



INSTRUKS Nordmarka Skogsmaraton 2024

INSTRUKS: LØYPEVAKT

Det legges mye info på funksjonærsiden for årets løp:

<https://nordmarkaskogsmaraton.no/funksjonaerside-nsm-2024/>

Oppmøtested: Snøparken

Vær nøye på oppmøtetiden.

Jørn Schrøder, er leder for løypevaktene.

Utstyr. Funksjonærvest

GREIT å vite

Koordinator:	Annik Bjørndal, tlf: 90199869
Løpsleder:	Jørn Schrøder, tlf: 95846854
Sanitetsleder:	Dag Henrik Reikvam, tlf: 94858939

- Start alle grupper, vi har følgende:
 - **ULTRA** : kl. 08:00
 - **MARATON**: kl. 08:30
 - HALVMARATON **pulje 1:** 09:00, **pulje 2:** 09:05, **pulje 3:** 09:10

POSTER FOR LØYPEVAKTER TIDLIG (07:30 - 12:15)

- Post: I krysset rett etter Måneskinnsløypa
- Post: Ved Løkka gård
- Post: Krysset inn til Snøparken

POSTER FOR LØYPEVAKTER SEN (12:00 - 14:00):

- Post: Svarkulp
- Post: Der løypa går inn i lysløypa etter å ha løpt over gresset (HVOR ER DET?)
- Post: En ved doene på Sogsvann (løypa går.....
- Post: Der det svinger ned mot doene
- Post: Der løypa går ut av Snøparken

OPPGAVE:

Vi forklarer mer nøyaktig før dere går til post. Oppmøte i Snøparken. Der henter dere også T-skjorte/funksjonærvest (viktig å synes godt). Dere skal vise riktig retning for løpere.

Samling av løypevakter før dere går ut. JØRN tar en gjennomgang.



INSTRUKS Nordmarka Skogsmaraton 2024
