

ALENE MED DET BESTE:

FISKEBENERN



Redaktørens svada-hjørne



Etter en uendelig lang vinter uten en eneste utgave, er Fiskebeiner'n endelig tilbake sterkere enn noen gang. Selv med få konkurranser og festligheter gjennom sesongen fikk vi en suveren tur til Kaiser Maximilian Lauf og fikk igjen møte vår gode venn Leo som leverer topp underholdning. Høydepunktene kom på rekke og rad etter dette med Marka Rundt og Vasaloppet. Bankettsesongen var like rundt hjørnet, men vi måtte klare oss uten i år. Det ser allikevel ut som NTNUI-erne har trent godt, noe tidene på 3000 meter viser. Feltet for Dragvolltesten er uhyre sterkt noe som lover godt. Nyt denne utgaven og ha en fin treningsommer!

Sebastian
Redaktør Fiskebeiner'n

Leder'n har ordet

Hu og hei!

Plutselig ble det min tur til å skrive lederens ord. At det skulle skje, hadde jeg ikke trodd da jeg leste mitt første Fiskebeiner'n for halvannet år siden. Det er en stor ære å få være leder for en så fantastisk gjeng.

Konkurransen – og fellestreningssesongen fikk en brå slutt i år, og bankettsesongen måtte vi dessverre se langt etter. Heldigvis har vi hele tiden kunne gjøre det vi liker aller best – å gå på ski! Det har vært fantastisk hyggelig å møte deres grønne, gule og svarte klær, enten om det har vært på ski i Bymarka, i butikken, på en løpetur eller ut av kjøkkenvinduet.

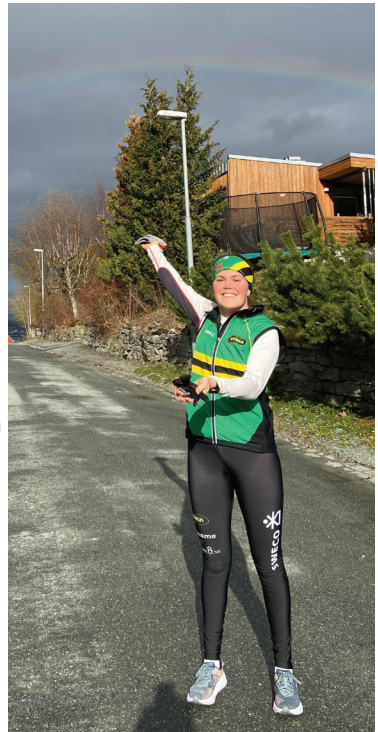
Som dere har sett, har vi endelig begynt så smått med fellestreninger igjen. 19. mai arrangerte vi Hyttekarusell på snørike forhold i Bymarka. Det var rekordbra oppmøte, og heiagjengen var det heller ikke noe utsette på. Styret er godt i gang med å planlegge høsten. Det blir både samling i Meråker og Bruks, Bli-kjent-fest og Vassfjellhufs. Kanskje må vi ta igjen noe av det tapte fra i vår og. Jeg anbefaler deg å følge med – det blir full fart!

Til slutt vil jeg benytte anledningen til å takke alle dere som snart leverer masteren og forlater Trondheim. Tusen takk for at dere har valgt å bruke studietiden (og litt mer) på og sammen med NTNUI Langrenn. Dere har gjort skigruppa til den beste vennegjengen man kan ønske seg. Dere vil alltid være mine NTNUI-forbilder. Jeg gleder meg til vi sees igjen!

Og til dere andre: jeg gleder meg til vi samles igjen til høsten!

God sommer til dere alle!

Camilla Lie
Leder NTNUI Langrenn



Styret 2020/2021



Navn: Ingvill Andrea Røed

Alder: $(10-1) \times 3 + (4 \times 3) / 2 - 49 / 7$

Sivilstatus: Lovet bort til en (blid)fis fra sørlandet

Studie: Nanoteknologi, liker ikke store ting (Gjorde et unntak med sørlendingen)

Styreposisjon: Marka Rundt-sjef

Hva vil du gjøre mens du er i styret? Som avtroppende Marka Rundt-sjef var planen å seile ut av styret denne våren som "best på fest"... se ikke bort ifra at jeg må ta det igjen neste år.

Ditt heteste korona(trenings)tips? Drikke vin hver dag, rett fra flaska. Mange små slurker gir en ganske grei bicepsøkt.

Form-o-meter; rate din eksamensform!: Masterformen er på plass! 10/10



Navn: Camilla Lie

Alder: 22

Sivilstatus: still young wild & free

Studie: Kybernetikk og robotikk

Styreposisjon: Leder!

Hva vil du gjøre mens du er i styret?

Gjennomføre det vi planlegger! Lei av å avlyse :(Også vil jeg gjøre noe nytt. Det er bare å glede seg til høsten ;)

Ditt heteste korona(trenings)tips? lev ut toppidrettsdrømmen! Spis, tren og hvil og hold deg unna skader!

Form-o-meter; rate din eksamensform!: Nærmer seg bestått



Navn: Henrik H. Syverinsen

Alder: 23

Sivilstatus: Taken 2

Studie: Datateknologi

Styreposisjon: Web-ansvarlig

Hva vil du gjøre mens du er i styret?

Spise kake på styremøte, i tillegg til å progge litt på nettsiden.

Ditt heteste korona(trenings)tips?

