



INSTRUKS Nordmarka Skogsmaraton 2023

INSTRUKS: Startnummer utdeling hos BULL og Arena

Ansvarlig Torsdag:	Bjørn Eggen Hermansen 97041188 /Ingrid Kjelsvik 41164583
Tlf ansvarlig - Fredag:	Siri Larsen, 98640515 + 2
Ansvarlig – Lørdag:	Merethe Michelsen, 45850880
Tlf ansv. Søndag:	
Antall på vakt	Torsdag 2 + Annik // Fredag 3 // Lørdag 10
Start og slutt vakt:	Torsdag: 14:00 – 18:00
Start og slutt vakt:	Fredag: 15:00 – 19:00
Start og slutt vakt	Lørdag: 07:00 – 10:30
Koordinator:	Annik Bjørndal, tlf: 90199869
Løpsleder:	Jørn Schrøder, tlf: 95846854
Sanitetsleder:	Dag Henrik Reikvam, tlf: 94858939

UTSTYR I SORT KASSE:

- Informasjon om løpet
- Tidsskjema for løpet
- Startlister – sortert på klasse
- Startlister – sortert på navn
- Startliste – sortert på startnr
- Løypekart, stort til å henge opp i butikken
- Tusjer/penner
- Blanke ark
- Skriveunderlag
- Startnummer
- Sikkerhetsnåler
- Bagasjelapper
- Skilt/merkelapper til å merke alle kasser med
 - A4 kasser til startnummer
 - Mindre kasser til bagasjelapper
- Tilbud om - hvis de vil ha bagasjeoppbevaring (hvis ikke deles det ikke ut)
 - Strips
 - Sjøppelsekk
- T-SKJORTER til funksjonær
- T-SKJORTE til LØPERE (sjekk av for liste med størrelser)



INSTRUKS Nordmarka Skogsmaraton 2023

OPPGAVER:

- Plasser bord – fornuftig med en rad bak slik at alle kan hente fra ulike kasser.
- Sorter startnummer – 50 eller 100 per kasse - bestemmes av hvordan kassene er merket!
- Merk kasser med riktig skilt (nesten A4 str til foran og bak på blanke kasser - de største. Minste skilt til merking av små blanke kasser som er for bagasjelapper.
- Sorter bagasjelapper
- Merk bagasjelappkasse med riktig skilt
- Alt plasserer (bak på bord)
- Legg startnr klar med penner
- Kryss av den som henter – sjekk av for om vedkommende skal ha t-skjorter