

4 maj 9.30-12.30

Flaggvakt 1: 2 pers

Madeleine Ogden x 2 (070-763 81 13)

Flaggvakt 2: 2 pers

Moa Lövbom x 2 (073-3425214)

Målområdet: 4 pers

Hanna Blom x 2 (070-267 36 24), Linnea Hettman x 2 (073-391 66 66)

4 maj 12.30-15.30

Flaggvakt 1: 2 pers

Farmor och Farfar Rydholm (070-342 52 24)

Flaggvakt 2: 2 pers

Emilie Levenstam x 2 (070-3758641)

Målområdet: 4 pers

Alice Tell x 2 (070-3146404), Ella Berg x 2 (072-230 33 88)

Alice och Ella börjar förbereda maten som skall serveras ca kl 15.40**4 maj 15.30-18.30****Kl 16.00 köttbullar och potatismos**

Flaggvakt 1: 2 pers

Mathilda Wahström x 2 (070-848 19 48)

Flaggvakt 2: 2 pers

Linnea Hettman x 2 (073-391 66 66)

Målområdet: 4 pers

Emelie Levenstam x 2 (070-3758641), Bianca Westin x 2

Emelie och Bianca serverar mat fram till ca kl 17.00**4 maj 18.30-21.30**

Flaggvakt 1: 2 pers

Ellen Rydholms mormor och morfar (076-134 33 35)

Flaggvakt 2: 2 pers

Nellie Hassan x 2 (073-334 31 59)

Målområdet: 4 pers

Amanda x 2 (073-5215551), Sofie x 2 (070-5282193)

4 maj 21.30- 5 maj 00.30**kl 22.00 pannkakor från stadshotellet**

Flaggvakt 1: 2 pers

Mathilda Wahström x 2 (070-848 19 48)

Flaggvakt 2: 2 pers

Hanna Blom x 2 (070-267 36 24)

Målområdet: 4 pers

Moa Lövbom x 2 (073-3425214), Madeleine Ogden x 2 (070-763 81 13)

Moa och Madde börjar förbereda maten som skall serveras ca kl 00.40

5 maj 00.30-03.30

Flaggvakt 1: 2 pers

Flaggvakt 2: 2 pers

Målområdet: 4 pers

kl 01.00 korv med bröd eller mos

Amanda x 2 (073-5215551)

Sofie x 2 (070-5282193)

Ellen Rydholm, Jonas Norberg (070-767 70 07), Cecilia Norberg, Alice Tell

Ellen, Cecilia och Alice serverar mat fram till ca kl 02.00

5 maj 03.30-06.30

Flaggvakt 1: 2 pers

Flaggvakt 2: 2 pers

Målområdet: 4 pers

Kl 06.00 frukost (gröt, yoghurt, smörgås)

Peo Rydholm (070-234 97 27)

Maja x 2 (070-715 55 34)

Felicia Wicksell x 2, Rebecka Rydholm x 2 (076-141 80 93)

Felicia och Rebecka börjar förbereda frukost som skall serveras ca kl 05.40

5 maj 06.30-09.30

Flaggvakt 1: 2 pers

Flaggvakt 2: 2 pers

Målområdet: 4 pers

Farmor och Farfar Rydholm (070-342 52 24)

Kerstin Steihed (073-629 28 95)

Maja x 2 (070-715 55 34), Bianca Westin x 2

Maja och Bianca serverar frukost fram till kl 08.00.

Flaggvakt 1

Varnar löpare för bilar när löpare skall passera över **Nyängsvägen**. Löparna kommer från gräsängen mellan Kvarngatan och ån och springer mot våtmarken. Flaggvakt står på södra sidan om Nyängsvägen där stigen kommer ut på vägen.

Flaggvakt bär reflexväst och är utrustad med flagga (fås av flaggvakten som står passet innan er).

Madeleine Ogden hämtar flagga och väst vid målområdet och Kerstin Steihed lämnar flagga och väst vid målområdet.

Om ni lämnar passet innan nästa person avlöser er så måste ni ha haft kontakt på telefon för att säkerställa att nästa person är på gång.

Funktionärer som arbetar mellan kl 20.00-08.00 tar med pannlampa och VARMA kläder.

2 st stolar finns utställda som kan lämnas kvar. Maria hämtar upp dessa efter avslutat lopp.



Flaggvakt 2

Varnar löpare för bilar när löparna skall passera över:

1. **Smäckbrogatan/Västra Ågatan**, löparna kommer springandes på Västra Ågatan från Torget/start.
2. **Smäckbrogatan/Östra Ågatan**, löparna kommer springandes på Östra Ågatan mot Torget/mål.

Löparna passerar alltså korsningen Smäckbrogatan/Västra Ågatan först, på väg ut på varvet. Korsningen Smäckbrogatan/Östra Ågatan passeras på väg in mot mål.

Flaggvakt bär reflexväst och är utrustad med flagga (fås av flaggvakten som står passet innan er).

Moa Lövbom hämtar flagga och väst vid målområdet och Rydholms lämnar flagga och väst vid målområdet.

Om ni lämnar passet innan nästa person avlöser er så måste ni ha haft kontakt på telefon för att säkerställa att nästa person är på gång.

