

## JUNIOR TRIATHLON HAZERSWOUDE-DORP - 12 JULI 2026

### DRAAIBOEK

Beste vrijwilligers, dit jaar vindt de 8<sup>e</sup> editie van de Junior Triathlon in het dorp plaats. Dit kan weer dankzij jullie inzet. Alvast bedankt hiervoor.

De start en finish vinden plaats bij zwembad De Hazelaar. Daar zijn het parc fermé en de kleedruimtes. Het zwembadterrein wordt elk jaar opnieuw ingericht. Het fiets- en hardloopparcours zijn gelijk aan voorgaande edities.

Wij verwachten dat het totale evenement van 12.00 tot ongeveer 14.30 gaat duren. Dit is afhankelijk van het aantal deelnemers. De laatste jaren hebben we ongeveer 180 deelnemers.

Wij vragen alle vrijwilligers om uiterlijk om 11.00 uur bij zwembad De Hazelaar aanwezig te zijn. Tenzij anders is afgesproken bij een specifieke instructie aan de vrijwilliger. Je kunt je melden bij de vrijwilligerscoördinatoren (Joris de Hoog en Willy Weijers). Je vindt ze in de tent op het grote veld.

Hier krijgen jullie een veiligheidshesje te leen voor tijdens het evenement, zodat kinderen en ouders de vrijwilligers makkelijk kunnen herkennen. We vragen je om na afloop de geleende spullen weer in te leveren bij de tent.

#### **Handige informatie:**

Entrée tot de Hazelaar is gratis. Als er bij binnenkomst vragen zijn, meld je dan even bij een persoon van de organisatie (te herkennen aan een crew T-shirt)

Korte afstand: kinderen 7 t/m 10 jaar

75 m zwemmen (3 baantjes) + 5 km fietsen (1 rondje) + 1250 m hardlopen (1 rondje)

Startnummers van 1 t/m 199

Lange afstand: kinderen 11 t/m 14 jaar

125 m zwemmen (5 baantjes) + 10 km fietsen (2 rondjes) + 2500 m hardlopen (2 rondjes)

Startnummers vanaf 200

**Materieel:** Jullie hoeven zelf geen materieel mee te nemen naar je post. Dit hebben wij al geregeld. Bij aanmelding ontvang je alle informatie die je nodig hebt op je post.

**Parc fermé:** de locatie waar de fietsen van de deelnemers worden geparkeerd. Dit terrein is tijdens het evenement alleen toegankelijk voor de organisatie en de deelnemers.

(Nood)telefoonnummer organisatie gedurende het evenement: Willy Weijers, 06 -14887765

**Lunchpakket:** Ook dit jaar verzorgt Albert Heijn een lunchpakket en een flesje water voor alle vrijwilligers. Jullie krijgen ook een consumptiebon voor een drankje bij het winkeltje van het zwembad.

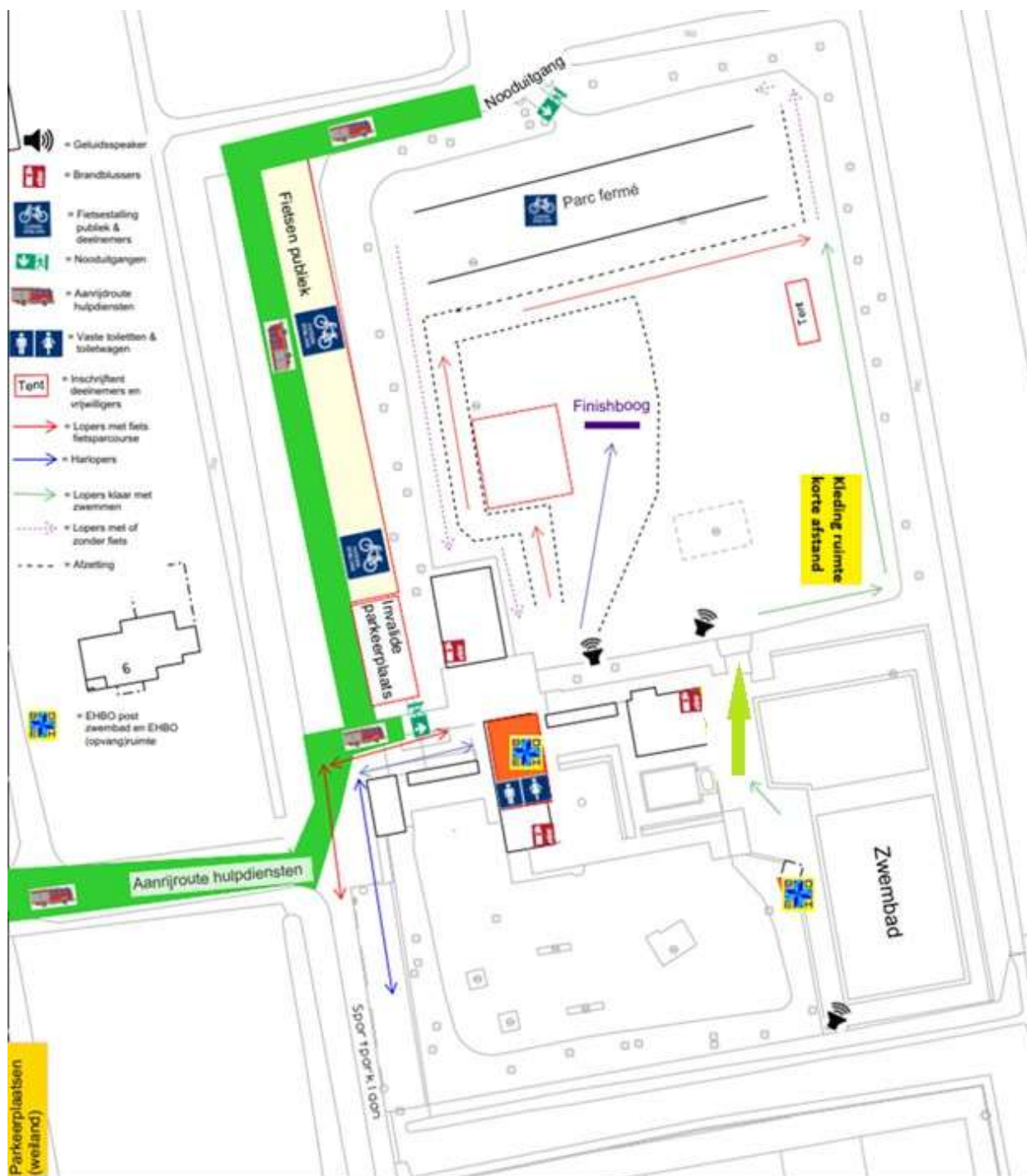
We hopen op een geslaagde dag met veel zonneschijn, blije kinderen en tevreden vrijwilligers. En nogmaals bedankt voor jullie medewerking, want zonder jullie inzet kan dit evenement niet georganiseerd worden.

Met vriendelijke groet,

**Organisatie Junior Triathlon Hazerswoude-Dorp**

Martijn de Bruin, Olivier Dussine, Ruud Elstgeest, Joris de Hoog, Marcel de Jong, Joost Kempen, Jelle Kok, Jaco Verheul, Willy Weijers en Robert van Wijk

## PLATTEGROND VAN HET ZWEMBAD



De afstanden zijn als volgt:

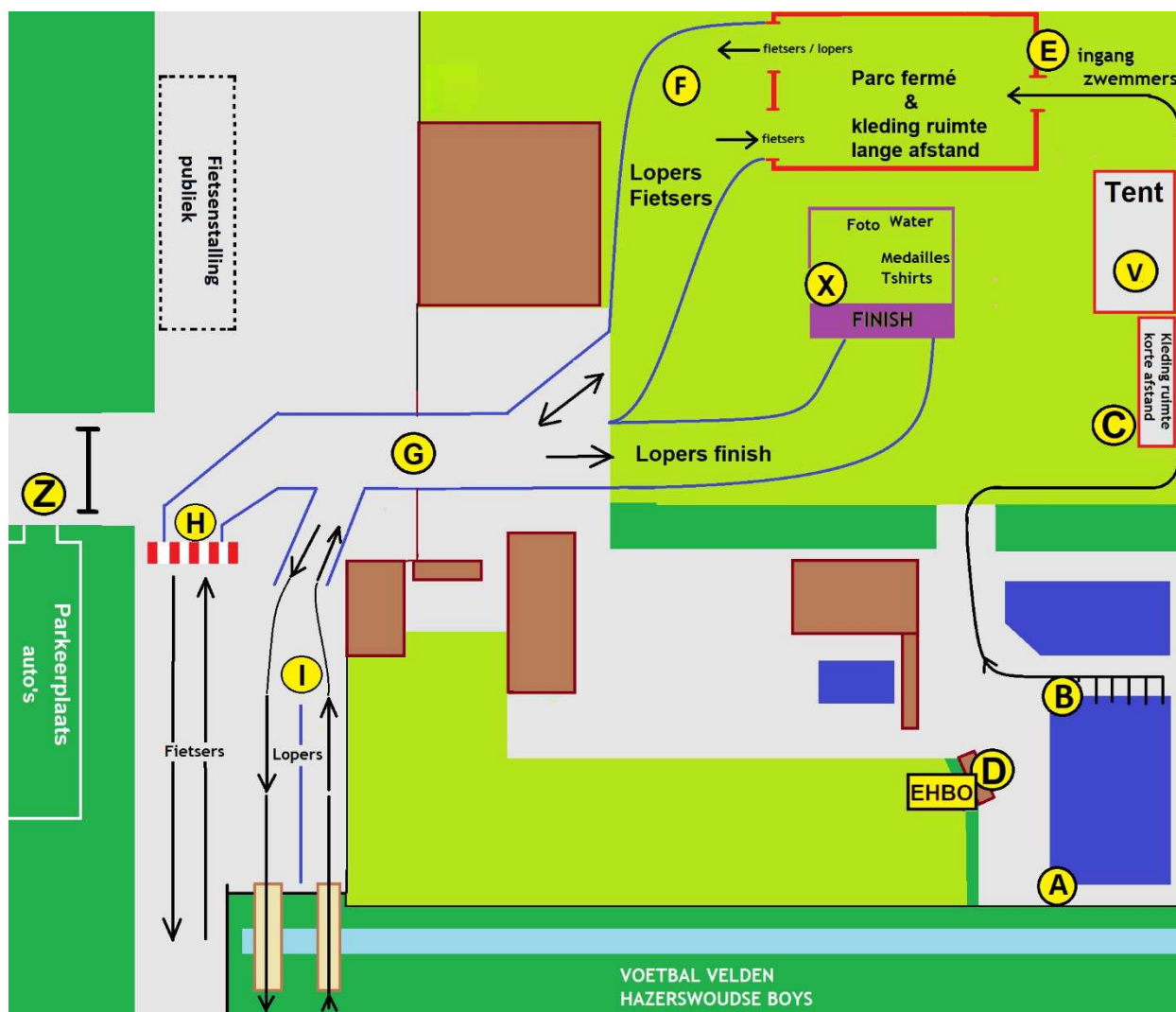
### Korte afstand : kinderen 7 t/m 10 jaar

75 m zwemmen (3 baantjes) + 5 km fietsen (1 rondje) + 1250 m hardlopen (1 rondje)  
Startnummers van 1 t/m 199

### Lange afstand : kinderen 11 t/m 14 jaar

125 m zwemmen (5 baantjes)+10 km fietsen (2 rondjes) + 2500 m hardlopen (2 rondjes)  
Startnummers vanaf 200

Let op: De plattegrond op deze pagina is bedoeld om aan de hand van de letters de verschillende posities op het zwembadterrein te communiceren naar de vrijwilligers.

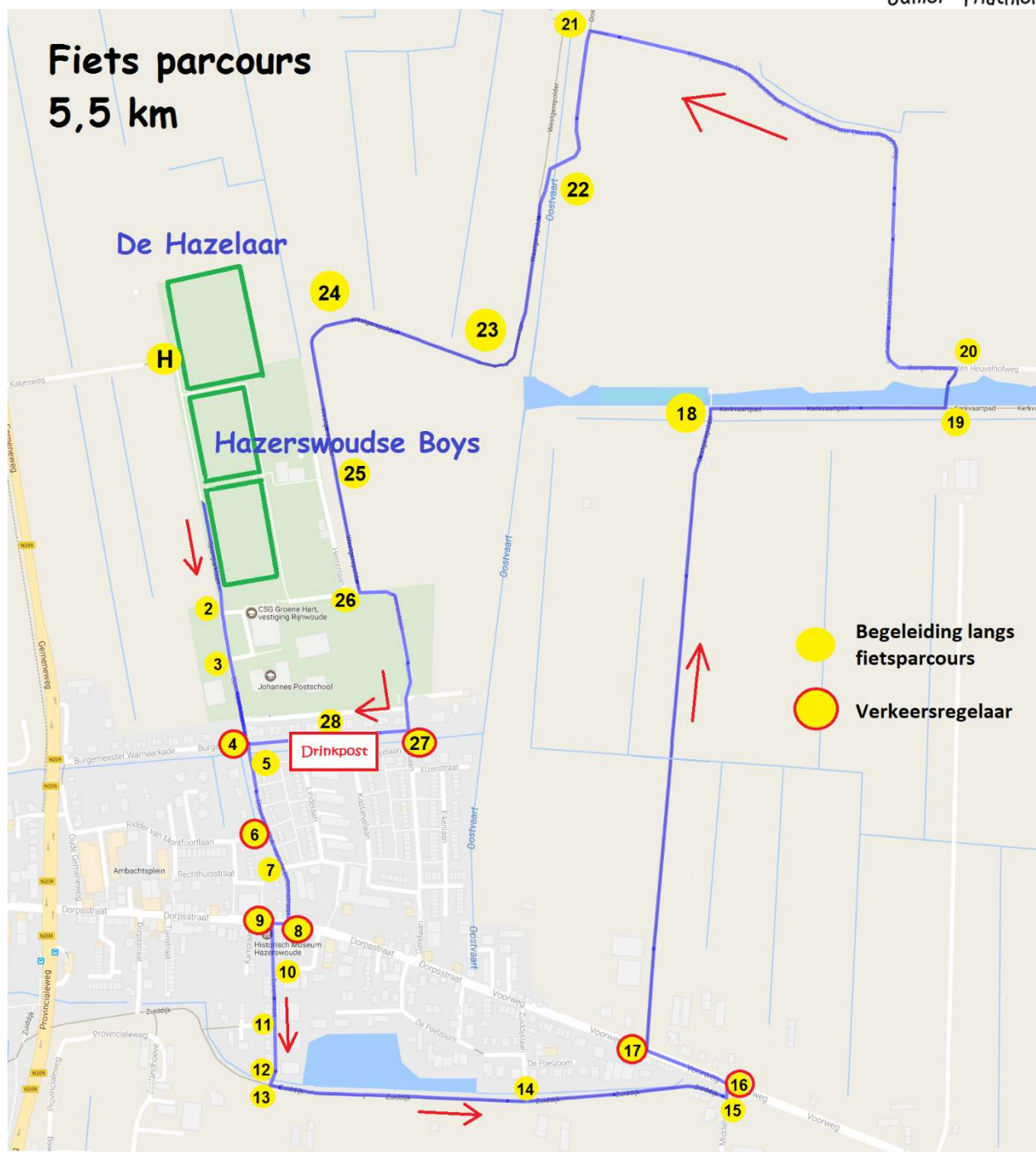


**Korte afstand : kinderen 7 t/m 10 jaar**

75m zwemmen (3 baantjes) + 5 km fietsen (1 rondje) + 1250 m hardlopen (1 rondje)  
Startnummers van 1 t/m 199

**Lange afstand : kinderen 11 t/m 14 jaar**

125m zwemmen (5 baantjes) + 10 km fietsen (2 rondjes) + 2500 m hardlopen (2 rondjes)  
Startnummers vanaf 200



#### Korte afstand : kinderen 7 t/m 10 jaar

75m zwemmen (3 baantjes) + 5 km fietsen (1 rondje) + 1250 m hardlopen (1 rondje)  
Startnummers van 1 t/m 199

#### Lange afstand : kinderen 11 t/m 14 jaar

125m zwemmen (5 baantjes) + 10 km fietsen (2 rondjes)+ 2500 m hardlopen (2 rondjes)  
Startnummers vanaf 200

## Een paar tips voor alle begeleiders langs het fietsparcours:

Er is geen speciaal afgezet fietsparcours. De fietsers maken gewoon gebruik van de openbare weg en komen dus andere weggebruikers tegen.

Wat we willen is dat de fietsers of automobilisten begrijpen dat er een evenement gaande is en dat ze hun rijgedrag moeten aanpassen. Het gaat dus om communicatie.

Op kruispunten en langs fietspaden zijn borden geplaatst om alle andere verkeersdeelnemers te informeren dat er een evenement aan de gang is.

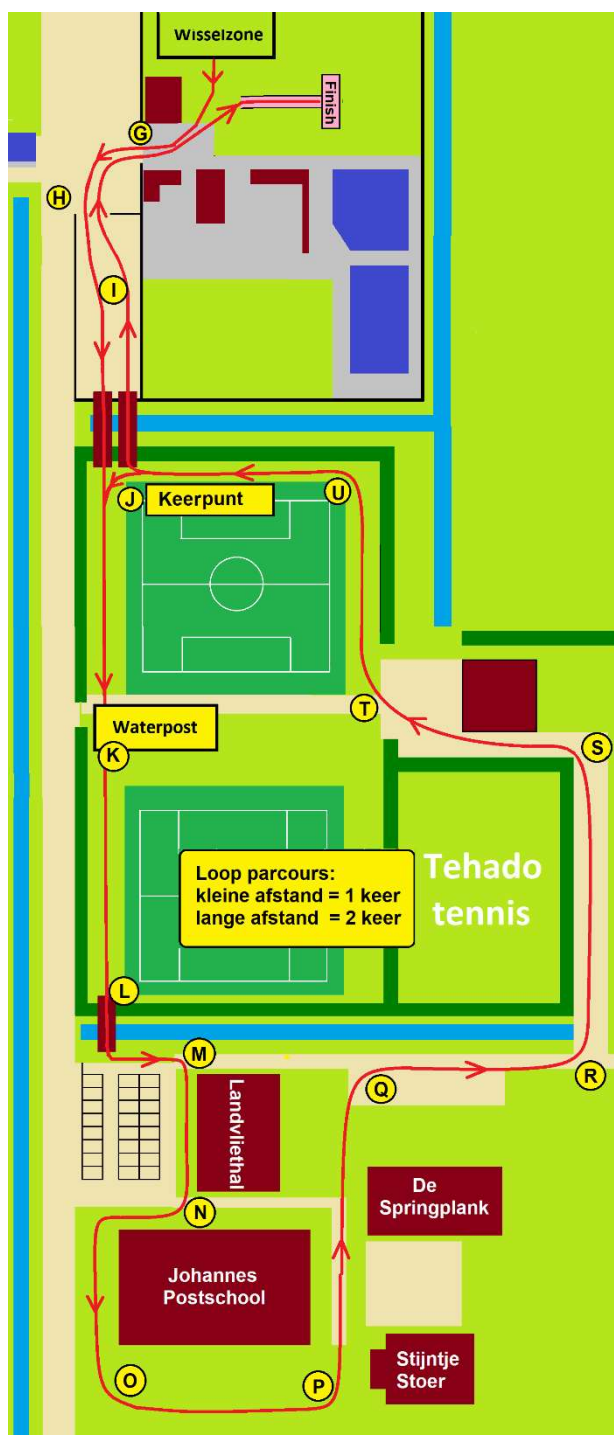
De meesten van jullie mogen het verkeer niet stoppen, maar kunnen het beïnvloeden door deze eenvoudig tips te volgen:

- Wees zichtbaar langs de weg.
- Maak lang oogcontact met bestuurders van voertuigen.
- Maak 'langzaam' gebaar, zodat ze langzamer gaan rijden.
- Wees kalm en rustig.

### **Bij calamiteit**

- Beoordeel de situatie.
- Is er een ambulance nodig, neem dan contact op met 112.
- Zorg voor de hulpbehoevende(n).
- Informeer bij elke calamiteit Willy Weijers 06 – 14 88 77 65.

## LOOPPARCOURS



### Korte afstand : kinderen 7 t/m 10 jaar

75m zwemmen (3 baantjes) + 5 km fietsen (1 rondje) + 1250 m hardlopen (1 rondje)  
Startnummers van 1 t/m 199

### Lange afstand : kinderen 11 t/m 14 jaar

125m zwemmen (5 baantjes) + 10 km fietsen (2 rondjes)+ 2500 m hardlopen (2 rondjes)  
Startnummers vanaf 200



**Functie: Verkeersbegeleiding (1 persoon)**

**Aanmelden:** 09.45 uur, in de tent op het grote veld.

**Tijdstip op de post:** 10.00 tot 14.30

**Locatie:** Langs de Katjesweg, bij ingang van de parkeerplaats in het weiland.

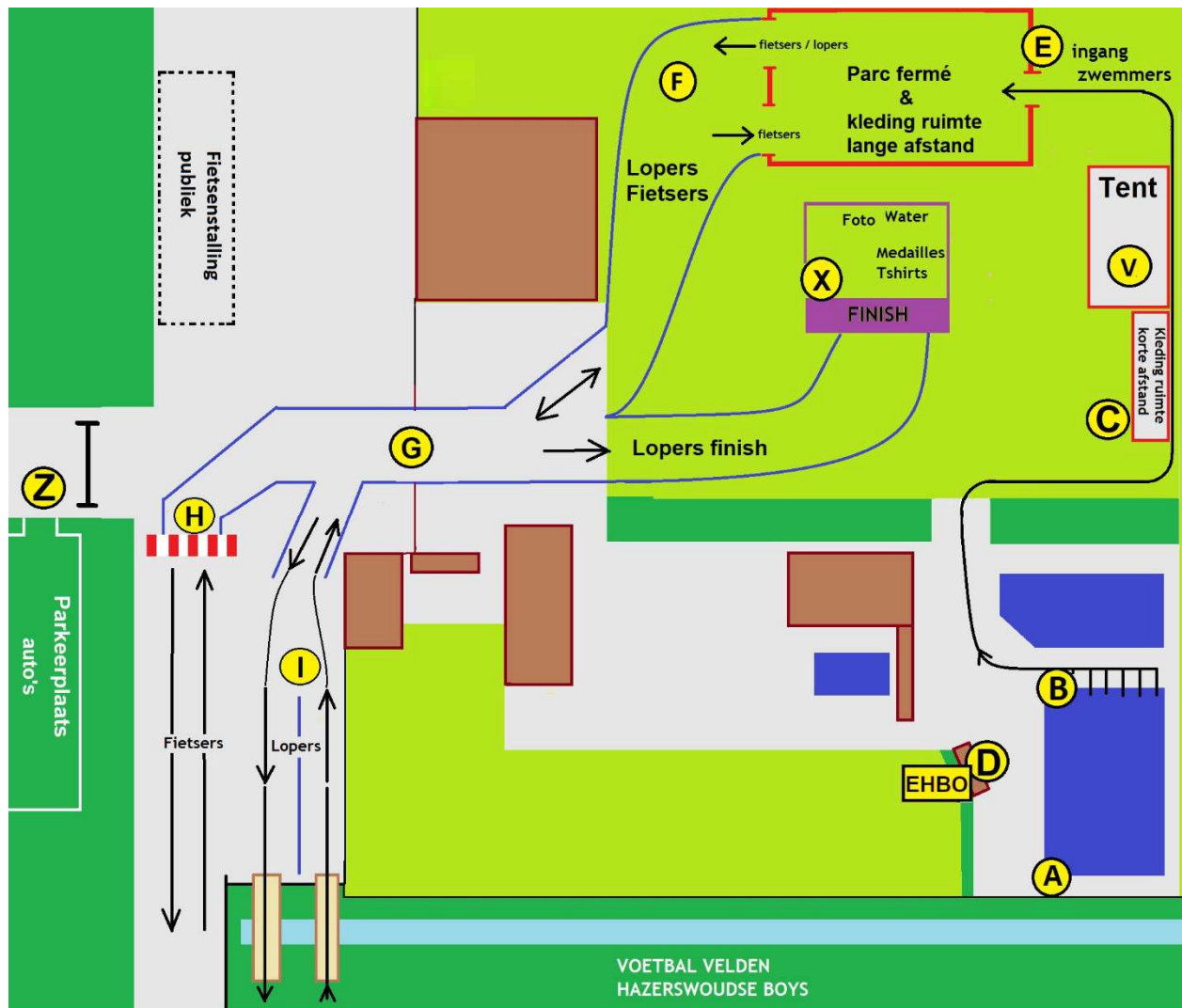
**Materieel:** 1 hek  
Bord "P -> "

**Taak:**

- Plaats het hek op de Katjesweg.  
De auto's van alle bezoekers dienen te parkeren op het weiland.
- Informeer de automobilisten (ouders van deelnemers en bezoekers van het zwembad) dat er een evenement plaatsvindt.
- Vertel fietsers dat ze hun fiets op de daarvoor beschikbare plek op de parkeerplaats moeten stallen.

**Einde taak:** na de finish van de laatste deelnemer, +/- 14.15 uur.

**Bedankt voor jullie inzet en een leuke dag toegewenst 😊**



**Functie: uitdelen startnummers en helmen (4 Personen)**

**Aanmelden:** 10.00 uur in de tent op het grote veld

**Tijdstip op de positie:** 10.00 – 12.15

**Locatie:** tent op het grote veld

**Materieel aanwezig op de post:**

Bord "INSCHRIJVING"

Tafels

150 leenhelmen

Pennen, stiften, fluo-markers

1 lijst van de deelnemers

1 lijst van de leenhelmen

Per deelnemer 1 envelop met daarop startnummer geschreven. Inhoud:

- 1 startnummer sticker
- 4 speldjes
- 1 fietsnummer
- 3 tyrap

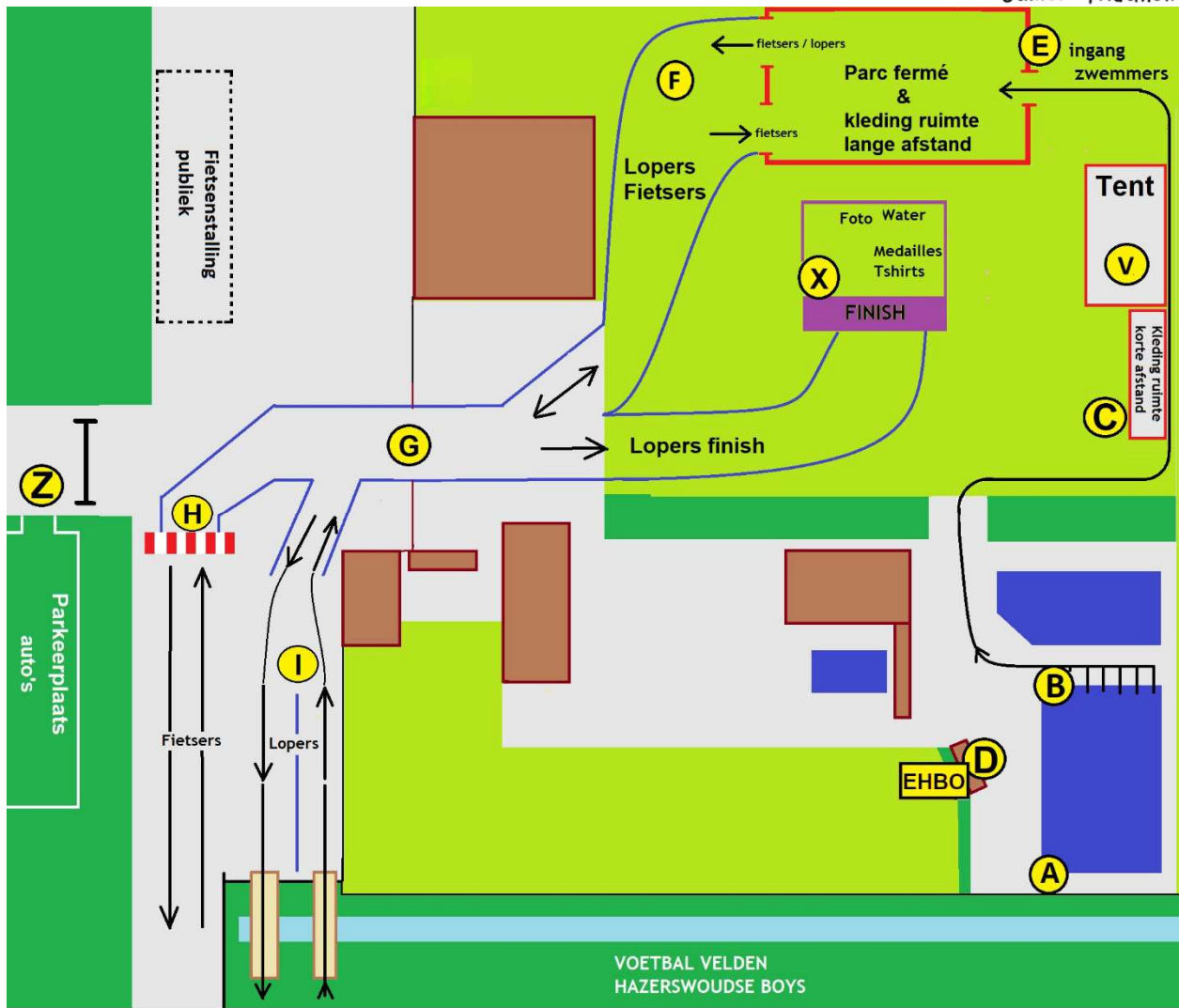
**Taak:**

- De naam van de deelnemer controleren op de inschrijvingslijst.
- Als ze ingeschreven zijn: op de lijst "aanwezig" aanvinken.
- Op de rechteronderarm aan de buitenkant het startnummer met stift schijven, groot genoeg zodat het leesbaar is voor de vrijwilligers bij het zwembad.
- De deelnemer de envelop geven met uitleg: startnummer sticker voorop loopshirt plakken + met speldjes vastmaken (met regen of zweet laat het los).  
**GOED BENADRUKKEN DAT SPELDJES GEBRUIKT MOETEN WORDEN.**
- Vragen aan de ouders om het fietsnummer op het stuur van de fiets vast te maken met tyrap, voordat de fiets in het parc fermé gezet wordt. En dat de fiets NIET op slot wordt gezet. De fietsen moeten vóór 11.30 in het parc fermé staan.
- **Helmen uitdelen:** Helmen zijn verplicht. Op de lijst staat wie zelf een helm heeft en wie niet. Er zijn 150 leenhelmen van de NTB beschikbaar. 75 in maat S en 75 in maat M. Let op dat de grote maten alleen worden gebruikt als dat noodzakelijk is.
- "LEENHELM = JA" aanvinken op de leenhelm lijst.
- **Ouders informeren:** de ouders van de kinderen van de korte afstand over locatie "Kleding ruimte korte afstand". In deze kleedruimte mag één ouder per kind helpen. Voor de start kunnen ze hun spullen op de grond neerzetten. Na het zwemmen en het helpen van het kind om de fiets/hardloopkleding aan te doen, verzoeken we de ouders deze ruimte te verlaten met alle tassen.

De inschrijving post is klaar rond 12.15, de volgende lijsten zijn nodig voor de start:

Definitieve deelnemerslijst afgeven voor de start bij het zwembad en een kopie maken voor Jelle (tijdwaarneming). Evt. kopiëren kan in de bestuursruimte van het zwembad.

**Bedankt voor jullie inzet en een leuke dag toegewenst 😊**



**Functie: begeleiding deelnemers en ouders (1 of 2 personen)**

**Aanmelden:** 10.30 uur, in de tent op het grote veld.

**Tijdstip op de positie:** 11.00 – 13.15 uur

**Locatie:** grote veld positie C

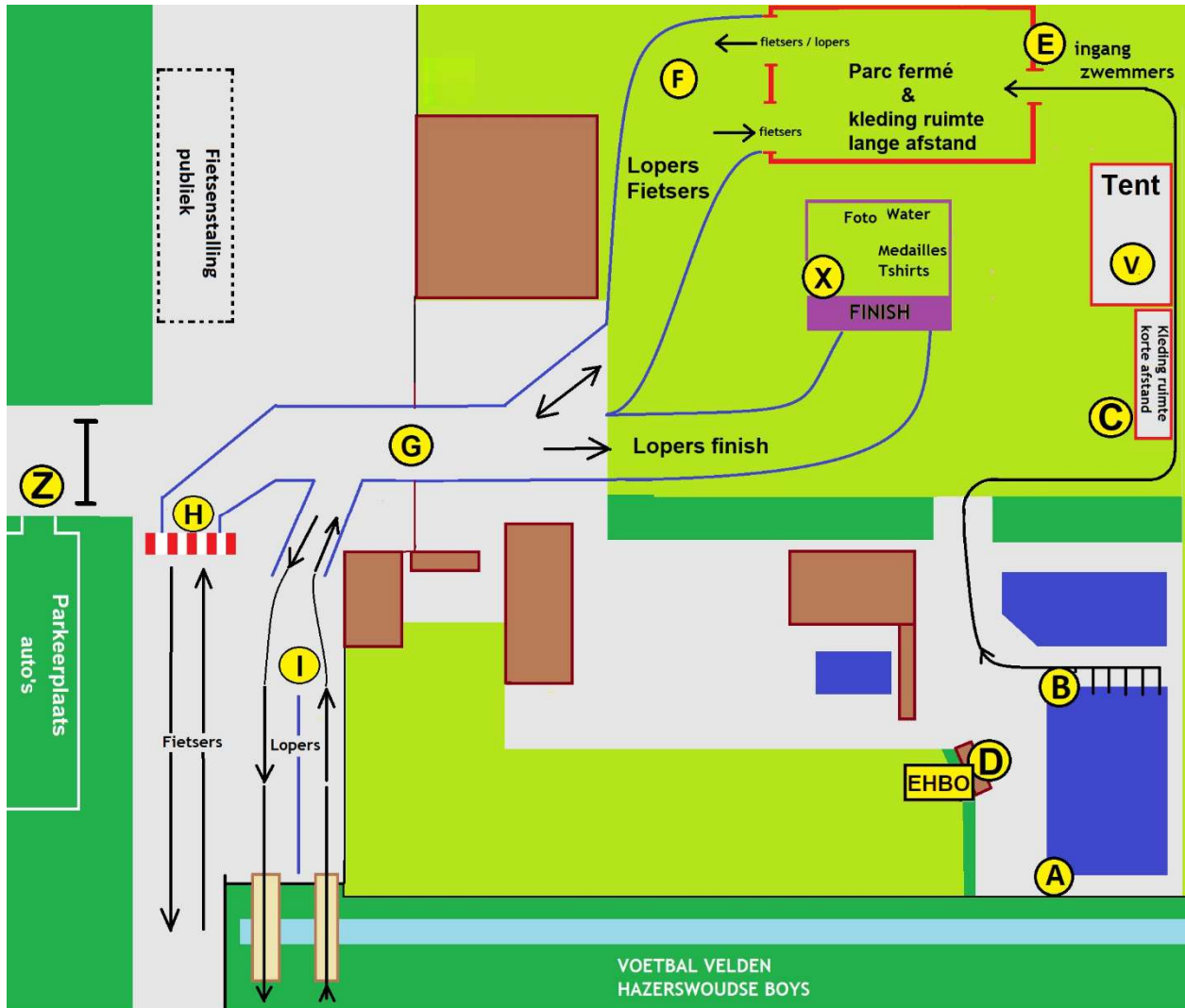
**Materieel:**

Stoelen van het zwembad  
Rood-wit afzetlint

**Taak:**

- Er is een deel van het veld afgezet met lint en daar is plaatsgemaakt voor 36 stoelen, totaal 108 deelnemers en 108 ouders. Eén ouder per kind maximaal.
- Deze ruimte is alleen voor kinderen van de korte afstand, nummers 1 t/m 199.
- Elke deelnemer deelt een stoel met 2 andere deelnemers. (3 starttijden totaal)
- De ouders mogen op de grond een tas met handdoek/kleding laten staan.
- Controleren dat speldjes zijn gebruikt voor de startnummers.
- Ouders wachten hier op hun kinderen, zodat de kinderen snel kunnen omkleden na het zwemmen.
- Zijn alle kinderen van de start ronde vertrokken? Vraag de ouder de ruimte te verlaten met alle spullen van het eigen kind.

