

Hei alle sammen!

Takk for at du stiller som løypevakt på lørdag 30.9.

Les gjennom vedlagte info nøye. Den forteller deg det du trenger å vite for å stå på rett sted til rett tid under de 3 løpsetappene.

Noen av dere skal bytte post etter 5 km, og gå til annen post for 10 km og halvmaraton. Dette gjelder Tore R. Olsen og Øivind Mangerud.

-Finn navnet ditt på postoversikten og beveg deg på plass i god tid før første start går kl 12.00. Kun et lite antall vakter (blå løype) må være på plass til 5 km.

-Se arket med "Når er de hvor"? Du må selv i god tid bevege deg til din post.

På lørdag må du selv hente en pose med viktig materiell på Klubbhuset på Jessheim Stadion. For dere som skal være vakt på 5 km, så hent posen senest kl 11.00. Det vil også være folk på Stadion fredag fra kl 16.00.

For 10 km, start kl 13.00, vil jeg anbefale henting av pose med materiell senest kl 12.00.

Pose med materiell inneholder:

- Flagg
- Refleksvest
- Kart for alle løpene
- Når er de hvor, med tider for passering de ulike postene
- Postoversikt med angivelse av hvor du skal stå-NB!!!

- Sjokolade
- Banan
- Mineralvann

Trenger du å kontakte ledelsen av stevnet, kan du kontakte:

- Ivar Egeberg-419 00000
- Hans Jakob Borgen- 924 95 895
- Helge Velure- 9718 8813
- Torbjørn Liestøl -928 40 458

Lykke til!

Med vennlig hilsen

Ola Grønningen
Ass. løypevaktssjef
90982949