Funktionärer som arbetar mellan kl 20.00-08.00 tar med pannlampa och VARMA kläder.

Medtag stol om ni vill ha möjlighet att sitta ner under passet.



Målområdet:

Funktionärer har i uppgift att:

- Fylla på snacks, bananer, godis
- Blanda soft, buljong
- Koka kaffe, servera läsk och vatten
- Laga mat enl instruktion från tävlingsledning, meny framgår av tidsschemat. Det finns värmeplattor i tält i målområdet.
- Vara behjälplig med det tävlingsledningen behöver hjälp med.

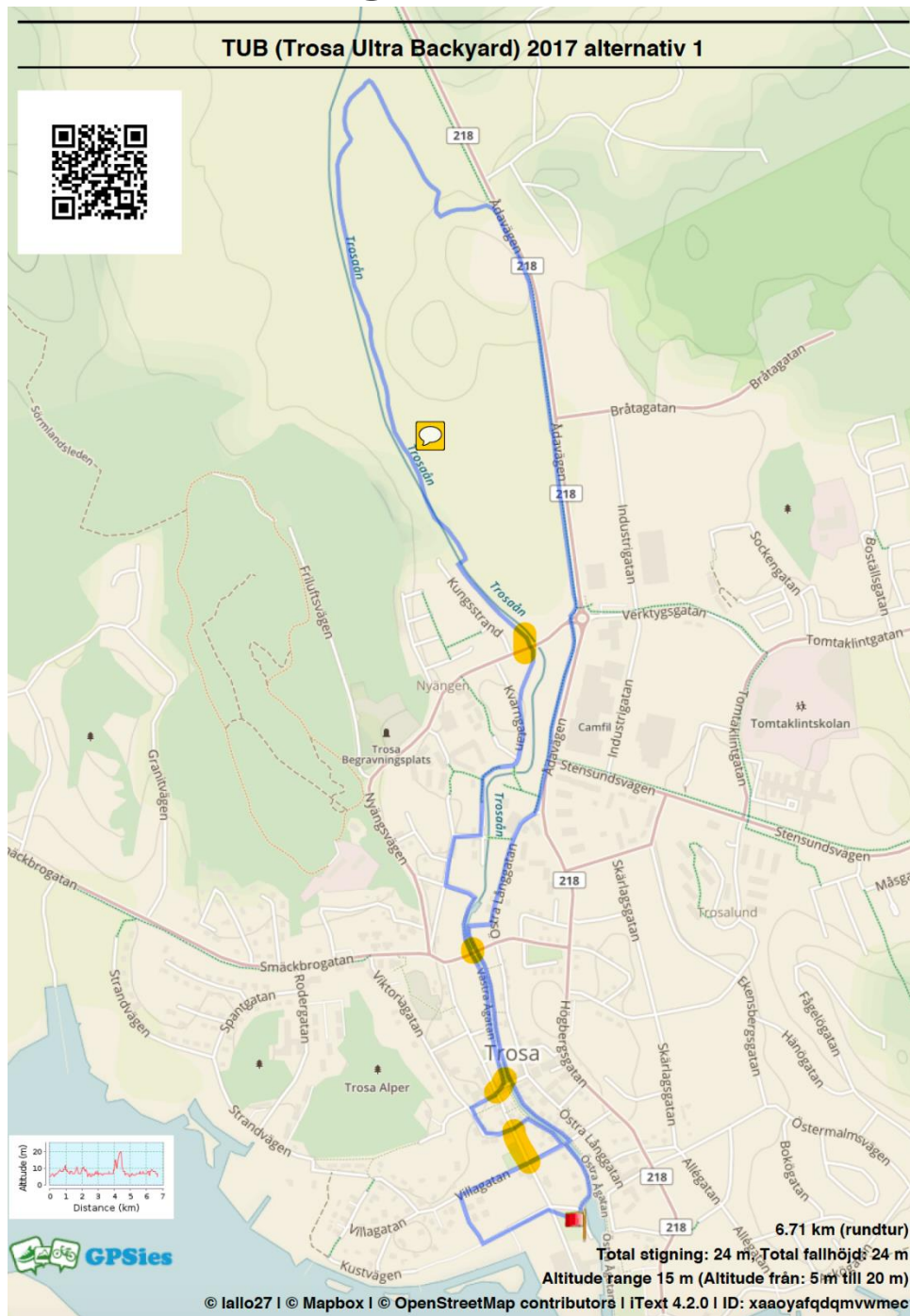
Funktionärer bär reflexväst.

Funktionärer som arbetar mellan kl 20.00-08.00 tar med pannlampa och VARMA kläder.

4 personer skall alltid finnas på plats i målområdet, varav minst 1 vuxen.



Bansträckning:



Kontaktuppgifter till Tävlingsledningen:

Tommy Tedlund: 070-456 53 58

Kontakta varandra i första hand om ni har funderingar kring något.

I andra hand kontaktas Tommy Tedlund.

Tommy kontaktas alltid om det skulle hända något utmed banan.

Rydholms kommer inte att vara tillgängliga på telefon för frågor eftersom vi deltar i loppet, endast längs med banan.