**Bedankt voor jullie inzet en een leuke dag toegewenst 😊**



**Functie: begeleiding kinderen bij halen en brengen van de fietsen (5 personen)**

**Aanmelden:** 09.00 uur, in de tent op het grote veld

**Tijdstip op de positie:** 09.00 – 15.00 (of eerder)

**Locatie:** grote veld Parc Fermé

**Materieel:** Kniptang om fiets startnummers van de fietsen af te halen na het evenement.

Regels van het parc fermé :

- Er mogen alleen vrijwilligers en deelnemers in het parc fermé. Geen ouders of publiek.
- Fietsen alleen met gemonteerde startnummer toelaten in het parc fermé.
- **Let op:** Deelnemers mogen alleen vertrekken om te fietsen met **vastgemaakte** helm.
- Deelnemers mogen pas hun helm afdoen op het moment dat de fiets geparkeerd is.
- Niet fietsen in het parc fermé.
- Oostkant: ingang zwemmers en lopend met fiets.
- Westkant: uitgang (fietsers) lopend met fiets en lopers.

**Taak:**

- Fietsen van de korte afstand (=3/5 van de fietsen) aan de zuidelijke kant. Startnummer 001 t/m 199.
- Fietsen van de lange afstand (=2/5 van de fietsen) aan de noordelijke kant. Deze deelnemers laten ook hun spullen in een tas op de grond. Startnummer vanaf 200.

De kinderen moeten allemaal hun fiets in het parc fermé hebben staan voor 11.30 uur. De fietsen moeten geparkeerd zijn op de juiste plek (zie sticker met startnummer op de buizen).

- Zorg dat elke fiets een startnummer heeft.
- Controleren dat het startnummer met speldjes is vastgemaakt op het T-shirt.
- Geef aan dat **fietsen niet op slot** moeten staan.

### **Als de triathlon is begonnen:**

Na het zwemmen:

De deelnemers van de korte afstand gaan na het zwemmen naar de “kledingruimte korte afstand”. Ze komen bij het parc fermé aan in fietskleding met startnummers.

De deelnemers van de lange afstand kleden zich om in fietskleding met startnummer in het parc fermé.

### **WE WILLEN DAT DE KINDEREN ZELF HUN FIETSEN PAKKEN EN TERUGZETTEN**

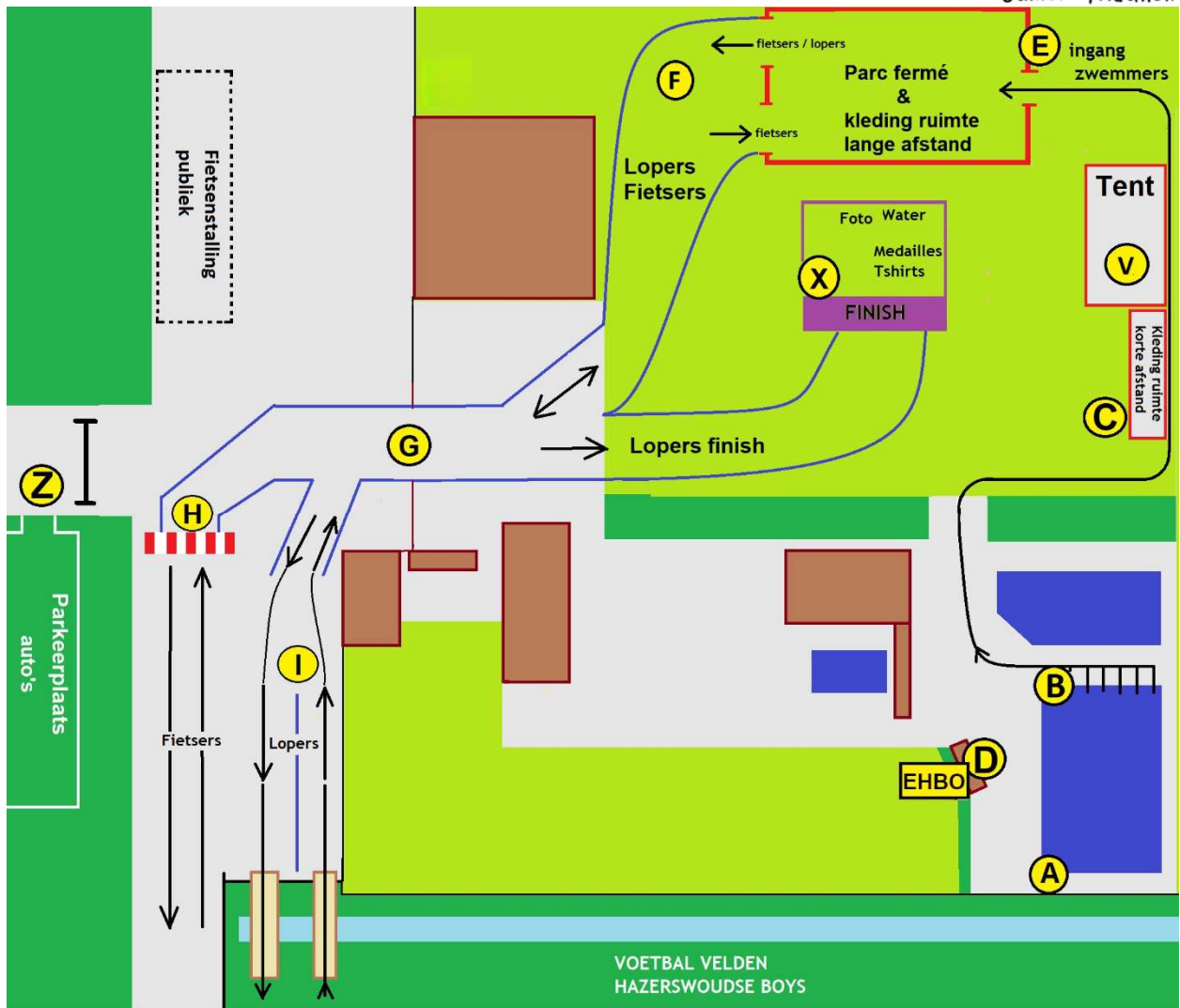
- Help ze eventueel met het pakken van de fiets, maar alleen als het echt noodzakelijk is. Normaliter mag een deelnemer niet geholpen worden.
- Controleer of de helm goed vastzit, voordat ze uit het parc fermé wegfietsen.
- Geef aan dat ze moeten lopen naast de fiets totdat ze bij het startpunt op het fietspad zijn.

Na het fietsen komen de deelnemers terug in het parc fermé:

- De NTB-helmen meteen innemen (herkenbaar aan de sticker op de voorkant). De eigen helm af en aan de fiets hangen.
- Kinderen moeten zelf hun fiets terugzetten. Help ze eventueel met in welke rij ze staan of met het terugzetten van de fiets, maar alleen als het echt noodzakelijk is. Normaliter mag een deelnemer niet geholpen worden.
- De deelnemers gaan nu hardlopen.

Na afloop van de wedstrijd graag een handje helpen om het parc fermé op te ruimen.

**Bedankt voor jullie inzet en een leuke dag toegewenst 😊**





## START ZWEMMEN

Positie: A = Grote bad, zijde Hazerswoudse Boys

Functie: Startgroep begeleider en speaker (2 personen = organisatoren)

Tijdstip :11.00 – 14.00

### Materieel:

- Box met microfoon
- Startpistool
- Startserie lijst
- Horloge of telefoon met seconden indicatie om precies op tijd te starten

### Taak:

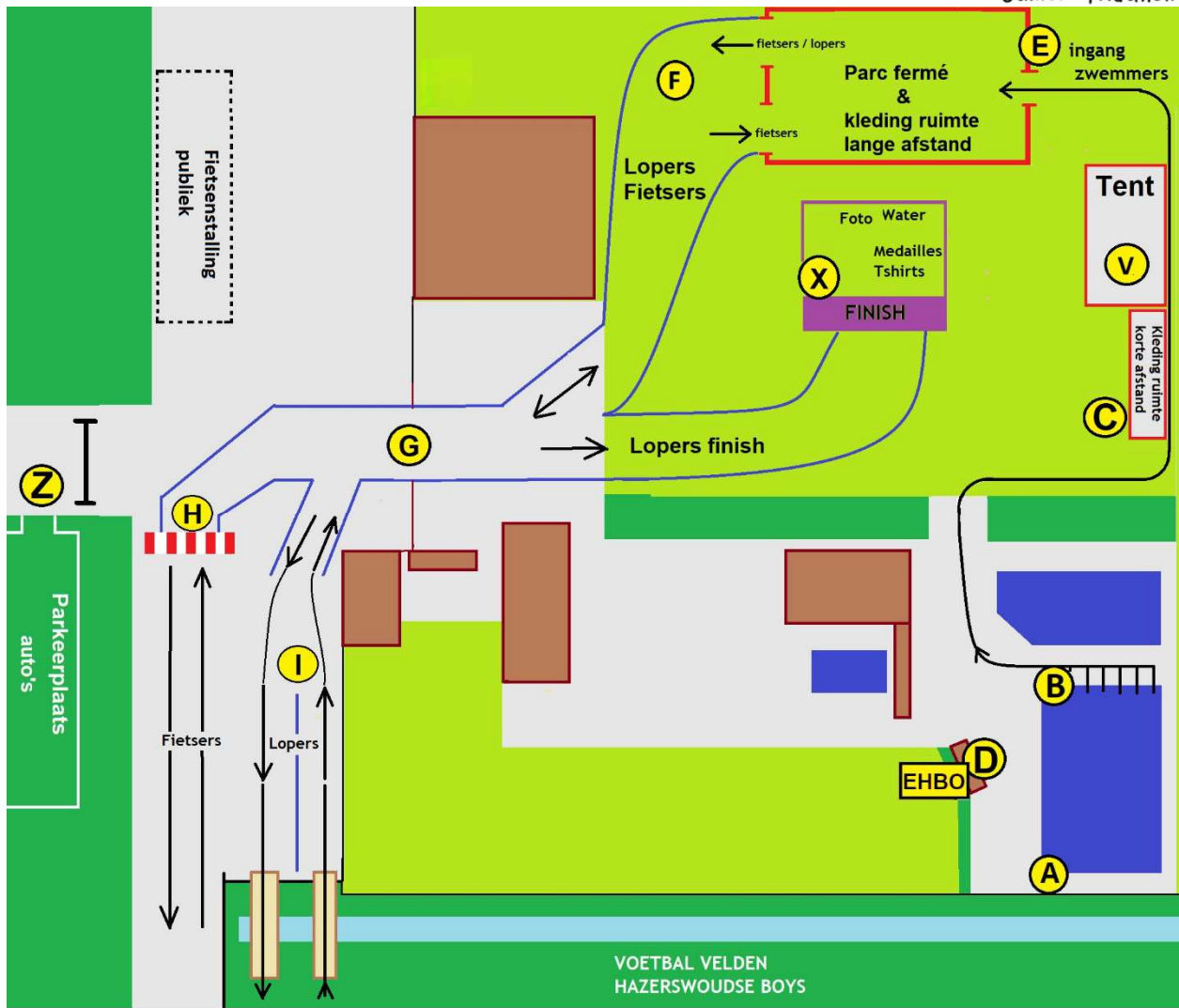
- Er zal één briefing bij het zwembad zijn voor alle deelnemers tegelijk om 11.45.
- Kinderen verzamelen om de startseries te starten, omroepen in overleg met de speaker.
- Startseries:

Serie 1 : start 12.00 precies !	kinderen 7-10 jaar	3 baantjes
Serie 2 : start 12.15 precies !	kinderen 7-10 jaar	3 baantjes
Serie 3 : start 12.30 precies !	kinderen 7-10 jaar	3 baantjes
Serie 4 : start 12.45 precies !	kinderen 11-14 jaar	5 baantjes
Serie 5 : start 13.00 precies !	kinderen 11-14 jaar	5 baantjes

### I.v.m. tijdregistratie moeten de starttijden exact aangehouden worden!

- Aan de hand van de startserielijst, verzamelen de kinderen aan de start van het zwembad. De startnummers van de kinderen staan genoteerd op hun arm.
- De kinderen mogen inzwemmen tot 2 minuten voor de start.
- De kinderen starten in het water, er wordt niet gesprongen of gedoken bij de start.
- Aan alle deelnemers per startserie vertellen we hoeveel baantjes ze moeten zwemmen.
- Geen ouders aan de startkant.
- Start geven zonder de laatste seconden aftellen (kans op valse start). De laatste 10, 5, 1 min, en 30, 20 en 10 seconden omroepen. **Dan niet aftellen van 10 naar 0.** Start geven.
- Controleer dat de kinderen van de korte afstand 3 baantjes zwemmen.
- De kinderen van de lange afstand zwemmen 5 baantjes.
- Box met microfoon evt. ook opbergen.

Bedankt voor jullie inzet en een leuke dag toegewenst 😊



**Functie: EHBO (2 personen)**

**Aanmelden:** 11.00 uur, in de tent op het grote veld

**Tijdstip op de positie:** 11.45 – 14.00

**Locatie:** grote zwembad

**Materieel :**

Jullie kunnen gebruik maken van de speciale EHBO-ruimte van het zwembad met elektra, licht en stromend water.

EHBO-koffer en AED van het zwembad.

Koelmaterialen.

**Taak bij het grote bad:**

- Toezicht houden op de deelnemers van het evenement. Er mogen geen andere zwemmers aanwezig zijn in het grote bad dan de deelnemers tijdens het evenement.
- Het toezicht op de zwemmers in de andere baden wordt gehouden door de EHBO'ers van het zwembad.

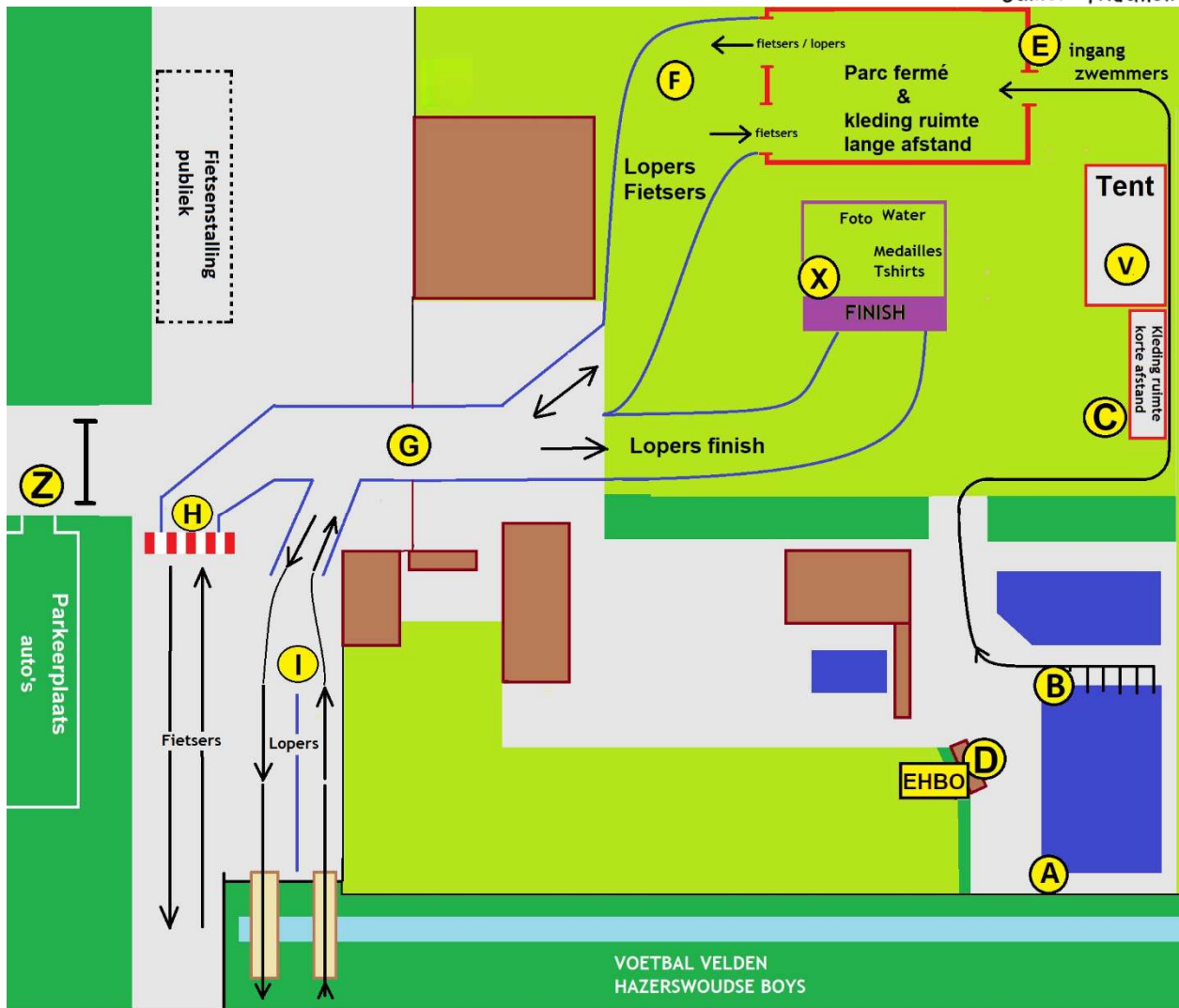
**Taak entree zwembad:**

- Toezicht houden op de hardlopers, publiek en kinderen.
- Controleren op punt G dat de ingang van het zwembad vrij blijft voor brancard en ambulance.

**Bij calamiteit**

- Beoordeel de situatie.
- Zorg voor de hulpbehoevende(n).
- Is er een ambulance nodig, neem dan contact op met 112.
- Informeer Olivier Dussine 06 -83 66 31 94

**Bedankt voor jullie inzet en een leuke dag toegewenst 😊**



Minimaal 12 personen

Tijdstip : 11.45 – tot 13.15 (of eerder)

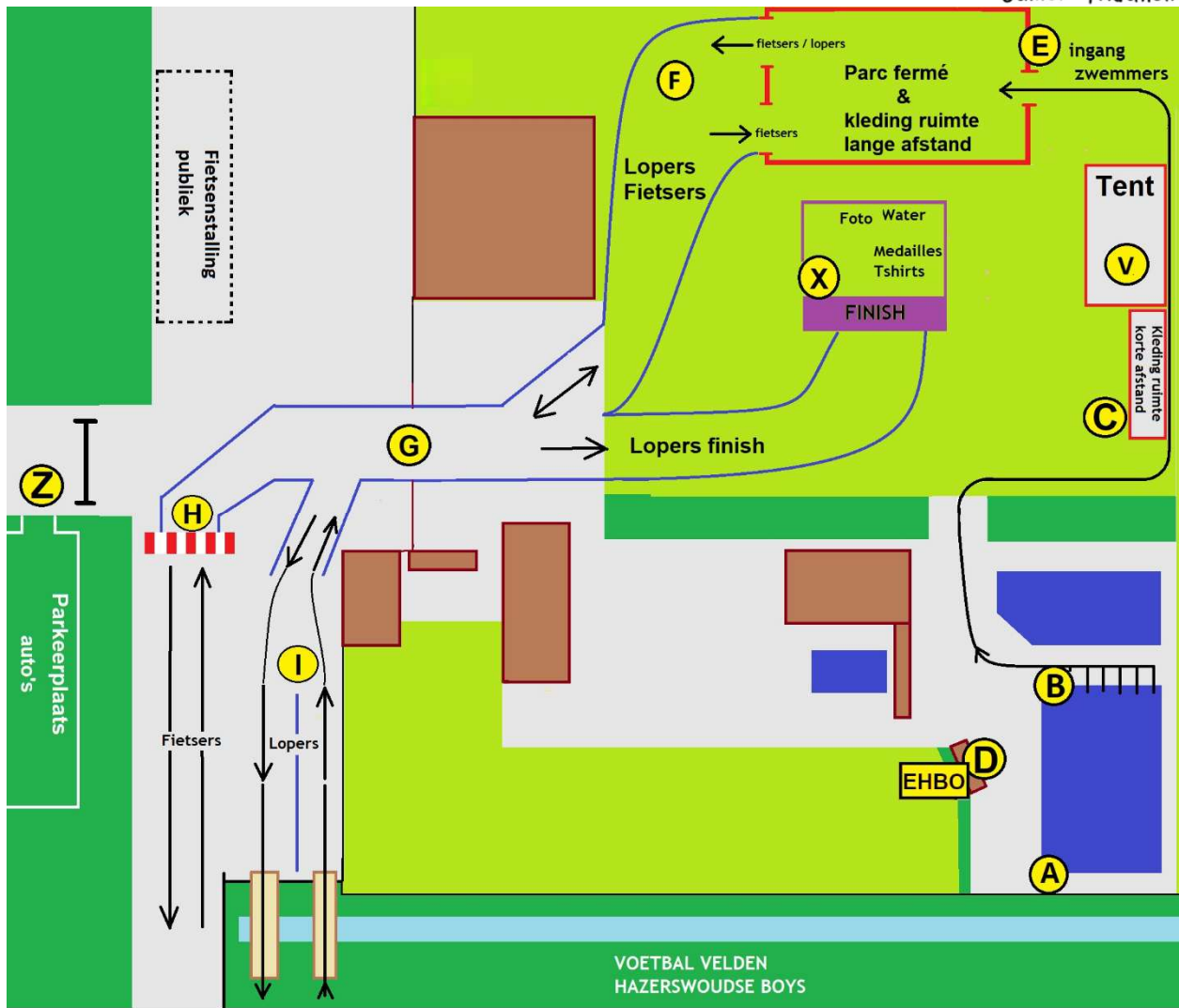
Taak:

- Per baan staan er 2 personen aan de finishkant om de kinderen uit het water te tillen.
- De kinderen van de **kleine afstand** moeten **3 baantjes** zwemmen, kinderen van de **lange afstand** zwemmen **5 baantjes**.
- Deze kant van het zwembad is niet diep, opletten dat ze niet gaan lopen. (mag wel, maar dit is vaak langzamer) 😊
- Startgolven :

● Serie 1 : start 12.00 precies !	kinderen 7-10 jaar	3 baantjes
● Serie 2 : start 12.15 precies !	kinderen 7-10 jaar	3 baantjes
● Serie 3 : start 12.30 precies !	kinderen 7-10 jaar	3 baantjes
● Serie 4 : start 12.45 precies !	kinderen 11-14 jaar	5 baantjes
● Serie 5 : start 13.00 precies !	kinderen 11-14 jaar	5 baantjes
- Help de kinderen om RUGGELINGS uit het water te komen en wijs ze de weg:
  - Naar kledingruimte korte afstand (op het grote veld naast de tent, nummers 1-199, korte afstand)
  - Naar het parc fermé (nummers vanaf 200, lange afstand)

**LET OP! DE WIT/GRIJZE GROND VAN DE BRUG TUSSEN DE 2 BADEN IS ERG GLAD ALS HET NAT IS. VRAAG AAN DE KINDEREN OM DAAR NIET TE RENNEN.**

Bedankt voor jullie inzet en een leuke dag toegewenst 😊



**Functie:** bezoekers en deelnemers begeleiden (+/- 6 personen)

**Aanmelden:** 11.00 uur, in de tent op het grote veld.

**Tijdstip op de positie:** 10.30 – tot 14.30 (of eerder)

**Locatie:** Tussen het parc fermé en het hek van het zwembad

**Materieel aanwezig op de post:** Rood-wit lint  
Hekken  
2 touwen

**Taak:**

Vóór het evenement:

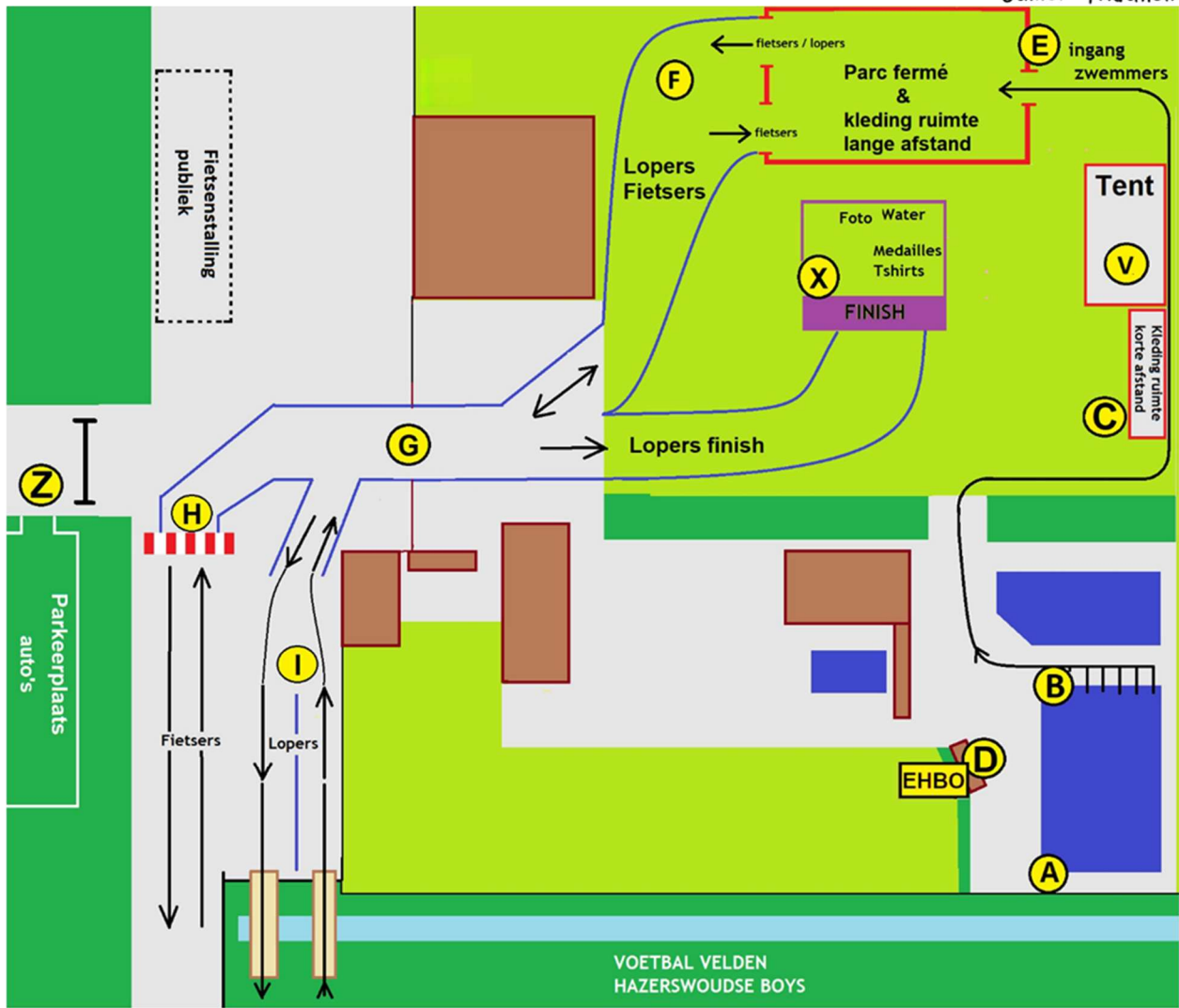
- Stuur de stroom van fietsen: bezoekers naar de parkeerplaats voor fietsen en deelnemers naar het parc fermé.

Tijdens de wedstrijd:

- Zorg dat de stroom van bezoekers en deelnemers goed gaat. Bezoekers die het parcours willen oversteken kunnen dit op twee plekken doen.
- Dit oversteken wordt gereguleerd met een touw. Als er deelnemers in de buurt zijn, mag het parcours niet worden overgestoken door bezoekers en moet het touw omhoog.
- Wanneer er geen deelnemers in de buurt zijn, mag het parcours wel worden overgestoken en kan het touw omlaag.
- Er mag niet gefietst worden op het zwembadterrein.
- Begeleid de deelnemers met hun fiets naar buiten of binnen het parc fermé.
- Deelnemers die beginnen met het fietsonderdeel moeten naast hun fiets lopen en mogen pas fietsen na het opstappunt bij positie H, uiteraard met vastgemaakte helm.
- Terugkerende deelnemers moeten afstappen bij het afstappunt op positie H. En laten hun helm vastzitten tot aan het parc fermé.

**De ingang van het terrein moet altijd vrij blijven voor de toegang van de ambulance.**

Bedankt voor jullie inzet en een leuke dag toegewenst 😊



**Functie:** deelnemers en bezoekers begeleiden (1 persoon)

**Aanmelden:** 11.00 uur, in de tent op het grote veld.

**Tijdstip op de positie:** 11.30 tot 14.30 (of eerder)

**Locatie:** kruising fietspad naar het zwembad en de Katjesweg

**Materieel:** 2 Pionnen (aan de buitenkant de startlijn)

**Taak:**

Vóór het evenement:

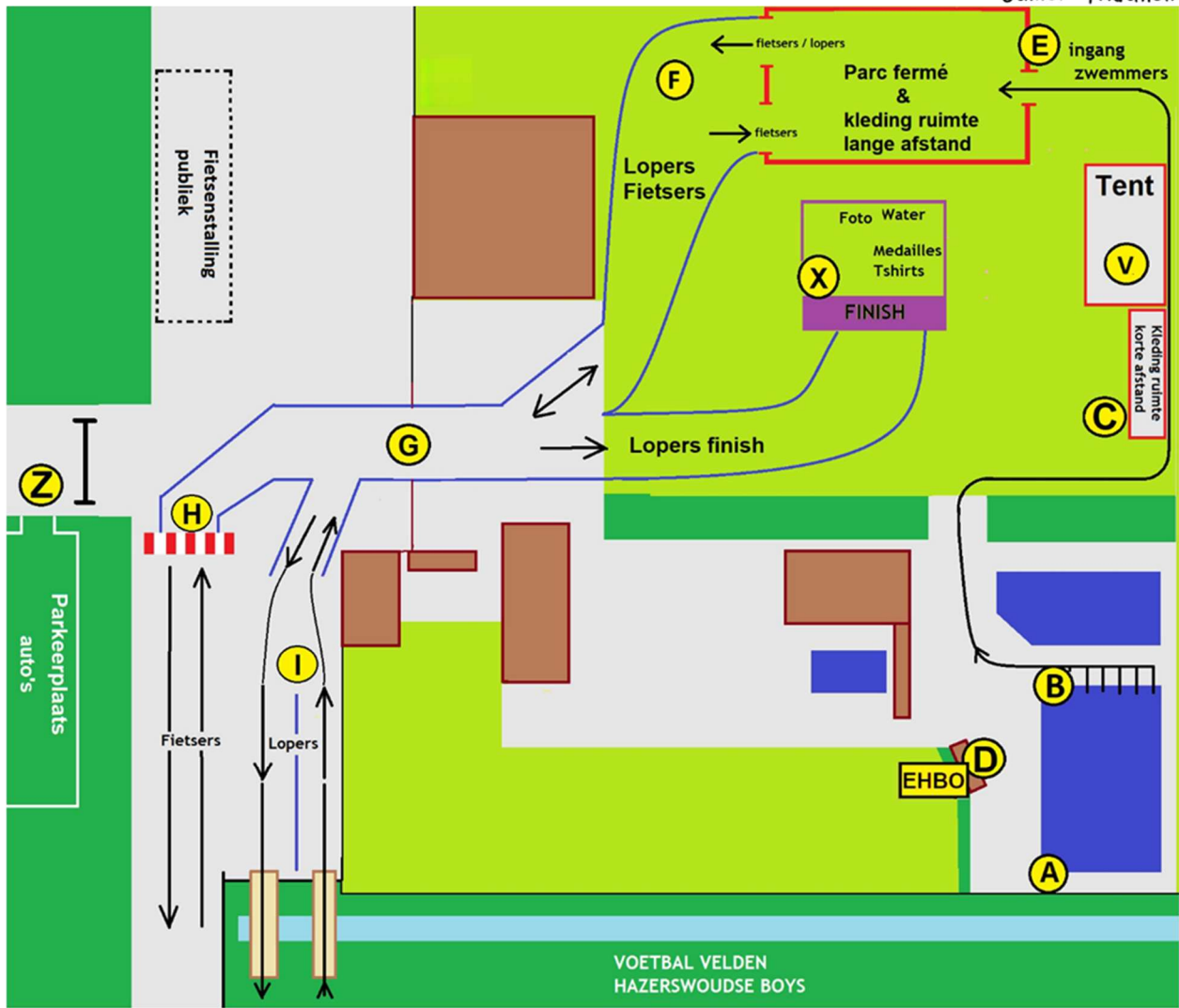
- Stuur de stroom van fietsen: bezoekers naar de parkeerplaatsen voor fietsen en deelnemers naar het parc fermé.

