

Frivillige Furusjøen Rundt-løpet 2019

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

Uthenting av frivilligvest, radioer m.m. fra torsdag 5. september i Dalbo/kontorbygget v/Idrettsparken. 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 kioskvarene må kjøpes.

Om du ikke kan stille til løpet, vennligst skaff deg egen stedfortreder, og meld i fra om endring til: post@furusjoerundt.no eller sms til 909 49 647 eller 907 78 999

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

R = Radio

Sist oppdatert: **22.08.2019**

Plassering	Navn	Telefon	Oppgave	Gjøre mål - Ansvarsområde	Oppmøte på post - ca ferdig
FR-komite	<i>Ole Kristian Rudland</i>	<i>909 49 698</i>	<i>FR-sjef</i>	Overordnet ansvar for FR-trippelen - bidar til stadionoppbygg	Tilpasses
Løpsleder	<i>Anette N. Lunde</i>	<i>909 49 647</i>	<i>Løpsleder</i>	Overordnet ansvar for løpet, frivillige	Tilpasses
Teknisk	<i>Bjørnar Henden</i>	<i>994 64 672</i>	<i>Teknisk ansvarlig</i>	Data, tidtaking	Tilpasses
Arena	<i>Ole Kristian Rudland</i>	<i>909 49 698</i>	<i>Arenaansvarlig</i>	Stadion	Tilpasses
Økonomi/Marked	<i>Ole-Petter Brendstuen</i>	<i>907 78 999</i>	<i>Økonomi-/Markedsansvarlig</i>	Overordnet ansvar for markedsføring, annonsering, økonomi	Tilpasses
Matstasjoner	<i>Laila Stormorken</i>	<i>952 30 008</i>	<i>Matstasjonsansvarlig</i>	Matstasjoner med innhold og utstyr. Anne Lise borte på løpsdagen!	Tilpasses
Beverting	<i>Guri Lunde Slåen</i>	<i>952 30 008</i>	<i>Bevertingsansvarlig</i>	Kiosk og servering i telt, Kvam Sanitetslag	Tilpasses
Trasé	<i>Lars Arne Bergum</i>	<i>971 01 360</i>	<i>Løypeansvarlig merking/skilting</i>	Ansvar for løyper, merking/fjerning av merking	Tilpasses
Sanitet	<i>Rune Randen</i>	<i>957 87 743</i>	<i>Nord-Fron Røde Kors Hjelpekorps</i>	Sanitetsleder	09:00
Samband	<i>Jo Røssummoen</i>	<i>907 41 288</i>	<i>Sambandsansvarlig</i>	Lyd og samband - kontakt med vakter	Tilpasses
Premieutdeling	<i>Vidar Moen</i>	<i>900 38 058</i>	<i>Premieutdeling</i>	Jfr premiemal	Tilpasses
Sekretariat	<i>Ola Stormorken</i>	<i>905 23 325</i>	<i>Sekretariatsansvarlig</i>	Sekretariat på løpsdagen, brikker, pakking i forkant	09:00
Arrangement	Anette N. Lunde	413 38 364	R 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 Wilhelmsen	905 27 560	Tidtaking - dataansvarlig	Klargjøre og gjennomføre tidtaking - start-/resultatlister	Tilpasses
	Jo Røssummoen	907 41 288	Tidtaking - teknisk - lydanlegg	Bidra på tidtaking/teknisk/lyd/samband, Rigge speakeranlegg.	Tilpasses
	IP-kamera		Tidtaking - back-up		
Samband	Jo Røssummoen	907 41 288	R Teknisk/samband	Klargjøre samband og sambandsliste, rigging av lyd, teknisk	Tilpasses
Frivillige Presse	Ole-Petter Brendstuen	907 78 999	Utdeling av utstyr til frivillige	Dele ut frivilligevester, samband m.m., forefallende. Tilgjengelig for presse/media	09:00
Arenaproduksjon	Ole Kristian Rudland	909 49 698	Speaker	Forberede og lede deltakere og publikum gjennom dagen, ta løpere i mål under premiesermoni	09:45 - Ca. 14:30
	Anette N. Lunde	909 49 647	Co-speaker/Premieutdeling	Utegående reporter/premiesermoni	ca. 13:00 - Ca. 14:30
	Lars Tungen	982 66 880	Nettside/sosiale medier/foto	Bidra med nyheter, ferske bilder og start/resultatoppdatering i løpet av dagen	09:30 - Ca. 14:30
	Ola Aspeslåen	975 36 653	Lydmann	Styre lyd og musikk - startjingle/fanfane m.m.	09:45 - ca. 14:30
Media/Presse/intern	Anette N. Lunde/ Ole-Petter	909 49 647	Være tilgjengelig for presse	Mediekontakt på løpsdagen	09:00
	Per Fredriksen	950 39 361	Fotograf i løypa	Ta bilder og overlevere til Lars	11:00
Arena	Ole Kristian Rudland	909 49 698	Arenaansvarlig - ikke på løpsdagen -> speaker	Overordnet ansvar for arena - strøm og kabling	Tilpasses
	Ingrid Gjerdingen + Åshild	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 + en fra teknisk m/klokke		Starter - 18 km, 8 km, 2/1 km. Snapp	Sørge for å få startfeltet korrekt av gårde	11:50 - 12:20
	Jakob Hanslien	928 52 319	Parkering	Dirigere biler inn på P-plass.	09:00 - 12:00
	Andre Gordon	909 58 765	Parkering	Dirigere biler på P-plass.	09:00 - 12:00
			Parkering	Dirigere biler på P-plass	09:00 - 12:00