Nå som eksamenene er gjort om til bestått/ ikke bestått er det bare å overføre ca. 80% av eksamenslesetid til treningstimer, type i2 selvfølgelig.

Form-o-meter; rate din eksamensform!:

Så nedtrent at jeg ikke tør å sjekke formen med en hardøkt.



Navn: Marcus Braathen

Alder: 26

Sivilstatus: Samboer

Studie: Bygg og miljøteknikk

Styreposisjon: Avtroppende arr.kom

Hva vil du gjøre mens du er i styret? Får ikke gjort så mye mer ettersom Anna tar over fra sommeren, men jeg skal nå være med å løfte skigruppa fra sidelinjen. Må få takke for 2,5 fine år i styret!

Ditt heteste korona(trenings)tips? Kjøp et par løpesko med carbon-såle, krige seg gjennom dørstokkmila og vips; treningen gjør seg selv!

form-o-meter, rate din eksamensform!:

Tung og dvask



Navn: Jakob Mestvedthagen

Alder: 24

Sivilstatus: Ugift

Studie: Bygg og Miljøteknikk

Styreposisjon: Økonomiansvarlig

Hva vil du gjøre mens du er i styret?

Legge til rette for at uansett hvilket skinivå man har inne, vil man alltid kunne oppsøke tette dueller og være en del av et fellesskap.

Ditt heteste korona(trenings)tips?

Utnytt snøen, kom deg opp tidlig mens det enda er skare.

Form-o-meter; rate din eksamensform!:

Har vært bedre.



Navn: Ine Skjellum

Alder: 21

Sivilstatus: Singel

Studie: Lektor

Styreposisjon: Materialansvarlig

Hva vil du gjøre mens du er i styret?

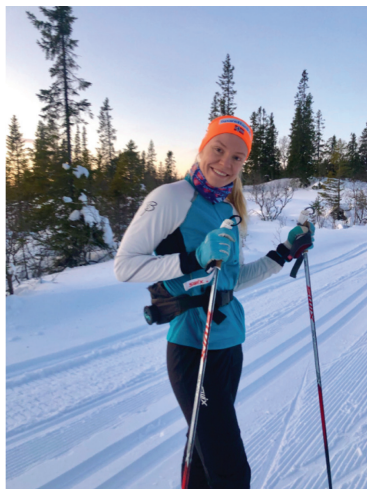
Sørge for at alle medlemmer er bekledt i de fineste grønne klærne.

Ditt heteste korona(trenings)tips? Tren

med gode venner! Fin måte å være sosial på i disse dager!

Form-o-meter; rate din eksamensform!:

Vil ikke psyke meg selv ned, så selvfølgelig er formen 10/10



Navn: Sigrid Hallem Solum

Alder: 23

Sivilstatus: Alene, ugift, enslig, uten selskap, på egen hånd, aka lykkelig singel :)

Studie: Indøk, 2.klasse

Styreposisjon: Spons og PR

Hva vil du gjøre mens du er i styret?

Jeg har lyst til å legge til rette for at studentene i Trondheim skal ha et variert, sosialt, bra treningsmessig og økonomisk gunstig tilbud til å drive med verdens beste idrett <3

Ditt heteste korona(trenings)tips?

Det er enda tidlig i sesongen så jeg tror nøkkelen her er å tenke allsidighet: Tren mye og variert, men husk og legge inn noen øl før, under eller etter trening. Plutselig er det duket for fest igjen og da må man være godt forberedt!

Form-o-meter; rate din eksamensform!:
41,5%



Navn: Matias Noren

Alder: 24

Sivilstatus: Veldig etablert

Studie: Fysioterapi

Styreposisjon: Nestleder

Hva vil du gjøre mens du er i styret?

Jeg ønsker å bidra til at NTNUI Langrenn skal være en klubb som mange har lyst til å bli en del av, og hvor alle medlemmer har det dritfett!

Ditt heteste korona(trenings)tips? Løp litt for mye, så du også må oppsøke Noren Fysio slik som llasnuppene.

form-o-meter; rate din eksamensform!:
Hadde fått A hvis pensum var fra TikTok, ex on the beach og pærra!

Ettersom Marcus Braathen takker for seg som arr.kom, er vi så heldige at vi får inn Anna Jensen i styret fra August! Tusen takk for den gode jobben, Marcus! Allerede i denne utgaven skal dere få bli kjent med med Anna, og hennes beste tips! Selv om det skal sies at hun ikke akkurat er ny i gruppa. Anna, og hennes beste tips!



Navn: Anna Jensen

Alder: 23

Sivilstatus: Påtroppende leder i singelklubben for å si det sånn.

Studie: Lektor i idrettsfag

Styreposisjon: Tar over som arr.kom etter Marcus!

Hva vil du gjøre mens du er i styret? Løfte Meråker og Brukssamling til nye høyder! Et annet mål jeg har er å gjøre Vasanturen til årets høydepunkt. Det skal ikke være igjen et ledig sete på bussrullinga til Sälen og alle skal få føle på stemninga kvelden før rennet på Rörbäcksnäs eneste restaurant. Banketten i målteltet overgår også enhver stakefest. At denne turen ikke er fulltegnet år etter år er for meg et mysterium, så dette tenker jeg å gjøre noe med!

Ditt heteste korona(trenings)tips? Is i magen, det blir en lang treningsommer. Dette betyr feks at du ikke skal gå intervall første rullskiøkt eller løpe på tartan to ganger i uka. Følger for all del ikke dette selv.

form-o-meter; rate din eksamensform!:
10(59)



Navn: Thomas Meinicke

Alder: 21

Sivilstatus: Vil være en ressurs i singelklubben pga. mine mange års erfaring.