Tijdens het evenement:

- Begeleid de deelnemers naar het fietsparcours.
- Op positie H staat het logo van de triathlon op de weg gespoten. Vanaf deze lijn mogen de deelnemers fietsen en moeten ze weer afstappen bij terugkeer naar het zwembad.
- Fietsers moeten naast hun fiets lopen en mogen pas fietsen na het opstappunt, uiteraard met vastgemaakte helm.
- Terugkerende fietsers moeten afstappen bij het logo op de grond. En houden hun helm op tot het parc fermé.
- Dit is een druk kruispunt tijdens de triathlon, probeer ook rekening te houden met de bezoekers. Bezoekers die het parcours willen oversteken kunnen dit op twee plekken doen. Dit oversteken wordt gereguleerd met een touw. Als er deelnemers in de buurt zijn op het parcours mogen bezoekers niet oversteken.
- Zorg ervoor dat de bezoekers naast en niet óp het fietspad lopen.

**De ingang op het terrein moet altijd vrij blijven voor de toegang van de ambulance.**

Bedankt voor jullie inzet en een leuke dag toegewenst 😊



## Begeleiding fietsers en bezoekers aan het einde van de Sportlaan

---

**Functie: Verkeersbegeleiding (1 persoon)**

**Aanmelden:** 11.00 uur, in de tent op het grote veld.

**Tijdstip op post:** 11.45 – 14.00

**Locatie:** begin van het fietspad naar het zwembad aan de zijde van de parkeerplaats van de Landvliethal.

**Materieel aanwezig op de post:** Geen

**Taak:**

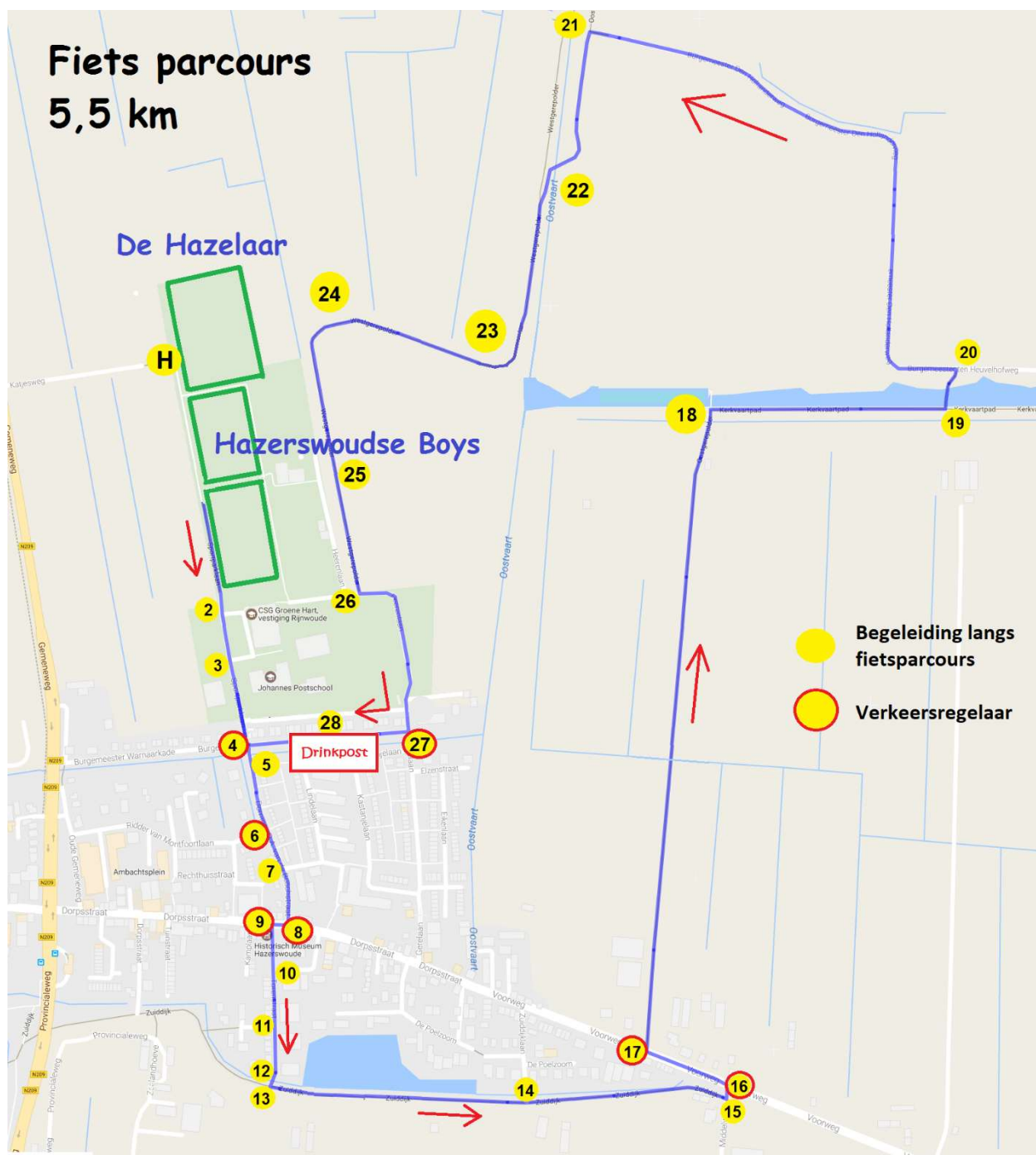
- Dit is een drukke plek, er komen waarschijnlijk veel wandelaars en fietsers. Maak ze erop attent dat er een evenement gaande is.
- Probeer voor zover het mogelijk is dat de bezoekers op het gras gaan lopen, niet op het fietspad.
- Aan het einde van het evenement komt de bezemfiets zeggen dat er geen fietsers meer op het fietsparcours zijn.

Je bent klaar: Graag rood-wit lint langs het fietspad opruimen.

**Bij calamiteit**

- Beoordeel de situatie.
- Zorg voor de hulpbehoevende(n).
- Is er een ambulance nodig, neem dan contact op met 112.
- Informeer bij elke calamiteit Willy Weijers 06 – 14 88 77 65.

**Bedankt voor jullie inzet en een leuke dag toegewenst 😊**



#### Korte afstand : kinderen 7 t/m 10 jaar

75m zwemmen (3 baantjes) + 5 km fietsen (1 rondje) + 1250 m hardlopen (1 rondje).  
Startnummers van 1 t/m 199

#### Lange afstand : kinderen 11 t/m 14 jaar

125m zwemmen (5 baantjes) + 10 km fietsen (2 rondjes) + 2500 m hardlopen (2 rondjes). Startnummers vanaf 200

**Functie: Verkeersbegeleiding (1 persoon)**

**Aanmelden:** 11.00 uur, in de tent op het grote veld.

**Tijdstip op de positie:** 11.45 – 14.00

**Locatie:** de wegversmalling op de parkeerplaats naar de Landvliethal.

**Materieel aanwezig op de post:** 3 pionnen

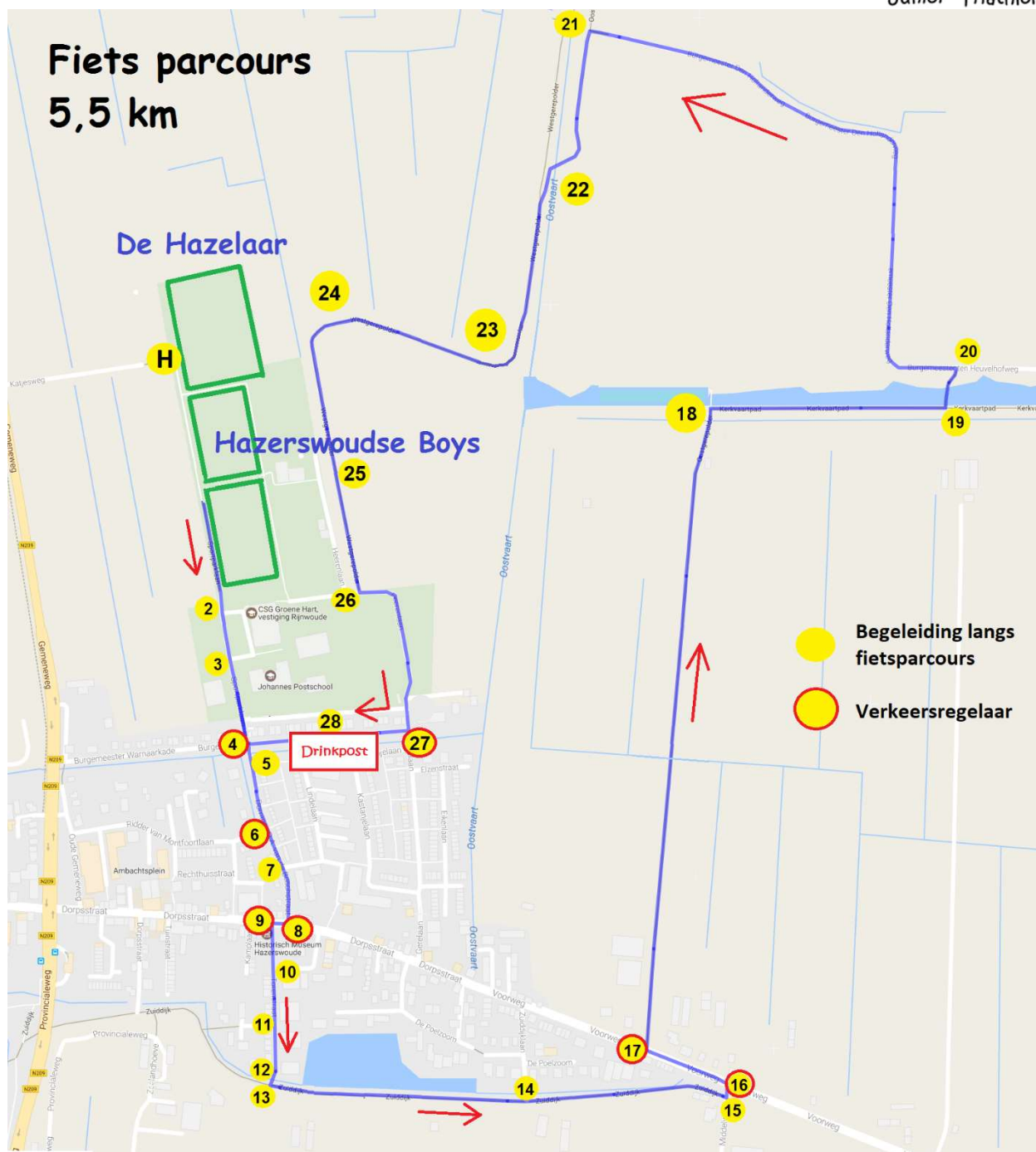
**Taak:**

- Dit is een drukke plek, er komen waarschijnlijk veel auto's, wandelaars en fietsers.  
Maak verkeersdeelnemers erop attent dat er een evenement gaande is.
- Plaats de 3 pionnen op de wegversmalling, zodat de fietsende deelnemers weten welke kant ze op moeten fietsen. Ze moeten het fietspad richting het zwembad op en NIET de parkeerplaats.
- Als de deelnemers op de fiets aankomen in de buurt van de parkeerplaats, aangeven dat ze hier zachter moeten fietsen
- Aan het einde van het evenement komt de bezemfiets zeggen dat er geen fietsers meer op het fietsparcours zijn.
- Graag rood-wit lint langs het fietspad opruimen. En de pionnen op de stoep achterlaten.

**Bij calamiteit**

- Beoordeel de situatie.
- Zorg voor de hulpbehoevende(n).
- Is er een ambulance nodig, neem dan contact op met 112.
- Informeer bij elke calamiteit Willy Weijers 06 – 14 88 77 65.

**Bedankt voor jullie inzet en een leuke dag toegewenst 😊**



#### Korte afstand : kinderen 7 t/m 10 jaar

75m zwemmen (3 baantjes) + 5 km fietsen (1 rondje) + 1250 m hardlopen (1 rondje).  
Startnummers van 1 t/m 199

#### Lange afstand : kinderen 11 t/m 14 jaar

125m zwemmen (5 baantjes) + 10 km fietsen (2 rondjes) + 2500 m hardlopen (2 rondjes). Startnummers vanaf 200

## Begeleiding fietsers en bezoekers

---

**Functie: Verkeersregelaar (1 Persoon)**

**Aanmelden:** 11.00 uur, in de tent op het grote veld.

**Tijdstip op de positie:** 11.45 – 14.00

**Locatie:** Kruispunt Warnarkade/Sportparklaan. Zie kaart achterkant.

**Materieel aanwezig op de post:** geen

**Taak:** Je bent verkeersregelaar. Je begeleidt / regelt het verkeer, zodat de fietsers hun route ongestoord kunnen vervolgen.

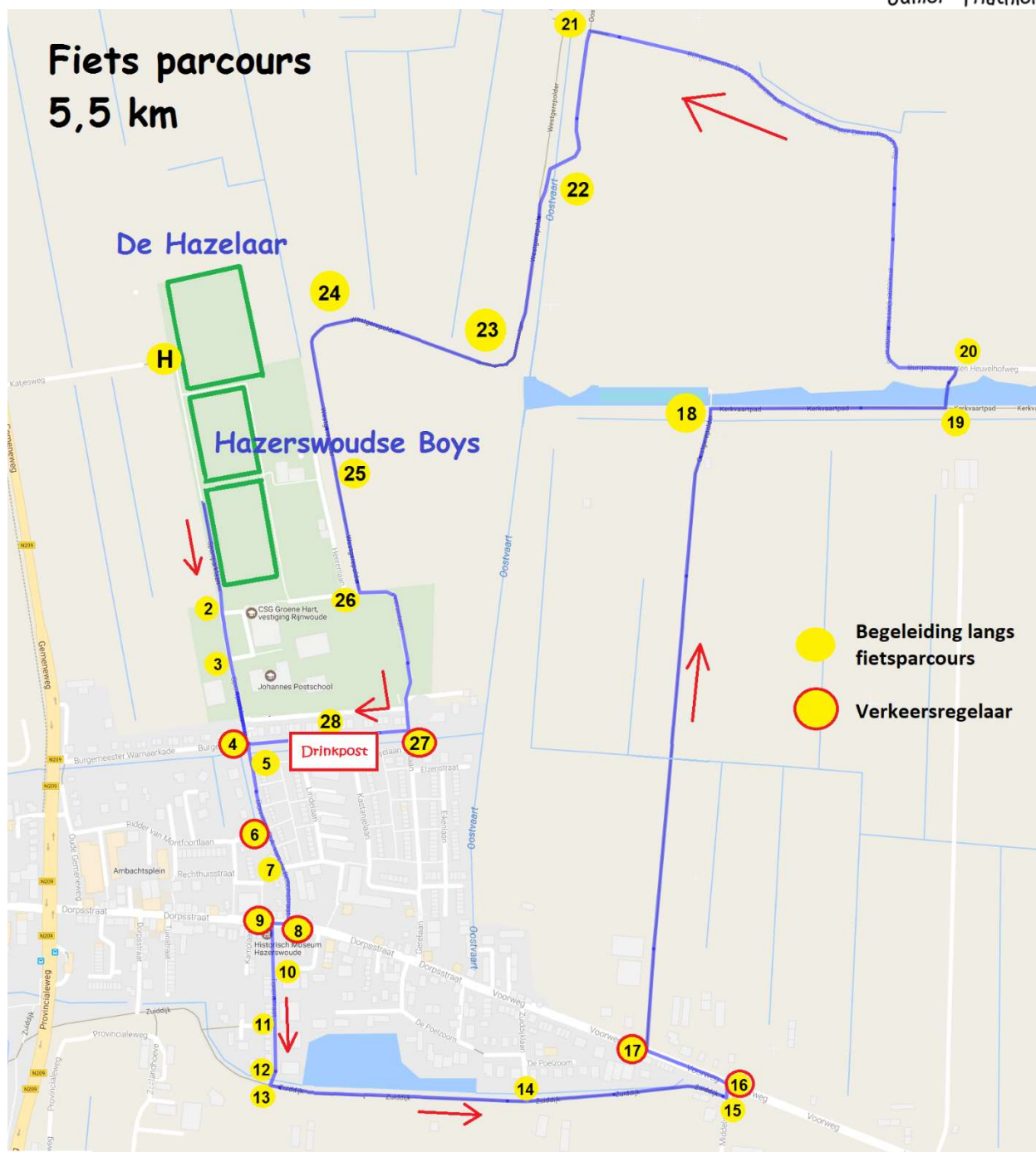
Wat we willen is dat alle verkeersdeelnemers begrijpen dat er een evenement gaande is en dat ze hun rijgedrag moeten aanpassen. Het gaat dus om communicatie.

- Als verkeersregelaar mag je auto's stoppen, zodat de fietsers veilig door of langs de wegen kunnen gaan.
- Wees zichtbaar langs de weg.
- Maak lang oogcontact met bestuurders van voertuigen.
- Maak 'langzaam' gebaar, zodat ze langzamer gaan rijden.
- Wees kalm en rustig.
- Aan het einde van het evenement komt de bezemfiets zeggen dat er geen fietsers meer op het fietsparcours zijn.

### Bij calamiteit

- Beoordeel de situatie.
- Zorg voor de hulpbehoevende(n).
- Is er een ambulance nodig, neem dan contact op met 112.
- Informeer bij elke calamiteit Willy Weijers 06 – 14 88 77 65.

**Bedankt voor jullie inzet en een leuke dag toegewenst 😊**



**Korte afstand : kinderen 7 t/m 10 jaar**

75m zwemmen (3 baantjes) + 5 km fietsen (1 rondje) + 1250 m hardlopen (1 rondje).  
Startnummers van 1 t/m 199

**Lange afstand : kinderen 11 t/m 14 jaar**

125m zwemmen (5 baantjes) + 10 km fietsen (2 rondjes) + 2500 m hardlopen  
(2 rondjes). Startnummers vanaf 200

## Begeleiding fietsers en toeschouwers

---

**Functie: begeleider (1 Persoon)**

**Aanmelden:** 11.00 uur, bij tent op het grote veld.

**Tijdstip op de positie:** 11.45 – 14.00

**Locatie:** Kruispunt Lindelaan/D.A. van de Boschstraat. Zie kaart achterkant.

**Materieel aanwezig op de post:** geen

**Taak:** Je begeleidt de fietsers, zodat zij hun route ongestoord kunnen vervolgen.

Wat we willen is dat alle verkeersdeelnemers begrijpen dat er een evenement gaande is en dat ze hun rijgedrag moeten aanpassen. Het gaat dus om communicatie.

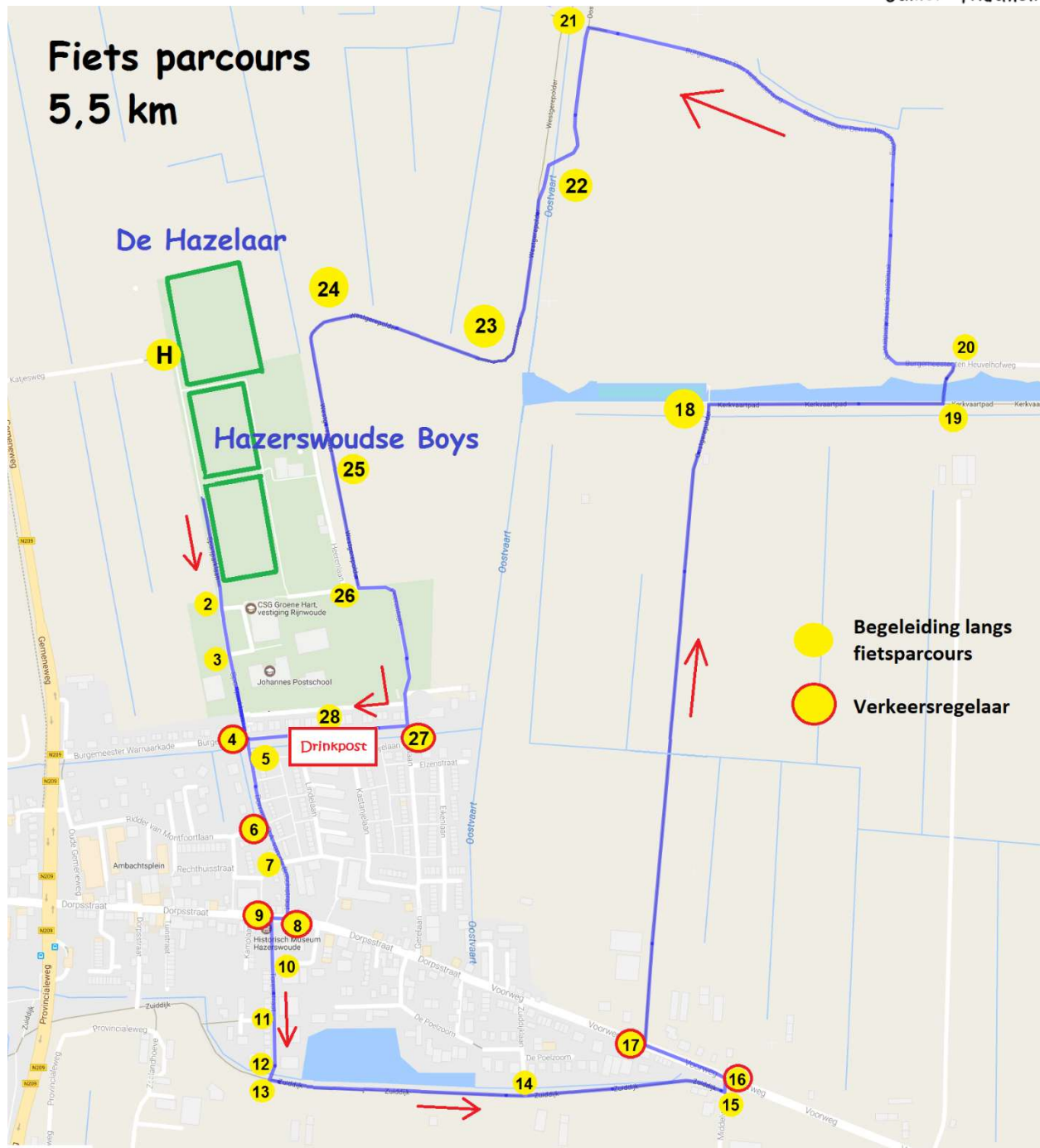
Je mag het verkeer niet stoppen, maar je kunt het beïnvloeden door deze eenvoudige tips te volgen.

- Wees zichtbaar langs de weg.
- Maak lang oogcontact met bestuurders van voertuigen.
- Maak 'langzaam' gebaar zodat ze langzamer gaan rijden.
- Wees kalm en rustig.
- Aan het einde van het evenement komt de bezemfiets zeggen dat er geen fietsers meer op het fietsparcours zijn.

### Bij calamiteit

- Beoordeel de situatie.
- Zorg voor de hulpbehoevende(n).
- Is er een ambulance nodig, neem dan contact op met 112.
- Informeer bij elke calamiteit Willy Weijers 06 – 14 88 77 65.

**Bedankt voor jullie inzet en een leuke dag toegewenst 😊**



**Korte afstand : kinderen 7 t/m 10 jaar**

75m zwemmen (3 baantjes) + 5 km fietsen (1 rondje) + 1250 m hardlopen (1 rondje).  
Startnummers van 1 t/m 199

**Lange afstand : kinderen 11 t/m 14 jaar**

125m zwemmen (5 baantjes) + 10 km fietsen (2 rondjes) + 2500 m hardlopen (2 rondjes). Startnummers vanaf 200

## Begeleiding fietsers en bezoekers

---

**Functie: Verkeersregelaar (1 Persoon)**

**Aanmelden:** 11.00 uur, in de tent op het grote veld.

**Tijdstip op de positie:** 11.45 – 14.00

**Locatie:** Kruispunt Dominee D.A. van de Boschstraat/Ridder van Montfoortlaan. Zie kaart achterkant.

**Materieel aanwezig op de post:** geen

**Taak:** Je bent verkeersregelaar. Je begeleidt / regelt het verkeer, zodat de fietsers hun route ongestoord kunnen vervolgen.

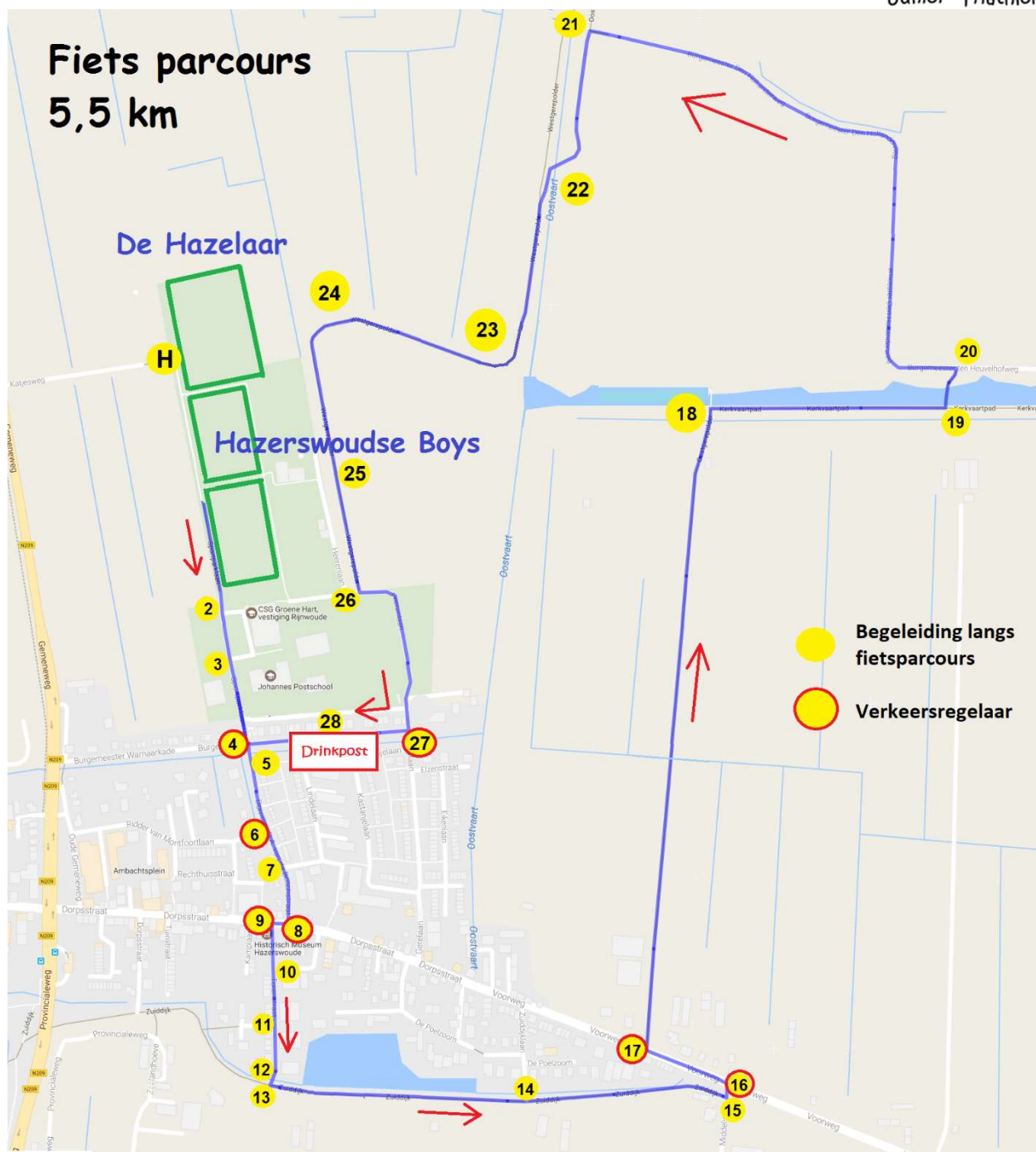
Wat we willen is dat de fietsers of automobilisten begrijpen dat er een evenement gaande is en dat ze hun rijgedrag moeten aanpassen. Het gaat dus om communicatie.

- Als verkeersregelaar mag je auto's stoppen, zodat de fietsers veilig door of langs de wegen kunnen gaan.
- Wees zichtbaar langs de weg.
- Maak lang oogcontact met bestuurders van voertuigen.
- Maak langzaam gebaar zodat ze langzamer gaan rijden.
- Wees kalm en rustig.
- Aan het einde van het evenement komt de bezemfiets zeggen dat er geen fietsers meer op het fietsparcours zijn.

### Bij calamiteit

- Beoordeel de situatie.
- Zorg voor de hulpbehoevende(n).
- Is er een ambulance nodig, neem dan contact op met 112.
- Informeer bij elke calamiteit Willy Weijers 06 – 14 88 77 65.

Bedankt voor jullie inzet en een leuke dag toegewenst 😊



#### Korte afstand : kinderen 7 t/m 10 jaar

75m zwemmen (3 baantjes) + 5 km fietsen (1 rondje) + 1250 m hardlopen (1 rondje).  
Startnummers van 1 t/m 199

#### Lange afstand : kinderen 11 t/m 14 jaar

125m zwemmen (5 baantjes) + 10 km fietsen (2 rondjes) + 2500 m hardlopen (2 rondjes). Startnummers vanaf 200

## Begeleiding fietsers en toeschouwers

---

**Functie: begeleider (1 Persoon)**

**Aanmelden:** 11.00 uur, in de tent op het grote veld.

**Tijdstip op de positie:** 11.45 – 14.00

**Locatie:** Kruispunt Lindelaan/D.A. van de Boschstraat. Zie kaart achterkant.

**Materieel aanwezig op de post:** geen

**Taak:** Je begeleidt de fietsers, zodat zij hun route ongestoord kunnen vervolgen.

Wat we willen is dat de fietsers of automobilisten begrijpen dat er een evenement gaande is en dat ze hun rijgedrag moeten aanpassen. Het gaat dus om communicatie.

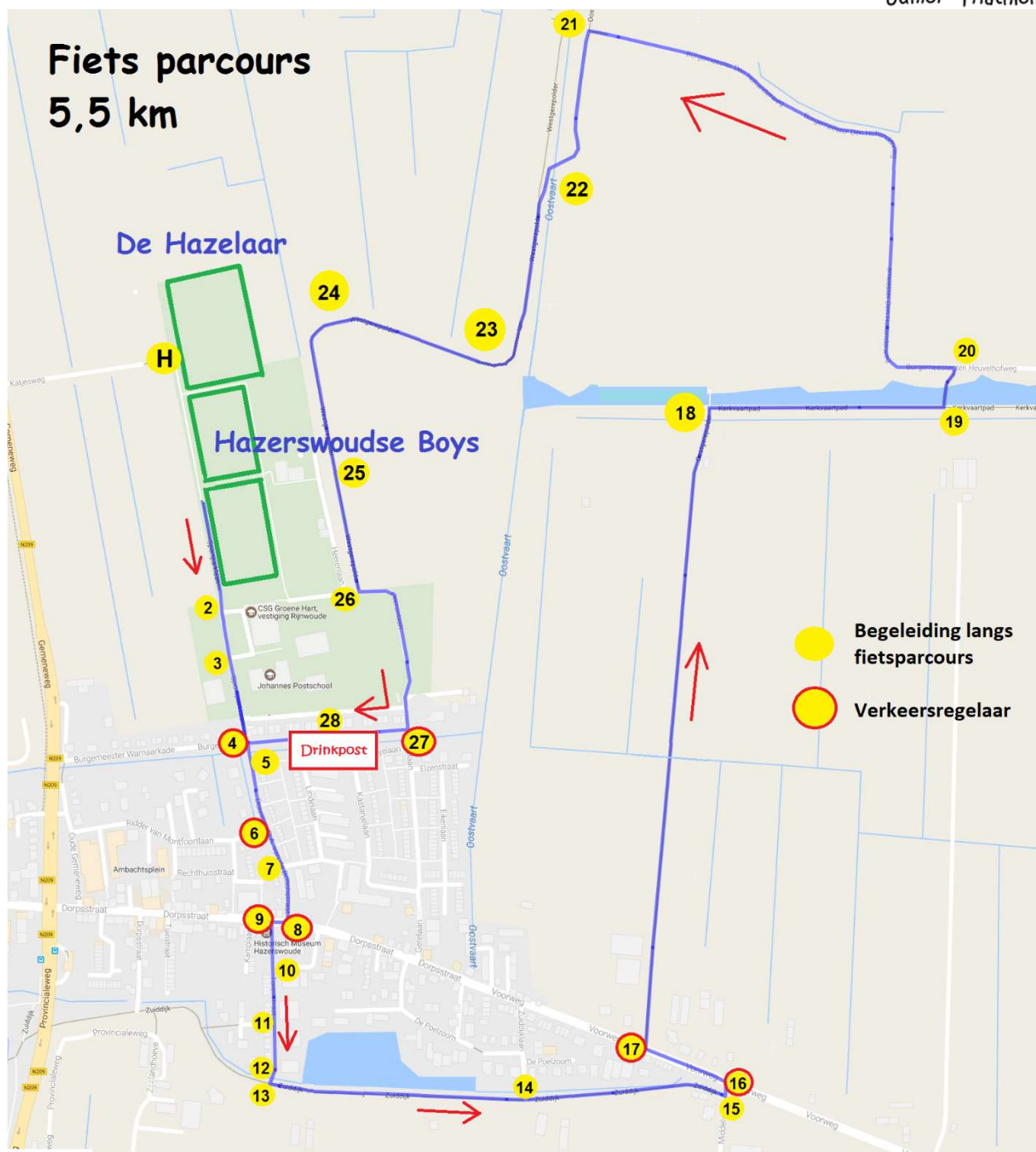
Je mag het verkeer niet stoppen, maar je kunt het beïnvloeden door deze eenvoudige tips te volgen.

