

## Frivillige Furusjøen Rundt-løpet 2022

Velkommen til årets siste store dugnadinsats til inntekt for Kvam IL.

Lørdag 3. september 2022

Frivilligvest, radioer m.m. deles ut på stadion på løpsdagen. For alle matstasjoner: Radio/vester blir sendt med ut til hver matstasjon.

Vær oppmerksom på at du kan være oppført på flere oppgaver, så sjekk hele lista. Alle hjelper til med rydding, og nedrigg - mye utstyr skal ned igjen til klubbhuset, så greit om mange kan ta med litt.

Der det står Tilpasses under oppmøtetid, må de enkelte kontakte sin "Overordnede" for å samorde tidspunkt. Dersom du har spørsmål til oppgaven din, så ta også kontakt med din "Overordnede" i lista.

Frivillige får servering hos Saniteten i serveringsteltet: Tomatsuppe, pølse, vafler, kaffe og saft. Mineralvann og kioskarer må kjøpes.

Om du ikke kan stille til løpet, vennligst skaff deg egen stedfortreder, og meld i fra om endring til: post@kvamil.no eller sms til 907 78 999

Lykke til alle sammen - Eventyret i Rondane blir spennende! Hilsen Kvam IL og Furusjøen Rundt.

R = Radio

Sist oppdatert:

01.07.2022

Plassering	Navn	Telefon	Oppgave	Gjøremål - Ansvarsområde	Oppmøte på post - ca Ferdig
FR-komite	Ole Kristian Rudland	909 49 698	FR-sjef	Overordnet ansvar for FR-trippen - bidra til stadionopprikk	Tilpasses
Løpsleder	Anette N. Lunde	909 49 647	Løpsleder	Overordnet ansvar for løpet, frivillige	Tilpasses
Teknisk	Bjørnar Henden	994 64 672	Teknisk ansvarlig	Data, tidtaking	Tilpasses
Arena	Ole Kristian Rudland	909 49 698	Arenaansvarlig	Stadion	Tilpasses
Økonomi/Marked	Ole-Petter Brendstuen	907 78 999	Økonomi-/Markedsansvarlig	Overordnet ansvar for markedsføring, annonsering, økonomi	Tilpasses
Matstasjoner	Sissel Randen	988 75 548	Matstasjonsansvarlig	Matstasjoner med innhold og utstyr.	Tilpasses
Beverting	Guri Lunde Slåen	952 30 008	Bevertingsansvarlig	Servering i telt, Kvam Sanitetslag	Tilpasses
Trasé	Lars Arne Bergum	971 01 360	Løypeansvarlig merking/skilting	Ansvar for løyper, merking/fjerning av merking	Tilpasses
Sanitet	Rune Randen	957 87 743	Nord-Fron Røde Kors Hjelpekorp	Sanitetsleder	Tilpasses
Samband	Jo Røssummoen	907 41 288	Sambandsansvarlig	Lyd og samband - kontakt med vakter	Tilpasses
Sekretariat/Premie	Ingvild Selfors	413 38 364	Sekretariats-/Premieansvarlig	Sekretariat på løpsdagen, ta med startnummer og øvrig utstyr. Premieutdeling	Tilpasses
Arrangement	Anette N. Lunde	413 38 364	6 Løpsleder		Tilpasses
Teknisk	Bjørnar Henden	994 64 672	Teknisk ansvarlig	Sette opp startlister i forkant og gjennomføring under løpet, kalle inn de andre	Tilpasses
	Jim Wilhelmssen	905 27 560	Tidtaking - dataansvarlig	Klargjøre og gjennomføre tidtaking - start-/resultatlister	Tilpasses
	Andre Hukkelås	416 23 017	Tidtaking - data	Klargjøre og gjennomføre tidtaking - start-/resultatlister	Tilpasses
	IP-kamera	-	Tidtaking - back-up		
Samband	Jo Røssummoen	907 41 288	101 Samband og lyd	Bidra på lyd/samband. Rigge/rydde lydanlegg	Tilpasses
Frivillige	Ole-Petter Brendstuen	907 78 999		Dele ut frivilligevester, samband m.m., forefallende	09:00
Media/Presse/intern	Ole-Petter Brendstuen	907 78 999	Være tilgjengelig for presse	Mediekontakt på løpsdagen	09:00
	Per Fredriksen	950 39 361	Fotograf i løypa	Ta bilder - levere til Ole-Petter etter løpet	11:30
Arenaproduksjon	Ole Kristian Rudland	909 49 698	Speaker	Forberede og lede deltakere og publikum gjennom dagen, ta løpere i mål under premiesermoni	09:45
	Anette N. Lunde	909 49 647	Co-speaker/Premieutdeling	Utegående reporter/premiesermoni	13:00
	Lars Tungen	982 66 880	Nettside/sosiale medier/foto	Bidra med nyheter, ferske bilder og start/resultatoppdatering i løpet av dagen	09:45
	Ola Aspeslåen	975 36 653	Lydmann	Styre lyd og musikk - startjingle/fanfare m.m. Rigge/rydde lydanlegg	09:45
Arena	Ole Kristian Rudland	909 49 698	Arenaansvarlig	Overordnet ansvar for arena - strøm og kabling	Tilpasses
	Hanne Eide Myhre	957 27 443	Oppvarming før start	Kjøre et 10-15 minutters program til oppvarming, mellom kl. 11:35-11:50	11:20
	Anette N. Lunde + én fra teknisk m/klokke	909 69 647	Starter - 18 km og 8 km	Sørge for å få startfeltet korrekt av gårde	11:50
	Jakob Hanslien	928 52 319	Parkering	Dirigere biler inn på P-plass	09:30
	Jan Egil Kjøk	959 23 701	Parkering	Dirigere biler inn på P-plass	09:30
	Anette N. Lunde	909 49 647	Stadion opprikk	Rigging av stadion, skilting, bord og benker, tavler etc.	Ons-fre
	Kommer		Stadion opprikk	Rigging av gjerder, bannere, tavler etc	Ons-fre
	Sture Hanslien	947 97 660	Stadion løpsdagen: orden og rydding	Holde stadion i orden, bidra etter behov	10:00
	Rebecca Alhovik Øybrekken	412 68 981	Stadion løpsdagen: orden og rydding	Holde stadion i orden, bidra etter behov	10:00
	Ole Kristian Rudland	909 49 698	Stadion nedrigg	Nedrigging av strøm og kabling etc	Etter løpet
	Ole Morten Resvoll	952 04 110	Stadion nedrigg	Nedrigging av gjerder, bannere, tavler, kabling etc	Etter løpet
	Alle frivillige som deltar	-	Stadion nedrigg	Nedrigging av sitt eget område, ta sammen bord, tømme søppel, fjerne skilting/plakater m.m.	Etter løpet
Matstasjon/serv	Sissel Randen	988 75 548	Matstasjonsansvarlig	Forarbeid-gjennomføring	Tilpasses
	Anette Lunde	909 49 647	Forberede matstasjon	Klargjøre utstyr til matstasjoner - kalles inn etter behov	Tilpasses
	Ole-Petter Brendstuen	907 78 999	Opprydding klubbhus	Tømme for utstyr - sortere - vaske - rydde på plass - lørdag og uka etter løpet	Tilpasses
Frosen 18 km	Tor Olsen	928 59 366	1 Drikkestasjon nr 1 v/Frosen (P-plass) ansvarlig	Bil m/henger - tar med utstyr; Sette ut drikke og mat - rydde søppel - lede løpere mot Frylsætra	11:30 - ca. 13:00
	Mette Blankenborg	996 42 630	Drikkestasjon nr 1 v/Frosen (P-plass)	Sette utover kopper og fylle drikke - sette ut mat - rydde søppel - lede løpere mot Frylsætra	11:30 - ca. 13:00
Pungen 18 km	Per Henry Vassdøkken	917 20 259	17 Drikkestasjon nr 2 v/Pungen ansvarlig	Sette ut drikke og mat - rydde søppel - TA MED MELLOMTIDSTASJON	11:40 - ca 13:40
Vassmillom 18/8 km	Paal Kristian Sjøberg	411 07 754	2 Drikkestasjon nr 3 v/Vassmillom ansvarlig	Orde drikke - rydde - lede løperne mot Haugsetra - ta med henger m/utstyr	12:00 - ca. 14:10
	Kommer		Drikkestasjon nr 3 v/Vassmillom	Sette utover kopper og fylle drikke - sette ut mat - rydde søppel - lede løperne mot Haugsetra	12:00 - ca. 14:10

