

## Funktionärsinstruktioner för Stockholm Triathlon 26 augusti 2018

Vi vill börja med att rikta ett stort TACK för att du hjälper till i Stockholm Triathlon som funktionär!

Du är en av ca 400 personer som är funktionärer hos oss. Oavsett var, när och hur du arbetar i vår organisation är var och en av oss lika viktiga. Vi medverkar alla till helheten, för deltagarnas, publikens och allmänhetens upplevelse av tävlingen. Det är därför tre punkter vi särskilt vill framhålla:

- **Säkerheten framför allt.** Våra deltagare ska känna sig helt säkra på att vi finns där och bistår dem för att ingenting ska hända. Vi är koncentrerade på det vi gör. Mobilerna ligger därför nerstoppade i fickan och används enbart vid ett nödläge.
- **Vi hjälps åt.** Alla som arbetar med tävlingen hjälps åt. Vi backar upp varandra och ser till att lösa situationer tillsammans.
- **Vi gör det med ett leende.** Inte så att du behöver le hela tiden, men tänk på hur du bemöter deltagare, publik och allmänhet. Ett trevligt bemötande och ett litet leende brukar göra underverk.

Vi vill att du läser igenom den här informationen och även det start-PM som alla deltagare får ta del av. Det hittar du på [www.stockholm-tri.se](http://www.stockholm-tri.se). Läser du in dig har du bättre möjligheter att svara på de mest grundläggande frågorna om sporten och tävlingen, men också få en känsla för hur ditt uppdrag som funktionär ser ut. PM kommer finnas tillgängligt inom några dagar.

### Korta fakta om triathlon och tävlingen:

Triathlon är den idrott som växer mest i vårt land just nu. Idrotten är numera inte bara till för eliten, utan också för motionärer, barn och ungdomar.

Stockholm Triathlon är en kortdistanstävling.

Med kortdistans menas Sprint, Super sprint, Olympisk distans. Vi kommer även att ha en stafett i både Super sprint och Sprint. Olympisk består av 1500 m simning, 40 km cykling och 10 km löpning. Sprint består av 400 m (motion) eller 750 m (tävlingsklass) simning, 20 km cykling och 5 km löpning. Super sprinten består av 400 m simning, 10 km cykling och 2,5 km löpning. Stafetten består av ett lag med 3 personer som gör momenten. 1 i taget. De har följande distanser: 400m / 1500m simning, 10 km / 40 km cykling och 2,5 km / 10 km löpning. För ungdomar under 15 år är det olika distanser beroende på ålder.

På söndag körs de så kallade icke drafting tävlingsklasserna i masters och alla motionärer som innebär att de tävlande ska hålla minst 10 meters lucka. Motionärerna är vår överlägset största grupp av tävlande. Ca hälften av de som startar i motionsklasserna gör det för första gången och här ser vi en väldigt stor variation av kunskap och erfarenhet av triathlon. På söndag kommer det hända saker överallt samtidigt. På alla banor, sim, cykel och löp kommer det nästan vara verksamhet hela tiden.

## Funktionärsuppdraget

Informationen i instruktionen är generell. Är du inte placerad som funktionär efter tävlingsbanan kan ditt uppdrag se lite annorlunda ut. Du kommer då få mer specifik information av din teamledare om var du ska vara placerad och vad du förväntas utföra för arbetsuppgifter.

Det är din teamleader eller sträckchef som bestämmer vad som gäller för dig, vänd dig till denna om det är något oklart. Om du är det minsta osäker för övrigt, är det funktionärscentrat du ska vända dig till! Vi hjälper dig hitta rätt!

Innan vi beskriver ditt uppdrag som funktionär mer i detalj vill vi återigen göra dig uppmärksam på:

### **Sätt alltid din egen och deltagarnas säkerhet i första hand!**

Surfning, chattande och inlägg i sociala medier är inte förenligt med att tänka säkerhet. Du får gärna ha med din mobil utefter banan, men tänk på att bara använda den vid nödfall kopplat till tävlingen.

I händelse av en olycka eller annan incident, agera i första hand utifrån de instruktioner du hittar på din badge. Läs även noga igenom de mer detaljerade instruktionerna du hittar längre ner i det här dokumentet.

