

Informasjon til løypevakter

Viktig!

Ved behov for **førstehjelp** ring: 94874930 (Arnt), 94197972 (Liga), eller 48286561 (Lars). Ved nødsituasjoner ring 113. For andre henvendelser ring 48286561 (Lars).

Generelt

Som løypevakt har du **ikke** anledning til å stanse trafikken. Din oppgave er å være synlig og sørge for at samspillet mellom deltagere i Halden Byløp og øvrige trafikanter blir så bra som mulig. Det er viktig å være tydelig og klar i kroppsspråket. Gjør deg synlig ved å ta et ekstra skritt mot den eller de trafikantene som skal gjøres oppmerksom på at det pågår et arrangement. Sørg for at du får øyekontakt med den eller de du ønsker å kommunisere med. Det er viktig å være på vakt under hele løpet. Løpere kan komme både i puljer eller alene, og det kan gå noe tid mellom hver gang deltagere passerer. **NB! Siste løper har passert når løypesykkler passerer gang nummer 2 der du står. Om ikke annet er opplyst kan opprydding påbegynnes. Kjegler, skilt og sperrebånd samles og plasseres ved posten.**

Om kartutsnitt

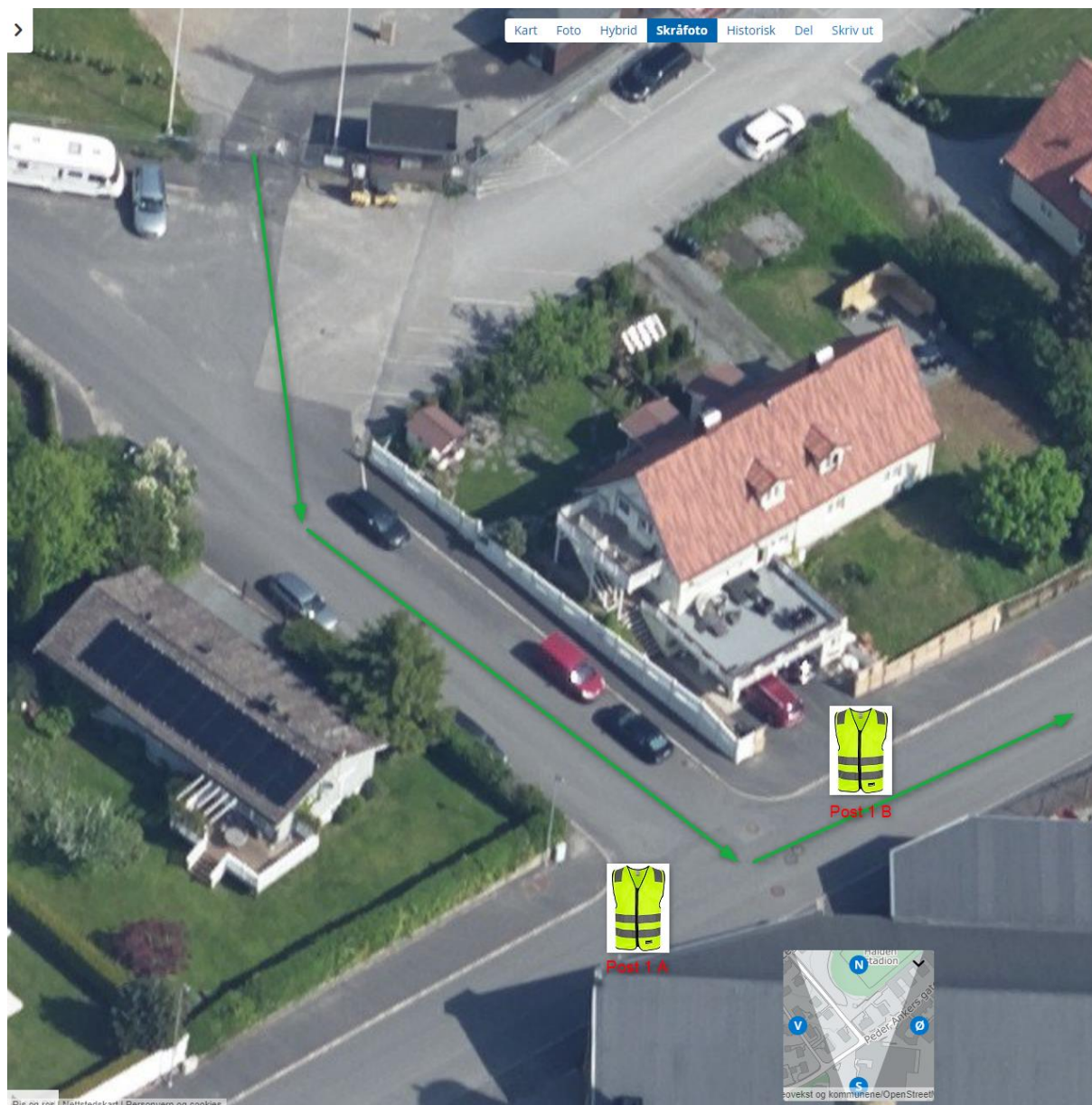
- Grønn pil forteller løperetning.
- Gul vest forteller hvor du skal stå.
- Rød tekst gir informasjon om hvilken vakt som er knyttet til den gule vesten.

Ikoner



Post 2 B

Post 1



Post 1 A

Vakt på post 1 A må påse at trafikk i retning sentrum tar hensyn til løpere i løypa. Noen minutter etter start må det regnes med stans i trafikken på 2-3 minutter. Vakt kan åpne for normal trafikk etter at bakerste løypesykkel har passert første gang og fram til første løper kommer inn for å runde eller gå i mål på stadion. På runde nummer to vil feltet være veldig spredt, og det blir kun nødvendig med korte stopp for bilistene.

Post 1 B

Vakt på post 1 B må påse at trafikk i retning Halden stadion tar hensyn til løpere i løypa. Noen minutter etter start må det regnes med stans i trafikken på 2-3 minutter. Vakt kan åpne for normal trafikk etter at bakerste løypesykkel har passert første gang og fram til første løper kommer inn for å runde eller gå i mål på stadion. På runde nummer to vil feltet være veldig spredt, og det blir kun nødvendig med korte stopp for bilistene.

