

LEDELSMSBLAD FALLSKJERMSEKSJONEN  
NORGES LUFTSPORTSFORBUND  
NR. 4 2019  
6. OG SISTE ÅRGANG

## AKTUELT

- 4 Humorboogie
- 8 Fotoutvalg
- 10 Frittfall spalter

## KONKURRANSER/LAG

- 18 Vi tok gullet med hjem!
- 22 Blue Pelican på VFS World Cup i Arazona

## FRA SENTRALT HOLD

- 26 Faste spalter fagsjef og leder
- 27 Idrettsnytt

## SETT & HØRT

- 30 Down'n'dirty rykter og sladder fra inn- og utland



## Forsidebildet

KRISTIAN ØSTHER **Foto**

BLUE PELICAN UNDER VFS WORLD CUP I ARIZONA

## Materiell frist

Frittfall kommer ut ut i slutten av hvert kvartal.

Du finner alle utgivelsesdatoer og materiellefrister på [frittfall.org/kalender](http://frittfall.org/kalender).

Send stoff, ideer eller spørsmål til [kitt@frittfall.org](mailto:kitt@frittfall.org)



# IKKE DØ

KITT **REDAKTØR**

Det ble førtiseks årganger av Frittfall i trykket form, før bladet nå blir historie. Jeg har vært med som annonseselger og redaktør i halvparten av årene, så det er virkelig på tide å finne på noe nytt.

Jeg har ikke vært alene. Marianne Holen i Sago har vært som en del av redaksjonen, og stadig laget nydelig layout på bladet i nesten to tiår. Ofte gull av gråstein. Takk for stor innsats og godt samarbeid!

Odd Heimstad, Knut Magne Ekerhovd og Kjell T. Olsen har vært fagsjefer i min tid. Etter at Jan «Hei alle sammen» Wang ble ansatt har vi to samarbeidet i lang tid. Han kutter også nå. Takk for godt samarbeid Jan! Nå tar Knut Lien over – ønsker deg lykke til!

Ny redaktør for digitalt Frittfall er ikke ansatt enda, men ansettelsesprosessen er i gang. Jeg ønsker lykke til med videreutvikling av F/NLFs digitale kommunikasjonsplattform. Jeg bladde litt i arkivet forleden dag. Det er mye underholdning der. Når du er i gang bidrar jeg gjerne til å digitalisere papirversjonene av Frittfall, så de blir tilgjengelige så alle kan bla i dem for ettertiden.

Ett budskap er gjennomgående i fagsjefens og min spalte i alle disse år. Det vil jeg at skal stå som en oppfordring til våre etterfølgere, morgendagens fallskjermhoppere. Ikke dø.



ANDREAS MOSLINGFoto

# blue skies

Redaksjonen: ansvarlig redaktør og annonse/økonomi: KITT GRØNNINGSÆTER - kitt@frittfall.org

Layout: MARIANNE HOLEN, Sago AS - marianne@sago.no • Trykk: RK Grafisk

REDAKSJONENS ADRESSE: FRITTFALL c/o Kitt, Moflaget, 8762 Sleneset • Frittfall er et kvartalsvis medlemsblad og uavhengig organ for Fallskjemseksjonen/Norges Luftsportforbund.

Ettertrykk ikke tillatt uten særskilt tillatelse. Artikler i Frittfall står for den enkelte signaturs egen regning og trenger ikke gjenspeile redaktøren, redaksjonen eller F/NLFs mening. Frittfall følger redaktørplakaten.

Artikler i bladet kan bli referert eller gjengitt i arkivet på [www.frittfall.org](http://www.frittfall.org) eller Frittfall på Facebook

Utgiver: F/NLF: Norges Luftsportforbund • Kontakt F/NLF: Adresseendringer meldes F/NLF, ikke til Frittfall.

# HUMORBOOGIE

HISTORIEN STARTET I 2016, DA MARLENE OG KRISTIAN GIFTET SEG. I STEDET FOR ETT STORT BRYLLUP, BESTEMTE DE SEG FOR Å INVITERE VENNER TIL SKYTIME OG CASTELLÓN, FOR EN UKE MED HOPPING, SAMHOLD OG FEST; WEDDINGBOOGIE 2016.

## KAI SELLEVOLD TEKST

Mr Ebbe Smith of Norway og meg selv ble invitert med, for å planlegge og gjennomføre boogien. Alle fire var veldig enige om hva som skulle være fokus for uken vi skulle være sammen. Kos og stemning er noe vi alle er veldig glad i, og det var dette som skulle være hovedfokus.

Hopping fra Pilatus Porter om dagen, være sammen, nyte god mat og drikke, og skape stemning om kveldene. Dette året var vi rundt 30 hoppere som møtte opp, og Wedding Boogie ble avsluttet med en stor bryllupsfest, hvor vi for øvrig delte lokale med en russisk gjeng som hadde barnedåp, men det er en annen historie...

Etter denne uka, var tilbakemeldingene veldig gode og vi fikk beskjed om at dette var noe vi måtte gjenta. Ikke bryllupet altså, men boogien.

Marlene umiddelbart at "det blir boogie igjen neste år", så da var det allerede bestemt, dette skulle videreføres.

Innholdet skulle være det samme, det skulle handle om god stemning, både på dagen og på kvelden og vi skulle være sammen. Det skulle også være en boogie for alle, alt fra ferske elever til Skygods og wuffos selvfølgelig. Det skulle være mulig for hoppere og ha med seg familien og/eller venner. En annen ting vi var meget bestemte på, var at dette skulle være et arrangement helt fritt for avgifter.

Det koster nok å reise, overnatting, leiebil osv, så det å skulle betale masse i avgifter var uaktuelt.

Dette skulle ikke være noen skillcamp, vi ønsket heller at man skulle øke ferdighetene sine med å hoppe i grupper og lære av hverandre. Solohopp skulle ikke lov, med mindre det er hop'n'pop for å øve på skjermkjøring.

Vi som arrangerte skulle heller ikke tjene noe på dette, da det skulle være et selvkost arrangement. Vi skulle organisere løftene og vi skulle organisere mye moro på bakken. Mat og stemning skulle være i fokus, med felles arrangerte middager på feltet, eller på lokale restauranter med spanske delikatesser.

Før vi annonserte at vi skulle prøve en ny runde, måtte vi jo ha





ett navn på boogien, weddingen var jo unnagjort. Etter noe brainstorming kom vi frem til navnet HumorBoogie. Stemning var jo det vi ville ha og humor betyr jo stemning både på spansk og engelsk, så det passet fint.

2017 ble en suksess og vi hadde deltagere fra NTNU, Tromsø, Grenland, Kjevik, Tsjekkia, Frankrike og Spania på besøk, med gode tilbakemeldinger.

2018 ble også bra, selv om vi hadde noen dager værholding. Det var ca 35 deltagere dette året, men ingen sure miner eller dårlig stemning. Vel dårlig stemning er jo også stemning... Selv om været var noe imot oss, var vi veldig klare på at vi skulle prøve igjen 2019 og var ganske flinke til å reklamere for oss igjennom sommeren 2019.

HumorBoogie er nettopp avsluttet for 2019, og med fire år på baken, er den nå blitt en årlig tradisjon i uke 42.

HumorBoogie 2019 ble den største for oss så langt, med 62 deltagere fra både Norge, Sveits, England, Spania, Tyskland og Finland. Vi er vel enige om at det ble en gedigen suksess, alt klaffet. Mandag ettermiddag måtte vi kansellere pga vind, men ettermiddagen brukte vi på å kose oss med rosa GT's, mens andre koste seg i bølgene på den eviglange, nesten folketomme stranden. Ellers var været fantastisk hele uken, for hopping og annen moro i sola.

Vi tok kontakt med forskjellige produsenter og fikk mange sponsorer og give aways, noe som var nytt av året. Icarus World sponset oss med avslag på skjerm, UPT sponset avslag på utstyr, Aerodyne sponset avslag på utstyr og skjerm, L&B sponset en høydemåler, Cookie sponset avslag på G4 hjelm, samt at både Cypres og Icarus NZA sponset goodies.

Vi arrangerte forskjellige konkurranser. Hit'n'chug med landing på stranda gikk over flere dager og sammenlagt

vinner ble Stian Knudsen (til tross for at han som eneste på løftet landet motvinds på en av konkurransene) han vant gavekort fra Icarus World med 15% rabatt på ny skjerm.

Beste foto, hvor konkurransen gikk ut på å poste fine bilder på SoMe, vant Tiril Skonseng Høiås, og ble premiert med en flunkende ny Aries II fra L&B.