Studie: Fysioterapi

Styreposisjon: Sos.kom

Hva vil du gjøre mens du er i styret? Hver trening og samling skal være en fest, både sportslig og utenomsportslig!! Det betyr at kommende høst skal bli den morsomste og mest legendariske noensinne! Vi skal ha det så gøy at andre blir misunnelige på oss!!!

Ditt heteste korona(trenings)tips? Tren sånn passe mye, og spis noe digg hver dag. Mitt beste tips er vaniljeis med nonstopp og sjokoladesaus eller noe fra www.trinesmatblogg.no

form-o-meter; rate din eksamensform!:

Ljuger så jeg tror det selv, 10/10!



Navn: Halvor Dagssøn Landsverk

Alder: 25

Sivilstatus: Singel/Dvale

Studie: Medisin

Styreposisjon: Trener'n

Hva vil jeg gjøre i styret? Møte hyggelige folk på trening, både veteraner og ferske skifolk. Sette opp treninger med en god mix av hardt, langt og moro! Tar gjerne imot treningsønsker:)

Heteste (korona)treningstips? Ta 10 pushups for hver ekstra nyhetssending om corona. Da blir du sterk.

Form-o-meter; rate din eksamensform!:

9/10 fysisk (ikke trent så mye på over et halvt år). Leseformen er stabil, 5/10.

Kaiser Maximilian Lauf

av Kristian Jakobsen

Endelig var juleferien over og vi kunne sette kursen sørover til Østerrike. En tur alle hadde gledet seg til i lang tid siden de 30 billettene til turen ble borte på et blunk. Det var dessverre ikke nok billetter på turen, så Schjølberg tok ansvar slik at resten fikk bli med. Vi dro på torsdag med flyet stappfullt av skiløpere. Koteng, Ragde og resten av de proffe kjente på frykten før Kaiser Maximilian Lauf da over 40 NTNU-ere kom og satte stemningen i «gaten» på Gardermoen. Den norske sommeren møtte oss i München, med 11 grader og sol. Vi fikk en stor og mange små leiebiler, men det satte ingen stopper for oss. Litt trangt, men god stemning med Slæm Dunk og Kamferdrops.



Vi bodde i Fulpmes, en liten alpelandby sør for Innsbruck, omkranset av høye snødekte fjell på alle kanter. På fredag, dagen før rennet gikk tiden med til skitest og raceprep. Det var skikkelig påskestemming i Seefeld. Solen skinte, og det var bare å glede seg til det første langløpet for sesongen. På hotellet kjente man på stemningen at det var mange spente skiløpere. Kjø på smørebukkene, usikkerhet rundt hvilket pulver man skulle velge, hvor mye ville snøen endre seg i løpet av rennet og ikke minst hvor mange gel som skulle spises.

På renndagen var det mange spente utøvere. Det var litt mer overskyet i dag, så snøen holdt seg bedre enn forventet gjennom hele rennet. Beste blant guttene ble Jakob med 69. plass, og beste jente ble Mari med en sterk 31. plass. På 30 km ble Anna nr. 2. Hun sier selv at det var hennes beste renn i karrieren. Hun sa til alle andre at det var dumt å legge lilla klister, men hun måtte kripe til korset å legge det selv. På renndagen var hun en ivrig heier og rakk ikke å teste ski. Blant andre utøvere gikk Thomas på en skikkelig smell der han ble tatt igjen av mange NTNUI-ere gjennom hele dalen, Kaiser hadde lagt klister og hadde dårlige ski, samt Schjølberg som hadde lagt alt for tykt med klister og sto og skrapte av før start.



Da alle endelig hadde kommet i mål var det bare å se frem til kveldens bankett. Leo's bar var stedet, og Anna hadde dagen før fått en etterlengtet selfie med sitt store idol. Nemlig Leo, som driver både bar og sportsbutikk i Fulpmes. Vi kjørte gutta og chixavors. Kaiser drakk østerisk øl med samme navn og jentene disket opp med brennende GletscherEis. Det var god stemning på Leo's utover kvelden. Besøk av Gaute fra München. Ølskia ble servert flere ganger, og det ble tid til dans. Faanes måtte sove noen timer på gangen, da de som hadde nøkkelen til rommet dro banketten litt lenger og Ingvill måtte ut å lete etter Hanserud som hadde tatt en øl eller to for mye. Resten av turen var bare kos. Det ble tid til lange skiturer og hyggelige måltider i Seefeld. På bursdagen til Lars Erik spiste vi på Posaidonas i Innsbruck. Bursdagsbarnet fikk dessert og alle andre fikk en shot på husets regning.

På hjemturen stakk vi innom Hans Petter sin hjemby Rosenheim, hvor vi kjøpte ekte tysk currywurst. Vi ser tilbake på en fantastisk tur og gleder oss allerede til neste år. For teamets del går turen om noen uker til Italia og Toblac-Cortina.





