

**DUGNADSLISTE KVAM LSK - ALLE AKTIVTETAR - SJUSETE VINTEREN 2024**

Skulle ikkje tidspunktet som er sett opp høve, ber me dykk byta med nokon andre på lista eller varalista (ver ute i god tid). Dersom ein bytar med nokon på varalista, står ein sjølv på lista til ein har teke ei vakt. Dersom ein står på varalista og tek ei vakt for andre vert ein fjerna frå varalista. Gje beskjed til rennleiar eller kontaktperson kafé om eventuelle byter. På førehand TUSEN TAKK for hjelpa!

**DUGNADSLISTE serierenn 2024**

Dag	Dato	Dugnadsoppgåve	Tidsrom	Dugnad for medlem - aktivitet	Føresette	Telefon	Annan informasjon
<b>Mandag</b>	<b>08.01.2024</b>	Rennleiar	16:45-19:00	Synneva Laupsa Mo - skiskyting	Silje Laupsa Mo	95909047	<b>Skøyting</b>
		Speaker	17:00-19:00	Kjetil Soldal - skiskyting	Øyvind Soldal	97767093	
		Tidtaking	17:00-19:00	-	Sondre Helgesen	95730161	
		Brikker/hjelpe tidtakar	17:45-19:00	Tuva Tveiten Botnen - skileik	Sverre Olav Botnen	95267651	
		Brikker/hjelpe tidtakar	17:45-19:00	-	Torstein Torsvik	90917341	
		Sekreteriat/påmelding/startnr/hjelpe tidtakar	17:00-19:00	Alma Rake - skitrening	Mari Rake	94276948	
		Sekreteriat/påmelding/startnr/hjelpe tidtakar	17:00-19:00	Tiril Elise Vestbø - skileik	Elisabeth Vestbø	90169757	
		Løypevakt/start/stadion/rigge løype	17:00-19:00	Amalie Tveitnes - skileik	Jan Olav Tveitnes	90615201	
		Løypevakt/start/stadion/rigge løype	17:00-19:00	-	Torstein Torsvik	90917341	Går til brikker 17:45
		Saftstasjonar/tømming av boss	17:45-19:00	Bartholomäus Möller - skileik	Barbara Möller	92549985	
		Kafédrift	17:15-19:30	Jørgen Måkestad - serierenn	Eirin Måkestad	41400037	Kontaktperson kafé Eirin Måkestad (41400037)
		Kafédrift	17:15-19:30	-	Martha Strømme	90993955	Kontaktperson kafé Eirin Måkestad (41400037)
<b>Mandag</b>	<b>22.01.2024</b>	Rennleiar	16:45-19:00	Marie Norheim - skileik	Gerd Ingrid D. Norheim	95436773	<b>Klassisk</b>
		Speaker	17:00-19:00	-	Reidun Braut Kjosås	91737515	
		Tidtaking	17:00-19:00	-	Sondre Helgesen	95730161	
		Brikker/hjelpe tidtakar	17:45-19:00	Thorvald Kleivane - skileik	Henriette Steine	99444214	
		Brikker/hjelpe tidtakar	17:45-19:00	Jakob Aarekol Botnen - skitrening	Elisabet Aarekol	97517056	
		Sekreteriat/påmelding/startnr/hjelpe tidtakar	17:00-19:00	Nora Lie - skitrening	Marie Mo Lie	41531492	
		Løypevakt/start/stadion/rigge løype	17:00-19:00	-	Olav Kreken	92089174	
		Løypevakt/start/stadion/rigge løype	17:00-19:00	Johan Aarekol Botnen - skiskyting	Elisabet Aarekol	97517056	Går til brikker 17:45
		Saftstasjonar/tømming av boss	17:45-19:00	Isabelle Burgess-Opheim - skiskyting	Emma Opheim	41312151 (Olav)	
		Kafédrift	17:15-19:30	Olav Skaar Kvarv - serierenn	Øystein Kvarv	95138144	Kontaktperson kafé Eirin Måkestad (41400037)
		Kafédrift	17:15-19:30	-	Martha Strømme	90993955	Kontaktperson kafé Eirin Måkestad (41400037)
		<b>Mandag</b>	<b>05.02.2024</b>	Rennleiar	16:45-19:00	Helle Berg Leiren - skitrening	Amund Leiren
Speaker	17:00-19:00			Ingvill Soldal - skiskyting	Øyvind Soldal	97767093	
Tidtaking	17:00-19:00			-	Sondre Helgesen	95730161	
Brikker/hjelpe tidtakar	17:45-19:00			Marita Tombre - skiskyting	Kjersti Soldal	97663893	
Brikker/hjelpe tidtakar	17:45-19:00			Sigrid Norheim - skiskyting	Lars Norheim	95434272	
Sekreteriat/påmelding/startnr/hjelpe tidtakar	17:00-19:00			Martin Øystese Moe - skiskyting	Mildrid Øystese	91630643	
Løypevakt/start/stadion/rigge løype	17:00-19:00			Villiam Laupsa - skitrening	Håkon Arne Laupsa	95089749	
Løypevakt/start/stadion/rigge løype	17:00-19:00			Asbjørn Norheim - skiskyting	Lars Norheim	95434272	Går til brikker 17:45
Saftstasjonar/tømming av boss	17:45-19:00			-	Britt Gjerde Voster	90600946	
Kafédrift	17:15-19:30			Fredrik Fosse Øyri - serierenn	Knut Andre Øyri	94288990	Kontaktperson kafé Ingerid Duesund (41551816)
Kafédrift	17:15-19:30			-	Martha Strømme	90993955	Kontaktperson kafé Ingerid Duesund (41551816)
<b>Mandag</b>	<b>19.02.2024</b>			Rennleiar	16:45-19:00	Andrea Norheim - skileik	Gerd Ingrid D. Norheim
		Speaker	17:00-19:00	-	Reidun Braut Kjosås	91737515	