Årets lokale gæring (local Loco) gikk til Jose Grau Sanchez, en av de lokale hopperne som var med oss hele uken. Han vant en sekk fra Icarus World.

Årets Virgin; en pris vi ønsker å gi til en nykommer i sporten, som viser engasjement og som gjerne spinker og sparer til eget utstyr, gikk i år til to verdige nykommere.

Det er viktig å ta vare på de nye som kommer inn i denne fantastiske sporten vi driver og ikke minst få de til å fortsette å være en del av familien vår.

Prisen(e) gikk til Anders Elvevold fra Tromsø, som fikk Gavekort fra Aerodyne med 30% avslag på ny rigg, og til Ruben Ingebrigtsen fra Troms, som fikk gavekort fra Aerodyne med 30% avslag på ny skjerm. De kom til Castellón og var på 10 sek fritt fall i progresjonen. Da de dro hjem, var de kun noen få hopp unna og være ferdige med elevprogresjonen. Stor kudos til disse guttene.

Flest hopp under boogien, gikk til Lasse Mjaaland Skår fra NTNU og Tromsø, som gjorde 39 hopp. Lasse vant gavekort fra Cookie på 20% avslag på G4 hjelm.

Årets Humorizer er en pris vi gir til en av deltagerne som har utmerket seg ved å skape masse stemning under boogien. I år gikk den til Nathaniel Cornelis Vervaart; aka Nate, fra Voss. Nate gir veldig mye av seg selv og er en friskus å ha rundt seg, både på dagen og på kvelden. Det blir sjeldent kjedelig med Nate til stede. Han





vant gavekort fra UPT på 30% avslag på ny rigg, samt 15% avslag på options.

Tromsø hadde med seg seks elever i år, som alle gjorde store steg i progresjonen og noen ble også A-hoppere.

Filosofien vår er at dette skal være ett arrangement for alle, om du er elev eller om du har hoppet i årevis. Alle skal kunne lære av hverandre og det har visst seg at vi har truffet blink her. Alle hopper stort sett med alle og jeg vil ikke si at vi har hatt noen "klikker" de årene vi har arrangert.

I år var vi så heldige å ha mange instruktører som deltok og takket være alle disse, så fikk elevene hoppe så mye de bare orket. Takk til alle dere som bidro her.

I tillegg til å arrangere hopping, er en stor del av boogien det å være sammen. Vi arrangerer derfor mat, både på feltet og restaurantbesøk på kveldene. I år valgte vi å arrangere lunsj to av dagene, hvor vi stoppet hoppingen i ca. en time midt på dagen og spiste god lunsj laget av vår gode kokk og venn José Negre. Han sto også for maten på fredag kveld, hvor vi fikk servert Spanias beste Paella og vi hadde avslutningsfest og utdeling av priser.

Onsdag kveld hadde vi innhopp ved restauranten La Ola, som ligger nede ved stranden. Det er ikke mange innhoppsmuligheter i Castellón, pga av reglene der nede, men vi har milevis med strand og lander man ute, ja så lander man ute. Da er det vel i og for seg greit at alle lander samme sted... medvinds eller ei...



Som nevnt tidligere, har vi valgt å legge boogien til uke 42, midt i oktober. Dette pga av skoleferien i Norge i uke 40 og 41, da det er dyrt å reise. Samtidig er Castellón ganske stille når vi kommer ut i oktober. De fleste turistene har reist og det er forholdsvis enkelt og billig å bo. Leiebil får du nærmest kastet etter deg på denne tiden av året.

Mange av deltagerne har gikk oss tilbakemelding på den gode atmosfæren som er i Castellón, både på feltet og i området rundt. Selv om det er ett kommersielt hoppfelt, får man straks den gode klubbfølelsen, mye takket være eieren Iván og staben hans på Skytime.

De er vennlige og vet ikke hva godt de kan gjøre for deg, det er kun smil og positiv respons om du spør om noe. Elena i manifest har stålkontroll og kan navnet dit så fort du har sagt hei til henne. Om det går litt trått, så pisker hun folk på løft og før flyet i lufta.

Selv i oktober er det mulig å bade og temperaturen i sjøen lå på rundt 20 grader.

Temperaturen på dagtid, lå på 25 grader, selv om det ble litt kjøligere på kvelden. Noen tok noen timer pause midt på dagen for siesta, eller å spasere på stranden, andre møtte soloppgangen med yoga på stranden, eller tok nattbad i måneskinnet.

Restaurantene begynner etter hvert å kjenne oss og vet at det er noen kroner å tjene når vi kommer, selv om alt er rasende billig for Nordmenn på tur.. I allefall er det ikke noe problem å komme uanmeldt å få plass til 50 fallskjermhoppere. Det bruker som regel å bli god stemning av slikt.. Også de som er med som følge, om det er wuffos eller familie/kjæreste, så gir alle uttrykk om at Castellón er et bra sted å være, selv for de som ikke hopper. Det er masse muligheter for andre aktiviteter som fjelltur, PG, kiting, vannscooter, SUP's, osv.. Valencia ligger bare en time unna, Alicante og Barcelona kun 2,5.

I år hadde vi både feltets egen Porter samt at FOXY var på plass. FOXY er stasjonert på Skytime fra sesongslutt i Norge til februar, stort sett hvert år.

Under årets boogie, gjorde vi ett sted mellom 1000 og 1100 hopp på 6 dager, en strålende rekord for vår del. Det virket som folk var

veldig fornøyd med hoppingen. De hoppet seg nok ikke leie men var godt fornøyd når ettermiddagen kom og hadde det ikke vært for at vi arrangerte hit'n'chug på slutten av dagen, hadde vi ikke fått flyet i lufta etter kl 17.

Etter hopping ble vi værende på feltet noen timer for god stemning, litt øl og masse skryting og lyng.

Etter hvert, så er det mange nordmenn som har besøkt Skytime. Undertegnede har bodd i området i 8 år og regner Skytime som min hjemme DZ. Alle jeg har møtt, har jeg selvfølgelig skrytt av stedet til og jeg tror ikke jeg enda har møtt noen som ikke har likt stedet.

Castellón ligger midt i mellom Alicante og Barcelona, 2,5 times kjøring hver vei. Valencia ligger bare 1 time unna, så det er forholdsvis enkelt og komme seg dit.

Det går direktefly fra en rekke flyplasser i Norge til både Alicante og Barcelona, mens til Valencia må en ha en mellomlanding.

Om du ennå ikke har vært der, så vil jeg absolutt anbefale å ta turen og gjerne i uke 42.

Neste års HumorBoogie er allerede planlagt fra 10. til 17 oktober, men det er mulig vi er nødt til å sette et tak på antall deltakere, så... Snooze you looze :)

Til slutt så vil jeg takke alle som var på HumorBoogie 2019. For en fantastisk uke og for en hærleg gjeng dere er.







Be kind.  
Be brave.  
Be calm.  
Be **Norwegian.** - Anna Moxnes, Zion Freely

**Our Norwegian customers are important to us at UPT Vector.** To help better serve you, we are expanding our dealer network. Now with two Norwegian dealers to choose from: **SkyVoss** and **Spot On**, you're closer than ever to your custom new Vector! Visit [www.uptvector.com](http://www.uptvector.com) to start designing yours today!

 Spot On

 **SKY**VOSS



Find us on social  
media @uptvector!









# Track attack

"TRACK TILL YOU CRACK" VAR OPPFORDRINGEN TØFSK TIL DELTAKERNE. DET VAR SATT AV 32 SLOTER FOR HOPPERE MED OVER 400 HOPP. DE BLE ORGANISERT AV DANIEL SOTILLO, PETTER MAZETTA, RIKARD MOGREN, ROBERTO MANFI HERNANDEZ, LAMBERTO MICANGELI OG DENNIS BARSTAD. SÅ BLE DET SELVSAGT INNHOPP OG PARTY.

ANDREAS MOSLING**Foto**







# FRITTFALLS SPALTER

JEG TAR IKKE MÅL AV MEG Å SKRIVE FRITTFALLS HISTORIE HER,  
MEN BENYTTET SJANSEN TIL Å MINNES NOEN AV DE SPALTENE VI  
HAR HATT. KANSKJE KAN NOEN VIDEREFØRES DIGITALT?