Marka Rundt 2020



av Ingvill Andrea Røed

Med en Trondheimsvinteren som lå ann til å bli legendarisk allerede fra tidlig desember hadde Marka Rundt entusiaster all grunn til å være optimistiske. Dette var vinteren da Geitfjellet ble kjørt opp allerede før jul, noe undertegnede aldri har opplevd i mine 5 år i Bartebyen. Men det skulle ikke vare, over jula var snøen nesten borte og med en snøfattig januar, slapp vi ikke i år heller unna det faste punktet på Marka Rundt møtene, nemlig «Blir det nok snø?», «Må vi utsette?» eller «Blir det reservetrasé?». Men værgudene snudde om, igjen, og med snøfall i siste liten, samt snømåking på Geitfjellet, ble det tradisjonsrike Marka Rundt arrangert i original trasé søndag 16. februar.

Løypene ble preparert av Trondheim Bydrifts eminente løypekjørere natt til søndag og med de tradisjonsrike røde gradene i Trondheim i februar, fikk de av oss som var tidligst på stadion søndag morgen være vitne til et klisterføre av ypperste kaliber. Riktignok skulle det ikke bli så enkelt, gradestokken var på vei nedover, og ned fra himmelen kom det noe vått, av værkjennere også kalt regn. Klokken ble 9, og deltakerne strømmet til det midlertidige rennkontoret i hoppbygget for å hente startnummer. Da værgudene hadde sørget for en fin ispanering av hele løypa, klarnet det opp og stadion fyltes opp av spente deltagere som la siste lag av dagens klister. Startskuddet for vinterens eventyr på 40km gikk og 408 påmeldte la i veg på 40km gjennom de fineste delene av marka.



Seieren gikk til Chris Jespersen fra Team Koteng for andre år på rad og Berit Gjelten tok seieren i kvinneklassen. I tillegg er det verdt å trekke frem pensjonert fysikk-professor Arne Mikkelsen som i år fikk påskjønnelse for hele 30 års deltagelse i Marka Rundt!

Vi håper alle deltagere hadde en bra opplevelse gjennom marka. Med gode tilbakemeldinger og ingen skader av det alvorlige slaget, sier vi i Marka Rundt-styret oss godt fornøyd med årets renn. I tillegg vil vi takke alle funksjonærer for særdeles god dugnadsånd. Dere er selve grunnmuren i Marka Rundt, og kan være stolte av innsatsen deres.

Vi gleder oss til neste års renn 21. februar 2021. Vi håper på mange ivrige deltagere og funksjonærer, og er vi heldige er kanskje langrennsbygget i Granåsen ferdig også..? ;) Hold av datoen!



Vasaloppet *av Dina Erika Hansen*

Lørdag morgen den 29 februar var vi 16 NTNUI'ere som gikk på minibussen som skulle ta oss til Vasaloppet 2020! Etter mange lange turer og hard trening var vi klare for årets muligens lengste og hardeste renn. På turen i til Sälen var det meget god stemning og vi hadde god tid til å diskutere mat og forberedelser til rennet. Vi fikk blant annet en grundig innføring i ernæring og fiber fra ekspertpanelet på første rad (Trym og Tor-Olav). Her fikk vi svaret på det meste! :)

Etter å ha hentet startnummer i Sälen ankom vi Rörbäcksnäs der vi skulle overnatte. Her møtte vi resten av NTNUI-erne som allerede var godt i gang med prepping av ski, og man kunne puste fluor i gangene. Den eneste restauranten i Rörbäcksnäs hadde brent ned, så da hadde vi ikke noe annet alternativ enn å ordne mat selv. Etter å ha fiksa skiene og spist oss bra mett på pasta gjenstod det bare å få en god natts søvn før morgendagen. Alarmen ringte neste morgen kl. 04.00. Etter å ha dobbeltsjekket at alt av gel'er, sportsdrikk og klær var med i bagen gikk vi på bussen som skulle ta oss til stadion. Jeg tenkte at vi var sinnssykt tidlig ute siden starten skulle gå kl. 8, men det krydde allerede av mennesker på stadion, og jeg og Sissel fikk plassering nesten bakerst i led'et vårt.

Startskuddet gikk kl. 8 og Vasaloppet var i gang! Det var ganske kult å se utover startslatta der 15 000 mennesker begynte å stake samtidig. I den første bakken sto vi omtrent helt stille, men jeg tenkte at det kom til å løsne seg etter noen kilometer. På grunn av all snøen som hadde kommet på kort tid var det kun to spor i løypa, noe som gjorde det omtrent umulig å gå forbi. Jeg kjente at jeg var ganske skuffa etter 3 mil da det fortsatt var kø og man måtte gå i slalåm og kave i løssnø utafør sporene for å komme seg framover. Heldigvis var det veldig hyggelige folk i løypa og på drikkestasjonene, og generelt god stemning på tross av det elendige føret. Etter 6 mil var det mindre kø og da var det bare å gi alt mot mål!

Etter godt over 7 timer kom jeg i mål i Mora. Det følte seg ganske sykt å være ferdig med et 90 km langt renn! Etter å ha henta diplom og fått i oss noe mer annet enn gel og boller møtte vi de andre ved maxi-taxien. Det hadde gått greit med de fleste, og utrolig nok hadde ingen hatt noen alvorlige ski- eller stav-brekk. Selv da Matias tryna foran elite-gruppa 1 min ut i løpet hadde han kommet fra det med alt utstyret i behold. Det var mye bra NTNUI-prestasjoner med Frida (53. plass) og Matias (94. plass) som beste løpere.



Jakob Mestvedhagen til venstre, pløymen Noren nr. 27 brøyter eget spor for å få trent litt ekstra underveis og Syverinsen på vei opp ute til høyre i snøføyka.