Post 2



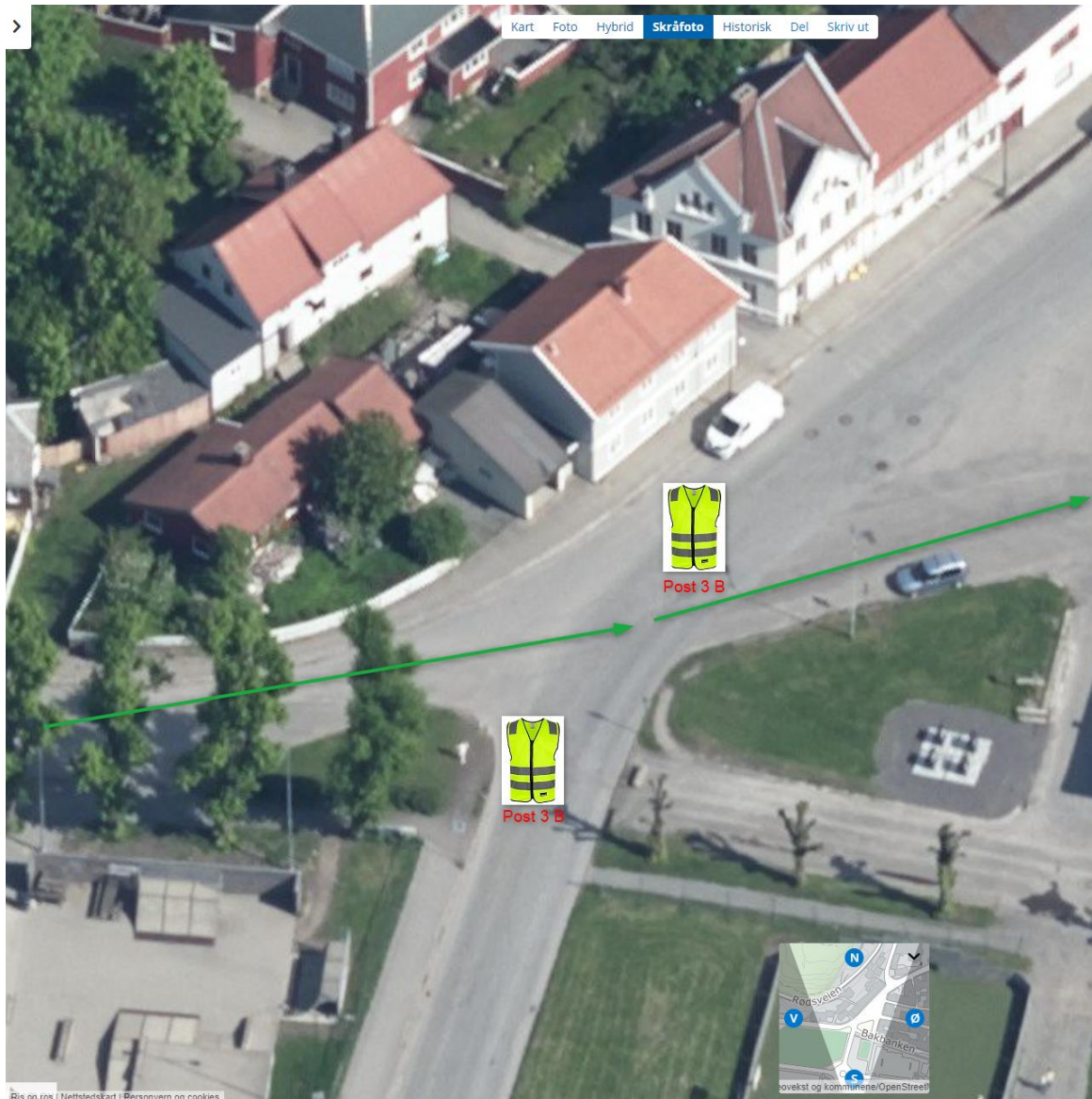
Post 2 A

Vakt på post 2 A må påse at trafikk i retning sentrum tar hensyn til løpere i løypa. Noen minutter etter start må det regnes med stans i trafikken på 2-3 minutter. Vakt kan åpne for normal trafikk etter at bakerste løypesykkel har passert første gang og fram til første løypesykkel passerer gang nummer 2. På runde nummer to vil feltet være veldig spredt, og det blir kun nødvendig med korte stopp for bilistene.

Post 2 B

Vakt på post 2 B må påse at trafikk i retning Halden stadion tar hensyn til løpere i løypa. Noen minutter etter start må det regnes med stans i trafikken på 2-3 minutter. Vakt kan åpne for normal trafikk etter at bakerste løypesykkel har passert første gang og fram til første løypesykkel passerer gang nummer 2. På runde nummer to vil feltet være veldig spredt, og det blir kun nødvendig med korte stopp for bilistene.

Post 3



Post 3 A

Vakt på post 3 A må påse at sørgående og trafikk i retning sentrum tar hensyn til løpere i løypa. Noen minutter etter start må det regnes med stans i trafikken på 2-3 minutter. Vakt kan åpne for normal trafikk etter at bakerste løypesykkel har passert første gang og fram til første løypesykkel passerer gang nummer 2. På runde nummer to vil feltet være veldig spredt, og det blir kun nødvendig med korte stopp for bilistene.

Post 3 B

Vakt på post 3 B må påse at nordgående og trafikk i retning Halden stadion tar hensyn til løpere i løypa. Noen minutter etter start må det regnes med stans i trafikken på 2-3 minutter. Vakt kan åpne for normal trafikk etter at bakerste løypesykkel har passert første gang og fram til første løypesykkel passerer gang nummer 2. På runde nummer to vil feltet være veldig spredt, og det blir kun nødvendig med korte stopp for bilistene.

Post 4



Post 4 A

Vakt på post 4 A må påse at **trafikk gjennom Liljegata** tar hensyn til løpere i løypa. Noen minutter etter start må det regnes med stans i trafikken på 3-4 minutter. Vakt kan åpne for normal trafikk etter at bakerste løypesykkler har passert første gang og fram til første løypesykkler passerer gang nummer 2. På runde nummer to vil feltet være veldig spredt, og det blir kun nødvendig med korte stopp for bilistene.

Post 5



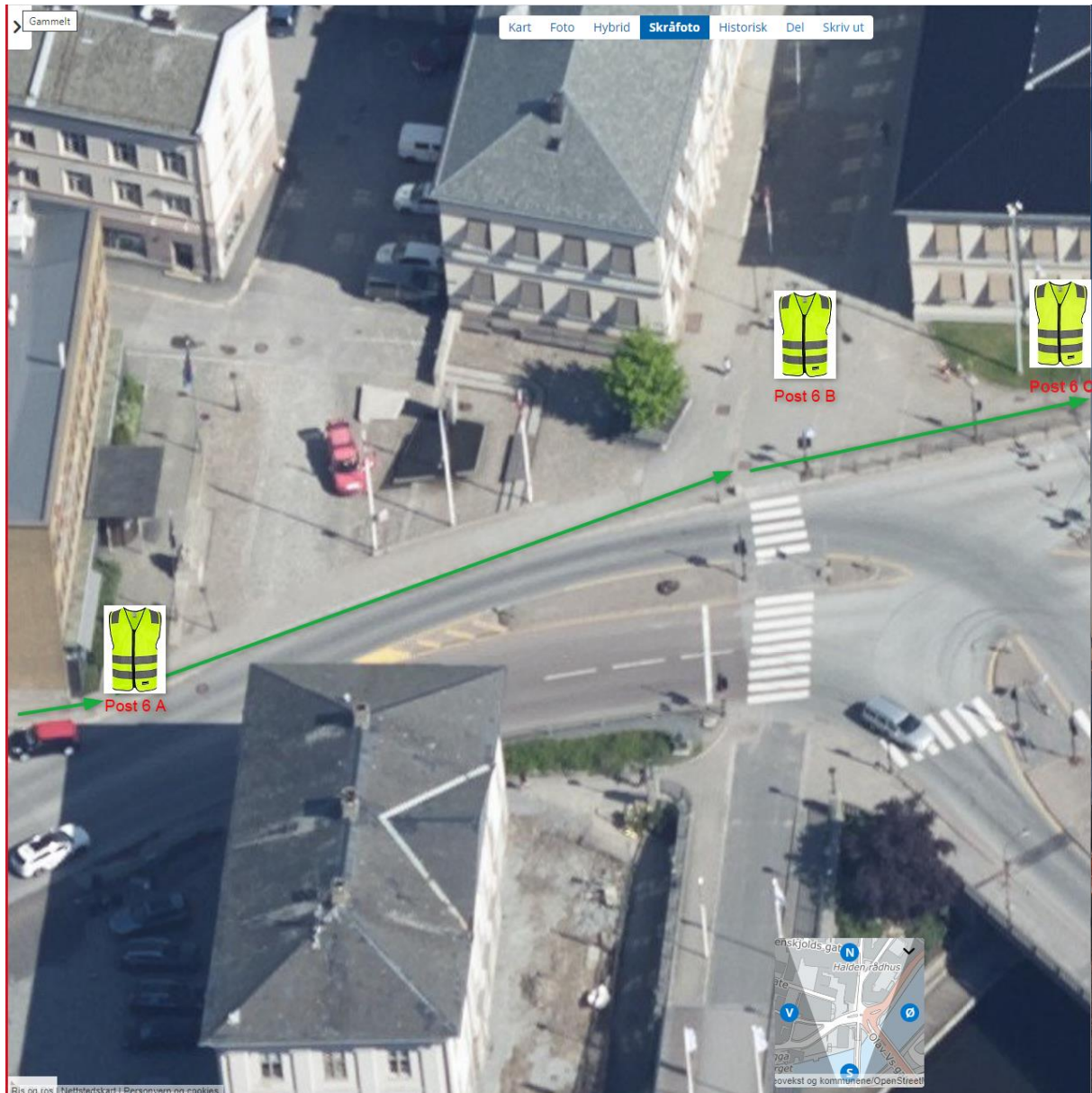
Post 5 A

Vakt på post 5 A må påse at **sørgående trafikk gjennom Oscarsgate** tar hensyn til løpere i løypa. Noen minutter etter start må det regnes med stans i trafikken på 3-4 minutter. Vakt kan åpne for normal trafikk etter at bakerste løypesykkler har passert første gang og fram til første løypesykkler passerer gang nummer 2. På runde nummer to vil feltet være veldig spredt, og det blir kun nødvendig med korte stopp for bilistene.

