



DELTAGERBREV

Startklar, uret frem og skoene på. Vejen står ukendt og fri. Kursen er givet og du begynder at gå, taktisk lægges en sti. - March og Lejr nr. 31

Kære deltagere og forældre!

Lige om lidt går Sagaløbet 2019 i gang og her får I de sidste relevante informationer inden løbsstart. Det er vigtigt at du som deltager både læser brevet selv og læser det igennem sammen med dine forældre.

Løbets start og afslutning

Løbet starter i år på **Aabybro Efterskole**. Selve løbet starter klokken 16.00, og tjek ind er åben fra 15.00. Der er mange patruljer tilmeldt og alle deltagere skal have tjekket ind senest 15.45, så det er en god idé at møde op allerede 15.00. Tjek ind foregår **samlet som patrulje**, så I kan ikke tjekke ind før hele jeres patrulje, er samlet. Det kan derfor være en god idé at komme til og fra løbet sammen.

Løbet slutter på **Aabybro Efterskole** kl. 10.00 søndag d. 6. oktober.

Løbets start og slutsted gør det ikke fordelagtigt at benytte den offentlige transport, så det vil være en god idé at arrangere samkørsel.

Bemærk at løbets start og slut er anderledes end det oplyste på tilmeldingen. Kør efter adressen Kærvej 4, 9440 Aabybro.

App'en

Alle jeres svar på døde poster og postpoint skal indberettes gennem vores app. For at komme ind på app'en, skal I bruge denne hjemmeside <http://www.point.sagalobet.dk/> og koden vil være jeres patruljenummer.

Inde i app'en vil det være nemt at finde den funktion, som I skal bruge, når I skal svare på en død post eller giver postpoint. Det er også muligt at finde telefonnummeret til nødtelefonen inde i app'en, hvis dette skulle blive nødvendigt.

Tjek ind og ud

For at hele Sagaløbet kan hænge sammen, bruger vi på løbet et system, til at holde øje med hvilke poster I har været på. Det er postmandskabet, der sørger for at tjekke jer ind på og ud fra posterne.

Når I har tjekket ind på løbet, vil I få udleveret et velkomstbrev.

Når I skal tjekke ind og ud på løbet sker det ved postmandskabet, som tjekker jer ind og ud. Når I løser poster, kommer det til at foregå på følgende måde:

- Tjekke ind ved at aflevere jeres ID-kort til postmandskabet
- Læse den udleverede postbeskrivelse
- Vælge om I vil forsøge at få de 25 bonuspoint
- Løse posten
- Give posten point fra 1 - 10 på www.app.sagalobet.dk.
- Tjekke ud ved at få jeres ID-kort tilbage fra postmandskabet

Medbring

- Madpakke til lørdag aften og nat
- Vandflaske
- Krus



- Solidt, varmt og vandtæt fodtøj
- Varmt tøj til natten (+ hue og handsker)
- Regntøj
- March og Lejr
- FDF-skjorte
- Pandelampe
- Refleksvest
- Ben-reflekser (2 stk.)
- PowerBank til opladning af mobiltelefon
- Sovepose
- Liggeunderlag

Det er en god idé at overveje hvad du tager med at spise på løbet. Slik kan være lækkert og give hurtig energi, men det kan også gøre det sværere at holde sig kørende, når først man løber tør. Tal med dine forældre, ledere og de andre i patruljen om hvad der kan være en god idé at have med, som både er nemt at spise mens man går og som ikke giver for store sukkerchok.

Liggeunderlag og sovepose pakkes i en taske for sig selv. Denne taske mærkes med navn, patruljenavn og kreds. Tasken kommer til at vente på jer ved løbets base, og så kan I få den udleveret, hvis I engang skal sove.

Refleksvesten og ben-reflekserne skal bæres fra løbet skydes i gang og indtil I ankommer til mål. Hvis ikke alle deltagere i patruljen bærer reflekserne trækkes der 100 point fra patruljen pr. deltager, der ikke opfylder kravet.

