



Skal du være

**Holdkaptajn**

på et hold til

# Stafet For Livet

**Hillerød**

Tilmeld dig som Fighter, holdkaptajn eller -deltager på:  
[www.stafetforlivet.dk/hilleroed](http://www.stafetforlivet.dk/hilleroed)

**Læs mere her:**

[www.stafetforlivet.dk/hilleroed](http://www.stafetforlivet.dk/hilleroed)

[www.facebook.com/stafetforlivetHillerød](https://www.facebook.com/stafetforlivetHillerød)



## Skal du være holdkaptajn på et hold til Stafet For Livet Hillerød 2024?

Siden 2018 har vi hver sommer afholdt Stafet For Livet i Nødebo med det formål at samle penge ind til Kræftens Bekæmpelse.

Stafet For Livet Hillerød afholdes på Nødebos Sportsplads og er en 12 timers stafet fra kl. 11 -23. Stafetbanen er 500 meter på pladsen, og 5 km i skoven.

Indtægterne kommer dels fra et deltagergebyr på 150 kr. for voksne og 75 kr. for børn/hunde, dels fra donationer fra sponsorer og fra aktiviteter før og under stafetten.

På stafetpladsen er der underholdning fra den opstillede scene og spændende aktiviteter for både børn og voksne. Det også muligt at købe mad og drikke.

### Stafet For Livet Hillerød

Lørdag den 31. august 2024 kl. 11 - 23.

Kom og vær med og få en dag/timer sammen med din familie, kollegaer, kammerater m.m.



### Hvad er holdkaptajnens rolle?

Den, der tilmelder et hold på Stafet For Livets hjemmeside, bliver automatisk registreret som holdkaptajn. Det betyder i praksis at det er holdkaptajnen, som modtager al kommunikation fra arrangørerne, som vedkommende så skal formidle videre til holdets deltagere. Derudover er holdkaptajnens væsentligste opgave at finde deltagere til holdet og motivere dem til at tilmelde sig. Det vil også typisk være holdkaptajnen, som laver en plan for, hvilke af holddeltagerne, som er på banen hvornår, så holdet er repræsenteret i hele stafetperioden. Derudover er der ikke nogen faste opgaver forbundet med rollen som holdkaptajn. Hvis holdet vil lave indtægts-genererende aktiviteter eller vil prøve at finde runde-sponsorer eller vil sætte et telt op, vil det ofte være holdkaptajnen, som koordinerer dette. Men det er helt op til de enkelte hold, om de vil det, og i givet fald, hvordan det bliver organiseret.

### Hvad er et stafehold?

Et stafehold består typisk af et antal personer fra en eller anden form for fællesskab. Det kan være en familie, en vennekreds, en arbejdsplads, en løbeklub, en skoleklasse eller lignende. Der er ikke nogen regler for, hvor mange man skal være på et hold, men de fleste hold er på 10 personer og opefter. Idéen er, at hvert hold har minimum én deltager på banen under hele stafetten. Hver gang en deltager har gået eller løbet en runde, registreres det på en rundetæller, som viser det samlede antal runder, som holdet har tilbagelagt.

Hvis holdet kan skaffe en eller flere sponsorer, som vil donere et beløb for hver runde, som holdet tilbagelægger, vil det selvfølgelig være en ekstra motivation for holdets deltagere, men dette er ikke noget krav. Holdet kan også lave forskellige former for indtægts-genererende aktiviteter før eller under stafetten. Men det er bestemt heller ikke noget krav. Eksempler på aktiviteter kan f.eks. være salg af hjemmelavede ting, deltagelse i konkurrencer, fiskedam, ansigtsmaling etc.

Mange hold sætter et telt eller en pavillon op, hvor de kan opholde sig, når de ikke lige er på stafetbanen. Det kan være fint at have et samlingssted, hvor man kan slappe lidt af, spise aftensmad eller bare hygge lidt med de øvrige hold-deltagere.

Læs mere her:  
[www.stafetforlivet.dk/Hilleroed](http://www.stafetforlivet.dk/Hilleroed)  
[www.facebook.com/stafetforlivetHillerød](https://www.facebook.com/stafetforlivetHillerød)