- Wees zichtbaar langs de weg.
- Maak lang oogcontact met bestuurders van voertuigen.
- Maak 'langzaam' gebaar zodat ze langzamer gaan rijden.
- Wees kalm en rustig.
- Aan het einde van het evenement komt de bezemfiets zeggen dat er geen fietsers meer op het fietsparcours zijn.

### Bij calamiteit

- Beoordeel de situatie.
- Zorg voor de hulpbehoevende(n).
- Is er een ambulance nodig, neem dan contact op met 112.
- Informeer bij elke calamiteit Willy Weijers 06 – 14 88 77 65.

**Bedankt voor jullie inzet en een leuke dag toegewenst 😊**



#### Korte afstand : kinderen 7 t/m 10 jaar

75m zwemmen (3 baantjes) + 5 km fietsen (1 rondje) + 1250 m hardlopen (1 rondje).  
Startnummers van 1 t/m 199

#### Lange afstand : kinderen 11 t/m 14 jaar

125m zwemmen (5 baantjes) + 10 km fietsen (2 rondjes) + 2500 m hardlopen (2 rondjes). Startnummers vanaf 200

## Begeleiding fietsers en bezoekers

---

**Functie: Verkeersregelaar (1 Persoon)**

**Aanmelden:** 11.00 uur, in de tent op het grote veld.

**Tijdstip op de positie:** 11.45 – 14.00

**Locatie:** Oversteek Dominee D.A. van de Boschstraat/Dorpstraat. Zie kaart achterkant.

**Materieel aanwezig op de post:** geen

**Taak:** Je bent verkeersregelaar. Je begeleidt / regelt het verkeer, zodat de fietsers hun route ongestoord kunnen vervolgen. Je werkt samen met post 9 oversteek naar Torenstraat.

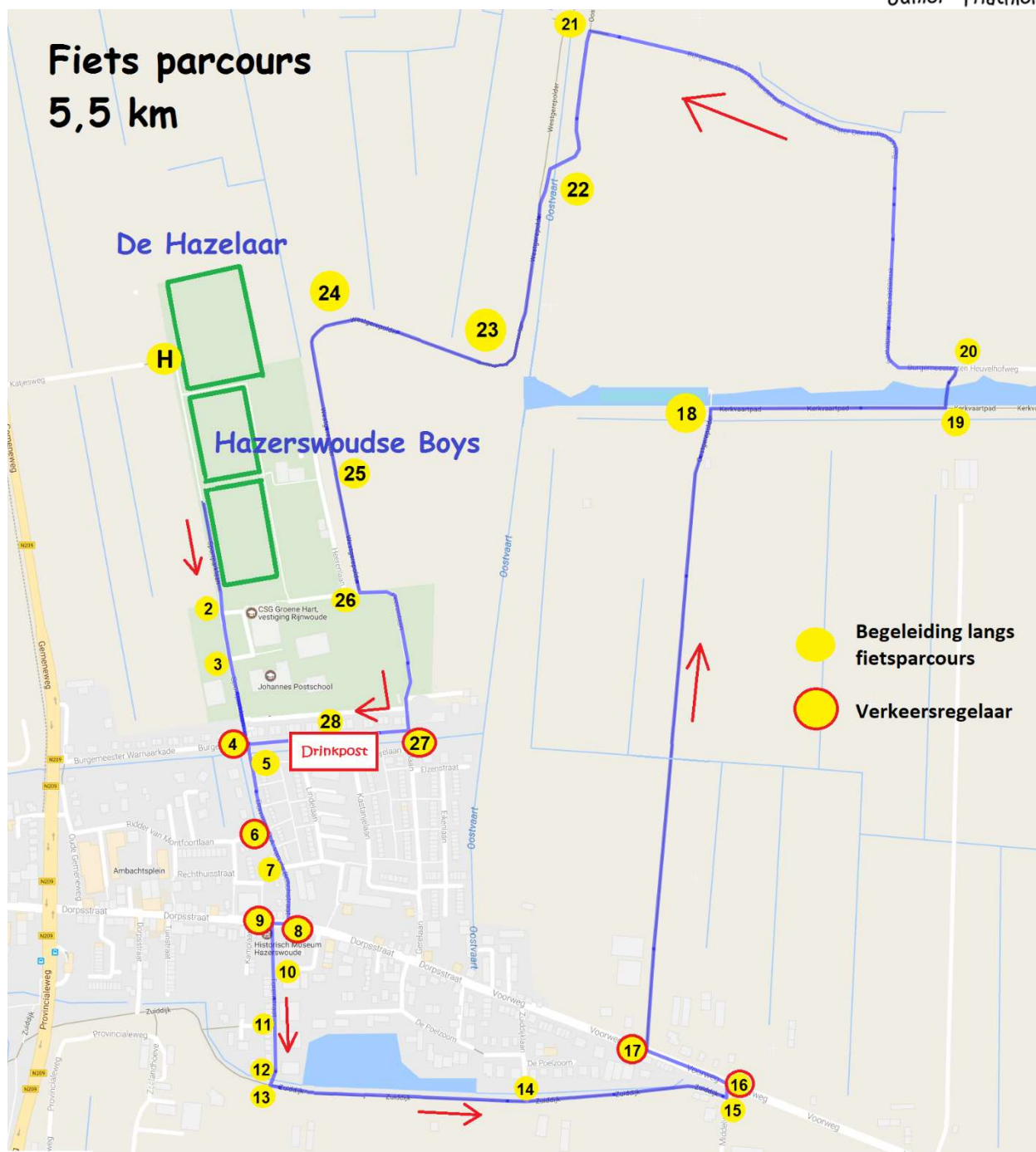
Wat we willen is dat de fietsers of automobilisten begrijpen dat er een evenement gaande is en dat ze hun rijgedrag moeten aanpassen. Het gaat dus om communicatie.

- Als verkeersregelaar mag je auto's stoppen, zodat de fietsers veilig door of langs de wegen kunnen gaan.
- Wees zichtbaar langs de weg.
- Maak lang oogcontact met bestuurders van voertuigen.
- Maak langzaam gebaar zodat ze langzamer gaan rijden.
- Wees kalm en rustig.
- Aan het einde van het evenement komt de bezemfiets zeggen dat er geen fietsers meer op het fietsparcours zijn.

### Bij calamiteit

- Beoordeel de situatie.
- Zorg voor de hulpbehoevende(n).
- Is er een ambulance nodig, neem dan contact op met 112.
- Informeer bij elke calamiteit Willy Weijers 06 – 14 88 77 65.

**Bedankt voor jullie inzet en een leuke dag toegewenst 😊**



### Korte afstand : kinderen 7 t/m 10 jaar

75m zwemmen (3 baantjes) + 5 km fietsen (1 rondje) + 1250 m hardlopen (1 rondje).  
Startnummers van 1 t/m 199

### Lange afstand : kinderen 11 t/m 14 jaar

125m zwemmen (5 baantjes) + 10 km fietsen (2 rondjes) + 2500 m hardlopen (2 rondjes). Startnummers vanaf 200

## Begeleiding fietsers en bezoekers

---

**Functie: Verkeersregelaar (1 Persoon)**

**Aanmelden:** 11.00 uur, in de tent op het grote veld.

**Tijdstip op de positie:** 11.45 – 14.00

**Locatie:** Oversteek Dorpstraat/Torenstraat. Zie kaart achterkant.

**Materieel aanwezig op de post:** geen

**Taak:** Je bent verkeersregelaar. Je begeleidt / regelt het verkeer, zodat de fietsers hun route ongestoord kunnen vervolgen. Je werkt samen met post 8 oversteek van D.A. vd Boschstraat.

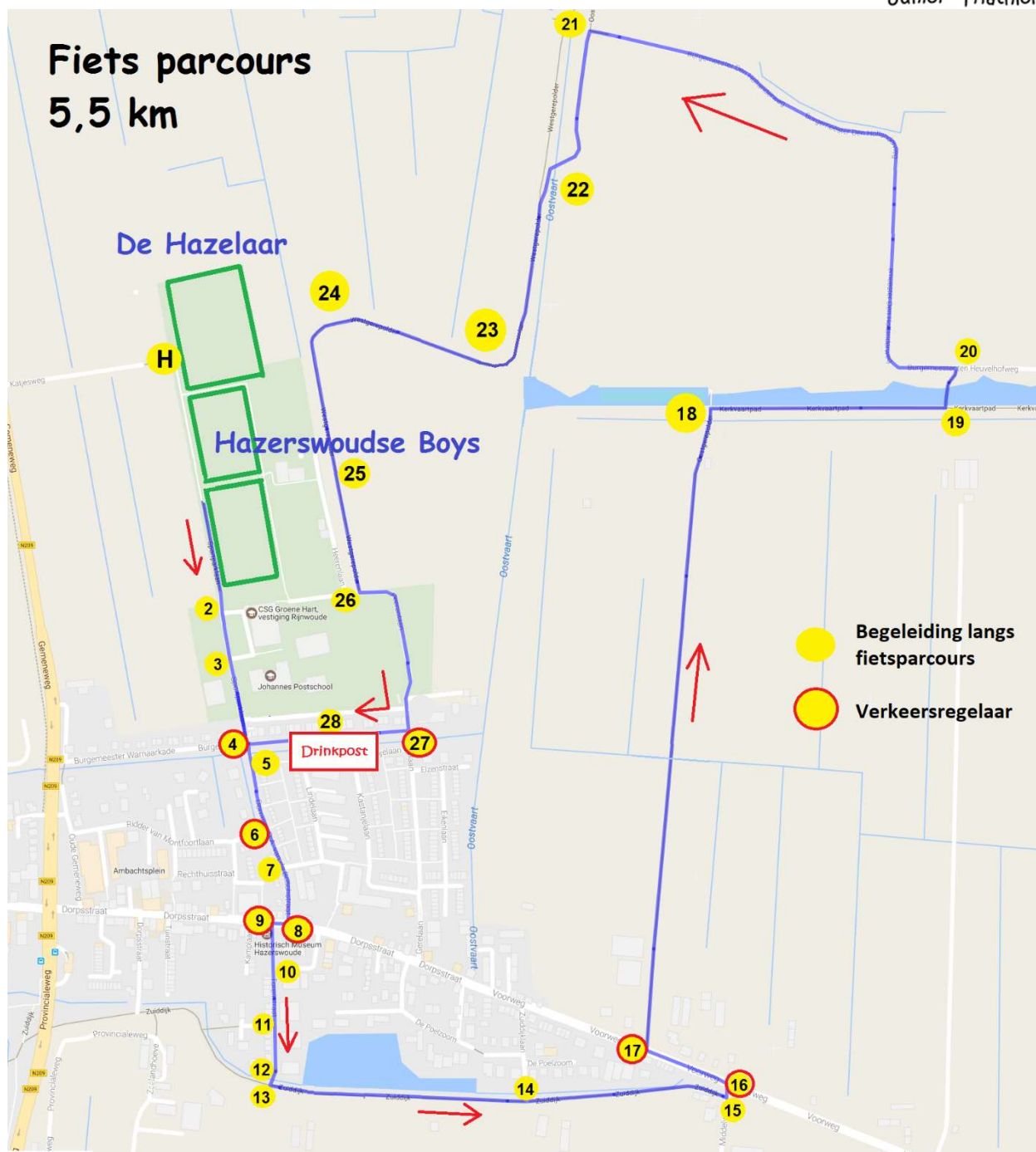
Wat we willen is dat de fietsers of automobilisten begrijpen dat er een evenement gaande is en dat ze hun rijgedrag moeten aanpassen. Het gaat dus om communicatie.

- Als verkeersregelaar mag je auto's stoppen, zodat de fietsers veilig door of langs de wegen kunnen gaan.
- Wees zichtbaar langs de weg.
- Maak lang oogcontact met bestuurders van voertuigen.
- Maak langzaam gebaar zodat ze langzamer gaan rijden.
- Wees kalm en rustig.
- Aan het einde van het evenement komt de bezemfiets zeggen dat er geen fietsers meer op het fietsparcours zijn.

### Bij calamiteit

- Beoordeel de situatie.
- Zorg voor de hulpbehoevende(n).
- Is er een ambulance nodig, neem dan contact op met 112.
- Informeer bij elke calamiteit Willy Weijers 06 – 14 88 77 65.

**Bedankt voor jullie inzet en een leuke dag toegewenst 😊**



### Korte afstand : kinderen 7 t/m 10 jaar

75m zwemmen (3 baantjes) + 5 km fietsen (1 rondje) + 1250 m hardlopen (1 rondje).  
Startnummers van 1 t/m 199

### Lange afstand : kinderen 11 t/m 14 jaar

125m zwemmen (5 baantjes) + 10 km fietsen (2 rondjes) + 2500 m hardlopen (2 rondjes). Startnummers vanaf 200

## Begeleiding fietsers en toeschouwers

---

**Functie: begeleider (1 Persoon)**

**Aanmelden:** 11.00 uur, in de tent op het grote veld.

**Tijdstip op de positie:** 11.45 – 14.00

**Locatie:** Kruispunt Torenstraat/Raadhuisplein. Zie kaart achterkant.

**Materieel aanwezig op de post:** geen

**Taak:** Je begeleidt de fietsers, zodat zij hun route ongestoord kunnen vervolgen.

Wat we willen is dat de fietsers of automobilisten begrijpen dat er een evenement gaande is en dat ze hun rijgedrag moeten aanpassen. Het gaat dus om communicatie.

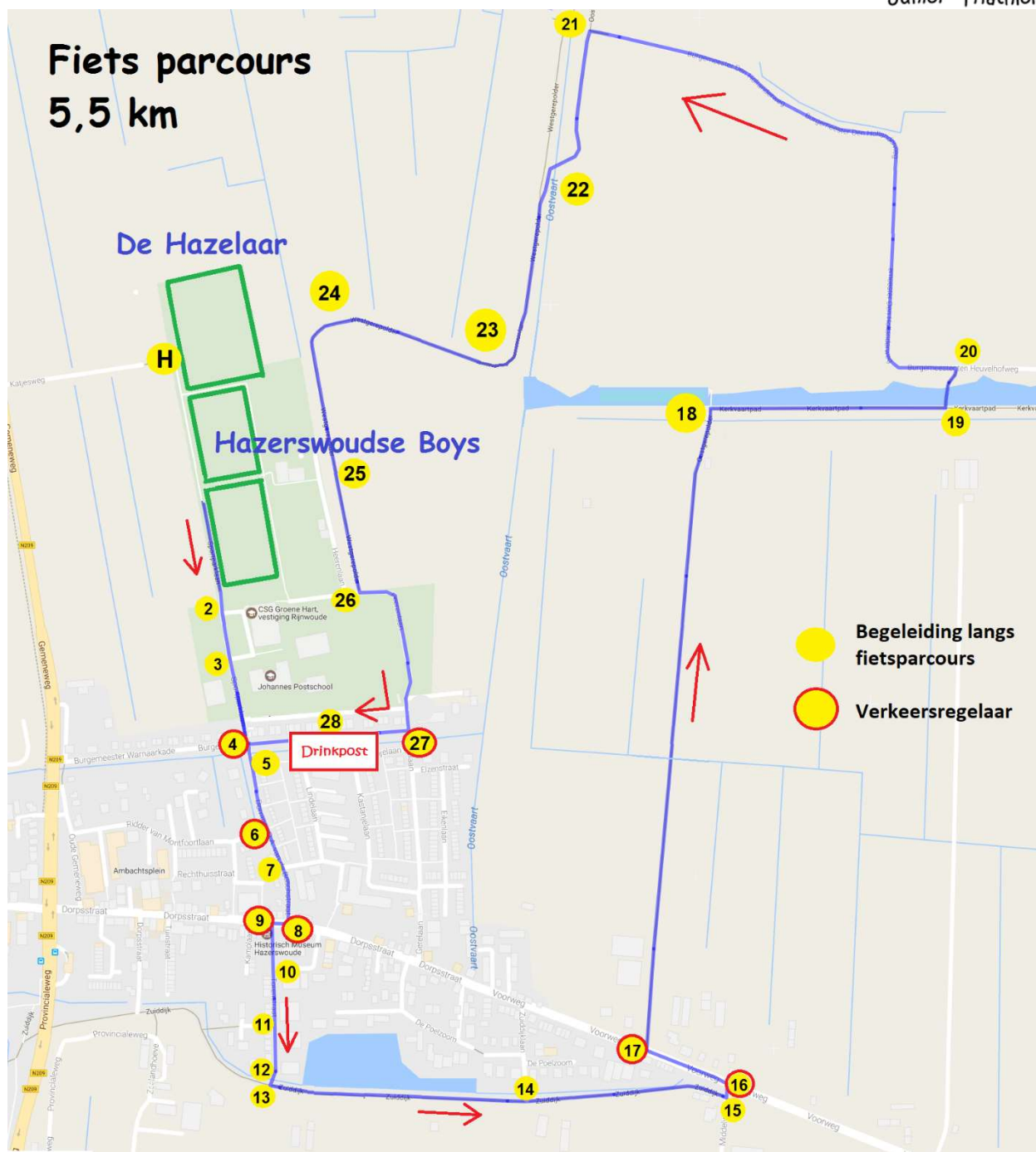
Je mag het verkeer niet stoppen, maar je kunt het beïnvloeden door deze eenvoudige tips te volgen.

- Wees zichtbaar langs de weg.
- Maak lang oogcontact met bestuurders van voertuigen.
- Maak langzaam gebaar zodat ze langzamer gaan rijden.
- Wees kalm en rustig.
- Aan het einde van het evenement komt de bezemfiets zeggen dat er geen fietsers meer op het fietsparcours zijn.

### Bij calamiteit

- Beoordeel de situatie.
- Zorg voor de hulpbehoevende(n).
- Is er een ambulance nodig, neem dan contact op met 112.
- Informeer bij elke calamiteit Willy Weijers 06 – 14 88 77 65.

**Bedankt voor jullie inzet en een leuke dag toegewenst 😊**



#### Korte afstand : kinderen 7 t/m 10 jaar

75m zwemmen (3 baantjes) + 5 km fietsen (1 rondje) + 1250 m hardlopen (1 rondje).  
Startnummers van 1 t/m 199

#### Lange afstand : kinderen 11 t/m 14 jaar

125m zwemmen (5 baantjes) + 10 km fietsen (2 rondjes) + 2500 m hardlopen (2 rondjes). Startnummers vanaf 200

## Begeleiding fietsers en toeschouwers

---

**Functie: begeleider (1 Persoon)**

**Aanmelden:** 11.00 uur, in de tent op het grote veld.

**Tijdstip op de positie:** 11.45 – 14.00

**Locatie:** Kruispunt Torenstraat/Torengaarde. Zie kaart achterkant.

**Materieel aanwezig op de post:** geen

**Taak:** Je begeleidt de fietsers, zodat zij hun route ongestoord kunnen vervolgen.

Wat we willen is dat de fietsers of automobilisten begrijpen dat er een evenement gaande is en dat ze hun rijgedrag moeten aanpassen. Het gaat dus om communicatie.

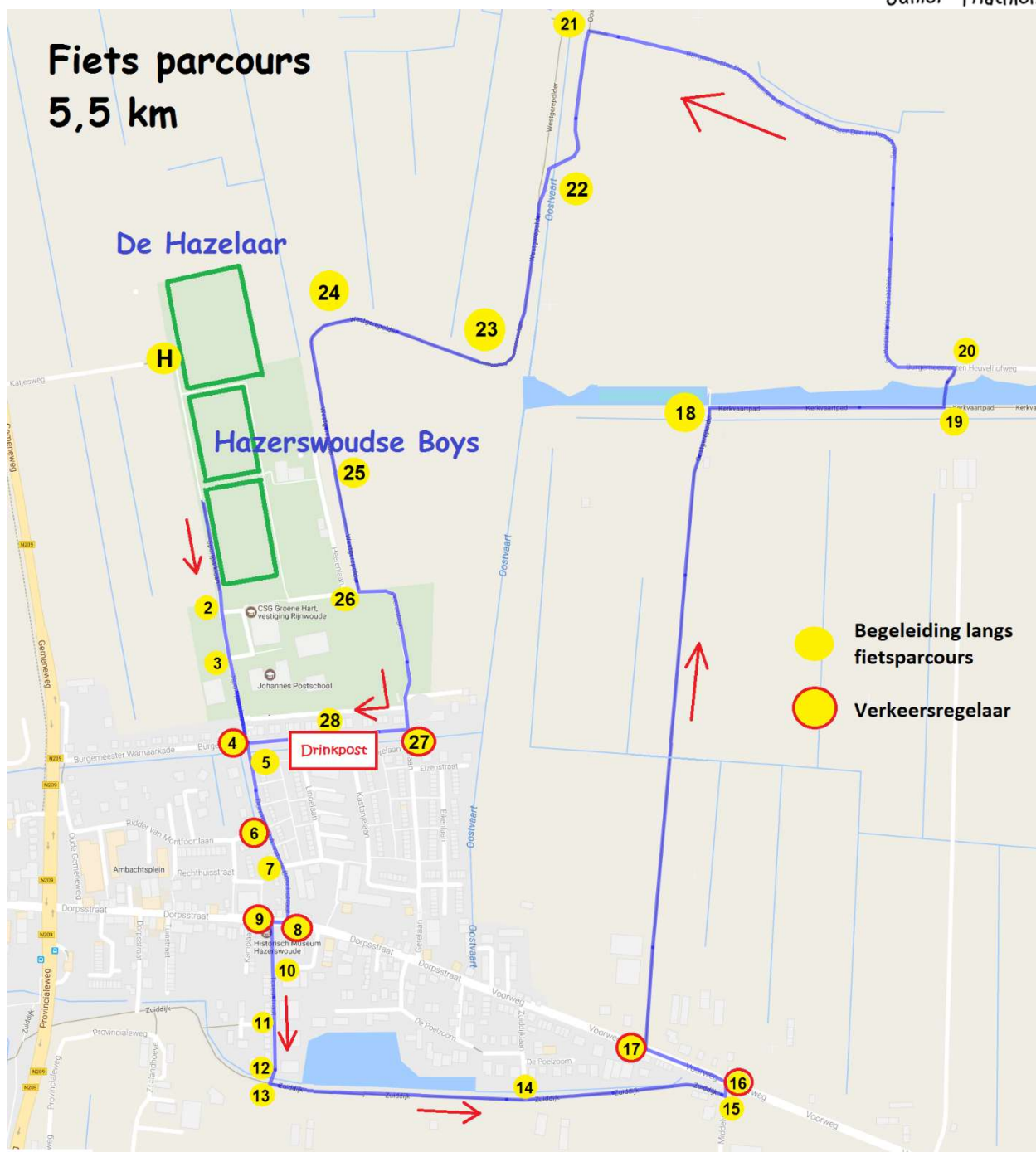
Je mag het verkeer niet stoppen, maar je kunt het beïnvloeden door deze eenvoudige tips te volgen.

- Wees zichtbaar langs de weg.
- Maak lang oogcontact met bestuurders van voertuigen.
- Maak langzaam gebaar zodat ze langzamer gaan rijden.
- Wees kalm en rustig.
- Aan het einde van het evenement komt de bezemfiets zeggen dat er geen fietsers meer op het fietsparcours zijn.

### Bij calamiteit

- Beoordeel de situatie.
- Zorg voor de hulpbehoevende(n).
- Is er een ambulance nodig, neem dan contact op met 112.
- Informeer bij elke calamiteit Willy Weijers 06 – 14 88 77 65.

**Bedankt voor jullie inzet en een leuke dag toegewenst 😊**



### Korte afstand : kinderen 7 t/m 10 jaar

75m zwemmen (3 baantjes) + 5 km fietsen (1 rondje) + 1250 m hardlopen (1 rondje).  
Startnummers van 1 t/m 199

### Lange afstand : kinderen 11 t/m 14 jaar

125m zwemmen (5 baantjes) + 10 km fietsen (2 rondjes) + 2500 m hardlopen (2 rondjes). Startnummers vanaf 200

## Begeleiding fietsers en toeschouwers

---

**Functie: begeleider (1 Persoon)**

**Aanmelden:** 11.00 uur, in de tent op het grote veld.

**Tijdstip op de positie:** 11.45 – 14.00

**Locatie:** Brug Torenstraat. Zie kaart achterkant.

**Materieel aanwezig op de post:** geen

**Taak:** Je begeleidt de fietsers, zodat zij hun route ongestoord kunnen vervolgen.

- Op deze posities zijn “gevaarlijke” bruggen omdat het asfalt glad/ruw is, met veel losse steentjes.
- Met gebaren de kinderen waarschuwen dat ze langzamer moeten fietsen, zeker als ze ook daarna de bocht om moeten.

Wat we willen is dat de fietsers of automobilisten begrijpen dat er een evenement gaande is en dat ze hun rijgedrag moeten aanpassen. Het gaat dus om communicatie.

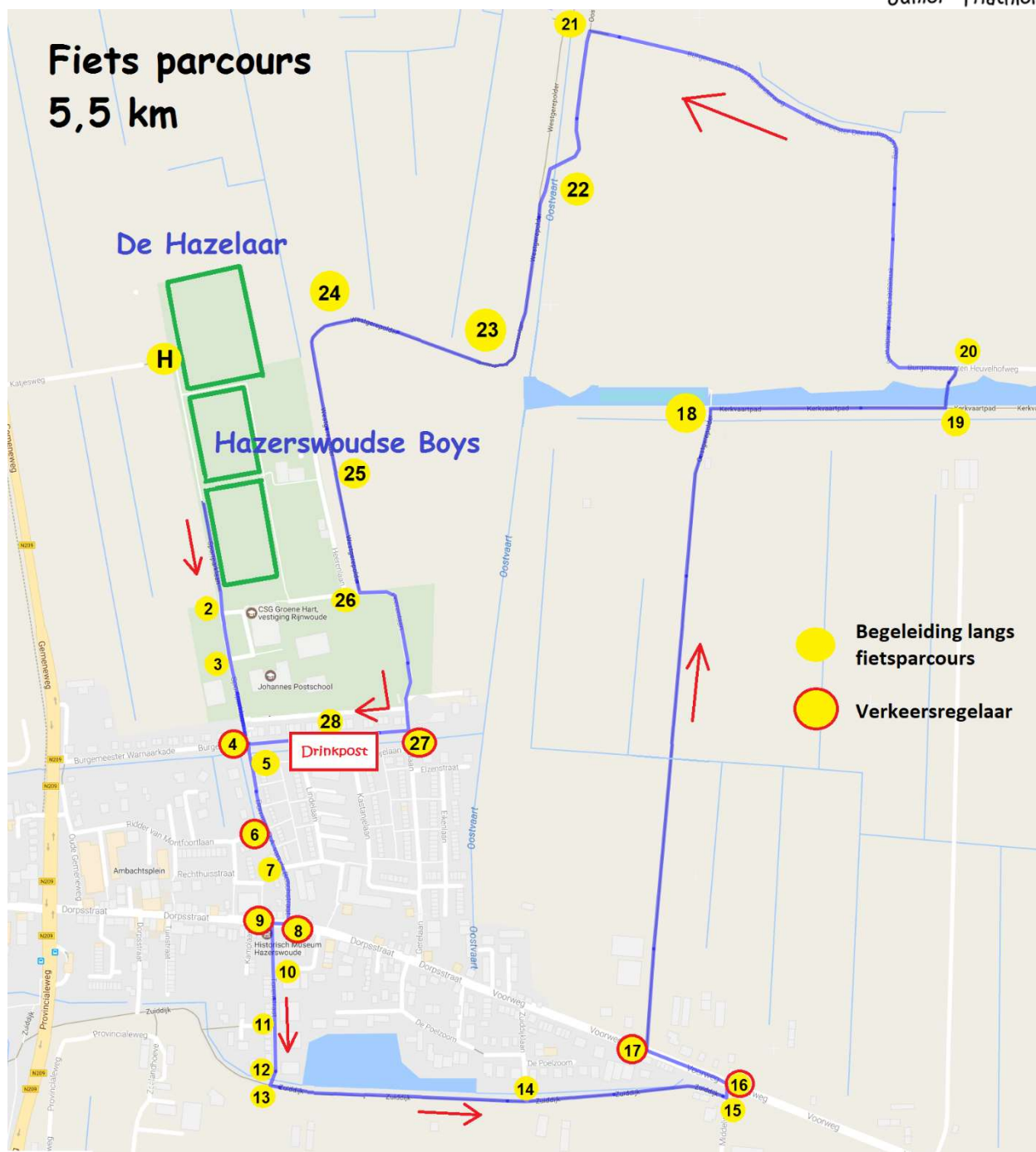
Je mag het verkeer niet stoppen, maar je kunt het beïnvloeden door deze eenvoudige tips te volgen.

- Wees zichtbaar langs de weg.
- Maak lang oogcontact met bestuurders van voertuigen.
- Maak langzaam gebaar zodat ze langzamer gaan rijden.
- Wees kalm en rustig.
- Aan het einde van het evenement komt de bezemfiets zeggen dat er geen fietsers meer op het fietsparcours zijn.

### Bij calamiteit

- Beoordeel de situatie.
- Zorg voor de hulpbehoevende(n).
- Is er een ambulance nodig, neem dan contact op met 112.
- Informeer bij elke calamiteit Willy Weijers 06 – 14 88 77 65.

**Bedankt voor jullie inzet en een leuke dag toegewenst 😊**



### Korte afstand : kinderen 7 t/m 10 jaar

75m zwemmen (3 baantjes) + 5 km fietsen (1 rondje) + 1250 m hardlopen (1 rondje).  
Startnummers van 1 t/m 199

### Lange afstand : kinderen 11 t/m 14 jaar

125m zwemmen (5 baantjes) + 10 km fietsen (2 rondjes) + 2500 m hardlopen (2 rondjes). Startnummers vanaf 200

## Begeleiding fietsers en toeschouwers

---

**Functie: begeleider (1 Persoon)**

**Aanmelden:** 11.00 uur, in de tent op het grote veld.

**Tijdstip op de positie:** 11.45 – 14.00

**Locatie:** Brug Zuiddijk. Zie kaart achterkant.

**Materieel aanwezig op de post:** geen

**Taak:** Je begeleidt de fietsers, zodat zij hun route ongestoord kunnen vervolgen.

- Op deze posities zijn “gevaarlijke” bruggen omdat het asfalt glad/ruw is, met veel losse steentjes.
- Met gebaren de kinderen waarschuwen dat ze langzamer moeten fietsen, zeker als ze ook daarna de bocht om moeten.

Wat we willen is dat de fietsers of automobilisten begrijpen dat er een evenement gaande is en dat ze hun rijgedrag moeten aanpassen. Het gaat dus om communicatie.

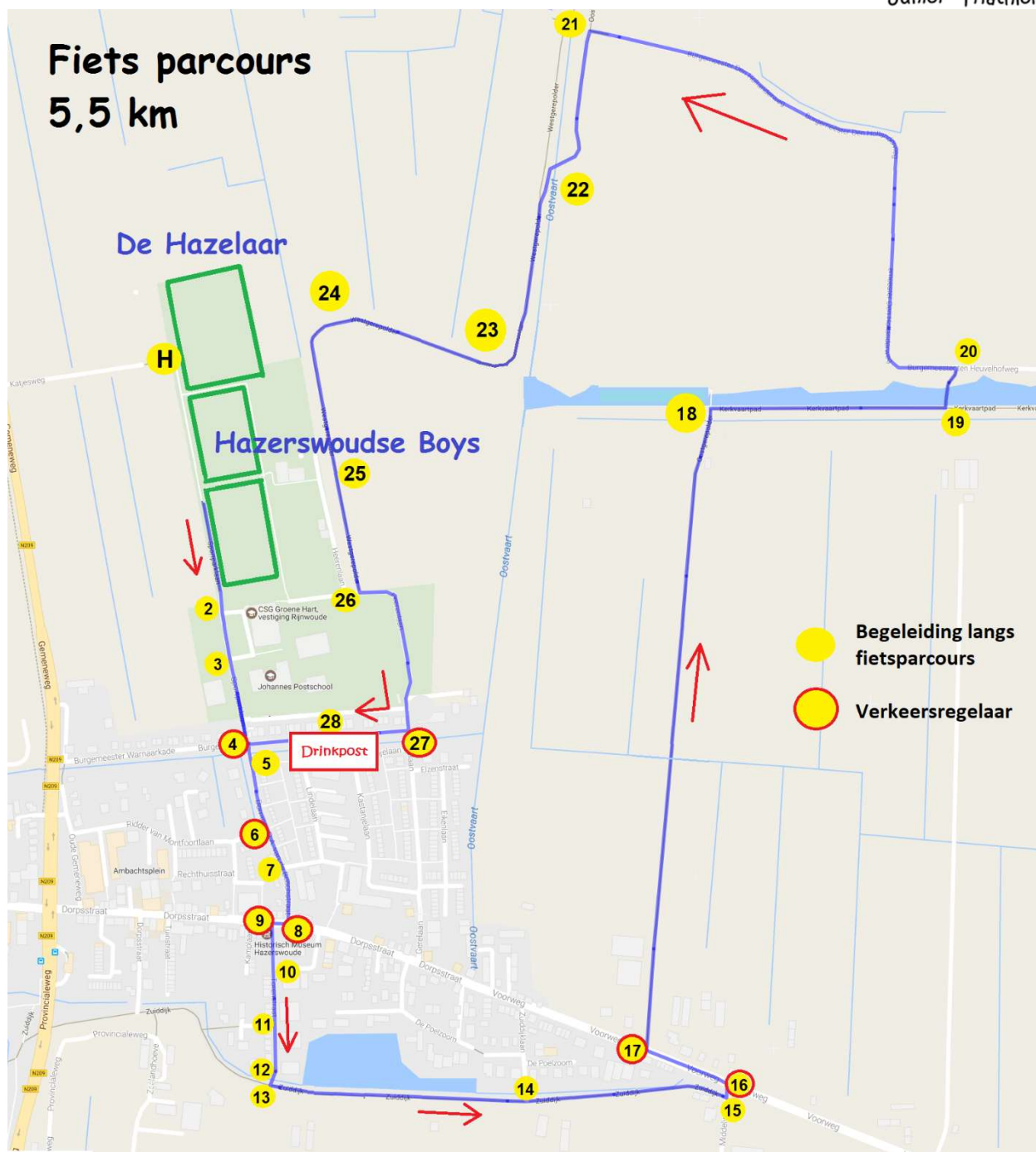
Je mag het verkeer niet stoppen, maar je kunt het beïnvloeden door deze eenvoudige tips te volgen.