Som patrulje skal I også medbringe:

- Trangia
- Kompas
- Papir
- Kuglepen
- Kortlomme (En tætlukselig plastiklomme)
- Smartphone
- Lille førstehjælpstaske

Startkuvert

Når patruljen er tjekket ind, vil I få udleveret startkuverten. I denne kuvert vil I finde kortet over den første rute på løbet, samt alle de øvrige informationer I skal bruge for at starte.

Det er vigtigt at **alle** i patruljen har læst og forstået informationerne i startkuverten inden I forlader start. Sæt jer derfor ned samlet og læs tingene igennem før I farer ud på løbet.

Forberedelsesposten

Hvis din patrulje endnu ikke har øvet sig på forberedelsesposten, så kan det nås endnu. I kan finde postbeskrivelsen på www.sagalobet.dk

Forberedelsesposten er en af posterne på løbet, som bliver sværere at løse, hvis I ikke har øvet sig hjemme fra.

Sagaløbet 2019



5.-6. oktober 2019



Sagaløbsmærket

Hvis det er første gang du gennemfører Sagaløbet, vil du modtage et Sagaløbsmærke. Vinderne af Sagaøksen og Seniorøksen vil også få et mærke med guldkant, uanset om de har vundet før eller ej.

Mobiltelefoner

Jeres mobiltelefoner skal på løbet bruges til at give posterne point, samt svare på døde poster og lignende gennem app'en. Det er altså nødvendigt at mindst en deltager i patruljen har en smartphone, der kan holde strøm gennem hele løbet.

Under løbet er det ikke meningen at I skal kontakte nogle andre patruljer, eller nogle der sidder hjemme og ikke er på løb. Mobiltelefonen er altså et redskab til løbet og ikke et kommunikationsmiddel til omverdenen. Dette gælder også hvis I på et tidspunkt bliver presset. Lad være med at ringe hjem, men forsøg at støtte hinanden i patruljen. Hvis løbet stadig er uoverskueligt og det hele stadig er surt, når I ankommer til næste post, så er det altid muligt at trække sig ud af løbet. Tøv ikke med at ringe til nødnummeret, hvis der sker noget som I ikke kan klare selv i patruljen. Nødnummeret kan ikke bruges som supportnummer til at få hjælp med at finde vej eller svare på poster undervejs på løbet.

Det er ikke muligt at få ladet telefonerne op under løbet, så det kan være en fordel at medbringe en powerbank og flere telefoner pr. patrulje. Sørg også for kun at bruge telefonen til ting, som har med løbet at gøre. På den måde kan telefonen sagtens holde hele natten. Det hjælper også at holde telefonen et varmt sted så batteriet ikke aflader.

Til forældre

Hvis jeres barn, mod forventning, på et tidspunkt i løbet af Sagaløbet ringer jer op, med problemer, opfordrer vi jer til at tage situationen med ro, og forsøge at berolige jeres barn. Efterfølgende vil vi meget gerne at I kontakter Sagaløbsudvalget på telefon 41 73 11 82 inden I tager nogen beslutning om eventuelt at hente jeres barn. Situationen er som regel mindre problematisk end jeres barn beskriver, og vi sørger altid for at de alle kommer hjem med en god oplevelse. Husk at jeres børn kan dobbelt så meget som de selv tror og ti gange så meget som I tror, og vi lover jer at vi passer godt på dem.

Vi håber, at du føler dig klar til årets bedste natløbsoplevelse i FDF, og at du glæder dig ligeså meget som vi gør i udvalget! Vi er nemlig så klar til at møde jer alle sammen på lørdag!

De gladeste løbshilsner

Camilla, Charlotte, Casper, Dan, Jens Peter, Jeppe, Lasse, Sandra og Theiss
Sagaløbsudvalget