



## Informasjon til funksjonærer pr 27.9.2023

### NORGESLØPET - ARRANGEMENTSINFORMASJON

### Jessheim LØRDAG 30. september 2023

Norgesløpet var en suksess i Lillestrøm fra 1979 til 1997. Ull/Kisa IL Friidrett inngikk avtale med de opprinnelige arrangørene, Lillestrømklubben Minerva, og overtok rettighetene til merkenavnet i 2017 - og Norgesløpet gjenoppsto på Jessheim og arrangeres nå for 6. gang her.

#### Kontaktpersoner:

Ivar Egeberg	<a href="mailto:ivar.egeberg@gmail.com">ivar.egeberg@gmail.com</a>	419 00 000
Hans Jørgen Borgen	<a href="mailto:hjborgen@gmail.com">hjborgen@gmail.com</a>	924 95 895
Torbjørn Liestøl	<a href="mailto:tliestol@me.com">tliestol@me.com</a>	928 40 458

For raske spørsmål og svar er det lett å nå oss via Facebook.

**Hjemmeside** for Norgesløpet: [www.norgeslopet.net](http://www.norgeslopet.net). (NB at det er .net og ikke .no)

Hjemmesida kan også nås med link fra lagets hjemmeside [www.ukifriidrett.no](http://www.ukifriidrett.no).

[Ikke all informasjonen på hjemmesida er tatt med i dette dokumentet.](#)

Følg også med på [Facebookside for Norgesløpet](#)

Vi har også en egen side med ajour funksjonærinfo på denne adressen:

<http://ukifriidrett.no/hjem/info-til-funksjonærer-paa-norgeslopet>

#### Funksjonæroppmøte

**Funksjonærer møter i telt ved tribunen på Friidrettsstadion.**

- Registrering og akkreditering
- Informasjon om oppgaven
- Utdeling av aktuelt utstyr og T-trøye

Det blir infomøte på friidrettsstadion fredag 30.9 kl 18.00-18.30 for de som ønsker det.

Da kan også eventuelt utstyr etc hentes.

#### Vær forberedt

Det er høst og alle som har utejobb må kle seg godt. Bli det «dårlig vær» må du ikke ha «dårlig klær». Ved oppmøte settes ut div. mat og drikke som funksjonærene kan ta med ut på post. Ta gjerne med termokopp til kaffe.

## Tidsskjema

Lørdag 30. oktober 2023

12:00 5 km. Ida Eides Minneløp

13:00 10 km

13:05 Runder i 4 minutter. Barn, unge under 14 år. Funksjonshemmede

14:30 Halvmaraton

## Løypevakter

Norgesløpet har tillatelse for arrangementet fra Politiet. Det er viktig at alle funksjonærer opptrer korrekt ifølge de regler og retningslinjer som Politiet har gitt:

- *Alle vakter som regulerer trafikk må være over 18 år*
- *Alle vakter som skal regulere trafikk må ha gule vester og benytte røde flagg*
- *Trafikken skal kun stanses på steder hvor det foreligger oppmerkede fotgjengeroverganger*
- *Det er ønskelig med informative skilt langs løypa til bilister, som «løp pågår»*

Vi må opptre vennlig og bestemt. Det viktigste er at det ikke forekommer uhell. Kryssing av veger foregår på/nær gangfelter. Når vi påser at trafikk må stoppe er det viktig at vi gir et hyggelig signal og smil tilbake til de som måtte vente.

**Løpekart med plassering og info til løypevakter blir sendt ut spesielt til løypevaktene.**

**Kontaktperson for løypevakter: Ivar Egeberg, tlf 419 00 000.**

## Frontsyklist, fartsholdere

Foran løpene «frontsyklist» og bak har vi «halesyklist». I tillegg er det kamerabil og motorsykler for kamerafolk foran i noen av løpene.

I løpene har vi fartsholdere med «skilt» hvor det er påført den tid de legger opp til. Vi har fartsholdere for de som løper fort, litt fort, de som løper sakte og de som jogger.

**Fartsholdere får egen informasjon tilsendt.**

**Kontaktperson av Hans Jørgen Borgen, tlf 924 95 895.**

Løpekart for alle tre distansene i 2023 ligger på hjemmesiden [www.norgeslopet.net](http://www.norgeslopet.net).

## Stevnekontor i Is- og flerbrukshallen

### Påmelding

- Påmelding på nettet kan skje fram til starttidspunkt
- Hjelp til påmelding i stevnekontoret før start på løpsdagen lørdag

Utdeling av startnummer til påmeldte foregår i Is- og Flerbrukshallen før start på løpsdagen lørdag 1. oktober etter kl. 10:00. Det er også mulig å hente startnummer fra kl 17:00 fredag.

Alle som har meldt seg på i løpet av tirsdag 26. sept. vil få navnet sitt på startnummeret (i tillegg til nummer).

