

Beste atleet,

Goed nieuws. Zaterdag 6 november wordt opnieuw een sportieve dag. Na maanden zonder evenementen, kunnen we nu weer genieten van een leuke wedstrijd. Toch zullen wij nog enkele coronamaatregelen moeten respecteren.



Geen douches beschikbaar

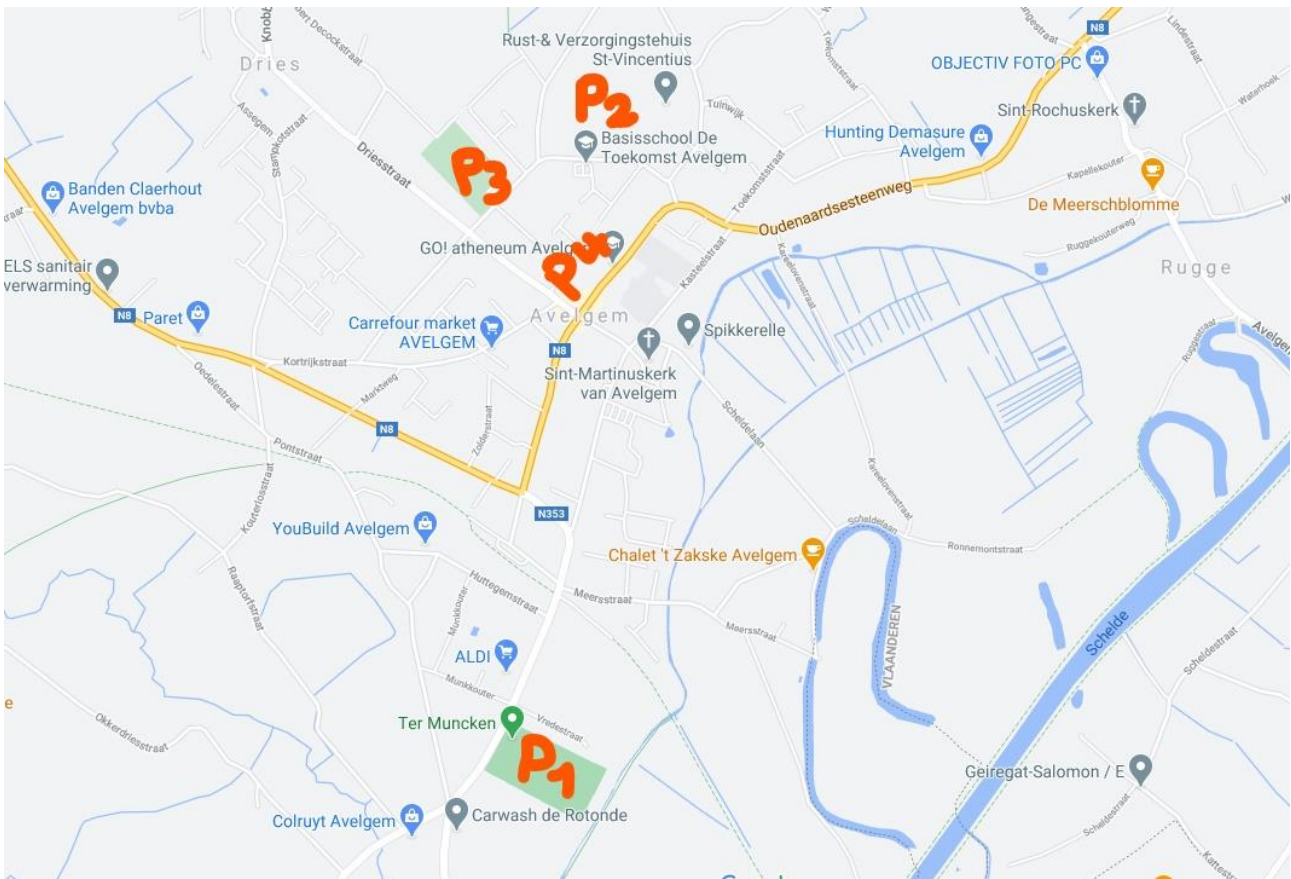


Sterk aanbevolen in Kerkstraat
en plein naast Spikkerelle.