MEDELEMSBLAD  
SEKSJONEN NORGES LUFTSPORTSFORBUND  
NR. 1 2017 44. ÅRGANG



frittfall



frittfall











#### KITT TEKST

Det som har gjort frittfall så fint er bildene – takket være alle bidragene fra masse gode fotografer. Og særlig fra noen ildskjeler. Det er farlig å nevne noen, men mange fotografer har levert utrolig mye bra materiale, og noen har vært med veldig lenge. Faste bidragsyttere over lengre perioder har vært Trond Bolstad, Leif Arne Spidsberg, Marianne Holst, Tore Nagel, Christian Eek Jensen, Johan Bryhni, Ron Holan og Derek Broughton. Nå nevnte jeg noen. Alle dere andre skal også ha takk! Jeg har forsøkt å prioritere forsiden til norske fotografer med motiver hvor det er nordmenn med. Noen har gått til utenlandske skygods også. Norman Kent, Bruno Brokken, Willy Boykens, Gustavo Cabana, Andrey Veselov. Nå nevner jeg visst igjen. Verdens beste fotografer har bidratt mye. Vi har aldri måttet betale for bilder eller stoff!

Før sosiale medier var bladet nyhetskanalen og det samlende element for fallskjerm-Norge. Her kunne en lese om ymse rekorder som involverte nordmenn i inn- og

utland, og få med seg alt som skjedde (som ikke måtte bli på stedet) fra boogie land og strand rundt. Herculesboogie, Midnight sun boogie, Ekstremsportveko, Bever'n, Kyllingboogie, Flying chicks, Go Vertical. Og om de fantastiske innhoppene, da.

Reisebrevene har det også vært flusset av. Veteranene har tatt oss med på sine turer både i indre strøk her hjemme, til Normandie og Dubai. Vi har hatt store norske delegasjoner på juleboogier på Empuriabrava, påskeboogie på Zephyrhills, exotic sky adventures i Karibian og Østen, og Thaifestival.

Vi har alltid vært opptatt av å bli gode, selv om sesongene her er litt korte. DeLand, Empuriabrava, Z-hills, Eloy og Klatovy har vært flittig benyttet til camper. FS basics, advanced, Freefly basics og storsekvensleire. Etterhvert også tunnelcamps.





Basicmodellen har stått seg i alle år. Landslagene har stilt opp som trenere og organisatorer. Vi startet med FS8 og FS4 og FS4 rekrutt. Senere har også lagmedlemmer fra lag som Valkyrie, X3m4's, Skywalkers, Arcteryx, Fortitudo, Nexus, Polaris, 42 freefly, Sweet freefly, Zion, Blue Pelicans har vært stødige inspiratorer i miljøet, parallelt med egen satsing.

Vi har fulgt lagene gjennom landslagsuttak, EM, VM, WAG og andre internasjonale konkurranser. NM har alle år vært dekket godt. Etterhvert har vi også fått CP, tunnelflyving og wingsuit – og derigjennom vår første verdensmester Espen Fadnes.

Vi har kjørt artikler om skjermkjøring, teknikk, vedlikehold av utstyr og konkurransepoolene. Disse har de senere år forsvunnet ut på nettet. Materiell-spalten har vært nyttig.

MK-ene har skrevet lærerike innlegg, men sikkerhets- og utdanningskomiteen har dessverre ikke brukt denne i noen særlig grad. Henderse har også egen spalte for SU. DOC var idrettsmedisin for hoppere.

Forbundet har informert gjennom fagsjefenes spalte. I min tid har Odd Heimstad, Knut Magne Ekerhovd, Kjell T. Olsen og Jan Wang vært fagsjef. Ledere kommer og går som ledere skal. De jeg kan takke for bidrag er Gaute Solheim, Jørn Strand, Hans Christian Amlie, Thomas Becke, Frode Finnes Larsen, Ramsy Suleiman, Jan Erik Dietrichson, Kristian Moxnes. Vi har også dekket fagseminar og hoppstatistikk jevnlig.

Spalten Frittfallarkivet bragte mange artikler om fallskjermhistorien. Særlig har Kjell T. Olsen og Eilif Næss satt mye ned på papir.





# Art med hvit frakk og nulleskøyter på jobb!

DET VAR HOFFORD DR. BUELE JORDA. OG DET PLETTET BUELE TOE. MEN GLEDE SKOENH NEMME NEIDA. HAN HADDE GATT PÅ SKIPTVET TIL JOBB. MEN GLEDE SKOENH NEMME

**Falkjermarkens**  
De Petter gikk i august 1979, 29 år gammel, fra hjemmet i Oslo til California, han ble en av de første norske skiforbere i USA. Han ble en av de første norske skiforbere i USA. Han ble en av de første norske skiforbere i USA.

**"Når ryker var"**  
Alle hoppet i det. Blant de gode var han. Men det var ikke alle som gjorde det på Åre. Det var ikke alle som gjorde det på Åre.

Skredder skjøt med Eidevold. Men han gjort det. Så var det ikke alle som gjorde det. Så var det ikke alle som gjorde det.

En annen gang skulle ingen hjelpe en venn med skis. Den annen gang skulle ingen hjelpe en venn med skis.

**Lager og jobber**  
De Petter var en av de første som gjorde det. De Petter var en av de første som gjorde det.

**Ny video med Norman Kent**  
"Arrrrr! Gænnå - what you need to know" er en video som viser hvordan man gjør det.

**85-åring hopper landem**  
Knutten i skisport er en sport som har vært i Norge i mange år. Knutten i skisport er en sport som har vært i Norge i mange år.

**Apri 7025 m.a.h.**  
Knutten i skisport er en sport som har vært i Norge i mange år. Knutten i skisport er en sport som har vært i Norge i mange år.

**CRW utfordring**  
CRW har sin egen utfordring. CRW har sin egen utfordring. CRW har sin egen utfordring.

**Heracles til Jera**  
FREDAG 7. JUNI I 1985 SØSTERHIST FOR OPPHOLD I HOLLAND. HOLLAND HETTER HOLLAND. HOLLAND HETTER HOLLAND.

**Go Vertical**  
Med tårne på vertikale freeride. Med tårne på vertikale freeride. Med tårne på vertikale freeride.

**Med tårne på vertikale freeride**  
Med tårne på vertikale freeride. Med tårne på vertikale freeride. Med tårne på vertikale freeride.

**Med tårne på vertikale freeride**  
Med tårne på vertikale freeride. Med tårne på vertikale freeride. Med tårne på vertikale freeride.

**størrelse** Det samme til for Skisport, og 2000. Det samme til for Skisport, og 2000.

**Monica** Monica er en av de beste skiforbere i Norge. Monica er en av de beste skiforbere i Norge.

**Monica** Monica er en av de beste skiforbere i Norge. Monica er en av de beste skiforbere i Norge.

**Monica** Monica er en av de beste skiforbere i Norge. Monica er en av de beste skiforbere i Norge.

**Monica** Monica er en av de beste skiforbere i Norge. Monica er en av de beste skiforbere i Norge.

**Monica** Monica er en av de beste skiforbere i Norge. Monica er en av de beste skiforbere i Norge.

**Monica** Monica er en av de beste skiforbere i Norge. Monica er en av de beste skiforbere i Norge.

**Monica** Monica er en av de beste skiforbere i Norge. Monica er en av de beste skiforbere i Norge.

**Monica** Monica er en av de beste skiforbere i Norge. Monica er en av de beste skiforbere i Norge.

**Monica** Monica er en av de beste skiforbere i Norge. Monica er en av de beste skiforbere i Norge.

**Monica** Monica er en av de beste skiforbere i Norge. Monica er en av de beste skiforbere i Norge.

**Monica** Monica er en av de beste skiforbere i Norge. Monica er en av de beste skiforbere i Norge.

**Monica** Monica er en av de beste skiforbere i Norge. Monica er en av de beste skiforbere i Norge.

**Monica** Monica er en av de beste skiforbere i Norge. Monica er en av de beste skiforbere i Norge.

**Monica** Monica er en av de beste skiforbere i Norge. Monica er en av de beste skiforbere i Norge.

**Monica** Monica er en av de beste skiforbere i Norge. Monica er en av de beste skiforbere i Norge.

**Monica** Monica er en av de beste skiforbere i Norge. Monica er en av de beste skiforbere i Norge.

**Monica** Monica er en av de beste skiforbere i Norge. Monica er en av de beste skiforbere i Norge.

**Monica** Monica er en av de beste skiforbere i Norge. Monica er en av de beste skiforbere i Norge.

**Monica** Monica er en av de beste skiforbere i Norge. Monica er en av de beste skiforbere i Norge.





KALENDER

2006

frittfall



BRAVO BRAVO

Det finnes alltid flere sider ved mennesker og Bjørn Bjørnstad var hva jeg ville ha vært. Han var ekstremt, far, bestefar, kollega, venn, kollega, instruktør, dykker og mye mer. I likhet med veldig mange av oss i Tonsberg fallskjermklubb kjente jeg ham mest som fallskjermkammerat og hoppkamerat. I tillegg vet også de fleste at Bjørn var sentral i oppbygging av SVIL, HoppSport (Norge).



frittfall



konkurranser-Lag

Militært VM i Russland - Team Valkyries deltakelse



konkurranser-Lag

Tramp i kalotten var spalten for sterke meninger. Det var mange og lange debatter om idrettssatsing, rekruttering, drift av rikssenteret og BASE-hopping. Innleggene haglet etter årsmøtethrilleren 2003. Også debattene har flyttet seg til andre, mer dynamiske kanaler.