		Tidtaking	17:00-19:00	-	Sondre Helgesen	95730161	
		Brikker/hjelpe tidtakar	17:45-19:00	Ingvild Soldal - skiskyting	Claudia Soldal	97524274	
		Brikker/hjelpe tidtakar	17:45-19:00	Sunniva Vestbø - skitrening	Elisabeth Vestbø	90169757	
		Sekreteriari/påmelding/startnr/hjelpe tidtakar	17:00-19:00	Ellen Rykkje - skitrening	Sara Marie Klyve	90939197	
		Løypevakt/start/stadion/rigge løype	17:00-19:00	Benjamin Sæhle Pedersen - skitrening	Brynjolf Sæhle Pedersen	47267979	
		Løypevakt/start/stadion/rigge løype	17:00-19:00	Sunniva Vestbø - skitrening	Elisabeth Vestbø	90169757	Går til brikker 17:45
		Saftstasjonar/tømming av boss	17:45-19:00	Ruth Solveig Gravdal - skitrening	Marta Bergesen Gravdal	95700418	
		Kafédrift	17:15-19:30	Eirik Børven - serierenn	Åshild Klyve	97540073	Kontaktperson kafé Ingerid Duesund (41551816)
		Kafédrift	17:15-19:30	-	Martha Strømme	90993955	Kontaktperson kafé Ingerid Duesund (41551816)
<b>Mandag</b>	<b>04.03.2024</b>	Rennleiar	16:45-19:00	-	Jan Tore Tveit	92499565	<b>Skøyting - Kvammameisterskap</b>
		Speaker	17:00-19:00	Ingvill Soldal - skiskyting	Øyvind Soldal	97767093	
		Tidtaking	17:00-19:00	-	Sondre Helgesen	95730161	
		Brikker/hjelpe tidtakar	17:45-19:00	Henny Torpe - skileik	Hallgeir Torpe	95131350	
		Brikker/hjelpe tidtakar	17:45-19:00	Solveig Rosendahl-Riise - skitrening	Atle Riise	41512543	
		Sekreteriari/påmelding/startnr/hjelpe tidtakar	17:00-19:00	Asbjørn Norheim - skiskyting	Gerd Ingrid D. Norheim	95436773	Premiar
		Løypevakt/start/stadion/rigge løype	17:00-19:00	-	Åse Bystøl Børve	97091758	Premiar
		Løypevakt/start/stadion/rigge løype	17:00-19:00	Solveig Rosendahl-Riise - skitrening	Atle Riise	41512543	Går til brikker 17:45
		Saftstasjonar/tømming av boss	17:45-19:00	Nora Lieungh Langeland - skitrening	Mette Lieungh	90055011	
		Kafédrift	17:15-19:30	Lars Laupsa - serierenn	Bodil Eide Laupsa	91711224	Kontaktperson kafé Ingvild Eikefjord (90097282)
		Kafédrift	17:15-19:30	-	Martha Strømme	90993955	Kontaktperson kafé Ingvild Eikefjord (90097282)