Post 5 B

Vakt på post 5 B må påse at **nordgående trafikk gjennom Oscarsgate** tar hensyn til løpere i løypa. Noen minutter etter start må det regnes med stans i trafikken på 3-4 minutter. Vakt kan åpne for normal trafikk etter at bakerste løypesykkler har passert første gang og fram til første løypesykkler passerer gang nummer 2. På runde nummer to vil feltet være veldig spredt, og det blir kun nødvendig med korte stopp for bilistene.

Post 6



Post 6 A

Vakt på post 6 A må påse at **trafikk fra lyskrysset ikke forsøker å kjøre inn i Nedre Bankegate**. Noen minutter etter start må det regnes med stans i trafikken på 3-4 minutter. Vakt kan åpne for normal trafikk etter at bakerste løypesykkel har passert første gang og fram til første løypesykkel passerer gang nummer 2. På runde nummer to vil feltet være veldig spredt, og det blir kun nødvendig med korte stopp for bilistene.

Post 6 B

Vakt på post 6 B må ha oversikt over fotgjengere og syklist i ferd med å krysse løypetraseen. Signaliser i god tid at disse må stoppe å vente dersom det er løpere i løypa.

Post 6 C

Vakt på post 6 C må ha oversikt over fotgjengere og syklist med og mot løperetning ved hjørnet av den smalestepasseringen inntil lyskrysset. Vært spesielt tydelig med signalisering til fotgjengere og syklist mot løperetningen.

Post 7



Post 7 A

Vakt på post 7 A må påse at **trafikk fra bybrua** tar hensyn til løpere i løypa. Noen minutter etter start må det regnes med stans i trafikken på 4-5 minutter. Vakt kan åpne for normal trafikk etter at bakerste løypesykkler har passert første gang og fram til første løypesykkler passerer gang nummer 2. På runde nummer to vil feltet være veldig spredt, og det blir kun nødvendig med korte stopp for bilistene.

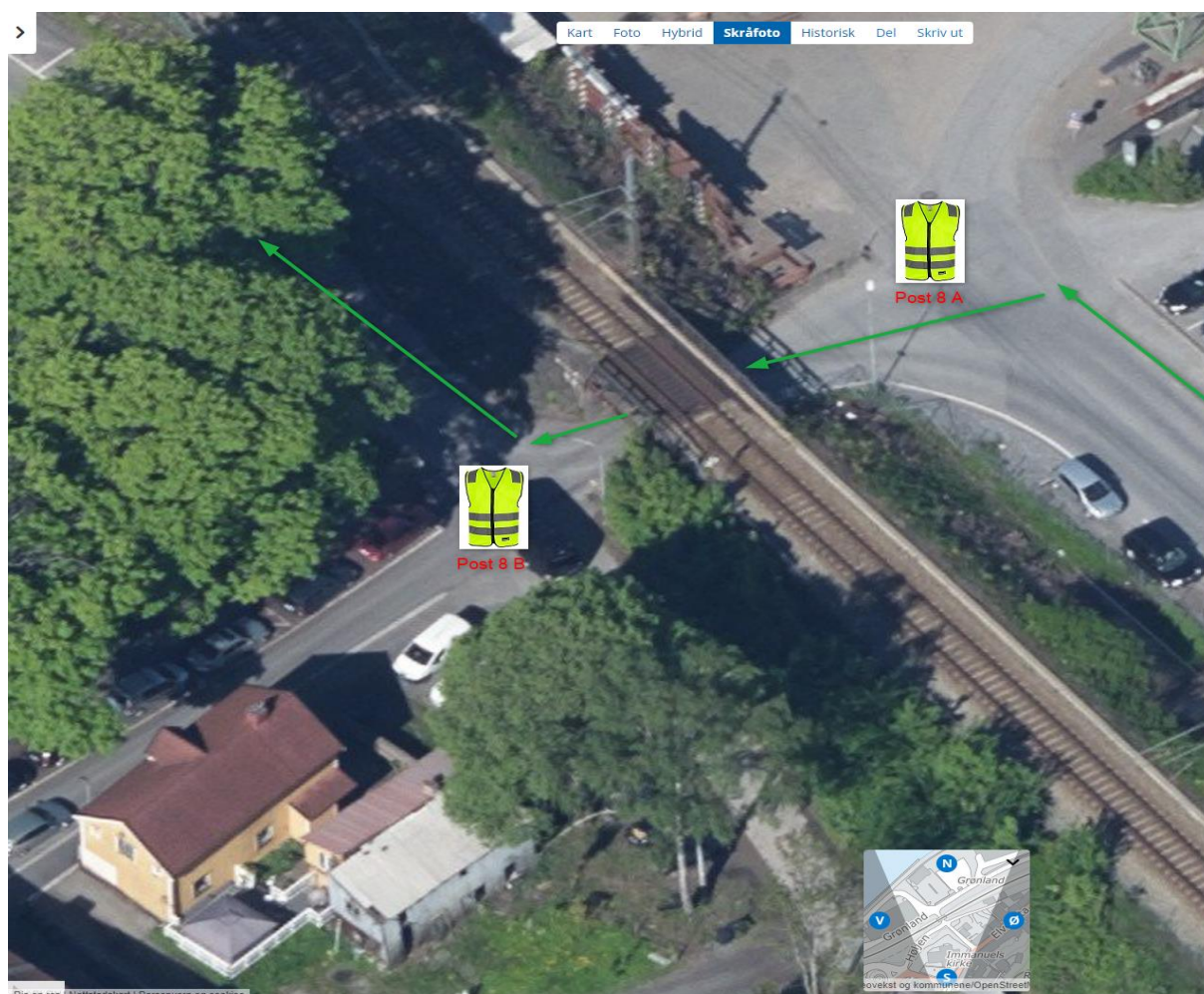
Post 7 B

Vakt på post 7 B må påse at **trafikk fra Osbekkgata** tar hensyn til løpere i løypa. Noen minutter etter start må det regnes med stans i trafikken på 4-5 minutter. Vakt kan åpne for normal trafikk etter at bakerste løypesykkler har passert første gang og fram til første løypesykkler passerer gang nummer 2. På runde nummer to vil feltet være veldig spredt, og det blir kun nødvendig med korte stopp for bilistene.

Post 7 C

Vakt på post 7 C må påse at **trafikk mot Bybrua** tar hensyn til løpere i løypa. Noen minutter etter start må det regnes med stans i trafikken på 4-5 minutter. Vakt kan åpne for normal trafikk etter at bakerste løypesykkler har passert første gang og fram til første løypesykkler passerer gang nummer 2. På runde nummer to vil feltet være veldig spredt, og det blir kun nødvendig med korte stopp for bilistene.