Sladrespalten Down'n'dirty er vel den som er høyest savnet, men som bukket under for andre medier først. Klubbnytt har vært spalten for smått og stort fra klubber i nord og sør. Alle har fått navnet sitt i Frittfall gjennom

sertifikatoversikten. Alt over B har kvalifisert til oppføring, men det siste året falt denne dessverre bort med nytt medlemssystem.

Så har vi hatt bailout. Portrettintervjuer av sentrale folk i miljøet som er verd å lese fremdeles. Noen å bli bedre kjent med når vi blir digitale; Lise Nansen, Knut Magne Ekerhovd, P. O. Strømsmo, Gonnabe's, Kari Berg, Lars Erik Sivertsen, Ole Petter Hjelle, Bjørnar Jensen, Trude Sviggum, Heidi Egge, Anniken Binz, Morten Kristoffersen, Victoria Lund, Kjersti

Eide, Arild Rasmussen, Dittma, Hans Lange, Dag Einar Hernes og Øyvind Fries.

Minneord har det vært alt for mange av. Dessverre ikke etter folk som dør av høy alder, men ofte etter folk vi har mistet i fallskjermulykker. Ikke dø.

I årene 2004-2015 fikk Frittfalls abonnenter kalender i posten årlig.





HayaBusa  
NMP Pch  
#CYPRES #sponsored

**BESTE**

**SNITT UTENDØRS**

**FS4 28,9 poeng**

**CYPRES**  
Reliability made in Germany



*Life at Terminal Velocity*  
CARLOS FELIX DAVID PHOTOGRAPHY

**GRATULERER**

graphic: starline / Freepik

[WWW.CYPRES.CC](http://WWW.CYPRES.CC)







VI ER VELDIG STOLTE AV Å TA NORGES FØRSTE INTERNASJONALE LAG-GULL! FOR ET ÅR VI HAR HATT I ZION. DET HAR VÆRT ET ÅR MED SKADER OG HINDRINGER, HØYE OG LAVE PUNKT, MEN AKKURAT SOM PÅ TV SÅ ENDTE ÅRET MED EN SOLID SLUTT.

ANDREAS MOSLING **TEKST OG FOTO**  
WILLY BOYKENS **FOTO**

Vi ble puttet i en vanskelig posisjon når Petter ble skadet, men heldigvis klinket Kristian Moxnes til å sa seg villig til å steppe inn som innbytter. Så med kun fem måneder til rådighet hadde vi en skikkelig treningsinnsats som måtte til før vi kunne hevde oss i toppen på Verdenscupen som var duket for start i oktober.

Vi fikk trent oss en del på Voss, Æra og Tønsberg før vi tok det siste store pushet til konkurransen tre uker i forkant, på verdens største hoppfelt Eloy.

Eloy er et lite sted i Arizona, USA. Ørken, kaktus og mye fallsjermhopping. Det var fint å kunne akklimatisere seg for det er stor forskjell på norsk høst og ørkenheten vi kom til, med temperaturer som fikk kvikksølvet over 38 grader.

Når konkurransen gikk av stabelen var vi så klare som vi kunne bli. Vi hadde forberedt oss godt og hadde mye samlet konkurranseerfaring, så nå gjelder det bare å holde hodet kaldt og fly vårt beste.

Våre største konkurrenter var Frankrike, som har tatt gull de siste to årene, og det var vanskelig å si hva de kom til å stille opp med.

# VI TOK GULLET MED HJEM!





KONKURRANSE-LAG

# 13TH WORLD CUP OF ARTISTIC EVENTS 2019 FREEFLYING - FINAL STANDINGS

| PLASS | ID  | LAGNAVN    | LAND | 1   | 2   | 3   | 4   | 5   | 6   | 7   | TOT  |
|-------|-----|------------|------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|------|
| 1     | 706 | ZION       | NOR  | 8.2 | 8.4 | 8.4 | 7.8 | 8.4 | 7.0 | 8.3 | 48.7 |
| 2     | 704 | SKYNOYMOUS | FRA  | 7.7 | 8.3 | 8.0 | 7.8 | 6.9 | 7.7 | 8.0 | 46.7 |
| 3     | 702 | CHOCOLATE  | SUI  | 6.6 | 6.9 | 7.1 | 7.3 | 6.6 | 6.4 | 7.4 | 41.7 |
| 4     | 703 | FLUX       | DEN  | 6.0 | 7.1 | 6.8 | 6.8 | 6.8 | 6.5 | 6.6 | 40.6 |
| 5     | 705 | 3-FLY      | GER  | 5.6 | 4.7 | 5.3 | 5.9 | 4.1 | 5.1 | 5.7 | 31.1 |
| 6     | 701 | BLUE SHIFT | NED  | 5.1 | 3.7 | 5.0 | 5.6 | 4.5 | 4.2 | 4.7 | 27.8 |





Vi hoppet de første fire rundene. Vi holder ikke veldig godt øye med resultatet gjennom konkurransen, men fikk info om at vi stakk av med ledelsen. Vi hadde noen gode runder og noen ikke fullt så gode runder, men slik er det ofte og vi var veldig fornøyd med innsatsen.

Ved dømmingen av siste runde i Freefly sto alle lagene å så på dømmingen som ble gjort. Da det ble klart at vi tok seieren var det mye high fives, klemming og jubling. Det er flott å kunne ta med

gullfarget metall hjem til Norge og det hadde ikke vært mulig uten støtte fra alle de rundt oss! Så til alle som har hjulpet, heiet eller stått på for oss; Takk!

*Videre for oss blir det full gass med satsing på det neste store målet, som er VM-gull i Russland til neste sommer. Så nå blir det avgårde til DeLand for å trene hardt; med en liten pause for den årlige Freeflybasicen i mars.*







KONKURRANSE-LAG

**CYPRES** and **CUT**  
 always activated through the loop  
© 2014 CYPRES and CUT. All rights reserved. No part of this publication may be reproduced without prior written permission from CYPRES and CUT.





# BLUE PELICAN

på VFS World Cup i Arizona

KONKURANSE-LAG



# Man kan alltid gjøre det bedre

SONDRE TØMMERVOLD **TEKST**

Kjent tanke... Men hva er målet ditt? Vil du blir verdensmester, eller vil du bare lære deg noen triks som gjør at du får mer ut av fallskjermbhoppingen. Vet du hva du vil på forhånd kan du tilrettelegge for læringen. Du må også bestemme deg for hva du har råd til, hva gjelder tid, penger, etc.

Slik startet vi treningen med dette laget. Vi satte oss et mål om å bli verdensmestere. Tidsrammen er fire år. Vi skal ta gull på EM på Voss i 2021 og vi skal gjøre vårt beste for å komme på toppen av pallen i VM 2022. Med det i bakhodet kunne vi virkelig fokusere på å bygge det sterkeste grunnlaget.

Som lag kan man trene på flere måter. En av de vanligste måtene å trene på er å sette et mål innen det neste året. Det kan for eksempel være å snitte x poeng på x konkurranse som er om x måneder. Da gjør man sitt beste for å komme raskt (inntil et år) opp på dette nivået.

Slik har Blue Pelican gjort det tidligere. I år endret vi på dette. Vi reduserte antall formasjoner per treningshopp for å få flere repetisjoner pr formasjon per hopp. Dette gjør også at det blir mindre fysisk og mentalt vanskelig, ettersom man kan fokusere på riktig teknikk i stedet for å prøve å huske hvilken formasjon som er den neste i rekka. På den måten trener man med bedre teknikk og man får mer trening.

