

SINTERKLAASLOOP

RECREATIEVE UURLOOP + RONDE AFMAKEN

OP ZATERDAG 3 DECEMBER AANVANG 14.00 UUR

LOCATIE: SPORTPARK SCHENGE/OUDE ZEEDIJK



Beste hardloper v/m,

Na recreatieve uurlopen in september en oktober volgt er dit jaar nog één. Er wordt gelopen op een ronde van 1200 of 1450 meter (hangt al van animo jeugd) in het park achter de atletiekbaan en over de Oude Zeedijk. Het parcours is verhard. In de ronde zit wel een klim en een afdaling. We lopen een uur en daarna maak je de ronde af. Ik tel de rondjes en de looper v/m met de meeste ronden is de winnaar. Bij een gelijk aantal ronden kijken we naar de aankomst.

Wie kan er meedoen?

In principe iedereen. Je kunt het uur solo lopen, maar ook als duo of trio. Bij de duo's of trio's wissel je elkaar normaal gezien elke ronde af, maar een sterkere looper mag ook 2 rondjes achter elkaar lopen. Zo kan een vader of moeder bijvoorbeeld een team vormen met 2 kinderen of een trainer met 2 pupillen, maar andere samenstellingen kunnen uiteraard ook. Deelname is gratis, iedereen krijgt een chocoladeletter of flesopener en de snelsten (vrouw, man, team) een boterstaaf. Van de loop wordt een soort uitslag gemaakt, d.w.z. van iedereen het aantal gelopen ronden. Verder is er een verloting op startnummer met minstens 20 prijzen.

Inschrijven.

Je kunt vanaf nu t/m donderdag 1 december inschrijven via jacroose@hetnet.nl met vermelding van in ieder geval je naam, club of woonplaats. Verder of je solo, als duo of als trio meedoet en met wie je dan samenloopt. Je mag je duo of trio ook een naam geven: Flyers, Hoppers, Duvels, Speedies, Team Jansen, Pietersen, Klaassen of zoiets. Uiterlijk vrijdag 2 december krijg je een mail met de details.

Groeten,

Jan Roose