Verplicht in Spikkerelle
(afhalen van nummer/wc)

1. Parkeren





Parking 1: Doorniksesteenweg 226 (parking sportcentrum Ter Muncken)

Parking 2: Kerkhofstraat (parking Basisschool De Toekomst)

Parking 3: Kerkhofstraat (parking t.h.v. het kerkhof)

Parking 4: Oudenaardsesteenweg (parking naast GO Atheneum Avelgem)

(Vanaf 19 uur kan er ook geparkeerd worden aan de Aldi en de Carrefour)

2. Afhalen nummer

Uw borstnummer zal klaar liggen in de foyer van Spikkerelle. (wit gebouw achter de kerk)

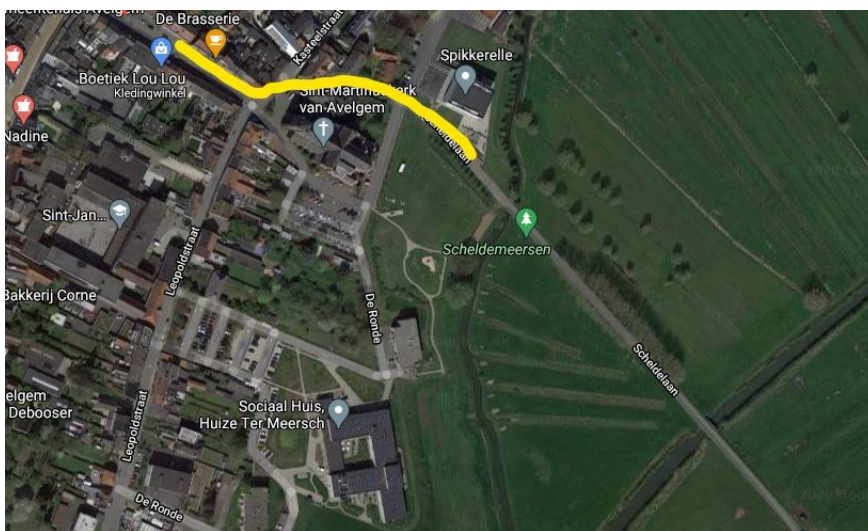
Gelieve zelf veiligheidsspelden te voorzien om uw borstnummer vast te maken. Het nummer wordt vooraan gedragen. Let er wel op dat u de chip niet beschadigd.

Opgelet: daginschrijvingen kunnen tot een half uur voor de start van elke wedstrijd.

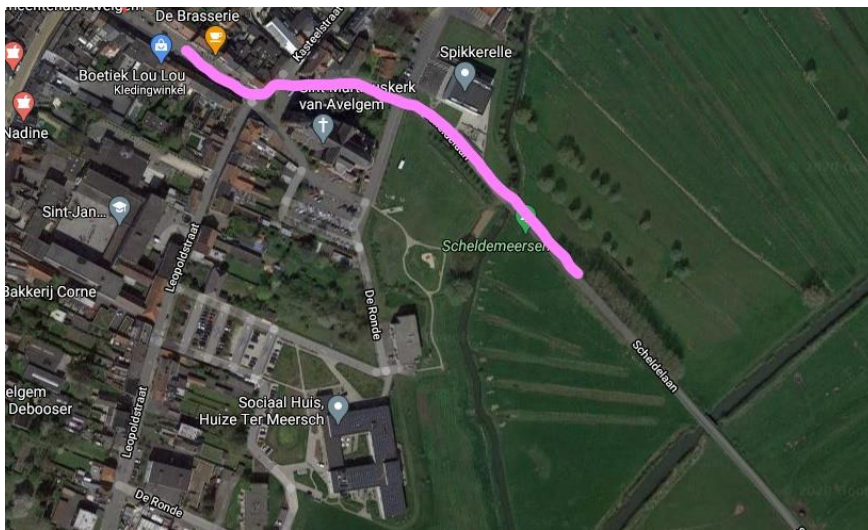
3. Opwarmen

Atleten die wensen op te warmen kunnen dit doen in de Kasteelstraat (zijstraat aan de kerk).