Vi startet med vindtunelltrening i februar i år. Frem til midten av juni fløy vi nesten 2,5 time i uka. I løpet av disse ukene gikk vi systematisk gjennom en og en formasjon i fokus. VFS har 22 blokker (topoengsformasjoner) og 16 randomer (ettpoengsformasjoner) vi har også flere formasjoner som kan bygges på alternative måter.

*Sondre haler ballongen idet luften kjøles ned, slik at ballongen ikke treffer greiner og kvistkvast på bakken idet den synker sammen.* KRISTIAN ØSTERFOTO

*Ballonghopp.*  
BALLONGPILOTENFOTO

## 22ND WORLD CUP OF FORMATION SKYDIVING 2019 - 4-WAY VFS

| PLASS | ID  | LAGNAVN | LAND | 1  | 2  | 3  | 4  | 5  | 6  | 7  | 8  | 9  | 10 | TOT | SNITT |
|-------|-----|---------|------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|-------|
| 1     | 506 | USA 1   | USA  | 21 | 21 | 22 | 15 | 12 | 17 | 17 | 20 | 23 | 18 | 186 | 18.60 |
| 2     | 505 | RUSSIA  | RUS  | 18 | 18 | 21 | 13 | 15 | 16 | 18 | 15 | 20 | 16 | 170 | 17.00 |
| 3     | 501 | USA 2   | USA  | 18 | 20 | 18 | 13 | 14 | 17 | 13 | 16 | 16 | 16 | 161 | 16.10 |
| 4     | 504 | NORWAY  | NOR  | 17 | 16 | 16 | 14 | 10 | 14 | 13 | 12 | 14 | 18 | 144 | 14.40 |
| 5     | 502 | USA 3   | USA  | 13 | 13 | 14 | 10 | 10 | 16 | 14 | 14 | 14 | 17 | 135 | 13.50 |
| 6     | 503 | SWEDEN  | SWE  | 14 | 12 | 13 | 10 | 10 | 12 | 12 | 11 | 9  | 12 | 115 | 11.50 |

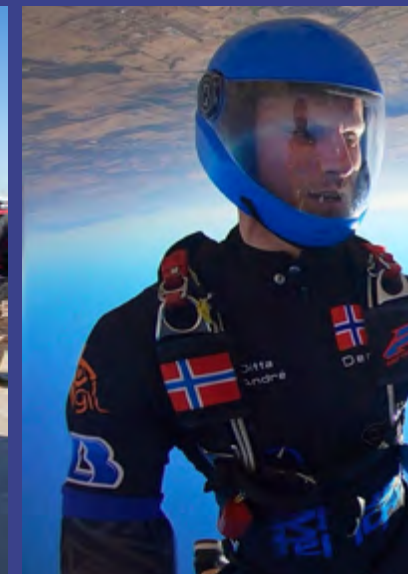




ØYVIND NYBERGFoto



WILLY BOYKENSFoto



Øyvind og Kristian på toppen  
av fjellet - fridag.  
SONDRE TØMMERVOLDFoto

Vi fokuserte på en og en formasjon og de forskjellige overgangene til andre formasjoner. (eks.: fra Sondre og Derek i sitt (eks. 4, G, center-H, 17 etc.) til Øyvind og Derek i sitt (M, H, F, 20 etc.). Dette er en overgang der man får øvd på at Derek og Vegard blir i sin orientering, mens Øyvind og Sondre må gjøre transition. Det finnes ufattelig mange kombinasjoner av formasjonene, men dersom man deler de opp på denne måten kan man lage en måte å trene på som fokuserer på hva som skjer fremfor hvilken formasjon man flyr. Håper det er en grei forklaring. Hver formasjon brukte vi 10 minutter på. Dette gjorde vi nesten fire ganger med alle de omtrent 50 forskjellige formasjonene.

Ved å trene på denne måten får vi ikke "ekte" VFS-trening. Vi deler det opp i mindre deler som kan trenes på uavhengig av hverandre og senere kombineres med mindre anstrengelse. Dette kalles dynamisk systemteori. Denne måten å lære/trene på er ekstremt effektiv og lærerik. Det gjør kompliserte systemer og verktøy enkle å forstå.

Vi delte også inn treningen i enkle og mer kompliserte formasjoner. Når vi kom opp på et høyere nivå i flygingen introduserte vi vanskeligere formasjoner og overganger.

Alt dette, ikke for å bli best i år, men i 2022! Vi har fokusert på å bygge det sterkeste grunnlaget, og vi er ikke engang ferdige! Neste år har også fokus på baseøvelser.

I år var planen å bruke de siste 50 hoppene før World Cup til å trene vanlig, konkurranse-stil VFS. Fem-seks poeng per runde. Dette endte vi opp med å gjøre i Arizona like før konkurransen. I kjent BP-stil banka vi hopp i varmen, mens alle andre roet ned. Vi hadde én fridag, og de siste to dagene før konkurransen gjorde vi trekningen fra VM i fjor. Ikke helt "by the book", og definitivt ikke den beste oppkjøringen til en konkurranse, men vi gjorde dette for å doble analyse materialet vårt. Dette skal vi bruke for å kunne legge en plan for neste års trening. Etter konkurransen kunne vi sammenligne oss, ikke bare med årets deltagere, men også fjorårets deltagere. Vi kunne til og med sammenligne oss med forrige versjon av Blue Pelican! 20 hopp å sammenligne, i stedet for kun 10. Én konkurranse er 10 hopp i FS og VFS.

#### En blå ballong

På fridagen skal det nevnes at vi alt hadde hoppet et hopp før klokka åtte om morgenen. Ballonghopp er noe helt eget. Virkelig spennende og litt skummelt. Tre

ganger har jeg vært nervøs for selve hoppingen. Mitt første hopp. Første gang jeg hoppet ballong i 2014. Og denne gangen også! Ballongturen er så stille. Bare periodemessig avbrutt av brasingen fra brennerene... Vi fikk være med å pakke ut og ned igjen ballongen. Det var imponerende å se piloten lande beistet. Heldigvis hadde han god plass. Arizonas ørken er helt flat og har relativt uhindret, dog hard bakke.

Resten av fridagen brukte vi på roadtrip og fjelltur. På toppen av fjellet besøkte vi USAs sydligste skianlegg. Det hadde én toseters stolheis... og det var det. Kult å ha vært på et skianlegg på et fjell i ørkenen. Og for en utsikt!

Vi hadde planlagt 350 laghopp i år, men endte på 427! Vi har lagt ned enorme ressurser. Det har kostet penger, blod, svette og tårer. Tja.. kanskje ikke så mye blod og tårer, men noe av det og! Vi har trent 82 dager og brukt ca 109 000 kr hver. En stor investering i laget, oss selv og våre ferdigheter!

Jeg skrev tidligere at målet vårt i år ikke var å bli best mulig i år, men på fire år. Da er det med stor glede jeg kan fortelle om og skryte av hva vi har prestert. Derek med sine seks år på Blue Pelican og meg selv med fire år, opplevde dette som den sterkeste konkurransen vi har hatt som VFS-hoppere.





ØYVIND NYBERG FOTO

Gjennom vår kompetanse og erfaringer fra tidligere år føler jeg at vi ikke kunne gjort det på noen annen måte i år. Vi har eksperimentert både med treningsmetodikk og utstyr og diverse former for mentaltrening. Vi har funnet ut hva som fungerer og hva som ikke fungerer for oss.

Med fokus på å bygge et sterkt grunnlag opplevde vi hvor god treningen vår har vært. Vi satte ny nordisk rekord i antall poeng på en VFS-konkurranse, og fikk med det det høyeste snittet vi noensinne har hatt! Vi endte med 144 poeng over 10 runder, som er et snitt på 14,4. Historisk sett er det kun to Europeiske nasjoner som har snittet høyere i VFS.

Kristian følger i fotsporene til Dennis som kanskje verdens beste VFS-videomann. Dommere kom bort til oss under konkurransen og kommenterte videoflygingen til Kristian og lurte på hvordan han gjorde det. Hva gjorde han som de andre ikke gjorde? En dommer sa til meg at hun kunne sitte i timevis og se på flygingen vår. Mye fordi vi prøver å holde hastigheten i bevegelsene våre nede (slow is fast, med fokus på presisjon fremfor hastighet), men mest på

grunn av Kristians imponerende jobb! Kristian hadde ingen videobuster under World Cup!

### FUN når det gjelder

Vi fant også ut at vi har det som trengs når det gjelder. Under konkurransehoppene presterte vi betydelig bedre enn da vi to dager tidligere hadde hoppet fjorårets runder. Kanskje vi fant toppformen idet konkurransen begynte? Jeg tror heller at vi fikk en liten vekker på hva vi måtte fokusere på og hva vi måtte gjøre bedre under den reelle konkurransen.

