

Sanitetsplan Høgseterrennet 2024

Sanitetsansvarlig: Håvard Hammer 91300252

Rennleder: Torbjørn Ekle 90999197

Ass rennleder: Karl Roger Hegseth 92854432

TD: Håvard Rokke 95992786

Nødnummer: 113

Evakureringspunkt: se også kart vedlegg

1: Øvervollen: UTM 33 7055 3109

2: Rundstaven: UTM 33 7055 3130

3: Korstjønna: UTM 33 7051 3067

4: Vårtun: UTM 33 7049 3052

Sanitetsansvarlig vil stå plassert sentralt i løypa under løpet på en plass med mobil dekning. Utstyrt med scooter med slede med mulighet for transport av liggende personell.

Utstyr som medbringes: hjertestarter, førstehjelpsutstyr samt nødvendig materiell for å holde pasient varm

Det vil være følge scooter bak siste løper under hele løpet. Aasguten har ansvaret for følgescooter fram til 2 matstasjon og Skjelstadmark har ansvar fra 2 matstasjon til mål på Vårtun. Følgescooter skal ha med slede med mulighet for transport av liggende personell samt nødvendig utstyr for å holde pasienten varm.

Handling ved ulykke:

Alle løpere er pliktig til å stoppe og hjelpe andre utøvere som har behov for hjelp. Ved ulykke meld fra til Sanitetsansvarlig og eller rennleder. Meld hva det gjelder og hvor dere er. Ved kritisk skade ring 113. Utøv 1 hjelp etter beste evne og det viktigste er å holde skad personell varm.

Hvis man evt har problemer underveis iløpet ta kontakt med sanitetsansvarlig, rennleder eller be de ansvarlige på matstasjonene ta kontakt med rennledelsen.

All evakuering av syke eller skade skal foregå med løpsretningen slik at det ikke oppstår farlige situasjoner for de andre løperne.

Det skal til enhver tid være en scooter bak siste løper.