Så gjensto bare kjøreturen hjem til Trondheim, og som Tor-Olav hadde spådd ble dette den tyngste delen av helga. Vi satt ganske trangt i minibussen, og i baksetet måtte vi rullere på hvem som satt i kroken. Sjåføren gjorde et tappert forsøk på å kjøre inn hviletida med sitt eget og alle andres liv som innsats med bønn gass og drøye forbikjøringer. Da vi allikevel ikke klarte å kjøre inn hviletida ble det et njudelig 45-minutters stopp i Tufsingdalen før vi fortsatte mot Røros. I Røros fant vi ut at reservesjåføren hadde kjørt feil, og befant seg på svenskegrensa. Dette er ikke beskjeden man vil ha kl 1 på natta etter å ha gått 9 mil på ski. Ble ytterligere sirkus-stemming da sjåførene skulle møtes på veien og google maps åpenbart var ukjent for dem begge. Det ble mye kjøring og rygging fram og tilbake. Heldigvis tok prima reiseleder Ingvill kontrollen og fikk navigert oss til et møtested slik at vi kunne komme oss hjem til Trondheim. Kl. halv fire parkerte minbussen utenfor hovedbygget, og vi hadde kommet oss gjennom både Vasaloppet 2020 og bussturen hjem!

Jeg må helt ærlig si at Vasaloppet var litt skuffende med tanke på kø-gåing og mye venting i løypa, men det var uansett veldig gøy å være på tur med NTNUI-gjengen! Vil takke NTNUI og reiseleder Ingvill for meget bra orging av tur, og selv om ikke Vasaloppet ga heelt mersmak, så gjorde i alle fall tur med dere det! :))

Klarer du å se hvem søsteren til disse er?

1.



2.



3.



4.



5.



a.



b.



c.



d.



e.



Det blir en lang treningsommer..

av Anna Jensen

Og derfor er det lurt med konkrete, men fjerne treningsmål! La meg presentere det som trolig blir årets sjukeste utenlandstur: Vasaloppet 2021.

Lørdag 6.mars 2021 er det klart for årets beste busstur. Her blir det snakka om pulver og gels sammenhengende i ca. 7 timer. Når vi endelig nærmer oss Sälen har Mestvedthagen drukket så mye saltvann og Norén spist så mye magnesiumtilskudd at det er et under at de kommer seg ut av bussen. Henting av startnummer er jo et eventyr i seg selv og spenningen er stor for dem som desperat skal prøve å seede seg opp en pulje. Vi bor selvfølgelig ikke i Sälen



sentrum, ntnui vil oppleve mer av det nabolandet har å by på, når vi først er over grensen. Bygda ntnui har lagt sin elsk på i tiår etter tiår heter Rörbäcksnäs og har én restaurant og én ICA. Denne ICAen er en skjult perle, her er det nemlig systembolaget klink og hent. Og alle vet hva som venter etter Vasan: bankettsesong. Er du av et litt annet kaliber enn vår kjære leder Camilla Lie, har du mest sannsynlig drukket opp drikken du kjøpte med deg hjem fra Brukssamling.

Fredag kveld skiller ntnuigjengen i to. Det deles opp mellom de som kaster i seg dagens sjette kg med spagetti og de som går ut på bygdas beste/ eneste hamburgerrestaurant. Alt er lov, og det er nettopp denne valgfriheten som gjør Vasanturen egnet for både den sprekeste teamløper og den jevne mosjonist. Søndag i firetiden ringer alarmen og det er på tide å få i seg enda mer spagetti. Så er det bare å stille seg opp med 15000 andre og håpe på det beste. 4-10 timer senere møtes vi alle igjen, denne gangen i målteltet. Her er det livemusikk og den beste ølen du kommer til å smake i ditt liv. Nye timer med diskusjon om hvordan Hulbak klarte å brette staven i år igjen gjenstår, før man kjøper seg en rullekebab og gjør seg klar for bankettbussen. Hvis ikke dette gir deg motivasjon for å begynne med staketreningen fremover, er det nok best å bytte gruppe til ntnui hund.



Sos.kom. gir kudos

Etter å ha ligget brakk noen utgaver, tar vi igjen opp denne fantastiske spalten! Som tidligere ønsker vi her å gi oppmerksomhet til en eller flere i gruppen som har utmerket seg både sportslig og utenomspportslig denne sesongen. Som en ukjent, men godt medlem sa på det tidlige 1920-tall: «det er viktig at prestere paa et højt niveau, baade i konkurranse og paa vaare festligheter dersom du vil blive populær i denne gruppe» (anonymt medlem, Fiskebeiner'n 1921)

Selv om koronaen stoppet vårens konkurranse og fest, noterer jeg at vi nok en gang legger bak oss et knallstrekt år på samtlige arenaer, med en rekke store prestasjoner. Hun som ble årets nykommer i fjor måtte blant annet forlate sin egen juleøl-test, etter et hardt vors. Spennende! Fridas epleschnapps bak julegrana i Fulpmes gav mange sterke prestasjoner på utenlandsturen, likefullt som Tryms chugging på Leos Bar var i en egen klasse! Mange kan også være stolt over Trønderfesten hehehe! Sterkt jobbet folkens! Noren gikk kjempefort på Vasan, Mestvedthagen på Jizerska, og Hans Petter har gått så fort på ski at hele gruppen er stolt. Han leverer også stadig topplasseringer på fest! Synd det ikke ble noen bankettsesong, Hans Petter!