Under konkurransen hadde vi ingen store feil. Vel.. Vi hadde én, og den er faktisk litt morsom. I hele år har vi trent nye M som nye D og motsatt. Det var forandringer i divepoolen i starten av 2019, og et sted i vendinga klarte vi å

blande de to. Godt at denne feilen skjedde i år, og ikke når det virkelig gjaldt... Det påvirket toppscoren vår med to poeng. Det er en snittscore på 0,2 lavere. Altså ikke noe stor krise.

I fjor stakk jeg av med FUN-flagget fra VM i Australia. Tilfeldighetene gjorde at jeg fikk vite hvor det hang. Ganske åpenbart, og veldig synlig i toppen av flaggstanga ved premiepallen. Tidligere på dagen hadde blant annet Svenskene, England (?) og Nederland hatt det i sin forvaring. I tretiden fikk jeg fire det ned og tatt det med inn på hotellrommet. Derek hadde lagt seg alt, men hoppet ut av senga helt ekstatisk da han så hva jeg hadde.

Historien bak FUN-flagget lærte vi i år av kameramannen til NFTO, det britiske kvinnelaget i FS4. Simon kunne fortelle at det canadiske FS-laget omkring anno 1980 mistet pengestøtte fra forbundet sitt. De ønsket derfor ikke å stille med canadisk flagg under VM det gjeldende året. De laget derfor FUN-flagget.

FUN stod for Funds Under Negotiation. Dette flagget ble stjålet fra canadierne under

konkurransen, men dukket opp på neste års store konkurranse. Nå har det blitt stjålet gang på gang av mangfoldige lag og nasjoner og blitt en slags morsom tradisjon. Etter hvert har flagget fått diverse autografer og logoer brodert på seg. Hver detalj forteller en liten historie.

I år fikk vi showcaset at vi hadde flagget under åpningsseremonien. Derek løp inn i ørkenen med det etterpå. Senere samme uka klatret jeg opp i en lyktestolpe på feltet og vi så mange morsomme forsøk på å få det ned. Til slutt klarte USA å fiske det ned med en wind blade.

De hang det i taket på hangaren. Jeg vet ikke hvem som hentet det ned derfra, men plutselig hadde svenskene det igjen. Utpå kvelden etter premieseremonien kom Kristian bort til meg og sa at han hadde hatt det GØY i dag, men at det var på tide å kjøre tilbake til huset...

Det er jo nesten en selvfølge at laget som trener på MegaFUN jammen meg fikk med seg FUN-flagget tilbake i år også!

Når denne utgaven av Frittfall havner i postkassa di har vi allerede begynt treningen frem mot VM 2020! Planen er inntil 2,5 time vindtunelltrening i uka frem til sesongen starter ute. Mesteparten av denne treningen gjør vi



med rigg på. Vi er i prosessen med å fikse dummyrigger som vi kan bruke i vindtunellen. Tidligere har vi brukt riggcover, et slags trekk som går utenpå riggen og dermed dekker over klaffer og håndtak. Siden vi skal fly så mye i vinter er det mer gunstig å ha en egen rigg til dette, så vi ikke får unødvendig slitasje på riggene vi hopper med.

All tunelltreningen vår gjør vi på MegaFun. Vi var litt spent før vi begynte i februar om alle formasjonene var mulig å fly på der, siden tunellen er en del mindre enn det vi var vant til fra tidligere på Voss, men dette viste seg å være en styrke. Det var ingen problem med noen formasjoner i det hele tatt! Tvert om hjelper det oss å fly tettere. På grunn av den høye toppfarten vi nå har fått på MegaFun kan vi også fly mer strømlinjeformet enn vi har hatt mulighet til tidligere.

Vegard, Kristian og Øyvind har virkelig imponert! De har vist styrke og utholdenhet både på bakken og i fritt fall, både fysisk og mentalt! Til dere vil jeg si takk! Takk for at dere holder ut når vi er strenge med dere. Når vi pusher dere. Når vi står opp tidligere enn vi trenger for å løpe en tur eller ta en kort styrkeøkt, (eller begge deler) før vi skal hoppe hele dagen. Fra morgen til kveld. Flere hopp enn noe annet lag gjør pr dag. Takk! Takk også til alle som har støttet oss! Dere har hjulpet oss å nå delmålene våre på veien mot de store målene. Takk til sponsorer og støtteapparat!

**Vi selger stilige Blue Pelican capser og gensere. Alt overskudd går til lagkassa, så du er med å støtte oss om du kjøper! Vi har også klistremerker, de er så klart gratis! Send meg en meld for å kjøpe klær eller få klistremerker. Prisen er 800 for genser og 250 for caps. Nummeret mitt er 95 00 77 22. Jeg kan også nås med en melding på messenger.**





# Hei. alle sammen!

Siden jeg startet som fagsjef i 2005, har jeg skrevet 58 innlegg i fagsjefens spalte. Dette er siste gang jeg gjør det, i hvertfall i et Frittfall i papirformat. I den anledningen vil jeg takke Kitt Grønningsæter som har vært redaktør for Frittfall den tiden jeg har vært fagsjef.

Hun har lagt ned en stor innsats over mange år, slik at vi alle fikk Frittfall i postkassene hvert kvartal. I tillegg har hun hvert år sørget for at budsjettet ble holdt uten prisøkning av abonnementet.

## Foreløpig hoppstatus for årets sesong

Jeg mener at vi når det gjelder aktivitet, har hatt en god fallskjermseksjon selv om første delen av året var preget av dårlig vær. 1. juli lå vi 6000 hopp bak resultatet i 2018. Det etterslepet har vi tatt igjen i 3. kvartal, slik at vi nå kun ligger 24 hopp bak fjoråret.

| HOPPTYPE   | ELEV HOPP | TRENING | KONK | DEMO | TANDEM | SUM TOTALT |
|------------|-----------|---------|------|------|--------|------------|
| 2019       | 7969      | 52782   | 823  | 172  | 3463   | 65209      |
| 2018       | 7485      | 53088   | 835  | 136  | 3689   | 65233      |
| Differanse | 484       | -306    | -12  | 36   | -188   | -24        |

## Observasjonsregistreringer

Pr 1. november er det totalt generert 268 ORS. Til sammenligning var det 225 samme tid i fjor. ORSene fordeler seg med 33 utkast, 32 til behandling hos HI, fem til behandling hos Fagsjef, ni til behandling hos SU og 189 som er lukket. Det fordeler seg på: en død, 63 personskader, 60 reserveskjerm benyttet, 40 regelbrudd, 19 pakkefeil, 16 MK/MR feil, 13 farlig ukontrollerte hopp, ni utstyrfeil og fire nødåpner aktiveringer hvorav en kvalifisert redning.

De 43 resterende ORSene er uten flagg og blant annet erfaringsdelinger ligger inne i denne kategorien. Statistikken er ikke kvalitetssikret, så dette er kun en oversikt. Kvalitetssikret vil den først være når SU har bearbeidet den. Den vil bli presentert for klubbene på Fagseminaret 21. og 22. mars, på Comfort Hotel Runway, Gardermoen.



## Fornyer, medlemskap og forsikringer

Medlemskapsfakturaene ligger i handlekurven til alle brukere, og dersom du ikke finner den må du ta kontakt. Fallskjermforsikringene er også tilgjengelig for den enkelte inne på Min Idrett/Min profil/Lisenser. Sørg for å betale medlemskap og forsikring før dere fornyer fallskjermkompetansen. Dersom dere også vil kjøpe reiseforsikringen som er forhandlet frem, finner dere også den samme sted som fallskjermforsikringen. Husk at reiseforsikringen må være betalt før reisen starter.

Det er de som skal hoppe i utlandet i januar 2020 og de med I-1 og I-2 som skal fornye andres kompetanse, som må få dette i orden før nyttår. Øvrige kan godt vente til januar 2020 med å fornye kompetansen. Fornyetelsen skal gjøres via min idrett på samme måte som i fjor. Det er følgende fornyelser som skal gjøres: EA, EL, A, B, C, D, I-3AFF, I2-AFF, TI, MR, MK, MKT og MKR.

## Fallskjermforsikringen 2020

Forsikringsavtalen med AGS er i boks for 2020, og vilkårene er fortsatt de vi fikk i 2015. Det er også de samme ytelsene som vi har hatt i år 2019. Det er også samme forsikringspremie i 2020 som den vi har hatt i åtte år, det vil si kr 830 for hoppere og kr 180 for tandem.

