskioldskog.no/> og sett deg på venteliste.

## 17. mai på Finse

Vind og regn, vått, vått og enda våtere. Jeg er nå overbevist om at Nordmenn er gale – og det gjelder vel da også 10 av oss i Friluftsklubben.

Vi hadde nemlig lagt veien til Finse for å feire 17. mai med å gå opp på Hardangerjøkulen. Uheldigvis var visst ikke værgudene klar over hva som skulle gå av stabelen den helgen, da det viste seg at de hadde planlagt noen dager med ordentlig ekkelt vær.

Vi startet med friskt mot og tørre klær på lørdag ettermiddag for å gå de få kilometrene inn til Krækkja. Litt sol tittet frem innimellom, og etter å ha siksakket oss innover mellom mosedotter og stein, kunne vi nyte dusj og middagsservering på hytta.

Søndagen tilbakela vi etappen inn til Finse over mer mose, våte myrer og snø som snart er vekk. Hardangervidda viste seg fra sin sedvanlig lunefulle side, og serverte både, tåke, sol vind og regn. Og mer regn skulle det bli. Da vi vel hadde bakset og kavet og endelig fått satt opp teltene våre på Finse, gav regnet oss endelig en liten pause, og det ble grillet pølser etter alle kunstens regler. Smatt! Og deretter ålet vi oss i soveposene i håp om at 17. mai været skulle innfinne seg dagen etter.

Mandags morgen opprant med fint lite sol, men i høytidelig prosesjon skred allerede en strøm av mennesker med flagg festet i sekken oppover mot Jøkulen. Og etter å ha fordelt all den gode spekematen vi skulle kose oss med på toppen, marsjerte også Friluftsklubben oppover i tåkeheimen. Oppover og oppover bar det. Hvis noen har lurt på om skifeller er en god investering, kan jeg bare forsikre om at det er den desidert lureste oppfinnelsen i historien. Glipptak eksisterer simpelthen ikke når man får limt disse greiene på skia.

Vel oppe ved Jøkulhytta hadde en forsamling mennesker klynget seg sammen i le for vinden, noen hadde jordbær og champagne, og andre nøyde seg med nistepakke. En sprek prest hadde også slitt seg opp, og holdt en kort preken som ble etterfulgt av synging av "Ja vi elsker" med stor kraft og innlevelse for å overdøve vinden som pep rundt hyttehjørnene. Det regnet vannrett, og tåka lå så tett at man knapt så fem meter. Og jeg lurte på om ikke dette måtte være det ultimate bevis på galskap. En og

annen kommentar tydet på at flere nok kunne være enige i det.

Toppen var i intet fall noe blivende sted, og vi suste nedover igjen med like mye spekemat og eggerøre i sekkene som da vi gikk opp. Bordet i det varme venterommet på Finse togstasjon ble i stedet dekket opp med duk, servietter, flagg og alle godsakene, og deriblant en fortreffelig kransekake. Champagnen fikk også bein å gå på, og alle de andre ventende deltok snart i en ny omgang med 17. mai sanger. Og plutselig snek det seg innpå en følelse av tilfredshet med å ha karret seg opp til tross for det ublide været, og det kjentes som om turen opp på Jøkulen, ja hele helga hadde vært riktig fin tross alt!

- Hanne Enger



## Redaksjonskurs

For å få med flere i redaksjonsarbeidet, vil Friluftsklubben arrangere et lite kurs i redaksjonsarbeid. Kurset vil ta for seg både papirutgaven av Friluft og Friluftsklubbens websider. Kurset vil starte ca. 25. august, og vil gå over tre uker (tre kvelder). Ukedag og tidspunkt vil kunne tilpasses deltakerne.

Kontakt [terje@friluftsklubben.no](mailto:terje@friluftsklubben.no) for nærmere informasjon og påmelding.

## Dagstur i Nordmarka - fra Sørkedalen til Maridalen

### søndag 6. juni

Vi møtes ved Sørkedalen skole, og begir oss derfra oppover mot Finnerud og Kobberhaughytta. Herfra tar vi stien over Kobberhaugene mot Bjørnholt hvor spiser nistematen. Her får man også servering. Videre følger vi stien langs Bjørnsjøhelvetet ned til Kamphaug – stedet hvor noen av Nordmarkas mest bevaringsverdige bygninger brant ned i 1989 – og der tar vi av mot Fagervann, får med oss utsikten fra Lyberga, og går siste biten ned til Maridalen skole hvor vi tar bussen tilbake til byen. Turens lengde: ca. 18 km

Oppmøte: Sørkedalen skole kl. 10:41

Adkomst: Buss 41 går fra Røa (i Vækerøveien) kl. 10:28, og er ved Sørkedalen skole kl. 10:41. NB! Denne bussen går kun en gang i timen. Ingen påmelding.

