



INSTRUKS Nordmarka Skogsmaraton 2026

INSTRUKS: BAGASJE

GENERELT alle poster

Det legges mye info på funksjonærsiden for årets løp:

<https://lynski.no/funksjonaersiden-nsm-2026/>

Oppmøtested: Snøparken

Vær nøye på oppmøtetiden.

Sjekk når du skal møte - det ligger informasjon i funksjonæroversikten på funksjonærsiden og din Rubic app.

Du skal ha fått kontakt med din leder, oversikt over roller på funksjonærsiden.

Utstyr. Det er sorte kasser til ulike stasjoner, merket gjeldende stasjon. Øvrig utstyr settes til stasjon av rigg. Tror du noe mangler, ta en sjekk med oss.

Instruks, leser du nå. Dette er viktig å gå gjennom FØR du skal på post. Vær forberedt!

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, **Pulje 1**, kl. 08:30
 - MARATON, **Pulje 2**, kl. 08:35
 - HALVMARATON, **pulje 1**, kl. 09:00
 - HALVMARATON, **pulje 2**, kl. 09:05
 - HALVMARATON, **pulje 3**, kl. 09:10
 - HALVMARATON, **pulje 4**, kl. 09:15
 - HALVMARATON, **pulje 5**, kl. 09:20

UTSTYR I SORT KASSE:

- Informasjon om løpet
- Tidsskjema for løpet
- Startlister
- Løypekart
- Tusjer/penner
- Blanke ark
- Sjøppesekker til løpere som ønsker bagasjesekk
- Strips som deles ut til løpere som ønsker bagasjesekk
- Merkebånd til å "gjerde mer inn"
- Skilt for klasser
- Stiftemaskin
- Ekstra stifter til maskin



INSTRUKS Nordmarka Skogsmaraton 2026

OPPGAVER:

- Henge opp skilt for bagasje- fordel med god plass
 - Det skal være "båser" for klasser. Maraton for seg osv.
 - Er det plass, sorter også Halvmaraton på puljer (de har fargekode)
- Ta imot bagasje eller la folk legge på riktig plass
- Sjekk at de har bagaselapp synlig
- Sørg for at ingen andre går inn i området under løpet
- Ved henting, sjekk at de som henter har startnr tilsvarende bagaselapp
- La løpere forsyne seg med en søppelsekk og en strips - så ordner de bagasjen sin.