Alle som melder seg på vil få en melding på sms om hvilket startnummer de har fått i løpet av fredag 29.september.

Det er ulik farge på nedre del av startnummeret avhengig av distanse:

**5 km Grønn, 10 km Blå, Halvmaraton Rød, Barneløp/Funkis Rosa.**

Distanse	Startnummerserie
Barneløp og Funkis	1-999

5 km	
10 km	2000-2999
Halvmaraton	3000-3999

Hvis noen ønsker å skifte distanse kan det ordnes på stevnekontoret, men det krever ikke nytt startnummer, men man må være klar over at man har «feil» farge på startnummeret.

Informasjon til deltakerne i stevnekontoret i Is- og Flerbrukshallen.

**Sekretariat i tribunebygget** øvre plan (kontor Ull). Her sitter stevneledelsen og følger opp alle spørsmål om avviking av løpet. Vi har kontakt mellom stevnekontoret i Is- og Flerbrukshallen og sekretariatet i kontor Ull.

### **Førstehjelp**

Førstehjelpspersonale, Ullensaker Røde Kors Hjelpekorps, har base i målområdet.

Det er også legehjelp til stede.

Telefonnummer som kan ringes ved behov for hjelp:

**Berit Rimstad, 402 02 992**

I alvorligere tilfeller ringer løypevakter eller andre **113 direkte**.

Deltakerne oppfordres til å si fra til løypevakter (eller andre) hvis løypa forlates. Det er i løypa førstehjelp kan komme raskest ved behov.

### **Toaletter**

Toaletter i Is- og flerbrukshallen, i tribunebygget til Friidrettsstadion og ved Fotballstadion.

### **Oppbevaring verdisaker**

Verdisaker kan legges i område i stevnekontoret hvor det hele tiden er funksjonærer til stede, men vi tar ikke ansvar ut over tilsyn.

### **Drikkestasjoner**

- 3 drikkestasjoner på halvmaraton, etter ca 5 km, ca 10,5 km, ca 15 km

- 1 drikkestasjon på 10 km, etter ca 5 km

+ drikke etter målplassering for alle.

**Funksjonærer på drikkestasjoner vil bli kontaktet spesielt.**

**Kontaktperson for drikkestasjoner: Øyvind Kværner, tlf 950 78 883.**

### **Påmelding, startnummer, tidtaking**

Det er startnummer med brikke for automatisk registrering av start/målplassering.

Det er ulike serier og ulike farger for startnummer i de ulike klassene:

Halvmaraton: **Rødt**, 5 km: **Grønt**, 10 km: **Blått**, Barn/funkis: **Rosa**

Deltakere som er påmeldt gjennom UKI-karusellen må hente nytt startnummer m/chip for Norgesløpet, og ikke løpe med startnummeret fra karusellen

### **Resultater, premier**

Alle som fullfører løp får **Norgesløpmedaljen**.

Resultatliste settes opp klassevis, og resultatliste med poeng etter UKI-tabellen.

### Tidspremier 10 km

2 000 kr til alle Kvinner tid under 34:30 og alle Menn under 30:00

4 000 kr til alle Kvinner tid under 33:30 og alle Menn under 29:00

### UKI-poeng totalliste

Vi kårer beste løper uavhengig av klasse ut fra UKI-poeng, som justerer for distanse (5 km og 10 km), kjønn og alder:

2 000 kr til vinner

Hoka sko til plass 2 - 10

### Klassevinnere

Alle klassevinnere får premier. NB! På 5 km er det kun to klasser, menn og kvinner.

### **UKI-tabellen**

UKI-tabellen ligger på hjemmesiden (både ukifriidrett.no og norgeslopet.net).

Tabellen tar hensyn til kjønn og alder i tillegg til tid når det beregnes poeng.

Resultatliste settes opp etter UKI-poeng samlet for Norgesløpet 10 km og Norgesløpet 5 km.

Tabellen skaper også grunnlag for interne og eksterne konkurranser.

Fysisk aktivitet, sunt kosthold og hyggelig sosialt samvær er de tre bærebjelkene i god folkehelse. Disse tre elementene er utgangspunktene for Norgesløpet.

Vi sier: MOSJON - FRA SEKUNDSTRID TIL SOSIALT FELLESSKAP.

### **Musikk**

Det blir musikk ved start og mål og på noen plasser ute i løypa.

### **Barneløp**

Det løpes runder a ca 150 meter i 4 minutter inne på stadion >

### **UKI-karusellen**

Norgesløpet inngår som 6. løp i årets karusell.

### **Parkering**

Det skiltes til parkering i rundkjøringen ved innkjøring til skolene og barnehagen. Det skiltes ikke til parkeringsplassen ved friidrettsstadion ettersom vi ønsker minst mulig trafikk her så lenge løpet pågår. Imidlertid kan funksjonærer parkere her når de kommer i god tid før løpene starter kl 12 og ikke skal reise tilbake før etter ca kl 16.