Plassering	Navn	Telefon	Oppgave	Gjøremål - Ansvarsområde	Oppmøte på post - ca ferdig
Stadion	Anne Lise Haadem	977 84 491	13 Matstasjon Stadion ansvarlig	Ta med henger m/utstyr. Blande drikke - medalje til alle - rydde opp etterpå	12:00 - ca. 14:30
	Louise Haadem Rudland	977 84 491 (mor)	Matstasjon Stadion - rydde på stadion	Sette utover kopper og fyller drikke - sette ut mat - medalje til alle - rydde søppel	12:00 - ca. 14:30
Bevertning - kiosk	Guri Lunde Slåen	907 38 362	Servering - ansvarlig fra Kvam IL	Plassere utstyr - servering - rydding - hjelper Saniteten	Tilpasses
	Kvam Sanitetslag	egen vaktplan	Servering - Suppe fra kl 12.30	Koke suppe - servere - holde orden - rydde etterpå	Tilpasses
Snipp-Snapp	Allidrett v/?		Klargjøre Snipp/Snapp løype	Merke m/bånd, sette ut hinderbane, bidra i gjennomføring, rydde i etterkant, ta med hinder til klubbhus	Tilpasses/fredag
(2-4 personer for gjennomføring)	Allidrett v/?		Starter Snipp/løypevakt Snapp - ved Ruststugusetra	Løypevakt for Snapp runding. Starter Snipp v/Ruststugusetra kl 12:30. Rydder hinderbane og kjører ned utstyr	11:30
	Allidrett v/?		Starter Snapp 12:20 v/Rondablikkvegen	Bidra i gjennomføring/reise opp hinder som velter m.m.	11:30
Trasé	Lars Arne Bergum	971 01 360	16 Løypeansvarlig merking/skilting 18 km	Ikke ATV i Landskapsvernområdet! Koordinere oppsett og rydding av merking/skilting. Avstandsskiltet.	Tilpasses
	Are Krogh	415 11 112	Merke - skilte trase	Løypeskilting/merking, tidspunkt tilpasses med Lars Arne	Tilpasses
	Anette N. Lunde	909 49 647	Merke - skilte trase - mosjonsrunde 8 km	Løypeskilting/merking av mosjonsrunde	Tilpasses
	Idrettslaget ATV kan benyttes	-	ATV/bil m/henger - skilte og ta inn skiltet	Kjøre ut skiltet og ta inn skiltet etter løpet, tilpass med Lars Arne	Fredag/lørdag
	Avstandsskilt	-	10 km, 5 km, 4 km, 3 km, 2 km, 1 km + v/matstasjon	Plassere ut og ta inn "Avstandsskilt til Mål"	
	Skilting	-	v/Frylissetra	Lede løperne riktig veg - mot Luseby	
	Skilting	-	v/kryss/klopp Luseby	Lede løperne riktig veg - mot Glitterdalen	
	Skilting	-	v/Furusjøbu (Karelen)	Lede løperne riktig veg - mot Vålåssetrinn	
	Skilting	-	v/kryss Vålåssetrinn	Lede løperne riktig veg - mot Vassmillom	
	Skilting	-	v/parkering/sti Elgsvika	Lede løperne riktig veg - mot Vassmillom	
Løypevakter	Jo Owe Kamp	959 04 952	15 Sykle bak siste løper - Hovedtrasé 18 km	Gi beskjed på matstasjoner/vakter at siste deltaker har passert. Ta ned merkebånd	11:45
	Eskil Wilhelmsen	993 10 538	3 Sykle bak siste løper - Mosjonsløype 8 km	Sykle bak siste løper helt til mål. Ta ned merkebånd. Varsle løypevakter at alle har passert på 8 km	12:00