Turleder: Hanne Enger; telefon 928 52 424 (m) eller epost: [hanne\\_enger@hotmail.com](mailto:hanne_enger@hotmail.com)



## Dagstur i Lillomarka

### søndag 13. juni

Denne søndagen drar vi for å utforske markas svar på Besseggen, nemlig Barlindåsen i Lillomarka. Vi tar utgangspunkt fra Solemskogen. Buss 56 mot Solemskogen går kl. 10.53 fra Torshov og er fremme kl. 11.17. Det er parkering for de som kommer med bil. Ingen påmelding. Kontaktperson: Magne Arentsen.

## Sommerfest på Sellanrå

### lørdag 19. juni



Tradisjonen tro arrangerer vi sommerfest rundt St. Hans. Stedet i år blir på vår egen hytte Sellanrå i Maridalsalpene. Her griller vi medbragt mat og har en hyggelig kveld sammen. Arrangørene skal også sørge for at det blir noen konkurranser og leker.

3,5 km å gå inn til hytta. Vi samles på hytta fra kl. 18.00.

Overnattingen koster kr. 80,- for medlemmer hvis man ligger inne. Årskortbrukere betaler ikke. Maks antall: De første 15 får plass inne. Påmelding: Til Magne Arentsen innen mandag 14. juni.

## Årets sommertur til Gausdal Vestfjell

**mandag 12. - lørdag 17. juli**

Friluftsklubben har tidligere besøkt Gausdal Vestfjell sommeren 2000. Vi gjentar denne turen i år, da terrenget er lettgått og koselig, og det ikke er altfor langt mellom hyttene. Alle hyttene er selvbetjente unntatt Liomseter som er betjent.

Turen har allerede vært annonsert på Friluftforum, men ruten er noe endret siden Størhøliseter ikke lengre er betjent og det er for få sengeplasser der nå til at den er aktuell for oss.



Ruten blir slik:

Man: Oslo - Liomseter (biler)  
Tir: Liomseter - Storkvelvbu 5 t.  
Ons: Storkvelvbu - Skriurusten 3 t.  
Tor: Skriurusten - Nordre Langsua - Haldorbu 5 t.  
Fre: Haldorbu - Liomseter 4 t.  
Lør: Liomseter - Oslo (biler)

Vi setter 12 personer som maks antall deltakere, så her bør du være rask. Detaljer om oppmøtested og tid, utstyr og pris, blir sendt deltakerne gjennom et eget deltakerhefte som sendes ut i god tid før turen. Det er et eget Gausdal Vestfjellkart i 1 : 50 000.

Ellers er det et kart som heter Jotunheimens forgård i 1 : 100.000.

Påmelding innen 20. juni til Magne Arentsen (tlf. foran i bladet), eller [friluftsklubben@home.no](mailto:friluftsklubben@home.no)

## Kveldstur i Nordmarka

**onsdag 21. juli**

Vi møtes ved bommen på Sognsvann kl. 18.00. Vi tar en tur opp til Lille Åklungen hvor det er muligheter for å bade. Ingen påmelding.

Turleder: Oddbjørn Erland.

## Sommertur i Krokskogen - Nordmarka

**lørdag 24. - torsdag 29. juli**

Sommerens andre ukestur går i Oslomarka. I marka får man sjelden opplevd så mye siden man som regel er begrenset til en helg. Nå setter vi av nesten en hel uke til en hytte-til-hyttevandring i markas fineste områder.

Ruten blir slik:

Lør: Oslo - Sollihøgda (buss).  
Sollihøgda - Solstua (Kleivstua) 3 t.  
Søn: Solstua - Gyrihaugen - Løvli (betjent) 3 t.  
Man: Løvli - Katnosdammen 4 t.  
Tir: Hviledag Katnosdammen, med mulighet for kanotur.  
Ons: Katnosdammen - Sellanrå 5 t.  
Tor: Sellanrå - Skar 1 t.