Post 8



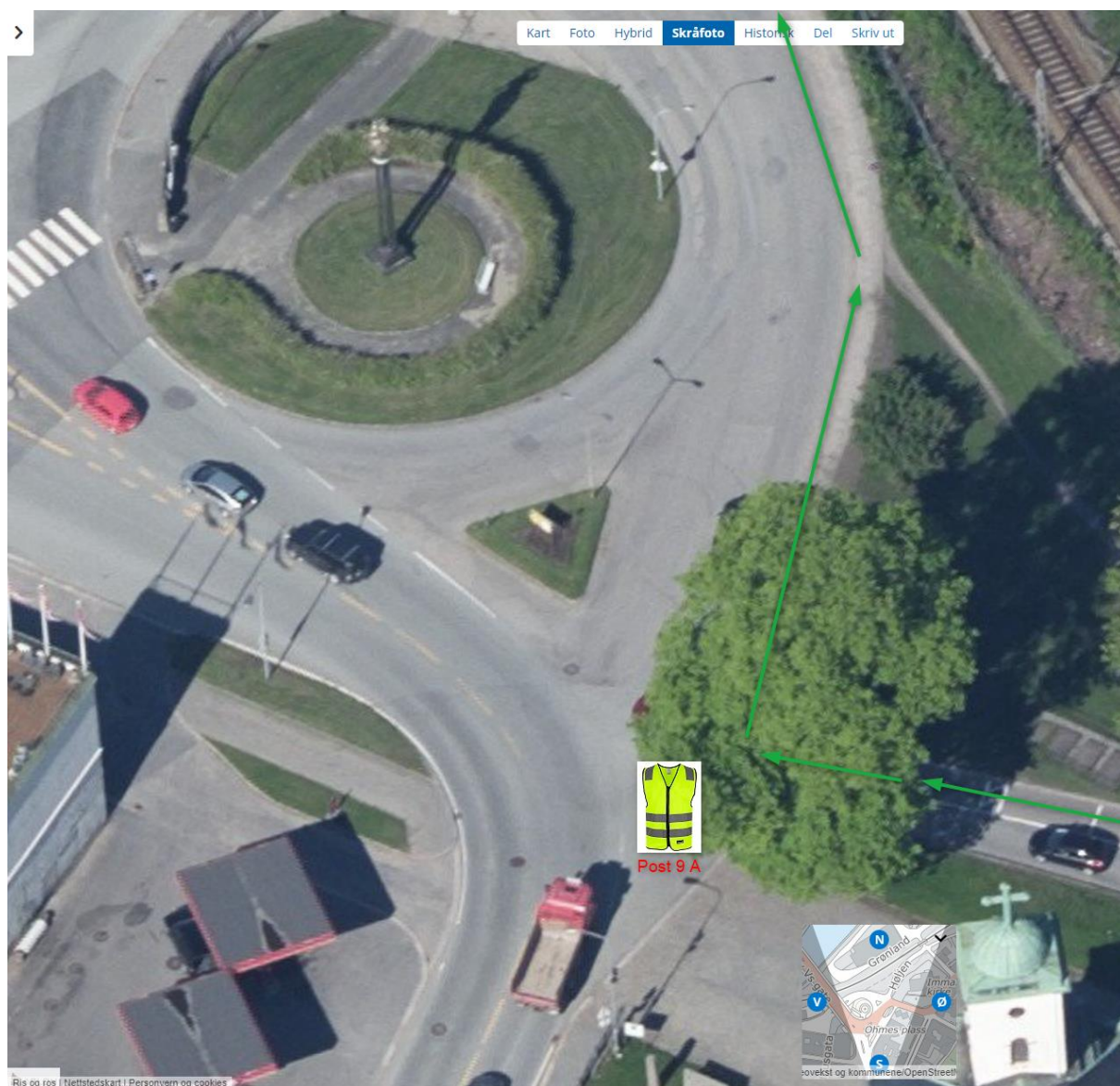
Post 8 A

Vakt på post 8 A må påse at **trafikk i retning jernbaneundergangen** tar hensyn til løpere i løypa. Noen minutter etter start må det regnes med stans i trafikken på 5-8 minutter. Vakt kan åpne for normal trafikk etter at bakerste løypesykkler har passert første gang og fram til første løypesykkler passerer gang nummer 2. På runde nummer to vil feltet være veldig spredt, og det blir kun nødvendig med korte stopp for bilistene. **NB! Her er det viktig med god kommunikasjon mellom vaktene på post 8 A og 8 B for at trafikken skal flyte så normalt som mulig.**

Post 8 B

Vakt på post 8 B må påse at **trafikk i retning jernbaneundergangen** tar hensyn til løpere i løypa. Noen minutter etter start må det regnes med stans i trafikken på 5-8 minutter. Vakt kan åpne for normal trafikk etter at bakerste løypesykkler har passert første gang og fram til første løypesykkler passerer gang nummer 2. På runde nummer to vil feltet være veldig spredt, og det blir kun nødvendig med korte stopp for bilistene. **NB! Her er det viktig med god kommunikasjon mellom vaktene på post 8 A og 8 B for at trafikken skal flyte så normalt som mulig.**

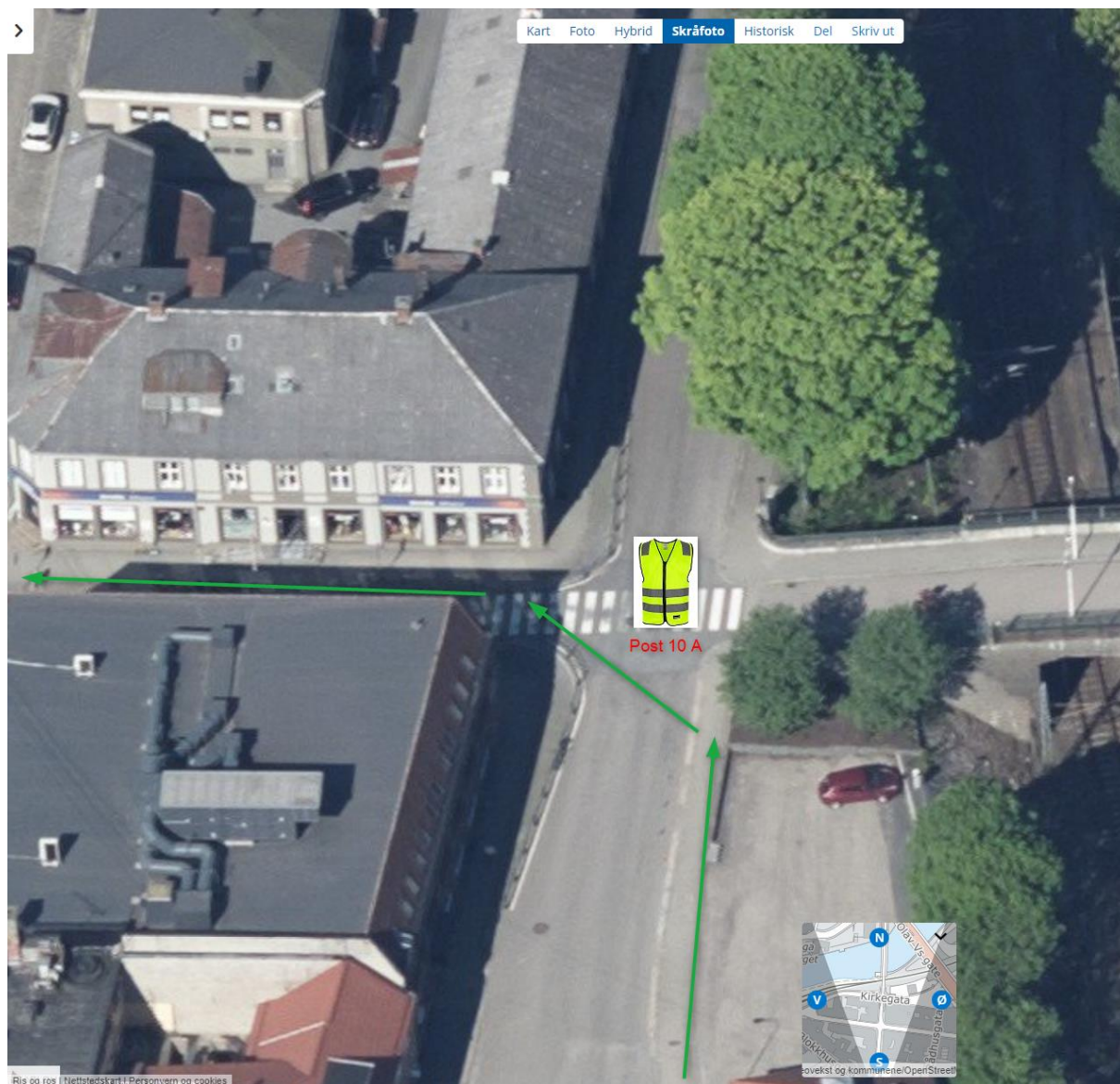
Post 9



Post 9 A

Vakt på post 9 A må påse at **trafikk i retning Kirkegata/gangbrua** tar hensyn til løpere i løypa. Noe stans i trafikken må regnes med, alt avhengig av hvor spredt feltet av løpere er. Vakt kan åpne for normal trafikk etter at bakerste løypesykel har passert første gang og fram til første løypesykel passerer gang nummer 2. På runde nummer to vil feltet være veldig spredt, og det blir kun nødvendig med korte stopp for bilistene.

