

Styrkeprøven 2010 - TVK 14-timers lag

Vi har hatt møter den 2., 9. og 21. juni for å ta felles beslutninger om de siste praktiske detaljer i forkant av rittet. Jeg har prøvd å oppsummere de fleste aktuelle problemstillingene.

Møtereferat 21. juni:

Til stede: Ingen registrering

Sendes til alle syklistene som fordeler referatet til langerne.

Avstander og tider:

Sted	Avstand fra forrige stopp/langing	Avstand fra forrige stopp	Merknader	Passering klokka, etter skjema 14:30 (2010)	Fart pr. etappe
Trondheim	0 km			06:35:00	0
Ulsberg	98 km		Langing	09:16:25	36.4
Hjerkin	65 km	163 km	Stopp	11:18:43	31.9
Vinstra	112 km		Langing	14:00:08	41.6
Lillehammer 358km	Kun mellomtid		(Ved behov langing)	16:03:26	40.4
Ringsaker kirke	117 km	229 km	Stopp, lengste etappe	17:03:07	34.2
Minnesund	76 km		Langing	19:05:21	37.3
Mål	72 km	148km	Mål	21:04:43	36.2
Sum:	540km	540 km			

Gjenstående betaling for felleskostnader: Arne, John Ivar, og Anne Katrine (Betales fredagen eller lørdagen)

Referatsaker:

- **Vi er påmeldt med 20 syklistere og har valgt å kjøre i en kjede. Hver enkelt må passe på slik at en ikke blir frasyklet mellom starten og Shell-stasjonen. Vi skal være organisert for kjedesykling når vi passerer Shell på Øya, oppmøtestedet. Vi sykler slik til over fjellet, om mulig til Lillehammer og gjerne enda lengre. Til slutt vil det utkrystallisere seg en gruppe med de sterkeste syklistene som kjører kjede i front helt inn til Oslo. De andre ligger da bak og skal hjelpe til fremme når de har krefter. Laget må (om mulig) til en hver tid være 15 syklistere i front, absolutt minimum 10.**
- Til sjøfører i følgebilene og langerne: Gruppa takker for at dere stiller opp og hjelper oss med å realisere årets utgave av Styrkeprøven. Vi vil at dere skal være klar over en del punkter: Ingen følgebiler med unntak av servicebilen skal ligge bak feltet vårt, heller ikke 200 meter bak. Følgebilene skal kjøre forbi feltet og videre til neste stopp. Vi ønsker færrest mulig forbikjøringer. Er det lite biltrafikk kan dere stoppe på rasteplasser og lignende for å heie, men ikke følg feltet til en hver tid, kjør forbi!
- **Vi har bil i fronten av feltet. Bilen kjøres av Oddvar Sæter mobil tlf. 930 06030 og Audun Njøs mobil tlf. 905 79340. En av våre følgebiler tilhører serviceapparatet vårt. Bilen er plassert bak feltet med sjåfør og mekaniker; Marius Dyrseth mobil tlf. 411 64695 og Eirik Ulset mobil tlf. 452 71138.** Sjåførene i begge bilene kjøper nødvendig mat og drikke før start. Utgiftene refunderes av John Ivar uka etter styrkeprøven. Vår bakre servicebil har navn og startnummer på hver enkelt rytter i gruppa vår. Skulle en av våre ryttere få tekniske problemer eller må slippe feltet vil servicebilen ringe hans private følgebil. Rytteren vil da bli overlatt til sin private følgebil, men hvis denne følgebilen har ansvaret for andre ryttere som sitter i feltet anbefales bilen prioritere disse. Alternativt flyttes langere over til andre følgebiler. Tips; er det et godt stykke til neste langing oppsøk rytteren som har sluppet feltet og gi rytteren mat, drikke og eventuelt mer klær slik at han kommer videre.
- **VIKTIG:** Endringer vedrørende langinger telefoneres fra servicebil Marius Dyrseth og Eirik Ulseth, mobil 411 64695 og 452 71138, til alle følgebilene. Hvis ikke første følgebil svarer, så ringer Marius eller Eirik neste bil på telefonlista. Alle følgebiler skal ha mobiltelefoner påslått helt til Oslo og bringer videre nødvendige beskjeder fra vår servicebil. Dette selv om syklisten har brutt, og dere fremdeles er på vei til Oslo. NB; se vedlagt telefonliste.
- **Tips til våre langere:**