#### DUGNADSLISTE Serierenn skiskyting 2024

Dag	Dato	Dugnadsoppgåve	Tidsrom	Dugnad for medlem - aktivitet	Føresette	Telefon	Annan informasjon
<b>Mandag</b>	<b>15.01.2024</b>	Kafédrift/tillaging av saft	17:30-19:30	Vilde Barane-Birkeland - skiskyting	Linn Barane-Birkeland	90124851	Kontaktperson kafé Eirin Måkestad (41400037)
<b>Mandag</b>	<b>29.01.2024</b>	Kafédrift/tillaging av saft	17:30-19:30	Philomene Möller - skiskyting	Barbara Möller	92549985	Kontaktperson kafé Eirin Måkestad (41400037)
<b>Mandag</b>	<b>12.02.2024</b>	Kafédrift/tillaging av saft	17:30-19:30	Martin Øystese Moe - skiskyting	Mildrid Øystese	91630643	Kontaktperson kafé Ingerid Duesund (41551816)
<b>Mandag</b>	<b>11.03.2024</b>	Kafédrift/tillaging av saft	17:30-19:30	Sandra Langeland - skiskyting	Irene Kolltveit Langeland	99589596	Kontaktperson kafé Ingvild Eikefjord (90097282)
<b>Mandag</b>	<b>18.03.2024</b>	Kafédrift/tillaging av saft	17:30-19:30	Isabella Burgess-Opheim - skiskyting	Emma Opheim	41312151 (Olav)	Kontaktperson kafé Ingvild Eikefjord (90097282)

#### DUGNADSLISTE Seriekretnersrenn skiskyting 2024

Dag	Dato	Dugnadsoppgåve	Tidsrom	Dugnad for medlem - aktivitet	Føresette	Telefon	Annan informasjon
<b>Laurdag</b>	<b>02.03.2024</b>	Kafédrift	10:00-13:30	Tiril Botnen Løvås - skileik	Silje Løvås	41402168	Kontaktperson kafé Ingvild Eikefjord (90097282)
		Kafédrift	10:00-13:30	Kaja Høen Mo - skitrening	Inger Elisabeth Høen	90034066	Kontaktperson kafé Ingvild Eikefjord (90097282)
		Kafédrift	13:00-16:30	Alfred Osmo Flatabø - skitrening	Therese Osmo	48264866	Kontaktperson kafé Ingvild Eikefjord (90097282)
		Kafédrift	13:00-16:30	Andrea Ullensvang - skitrening	Kristi Vangdal	95994529	Kontaktperson kafé Ingvild Eikefjord (90097282)
<b>Sundag</b>	<b>03.03.2024</b>	Kafédrift	10:00-13:30	Elisabeth Børsting Skeie - skileik	Stine Elisabeth Børsting	95135535	Kontaktperson kafé Ingvild Eikefjord (90097282)
		Kafédrift	10:00-13:30	Markus Dyrøy Eikefjord - skileik	Ingvild Eikefjord	90097282	Kontaktperson kafé Ingvild Eikefjord (90097282)
		Kafédrift	13:00-16:30	Martin Marøy - skileik	Maren Rong	90622960	Kontaktperson kafé Ingvild Eikefjord (90097282)
		Kafédrift	13:00-16:30	Hilda Flotve Neteland - serierenn	Olve Neteland	97128879	Kontaktperson kafé Ingvild Eikefjord (90097282)