Men ingen rekker likevel helt opp til de som virkelig fortjener kudos denne våren. Disse medlemmene har virkelig prestert høyt, både sportslig og festlig, og dét over mange år! Jeg snakker selvfølgelig om ALLE de som nå går ut av gruppen, og vil gjerne trekke frem Jørund (F. Vala²), Elise, Ingvill, Amanda og Sebastian (hvis du forlater oss??). Helt siden jeg ble kjent med dere på bli-kjent-festen på Dollaråsen, har dere lært meg og andre hvordan man skal kombinere fest og skirenn. Selv om det har vært mye sykdom og helt ok sportslige prestasjoner denne vinteren, vet jeg at dere har levert sterke resultater tidligere år, og på fest har dere i år igjen vært blant de beste! Dere er festens midtpunkt, og drikker de fleste under bordet. Flere av dere skriver master, men likevel finner dere tid til hyttekarusell og sweco-bankett! Oooog dere er ikke bare med, men dere er festen!! Synd det ikke ble noen stakefest!!

Dere er også kjempesnille og greie, så frem med ledertrøyene, her kommer masse kudos fra meg!!<33333



Sjekkespalte – Where are they now?

I forrige utgave av Fiskebeiner'n spurte vi en rekke av gruppens medlemmer om deres beste sjekketips! De langet ut om både beste sjekkereplikk, drømmedate og ønskede egenskaper hos drømmepartneren, og forhåpningene deres var ikke beskjedne! Flere av de spurte har kjæreste, så hvordan klarer disse å beholde den magiske stemningen i forholdet? Og det mest spennende, hvordan går det med de som var single i høst? kan vi i denne utgaven avsløre nye kjærestepar?

Det merkes at folk kjeder seg, for den siste tiden har redaksjonens postkasse rent over av spørsmål og frierbrev! Vi har derfor jobbet natt og dag for å få frem noen avsløringer ...

Spørsmålene vi nå har stilt er:

1. Du beskrev din drømmedate i høst, men har det blitt noen drømmedate siden den gang?
2. Fått brukt sjekkereplikken din siden sist?
3. Hvordan få til noe romantikk i disse tider?

Aleksander Skarpeid

1. Har blitt drømmedate ja
2. Lite bruk av sjekkereplikk da jeg har kjæreste;
3. Dårlig med romantikk når kjæresten bor langt unna, men ellers er det trene mest mulig

Kristian Jakobsen

1. Vært på date, men ikke drømmedate dessverre. (Jakobsen er et tinderdyr, jour.anm)
2. Sparer den beste replikken til riktig øyeblikk;
3. Kan ikke røpe planene, gradering strengt hemmelig

Sigrid Solum

1. Det har foreløpig ikke blitt noen drømmedate dessverre ... MEN vinteren er jo her ennå, så jeg har fortsatt et håp om at en drømmedate på ski skal finne sted før snøen blir helt borte!
2. Nei, den funket jo ikke så bra. Så målet for koronatiden blir å finne en ny replikk!
3. Jeg lever fortsatt i håpet om en drømmedate på ski. Hvordan jeg skal takle sommeren om det ikke skjer det vet jeg ikke ennå. Mer om det i neste utgaves sjekkespalte?

For de som ikke husker, Sigrids beste sjekkereplikk var «Hei, jeg går indøk». Redaksjonen ønsker å lage et poeng i at denne ikke fungerte. hehe.

Sven-Erik Kaiser

1. Det har blitt både kulde og god mat, men ikke kombinasjonen og den viktige kontrasten som ble nevnt sist. Tror det må være nøkkelen
2. Den ble sist brukt 2017, uten særlig hell. Trenger nye.
3. Akkurat nå har jeg ingen retning i livet, men har funnet ut at hvis du skriver at du lager verdens beste kanelboller på tinder, slipper du å bruke sjekkereplikker;))

Ine Skjellum

1. Det har dessverre ikke blitt noe skitur i måneskinn enda.
2. Jeg har heldigvis sluppet det.
3. Det får tiden vise;) Koronatider er vel ingen unnskyldning, så det som gjelder er fortsatt å gi litt ekstra oppmerksomhet til den du er interessert i.

Ingvild Bratlie

1. Å jadda, ble med et par skiturer etterfulgt av peis før daten brakk Jardar- kniven sin i et heltemodig forsøk på å kutte ved. Da ble det svært dårlig stemning og lite peiskos etter det
2. Terskelen for å gå med bare armer har vært litt høy i vinter, men det har av en eller annen grunn fungert bedre å la være å vise den frem. (Sjekkerplikken var å vise bicepsen)
3. Snapfilter er redningen

Blant de med kjæreste ser vi at vinteren har gitt både drømmedate og romantikk, men for resten av gjengen derimot, et det et bekmørkt skue! Ikke en eneste drømmedame blant de single! Av den grunn, har vi tett kontakt med en mangeårig singel, men som nå har funnet lykken! Vårt nye orakel, nemlig eks-trener Gunnar, har sagt ja til et uhyre sjeldent intervju, og gir oss her tre eksklusive tips til alle gruppens single:

1. Gå med grønn lue på trening! da viser du at du er singel og skiller deg ut fra resten av langrennsgruppa!
2. Lær deg sving! så kan du briljere på stakefesten og andre festligheter.
3. Eller bare løp fra den du prøver å sjekke opp, det funker på alle i langrennsgruppa;))

