

Trippelrenn sesongen 2016

Trippelrenn går på tirsdager. Påmelding fra kl 18.00, **start kl 18.30.**

Dato	Stilart	Ansvarlige møter 17.30	
19. jan.	Fristil	Kristin Woxen Silje Stokke Hans Olav Velsand	Arne Sonflå Karin Stubberud
26. jan.	Klassisk	Paul Næss Sissel Greftegreff Tron Johan Stubberud	Iver Gamme Inger Bjørlien
2. feb.	Fristil	Bjørn Stubberud Hans Olav Velsand Katarina Færøvig	Frode W. Wilhelmsen Per Henie
9. feb.	Klassisk	Are Færøvig Iver Prestkvern Arne Sonflå	Reidun Kittelsrud Trude Wilhelmsen
Søndag 14.feb.	Klubbmesterskap	VGIL Skigruppa	
16. feb.	Fristil	Marianne Haugtvedt Robert Aaserud Gro Johnsrud	Gudbrand Helmen Ola Solbakken
23. feb.	Vinterferie		
1. mars	Klassisk	Bjørn Stubberud Erling Greftegreff Tonje Warg	Odd Solbakken Per Ivar Ekeren
8. mars	Fristil	Kristin Woxen Lars Kristian Helmen Inger Bjørlien	Ragnar Solheim Lars Helmen
15. mars	Klassisk	Elin Stubberud Birgithe Gamme Lise W. Dynna	Kjersti W. Støen Ragnar Solheim
April	SKIAVSLUTNING/PREM IEUTDELING		

Hvis ikke datoen passer **MÅ** hver enkelt bytte internt eller skaffe stedfortreder.

HUSK!!

De oppsatte på hvert trippelrenn tar med 1 kaffekanne og 1 liter vaffelrøre **HVER**
Are F., Paul N., og Bjørn S. tar med varmt og kaldt vann til løperdrikke.

Arbeidsoppgaver i forbindelse med trippelrennene

Vaffelsteking og kiosksalget

1 fast person for hele kvelden

Kiosksalget starter så snart som mulig etter at påmeldingen har startet. Salget avsluttes etter at de eldste har kommet inn igjen fra treningsrunden etter trippelrennet. Kassa telles opp samlet og skjemaet for opptelling av kassa og utregning av kiosksalget. I skihytta skal det finnes sukker, syltetøy og flytende melange til vaffelstekningen i tillegg til krus og tørkeruller.

Gi beskjed hvis det er noe som mangler eller noe det begynner å bli lite igjen av.

Påmelding og utdeling av startnumre

1 person

Startnumre til deltakere i klassene 0-7 år deles ut fortløpende og nr noteres på startlistene. Har ikke personen deltatt tidligere registreres navn, fødselsår, foresattes navn og gjerne epost-adresse.

Påmeldingsavgiften er kr 30,- pr renn for alle aldersklasser.

Utdeling av startnumre (start på ny hel 10'er-serie, f eks 40) til 8 år og eldre skjer etter at det er satt opp startlister for alle klassene. Speaker sier opp navn og startnr.

Husk å rullere på hvilken rekkefølge de starter i fra gang til gang slik at de ikke starter i samme rekkefølge hele sesongen. Se gjerne startlista fra forrige gang.

Denne personen kan stå i målområdet og dele ut saft til deltakere.

Starten

1 person

De yngste går ut med 30 sekunders mellomrom og 1. startende går ut kl 18.30.

Stoppeklokka startes sammen med en person fra målområdet når 1. person i jenter klasse 8år starter. Startklokka, stoppeklokke og batterier finnes i skihytta.

Målområdet

2 personer

Det skal være 1 person ved mål og ta imot **ALLE** som går i mål. Når de som går på tid kommer i mål noterer den ene slutt-tider og den andre startnummeret. Lister med skriveunderlag og pinner (blyant er å foretrekke når det er kaldt). Stoppeklokka startes sammen med starteren når 1. person i jenter klasse 8 år starter.

Tider kan regnes ut på eget skjema og tiden for hver enkelt løper skrives så på startlista (for klasse 8 år og høyere) og legges ut på nettet så snart den er klar.

Drikke til de som har gått renn