- Wees zichtbaar langs de weg.
- Maak lang oogcontact met bestuurders van voertuigen.
- Maak langzaam gebaar zodat ze langzamer gaan rijden.
- Wees kalm en rustig.
- Aan het einde van het evenement komt de bezemfiets zeggen dat er geen fietsers meer op het fietsparcours zijn.

### Bij calamiteit

- Beoordeel de situatie.
- Zorg voor de hulpbehoevende(n).
- Is er een ambulance nodig, neem dan contact op met 112.
- Informeer bij elke calamiteit Willy Weijers 06 – 14 88 77 65.

**Bedankt voor jullie inzet en een leuke dag toegewenst 😊**



#### Korte afstand : kinderen 7 t/m 10 jaar

75m zwemmen (3 baantjes) + 5 km fietsen (1 rondje) + 1250 m hardlopen (1 rondje).  
Startnummers van 1 t/m 199

#### Lange afstand : kinderen 11 t/m 14 jaar

125m zwemmen (5 baantjes) + 10 km fietsen (2 rondjes) + 2500 m hardlopen (2 rondjes). Startnummers vanaf 200

## Begeleiding fietsers en toeschouwers

---

**Functie: begeleider (1 Persoon)**

**Aanmelden:** 11.00 uur, in de tent op het grote veld.

**Tijdstip op de positie:** 11.45 – 14.00

**Locatie:** Brug Zuidelijk/Poelzoom. Zie kaart achterkant.

**Materieel aanwezig op de post:** geen

**Taak:** Je begeleidt de fietsers, zodat zij hun route ongestoord kunnen vervolgen.

Wat we willen is dat de fietsers of automobilisten begrijpen dat er een evenement gaande is en dat ze hun rijgedrag moeten aanpassen. Het gaat dus om communicatie.

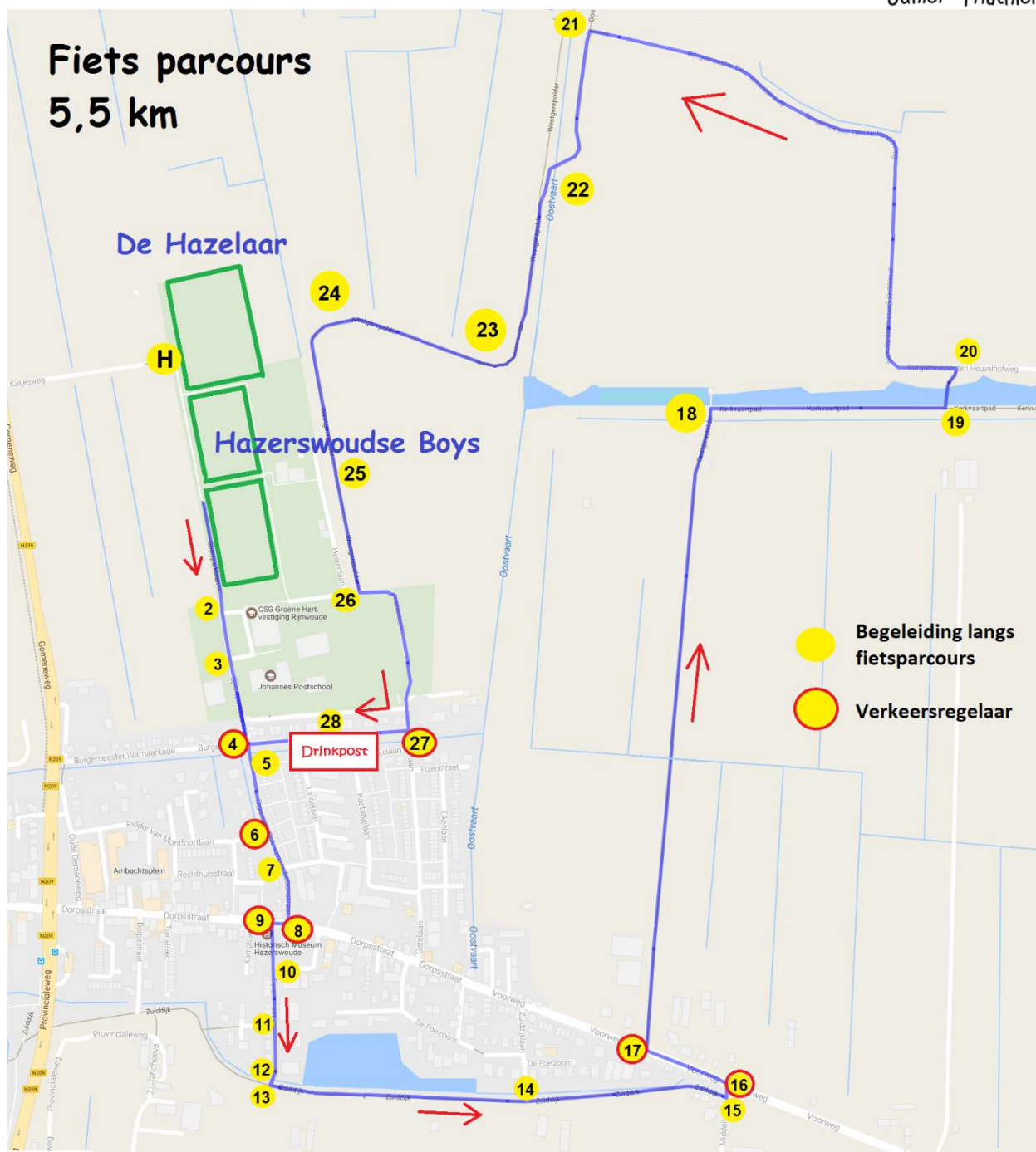
Je mag het verkeer niet stoppen, maar je kunt het beïnvloeden door deze eenvoudige tips te volgen.

- Wees zichtbaar langs de weg.
- Maak lang oogcontact met bestuurders van voertuigen.
- Maak langzaam gebaar zodat ze langzamer gaan rijden.
- Wees kalm en rustig.
- Aan het einde van het evenement komt de bezemfiets zeggen dat er geen fietsers meer op het fietsparcours zijn.

### Bij calamiteit

- Beoordeel de situatie.
- Zorg voor de hulpbehoevende(n).
- Is er een ambulance nodig, neem dan contact op met 112.
- Informeer bij elke calamiteit Willy Weijers 06 – 14 88 77 65.

**Bedankt voor jullie inzet en een leuke dag toegewenst 😊**



### Korte afstand : kinderen 7 t/m 10 jaar

75m zwemmen (3 baantjes) + 5 km fietsen (1 rondje) + 1250 m hardlopen (1 rondje).  
Startnummers van 1 t/m 199

### Lange afstand : kinderen 11 t/m 14 jaar

125m zwemmen (5 baantjes) + 10 km fietsen (2 rondjes) + 2500 m hardlopen (2 rondjes). Startnummers vanaf 200

## Begeleiding fietsers en toeschouwers

---

**Functie: begeleider (1 Persoon)**

**Aanmelden:** 11.00 uur, in de tent op het grote veld.

**Tijdstip op de positie:** 11.45 – 14.00

**Locatie:** Brug Zuidelijk/Middelweg. Zie kaart achterkant.

**Materieel aanwezig op de post:** geen

**Taak:** Je begeleidt de fietsers, zodat zij hun route ongestoord kunnen vervolgen.

- Op deze posities zijn “gevaarlijke” bruggen omdat het asfalt glad/ruw is, met veel losse steentjes.
- Met gebaren de kinderen waarschuwen dat ze langzamer moeten fietsen, zeker als ze ook daarna de bocht om moeten.

Wat we willen is dat de fietsers of automobilisten begrijpen dat er een evenement gaande is en dat ze hun rijgedrag moeten aanpassen. Het gaat dus om communicatie.

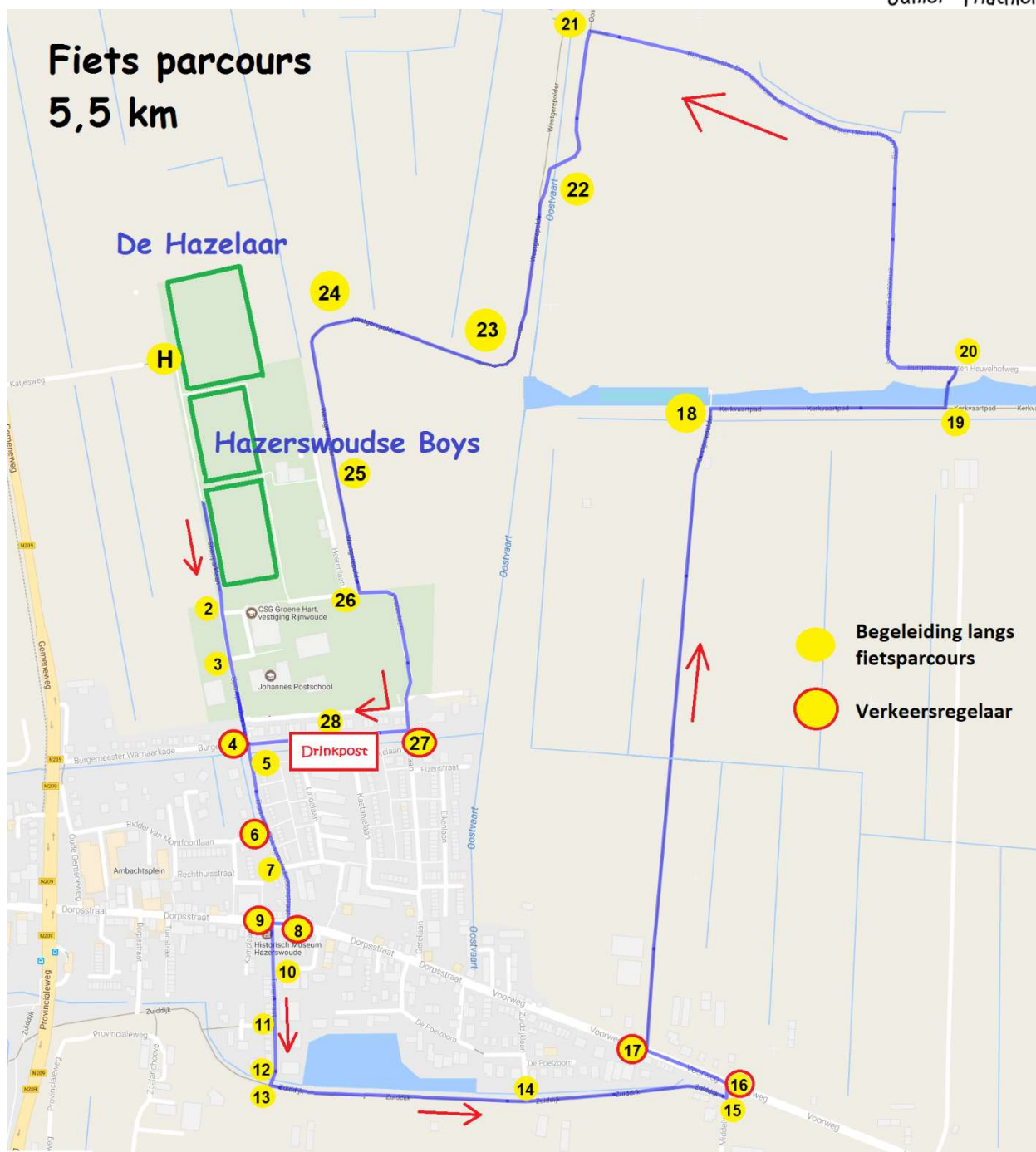
Je mag het verkeer niet stoppen, maar je kunt het beïnvloeden door deze eenvoudige tips te volgen.

- Wees zichtbaar langs de weg.
- Maak lang oogcontact met bestuurders van voertuigen.
- Maak langzaam gebaar zodat ze langzamer gaan rijden.
- Wees kalm en rustig.
- Aan het einde van het evenement komt de bezemfiets zeggen dat er geen fietsers meer op het fietsparcours zijn.

### Bij calamiteit

- Beoordeel de situatie.
- Zorg voor de hulpbehoevende(n).
- Is er een ambulance nodig, neem dan contact op met 112.
- Informeer bij elke calamiteit Willy Weijers 06 – 14 88 77 65.

**Bedankt voor jullie inzet en een leuke dag toegewenst 😊**



#### Korte afstand : kinderen 7 t/m 10 jaar

75m zwemmen (3 baantjes) + 5 km fietsen (1 rondje) + 1250 m hardlopen (1 rondje).  
Startnummers van 1 t/m 199

#### Lange afstand : kinderen 11 t/m 14 jaar

125m zwemmen (5 baantjes) + 10 km fietsen (2 rondjes) + 2500 m hardlopen (2 rondjes). Startnummers vanaf 200

## Begeleiding fietsers en bezoekers

---

### Functie: Verkeersregelaar (1 Persoon)

**Aanmelden:** 11.00 uur, in de tent op het grote veld.

**Tijdstip op de positie:** 11.45 – 14.00

**Locatie:** Kruispunt Voorweg/Middenweg. Zie kaart achterkant.

**Materieel aanwezig op de post:** geen

**Taak:** Je bent verkeersregelaar. Je begeleidt / regelt het verkeer, zodat de fietsers hun route ongestoord kunnen vervolgen.

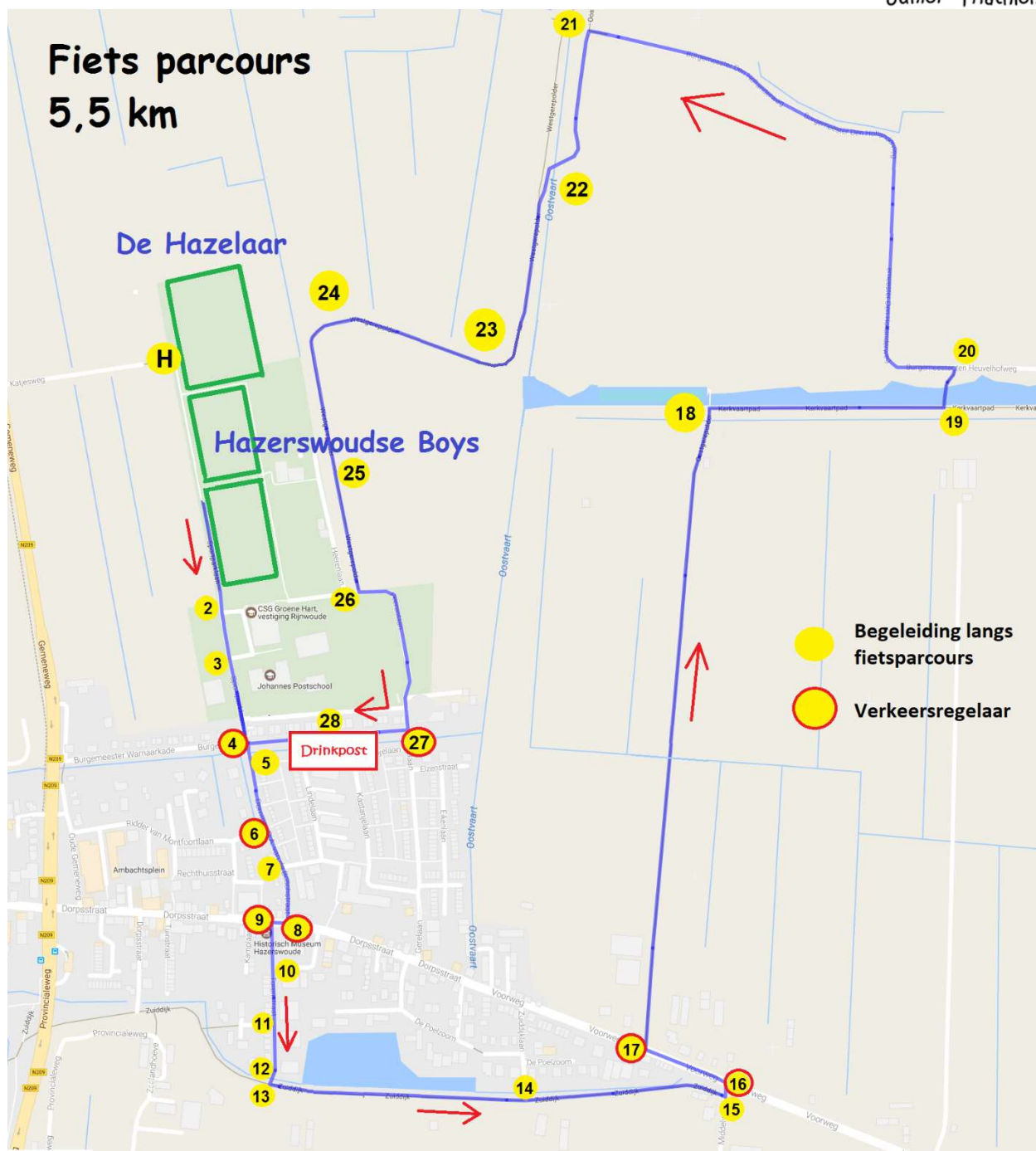
Wat we willen is dat de fietsers of automobilisten begrijpen dat er een evenement gaande is en dat ze hun rijgedrag moeten aanpassen. Het gaat dus om communicatie.

- Als verkeersregelaar mag je auto's stoppen, zodat de fietsers veilig door of langs de wegen kunnen gaan.
- Wees zichtbaar langs de weg.
- Maak lang oogcontact met bestuurders van voertuigen.
- Maak langzaam gebaar zodat ze langzamer gaan rijden.
- Wees kalm en rustig.
- Aan het einde van het evenement komt de bezemfiets zeggen dat er geen fietsers meer op het fietsparcours zijn.

### Bij calamiteit

- Beoordeel de situatie.
- Zorg voor de hulpbehoevende(n).
- Is er een ambulance nodig, neem dan contact op met 112.
- Informeer bij elke calamiteit Willy Weijers 06 – 14 88 77 65.

Bedankt voor jullie inzet en een leuke dag toegewenst 😊



**Korte afstand : kinderen 7 t/m 10 jaar**

75m zwemmen (3 baantjes) + 5 km fietsen (1 rondje) + 1250 m hardlopen (1 rondje).  
Startnummers van 1 t/m 199

**Lange afstand : kinderen 11 t/m 14 jaar**

125m zwemmen (5 baantjes) + 10 km fietsen (2 rondjes) + 2500 m hardlopen (2 rondjes). Startnummers vanaf 200

## Begeleiding fietsers en bezoekers

---

### Functie: Verkeersregelaar (1 Persoon)

**Aanmelden:** 11.00 uur, ophalen in de tent op het grote veld.

**Tijdstip op de positie:** 11.45 – 14.00

**Locatie:** Kruispunt Voorweg/Pad van Mourits. Zie kaart achterkant.

**Materieel aanwezig op de post:** geen

**Taak:** Je bent verkeersregelaar. Je begeleidt / regelt het verkeer, zodat de fietsers hun route ongestoord kunnen vervolgen.

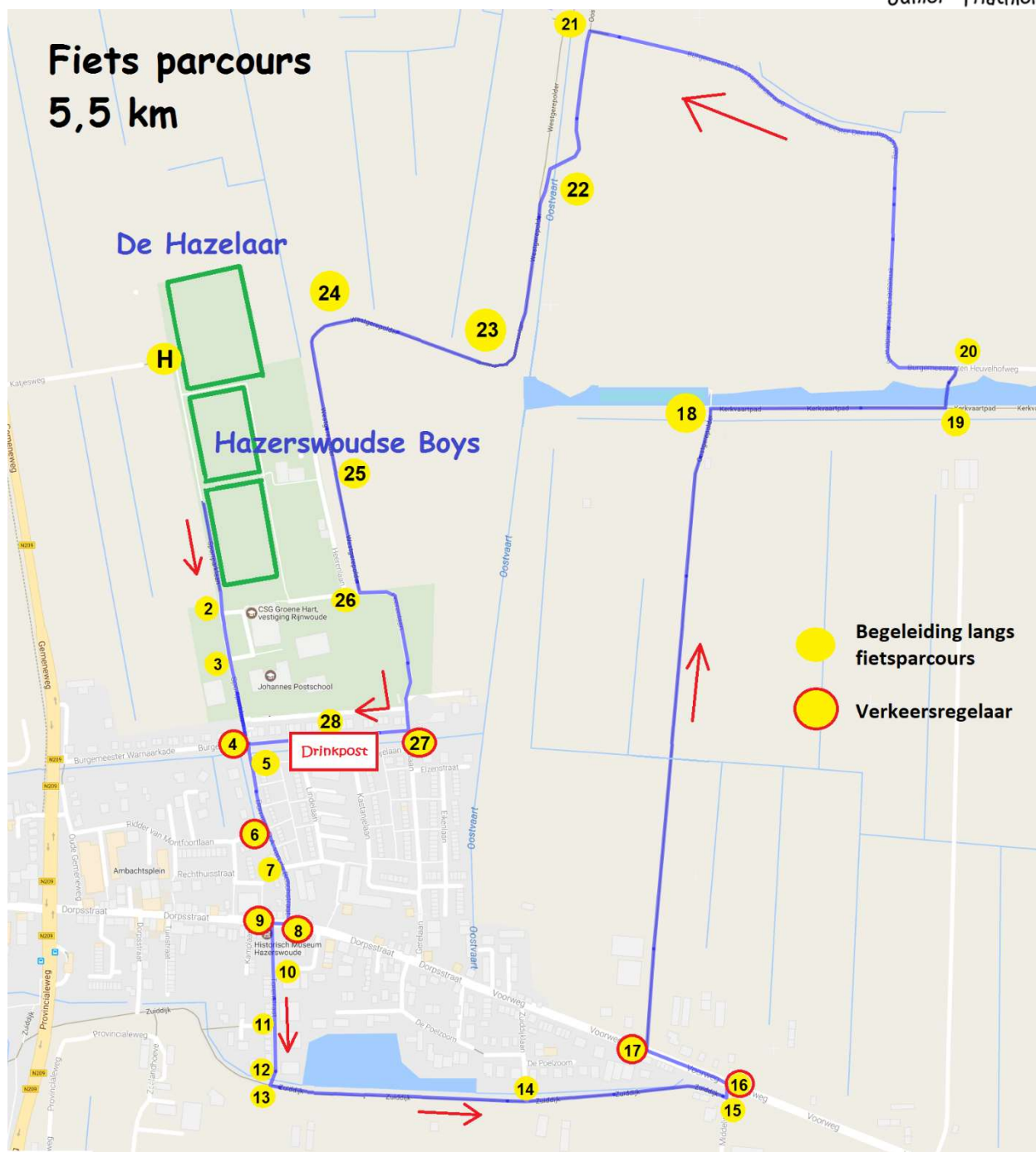
Wat we willen is dat de fietsers of automobilisten begrijpen dat er een evenement gaande is en dat ze hun rijgedrag moeten aanpassen. Het gaat dus om communicatie.

- Als verkeersregelaar mag je auto's stoppen, zodat de fietsers veilig door of langs de wegen kunnen gaan.
- Wees zichtbaar langs de weg.
- Maak lang oogcontact met bestuurders van voertuigen.
- Maak langzaam gebaar zodat ze langzamer gaan rijden.
- Wees kalm en rustig.
- Aan het einde van het evenement komt de bezemfiets zeggen dat er geen fietsers meer op het fietsparcours zijn.

### Bij calamiteit

- Beoordeel de situatie.
- Zorg voor de hulpbehoevende(n).
- Is er een ambulance nodig, neem dan contact op met 112.
- Informeer bij elke calamiteit Willy Weijers 06 – 14 88 77 65.

Bedankt voor jullie inzet en een leuke dag toegewenst 😊



#### Korte afstand : kinderen 7 t/m 10 jaar

75m zwemmen (3 baantjes) + 5 km fietsen (1 rondje) + 1250 m hardlopen (1 rondje).  
Startnummers van 1 t/m 199

#### Lange afstand : kinderen 11 t/m 14 jaar

125m zwemmen (5 baantjes) + 10 km fietsen (2 rondjes) + 2500 m hardlopen (2 rondjes). Startnummers vanaf 200

## Begeleiding fietsers en toeschouwers

---

**Functie: begeleider (1 Persoon)**

**Aanmelden:** 11.00 uur, in de tent op het grote veld.

**Tijdstip op de positie:** 11.45 – 14.00

**Locatie:** Brug Pad van Mourits/Kerkvaartpad. Zie kaart achterkant.

**Materieel aanwezig op de post:** geen

**Taak:** Je begeleidt de fietsers, zodat zij hun route ongestoord kunnen vervolgen.

- Op deze posities zijn “gevaarlijke” bruggen omdat het asfalt glad/ruw is, met veel losse steentjes.
- Met gebaren de kinderen waarschuwen dat ze langzamer moeten fietsen, zeker als ze ook daarna de bocht om moeten.

Wat we willen is dat de fietsers of automobilisten begrijpen dat er een evenement gaande is en dat ze hun rijgedrag moeten aanpassen. Het gaat dus om communicatie.

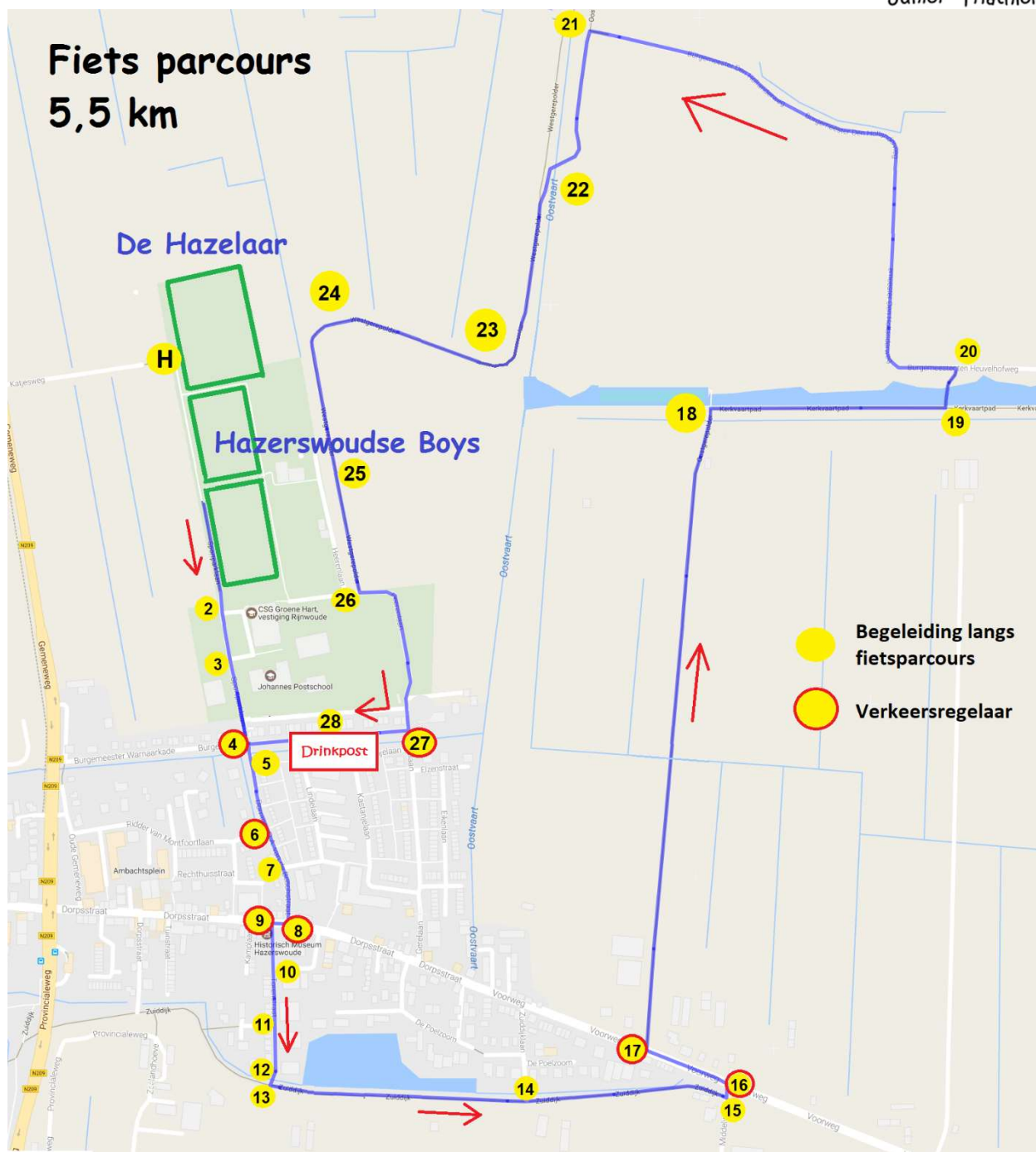
Je mag het verkeer niet stoppen, maar je kunt het beïnvloeden door deze eenvoudige tips te volgen.

- Wees zichtbaar langs de weg.
- Maak lang oogcontact met bestuurders van voertuigen.
- Maak langzaam gebaar zodat ze langzamer gaan rijden.
- Wees kalm en rustig.
- Aan het einde van het evenement komt de bezemfiets zeggen dat er geen fietsers meer op het fietsparcours zijn.

### Bij calamiteit

- Beoordeel de situatie.
- Zorg voor de hulpbehoevende(n).
- Is er een ambulance nodig, neem dan contact op met 112.
- Informeer bij elke calamiteit Willy Weijers 06 – 14 88 77 65.

**Bedankt voor jullie inzet en een leuke dag toegewenst 😊**



### Korte afstand : kinderen 7 t/m 10 jaar

75m zwemmen (3 baantjes) + 5 km fietsen (1 rondje) + 1250 m hardlopen (1 rondje).  
Startnummers van 1 t/m 199

### Lange afstand : kinderen 11 t/m 14 jaar

125m zwemmen (5 baantjes) + 10 km fietsen (2 rondjes) + 2500 m hardlopen (2 rondjes). Startnummers vanaf 200

## Begeleiding fietsers en toeschouwers

---

**Functie: begeleider (1 Persoon)**

**Aanmelden:** 11.00 uur, in de tent op het grote veld.

**Tijdstip op de positie:** 11.45 – 14.00

**Locatie:** Brug Kerkvaartpad/Burg. Ten Heuvelhofweg. Zie kaart achterkant.

**Materieel aanwezig op de post:** geen

**Taak:** Je begeleidt de fietsers, zodat zij hun route ongestoord kunnen vervolgen.

- Op deze posities zijn “gevaarlijke” bruggen omdat het asfalt glad/ruw is, met veel losse steentjes.
- Met gebaren de kinderen waarschuwen dat ze langzamer moeten fietsen, zeker als ze ook daarna de bocht om moeten.

Wat we willen is dat de fietsers of automobilisten begrijpen dat er een evenement gaande is en dat ze hun rijgedrag moeten aanpassen. Het gaat dus om communicatie.

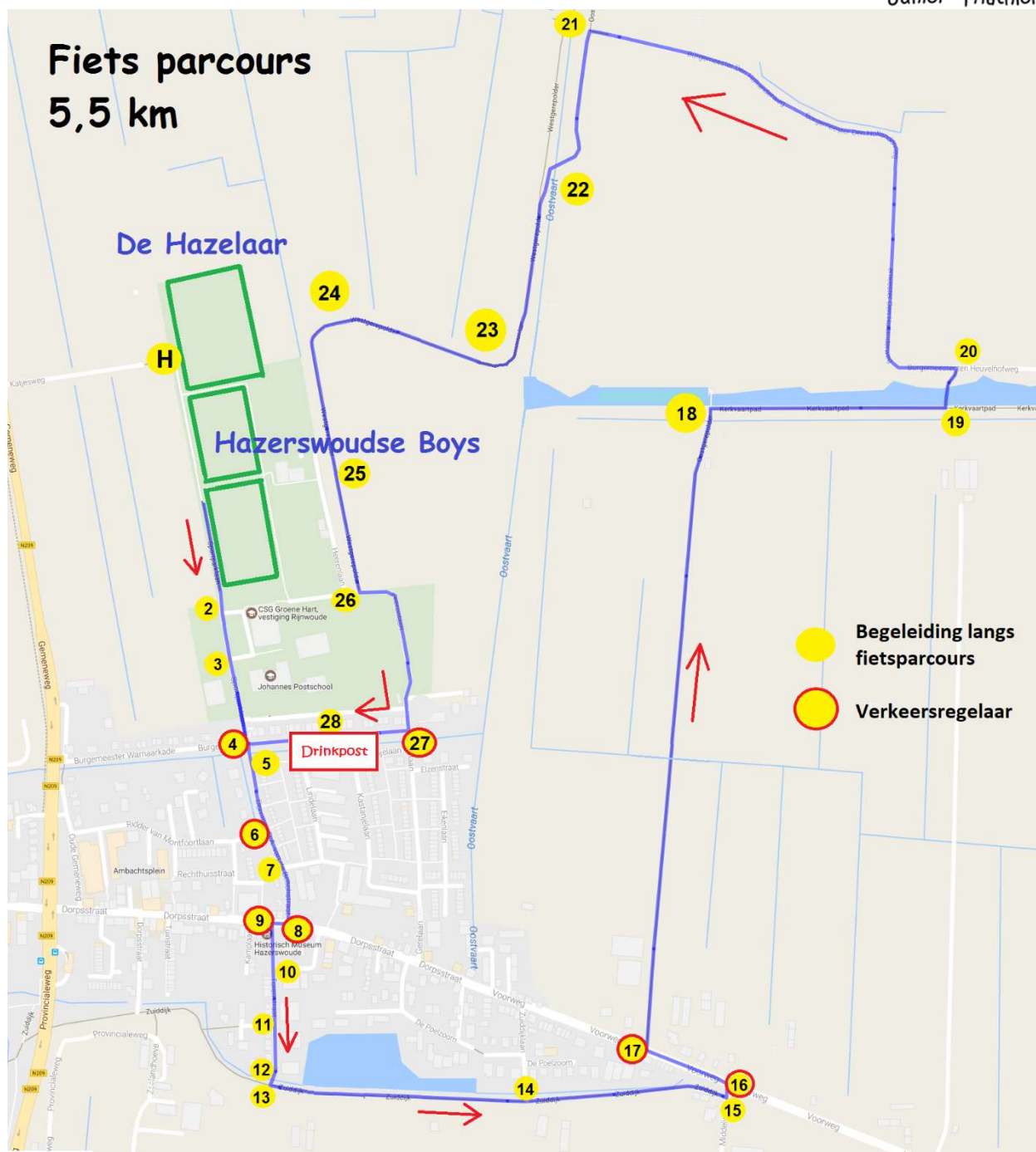
Je mag het verkeer niet stoppen, maar je kunt het beïnvloeden door deze eenvoudige tips te volgen.

