

MANNSKAPSLISTE 2023/2024

Denne vinteren skal Frol arrangere Skallrennet 5. juledag, Frolsprinten 17.03. i tillegg til Frolkarusell og en Levangerkarusell som går på onsdager.

Nedenfor er oversikten over planlagte renn med mannskapslister. **Hvis du ikke kan stille på oppsatt dato ønsker vi at du bytter internt eller skaffer en stedfortreder.**

Oppmøte for Frol- og Levangerkarusellene er onsdag kl 17.15 i Frolhytta i Frolfjellet skisenter. Nærmere beskjed om oppmøte vil legges ut i forkant av de øvrige rennene.

2 stk er satt opp på kjøkkenet..

Nr 1 i kjøkkengjengen tar med 2 soddbøtter med vaffelrøre.

Nr 2 i kjøkkengjengen tar med skuffkake, boller eller pizzasnurrer.

FREDAG 29. DESEMBER - SKALLRENNET

Mannskap:	Funksjon:	Mobil:
Robert Ressem	Rennleder	
Hans Lund Steinar Hemming Jo Langøygaard	Tidtaking	
Odd Anders Alstad Stian Sivertsen Tina Larsen Sverre Matberg	Start Mål	
Kristian Matberg Jo Severin Matberg	Arena/løyper	
Trine Munkeby	Rennkontor/startnr/premier	
Astrid Svendgård	Rennkontor/startnr/premier	
Ulf Zetterstrøm Sigbjørn Matberg	Parkering	
Lene Jacobsen	Kjøkken (ansvarlig)	
Ann-Kristin Alstad	Kjøkken	
Morten Munkeby Marianne Langøygaard	Speaker	

SØNDAG 17. MARS - FROLSPRINTEN

Mannskap:	Funksjon:	
Robert Ressem	Rennleder	
Kristian Aune Kristian Matberg Jan Jacobsen	Arena	
Hans Lund Sondre Lomsdal Steinar Hemming	Tidtaking	
Julie Marie Sivertsen Trine Munkeby Astrid Svendgård	Sekretariat	
Rolf Alstad Ulf Zetterstrøm	Start	
Lars Sandstad Skjeset Cathrine Alstad	Parkering	Skuffkake/boller/pizzasnurrer
Måldommere	Kristian Matberg Jan Jacobsen	
Speaker	Kine-Sofie Sandstad Skjeset Eivind Ness-Jensen	
Kjøkken	Åshild Gravdal Lena Alstad Marita Jacobsen	Skuffkake/boller/pizzasnurrer 4 l vaffelrøre 4 l vaffelrøre

ONSDAG 10. JANUAR (FRISTIL)

Mannskap:	Funksjon:	Mobil:
Marte Skoglund Tom-Rune Iversen	Uteansvarlig	97143430 95061755
Kristoffer Heirsaunet	Tidtaking	91700560
Lene Ness-Jensen	Tidtaking	99029911
Mads Kristian Strand	Start/startnummer	93642035
Ståle Sivertsen	Start/startnummer	99546011
Kristian Aune		91845140
Astrid von Heimburg	Kjøkken (ansvarlig)	48165595
Jørgen Hjulstad Nilsen	Kjøkken	
Fridjof Sandstad	Speaker	90581878

ONSDAG 24. JANUAR (KLASSISK)

Mannskap:	Funksjon:	Mobil:
Marte Skoglund	Uteansvarlig	97143430
Lene Ness-Jensen	Tidtaking	99029911
Kristoffer Heirsaunet	Tidtaking	91700560
Bjørn Åge Reinås	Start/startnummer	90511722
Mads Kristian Strand	Start/startnummer	93642035
Stian Sivertsen		48012365
Sissel Langås Pedersen	Kjøkken (ansvarlig)	
Elisabeth Lello Talseth	Kjøkken	97696150
Kine Sofie Sandstad Skjeset	Speaker	99573846

ONSDAG 07. FEBRUAR (FRISTIL)

Mannskap:	Funksjon:	Mobil:
Jan Jacobsen	Uteansvarlig	
Lene Ness-Jensen	Tidtaking	99029911
Kristoffer Heirsaunet	Tidtaking	91700560
Mads Kristian Strand	Start/startnummer	93642035
Hermann Leithe	Start/startnummer	90751149
Marte Haugan		91764742
Rolf Alstad		97580515
Grete Salater	Kjøkken (ansvarlig)	95816477
Gro Teodorsen	Kjøkken	
Marianne Langøygard	Speaker	91720057

ONSDAG 14. FEBRUAR LEVANGERKARUSELL (KLASSISK)

Mannskap:	Funksjon:	Mobil:
Marte Skoglund	Uteansvarlig	97143430
Lene Ness-Jensen	Tidtaking	99029911
Kristoffer Heirsaunet	Tidtaking	91700560
Mads Kristian Strand	Start/startnummer	93642035
Sondre Lomsdal	Start/startnummer	99570787
Odd Anders Alstad		98068034
Margaret Ness		93047157
Laila Indal Sivertsen	Kjøkken (ansvarlig)	
Marita Jacobsen	Kjøkken	
Eivind Ness-Jensen	Speaker	91860549

ONSDAG 28. FEBRUAR (FRISTIL)

Mannskap:	Funksjon:	Mobil:
Marte Skoglund	Uteansvarlig	97143430
Lene Ness-Jensen	Tidtaking	99029911
Kristoffer Heirsaunet	Tidtaking	91700560
Ole Ingar Pedersen	Start/startnummer	97499498
Mads Kristian Strand	Start/startnummer	93642035

Lars Sandstad Skjeset		91387679
Lene Jacobsen	Kjøkken (ansvarlig)	
Ann-Kristin Alstad	Kjøkken	95191219
Morten Munkeby	Speaker	90531102

ONSDAG 06. MARS (KLASSISK)

Mannskap:	Funksjon:	Mobil:
Marte Skoglund	Uteansvarlig	97143430
Lene Ness-Jensen	Tidtaking	99029911
Kristoffer Heirsaunet	Tidtaking	91700560
Sigurd Eggen	Start/startnummer	99530260
Mads Kristian Strand	Start/startnummer	93642035
Jørgen Hjulstad Nilsen		
Gunnar Alstad	Kjøkken (ansvarlig)	95919441
Kristian Aune	Kjøkken	
Are Skaufel	Speaker	90546436

SØNDAG 07. APRIL - FROLMESTERSKAPET

Mannskap:	Funksjon:	Mobil:
Kristian Matberg	Uteansvarlig	97696247
Kristoffer Heirsaunet	Tidtaking	91700560
Lene Ness-Jensen	Tidtaking	99029911
Mads Kristian Strand	Start/startnummer	93642035
Astrid von Heimburg		48165595
Hermann Leithe		90751149
Åshild Gravdal		48195649
Sissel Langås	Kjøkken (ansvarlig)	48030560
Marte Haugan	Kjøkken	91764742
Arne Talseth	Speaker	95750889