

Vallarskoðun og upphitun

Gylfi Már
Helgi Mikael

Plana tímann fyrir leik

Leiktími: 19.00

Mæting: 17.30

Vallarskoðun: 17.35

Samstarf: 18.00

Upphitun: 18.20-18.45

Út á völl: 18.53

Vallarskoðun

- Sýna fagmennsku
- Skoða alla þætti leikvangs sem snúa að dómarateyminu
 - Boðvangur og hliðarlína aðstoðardómara
- Prófa samskiptabúnað
- 9.15 „hættusvæðið“ og finna útgangspunkta

- Hlutverk fjórða dómara eftir vallarskoðun og í upphitun

Upphitun

- Setja upp sína upphitun
 - Byrjun. Miðja. Endir.
- Halda rútínu
- Taka leiklíkar æfingar
- Miða við teymið
- Koma hausnum í gang