Vi setter 12 personer som maks antall deltakere. Detaljer om oppmøtested og tid, utstyr og pris, blir sendt deltakerne gjennom et eget

deltakerhefte som sendes ut i god tid før turen.

Kart: Oslo Nordmark sommerutgave.

Påmelding innen 20. juni til Magne Arentsen (tlf. foran i bladet), eller [friluftsklubben@home.no](mailto:friluftsklubben@home.no)



## Dagstur til Asdøljuvet

### søndag 15. august.

Vi går fra parkeringen ved Asdøl i Sylling, opp til Asdøltjern, ned igjen via Askenbergsetra. Ikke så langt, men en veldig morsom tur! Kan eventuelt forlenges opp til Myggheim (minnesmerke over flystyrt i 1972) eller til kjentmannsposten "Sagfossen". Avreise med privatbiler fra Sporveismuseet på Majorstuen kl. 10.30. Si ifra ved påmeldingen om du disponerer bil. Maks antall: 16 deltakere. Påmelding: Til turleder innen 12. august. Kontaktperson og turleder: Morten Eriksen, tlf. 22631903 (p)/ 90915571 (m).



## Høstdugnad på Sellanrå og Tømte

### fredag 20. - søndag 22. august

Vi samles fredag ettermiddag. Lørdag jobber vi frem til et stykke ut på formiddagen, hvor vi setter av tid til å gå oss en tur i marka. Middagen i dag blir den tradisjonelle elggryta.

Søndag jobber vi hele dagen så lenge vi har lyst. Hovedarbeidsoppgavene er vedhugst, vask og rydding, og eventuelt annet som trengs å gjøres. Vi skal jobbe både på Sellanrå og Tømtehyttene.

All overnatting og middagsmåltider er som vanlig gratis. Tørrmat til frokost og lunsj samt drikke tar du med selv.

Du trenger å ta med: Sovepose, varmt tøy, arbeidstøy, tørrmat og godt humør! Maks antall deltakere: 20 personer. Påmelding er viktig av hensyn til matinnkjøpene. Frist 17.08.

Nærmere opplysninger og påmelding: Magne Arentsen (tlf.nr. foran i bladet.)



## Dugnad på Smedmyrkoia

**fredag 3. - søndag 5. september**

Velkommen til ny Smedmyrdugnad. Det er nå snart et år siden sist. Det blir først og fremst ved som står i fokus på denne dugnaden. Vi fikk nylig tilkjørt et større lass med bjørkestokker fra Løvenskiold som skal sages opp, kløves og stables til



tørk. Ellers står den årlige hovedrengjøringen innvendig for tur.

Selve dugnaden starter lørdag formiddag, men kom gjerne opp på fredag kveld. Ta med mat til fredag kveld samt brødmatt for hele helga. Middagen lørdag står vi får.

Adkomst: Ta buss 41 fra Røa til Skansebakken, eller parker bil ved Skansebakken. Følg skiltingen til Lysedammene (4 km), gå over brua der og følg skiltingen til Smedmyrkoia

(1 km). Det blir også mulighet for noen få å sitte på med bil helt opp.

Fellesavreise: Fra Skansebakken fredag kl. 18.45 (buss 41 fra Røa kl. 18.15). Ta med: Sovepose, brødmatt, middagsmat for fredag.

Påmelding: Innen onsdagen før til Øyvind Grandum, tlf. 63 80 38 11, [oyg@ffi.no](mailto:oyg@ffi.no)

## Åpning av nye kjentmannsposter og Myrsetra - Sykkeltur fra Lommedalen

**søndag 5. september**

Vi kaster oss på sykkelen og blir med på åpningen. Fremmøte ved Lommedalen skole kl. 11.00.

Sjekk selv for avgangstider buss. Men det anbefales å ta med sykkelen på bilen da det kan være få sykkelplasser på bussen. Kontaktperson: Magne Arentsen (tlf. nr. foran i bladet).

## Dagstur i Nordmarka

**søndag 12. september**

Fremmøte ved bommen på Sognsvann kl. 11.00. Vi legger opp turen litt etter værforholdene, men satser på en runde hvor vi går en ny rute enn hva vi har gjort tidligere. En enkel tur. Ingen påmelding. Kontaktperson: Magne Arentsen (tlf. nr. foran i bladet).