- Wees zichtbaar langs de weg.
- Maak lang oogcontact met bestuurders van voertuigen.
- Maak langzaam gebaar zodat ze langzamer gaan rijden.
- Wees kalm en rustig.
- Aan het einde van het evenement komt de bezemfiets zeggen dat er geen fietsers meer op het fietsparcours zijn.

### Bij calamiteit

- Beoordeel de situatie.
- Zorg voor de hulpbehoevende(n).
- Is er een ambulance nodig, neem dan contact op met 112.
- Informeer bij elke calamiteit Willy Weijers 06 – 14 88 77 65.

**Bedankt voor jullie inzet en een leuke dag toegewenst 😊**



#### Korte afstand : kinderen 7 t/m 10 jaar

75m zwemmen (3 baantjes) + 5 km fietsen (1 rondje) + 1250 m hardlopen (1 rondje).  
Startnummers van 1 t/m 199

#### Lange afstand : kinderen 11 t/m 14 jaar

125m zwemmen (5 baantjes) + 10 km fietsen (2 rondjes) + 2500 m hardlopen (2 rondjes). Startnummers vanaf 200

## Begeleiding fietsers en toeschouwers

---

**Functie: begeleider (1 Persoon)**

**Aanmelden:** 11.00 uur, in de tent op het grote veld.

**Tijdstip op de positie:** 11.45 – 14.00

**Locatie:** Kruispunt Fietsbrug/Burg Ten Heuvelhofweg. Zie kaart achterkant.

**Materieel aanwezig op de post:** geen

**Taak:** Je begeleidt de fietsers, zodat zij hun route ongestoord kunnen vervolgen.

Wat we willen is dat de fietsers of automobilisten begrijpen dat er een evenement gaande is en dat ze hun rijgedrag moeten aanpassen. Het gaat dus om communicatie.

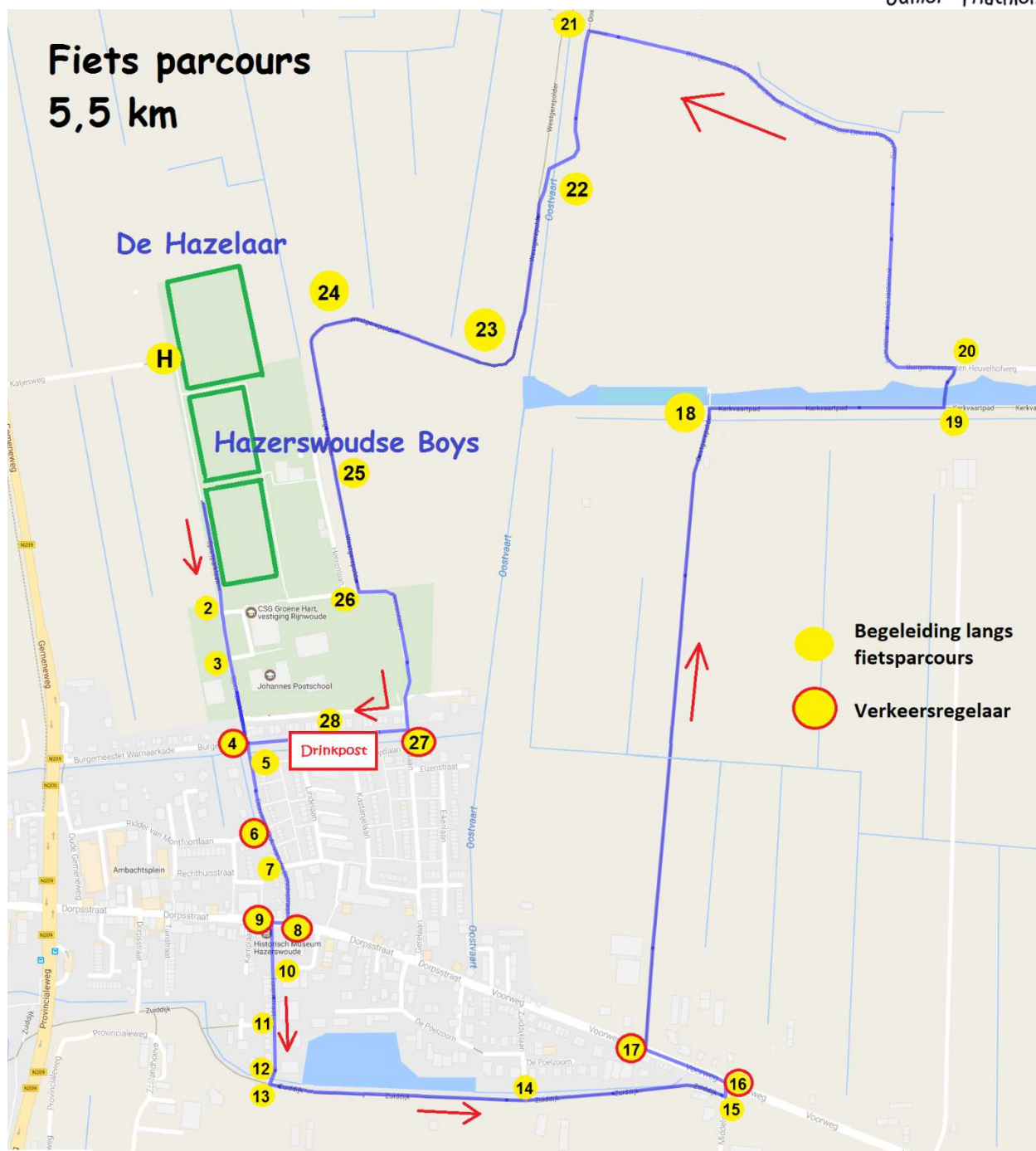
Je mag het verkeer niet stoppen, maar je kunt het beïnvloeden door deze eenvoudige tips te volgen.

- Wees zichtbaar langs de weg.
- Maak lang oogcontact met bestuurders van voertuigen.
- Maak langzaam gebaar zodat ze langzamer gaan rijden.
- Wees kalm en rustig.
- Aan het einde van het evenement komt de bezemfiets zeggen dat er geen fietsers meer op het fietsparcours zijn.

### Bij calamiteit

- Beoordeel de situatie.
- Zorg voor de hulpbehoevende(n).
- Is er een ambulance nodig, neem dan contact op met 112.
- Informeer bij elke calamiteit Willy Weijers 06 – 14 88 77 65.

**Bedankt voor jullie inzet en een leuke dag toegewenst 😊**



#### Korte afstand : kinderen 7 t/m 10 jaar

75m zwemmen (3 baantjes) + 5 km fietsen (1 rondje) + 1250 m hardlopen (1 rondje).  
Startnummers van 1 t/m 199

#### Lange afstand : kinderen 11 t/m 14 jaar

125m zwemmen (5 baantjes) + 10 km fietsen (2 rondjes) + 2500 m hardlopen (2 rondjes). Startnummers vanaf 200

## Begeleiding fietsers en toeschouwers

---

**Functie: begeleider (1 Persoon)**

**Aanmelden:** 11.00 uur, in de tent op het grote veld.

**Tijdstip op de positie:** 11.45 – 14.00

**Locatie:** Kruispunt Burg. Ten Hollanderweg/Oostvaartpad. Zie kaart achterkant.

**Materieel aanwezig op de post:** geen

**Taak:** Je begeleidt de fietsers, zodat zij hun route ongestoord kunnen vervolgen.

Wat we willen is dat de fietsers of automobilisten begrijpen dat er een evenement gaande is en dat ze hun rijgedrag moeten aanpassen. Het gaat dus om communicatie.

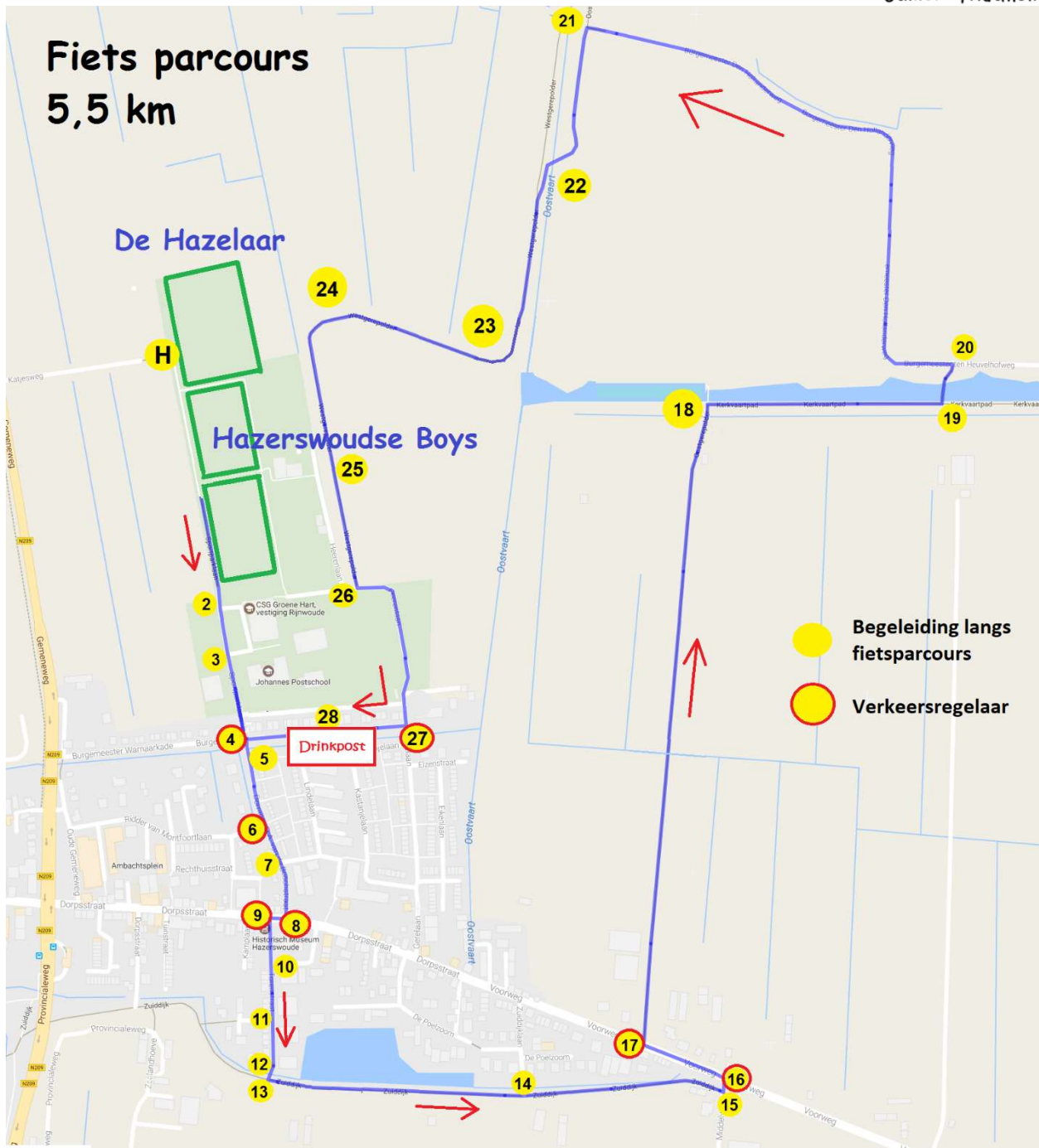
Je mag het verkeer niet stoppen, maar je kunt het beïnvloeden door deze eenvoudige tips te volgen.

- Wees zichtbaar langs de weg.
- Maak lang oogcontact met bestuurders van voertuigen.
- Maak langzaam gebaar zodat ze langzamer gaan rijden.
- Wees kalm en rustig.
- Aan het einde van het evenement komt de bezemfiets zeggen dat er geen fietsers meer op het fietsparcours zijn.

### Bij calamiteit

- Beoordeel de situatie.
- Zorg voor de hulpbehoevende(n).
- Is er een ambulance nodig, neem dan contact op met 112.
- Informeer bij elke calamiteit Willy Weijers 06 – 14 88 77 65.

**Bedankt voor jullie inzet en een leuke dag toegewenst 😊**



**Korte afstand : kinderen 7 t/m 10 jaar**

75m zwemmen (3 baantjes) + 5 km fietsen (1 rondje) + 1250 m hardlopen (1 rondje).  
Startnummers van 1 t/m 199

**Lange afstand : kinderen 11 t/m 14 jaar**

125m zwemmen (5 baantjes) + 10 km fietsen (2 rondjes) + 2500 m hardlopen (2 rondjes). Startnummers vanaf 200

## Begeleiding fietsers en toeschouwers

---

**Functie: begeleider (1 Persoon)**

**Aanmelden:** 11.00 uur, in de tent op het grote veld.

**Tijdstip op de positie:** 11.45 – 14.00

**Locatie:** Houtenbrug Oostvaartpad. Zie kaart achterkant.

**Materieel aanwezig op de post:** geen

**Taak:** Je begeleidt de fietsers, zodat zij hun route ongestoord kunnen vervolgen.

- Op deze posities zijn “gevaarlijke” bruggen omdat het asfalt glad/ruw is, met veel losse steentjes.
- Met gebaren de kinderen waarschuwen dat ze langzamer moeten fietsen, zeker als ze ook daarna de bocht om moeten.

Wat we willen is dat de fietsers of automobilisten begrijpen dat er een evenement gaande is en dat ze hun rijgedrag moeten aanpassen. Het gaat dus om communicatie.

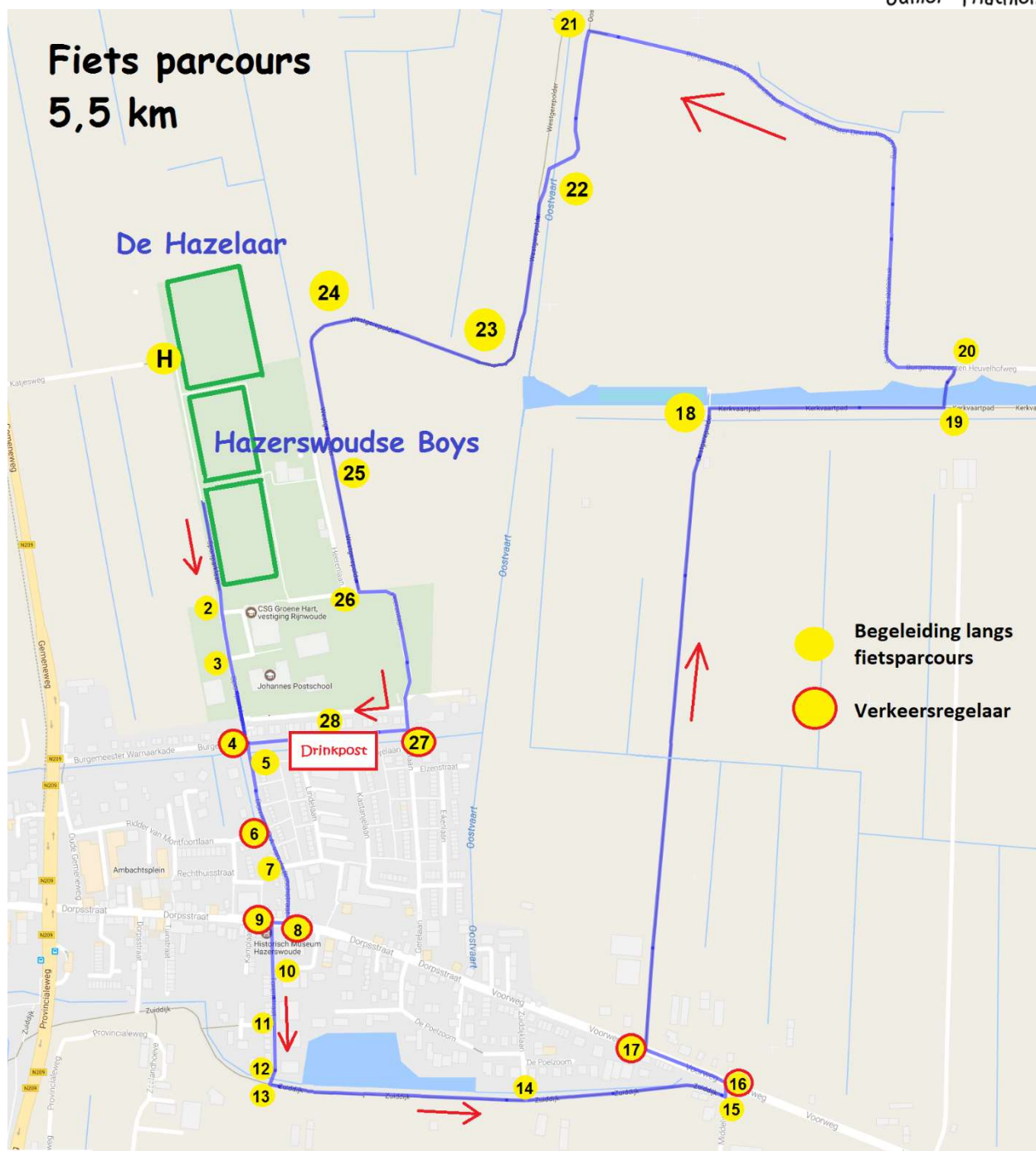
Je mag het verkeer niet stoppen, maar je kunt het beïnvloeden door deze eenvoudige tips te volgen.

- Wees zichtbaar langs de weg.
- Maak lang oogcontact met bestuurders van voertuigen.
- Maak langzaam gebaar zodat ze langzamer gaan rijden.
- Wees kalm en rustig.
- Aan het einde van het evenement komt de bezemfiets zeggen dat er geen fietsers meer op het fietsparcours zijn.

### Bij calamiteit

- Beoordeel de situatie.
- Zorg voor de hulpbehoevende(n).
- Is er een ambulance nodig, neem dan contact op met 112.
- Informeer bij elke calamiteit Willy Weijers 06 – 14 88 77 65.

**Bedankt voor jullie inzet en een leuke dag toegewenst 😊**



#### Korte afstand : kinderen 7 t/m 10 jaar

75m zwemmen (3 baantjes) + 5 km fietsen (1 rondje) + 1250 m hardlopen (1 rondje).  
Startnummers van 1 t/m 199

#### Lange afstand : kinderen 11 t/m 14 jaar

125m zwemmen (5 baantjes) + 10 km fietsen (2 rondjes) + 2500 m hardlopen (2 rondjes). Startnummers vanaf 200

## Begeleiding fietsers en toeschouwers

---

**Functie: begeleider (1 Persoon)**

**Aanmelden:** 11.00 uur, in de tent op het grote veld.

**Tijdstip op de positie:** 11.45 – 14.00

**Locatie:** Bocht bij de sluis Westgerepolder. Zie kaart achterkant.

**Materieel aanwezig op de post:** geen

**Taak:** Je begeleidt de fietsers, zodat zij hun route ongestoord kunnen vervolgen.

Wat we willen is dat de fietsers of automobilisten begrijpen dat er een evenement gaande is en dat ze hun rijgedrag moeten aanpassen. Het gaat dus om communicatie.

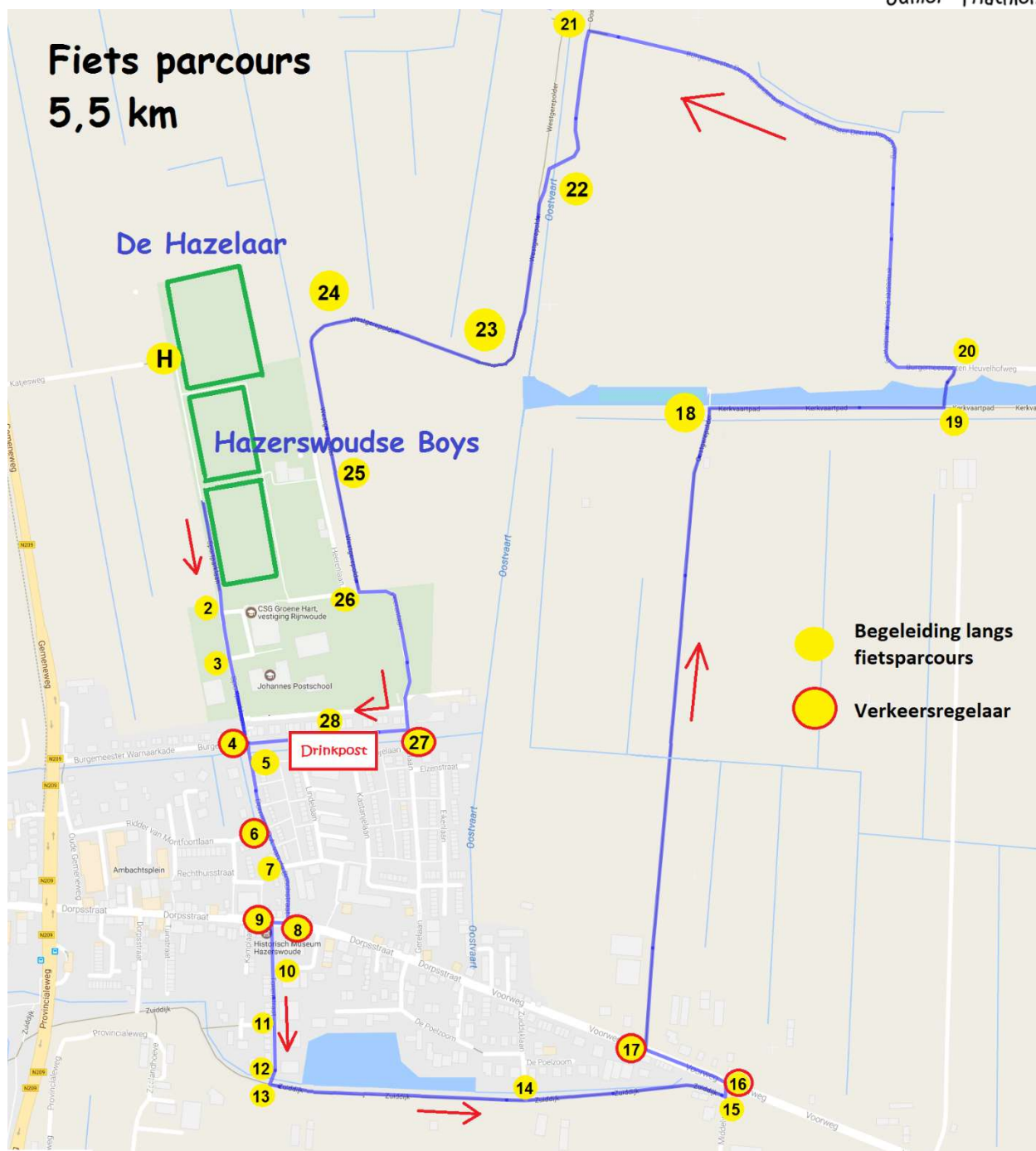
Je mag het verkeer niet stoppen, maar je kunt het beïnvloeden door deze eenvoudige tips te volgen.

- Wees zichtbaar langs de weg.
- Maak lang oogcontact met bestuurders van voertuigen.
- Maak langzaam gebaar zodat ze langzamer gaan rijden.
- Wees kalm en rustig.
- Aan het einde van het evenement komt de bezemfiets zeggen dat er geen fietsers meer op het fietsparcours zijn.

### Bij calamiteit

- Beoordeel de situatie.
- Zorg voor de hulpbehoevende(n).
- Is er een ambulance nodig, neem dan contact op met 112.
- Informeer bij elke calamiteit Willy Weijers 06 – 14 88 77 65.

**Bedankt voor jullie inzet en een leuke dag toegewenst 😊**



#### Korte afstand : kinderen 7 t/m 10 jaar

75m zwemmen (3 baantjes) + 5 km fietsen (1 rondje) + 1250 m hardlopen (1 rondje).  
Startnummers van 1 t/m 199

#### Lange afstand : kinderen 11 t/m 14 jaar

125m zwemmen (5 baantjes) + 10 km fietsen (2 rondjes) + 2500 m hardlopen (2 rondjes). Startnummers vanaf 200

## Begeleiding fietsers en toeschouwers

---

**Functie: begeleider (1 Persoon)**

**Aanmelden:** 11.00 uur, in de tent op het grote veld.

**Tijdstip op de positie:** 11.45 – 14.00

**Locatie:** Veeroosters Westgerepolder. Zie kaart achterkant.

**Materieel aanwezig op de post:** geen

**Taak:** Je begeleidt de fietsers, zodat zij hun route ongestoord kunnen vervolgen.

Wat we willen is dat de fietsers of automobilisten begrijpen dat er een evenement gaande is en dat ze hun rijgedrag moeten aanpassen. Het gaat dus om communicatie.

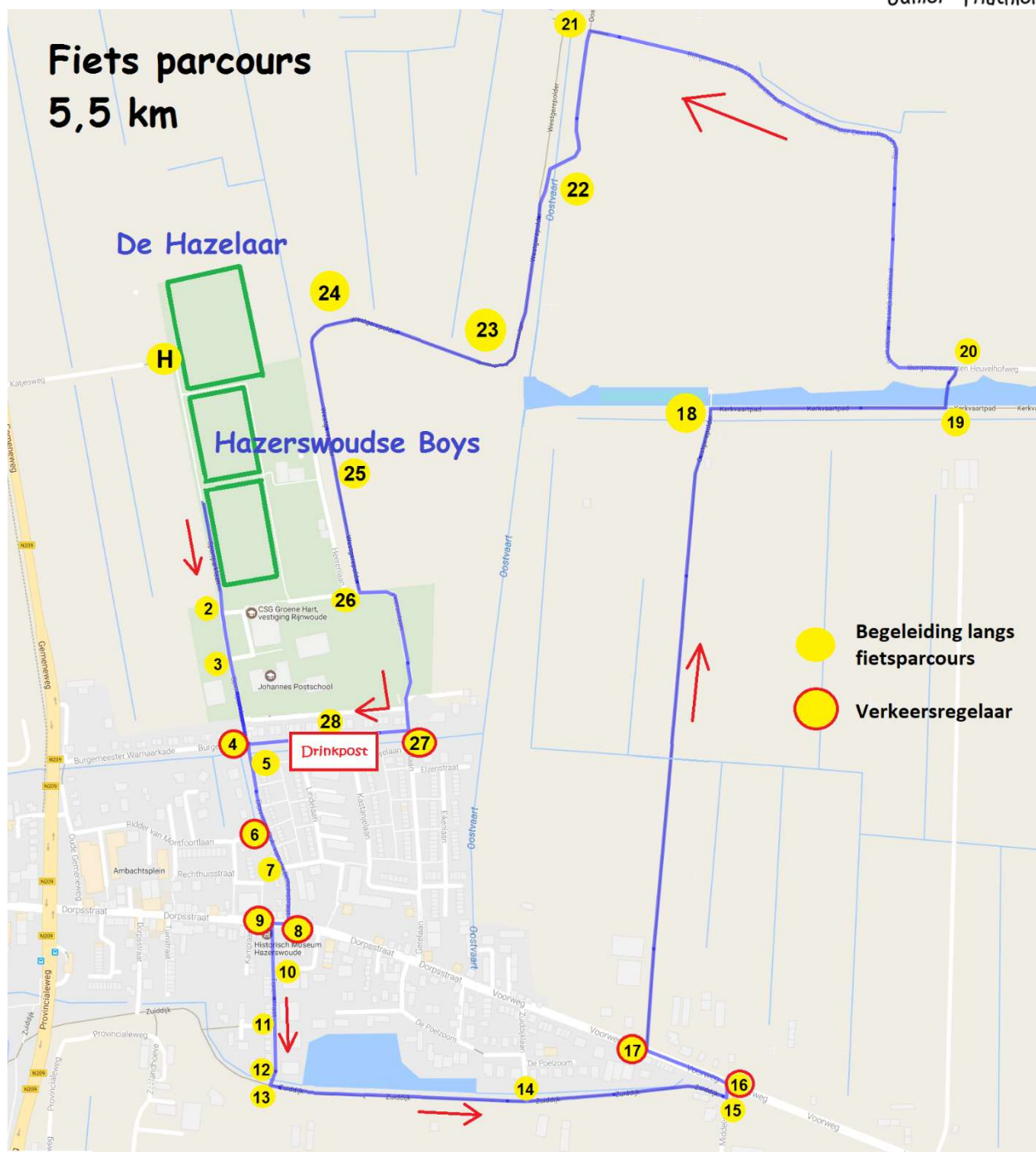
Je mag het verkeer niet stoppen, maar je kunt het beïnvloeden door deze eenvoudige tips te volgen.

- Wees zichtbaar langs de weg.
- Maak lang oogcontact met bestuurders van voertuigen.
- Maak langzaam gebaar zodat ze langzamer gaan rijden.
- Wees kalm en rustig.
- Aan het einde van het evenement komt de bezemfiets zeggen dat er geen fietsers meer op het fietsparcours zijn.

### Bij calamiteit

- Beoordeel de situatie.
- Zorg voor de hulpbehoevende(n).
- Is er een ambulance nodig, neem dan contact op met 112.
- Informeer bij elke calamiteit Willy Weijers 06 – 14 88 77 65.

**Bedankt voor jullie inzet en een leuke dag toegewenst 😊**



#### Korte afstand : kinderen 7 t/m 10 jaar

75m zwemmen (3 baantjes) + 5 km fietsen (1 rondje) + 1250 m hardlopen (1 rondje).  
Startnummers van 1 t/m 199

#### Lange afstand : kinderen 11 t/m 14 jaar

125m zwemmen (5 baantjes) + 10 km fietsen (2 rondjes) + 2500 m hardlopen (2 rondjes). Startnummers vanaf 200

## Begeleiding fietsers en toeschouwers

---

**Functie: begeleider (1 Persoon)**

**Aanmelden:** 11.00 uur, in de tent op het grote veld.

**Tijdstip op de positie:** 11.45 – 14.00

**Locatie:** Parkeerplaats langs fietspad Westgerepolder. Zie kaart achterkant.

**Materieel aanwezig op de post:** geen

**Taak:** Je begeleidt de fietsers, zodat zij hun route ongestoord kunnen vervolgen.

Wat we willen is dat de fietsers of automobilisten begrijpen dat er een evenement gaande is en dat ze hun rijgedrag moeten aanpassen. Het gaat dus om communicatie.

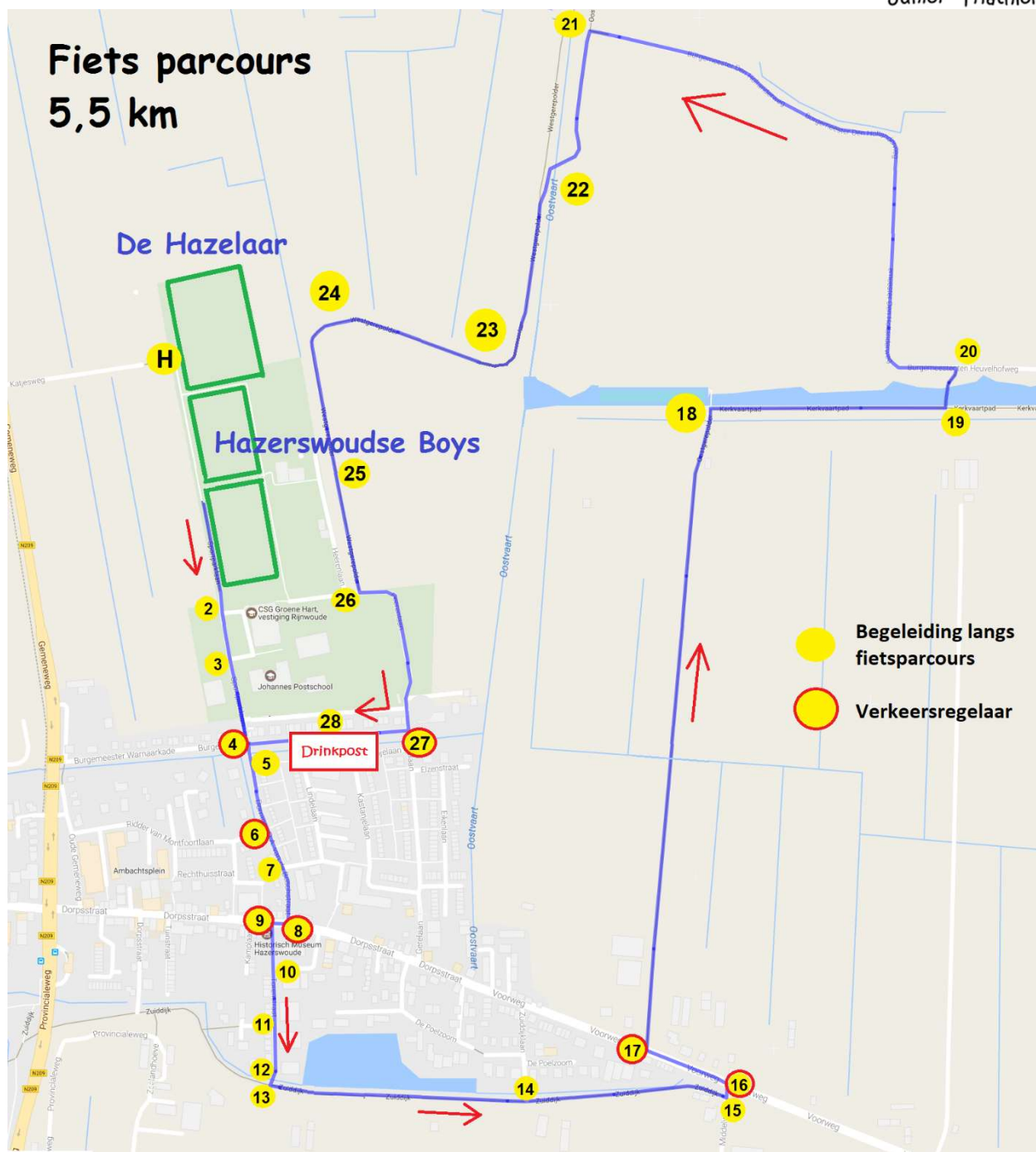
Je mag het verkeer niet stoppen, maar je kunt het beïnvloeden door deze eenvoudige tips te volgen.

