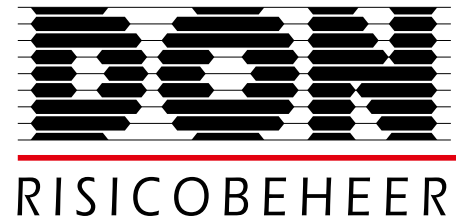


SPONSORS



— Stadsloop — Jeugdloop

SUBSPONSORS



Toyota Autobedrijf De Jonge BV Vlissingen/Goes



**VRIJDAG**  
**29 MEI 2020**

**20<sup>e</sup> ZLM-DON STADSLOOP MIDDELBURG**

Voorprogramma: Qui-Vive Spektakelrun



Foto: Arjan Schotanus

[www.zlmdonstadsloop.nl](http://www.zlmdonstadsloop.nl)

## ZLM-DON STADSLOOP 2020

### Datum

Vrijdag 29 mei 2020

### Locatie

Binnenstad Middelburg met start en finish op de Markt.

### Programma

1 Qui-Vive Spektakelrun  
Hardloopwedstrijd van 2,0 km door de binnenstad van Middelburg.  
Start : 19.00 uur

2 ZLM Don Stadsloop  
Afstand 7,5 km  
Individueel en teams.  
Start : 20.00 uur

### ZLM Don Stadsloop

- Minimumleeftijd 15 jaar.
- Voor alle deelnemers en teams wordt een klassement opgemaakt m.b.v. elektronische tijdwaarneming.
- Voor teams is een dames- en herenklassement.
- Teams bestaan uit 4 dames of 4 heren.
- Ook gemengde teams zijn mogelijk, deze worden opgenomen in het herenteamklassement.



### Klassementen

Leeftijdscategorieën heren: senioren (15-35 jaar), 35+, 45+, 55+ en 65+  
Leeftijdscategorieën dames: senioren (15-35 jaar), 35+, 45+, 55+ en 65+

### Teamrijzen

Prijzen voor de eerste teams in alle categorieën bij zowel de dames als de heren. De gemiddelde leeftijd van de 4 teamleden bepaalt de klasse-indeling.

### Premie parkoersrecord (100 euro)

Heren: Tim Pleijte 22.06 min. (2015)  
Dames: Kamille Soud 26.27 min. (2004)

### Parkoers

Het parkoers gaat over 3 ronden door de historische binnenstad. De totale afstand is 7.500 meter.

### Inschrijven ZLM-Don Stadsloop

Via [www.zlmdonstadsloop.nl](http://www.zlmdonstadsloop.nl)

De uiterste inschrijfdatum is **vrijdag 22 mei**. Wie uiterlijk vrijdag 22 mei inschrijft, kan vanaf dinsdag 26 mei tot en met donderdag het startnummer ophalen bij Koole Sport.

Na-inschrijven van zaterdag 23 mei tot en met donderdag 28 mei via de website [www.zlmdonstadsloop.nl](http://www.zlmdonstadsloop.nl). Startnummers ophalen op wedstrijddag tussen 18.30 uur en 19.30 uur bij het kraampje voor het stadhuis op de Markt. Na-inschrijven kan ook op de wedstrijddag tussen 18.30 uur en 19.30 uur bij het kraampje.

LET OP: Na-inschrijven teams niet mogelijk!



### Kosten

Inschrijfgeld per team	€ 30,00
Individueel	€ 8,00
Dynamica-teams	€ 15,00
Dynamicaleden	€ 4,00
Na-inschrijving allen	€ 10,00

### Betaling inschrijfgeld

Betaling door middel van machtiging.

### Accommodatie

Het secretariaat is voor het stadhuis op de Markt in Middelburg. Kleedgelegenheid in de gymzaal achter de watertoren op het Molenwater. Route ernaartoe wordt met bordjes aangegeven.

### Verzorging

Sportdrink aan de finish, waterpost op de Markt en EHBO aanwezig.

### Voor de start

Ophalen startnummers bij het secretariaat vanaf 18.30 tot 19.30 uur. Of vooraf bij Koole Sport, Armeniaans Schuivlot 20 te Middelburg.

### Markt

- 1 Start/finish
- 2 Wedstrijdsecretariaat
- 3 Drankpost
- 4 Prijsuitreiking
- 5 Qui-Vive speelkussens

### Prijsuitreiking

21.15 uur prijsuitreiking bij Café Brooklyn.

### Verloting

Startnummer is lotnummer. Verloting van de hoofdprijzen is na de prijsuitreiking bij Café Brooklyn. Voor deze prijzen startnummer na finish inleveren bij secretariaat. Meteen na de finish zijn de andere prijzen bij het secretariaat op te halen.

### Voor meer informatie

Adri Koole, Telefoon 0118 - 591 654  
of [www.zlmdonstadsloop.nl](http://www.zlmdonstadsloop.nl)

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

*Deelname op eigen risico*

## QUI-VIVE SPEKTAKELRUN

### Een spannende obstakelrun voor de jeugd!

Voorafgaand aan de ZLM-Don Stadsloop is er voor de jeugd tot 15 jaar een verrassende tocht van 2,0 kilometer door de binnenstad van Middelburg. Onderweg moeten 5 speelkussens gepasseerd worden.

### Tijd

Start is om 19.00 uur

### Inschrijven

Via [www.zlmdonstadsloop.nl](http://www.zlmdonstadsloop.nl)

De uiterste inschrijfdatum is **vrijdag 22 mei**.

Na-inschrijven van zaterdag 23 mei tot en met donderdag 28 mei via de website [www.zlmdonstadsloop.nl](http://www.zlmdonstadsloop.nl). Startnummers ophalen op wedstrijddag tussen 18.30 uur en 19.30 uur bij het kraampje voor het stadhuis op de Markt. Na-inschrijven kan ook op de wedstrijddag tussen 18.00 uur en 18.45 uur bij het kraampje.

### Kosten

Voorinschrijving	€ 3,50
Na-inschrijving	€ 5,00

### Betaling inschrijfgeld

Betaling door middel van machtiging.

### Verzorging

Sportdrink aan de finish, EHBO aanwezig.

### Voor de start

Ophalen startnummers bij het secretariaat vanaf 18.00 tot 18.45 uur. Of vooraf bij Koole Sport, Armeniaans Schuivlot 20 te Middelburg.

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



*Deelname op eigen risico*