Jeg gjentar samme budskap som i fjor på samme tid, og det er at det er viktig at dere primært benytter reiseforsikringen dersom dere må på røntgen, eller trenger medisinsk behandling! Spesielt utenfor Schengen er dette viktig. De ytelsene som ligger i fallskjermforsikringen av behandlingskostnader er kr 40 000 og er ment brukt i Norge, for å dekke mindre kostnader som NAV ikke dekker, samt for å unngå lang ventetid for MR/røntgen. NB! Dere må kontakte AGS først. Vi har hatt tilfeller der MR har kostet opp til kr 45 000 i USA. Store unødvendige kostnader som belastes fallskjermforsikringen blir fort synlige i forhold til en reiseforsikring. Slik synlighet kan fort slå ut i økte priser på fallskjermforsikringen.

## Reiseforsikring

Det har lenge vært usikkerhet hvorvidt reiseforsikringene dekker organisert fallskjermhopping eller ikke, og svarene fra forsikringsselskapene har vært forskjellige, avhengig av hvor godt saksbehandlerne kjenner til temaet. I tillegg er det en forutsetning for erstatning at det må ha skjedd en «en plutselig ytre fysisk begivenhet» som har resultert i en skade. Finansklagenemda tolker begrepet «plutselig ytre fysisk begivenhet» strengt, se FinKN-2017-181 og FinKN-2014-276.

Gjensidige dekker ikke fallskjermhopping uten at det tegnes en tilleggsforsikring. Frende forsikring sier at de dekker fallskjermhopping, men har lett for å ta sakene til Finansklagenemda. Europeiske har fjernet fallskjermhopping fra unntakene og har også håndtert dette greit.

Nå har NLF inngått en avtale med IF/Europeiske om å tilby en helårs reiseforsikring som dekker ubegrenset med behandlingskostnader og hjemtransport i hele verden. Forsikringen vil kunne kjøpes gjennom Min Idrett i likhet med Basis og Basis utvidet som NLF formidler. Det er frivillig å tegne denne reiseforsikringen. Den løper fra 1. januar til 31. desember og må være betalt før utreisen. Totalpris for enkeltperson er Kr 1.149 og for familie Kr 1.998. Den vil gjelde for reiser inntil 90 dagers varighet. Forsikringen vil dekke alle aktiviteter innen NLF virksomhet, men begrenset til seksjoner med gyldig medlemskap. Det kreves at de som kjøper reiseforsikringen at dere laster ned IF/Europeiske appen. Kommunikasjon med Europeiske kan gjøres via appen.

Utfyllende informasjon og dokumentasjon om vilkår etc. vil bli lagt ut på NLFs hjemmeside og linket til FB. Reiseforsikringen vil bare kunne kjøpes gjennom Min Idrett. Forsikringen vil vises i Europeiske sin app når den er gyldig.

De som har dekket reiseforsikring gjennom jobben MÅ sjekke om den også dekker fallskjermhopping! En annen advarsel jeg vil gi til de som betaler reisen med kredittkort som gir «gratis» reiseforsikringen for reisens varighet. Jeg er svært skeptisk til om forsikringen da også dekker fallskjermhopping, sjekk nøye!

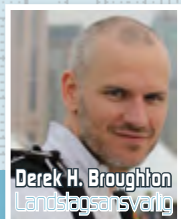
## Medlemskap og priser til 2021

Medlemskapet må betales for neste år før dere kan fornye kompetansebeviset. Det betyr at Kontingenten finner dere i handlekurven på din bruker i min idrett

Medlemskostnadene består av kontingent til forbundet, fallskjermseksjonen og klubb. Se tabellen for detaljer.

Jan Vang  
Fagsjef/avd.leder F/NLF





Derek H. Broughton  
Landstøpsansvarlig

## IDRETTSNYTT

### Internasjonale konkurranser

På den internasjonale konkurransearenaen har de norske utøvere levert en rekke fantastiske resultater i år. Siden forrige Frittfall har vi omsider tatt gull i freefly da Zion vant World Cup i Arizona. GRATULERER! Dette er det første gullet til Norge i lagidrett i en internasjonal FAI konkurranse.

Norge har hatt landslag i freefly siden 2005. Vi har vært gjennom seks forskjellige landslag inkludert Zion i denne perioden, og det har blitt flere medaljer før det omsider kom et gull. Det blir spennende å se om Zion klarer å holde posisjonen neste år når det er VM. Jeg har troa!

Blue Pelican har også vært på World Cup i VFS, og med tre nye lagmedlemmer har laget raskt funnet en ny stil som har gitt gode resultater! De oppnådde fjerdeplass, var andre beste nasjon fra Europa og satte ny rekord på høyeste snitt i Norden. Det lover godt for VM neste år, og ikke minst WC og EM på Voss i 2021.

I Canopy Piloting har vi kun stilt med en utøver, Øivind Krageboen. Til gjengjeld leverte vår ene utøver fantastiske resultater. Med nesten 90 konkurrenter på World Cup endte han på 22. plass i overall, og i deldisiplinen distanse fikk han femteplass.

### Siste Frittfall i trykket versjon

I anledning at dette er siste Frittfall i trykket versjon vil jeg takke alle som har bidratt til innhold i bladet i de årene jeg har hoppet. Jeg vil takke for å ha fått lov til å skrive artikler og spalter og få bilder på trykk.

*Tusen takk Kitt.*

## Hei alle medlemmer!

Knut Lien tar over som ny fagsjef 8. mai, gratulerer med ny jobb! Knut var best kvalifisert av tre søkere.

Medlemsbladet vårt startet opp i 1973, og vi er nå inne i det 46. året med Frittfall. Bladet du holder i hånden er siste utgave av papirversjonen, og redaktør for elektronisk Frittfall tiltrer etter planen i 50% stilling fra januar. Denne prosessen har tatt lenger tid enn antatt, men vi håper å være i mål innen du leser dette.

Tusen takk Kitt for alle årene som redaktør for Frittfall, du har gjort en fantastisk jobb og levert fire utgaver årlig, tilsynelatende uanstrengt. Det var noe spesielt å motta Frittfall i posten når jeg begynte å hoppe. Tilgangen til informasjon om sporten var begrenset, og det var med en blanding av nysgjerrighet, spenning og iver jeg rev av plasten av den nyeste utgaven. Verden har forandret seg siden den gang, og medlemmene ønsker i dag informasjon elektronisk.

Under world cup i oktober satte vårt landslag i freefly, Team Zion, en historisk rekord med Norges første gullmedalje i en kategori 1 konkurranse i en lag-disiplin. Det var riktignok ikke VM, men en WC-seier smaker godt den også. I klassen VFS kom laget Blue Pelican på fjerde plass med veldig bra score til tross for nye medlemmer.

I november deltok Øivind Krageboen i world cup i Canopy Piloting ved Skydive Pretoria, rett nord for Johannesburg i Sør-Afrika. Han presterte en ordentlig lang sloop, 163,79 meter, som denne runden var lengste distanse av samtlige 86 utøvere! Med full jobb og satsningen finansiert av egen lomme står det respekt av denne prestasjonen. Han endte på 22. plass.

NM 2020 blir i uke 30 og det samme gjør dessverre Svensk Mesterskap hvor NM i Canopy Piloting vanligvis kjøres parallelt. Det betyr at NM i CP med all sannsynlighet igjen krasjer med vårt ordinære NM, helt sikkert, og med god grunn, til forargelse for flere av våre CP utøvere.

Styret F/NLF har vært i dialog med organisatorene i Sverige hele veien, men likevel klarte vi ikke å bli enige om to forskjellige uker.

I min leder i forrige Frittfall skrev jeg at vi var 850 medlemmer bak budsjett etter 2. kvartal, noe som tilsvarte 250.000 kr. Tallene fra 3. kvartal viste imidlertid at vi nå har tatt igjen dette underskuddet.

For de som skal reise utenlands i vinter er det viktig at dere leser artikkelen til Jan angående forsikringer og medlemskap.

Som vanlig, gå inn på [www.NLF.no/fallskjerm](http://www.NLF.no/fallskjerm) og deretter «fallskjermhopping» og «styret» for å lese protokoller fra de siste styremøtene.