Kaisers matguide

av FBs Kaiserspesialist Frida

– ein vegvisar til gode matopplevingar når du er på smellen

Som dei fleste veit, sparast det sjeldan på kruttet i NTNUI Langrenn – verken på fest eller trening. Dette slår ikkje nødvendigvis alltid heldig ut for alle. Ein som har fått dyrkjøpte erfaringar med råkøyret i langrennsgruppa, er Sven-Erik Markhus Kaiser. Etter snart fullført mastergrad, har det vore mange treningsturar med NTNUI gjennom åra, og etterkvart også eit visst tal nærings-smellar. Ettersom det er ein ikkje-ubetydeleg fare for at andre NTNUI-arar vil «smelle» i framtida, har Kaiser utforma denne guiden. Her finn du tips til gode matopplevingar på kjende «smell»-metropolar. Spesielt nyttig dersom gelen ligg att på kjøkkenbenken eller epleschnappsens vart gløymt under treet i Fulpmes.

#1 Ila

Sjappe: Asiakiosk

Matrett: Kylling i sursøt saus

Kommentar: Her selger de fersk varm mat og gammel porno, har jeg hørt. Kvalmende søt mat, perfekt for nærings-smell og påfølgende tur opp Vestoppfarten (journ. anm: Asiakiosk på Ila er ca. 4 km frå huset til Kaiser)



Sven-Erik Kaiser – Roller Ski

Olive Kudos



4:37 PM on Thursday, June 6, 2019

Stak rundt byneset+time med gaute, slapt matinntak

Sprakk på asiakiosk på Ila

71.76 km	4:21:35	3:39/km
Distance	Moving Time	Pace
Elevation	1,217m	Calories
Elapsed Time	5:23:18	

#2 Vormstad (Intet mindre)

Sjappe: Best stasjon

Matrett: Slush

Kommentar: Slush or smell!

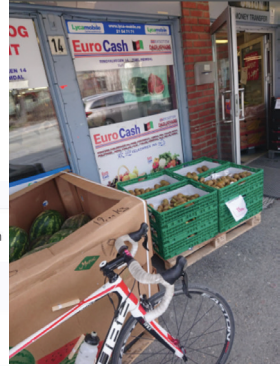


#3 Heimdal

Sjappe: Eurocash, rett ved bensinstasjonen på Heimdal.

Matrett: Belgfrukter.

Kommentar: God service og godt utvalg av chips og nøtter.



Sven-Erik Kaiser – Ride

8:58 AM on Friday, May 1, 2020

Årets første med for rask gjeng

I rygg 90%+ Bra store deler av veien, mette veggen 10km hjemmefra

130.38 km	4:33:43	1,262 m
Distance	Moving Time	Elevation
229 w	3,759 kJ	
Estimated Avg Power	Energy Output	
Avg	Max	
Speed	28.6 km/h	67.0 km/h
Elapsed Time	5:13:06	

Sven-Erik Kaiser rode with Jakob Hanserud, Jon Breivold and 1 other
May 1, 2020 at 8:58 AM

STRAVA LABS
View Flyby



(Journ.anm: Observante lesarar vil legge merke til at tips #2 og #3 er henta frå same tur.)

#4 Au

Sjappe: Bakeriet i Falkenstein

Matrett: Tyske spesialiteter

Kommentar: Passende til navnet var det dårlig med muligheter for påfyll i Au, bare en bakke på 20 %. Men jeg kan anbefale nevnte bakeri, ingenting slår en skikkelig Nusschnecke med cola og øl når du sliter med å holde deg på sykkelsetet. Eller kanskje ikke øl, når jeg tenker meg om.



Sven-Erik Kaiser – Ride

4:07 PM on Friday, June 24, 2016

Au, glemte maten

121.56 km	5:09:09	2,236 m
Distance	Moving Time	Elevation
118 w	2,182 kJ	
Estimated Avg Power	Energy Output	

#5 Selbu (eventuelt #1 advarsel)

Sjappe: Spar Innbygda

Matrett: «Den berømte kyllingen»

Kommentar: Denne burde kanskje nevnes, men ikke som anbefaling. (journ.anm: bildet av Kaiser og Faanes si strava-økt burde vere forklaring nok her.)

andreas faanes – Ride



9:51 AM on Saturday, August 24, 2019

Sælburunden med mestvedt og kaiser og innlagt tilskuer på TIV 🍷

Megasmell på kaiser etter 95 ettersom kyllingen som ble fortært på Selbu ikke var fordøyd enda

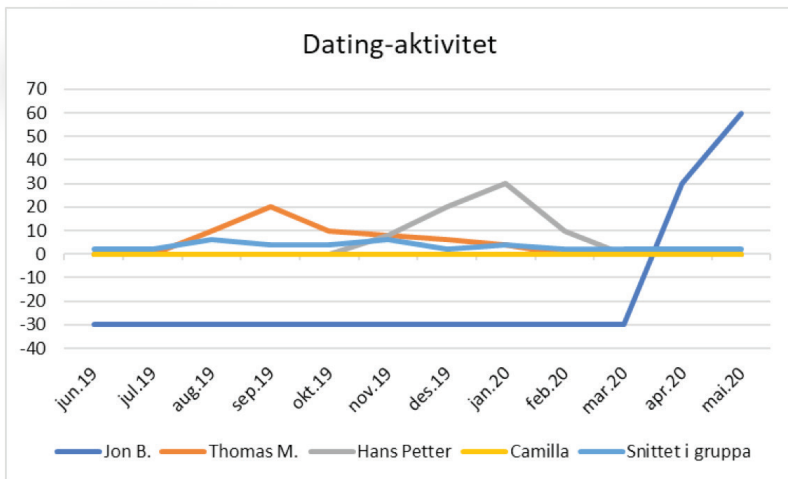


Dating-ekspert Gjørn Thomas analyserer dating-markedet



Det var knyttet stor spenning til de oppdaterte dating-tallene etter at Erna åpnet markedet igjen tirsdag, etter flere måneders stillstand og tørke i markedet.