## Ditt huvudsakliga uppdrag

- Hjälpa till att sätta upp/ta bort avspärningar och skyltar för tävlingen. Instruktioner får du från teamledare.
- Se till att tävlingen är så säker som möjligt för deltagare och publik.
- Se till så att eventuell biltrafik leds på ett säkert sätt för deltagare där den korsar banan.
- Se till så att publik och allmänhet kan passera och korsa banan på ett säkert sätt i de passager som finns utmed banan eller uppmärksamma att tävling pågår längs banan där passager inte finns.
- Kort kunna informera om tävlingen
  - Vad är triathlon?
  - Hålltider för tävlingen
  - Frågor från deltagare (ta hjälp av andra om du inte vet själv)
    - Tänk på att deltagarna själva är ansvariga för att känna till banan samt hur många varv de har kvar.
  - Ta hjälp av din teamledare
- Heja på deltagarna!

Sätt dig in i ditt uppdrag med hjälp av informationen nedan samt information från din teamledare eller sträckchef

- Ta reda på var du ska vara.
- Vad kan hända där du har din position.
- Tänk dig in vad du kan tänkas få för frågor.
- Behöver du någon hjälp?

### **I det fall du bevittnar en olycka eller annat akutfall ska du göra följande:**

#### **Vid allvarlig olycka:**

- Påkalla uppmärksamhet från omgivningen och påbörja första hjälpen.
- Ring 112.
- Meddela tävlingsledare Üve Hillep eller Thomas Stade, numret hittar du på din badge.
- Markera olycksplats och stäng av för passage.

### Vid lindrigare olycka

- Ring Livtjänst, numret hittar du på baksidan din badge.
- Var klar och tydlig med vad som inträffat.
- Informera din teamledare eller sträckchef
- Skriv upp namn/nummer på den/de drabbade och ev. kontaktuppgifter, samt kort beskrivning av vad som inträffat.
- Vi kommer att ha ett team med sjukvårdspersonal från Livtjänst tillgänglig vid tävlingsområdet på Posthusplatsen, men ett sjukvårdsteam kommer finnas rörliga utmed banan. De kan alla assistera vid lindrigare olyckor. Bryter tävlande loppet – ta chippet och meddela tävlingsledningen.

### Uppträdande

- Tydlig – använd händerna och/eller visselpipa och/eller flagga.
- Vänlig – om nödvändigt kan du komma att behöva förklara för allmänheten varför de inte får korsa banan. Det gör du på ett trevligt sätt förstås. Hänvisa till närmaste övergångsställe. Om du bevakar ett övergångsställe/publikövergång, förklara att du kommer att låta dem passera så snart det är säkert att göra så.
- Tacka – de som har väntat.

### Klädsel

- Bär din funktionärs t-shirt under arbetspasset. Är det kyligt får du ha den ovanpå annan klädsel.
- För dig som är trafikvakt – du kommer att bli tilldelad en reflexväst som måste bäras utanpå funktionärströjan under hela passet.
- Bär din badge. Där hittar du lite kort information om hur du ska agera om någon händer. Där hittar du även kontaktuppgifter till tävlingsledningen.
- Anpassa din klädsel efter väder och tänk på att det är en lång dag när du packar det du ska ha med dig.

### Miljö

- Ta vara på dina egna sopor (mat, dryck) samt om tävlande skulle tappa något ute på banan.

### Mat och dryck

- Du kommer att få mat och dryck genom Stockholm Triathlon. Maten kommer att finnas i lagertältet eller distribueras ut till dig om du är en bit ifrån mål/ startområdet eller inte kan lämna din position.
- Lunchen kommer från God Mat en lokal leverantör som normalt finns ute i Älvsjö.
- Du kommer även att få en dryck.
- Vill du ha något annat/mer att äta rekommenderar vi att du tar med dig det. Du kommer i de flesta fall har svårt att komma ifrån din plats medan tävlingen pågår.
- Vi rekommenderar dig att ta med eget vatten! Speciellt viktigt om det är varmt väder. Vatten finns för påfyllning på Posthusplatsen

### Toalettbesök

- Informera din teamledare om att du måste lämna din plats.
- Ta reda på var toaletter finns, fråga din teamledare.
- Lämna inte din plats förrän din plats har täckts upp av någon annan.

### Samlingsplats

- Din naturliga samlingsplats för dig som är funktionär är till den plats din teamledare kallat dig. OM du inte hittar din plats ring din ansvarige teamledare.

## Hålltider:

### Onsdag 22 Aug

18.00-20.00 Informationsträff på Kungsvälvat, Hantverkargatan 52. På mötet kommer du bli tilldelad din teamledare och ansvarig.