Plassering	Navn	Telefon	Oppgave	Gjøremål - Ansvarsområde	Oppmøte på post - ca ferdig
	Ole Kristian Rudland	909 49 698	Stadion opprigg	Rigging av strøm	Tors-fre
	Anette N. Lunde	909 49 647	Stadion opprigg	Rigging av stadion, skilting, bord og benker, tavler etc.	Tors-fre
	Andre Gordon	909 58 765	Stadion opprigg	Rigging av gjerder, bannere, tavler etc	Ons-fre
	Herbert Kink	990 12 782	Stadion opprigg	Rigging av gjerder, bannere, tavler etc	Ons-fre
	Herbert Kink	990 12 782	Stadion løpsdagen: orden og rydding	Holde toalettvogna, garderobe og stadion i orden, bidra etter behov	Etter behov
	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
Sekretariat	Ola Stormorken	905 23 325	R Sekretariatsansvarlig		Tilpasses
	Ola Stormorken	905 23 325	Pakking av startnummerkonvolutter	Startnr, deltakerpremie, brikker, sikkerhetsnåler, reklame + trippel-pins	Torsdag kl. 18.00
	Ingvild Selfors	413 38 364	Pakking av startnummerkonvolutter	Startnr, deltakerpremie, brikker, sikkerhetsnåler, reklame.	Torsdag kl. 18.00
	Guro Selfors	481 41 982	Pakking av startnummerkonvolutter	Startnr, deltakerpremie, brikker, sikkerhetsnåler, reklame.	Torsdag kl. 18.00
	Mette Blankenborg	996 42 630	Pakking av startnummerkonvolutter	Startnr, deltakerpremie, brikker, sikkerhetsnåler, reklame.	Torsdag kl. 18.00
	Ola Stormorken	905 23 325	Sekretariatsleder løpsdag	Dele ut startnummerkonvolutter - betaling - etteranmelding alle løp, sortere brikker og rydde sammen	09.30 - 15.00
	Vidar Moen	900 38 058	Sekretariat løpsdag/premieansvarlig	Dele ut startnummerkonvolutter - betaling, forefallende - Så premiering	09.30 - 12.00
	Ingvild Selfors	413 38 364	Sekretariat løpsdag	Dele ut startnummerkonvolutter - betaling, info, bidra etter behov på premiering	09.30 - 12.30
	Eun Merete Pedersen	901 93 321	Sekretariat løpsdag	Dele ut startnummerkonvolutter - betaling - forefallende	09.45 - 12.00
	Amalie Henden	941 51 532	Sekretariat løpsdag	Brikkesjekk - bidra på utdeling av medaljer ved målgang etter løp	09.45 - 12.00
	Anette N. Lunde	909 49 647	Sekretariat løpsdag	Bidra på etteranmelding alle løp ved ledig kapasitet	10:00 - 11:50 e.behov
	Anette N. Lunde/Ole-Petter	909 49 647	Ta av tidtakerbrikker - ansvarlig	Ta av tidtakerbrikker v/mål, leveres i sekretariatet - målfotograf	13:00 - 14:30
	Sture Hanslien, Solveig Stormorken		Ta av tidtakerbrikker	Ta av tidtakerbrikker v/mål, leveres i sekretariatet	Tilpasses
	Frida Bergum etc - de yngre som er med på stadion ruller på å hjelpe til matstasjon/brikker/premier				Tilpasses
Premieutdeling	Vidar Moen	900 38 058	Premieansvarlig	Dele ut premier jmf. Premiemal + uttrekkspremier + trippel. Medaljer til alle ved målgang fra kl. 12.30	12:00 - ca. 15:00
