



Fredrikstad IF

Velkommen til Sentralidrettsanlegget i Fredrikstad og Tinstafetten 2023

PROSESS

- Lagleder henter konvolutt med startnummer, T-skjorter og div informasjon i FIF rom i god tid før opprop. FIF rommet er i enden av og bak tribunen. Åpent fra kl. 08:15. Kontroller lagposens innhold: Startnummer, sikkerhetsnåler, heatoppsett og tidsskjema.
- Startnummer skal festes på brystet. NB! Startnummeret viser etappennummer.
- Lagleder møter med respektive lag, til opprop, til det klokkeslett som er angitt på startlistene.
- Arrangør tar over ansvar for laget ved opprop. Stiller laget opp i kolonner og fører dem inn til start og veksling til riktig tid.
- Arrangøren har ansvar for gjennomføring av stafetten.
- Etter veksling og målgang skal løperne gå ut av banen.
- Det er ikke tillatt å gå eller oppholde seg på gressbanen.
- Resultater blir slått opp på resultat-tavla v/FIF rommet bak tribunen.

Annen informasjon

- Piggsko er ikke tillatt.
- Oppvarming kan foregå på vollene utenfor banen.
- Toaletter er bak tribunen.
- Hjelp oss å holde anlegget fritt for søppel. Alle rydder og legger avfall i søppeldunkene.
- Førstehjelpsutstyr finnes i FIF rommet.