- Hvis dere er de eneste som har stoppet, er klar til å lange, så er dere på feil sted. Er dere i tvil om hvor våre langesoner er så ring en av de andre følgebilene. (**Alternativt Åse, 916 72625**) Still dere opp i god tid langs veikanten med passe avstand, minimum fem meter. Ha på lett gjenkjennelige klær (skarpe farger, hatter, spesielle detaljer) slik at rytteren du skal lange oppdager deg. Det er vanskeligere for deg som langer å finne syklisten i feltet. Syklisten bør rope og gjøre seg tilkjenne.
- Stå i ro i veikanten, langer overlever slyng eller syklisten tar flaske. Ved tung slyng tilpass farten til syklisten noe ved å gå rolig i fartsretningen. Dette reduserer trykket i arma på syklisten vesentlig. For all del **ikke spring ut i veibanen** for å nå din rytter. Skotøy; ikke bruk tresko, slipperser og lignende, joggesko er best. Langeren skal ikke ofre liv og helse for å få gitt slynga eller flaske. Syklistene i feltet deler ved behov på mat samt drikke og kan om nødvendig avtale senere utlevering.
- Dersom en person skal lange to ryttere ved samme sted må disse to ryttere ligge med stor avstand i feltet slik at langeren får tid til å hente opp flaske/slyng til den andre rytteren i mellomtiden. Bli før start enige om hvem som skal ligge først og sist før overlevering av flaske eller slyng.
- Ryttere kaster fra seg tomme drikkeflasker på bakken/veikanten ved langeren. **Ikke kast på langeren.** Vi bør ikke miste for mange flasker, langeren samler opp tomflaskene og tar disse med før videre kjøring. Flasker må derfor være merket med navn+TVK.
- Det er planlagt 2 stopp og tre (fire) langinger. Stopp og langinger de ulike steder gjennomføres etter samme beskrevet prosedyre.
- **Langing:** Det er besluttet følgende langesteder: Ulsberg, Vinstra, (Lillehammer ved behov, kapteinene beslutter dette på Vinstra) og Minnesund. Kun unntaksvis kan langing utføres fra andre steder. Ulsberg; bakke etter Kløft bru, et **godt stykke** opp i bakken, langing av flaske. Vinstra; opp i slakk bakke før Vinstra sentrum, umiddelbart etter avkjøring til Rv 255. (Ved behov i bakkene etter Lillehammer sentrum. Minnesund; i bakken like etter avkjøring fra motorvegen, like ved bensinstasjonen. Samarbeid med andre langebiler for å finne høvelig parkeringsplass. Kart vil bli delt ut lørdags morgen før start.
- **Stopp: Varighet stopp, ca. 90 sekunder.** Kapteinene gir beskjed ved forlenget stopp. Tisse, påfyll av mat og drikke. Ved stoppen; samle dere nær utkjøringen fra rasteplassen/stoppstedet og sett ut flasker og mat (eventuelt i kasse) slik at rytterne forsyner seg selv. Første stopp; noen kilometer **før** Hjerkin, ved stor rasteplass på høyre side et par km etter fylkesgrensa. Andre stopp; ved Ringsaker kirke. Kart vil bli delt ut lørdags morgen før start.
- Dere må være klar over arrangørens krav til følgebiler, se program utgitt av Styrkeprøven.
- Kapteinene beslutter før start om stopp på Hjerkin forlenges med 1 minutt for korrigering av klær.
- Roar, Endre, Kjell, Karsten og John Ivar ønsker god tur til syklistene samt personell i følgebilene. Vi håper at alle får en minnerik tur.

Trondheim Oslo:

De fire beste resultatene de siste 10 årene: 14.36, 14.44, 14.53 og 15.02

2009:

Gjennomsnitt hastighet: 36 km/time, plassering lag: 8 plass, to stopp: varighet som planlagt; teoretisk 2x90 sek. (3 min), virkelig 2. min. og 45 sek., løypa: sannsynlig ca. 10 til 15 minutter lengre i tid enn standard løype. Vått og kaldt de første 10 milene, noe sidevind over fjellet, ellers greie forhold, vi åpnet sakte i forhold til de andre lagene, vår hastighet til Dombås samsvarer med skjema til 14.44, 1 min foran skjema på Lillehammer.