	Ingvild Selfors	413 38 364	Premieutdeling	Dele ut premier i samtlige klasser + uttrekkspremier. Bistå utdeling av medaljer	12:30 - ca 15:00
	Anette Lunde	909 49 647	Premieutdeling	Speaker ved premieutdeling	Ca 14:00
	Amalie Henden	941 51 532	Utdeling av medaljer ved målgang til alle		ca 13:00
	Tuva Hanslien	917 29 216	Utdeling av medaljer ved målgang til alle	Snipp-Snapp-Snute små medaljer, alle andre store medaljer	12:30
	+ evt. andre av de yngre bidrar til å dele ut premier hvis behov				Tilpasses etter behov
Snipp-Snapp-Snute	Allidrett v/Sissel Randen	988 75 548	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/Sissel Randen		Starter Snipp/løypevakt Snapp -ved Ruststugusetra	Løypevakt for Snapp runding. Starter Snipp v/Ruststugusetra kl 12:35. Rydder hinderbane og kjører ned utstyr	Lørdag, 12-13
	Allidrett v/Sissel Randen		Starter Snapp 12:30 v/Rondablikkvegen	Bidra i gjennomføring/reise opp hinder som velter m.m.	Lørdag, 12-13
Matstasjon/serv	Laila Stormorken	952 30 008	R Matstasjonsansvarlig	Forarbeid-gjennomføring	Tilpasses
	Anette Lunde	909 49 647	Forberede matstasjon Opprydding klubbhus	Dele opp barer og klargjøre utstyr til matstasjoner - kalles inn etter behov	Tilpasses
	Andre Gordon Anette Lunde		Opprydding klubbhus	Tømme for utstyr - sortere - vaske - rydde på plass	Mand/tirsd
	Tor Olsen	928 59 366	R Drikkestasjon nr 1 v/Fryosen (P-plass) ansvarlig	Bil m/henger- tar med utstyr; Sette ut drikke og mat - dele ut - rydde søppel - lede løpere mot Frylisætra	11:30 - ca. 13:00
	Henning Haugalien	918 19 499	Drikkestasjon nr 1 v/Fryosen (P-plass)	Sette utover kopper og fylle drikke - sette ut mat - dele ut - rydde søppel - lede løpere mot Frylisætra	11:30 - ca. 13:00
				Tar med alt matstasjonsutstyr ut og inn, rydder skilting fra stasjon til mål	
Vi anbefaler samkjøring inn til Pungen.	Sten Morten Krok	920 61 423	R Drikkestasjon nr 2 v/Pungen ansvarlig	Sette ut drikke og mat - dele ut - rydde søppel - TA MED MELLOMTIDSSTASJON OG TESTBRIKKE	11:40 - ca 14:00
	Torø Brit Bentdal	934 61 064	Drikkestasjon nr 2 v/Pungen	Sette utover kopper og fylle drikke - sette ut mat - dele ut - rydde søppel - lede løpere mot Vålåsjøsetrin	11:40 - ca 14:00
				Tar med alt matstasjonsutstyr ut og inn, rydder skilting fra stasjon til mål	
	Paal Kristian Søberg	411 00 158	R Drikkestasjon nr 3 v/Vassmillom ansvarlig	Orde drikke - dele ut - rydde - lede løperne mot Haugsetra (Ole-Petter tar med henger m/utstyr)	11:45 - Ca. 14:30
	Tonje Sund Berger	948 24 250	Drikkestasjon nr 3 v/Vassmillom	Sette utover kopper og fylle drikke - sette ut mat - dele ut - rydde søppel - lede løperne mot Haugsetra	11:45 - Ca. 14:30
				Tar med alt matstasjonsutstyr ut og inn, rydder skilting fra stasjon til mål	