	Ole-Petter Brendstuen	907 78 999	14 Løypevakt nr 1 v/krysset ved Bjørgebu	Lede løperne riktig veg - mot Årvillingen - stoppe biltrafikken 5 min før start	11:50
	Ola Kamp	919 92 965	Løypevakt nr 2 v/krysset Årvillingen	Lede løperne riktig veg - mot Årvillingen.	11:50
	Ola Krokbo	911 02 565	4 Løypevakt v/krysset Gamle Hovdeveg/Furusjørådet	Lede løperne riktig veg - 18 km videre mot Hovde. 8 km mot Vassmilom	12:00
	Merete Brendstuen	976 57 946	5 Løypevakt v/kryssing av Hovdevegen	Lede løperne over veien ned mot Fryosen. Ta bilder	12:00
	Røde Kors	958 66 770	Sanitetsvakt v/Frylibekken	Lede løperne riktig veg mot Luseby over Frylibekken	12:00
	Ole Morten Resvoll	952 04 110	7 Løypevakt nr 4 v/bru over Glitra - gå el. sykkel	Lede løperne riktig veg - mot Pungen - rydde merking Glitra-Luseby-Hovde - delta på nedrigg	12:10
	Røde Kors	958 66 770	Sanitetsvakt nr 5 v/Pungen	Lede løperne riktig veg - mot drikkestasjon og Elgsvika	12:20
	Odd Brendstuen	911 86 562	9 Løypevakt nr 9 v/Ruststugusetra	Lede løperne riktig veg - mot mål	12:15
	Ole-Petter Brendstuen	907 78 999	Løypevakt nr. 10 v/stadion	Lede løperne inn på stadion ved Rondablikkvegen	12:30
	Jakob Hanslien	928 52 319	Løypevakt nr. 11 på stadion	Trafikkvakt/løypevakt, krysser veg mot mål i Breiendsokka	12:30
	Sanitet	Rune Randen	957 87 743	Sanitetsansvarlig	Et mobilf sanitetslag - i Frylissetra og Pungen + på stadion
Nord-Fron Røde Kors		958 66 770	TELEFONNUMMER ALARM		09:00
Sekretariat/Premieutdeling	Ingvild Selfors	413 38 364	10 Sekretariatsansvarlig	Ta med startnummer, sikkerhetsnåler, FR-buff - dele ut på løpsdag - delta på premiering - uttrekkspremier - rydde	Tilpasses
	Ingvild Selfors	413 38 364	Pakking av startnummerkonvolutter	Startnr, deltakerpremie, sikkerhetsnåler, reklame	Torsdag kl. 18.00
	Anita Myromslien	980 66 041	Pakking av startnummerkonvolutter	Startnr, deltakerpremie, sikkerhetsnåler, reklame	Torsdag kl. 18.00
	Mette Blankenborg	996 42 630	Pakking av startnummerkonvolutter	Startnr, deltakerpremie, sikkerhetsnåler, reklame	Torsdag kl. 18.00
	Ole-Petter Brendstuen	907 78 999	Utkjøring av startnummer	Til Sport 1 Ringebu/Vinstra	Fredag 08:30
	Conny Alhovik	412 68 981	Sekretariat løpsdag	Dele ut startnummerkonvolutter, info, bidra etter behov på premiering - uttrekkspremier hentes i sekretariat	09:45
	Bente Davidhaugen	952 36 772	Sekretariat løpsdag	Dele ut startnummerkonvolutter, info, bidra etter behov på premiering - uttrekkspremier hentes i sekretariat	09:45
	Ingvild Selfors	413 38 364	Premieutdeling	Dele ut premier jfr. premiemal	12:45
	Anette Lunde	909 49 647	Premieutdeling	Speaker ved premieutdeling	12:45