## Høstfargetur til Norefjell

**fredag 17. - søndag 19. september**

Høstfargene i høyfjellet reiser vi i år til Norefjell for å få med oss. Dagsetappene blir av varierende lengde (ca. 3-6 timer gange), og med noen stigninger – vi skal da tross alt ha utsikt også. Overnatting blir i selvbetjent og ubetjent hytte.

Det blir tidlig avreise på fredag ettermiddag ettersom vi skal ta oss inn til hytta på Høgevarde før det blir mørkt.

Lørdag tar vi oss først opp på utsikten på Høgevarde (1.459 moh.) rett ovenfor hytta. Høgevarde er kjent for å ha den videste utsikten i Sør-Norge nest etter Gaustatoppen. I klarvær kan man bla. se både Hardangerjøkulen, Høgronden i Rondane og Nautgardstind i Jotunheimen. Ganske imponerende! Fra Høgevarde velger vi så stien over Gråfjell (1.466) til Toveseter, en gammel restaurert seter, hvor vi overnatter.

På søndag begir vi oss tilbake til Tempelseter, og returnerer til Oslo utpå ettermiddagen/kvelden.

Mat: Hver enkelt tar med brødmat etc. og drikke. Middag avtaler vi etter at påmeldingsfristen har gått ut. Max antall: 10 stk.



Opp fra Høgevardehytta

Påmeldingsfrist: Torsdag 9. september. Si ifra ved påmelding hvorvidt du disponerer bil.

Avreise: Fredag 17. september ca. kl. 1300. Utstyr: Varm sovepose, godt fottøy, varme og vindtette klær

Påmelding til: Hanne Enger; 928 52 424 (m) eller epost: [hanne\\_enger@hotmail.com](mailto:hanne_enger@hotmail.com).



## Sellanrå Turisthytte



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

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

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

Adkomst til hytta fra Skar i Maridalen på blåmerket sti om Tømtehyttene (DNT-OO) 3,5 km. Sellanrå ligger 0,4 km vest for Tømtehyttene. Det går også en umerket sti om Furumokollen rett opp til hytta, 3,5 km Skar - Sellanrå.

Sellanrå er Oslomarkas eneste selvbetjente hytte. Det vil si at du kan kjøpe middagsmat med tilbehør, supper, desserter og annet på stedet gjennom selvbetjening fra proviantlageret.

### Priser gjeldende fra 12/10-2003:

	Medlemmer	Ikke-medlemmer
Overnatting, voksne	80,-	130,-
Overnatting, Ungdom 16 - 25 år	60,-	90,-
Overnatting, barn under 16 år	40,-	40,-
Overnatting, barn under 7 år	gratis	gratis
Dagsbesøk	gratis	gratis

Overnatting og eventuelt proviantkjøp betales via giro som er utlagt på hytta.

Ved bestilling for gruppe med minst 7 personer, kan gruppen holde av øvrige ledige plasser hvis man ønsker å være alene. Nøkkel kan kjøpes (kun medlemmer) ved å betale inn kr. 55,- til konto 9710.1690540. Du får da nøkkel tilsendt i posten.

Hytta bestilles med bestillingsskjemaet på websidene, gjennom å kontakte Friluftsklubben på telefon 936 17 068 eller gjennom en mail til [friluftsklubben@home.no](mailto:friluftsklubben@home.no).

## A – POST

**Turoversikt**

Måned	Dato	Tur/arrangement
Juni	06.	Dagstur i Nordmarka - Fra Sørkedalen til Maridalen
	13.	Dagstur i Lillomarka
	19. - 20.	Sommerfest på Sellanrå
Juli	12. - 17.	Hytte til hytte - Gausdal Vestfjell
	21.	Kveldstur, lille Åklungen
	24. - 29.	Hytte til hytte - Krokskogen - Nordmarka
August	15.	Dagstur til Asdøljuvet, Vestmarka
	20. - 22.	Dugnad Sellanrå og Tømte
	31.	Medlemsmøte på Vegeta
September	03. - 05.	Dugnad Smedmyrkoia
	05.	Dagstur med sykkel Krokskogen
	12.	Dagstur i Nordmarka
	17. - 19.	Høstfargetur - hytte til hytte på Norefjell

**Returadresse:** Friluft c/o Øyvind Grandum, Fetveien 155, 2007 Kjeller