#### DUGNADSLISTE Skileik - Skitrening 2024

Dag	Dato	Dugnadsoppgåve	Tidsrom	Dugnad for medlem - aktivitet	Føresette	Telefon	Annan informasjon
<b>Torsdag</b>	<b>11.01.2024</b>	Kafédrift	17:00-19:30	Synneva Klyve - skileik	Siri Botnen Klyve	48039320	Kontaktperson kafé Eirin Måkestad (41400037)
		Kafédrift	17:00-19:30	Eivind Hauger - skileik	Bjørkulv Hauger	95286230	Kontaktperson kafé Eirin Måkestad (41400037)

Torsdag	18.01.2024	Kafédrift	17:00-19:30	Aurora Kjos Bjørke - skileik	Carina Kjos	93402816	Kontaktperson kafé Eirin Måkestad (41400037)
		Kafédrift	17:00-19:30	Bjarne Van de Wiel	Anneleen Geurts	46644865	Kontaktperson kafé Eirin Måkestad (41400037)
Torsdag	25.01.2024	Kafédrift	17:00-19:30	Olivia Handegaard Aase - skileik	Per Steinar Aase	97130210	Kontaktperson kafé Eirin Måkestad (41400037)
		Kafédrift	17:00-19:30	Julie Opheim - skileik	Thea Opheim	95969411	Kontaktperson kafé Eirin Måkestad (41400037)
Torsdag	01.02.2024	Kafédrift	17:00-19:30	Amalie Grace Gangdal - skileik	Lauren Huckstepp	94154730	Kontaktperson kafé Ingerid Duesund (41551816)
		Kafédrift	17:00-19:30	Sondre Fjellro - skileik	Linn Therese Fjellro	48157253	Kontaktperson kafé Ingerid Duesund (41551816)
Torsdag	08.02.2024	Kafédrift	17:00-19:30	Ingrid Træbakken - skileik	Karin Træbakken	47624221	Kontaktperson kafé Ingerid Duesund (41551816)
		Kafédrift	17:00-19:30	Sverre Laupsa Husebø - skileik	Anne Marie Laupsa	95286231	Kontaktperson kafé Ingerid Duesund (41551816)
Torsdag	15.02.2024	Kafédrift	17:00-19:30	Vilde Nesse Soma - skileik	Stein Soma	95240585	Kontaktperson kafé Ingerid Duesund (41551816)
		Kafédrift	17:00-19:30	Bjørnar Øye Steine	Kristin Øye Havås	97730576	Kontaktperson kafé Ingerid Duesund (41551816)
Torsdag	22.02.2024	Kafédrift	17:00-19:30	Selma Fykse - skileik	Alf Olav Fykse	97678557	Kontaktperson kafé Ingvild Eikefjord (90097282)
		Kafédrift	17:00-19:30	Håvard Froastad Kvittingen - skileik	Miriam Froastad	95277024	Kontaktperson kafé Ingvild Eikefjord (90097282)
Torsdag	07.03.2024	Kafédrift	17:00-19:30	Sara Tyssebotn - skileik	Kristina Åkre	97730343	Kontaktperson kafé Ingvild Eikefjord (90097282)
		Kafédrift	17:00-19:30	Henrik Mo Bjørklund - skitrening	Vanja Byrkjeland	45258910	Kontaktperson kafé Ingvild Eikefjord (90097282)
Torsdag	14.03.2024	Kafédrift	17:00-19:30	Aina Øvrehus - skileik	Sevi Øvrehus	46360721	Kontaktperson kafé Ingvild Eikefjord (90097282)
		Kafédrift	17:00-19:30	Torkil Ensby Dragsund - skileik	Mads Dragsund	41470189	Kontaktperson kafé Ingvild Eikefjord (90097282)
Torsdag	21.03.2024	Kafédrift	17:00-19:30	Aodne Aalvik - skitrening	Therese Rykkje	97678274	Kontaktperson kafé Ingvild Eikefjord (90097282)
		Kafédrift	17:00-19:30	Marie Vangen Eide - skileik	Carolina Vangen	97134886	Kontaktperson kafé Ingvild Eikefjord (90097282)

