



INSTRUKS: MÅL & LØPEDRIKKE & PREMIER

Dere må antagelig få hjelp av arenaservice! Mange oppgaver

Utstyr:

- Funksjonærvester
- Krabbekoker (til løpedrikke)
- Stor kjele
- Vann (ca 5-6 dunker, rigg ordner)
- Opptenning for krabbekoker (ta gjerne med en fyrstikkeske i lommen, i fall det mangler)
- Saft til å blande
- Pappkrus
- Premier
- Brett til å servere med (for å kunne ta med seg mer enn to pappkrus i slengen)
- Litemål med hank (som kan brukes som øse ned i den store saftdunken)

Oppgave:

- LØPEDRIKKE
 - Kok vann på krabbekoker (settes i snøen)
 - Varmt vann helles i dunk, ca halvfull. Fyll på m/kaldt vann og saft. Ca 2 flasker/dunkt.
 - Hell i krus. Er det 3-4 minus, ikke ta opp for mange krus i slengen. Ellers, fyr løs. Halvfulle krus (hvis ikke blir det NM i søl)
 - Ta evt av lokket og bruk litemål for å helle, går betydelig raskere
- PREMIER:
 - Passe på ved mål å dele ut premier og sørge for at alle løpere kommer seg ut av målområdet. Foreldre skal IKKE inn i målområdet, annet enn for Skituppene. Det blir fort kaos om halvparten av foreldrene skal slippe til rundt mål.
 - PREMIE = Medalje
 - Kun en til hver
- ANNET:
 - Trøste om det trengs
 - For de minste, hjelpe til å finne mor/far
 - Trenger dere flere folk, må dere rope inn arenaservice.

KJØREPLAN:

Årskull	Løype	Runder	Ca starttid
2021-2023	GUL	Ca. 0,5 km	Kl. 17:45
2019-2020	GRØNN	Ca. 0,5 km	Ca. 18:15
2017-2018	RØD	Ca. 0,7 km	Ca. 18:35
2015-2016	BLÅ	Ca. 0,9 km	Ca. 19:00