Kristian Moxnes  
Leder F/NLF

God jul og et godt nytt hopp-år til dere alle!



| MEDLEMSKATEGORI         | ALDER   | NLF<br>KONTINGENT<br>2019-2021 | F/NLF<br>KONTINGENT<br>2019-2021 | FRITT FALL<br>2019-2021 |
|-------------------------|---------|--------------------------------|----------------------------------|-------------------------|
| Senior                  | 26 - 66 | 820                            | 360                              | 200                     |
| Junior                  | 20 - 25 | 410                            | 360                              | 200                     |
| Ungdom                  | 13 - 19 | 85                             | 155                              |                         |
| Barn                    | 00 - 12 | 45                             | 0                                |                         |
| Familie                 | 26 - 66 | 410                            | 360                              |                         |
| Pensjonister (og uføre) | 67 +    | 410                            | 360                              | 200                     |
| Spesial/tandem          |         | 145                            | 360                              |                         |
| Støtte                  |         | 75                             | 360                              |                         |

På luftsportstinget 2019 ble det bestemt å fryse kontingentene på 2019 nivå, frem til og med 2021.

#### Forberedelser til neste års sesong

Erfaringen fra i fjor var at en god del av årets elever som skulle fornye for første gang, ikke var klar over at de måtte gjennom fornyelses e-kurs. Nå vet jeg at enkelte klubber har vært flinke til å pushe årets elever til å ta ut lisenser og gjort dem oppmerksomme på behovet for fornyelse, og hvordan dette skal gjøres. Klubbene bør, om ikke dette alt er planlagt, ha en viss beredskap for å bistå årets elever i forbindelse med fornyelsene for 2020.

Jeg minner også alle om å få hovedkontrollert riggen i god tid før sesongstart.

Husk at hoppsesongen starter igjen fortare enn dere aner!

**Jeg ønsker dere en riktig God Jul og ikke minst et fantastisk godt og sikkert nytt fallskjersår!**

# Nye, digitale Frittfall trenger ANNONSESELGER!

*Vi lanserer det nye digitale nettmagasinet rundt påsketider 2020.  
Annonser blir en viktig del av finansieringen.*

**TA KONTAKT MED AUDUN WIK:**

**AUDUNWIK@GMAIL.COM, MOB: 908 55 068**

Sender du epost sett jan.wang@nlf.no i kopi.

**Magasinet trenger en person med**

- STÅPÅVILJE
- GUTS TIL Å GÅ SYSTEMATISK TIL VERKS
- KREATIVITET
- SALGSINNSTINKT
- SJARM
- SAMARBEIDSEVNER
- EN VISS PORSJON DIGITALE FERDIGHETER

Dette er en super jobb for deg som ser etter ekstrainneker til hoppinga. Og morsomt også – du får et bredt kontaktnett etter hvert med leverandører til skydiving. Enten det er norske klubber, utstyrsprodusenter, verksteder, skydivingbutikker eller eventarrangører.

Det er selvfølgelig fint om du har drevet med salg tidligere, men ingen forutsetning.

*Kun provisjonsbasert honorering!*



60000  
AND COUNTING



With over 60,000 PD Reserves built, the PD Reserve is our best selling canopy of all time, trusted by pilots all over the world as their last-resort canopy.

Looking for a tough, highly capable reserve that has stood the test of time? How does a 29+ year track record and 60,000 PD Reserves in use work for you? The PD Reserve is known for responsive flight characteristics, predictable handling, excellent glide in the brakes, and outstanding landings. Designed and built with every potential situation in mind, if you want proven reliability, the PD Reserve is for you.

**PD RESERVE**  
BY PERFORMANCE DESIGNS

[WWW.PERFORMANCEDESIGNS.COM](http://WWW.PERFORMANCEDESIGNS.COM)



#DreamOfFlight





## DER SOLEN ALDRI SKINNER

MARIUS WORMNÆS **Foto**

Thoralf Bjørge i Grenland Fallskjemklubb gjorde sitt hopp nr. 100 5. oktober.



# ParaGear

Expert Service & Sales  
For Over 55 Years!

# ParaGear

GREAT PRICES! WIDE SELECTION!  
We Carry Every Major Manufacturer's Products

.COM

## EQUIPMENT COMPANY

NEW!

NEW!

NEW!

NEW!

NEW!



**COOKIE G3**  
FULL-FACE HEADGEAR  
ALL COLORS AVAILABLE IN ALL SIZES  
#15733

**BH FUSION**  
FLIP-FACE HEADGEAR  
CARBON FIBER TECHNOLOGY  
EYE WITH OR WITHOUT FACE  
SUPER THICK LENS - SECURE LENS FINISHES  
#15181

**COOKIE FUEL**  
CAMERA HEADGEAR  
MULTIPLE INTERCHANGEABLE MOUNTING  
SURFACES FOR CAMERAS, AUDIOBLES  
& ACCESSORIES.  
#15730



**GRELLFAB**  
CHIN CAMERA MOUNT  
DIFFERENT CONFIGURATIONS FOR G3 AND GYRO  
CAMERA MODELS. VISIT WEBSITE FOR DETAILS  
#10F



**COOKIE G4**  
FULL-FACE HEADGEAR  
CERTIFIED TO ISO 9001:2000  
ACCESSORIES AVAILABLE  
TUNEL SAVE COLOR LIST ONLINE  
#15744



**PARAGEAR**  
SUMMER OR WINTER GLOVES  
SKYDIVING GLOVES  
Tachied in black or white  
with and w/o armbands.  
SUMMER #61105  
WINTER #61109



**SONO ALTI**  
AUDIOBLE ALTIMETER &  
FREEFALL COMPUTER  
BLUE TOOTH JUMP DATA  
SNOOP ALARMS & MORE!  
US/ANDROID COMPATIBLE  
#111980

**ARES II**  
VISUAL ALTIMETER  
HUGE DIGITAL READOUT ALUMINUM CASE  
LOGBOOK FUNCTIONS  
#110930



**ATLAS**  
AUDIOBLE/VISUAL ALTIMETER  
DIGITAL READOUT, LOGBOOK FUNCTIONS  
#11420



**TONELY ICE**  
MULTISPORT HEADGEAR  
OPEN-FACE HEADGEAR  
Impact rated headgear, room for aurbles  
& camera accessories. Outaway chinestrap.  
#12900

**PARAGEAR HEADGEAR BAG**  
FITS FULL OR OPEN-FACE HEADGEAR  
COROLPA WITH SOFT SCRATCH-RESISTANT  
LINER & ZIPPER CLOSURE  
#112335



**PARAGEAR GEARBAG**  
THE BEST PLACE TO CARRY YOUR BEAR  
CORDURA PLENTY OF ROOM TO CARRY  
YOUR HEL, LOGBOOK, JUMPSUITS AND MORE!  
#112445

**PROTRACK II**  
AUDIOBLE ALTIMETER &  
FREEFALL COMPUTER  
DIGITAL ACQUACY JUMP DATA,  
SNOOP ALARMS  
#111440



**SOLO II**  
AUDIOBLE ALTIMETER  
Accessories Available  
#110520



**PG CURVE GOGGLE**  
SKYDIVING GOGGLE  
CURVED SCRATCH-RESISTANT LENS,  
GOGGLE BAG, COMES IN CLEAR, YELLOW  
AND SMOKE UNITED LENS  
#61187

NEW!



**ALITIX ALTIMETER**  
WATCH STYLE DIGITAL ALTIMETER  
WRIST OR HAND MOUNT  
BASIC ALTIMETER FUNCTIONS ONLY  
CHOICE OF COLORS BELOW  
#11084-85



**CYPRES 2**  
CHANGEABLE MODE  
CYPRES 2



CALL or VISIT OUR WEBSITE FOR CURRENT PRICING

# ParaGear

ORDER ONLINE

**www.PARAGEAR.com**

**EQUIPMENT COMPANY**



3839 Oakton Street | Skokie, Illinois 60076 USA | PHONE: +1-847-679-5905 | FAX: +1-847-679-8644 | www.PARAGEAR.COM

SHIPPING  
WORLDWIDE

# CALL US FIRST!



#FLYAERODYNE



THE V

FULLY LOADED.

WE ENGINEERED & CRAFTED THE NEW ICON V WITH A REMARKABLE  
ATTENTION TO DETAILS. MEET THE LATEST EVOLUTION OF THE ICON FAMILY.  
A SYSTEM WITH NO COMPROMISE. ALL OPTIONS IN.



#FLYAERODYNE

MEET THE ICONS V AND A.  
DISCOVER WHAT SETS THEM APART  
[FLYAERODYNE.COM](http://FLYAERODYNE.COM)



/// CREATIVE: PRODUCTION - PHRESHAIR /// PHOTOGRAPHY: MARCIA COMET