- Wees zichtbaar langs de weg.
- Maak lang oogcontact met bestuurders van voertuigen.
- Maak langzaam gebaar zodat ze langzamer gaan rijden.
- Wees kalm en rustig.
- Aan het einde van het evenement komt de bezemfiets zeggen dat er geen fietsers meer op het fietsparcours zijn.

### Bij calamiteit

- Beoordeel de situatie.
- Zorg voor de hulpbehoevende(n).
- Is er een ambulance nodig, neem dan contact op met 112.
- Informeer bij elke calamiteit Willy Weijers 06 – 14 88 77 65.

**Bedankt voor jullie inzet en een leuke dag toegewenst 😊**



#### Korte afstand : kinderen 7 t/m 10 jaar

75m zwemmen (3 baantjes) + 5 km fietsen (1 rondje) + 1250 m hardlopen (1 rondje).  
Startnummers van 1 t/m 199

#### Lange afstand : kinderen 11 t/m 14 jaar

125m zwemmen (5 baantjes) + 10 km fietsen (2 rondjes) + 2500 m hardlopen (2 rondjes). Startnummers vanaf 200

## Begeleiding fietsers en toeschouwers

---

**Functie: begeleider (1 Persoon)**

**Aanmelden:** 11.00 uur, in de tent op het grote veld.

**Tijdstip op de positie:** 11.45 – 14.00

**Locatie:** Kruispunt Westgerepolder/Herenlaan. Zie kaart achterkant.

**Materieel aanwezig op de post:** geen

**Taak:** Blijf op de positie. Het is belangrijk om de fietsers en de lopers gescheiden te houden. En ook overzicht te hebben over de normale verkeersdeelnemers.

Je begeleidt de fietsers, zodat zij hun route ongestoord kunnen vervolgen.

Wat we willen is dat de fietsers of automobilisten begrijpen dat er een evenement gaande is en dat ze hun rijgedrag moeten aanpassen. Het gaat dus om communicatie.

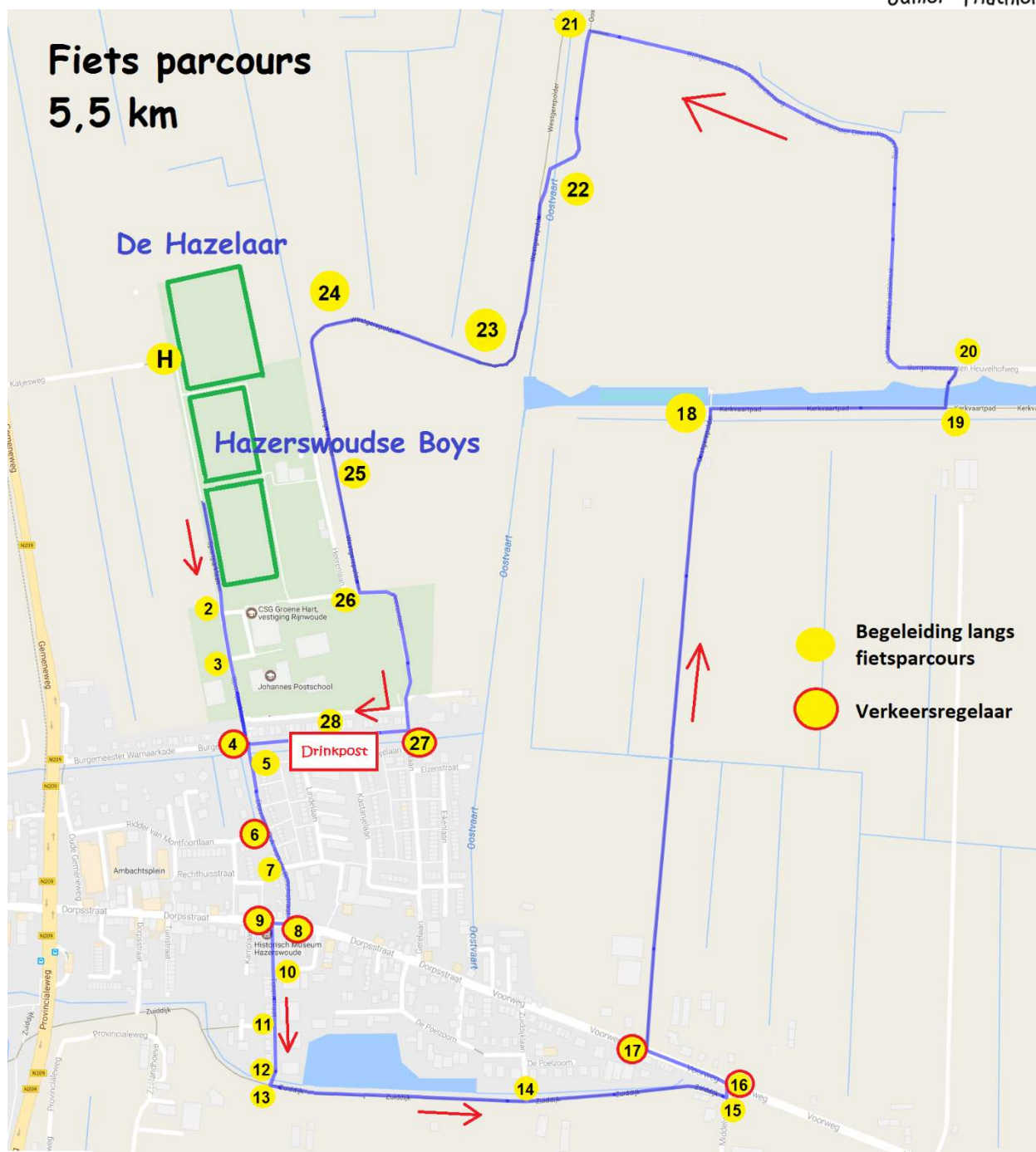
Je mag het verkeer niet stoppen, maar je kunt het beïnvloeden door deze eenvoudige tips te volgen.

- Wees zichtbaar langs de weg.
- Maak lang oogcontact met bestuurders van voertuigen.
- Maak langzaam gebaar zodat ze langzamer gaan rijden.
- Wees kalm en rustig.
- Aan het einde van het evenement komt de bezemfiets zeggen dat er geen fietsers meer op het fietsparcours zijn.

### Bij calamiteit

- Beoordeel de situatie.
- Zorg voor de hulpbehoevende(n).
- Is er een ambulance nodig, neem dan contact op met 112.
- Informeer bij elke calamiteit Willy Weijers 06 – 14 88 77 65.

Bedankt voor jullie inzet en een leuke dag toegewenst 😊



**Korte afstand: kinderen 7 t/m 10 jaar**

75m zwemmen (3 baantjes) + 5 km fietsen (1 rondje) + 1250 m hardlopen (1 rondje).  
Startnummers van 1 t/m 199

**Lange afstand: kinderen 11 t/m 14 jaar**

125m zwemmen (5 baantjes) + 10 km fietsen (2 rondjes) + 2500 m hardlopen (2 rondjes). Startnummers vanaf 200

## Begeleiding fietsers en bezoekers

---

**Functie: Verkeersregelaar (1 Persoon)**

**Aanmelden:** 11.00 uur, in de tent op het grote veld.

**Tijdstip op de positie:** 11.45 – 14.00

**Locatie:** Herenlaan/Warnaarkade. Zie kaart achterkant.

**Materieel aanwezig op de post:** geen

**Taak:** Je bent verkeersregelaar. Je begeleidt/ regelt het verkeer, zodat de fietsers hun route ongestoord kunnen vervolgen.

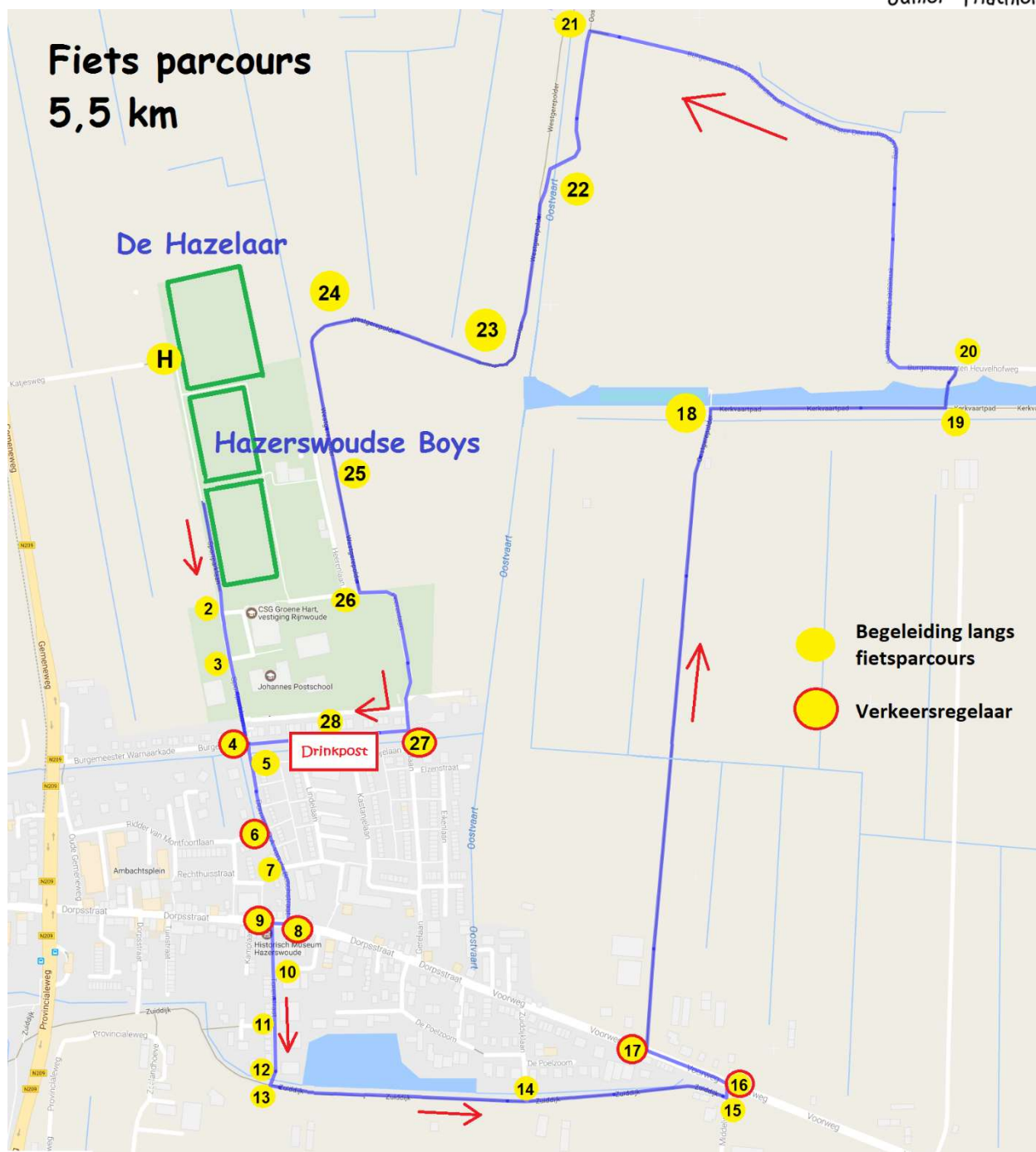
Wat we willen is dat de fietsers of automobilisten begrijpen dat er een evenement gaande is en dat ze hun rijgedrag moeten aanpassen. Het gaat dus om communicatie.

- Als verkeersregelaar mag je auto's stoppen, zodat de fietsers veilig door of langs de wegen kunnen gaan.
- Wees zichtbaar langs de weg.
- Maak lang oogcontact met bestuurders van voertuigen.
- Maak langzaam gebaar zodat ze langzamer gaan rijden.
- Wees kalm en rustig.
- Aan het einde van het evenement komt de bezemfiets zeggen dat er geen fietsers meer op het fietsparcours zijn.

### Bij calamiteit

- Beoordeel de situatie.
- Zorg voor de hulpbehoevende(n).
- Is er een ambulance nodig, neem dan contact op met 112.
- Informeer bij elke calamiteit Willy Weijers 06 – 14 88 77 65.

Bedankt voor jullie inzet en een leuke dag toegewenst 😊



#### Korte afstand: kinderen 7 t/m 10 jaar

75m zwemmen (3 baantjes) + 5 km fietsen (1 rondje) + 1250 m hardlopen (1 rondje).  
Startnummers van 1 t/m 199

#### Lange afstand: kinderen 11 t/m 14 jaar

125m zwemmen (5 baantjes) + 10 km fietsen (2 rondjes) + 2500 m hardlopen (2 rondjes). Startnummers vanaf 200

## Waterpost fietsers langs de Warnaarkade

**Functie: waterpost fietsers (3 personen)**

**Aanmelden:** 11.00 uur, in de tent op het grote veld.

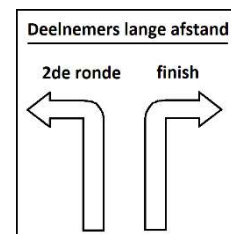
**Tijdstip op de positie:** 11.45 tot 14.00

**Locatie:** Op het gras, aan de waterkant, Burgemeester Warnaarkade t.h.v. huisnummer 23.

**Materieel:** Tafel  
Herbruikbare bekers  
Jerrycan met water  
Krat voor herbruikbare bekers  
Bord voor lange afstand "2<sup>de</sup> ronde – finish"

**Taak:**

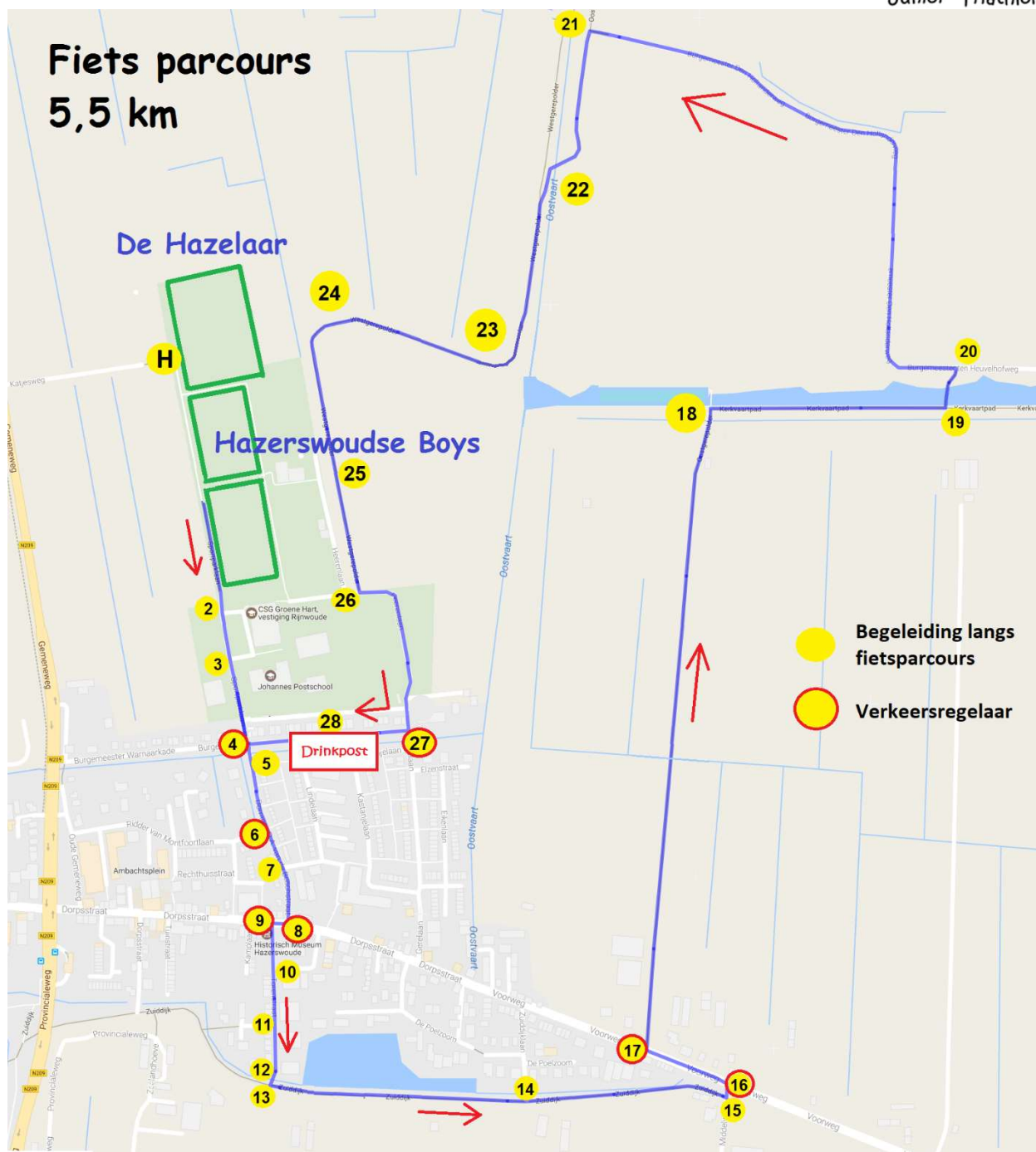
- Zet de waterpost langs de weg in het gras. Zorg er hierbij voor dat er geen onnodige overlast ontstaat voor het normale verkeer.
- Alsjeblieft het drinken actief aanbieden bij warm weer.
- Het bord "2<sup>de</sup> ronde – finish" staat ruim vóór de drankpost, 100m, zodat de kinderen alvast beginnen na te denken of ze naar links of rechts moeten.



Geef aan dat kinderen van de lange afstand 2 rondjes moeten fietsen. De kinderen moeten zelf tellen. (startnummers vanaf 200).

- De deelnemers van **de korte afstand** (startnummers 1 t/m 199) moeten direct rechtsaf slaan, terug naar het zwembad.
- Aan het einde van het evenement komt de bezemfiets zeggen dat er geen fietsers meer op het fietsparcours zijn.
- Het materieel mag op een veilige plek op de post blijven staan. Wij halen dit weer op.

**Bedankt voor jullie inzet en een leuke dag toegewenst 😊**



**Korte afstand: kinderen 7 t/m 10 jaar**

75m zwemmen (3 baantjes) + 5 km fietsen (1 rondje) + 1250 m hardlopen (1 rondje).  
Startnummers van 1 t/m 199

**Lange afstand : kinderen 11 t/m 14 jaar**

125m zwemmen (5 baantjes) + 10 km fietsen (2 rondjes) + 2500 m hardlopen (2 rondjes). Startnummers vanaf 200

## BEZEMFIETS = EHBO fiets

---

**Functie: EHBO op fietsparcours (2 personen met EHBO)**

**Anmelden:** 11.00 uur, in de tent op het grote veld.

**Tijdstip op de positie:** 12.00 tot 14.00 (of eerder)

**Locatie:** fietsparcours

**Materieel:** je eigen fiets

Een EHBO tas

Een eigen mobiele telefoon met geluid aan en voldoende batterij

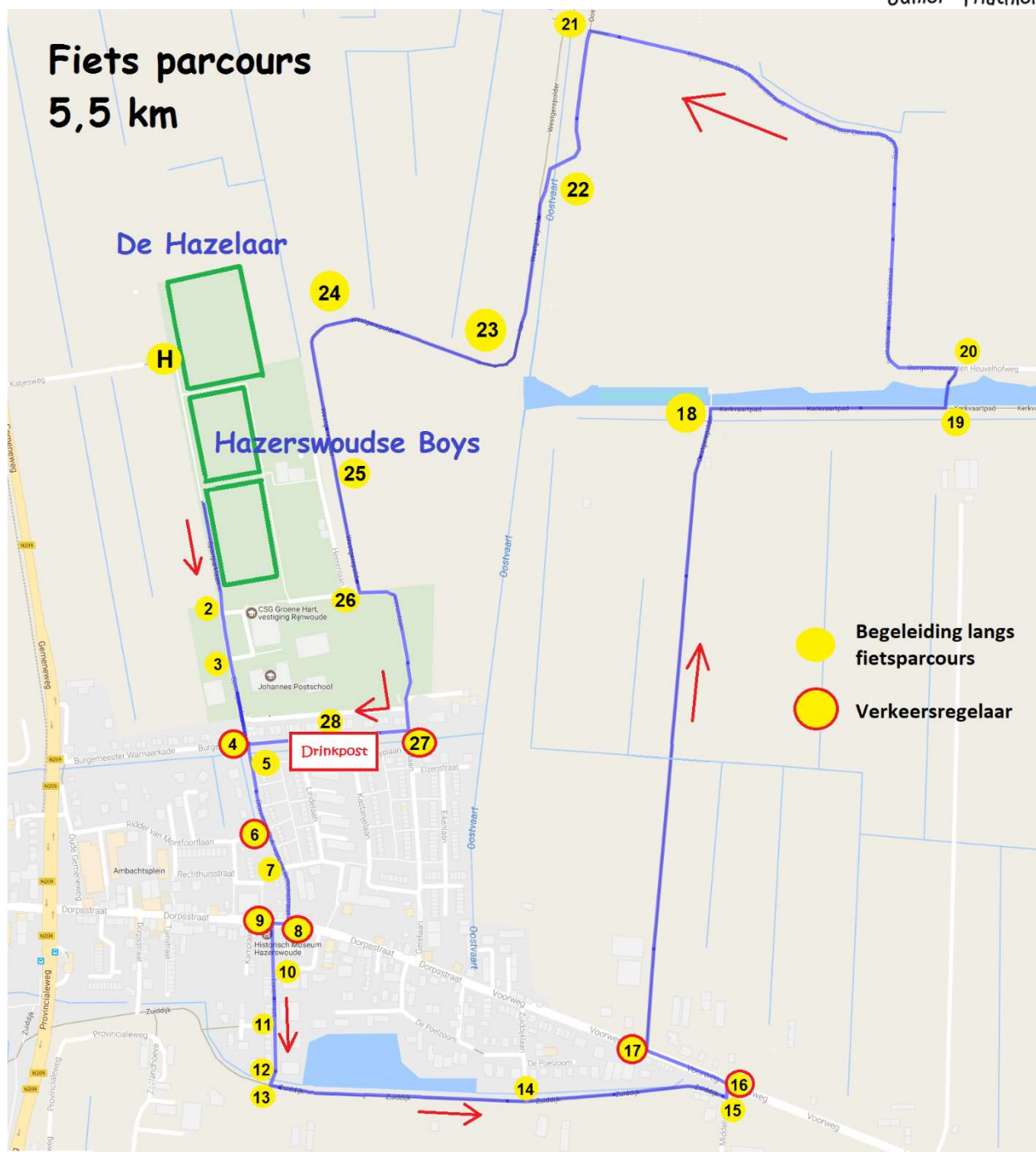
**Taak :**

- Controleer de bezetting van de posities op het fietsparcours voor de start van de eerste fietsende deelnemer, rond 12.00 uur.
- Jullie fietsen het hele fietsparcours af om de begeleiders op die manier te laten weten dat het evenement gestart is.
- Tijdens het evenement fiets je heen en weer over de fietsroute tussen punten 4 tot en met 28. Probeer niet samen te fietsen, maar op verschillende locaties.
- Jullie helpen de deelnemers in geval van valpartijen of materiaalpech. Jullie worden over dergelijke voorvallen geïnformeerd door deelnemers, begeleiders langs de weg of de organisatie.
- Sluit evt. het fietsparcours, achter de laatste fietser rond 13.30-14.00. Dit is heel waarschijnlijk een fietser van startserie 5 (lange afstand).
- Om zeker te zijn dat alle fietsers weg zijn, krijg je nog een bericht van het parc fermé of van Olivier Dussine of de laatste fietser terug is.

**Bij calamiteit**

- Beoordeel de situatie.
- Zorg voor de hulpbehoevende(n).
- Is er een ambulance nodig, neem dan contact op met 112.
- Informeer bij elke calamiteit Willy Weijers 06 – 14 88 77 65.

**Bedankt voor jullie inzet en een leuke dag toegewenst 😊**



#### Korte afstand : kinderen 7 t/m 10 jaar

75m zwemmen (3 baantjes) + 5 km fietsen (1 rondje) + 1250 m hardlopen (1 rondje).  
Startnummers van 1 t/m 199

#### Lange afstand : kinderen 11 t/m 14 jaar

125m zwemmen (5 baantjes) + 10 km fietsen (2 rondjes) + 2500 m hardlopen (2 rondjes). Startnummers vanaf 200

**Functie: begeleiding lopende kinderen brug van/naar ingang zwembad (2 Personen)**

**Aanmelden:** 10.30 uur, in de tent op het grote veld.

**Tijdstip op de positie:** 11.45 – 14.30 ( laatste finish loper )

**Locatie:** reguliere fietsparkeerplaats buiten het zwembad. Zie kaart achterkant.

**Materieel aanwezig op de post:** geen

Er worden 2 bruggen geplaatst, zodat de deelnemers niet hoeven te lopen op het fietspad. De deelnemers lopen over de brug aan de fietspadzijde naar de voetbalvelden of lopen over de brug aan de zwembadzijde van de voetbalvelden terug naar de finish.

**Voor de start:** Tijdens het evenement mogen er geen fietsen geparkeerd worden. Verzoek bezoekers om hun fiets direct op de tijdelijke fietsparkeerplaats te zetten. Vanaf 11.50 uur moet dit deel van het parcours fiets vrij zijn. Verplaats eventueel fietsen die dan nog niet weg zijn.

**Taak:**

Zorg dat deelnemers/mensen voorzichtig op de bruggen lopen.

Brug zijde van het fietspad, de deelnemers lopen richting de voetbalvelden.

Brug zijde zwembad, de deelnemers lopen richting finish.

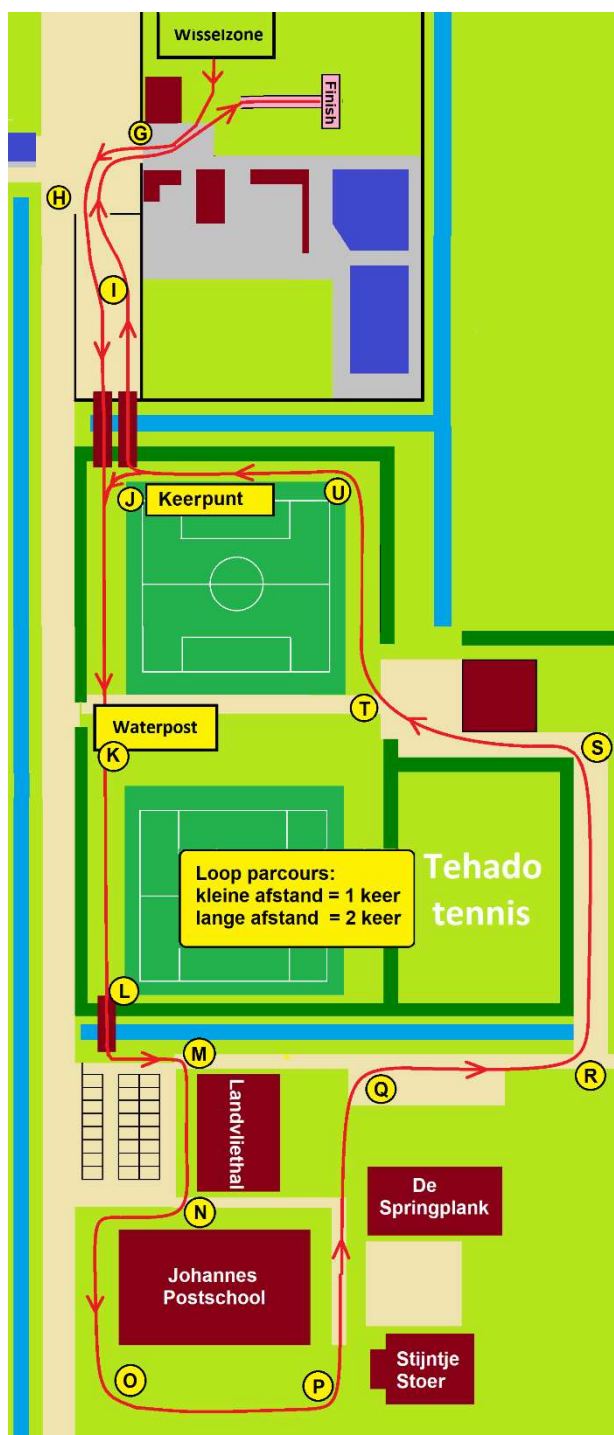
Er zal waarschijnlijk ook publiek op deze bruggen lopen (ouders of familie), maak publiek erop attent dat ze ruimte voor de deelnemers moeten maken.

**Bij calamiteit**

- Beoordeel de situatie.
- Zorg voor de hulpbehoevende(n).
- Is er een ambulance nodig, neem dan contact op met 112.
- Informeer bij elke calamiteit Willy Weijers 06 – 14 88 77 65.

**Bedankt voor jullie inzet en een leuke dag toegewenst 😊**

## LOOPPARCOURS



### Korte afstand : kinderen 7 t/m 10 jaar

75m zwemmen (3 baantjes) + 5 km fietsen (1 rondje) + 1250 m hardlopen (1 rondje).  
Startnummers van 1 t/m 199

### Lange afstand : kinderen 11 t/m 14 jaar

125m zwemmen (5 baantjes) + 10 km fietsen (2 rondjes) + 2500 m hardlopen (2 rondjes).  
Startnummers vanaf 200

## Rondebord lopers op het voetbalveld

**Functie: begeleiden lopers bij rondebord (2 personen)**

**Aanmelden:** 11.00 uur, in de tent op het grote veld.

**Tijdstip op de positie:** 12.00 – 14.30 ( laatste finish looper )

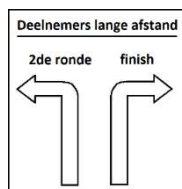
**Locatie:** voetbalveld bij het rondebord. Zie kaart achterkant.

**Materieel aanwezig op de post:**

- Bord voor de lange afstand “2<sup>de</sup> ronde – finish”

**Taak:**

- Het bord “2<sup>de</sup> ronde – finish” staat klaar op het veld.



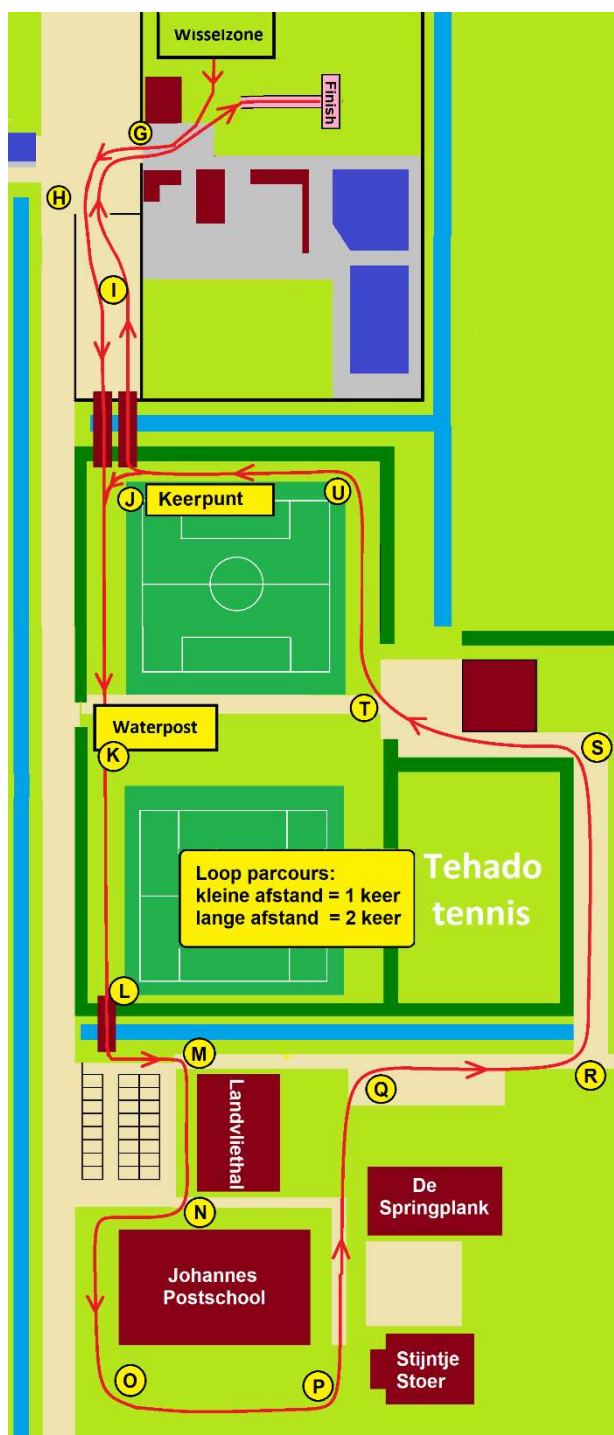
- **De deelnemers van de korte afstand** (startnummer 1 t/m 199) lopen één keer het parcours. Als ze bij de post komen, wijs je ze richting de finish.
- **De deelnemers van de lange afstand** (startnummer vanaf 200) moeten 2 rondes lopen. Geef lopers aan dat ze twee rondes moeten lopen en laat ze zelf beslissen of ze nog een ronde moeten of naar de finish mogen. Dit hoeft niet gecontroleerd te worden.

