



2023

INSTRUKS: For- Ettersykling

Ansvarlig:	Jan Petter Knutsen
Tlf ansvarlig:	91772651
Start og slutt vakt:	17:30 - 20:30

Litt om løpet for 2023

Vi har laget en generell informasjon om dagens løp, slik at dere har nok info om løpet 😊

OPPGAVE:

- Sykler foran feltet frem til Parkeringsplassen på Sognsvann, i enden der grusveien til Grinda starter. Viktig å vente her.
- Sykler bak sistemann gjennom hele løypa. Ikke så nær at det blir plagsomt for løperen.
- Ta med løypemerkingen. Sett første halvpart igjen på Hammeren. Resten tas med til mål.

UTSTYR:

- Sykkel
- Ta med sekk til å plukke merking i (litt romslig sekk, merking er trepinner med skilt)

VIKTIG:

- Du skal ha en briefing med Jørn og Annik FØR du sykler ut. Veldig viktig at du vet nøyaktig hvor du skal sykle.

NØKKELROLLER - kjekt å vite:

Koordinator	Annik	Bjørndal	90199869
Løpsleder	Jørn	Schrøder	95846854
Løpsleder ass	Andrew	Havnen	40746769
SANITET	Marit Elisabeth	Gundersen	48122553
Hammeren st	Svein Inge	Hansen	41141155