Post 10



Post 10 A

Vakt på post 10 A må påse at **trafikk gjennom Kirkegata** tar hensyn til løpere i løypa. Noe stans i trafikken må regnes med, alt avhengig av hvor spredt feltet av løpere er. Vakt kan åpne for normal trafikk etter at bakerste løypesykel har passert første gang og fram til første løypesykel passerer gang nummer 2. På runde nummer to vil feltet være veldig spredt, og det blir kun nødvendig med korte stopp for bilistene.

Post 11



Post 11 A

Vakt på post 11 A må påse at **trafikk gjennom Borgergata og Storgata** tar hensyn til løpere i løypa. Noe stans i trafikken må regnes med, alt avhengig av hvor spredt feltet av løpere er. Vakt kan åpne for normal trafikk etter at bakerste løypesykel har passert første gang og fram til første løypesykel passerer gang nummer 2. På runde nummer to vil feltet være veldig spredt, og det blir kun nødvendig med korte stopp for bilistene.

Post 12



Post 12 A

Vakt på post 12 A må påse at **trafikk fra Blokkhusgata og Storgata** tar hensyn til løpere i løypa. Noe stans i trafikken må regnes med, alt avhengig av hvor spredt feltet av løpere er. Vakt kan åpne for normal trafikk etter at bakerste løypesykel har passert første gang og fram til første løypesykel passerer gang nummer 2. På runde nummer to vil feltet være veldig spredt, og det blir kun nødvendig med korte stopp for bilistene.

Post 13



Post 13 A

Vakt på post 13 A må påse at **trafikk fra Storgata og Kongens Brygge** tar hensyn til løpere i løypa. Noe stans i trafikken må regnes med, alt avhengig av hvor spredt feltet av løpere er. Vakt kan åpne for normal trafikk etter at bakerste løypesykel har passert første gang og fram til første løypesykel passerer gang nummer 2. På runde nummer to vil feltet være veldig spredt, og det blir kun nødvendig med korte stopp for bilistene.

Post 13 B

Vakt på post 13 B må påse at **trafikk fra Tollbugata** tar hensyn til løpere i løypa. Noe stans i trafikken må regnes med, alt avhengig av hvor spredt feltet av løpere er. Vakt kan åpne for normal trafikk etter at bakerste løypesykel har passert første gang og fram til første løypesykel passerer gang nummer 2. På runde nummer to vil feltet være veldig spredt, og det blir kun nødvendig med korte stopp for bilistene.

Post 14



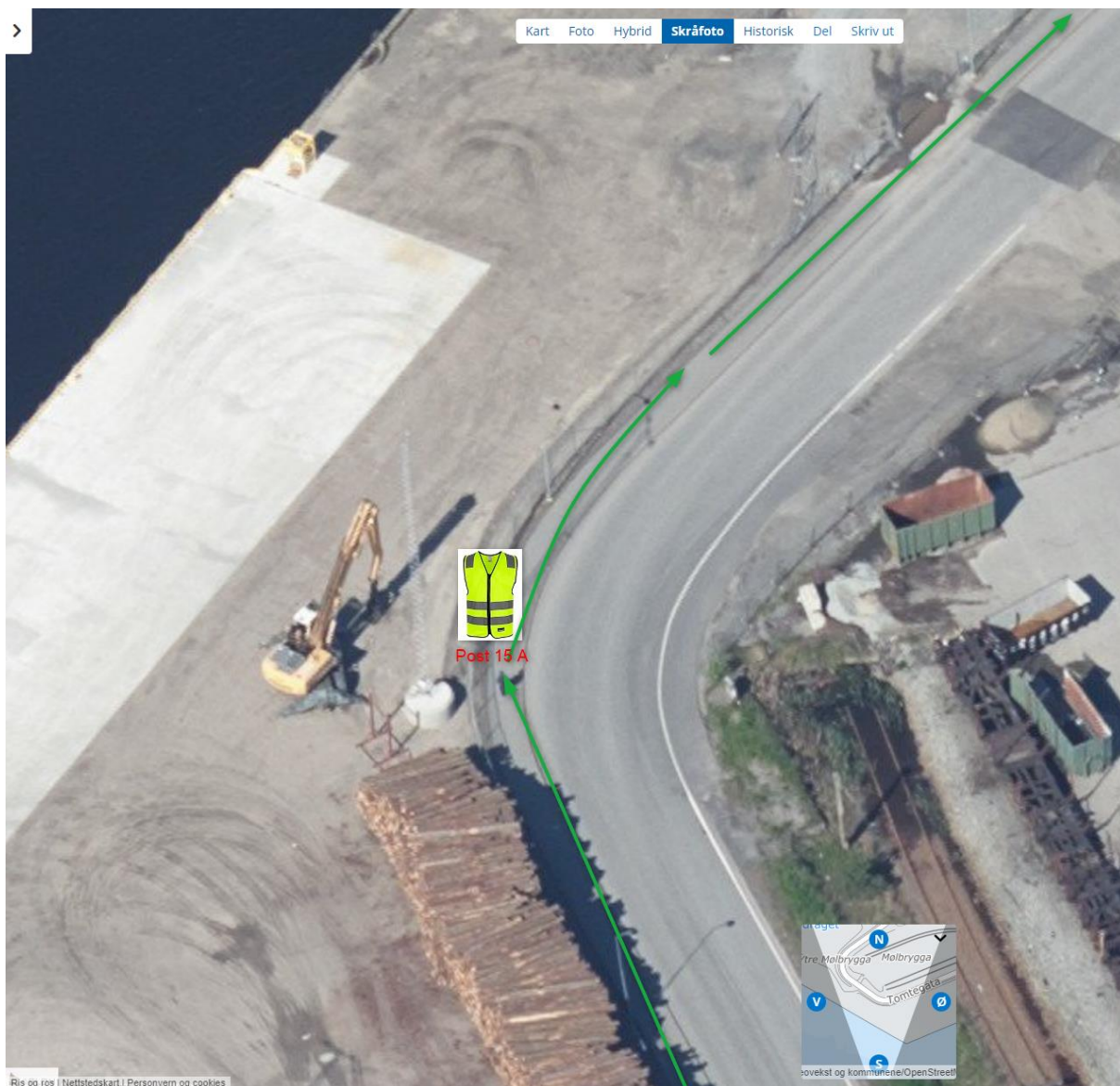
Post 14 A

Vakt på post 14 A må påse at **trafikk til og fra Sauøya** tar hensyn til løpere i løypa. Noe stans i trafikken må regnes med, alt avhengig av hvor spredt feltet av løpere er. På dette punktet i løypa kan det tenkes at løpere som deltar på 10K tar igjen 5KM løpere. På runde nummer to vil feltet være veldig spredt, og det blir kun nødvendig med korte stopp for bilistene.