Konklusjon:

Vi ønsker å sykle raskere til Oslo forslag; (2010 14.30, 2011 14.15 og 2012 13.59)

Plassering lag: 3. eller 4. plass

2010:

- Målsetting < 14.30 ved normale vind- og værforhold.

REFERAT FRA MØTE NR. 9

Avholdt 9. juni 2010:

Til stede:

- John Ivar Mogseth, Morten Dretvik, Torgeir Husby, Stig Eidesmo, Kjell Edvardsen, Morten Spakmo, Endre Dyrseth, Pål Berntsen, Geir Wahl, Geir Møllegaard, Arnfinn Aune, Bjørn Dybvad, Vibeke Dybvad, Karsten Flatval, Paul Håkon Almås, Lars Lurvik, Roar Aass **17 fremmøtte**

Skal sykle til Oslo:

- John Ivar Mogseth, Morten Spakmo, Morten Dretvik, Torgeir Husby, Stig Eidesmo, Kjell Edvardsen, Roar Aass, Paul Håkon Almås, Geir Møllegaard, Geir Wahl, Ivar Vanebo, Endre Dyrseth, Vibeke Dybvad, Pål Berntsen, Karsten Flatval, Arnfinn Aune, Bjørn Dybvad, Lars Lurvik **18 syklist**

Usikre:

- Arne Ulseth, Ole Kylgaard, Sturla Klyver, Oddvar Sæter (Georg Søyseth), **4 syklist**

Møtesaker:

- Deltakelse på laget, status pr. 2. juni; 18 syklist har besluttet å delta på laget (et godt lag), mens 4 syklist er registrert som usikre.
- **Vakter til ritt, alle på laget skal delta som vakt, alternativene er 19. juni, 21. juni og 21. august, alle syklistene melder snarest til Bjørn Viggo Akselsen, baksel@online.no om hvilken dato som passer, klokkeslett er angitt i treningsprogram.**
- Kostnader, egendel; kr. 300 til felleskostnader, til dekning av felles servicebiler, overnatting til personell i servicebiler med mer. **Betales neste møte eller til direkte til konto 4200 34 60163.**
- **Frontbil og servicebil:** Geir har ordnet med frontbil til Oslo, sjåfører Oddvar, vi har tre reservesjåfører. Servicebil (TVK-bil); bemannes med Arne eller Eirik Ulseth og Marius Dyrseth.

Oppsummering Trondheimsfjorden Rundt:

- Ufyselig vær den første halvdel
- Vi syklet glimrende og kom i mål på en god tid
- Vi hadde problemer med å holde korrekt kjede ned mot Skarnsundsbrua
- En del motvind på slutten
- Kapteinene styrte farten glimrende
- Avstanden frem til Victoria var liten
- Nesten alle kom til mål
- Vi må fremdeles trene på alle detaljer; skifte i front og bak, rette kjede
- Vår største muligheter til forbedring er; jevnere fart i kjedene og tettere avstand mellom syklistene i høyre kjede.
- Syklistene kan med fordel spise og drikke på halen før de på nytt sykler i kjeda.

Diverse:

- Følgebiler er under kontroll
- Langere er under kontroll
- John Ivar følger opp Oddvar, Thomas og Sturla mht. deltakelse
- Sykkelen, anbefaling; nye dekk til Fjorden rundt, kontroll av kjede, kran, vaiere, slanger, bremsekolosser, justering av gir, kun nødvendig kontroll av sykkelen siste uka for Osлотuren.
- Detaljer om Trondheim Oslo er gjennomgått i detalj som stopp, langing, sekundering med mer. (vi stopper og for å korrigere klær hvis nødvendig, tissing ut over stopp Sokndalen og avkjøring av E6 nord for Lillehammer.
- De fleste syklistene overnatter på Helfyr, bestilling etter 1. juni til idretts-/sommerpriser. .
- Alle skal prioritere de siste treningene selv om noen følger eget opplegg til NM
- Detaljer til Osлотuren: Kjeda skal sitte som smurt, ingen hull i høyre kjede, alle konsentrerer seg om å sykle best mulig, gode vekslinger foran og bak, korrekt hastighetsforskjell mellom kjedene.
- **Stopp og langinger:** Stopp Hjerkin og Ringsaker kirke Langinger: Ulsberg, Vinstra, Minnesund (Andre langinger prøves unngått, på grunn av den uro det medfører i feltet med fare for velt).
- Endre og Roar sykler med mobiltelefon og har løpende kontakt med vår servicebil. Vi planlegger sekundering, avklares neste møte.
- TVK bila har plass til 6 sykler.
- Detaljer: Skriv om opplegget for syklist og langere vil bli gjennomgått det neste møtet.
- Alle stiller i TVKs klubbdrakt

Neste møter; mandag 21. juni kl. 20.00, Marienborg, Osloveien 105. Det første er for langere og syklistene. Evalueringmøte 30. juni kl. 20.00, Marienborg, Osloveien 105, for syklistene.