Plassering	Navn	Telefon	Oppgave	Gjøremål - Ansvarsområde	Oppmøte på post - ca ferdig
	Anne Lise Haadem	977 84 491	Matstasjon Stadion ansvarlig	Ta med henger m/utstyr. Blande drikke - dele ut - rydde opp etterpå - boller og saft til SSS	11:45 - Ca. 15:00
	Louise Haadem Rudland	977 84 491 (mor)	Matstasjon Stadion - rydde på stadion	Sette utover kopper og fylle drikke - sette ut mat - dele ut - rydde søppel -	11:45 - Ca. 15:00
	Laila Stormorken	952 30 008	R Matstasjon Stadion - rydde på stadion	Sette utover kopper og fylle drikke - sette ut mat - dele ut - rydde søppel -	12:30 - Ca. 14:30
	Guri Lunde Slåen	907 38 362	Servering/kiosk - ansvarlig fra Kvam IL	Plassere utstyr-veksel-salg/servering-oppgjør-rydding - hjelper Saniteten - frivilligservering	Tilpasses
	Kvam Sanitetslag	egen vaktplan	Servering/kiosk, Kiosk fra kl. 10.00/Suppe 12.30	Salg av kioskvare - koke suppe - servere - holde orden - rydde etterpå	Tilpasses
Trase	Lars Arne Bergum	971 01 360	R Løypeansvarlig merking/skilting 18 km - 2/1 km	Ikke ATV i Landskapsvernområdet! Koordinere oppsett og rydding av merking/skilting. Avstandsskilter.	Tilpasses
	Are Krohg	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
	Idrettslagets ATV kan benyttes		ATV/bil m/henger - skilte og ta inn skilter	Kjøre ut skilter og ta inn skilter 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/Frylisetra	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 Vålåsjøsetrin	
	Skilting	-	v/kryss Vålåsjøsetrin	Lede løperne riktig veg - mot Vassmillom	
	Skilting	-	v/parkering/sti Elgsvika	Lede løperne riktig veg - mot Vassmillom	
Løypevakter	Sverre Haadem Rudland	950 07 481/909 49 698 (far)	R Sykle bak siste løper - Hovedtrasé 18 km	Gi beskjed på matstasjoner/vakter at siste deltaker har passert fra Hovde til mål . Ta med merkebånd	11.45 - ca 14.30
	Andreas Krohg Røssum	414 42 888 (mor)	Sykle bak siste løper - Hovedtrasé 18 km	Gi beskjed på matstasjoner/vakter når siste deltaker har passert. Ta med merkebånd	11.45 - ca 14.30
	Eskil Wilhelmsen	905 27 560 (far)	R Sykle bak siste løper - Mosjonsløype 8 km	Sykle bak siste løper helt til mål. Ta med merkebånd. Varsle løypevakter at alle har passert på 8 km	11.45 - ca 13.45
	Ole-Petter Brendstuen	907 78 999	R Løypevakt nr 1 v/krysset ved Bjørgebu	Lede løperne riktig veg - mot Orvillingen - stoppe biltrafikken 5 min før start, deretter 1/2 km	11.50 - ca. 12.15
	Ola Kamp dy	919 92 965	R Løypevakt nr 2 v/krysset Orvillingen	Lede løperne riktig veg - mot Orvillingen.	11.50 - ca. 12.30
	Ola Krokbo		R Løypevakt v/krysset Gamle Hovdeveg/Furusjøråket	Lede løperne riktig veg - blå startnr videre mot Hovde. Orange startnr mot Furusjøen	12.00 - ca 13.00
	Amund Lien	951 90 109	R Løypevakt v/kryssing av Hovdevegen	Lede løperne over veien ned mot Fryosen	12.00 - ca 13.00
	Røde Kors	958 66 770	Sanitetsvakt v/Frylibekken	Lede løperne riktig veg mot Luseby over Frylibekken	12.00 - ca 13.15
	Ole Morten Resvoll	952 04 110	R 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 - 13.30
	Røde Kors	958 66 770	Sanitetsvakt nr 5 v/Pungen	Lede løperne riktig veg - mot drikkestasjon og Elgsvika	12.20 - ca. 14.00
	Odd Brendstuen	911 86 562	R Løypevakt nr 9 v/Rustugusætra	Lede løperne riktig veg - mot mål - også 1 og 2 km	12.15 - ca. 14.30
	Ole-Petter Brendstuen	907 78 999	Løypevakt Rondablikkvegen barneløp	Lede løperne riktig veg - Fra Rondablikkvegen mot hyttefelt. Ta inn merkebånd.1/2 km.	12.15 - ca. 12.30
	Lars Arne Bergum	971 01 360	Løypevakt Haugsetervegen (v/O. Ruststuen) barneløp	Lede løperne riktig veg - fra hyttefeltet mot Haugsetervegen. Ta inn merkebånd.1/2 km.	12.15 - ca. 12.35
	Andre Gordon	909 58 765	Løypevakt nr. 10 v/stadion	Lede løperne inn på stadion ved Rondablikkvegen, også barneløp og SSS.	12.15 - ca. 14.30
	Jakob Hanslien	928 52 319	Løypevakt nr. 11 på stadion	Trafikkvakt/løypevakt, krysse veg v/riggen mot mål - i Breiendsokka under SSS - til de første på lang runde i mål	12.20 - ca. 13.30
Sanitet	Rune Randen	957 87 743	Sanitetsansvarlig	Et mobil sanitetslag - i Frylisetra og Pungen + på stadion	09.00 - ca. 15.00
	Nord-Fron Røde Kors	958 66 770	TELEFONNUMMER ALARM		09.00 - ca. 15.00