Post 14 B

Vakt på post 14 B må påse at **trafikk til og fra Sauøya og Jernbanebrygga** tar hensyn til løpere i løypa. Noe stans i trafikken må regnes med, alt avhengig av hvor spredt feltet av løpere er. På dette punktet i løypa kan det tenkes at løpere som deltar på 10K tar igjen 5K løpere. På runde nummer to vil feltet være veldig spredt, og det blir kun nødvendig med korte stopp for bilistene.

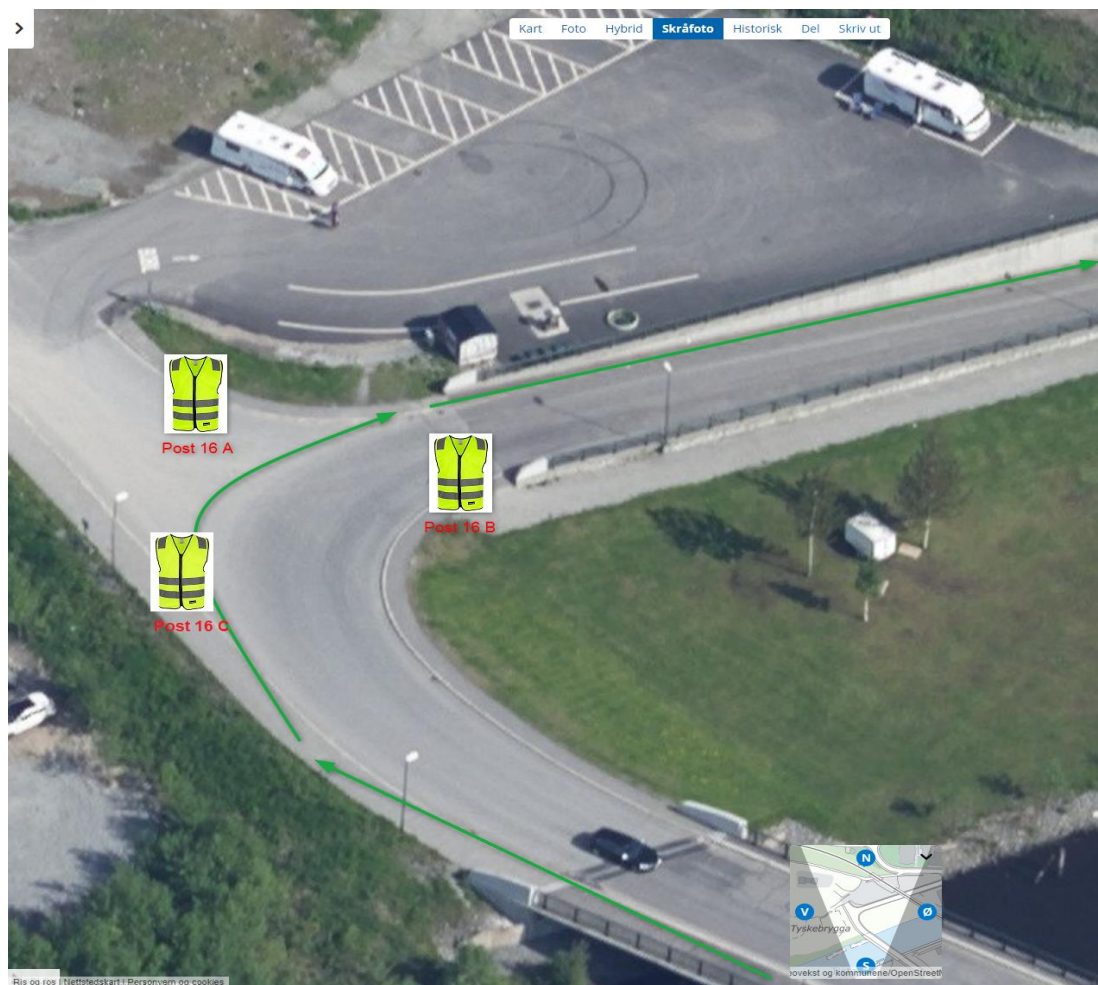
Post 15



Post 15 A

Vakt på post 15 A må ha godt utsyn gjennom Tomtegata. Det er spesielt viktig å følge med på om det er noen i løypa som trenger bistand av førstehjelp.

Post 16



Post 16 A

Vakt på post 16 A må påse at **trafikk mot Tista Senter og parkering** tar hensyn til løpere i løypa. Noe stans i trafikken må regnes med, alt avhengig av hvor spredt feltet av løpere er. På dette punktet i løypa kan det tenkes at løpere som deltar på 10K tar igjen 5KM løpere. På runde nummer to vil feltet være veldig spredt, og det blir kun nødvendig med korte stopp for bilistene. Det er viktig å ha god kommunikasjon med vakter på andre siden av jernbaneundergangen.

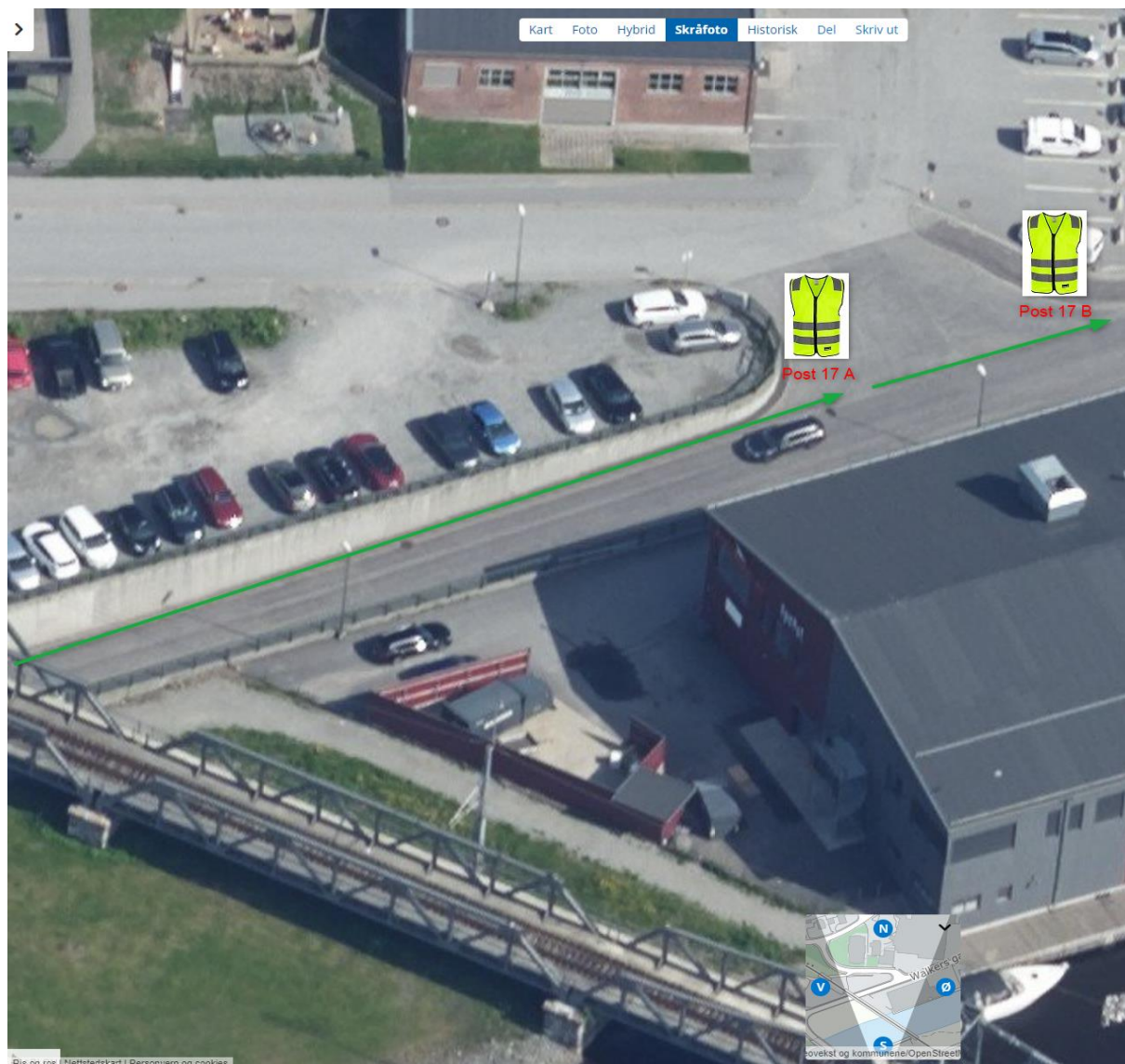
Post 16 B

Vakt på post 16 B må påse at **trafikk fra Tista Senter** tar hensyn til løpere i løypa. Noe stans i trafikken må regnes med, alt avhengig av hvor spredt feltet av løpere er. På dette punktet i løypa kan det tenkes at løpere som deltar på 10K tar igjen 5KM løpere. På runde nummer to vil feltet være veldig spredt, og det blir kun nødvendig med korte stopp for bilistene. Det er viktig å ha god kommunikasjon med vakter på andre siden av jernbaneundergangen.