John Ivar

REFERAT FRA MØTE NR. 8

Avholdt 2. juni 2010:

Til stede:

- John Ivar Mogseth, Morten Dretvik, Torgeir Husby, Stig Eidesmo, Kjell Edvardsen, Morten Spakmo, Endre Dyrseth, Pål Berntsen, Geir Wahl, Geir Møllegård, Arnfinn Aune, Ivar Vanebo, Bjørn Dybvad, Karsten Flatval, Sturla Klyver, Erik Hoff, Paul Håkon Almås, Lars Lurvik **18 fremmøtte**

Skal sykle til Oslo:

- John Ivar Mogseth, Morten Spakmo, Morten Dretvik, Torgeir Husby, Stig Eidesmo, Kjell Edvardsen, Roar Aass, Paul Håkon Almås, Geir Møllegaard, Geir Wahl, Ivar Vanebo, Thomas Leer, Ole Kylgaard,

Endre Dyrseth, Sturla Klyver, Vibeke Dybvad, Pål Berntsen, Karsten Flatval, Arnfinn Aune, Erik Hoff, Bjørn Dybvad, Lars Lurvik **22 sykklister**

Usikre:

- Tore Hoem, Arne Ulseth, (Georg Søyseth), **2/3 sykklister**

Møtesaker:

- Deltakelse på laget, status pr. 2. juni; 22 sykklister har besluttet å delta på laget (et godt lag), mens 2/3 sykklister er registrert som usikre.
- **Vakter til ritt, alle på laget skal delta som vakt, alternativene er 19. juni, 21. juni og 21. august, alle syklistene melder snarest til Bjørn Viggo Akselsen, baksel@online.no om hvilken dato som passer, klokkeslett er angitt i treningsprogram.**
- Kostnader, egendel; kr. 300 til felleskostnader, til dekning av felles servicebiler, overnatting til personell i servicebiler med mer. **Betales neste møte.**
- Kun 1 syklist mangler langer. Data på følgebiler og langere sendes Kjell siste frist før neste møte.
- **Frontbil og servicebil:** Geir har ordnet med frontbil til Oslo, sjåfører Oddvar og mangler reservesjåfør. Servicebil (TVK-bil); bemannes med Arne eller Eirik Ulseth og Marius Dyrseth.

Strategi til Oslo:

- Målsetting 14.30
- Vi styrer hastigheten etter puls, for min del vil det utgjøre en gjennomsnittspuls til Oslo på 75 %
- Dette medfører sykling i sone 2, noe lav sone 3, maksimal puls skal ikke overstige ca. 87 %
- Vi vil sykle for flest til mål
- Alle på Minnesund skal til mål
- Kapteinene styrer etter ekstrem jevn belastning

Detaljer Trondheimsfjorden Rundt:

- Påmelding; syklistene anbefales å hente startnummer på Hank dagen før, husk å ta med lisens, kontroller at dere er i korrekt gruppe.
- Transport til startsted; sykling eller bil til Flakk, ferja går fra Flakk kl. 07.10 og kl. 08.20 (anbefaler den siste avgangen for de som har hentet startnummer og er i korrekt gruppe). Følgebila tar ferja kl. 07.10.
- Rittet starter på Rørvik kl. 09.30.
- Forventet varighet ca. 5.15 time, 37 km/t, 75 % i forhold til puls Endre.
- Alle må være påpasselig i starten slik de ikke blir frasyklet før Vanvikan.
- Rittet er krevende, mye opp og ned, vi må passe på å ikke bruke for mye krefter før Skarnsundbrua, vi må holde passe fart inn i bakkene, rolig ut av bakkene, optimal fart nedover bakkene, de som er usikre nedover legger seg bak, før Leksvik passerer vi to gitterrister (ingen bremsing og svinging), noen ferter etter toppen av Leksvik, løypa er krevende på Inderøya og etter Skogn, vi trenger krefter for å holde farten også etter Levanger. Vi sykler teknisk godt om mulig med alle samlet til mål.
- Mat og drikke: Alle tar med nok flasker, drikke og mat for 20 mil. Vi tar med flasker, cola og eventuelt mat til stopp ved Gangstadkorsen, som er hovedkrysset helt nord på Inderøya, ca halvveis, 95 km. Kart: http://www.gulesider.no/kart/map.c?id=a_10000438946&q=gangstadkorsen Jeg anbefaler to flasker på sykkelen og to nye flasker halvveis. Flasker til stopp plasseres i plastpose lett kjennbar for syklisten. Syklistene leverer sine flasker og mat til følgebila på Rørvik. Stopp Gangstadkorsen som til Oslo, ca. 2 minutter. I utgangspunktet kun en stopp.
- Frontbil; Geir Møllegård holder bil og tar ut skilt, kona kjører. Servicebil; Kjell holder bil, bak feltet som har med reservehjul (Gir og Kjell). John Ivar betaler følgebila kr. 400,-.
- Vi stopper ikke ved punkteringer og tekniske uhell, hver enkelt må klare seg på egen hånd eller få bistand fra vår bil. Vi stopper ved velt.
- Georg og Arne M kan delta etter eget ønske.
- Lars har ledig plass til sykkel på returen.

Diverse:

- Følgebiler; behov for ca. 10 biler (personlig/felles ansvar, følgebila følger raskeste syklist, de som ønsker egen bil må gi beskjed). **Data på bil sendes Kjell før neste møte; bilmerke, bilnummer, farge, sjåfør, mobiltelefon.**
- Sykkelen, anbefaling; nye dekk til Fjorden rundt, kontroll av kjede, krans, vaiere, slanger, bremsekolosser, justering av gir, kun nødvendig kontroll av sykkelen siste uka for Osлотuren.
- Detaljer om Trondheim Oslo tas i neste møte som stopp, langing, sekundering med mer. (vi stopper og for å korrigere klær hvis nødvendig, tissing ut over stopp søkes organisert)
- De fleste syklistene overnatter på Helsfyr, bestilling etter 1. juni til idretts-/sommerpriser.
- Alle stiller i TVKs klubbdrakt

Neste møter; anbefaler at alle møter; onsdag onsdag 9. juni, onsdag 21. juni kl. 20.00, Marienborg, Osloveien 105. De to første møtene er for syklistene, det siste for langere og syklistene.

Sjekkliste/Beslutninger:

Tiltak	Beslutning	Ansvarlig/utført/ok
Servicebil, bakre bil	Servicebil; Marius Dyrseth 411 64695 og Eirik Ulset 452 71138.	
Frontbil	Frontbil; Oddvar Sæter 930 06930 og Audun Njøs 905 79340	
Motorsykkel	Ingen motorsykkel	
Følgebil	Personlige følgebiler; 2-4 i hver bil.	Ingen
Syklende langer	Ingen	Ingen
Stopp/langing	Felles, individuelle: <ul style="list-style-type: none"> • Langing; Ulsberg bakke etter brua (drikke) • Stopp; rett sør for fylkesgrensa ved Hjerkin (mat/drikke) • Langing; opp i slak bakke i starten av Vinstra, (drikke og/eller mat) • Stopp; bakke før Ringsaker kirke. • (Ved behov i bakkene etter Lillehammer sentrum) • Langing; ved Minnesund, (drikke og/eller mat) 	Personlige følgebiler. Langer skal unngå langing ut over avtalte steder på grunn av fare for velt, feltet har stor fart.
Punktering, tekniske problemer, velt	Ingen stopp, men servicebilen tilbyr nytt hjul	Personlig ansvar
Alvorlige velt med skader	Vi stopper	Alle
Når en rytter må bryte eventuelt slippe gruppa	Vi håper vi unngår dette, men følgende rutine følges. Melding til kaptein og servicebilen, servicebil ringer vedkommendes følgebil, oppfylling av lommer fra følgebil, det avtales om bagasje. Kapteiner har følgende nummer; Endre 909 22615 og Roar 926 64466.	Personlig ansvar
Samband	Samband mellom frontbil og servicebil	Lars
Navnemerker	Alle skal ha navnelapper (fornavn) festet på hjelmen; stor skrift, festes på begge sider	Alle
Mobiltelefoner	Alle biler skal ha mobiltelefoner, liste med personer og telefonnummer fylles ut på siste møte	Neste møte
Konkurransedagen	Oppmøtested og tid: Shell på Øya rett sør for Elgeseter bru på høyre side sett mot sør. Senest kl: 05:45 Start kl: 06:35	Alle
Bekledning	Vi stiller i TVKs lagdrakter	Alle
Kapteiner	TVK; Roar Aass, Endre Dyrseth, Kjell Edvardsen, Karsten Flatval. (John Ivar Mogseth, kun reserve)	
Kjedekjøring	Alle gjennomgår tidligere utdelt materiale	Alle
Teknisk forberedelse	Særskilt nevnes baklys, justering av gir foran, nye bremseklosser og nye dekk.	Alle
Hjul og utstyr i servicebilen	Forhjul: Campa eller Shimano Bakhjul: 10-delt Campa, 4 syklistler: 10-delt Shimano, 14 syklistler: Reservesykkel: Sykkelsko: Hjul leveres lørdag morgen, merket med type	Torgeir, Kjell, Karsten, Bjørn og Arne Kjell, Karsten, Roar, Totgeir, Bjørn og Geir Endre og Ivar med Shimano pedaler Bjørn Endre (45), Pål (43)