#### DUGNADSLISTE Torefjellsrennet 2024

Dag	Dato	Dugnadsoppgåve	Tidsrom	Dugnad for medlem - aktivitet	Føresette	Telefon	Annan informasjon
Laurdag	09.03.2024	Rennleiar	08.00-	-	Jan Tore Tveit	92499565	
		Speaker	08.30-	-	Reidun Braut Kjosås	91737515	
		Tidtaking	08.30-	-	Sondre Helgesen	95730161	
		Parkeringsvakt	09.00-	Olvar Tyssebotn - skileik	Anette Tyssebotn	93445289	
		Sanitet	09.00-	Røde Kors	Røde Kors		Skal bestillast inn
		Sekreteriat/startnr/påmelding/premiar	08.30-	Edith Helgheim Sandven - skileik	Tonje Helgheim	41620047	
		Sekreteriat/startnr/påmelding/premiar	08.30-	Isa Huse Nyland - skileik	Sissel Huse	97096902	
		Sekreteriat/startnr/påmelding/premiar	08.30-	Thor Skåre Solheim - langrenn	Kjetil Aarsand	98820428	
		Sekreteriat/startnr/påmelding/premiar	08.30-	Vilde Floen Gravdal - langrenn	Elisabeth Kristensen	99469291	
		Løypevakt/start/stadion/rigge løype	08.00-	Frå styret	Jon Olav Tveitnes	90615201	
		Løypevakt/start/stadion/rigge løype	08.00-	Frå styret	Sverre Olav Botnen	95267651	kontaktpunkt ved spørsmål
		Løypevakt/start/stadion/rigge løype	08.00-	Frå styret	Torstein Torsvik	90917341	kontaktpunkt ved spørsmål
		Løypevakt/start/stadion/rigge løype	08.00-	Alfred Sandven - skileik	Frode Sandven	99419578	
		Løypevakt/start/stadion/rigge løype	08.00-	Jens Eknes - skileik	Sjurd Eknes	92216820	
		Løypevakt/start/stadion/rigge løype	08.00-	Peder Selsvik Røberg - skileik	Magnus Røberg	97744457	
		Løypevakt/start/stadion/rigge løype	08.00-	Emma Vikør Bjørke - skileik	Hallvard Bjørke	47040416	
		Løypevakt/start/stadion/rigge løype	08.00-	Odin Vik - skileik	Heine Vik	95286229	
		Saftstasjonar/tømming av boss	08.30-	Nora Lieungh Langeland - langrenn	Terje Langeland	97564158	
		Saftstasjonar/tømming av boss	08.30-	Aksel Brattli Botnen - skileik	Ole Harald Botnen	90732019	
		Kafédrift	10.00-13.30	-	Martha Strømme	90993955	Kontaktperson kafé Ingerid Duesund (41551816)
Kafédrift	10.00-13.30	Brage Rivenes Rykkje - skitrening	Jeanette Rivenes	95763131	Kontaktperson kafé Ingerid Duesund (41551816)		

	Kafédrift	13.00-16.30	Emilian Aga Ystheim - skileik	Karoline Aga	41764091	Kontaktperson kafé Ingerid Duesund (41551816)
	Kafédrift	13.00-16.30	Signe Augusta Ones - serierenn	Silje Norheims Bøe	92653569	Kontaktperson kafé Ingerid Duesund (41551816)