Post 16 C

Vakt på post 16 C må ha god kommunikasjon med vaktene på post 16 A og 16 B. Dette er en ny og krevende passering i løypa. Løypevaktene må derfor underveis erfare hvordan de skal håndtere denne oppgaven. Mer detaljert informasjon vil gis av i dialog med ansvarlige under selve løpsdagen.

Post 17



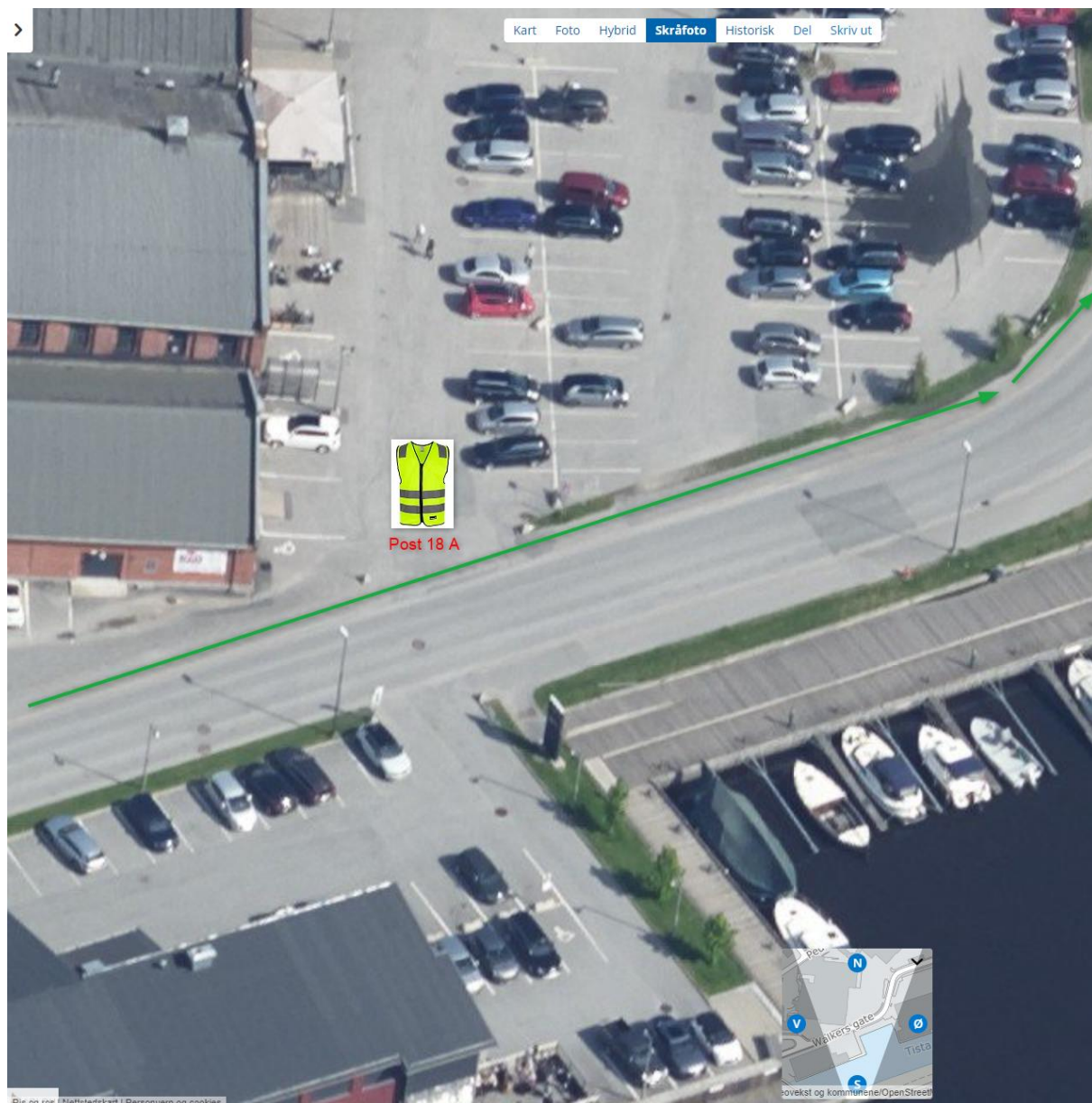
Post 17 A

Vakt på post 17 A må påse at **trafikk fra Tista Senter og Refne** tar hensyn til løpere i løypa. Noe stans i trafikken må regnes med, alt avhengig av hvor spredt feltet av løpere er. På dette punktet i løypa kan det tenkes at løpere som deltar på 10K tar igjen 5KM løpere. På runde nummer to vil feltet være veldig spredt, og det blir kun nødvendig med korte stopp for bilistene. Det er viktig å ha god kommunikasjon med vakter på andre siden av jernbaneundergangen.

Post 17 B

Vakt på post 17 B må påse at **trafikk fra Tista Senter og Refne** tar hensyn til løpere i løypa. Noe stans i trafikken må regnes med, alt avhengig av hvor spredt feltet av løpere er. På dette punktet i løypa kan det tenkes at løpere som deltar på 10K tar igjen 5KM løpere. På runde nummer to vil feltet være veldig spredt, og det blir kun nødvendig med korte stopp for bilistene. Det er viktig å ha god kommunikasjon med vakter på andre siden av jernbaneundergangen.