### Fredag 24 augusti

12.00-19.00 Nummerlappsutdelning på Löplabbet (samling för NSE 12.30)

### Lördag 25 augusti

**09.00- Tävlingssarenan börjar byggas** (Här samlas de som skall bygga staket)  
10.00 Bygget av växlingsområdet börjas samt fortsatt bygge av tävlingsområdet  
12.00-19.00 Nummerlappsutdelning på Löplabbet  
09.00 Bygget av staket längs banan påbörjas  
15.00 Branding börjar sättas längst banan och funktionärer för detta uppdrag samlas

### Söndag 26 augusti

06.00-08.30 Samling för funktionärer, kolla vilken tid och plats du har samling vid  
06.00- 11.30 Nummerlapputdelning är öppen (korsning Hantverkargatan/ Samuel Owensgata)  
06.30 Växlingsområde öppnar & incheck cykel på börjas  
08.00 **Första start tävlingsklass herrar (se start ordning sist i detta dags schema)**  
08.10 **Start tävlingsklass damer**  
11.15 Prisutdelning Herrar och Damer tävlingsklasser (vid målområdet)  
12.00 Incheckning cykel stänger  
12.00- 16.00 Start utcheckning cykel  
**13.30 Sista start**  
**Ca 14.45 Sista deltagaren i mål**  
16.30 Prisutdelning Ungdom och Pojk/Flick klasser (vid målområdet)  
**16.00 Slut utcheckning cykel**

Tänk på att tiderna är preliminära, små ändringar i schemat kan ske. Hoppas alla har översikt med detta.

## Starttider:

Starttid	Startnummer	Färg nr.lapp	Färg badmössa	Startplats	Klass	Start	Anmälda
08:00	1-80 (ej 13)	VIT	GUL	Tävlingsklass Herr	Olympisk – Tävlingsklass Herr, Senior & Master & Junior	Vattenstart	79
08:10	151-176	VIT	RÖD	Tävlingsklass Dam	Olympisk – Tävlingsklass Dam, Senior & Master & Junior	Vattenstart	26
08:30	X1000-X1039	GUL	BLÅ	X	Olympisk Stafett	Vattenstart	40
08:45	2000-2099	GUL	ROSA	A	Olympisk - Herr	Rullande start	100
09:00	2100-2199	GUL	GUL	B	Olympisk - Herr	Rullande start	100
09:15	2200-2299	GUL	RÖD	C	Olympisk - Herr	Rullande start	100
09:30	2300-2399	GUL	ROSA	D	Olympisk - Herr	Rullande start	100
09:45	2400-2499	GUL	GUL	E	Olympisk - Herr	Rullande start	100
10:00	2500-2599	GUL	RÖD	F	Olympisk – Herr/Dam	Rullande start	100
10:15	2600-2699	GUL	ROSA	G	Olympisk - Dam	Rullande start	100
10:30	2700-2763	GUL	GUL	H	Olympisk - Dam	Rullande start	64
11:30	3000-3008	GRÖN	BLÅ	Z	Sprint - Ungdomar	Vattenstart	9
11:30	X4000-X4099	GRÖN	BLÅ	X	Sprint Stafett	Vattenstart	0
11:40	5000-5099	GRÖN	RÖD	I	Sprint - Herr	Rullande start	100
11:50	5100-5187	GRÖN	ROSA	J	Sprint - Herr	Rullande start	88
12:00	5200-5299	GRÖN	GUL	K	Sprint – Herr/Dam	Rullande start	100
12:10	5300-5399	GRÖN	RÖD	L	Sprint - Dam	Rullande start	100
12:20	5400-5499	GRÖN	ROSA	M	Sprint - Dam	Rullande start	100
13:10	6000-6002	ORANGE	BLÅ	Z	Supersprint – Pojk/Flick	Vattenstart	3
13:10	X7000-X7011	ORANGE	BLÅ	X	Supersprint Stafett	Vattenstart	12
13:20	8000-8089	ORANGE	ROSA	P	Supersprint – Herr/Dam	Rullande start	90

### **Till sist:**

Tänk på att ditt arbetspass avslutas först när materialet har plockats ihop och du fått ett OK från din teamledare/sträckchef.

Om du av någon anledning har fått förhinder på någon av dagarna du är anmäld till är det viktigt att du hör av dig till i första hand din teamleader/sträckchef så fort som möjligt.

Än en gång ta på dig kläder efter väder och glöm inte att ha roligt!

Läs gärna på mer om tävlingen på: [www.stockholm-tri.se](http://www.stockholm-tri.se)

**Tack för att du är med och gör Stockholm Triathlon möjligt!  
Utan dig skulle det inte funka!**

Maria Larsson  
Funktionärsansvarig  
[funktionar.wts@gmail.com](mailto:funktionar.wts@gmail.com)  
Tel: 070-7829385  
Stockholm Triathlon

Glömt inte att kika på Start-PM för deltagarna på [www.stockholm-tri.se](http://www.stockholm-tri.se) I Start-PM hittar du värdefull information och en översiktskarta över tävlingen.