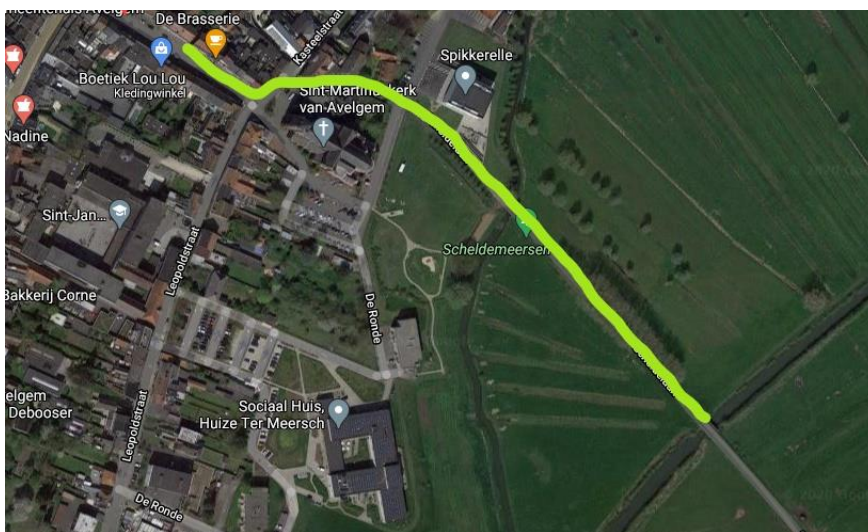
4. Parcours



500 m



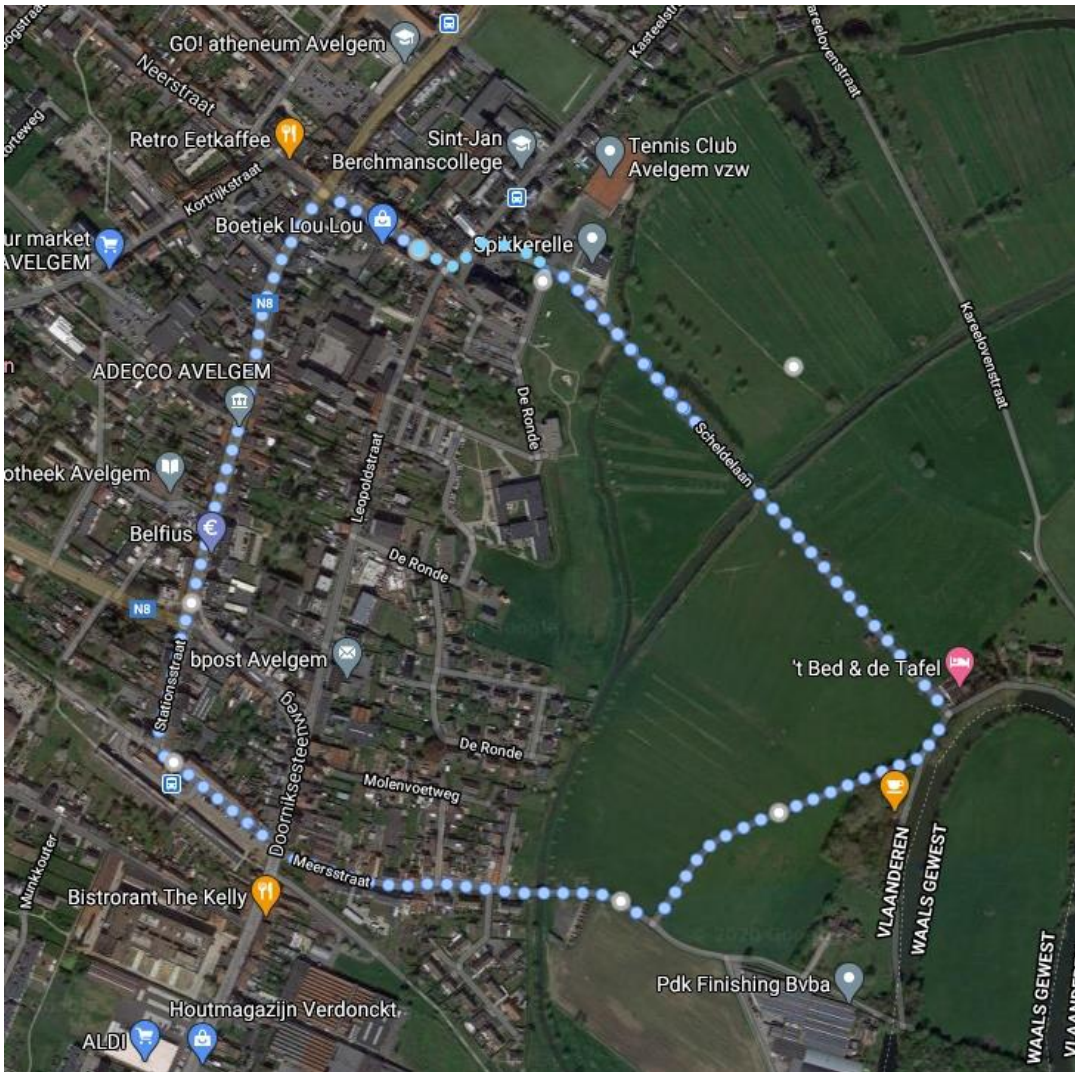
750 m



1000 m

Kidsrun: 500m, 750m en 1000m

Start en aankomst in Kerkstraat. Parcours: heen en terug.



2,5 km

5 km: 2 lussen

Start en aankomst in Kerkstraat.

10 km: 4 lussen

Start en aankomst in Kerkstraat.

10 km aflossing: 1^{ste} loper 2 lussen, 2^{de} loper 1 lus, 3^{de} loper 1 lus.

Start en aankomst in Kerkstraat.

5. Begeleiders en supporters

Er wordt sterk aanbevolen om in de Kerstraat en op het plein naast Spikkerelle een mondkmasker te dragen.

6. De kidsrun

Startuur	Afstand	Geboortjaar deelnemers
17u00	500 m	2014 en jonger
17u15	750 m	2012-2013
17u30	1000 m	2010-2011

Er is bevoorrading voorzien bij de finish (water, fruit, cake).

Elk kind krijgt na de finish een goodiebag en een medaille.

Er is ook een podium voorzien voor de eerste 3 jongens en meisjes van elke wedstrijd.

Het podium gaat door om 18 uur op het plein naast Spikkerelle.

7. De 5 km, 10 km en teamrelay

Startuur	Afstand	Geboortjaar deelnemers	Podium
18u00	5 km dames	2009 en ouder	19u30
19u00	5 km heren	2009 en ouder	20u30
20u00	10 km dames en heren	2009 en ouder	21u30
20u05	5 km + 2,5 km + 2,5 km	2009 en ouder	21u30

Er is bevoorrading van water voorzien in de Kerkstraat bij elke ronde.

Er is bevoorrading voorzien aan de finish (water, fruit, cake).

Vanaf 18u30 kunt u het borstnummer inruilen voor 'feeste' (peperkoek) op het plein naast Spikkerelle.