	(10-delt, Dure-ace/Campa) på tape festet til dekket, felg merkes også med navn. Husk nok luft i dekkene. Servicebil, verktøykasse, pumpe og aktuelle deler (slanger, vaiere) og førstehjelpsutstyr	Syklistene Endre og Roar
Utstyr i personlige følgebiler	Hjul, pumpe, olje , verktøy, mat, drikke	Personlig ansvar
Økonomi	Laget stiller med bil, drivstoff må betales, betales av egenandel på kr. 300,-	Alle
Overnatting	Betales av hver enkelt ved avreise, Linne 23170000, Helsefy 23067878	Interesserte
Hjemturen	Følgebiler, fly, tog, retur av sykler. TVK tar med reservesykler, Arnfinn, Endre og Geir (5 sykler)	Personlig ansvar

Telefonliste/Følgebiler

Navn	Startnr.	Bil	Langer	Mobil, langer
Geir Møllegaard	139	Saab 9-3, sort, VF-71080	Elin Møllegaard	990 47 073
John Ivar Mogseth	140		Åse Aagesen	916 72 625
Torgeir Husby	145	Audi A4, grå, VF-78293	Rigmor Husby	997 42 262
Kjell Edvardsen	144	Audi A4, rød, BD-23583	Kari-Anne Bains	934 54 728
			Kjetil Edvardsen	926 38 998
Morten Spakmo	142	Mercedes ML, sort, CF-37267	Marianne Skaugstad	950 72 943
Ivar Vanebo	143	Skoda Octavia, lys blå, XK-10665	John Even Liland	952 52 850
Morten Dretvik	141		Marit Sæter	992 46 881
Geir Waal	152		Wenche Waal	976 17 103
Pål Berntsen	153	Ford Mondeo, hvit, BR-68686	Kristin Strand	917 99 218
Vibeke Dybwad	155		Silje Haugen	918 58 479
Bjørn Dybwad	157		- langer for 3 syklistere	-
Roar Aass	154	VW Touran varebil, sort, CV-49984	Roy Hofstad	908 15 000
Paul Håkon Almås	147	Volvo 850, sort, DH-83776	Kristian Almås	957 55 223
Stig Eidesmo	151		Ole Ingstad	915 52 796
Arne Ulset	149	Honda CR-V, sølvgrå, VF-63892	Ann-Sissel Ulset	911 55 665
Karsten Flatval	146		Irene Lien	922 911 33
Lars Lurvik	156	Ford Connect, Securitas, DL-97337	Linda Bakken	975 59 645
			Rune Skamsar	916 60 681
Arnfinn Aune	150	VW Multivan, sølv, BD-43395	Amund Aune	404 94 090
Endre Dyrseth	158		Olav Aune	951 20 135
Anne Katrine Meland	338		Gerd Meland	957 71 557

John Ivar Mogseth: 916 72625