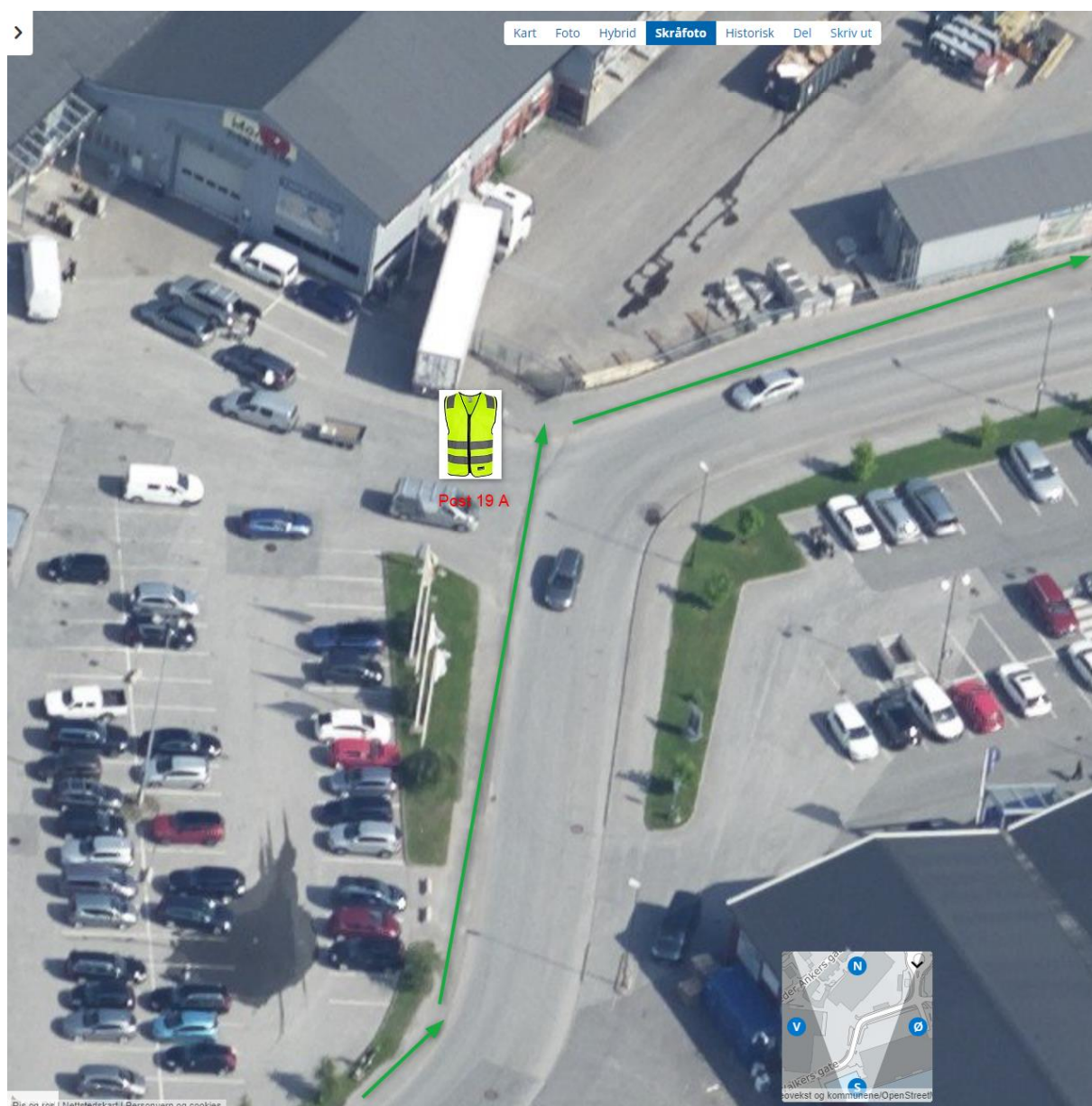
Post 18



Post 18 A

Vakt på post 18 A må påse at **trafikk fra parkeringsplass ved UMS/Clas Ohlson** tar hensyn til løpere i løypa. Noe stans i trafikken må regnes med, alt avhengig av hvor spredt feltet av løpere er. På dette punktet i løypa kan det tenkes at løpere som deltar på 10K tar igjen 5KM løpere. På runde nummer to vil feltet være veldig spredt, og det blir kun nødvendig med korte stopp for bilistene.

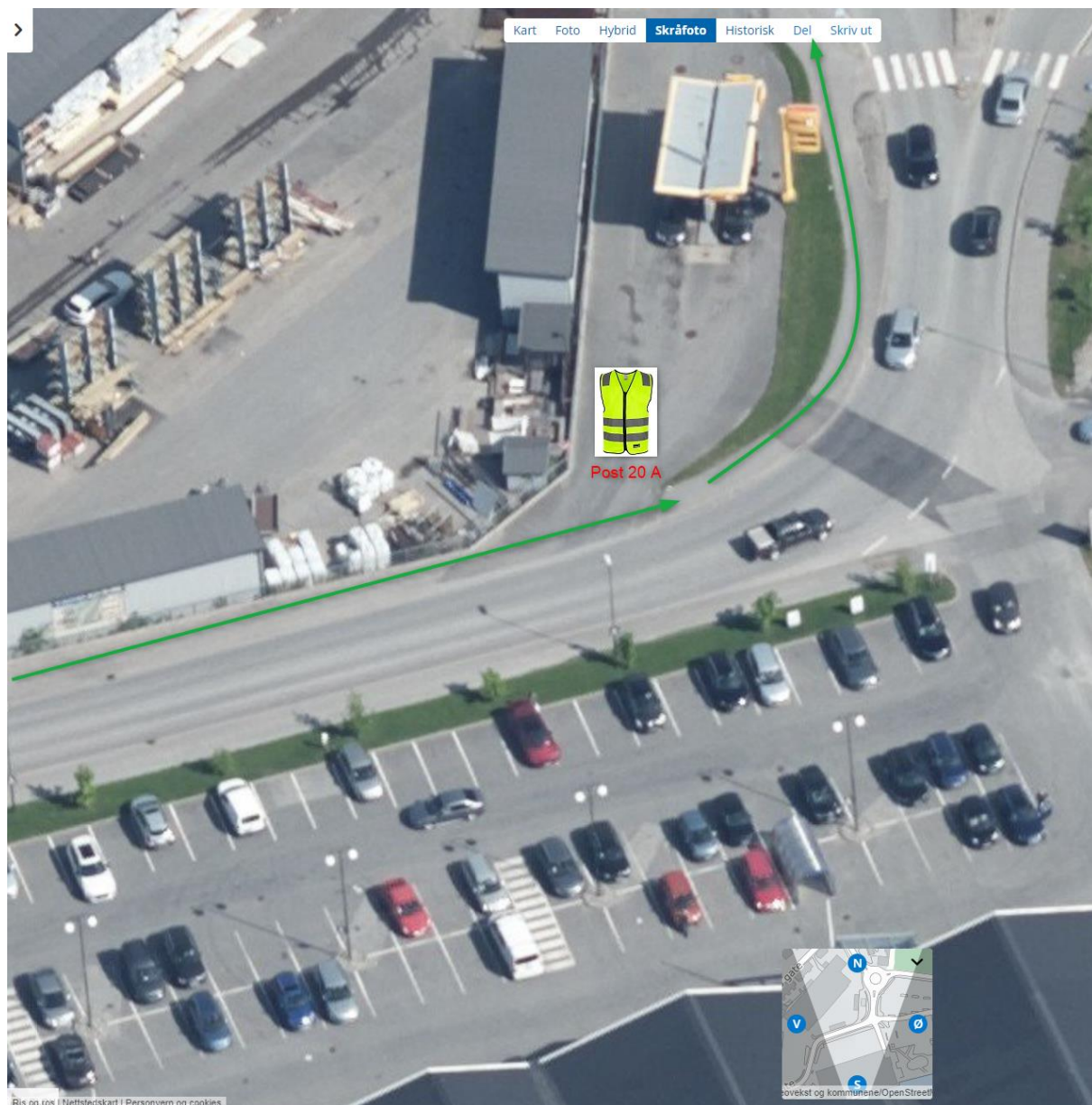
Post 19



Post 19 A

Vakt på post 19 A må påse at **trafikk fra parkeringsplass ved Monter** tar hensyn til løpere i løypa. Noe stans i trafikken må regnes med, alt avhengig av hvor spredt feltet av løpere er. På dette punktet i løypa kan det tenkes at løpere som deltar på 10K tar igjen 5KM løpere. På runde nummer to vil feltet være veldig spredt, og det blir kun nødvendig med korte stopp for bilistene.

Post 20



Post 20 A

Vakt på post 20 A må påse at **trafikk fra UnoX** tar hensyn til løpere i løypa. Noe stans i trafikken må regnes med, alt avhengig av hvor spredt feltet av løpere er. På dette punktet i løypa kan det tenkes at løpere som deltar på 10K tar igjen 5KM løpere. På runde nummer to vil feltet være veldig spredt, og det blir kun nødvendig med korte stopp for bilistene.

Post 21



Post 21 A

Vakt på post 21 A må påse at **trafikk til UnoX** tar hensyn til løpere i løypa. Noe stans i trafikken må regnes med, alt avhengig av hvor spredt feltet av løpere er. På dette punktet i løypa kan det tenkes at løpere som deltar på 10K tar igjen 5KM løpere. På runde nummer to vil feltet være veldig spredt, og det blir kun nødvendig med korte stopp for bilistene.