### DUGNAD Kvammasprintstafett 2024

Dag	Dato	Dugnadsoppgåve	Tidsrom	Dugnad for medlem - aktivitet	Føresette	Telefon	Annan informasjon
Sundag	10.03.2024	Rennleiar	10:00-16:00	Helle Berg Leiren - skitrening	Amund Leiren	92854887	
		Speaker	11:00-16:00	Ingvill Soldal - skitrening	Øyvind Soldal	97767093	
		Målfoto	11:00-16:00	Veronica Steine Osmo - skileik	Victoria Steine	98845050	
		Parkeringsvakt	10:30-16:00	Celine Fjellro - skileik	Roger Fjellro	92464592	
		Sanitet	11:30-16:00	Ovidia Aarekol Borge - skileik	Kristina Borge Aarekol	95924849	
		Sekreteriat/startnr/påmelding/premiar	10:30-16:00	-	Åse Bystøl Børve	97091758	
		Sekreteriat/startnr/påmelding/premiar	10:30-16:00	Helena Botnen-Lillevet - skileik	Solveig Botnen	97199627	
		Sekreteriat/startnr/påmelding/premiar	10:30-16:00	Petter Skeie Willemoes - skileik	Eli Skeie	98690202	
		Sekreteriat/startnr/påmelding/premiar	10:30-16:00	Isak B. Rognerud - skileik	Tove Botnen	99106513	
		Sekreteriat/startnr/påmelding/premiar	10:30-16:00	William Sekse Strømmen - skileik	Ingrid Marie Sekse	95131347	
		Løypevakt/start/stadion/rigge løype	10:00-16:00	-	Jan Tore Tveit	92499565	Løypeansvarleg
		Løypevakt/start/stadion/rigge løype	10:00-16:00	Torje Mæland - langrenn	Sveinung Mæland	91861404	
		Løypevakt/start/stadion/rigge løype	10:00-16:00	Andreas Haukaas - langrenn	Trude Haukaas	41527388	
		Løypevakt/start/stadion/rigge løype	10:00-16:00	Frå styret	Sverre Olav Botnen	95267651	kontaktpunkt ved spørsmål
		Løypevakt/start/stadion/rigge løype	10:00-16:00	Frå styret	Torstein Torsvik	90917341	kontaktpunkt ved spørsmål
		Løypevakt/start/stadion/rigge løype	10:00-16:00	Alma Bjelland - skileik	Håkon Bjelland	97339445	
		Løypevakt/start/stadion/rigge løype	10:00-16:00	Anna Sigrid Kvarv - langrenn	Eirik Kvarv	95735195	Ansvar ved start
		Løypevakt/start/stadion/rigge løype	10:00-16:00	Maren Laupsa-Borge - skileik	Anne-Gunn Laupsa-Borge	97155259	
		Kafédrift	10:00-13:30	-	Martha Strømme	90993955	Kontaktperson kafé Ingerid Duesund (41551816)
		Kafédrift	10:00-13:30	Jakob Rykken Padøy - skitrening	Sidsel Rykken	92661203	Kontaktperson kafé Ingerid Duesund (41551816)
Kafédrift	13:00-16:30	Jakob Aarhus - skileik	Aleksandra Aarhus	93443433	Kontaktperson kafé Ingerid Duesund (41551816)		
Kafédrift	13:00-16:30	Tiril Brekke - skileik	Harald Brekke	94894188	Kontaktperson kafé Ingerid Duesund (41551816)		

### VARALISTE - ALLE AKTIVITETAR - her kjem det fleire etterkvart som påmelding kjem inn

			Dugnad for medlem - aktivitet	Føresette	Telefon	Annan informasjon
			Julia Storli - skileik	Maria Rykkje	98863784	
			Åsne Eide Skeie - serierenn	Wenche Eide Skeie	97182586	
			Alvin Økland - serierenn	Ragnhild Børven	47371883	
			Amalie Øystese Larsen - serierenn	Carina Øystese	95421410	
			Frida Kvittingen - serierenn	Karina Berge	92637848	
			Åsta Sørheim Almeland - serierenn	Stian Kreken Almeland	40851776	
			Sverre Eide - serierenn	Hilde Kleven Eide	91525548	
			Vilde Floen Gravdal - skitrening	Elisabeth Floen Kristensen	99469291	
			Jone Mo - serierenn	Christian Mo	92885396	