Som resultatene viser er det derimot noen som har brukt tiden godt!





Eksklusiv "Hjemme hos"-reportasje



Der det skjer, når det skjer

Det ble ingen Birken-utgave av Fiskebeinern i år. Men Fiskebeinerns feltreporter ligger ikke på latsiden av den grunn. Vi har gleden av å slippe denne ferske «Hjemme Hos»-artikkelen fra en blokk som viste seg å huse flere av langrennsgruppas medlemmer.

Fem frosekjøp, 3 vagge steg og et kvarters dagsmarsj fra Samfundet ligger dagens bolig. Undertegnede slipper raskt inn nede, men knoter naturligvis

med både etasje og dør her i «VM i anonym dør»-land. Jeg tror jeg finner riktig dør og ringer på. I det døren åpnes skjønner jeg at jeg har kommet feil, men desto ikke mindre hyggelig. Jaggu er det ikke Gunnar og Hans Petter som står i døren.

- Nei men hei! Er det du som ringer på? sier de to i kor.

Ja jeg skulle egentlig til Jon, men er ikke lett å holde styr her i denne blokka! Alt er likt!

- Ja, Jon bor i etasjen over han, men du får komme inn litt nå som du først er her, sier Hans Petter.



Figure 1 – «VM i anonym dør-land»

For å sprekke hull på elefanten i rommet først som sist, HP, hvordan har responsen vært etter spørsmålet du sendte inn til Birkenradio?

- Den har vært overveldende. Det må jeg virkelig si. Jeg har fått mange henvendelser fra det motsatte kjønn etter sendingen, så det er ordentlig gøy å være Hans Petter om dagen, forteller Hans Petter ivrig, før han fortsetter: Nå som samfunnet gradvis åpner etter Koronapandemien skal det bli riktig så mye aktivitet på den fronten fremover, hehe..

Jeg blir geleidet inn i stua, og får en rask omvisning. På kjøkkenet legger jeg raskt merke til den store hengelåsen på kjøleskapet. Jeg ser undrende på Hans Petter som raskt blir blek i ansiktet, før Gunnar spretter inn og byr på både kanelboller, solskinnboller, skolebrød og rosinboller. «Ja, jeg klarte ikke bestemme meg jeg. Alle så så gode ut, så måtte bare ha alle sammen».

God og mett takker jeg for besøket, og finner riktig dør der Jon bor.

Ja Jon, fortell litt om våren så langt.

- Våren har vært helt fantastisk hvis du ser bort fra jævla yr.no #%%#%#... («snakk om vær».....

Jeg skotter bort på vinskabet, som virker nylig fylt på. Du er glad i vin, eller?

- Å ja. Jeg har alltid hatt en stor lidenskap for vin, som også innholdet i vinskabet gir uttrykk for. Her er alt fra aggressive og maderiserte vinkomplekser fra det sentrale og nordlige Frankrike, til de silkemyke og fløyelsbløte vinene du kun finner igjen langt sør i Italia, nærmere bestemt Sardinia. Riktig. Riktig.



Figure 2 - Rikt utvalg av vin fra Jons vinkjeller. Temperaturen er satt til ca. 12-14 grader, og Jon nøler ikke med å anbefale å la vinen ligge et par måneder før de nytes.

Du har jo gjort et stort inntrykk på gruppa denne våren, spesielt med gjennombruddet ditt på vårens insta-takeover, og du har jo vanvittig med vind i seilene om dagen. Har du noen tips til andre i gruppa som også ønsker en like god flyt?

- Ja, det handler jo om å gi litt faen og bare være seg sjæl. Du må selge de bæra du har, og for min del er det sjarme, utstråling og store biceps.



Figure 3 - Nattbordet til Jon B. Her har du alt du tener for en natt. Rotman og blomsterheftet, luftfukter, dasssroll og CRC 5-56 Multispray. Sistnevnte opplyser i sitt produktdatablad at «denne supereffektive multisprøyen smører og hindrer knirk, trenger bort fuktighet og leveres med strå for å komme til på trange plasser» (Red.anm.).



Figure 4 - Fiskebeinerns journalist får i ettertid tilsendt dette bildet fra et anonymt nummer. Kjøleskapet er skremmende likt det som ble observert i leiligheten til HP.



Figur 5 - Jon trives godt hjemme, men ekstra godt i grønn tights og startnummer.

SEBBAVOTTENE

et unikt produkt utviklet av Anna Jensen

Legg opp 32 masker, strikk 2 rette og 2 vrangle, til du er fornøyd med lengden. Så øker du til 10 masker, før 12 runden etter. Nå er det på tide med mønster, anbefaler 4 runder gul, så 3 svart, før gul igjen. Husk å sette igjen en tråd til tommel. Nå strikker du grønn et godt stykke, før du gjentar mønsteret. Fell av 2 sammen, 1 vanlig. Lykke til



- "Vottene alle snakker om" (MinMote.no)



Fasit: 1c, 2d, 3e, 4a, 5b