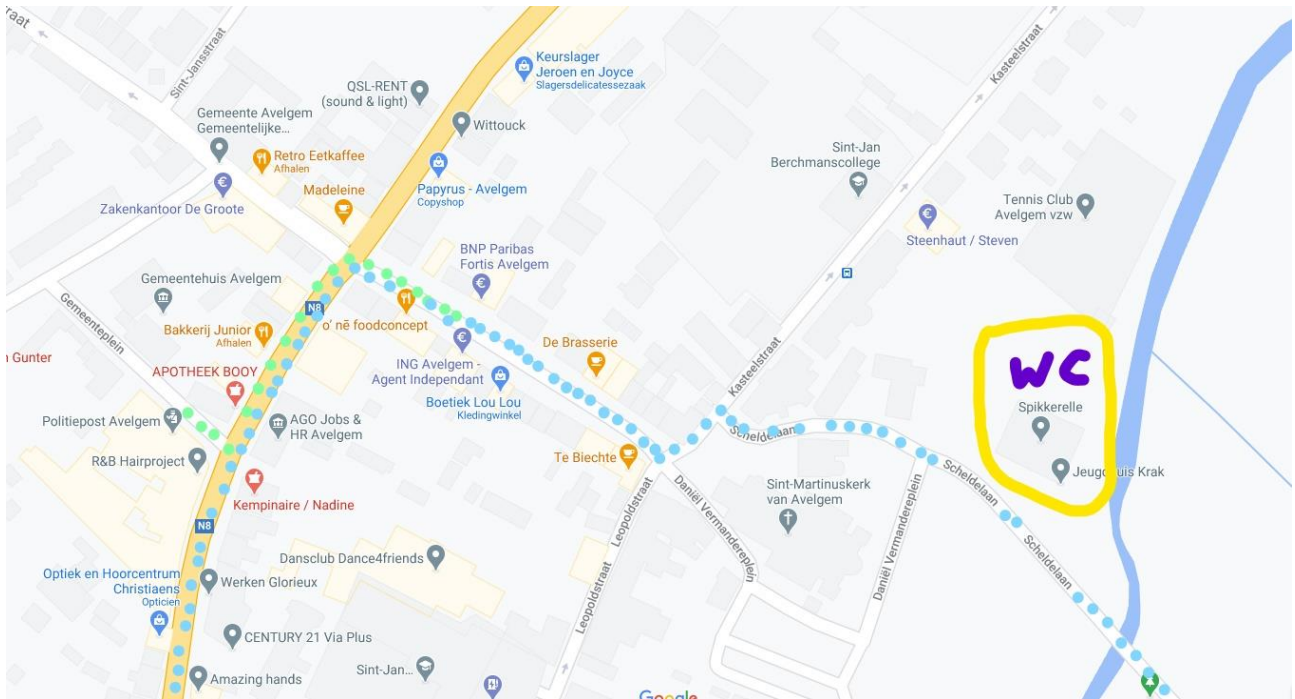
Voor de teamrelay zal er een wisselzone worden voorzien.

Er zijn geldprijzen (75 euro – 50 euro -25 euro) voorzien voor de eerste 3 vrouwen en mannen van elke individuele wedstrijd. Er zijn ook naturaprijzen voorzien voor de nevencategorieën: jeugd (2006-2009), junioren (2002-2005), senioren (1982-2001), master 1 (1972-1981), master 2 (1972 en ouder). De eerste 3 teams krijgen ook een naturaprijs.

8. Sanitaire voorzieningen

Er zijn geen douches voorzien door COVID-19.

De WC's zullen beschikbaar zijn in Spikkerelle. Voorziet u wel van een mondmasker om dit gebouw te betreden.



9. Drink- en eetstand

Vanaf 16u00 tot 00u30 zijn er op het plein naast Spikkerelle warme en koude dranken ter beschikking aan 2 euro per stuk. Ook hotdogs kunnen gekocht worden voor 2 euro om de kleine honger te stillen. Vanaf 20 uur zijn er ook optreden van regionale dj's.