**Bij calamiteit**

- Beoordeel de situatie.
- Zorg voor de hulpbehoevende(n).
- Is er een ambulance nodig, neem dan contact op met 112.
- Informeer bij elke calamiteit Willy Weijers 06 – 14 88 77 65.

**Bedankt voor jullie inzet en een leuke dag toegewenst 😊**

## LOOPPARCOURS



### Korte afstand : kinderen 7 t/m 10 jaar

75m zwemmen (3 baantjes) + 5 km fietsen (1 rondje) + 1250 m hardlopen (1 rondje).  
Startnummers van 1 t/m 199

### Lange afstand : kinderen 11 t/m 14 jaar

125m zwemmen (5 baantjes) + 10 km fietsen (2 rondjes) + 2500 m hardlopen (2 rondjes).  
Startnummers vanaf 200

**Functie: waterpost loopparcours (2 personen)**

**Aanmelden:** 11.00 uur, in de tent op het grote veld.

**Tijdstip op de positie:** 12.00 – 14.30 ( laatste looper 200 nummers)

**Locatie:** ingang voetbalveld tussen veld 1 en 2. Zie kaart achterkant.

**Materieel aanwezig op de post:**

- Een tafel
- Herbruikbare bekers
- 2 Jerrycans met water

**Taak:**

- Water uitdelen  
Plaats de tafel en geef de deelnemers water aan als ze willen. Doe dit actief bij warm weer!
- Na het evenement de bekertjes opruimen in de vuilniszak.  
De tafel en jerrycans mogen blijven staan op de post. Dit halen wij weer op.

Goed te weten:

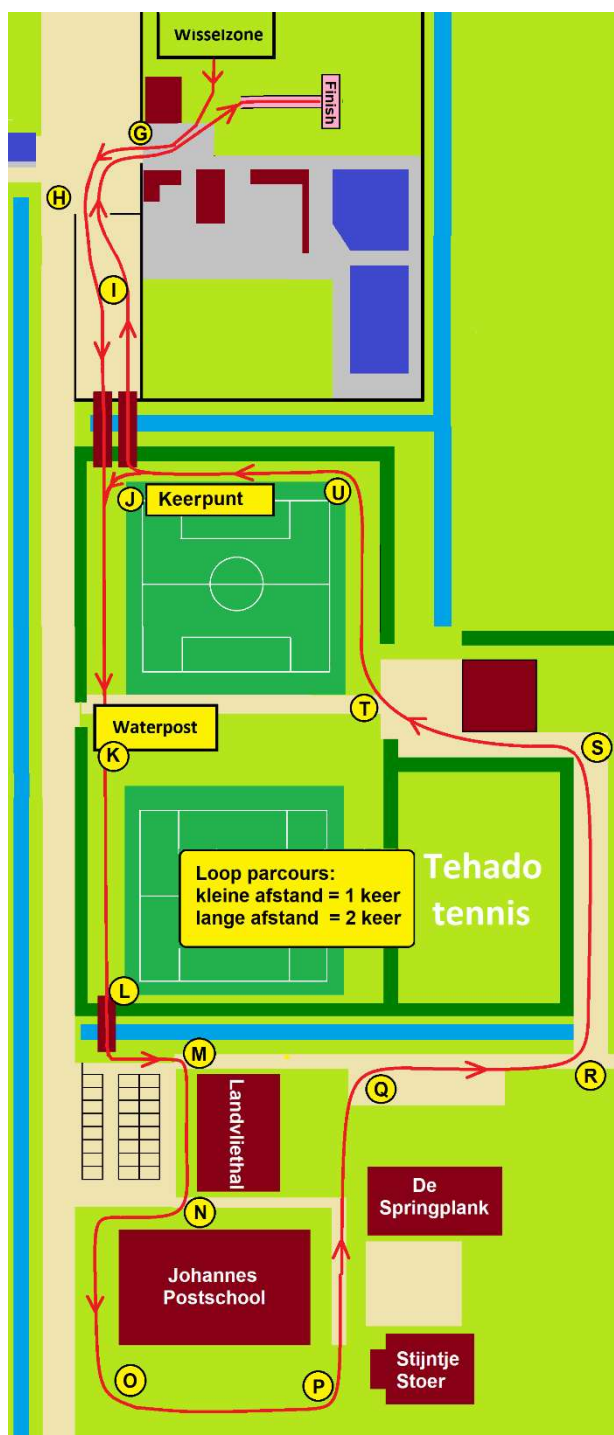
- De deelnemers van de korte afstand (startnummer 1 t/m 199) lopen één keer het parcours.
- De deelnemers van de lange afstand (startnummer vanaf 200) moeten 2 rondjes lopen. Dit hoeft niet gecontroleerd te worden.

**Bij calamiteit**

- Beoordeel de situatie.
- Zorg voor de hulpbehoevende(n).
- Is er een ambulance nodig, neem dan contact op met 112.
- Informeer bij elke calamiteit Willy Weijers 06 – 14 88 77 65.

**Bedankt voor jullie inzet en een leuke dag toegewenst 😊**

## LOOPPARCOURS



### Korte afstand : kinderen 7 t/m 10 jaar

75m zwemmen (3 baantjes) + 5 km fietsen (1 rondje) + 1250 m hardlopen (1 rondje).  
Startnummers van 1 t/m 199

### Lange afstand : kinderen 11 t/m 14 jaar

125m zwemmen (5 baantjes) + 10 km fietsen (2 rondjes) + 2500 m hardlopen (2 rondjes).  
Startnummers vanaf 200

## Doorgang hek op het loopparcours

---

**Functie: Begeleiding lopers (1 persoon)**

**Aanmelden:** 11.00 uur, in de tent op het grote veld.

**Tijdstip op de positie:** 12.00 – 14.30 (laatste loper 200 nummers)

**Locatie:** Op het kunstgrasveld van de Hazerswoudse Boys aan de schoolzijde is voor de lopers een doorgang gecreëerd. Hiervoor zijn de struiken gesnoeid en is het prikkeldraad verwijderd. De lopers lopen via de slootkant naar de stoep van het parkeerterrein.

**Materieel aanwezig op de post:** geen

**Taak:**

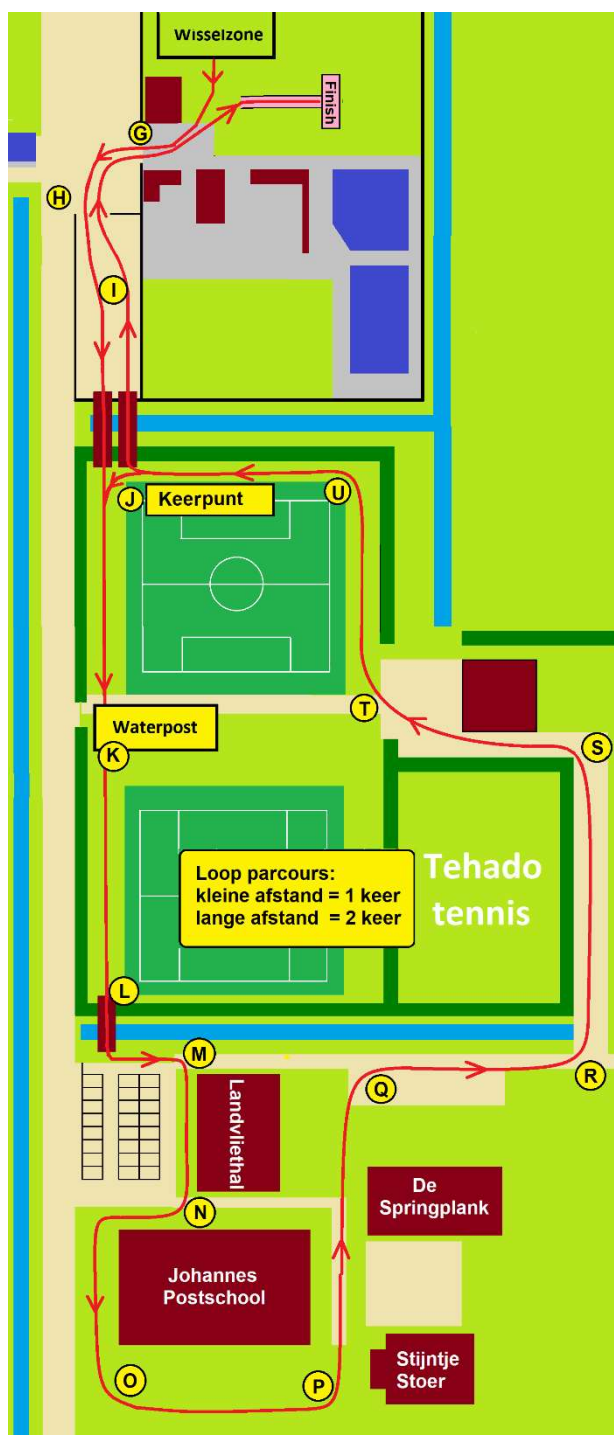
- Het parcours is afgezet met pionnen en afzetlint.
- Maak lopers erop attent dat ze door de struiken moeten en daarna via het gras naar de stoep het parcours moeten volgen.
- Let hierbij op dat er een wel aan de kant van de sloot zit, dit is erg zacht en baggerig! Stuur de kinderen zo vlak mogelijk langs de heg.

**Bij calamiteit**

- Beoordeel de situatie.
- Zorg voor de hulpbehoevende(n).
- Is er een ambulance nodig, neem dan contact op met 112.
- Informeer bij elke calamiteit Willy Weijers 06 – 14 88 77 65.

**Bedankt voor jullie inzet en een leuke dag toegewenst 😊**

## LOOPPARCOURS



### Korte afstand : kinderen 7 t/m 10 jaar

75m zwemmen (3 baantjes) + 5 km fietsen (1 rondje) + 1250 m hardlopen (1 rondje).  
Startnummers van 1 t/m 199

### Lange afstand : kinderen 11 t/m 14 jaar

125m zwemmen (5 baantjes) + 10 km fietsen (2 rondjes) + 2500 m hardlopen (2 rondjes).  
Startnummers vanaf 200

## Begeleiding loopparcours

---

**Functie: Begeleiding lopers (1 persoon)**

**Aanmelden:** 11.00 uur, in de tent op het grote veld.

**Tijdstip op de positie:** 12.00 – 14.30 ( laatste loper 200 nummers)

**Locatie:** stoep bij Landvliethal aan de kant van het voetbalveld. Zie kaart achterkant.

**Materieel aanwezig op de post:** geen

**Taak:**

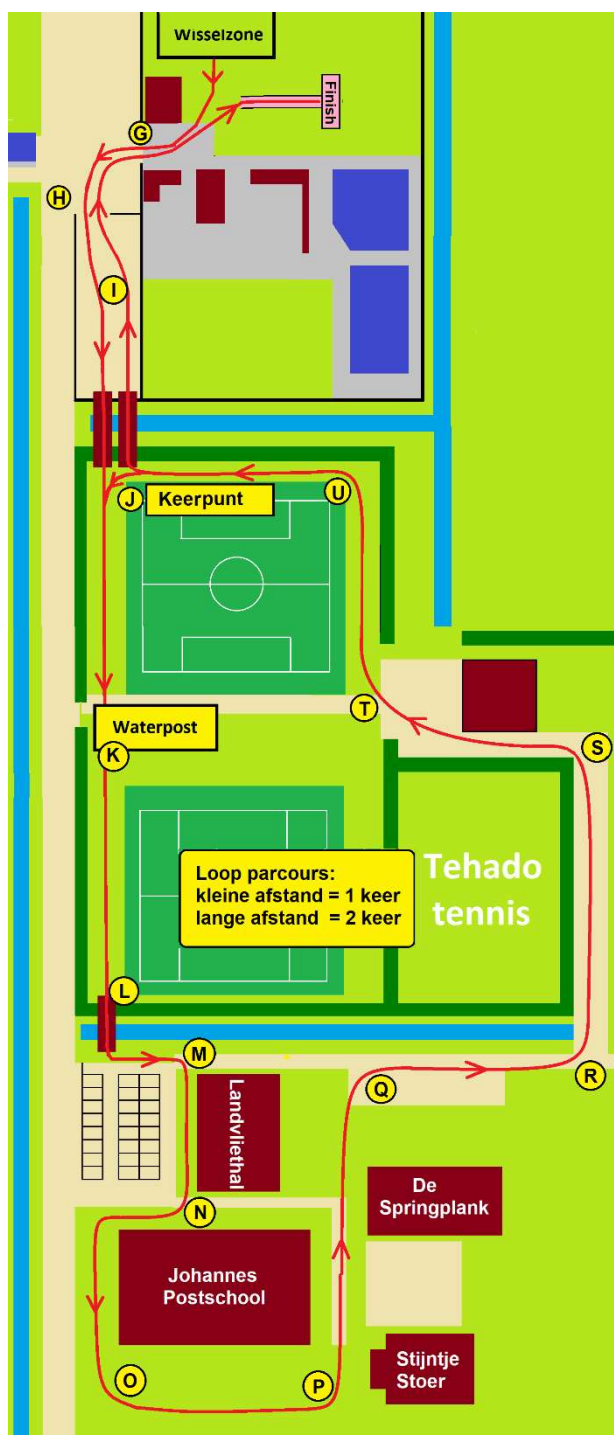
- Het parcours is voorbereid. Controleer op je post of alles nog steeds vrij is en veilig om te passeren.
- Controleer dat de kinderen het parcours volgen en geen hoeken afsnijden. Voor de tijdregistratie is het belangrijk dat iedereen hetzelfde parcours loopt.
- Ga zelf binnen de hoek van het parcours staan.
- Let op bij punt N dat de deelnemers rond de Johannes Post School gaan en niet de kortste weg nemen.
- De kinderen van de korte afstand (startnummers 1 t/m 199 ) lopen 1 rondje, de kinderen van de lange afstand (startnummers vanaf 200 ) lopen 2 rondjes.

**Bij calamiteit**

- Beoordeel de situatie.
- Zorg voor de hulpbehoevende(n).
- Is er een ambulance nodig, neem dan contact op met 112.
- Informeer bij elke calamiteit Willy Weijers 06 – 14 88 77 65.

**Bedankt voor jullie inzet en een leuke dag toegewenst 😊**

## LOOPPARCOURS



### Korte afstand : kinderen 7 t/m 10 jaar

75m zwemmen (3 baantjes) + 5 km fietsen (1 rondje) + 1250 m hardlopen (1 rondje).  
Startnummers van 1 t/m 199

### Lange afstand : kinderen 11 t/m 14 jaar

125m zwemmen (5 baantjes) + 10 km fietsen (2 rondjes) + 2500 m hardlopen (2 rondjes).  
Startnummers vanaf 200

## Begeleiding loopparcours

**Functie: Begeleiding lopers (1 persoon)**

**Aanmelden:** 11.00 uur, in de tent op het grote veld.

**Tijdstip op de positie:** 12.00 – 14.30 ( laatste loper 200 nummers)

**Locatie:** Tussen Landvliethal en Johannes Post School in. Zie kaart achterkant.

**Materieel aanwezig op de post:** geen

### Taak:

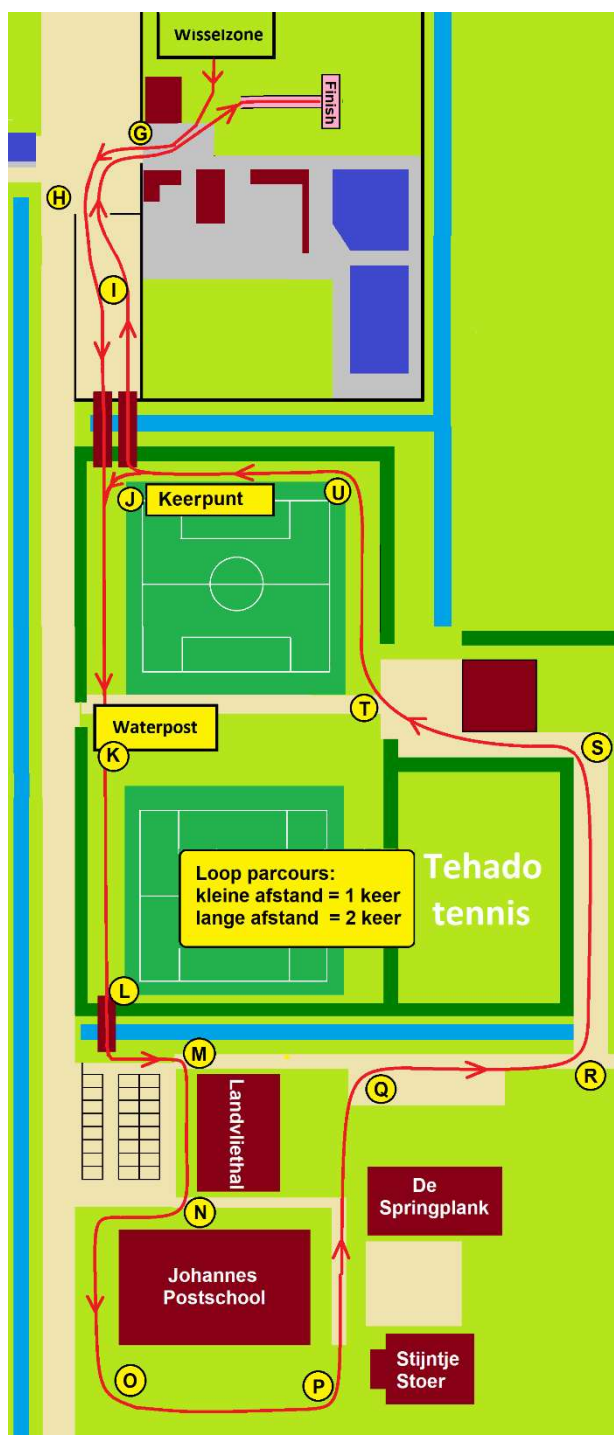
- Het parcours is voorbereid. Controleer op je post of alles nog steeds vrij is en veilig om te passeren.
- **Controleer dat de kinderen het parcours volgen en geen hoeken afsnijden.  
Voor de tijdregistratie is het belangrijk dat iedereen hetzelfde parcours loopt.**
- Ga zelf binnen de hoek van het parcours staan.
- Let op bij punt N dat de deelnemers rond de Johannes Post School gaan en niet de kortste weg nemen.
- De kinderen van de korte afstand (startnummers 1 t/m 199 ) lopen 1 rondje, de kinderen van de lange afstand (startnummers vanaf 200 ) lopen 2 rondjes.

### Bij calamiteit

- Beoordeel de situatie.
- Zorg voor de hulpbehoevende(n).
- Is er een ambulance nodig, neem dan contact op met 112.
- Informeer bij elke calamiteit Willy Weijers 06 – 14 88 77 65.

**Bedankt voor jullie inzet en een leuke dag toegewenst 😊**

## LOOPPARCOURS



### Korte afstand : kinderen 7 t/m 10 jaar

75m zwemmen (3 baantjes) + 5 km fietsen (1 rondje) + 1250 m hardlopen (1 rondje).  
Startnummers van 1 t/m 199

### Lange afstand : kinderen 11 t/m 14 jaar

125m zwemmen (5 baantjes) + 10 km fietsen (2 rondjes) + 2500 m hardlopen (2 rondjes).  
Startnummers vanaf 200

## Begeleiding loopparcours

---

**Functie: Begeleiding lopers (1 persoon)**

**Aanmelden:** 11.00 uur, in de tent op het grote veld.

**Tijdstip op de positie:** 12.00 – 14.30 ( laatste loper 200 nummers)

**Locatie:** Ingang schoolplein Johannes Post. Zie kaart achterkant.

**Materieel aanwezig op de post:** geen

**Taak :**

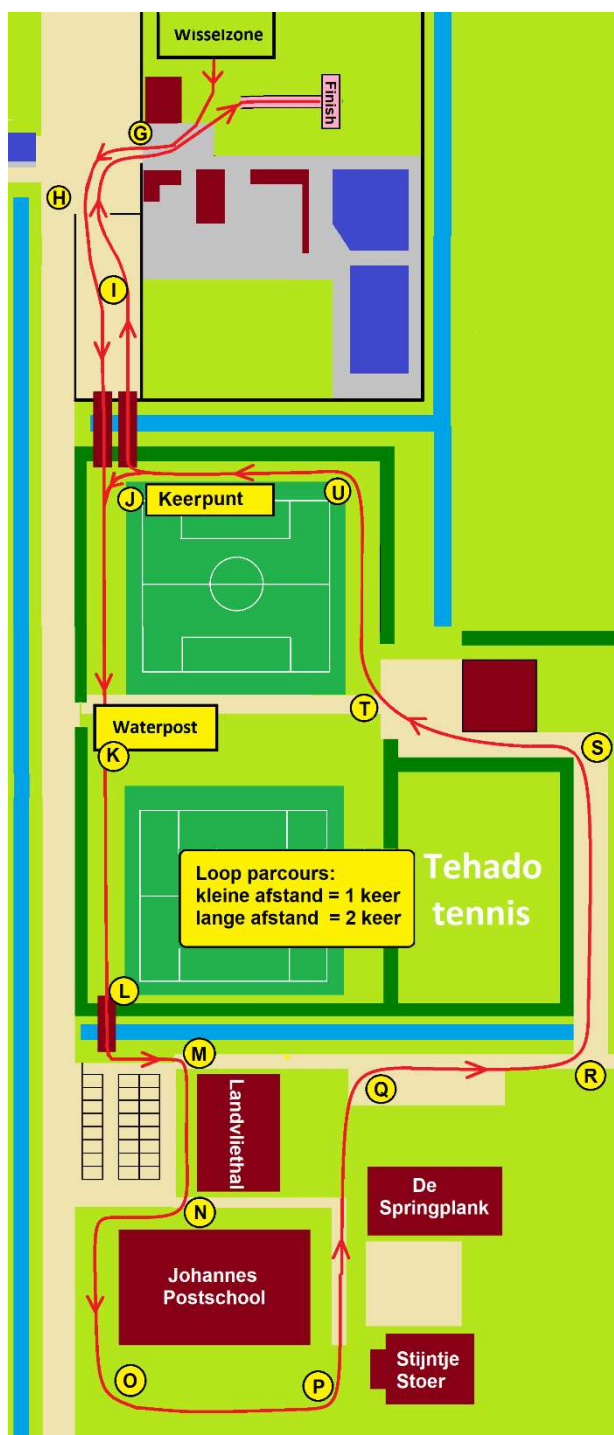
- Het parcours is voorbereid. Controleer op je post of alles nog steeds vrij is en veilig om te passeren.
- Controleer dat de kinderen het parcours volgen en geen hoeken afsnijden. Voor de tijdregistratie is het belangrijk dat iedereen hetzelfde parcours loopt.
- Ga zelf binnen de hoek van het parcours staan.
- De kinderen van de korte afstand (startnummers 1 t/m 199 ) lopen 1 rondje, de kinderen van de lange afstand (startnummers vanaf 200 ) lopen 2 rondjes.

**Bij calamiteit**

- Beoordeel de situatie.
- Zorg voor de hulpbehoevende(n).
- Is er een ambulance nodig, neem dan contact op met 112.
- Informeer bij elke calamiteit Willy Weijers 06 – 14 88 77 65.

**Bedankt voor jullie inzet en een leuke dag toegewenst 😊**

## LOOPPARCOURS



### Korte afstand : kinderen 7 t/m 10 jaar

75m zwemmen (3 baantjes) + 5 km fietsen (1 rondje) + 1250 m hardlopen (1 rondje).  
Startnummers van 1 t/m 199

### Lange afstand : kinderen 11 t/m 14 jaar

125m zwemmen (5 baantjes) + 10 km fietsen (2 rondjes) + 2500 m hardlopen (2 rondjes).  
Startnummers vanaf 200

## Begeleiding loopparcours

---

**Functie: Begeleiding lopers (1 persoon)**

**Aanmelden:** 11.00 uur, in de tent op het grote veld.

**Tijdstip op de positie:** 12.00 – 14.30 ( laatste loper 200 nummers)

**Locatie:** Schoolplein Johannes Post bij het hekje naar Junis. Zie kaart achterkant.

**Materieel aanwezig op de post:** geen

**Taak :**

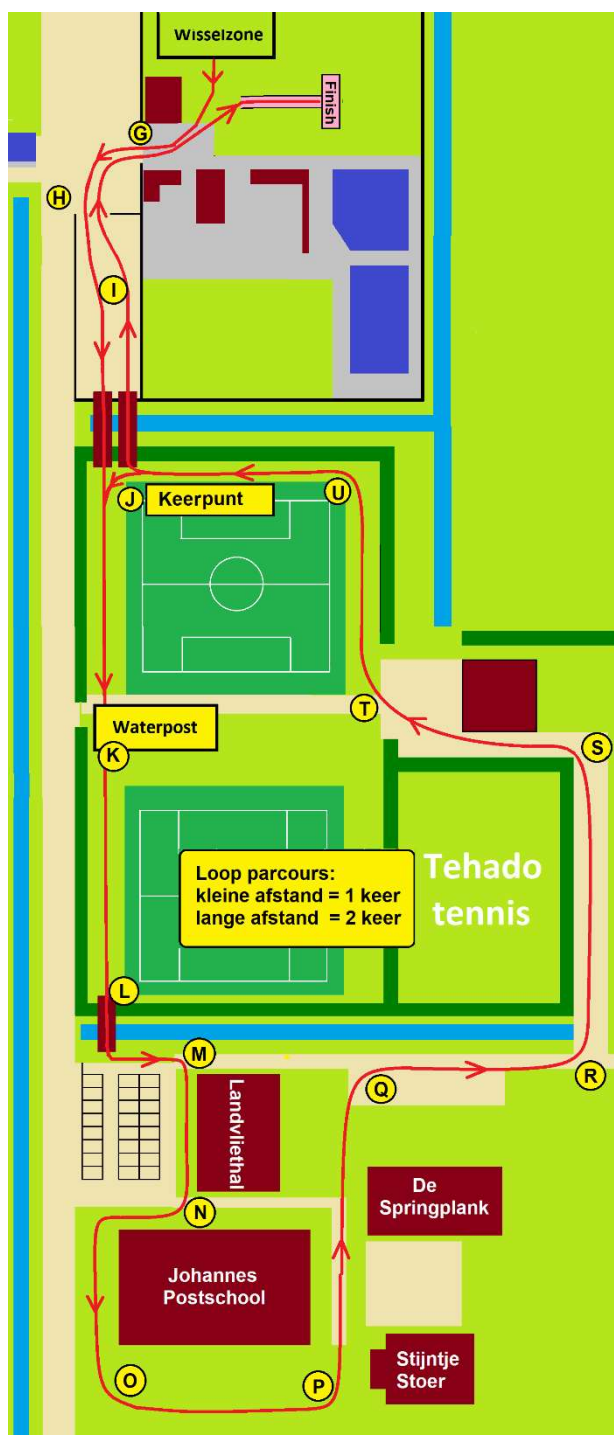
- Het parcours is voorbereid. Controleer op je post of alles nog steeds vrij is en veilig om te passeren.
- Controleer dat de kinderen het parcours volgen en geen hoeken afsnijden. Voor de tijdregistratie is het belangrijk dat iedereen hetzelfde parcours loopt.
- De kinderen van de korte afstand (startnummers 1 t/m 199 ) lopen 1 rondje, de kinderen van de lange afstand (startnummers vanaf 200 ) lopen 2 rondjes.

**Bij calamiteit**

- Beoordeel de situatie.
- Zorg voor de hulpbehoevende(n).
- Is er een ambulance nodig, neem dan contact op met 112.
- Informeer bij elke calamiteit Willy Weijers 06 – 14 88 77 65.

**Bedankt voor jullie inzet en een leuke dag toegewenst 😊**

## LOOPPARCOURS



### Korte afstand : kinderen 7 t/m 10 jaar

75m zwemmen (3 baantjes) + 5 km fietsen (1 rondje) + 1250 m hardlopen (1 rondje).  
Startnummers van 1 t/m 199

### Lange afstand : kinderen 11 t/m 14 jaar

125m zwemmen (5 baantjes) + 10 km fietsen (2 rondjes) + 2500 m hardlopen (2 rondjes).  
Startnummers vanaf 200

## Begeleiding loopparcours

---

**Functie: Begeleiding lopers (1 persoon)**

**Aanmelden:** 11.00 uur, in de tent op het grote veld.

**Tijdstip op de positie:** 12.00 – 14.30 ( laatste loper 200 nummers)

**Locatie:** Achterkant Sporthal. Zie kaart achterkant.

**Materieel aanwezig op de post:** geen

**Taak :**

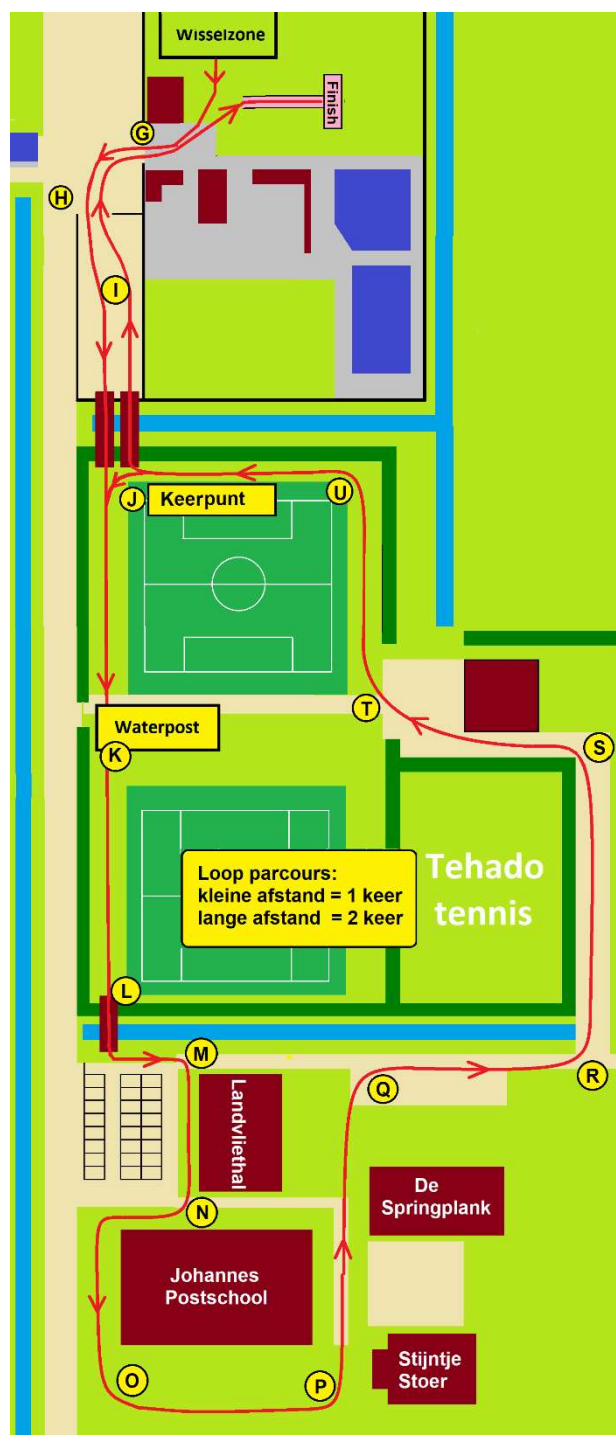
- Het parcours is voorbereid. Controleer op je post of alles nog steeds vrij is en veilig om te passeren.
- Controleer dat de kinderen het parcours volgen en geen hoeken afsnijden. Voor de tijdregistratie is het belangrijk dat iedereen hetzelfde parcours loopt.
- Het is achter de Landvliethal zeer verleidelijk om af te snijden via het groen. Stel jezelf zo op dat de kinderen kunnen zien welke kant ze op moeten lopen.
- De kinderen van de korte afstand (startnummers 1 t/m 199 ) lopen 1 rondje, de kinderen van de lange afstand (startnummers vanaf 200 ) lopen 2 rondjes.

**Bij calamiteit**

- Beoordeel de situatie.
- Zorg voor de hulpbehoevende(n).
- Is er een ambulance nodig, neem dan contact op met 112.
- Informeer bij elke calamiteit Willy Weijers 06 – 14 88 77 65.

**Bedankt voor jullie inzet en een leuke dag toegewenst 😊**

## LOOPPARCOURS



### Korte afstand : kinderen 7 t/m 10 jaar

75m zwemmen (3 baantjes) + 5 km fietsen (1 rondje) + 1250 m hardlopen (1 rondje).  
Startnummers van 1 t/m 199

### Lange afstand : kinderen 11 t/m 14 jaar

125m zwemmen (5 baantjes) + 10 km fietsen (2 rondjes) + 2500 m hardlopen (2 rondjes).  
Startnummers vanaf 200

## Begeleiding loopparcours

---

**Functie: Begeleiding lopers (1 persoon)**

**Aanmelden:** 11.00 uur, in de tent op het grote veld.

**Tijdstip op de positie:** 12.00 – 14.30 ( laatste loper 200 nummers)

**Locatie:** Ingang weg naar Tehado (dus niet het fietspad!) Zie kaart achterkant.

**Materieel aanwezig op de post:** geen

**Taak :**

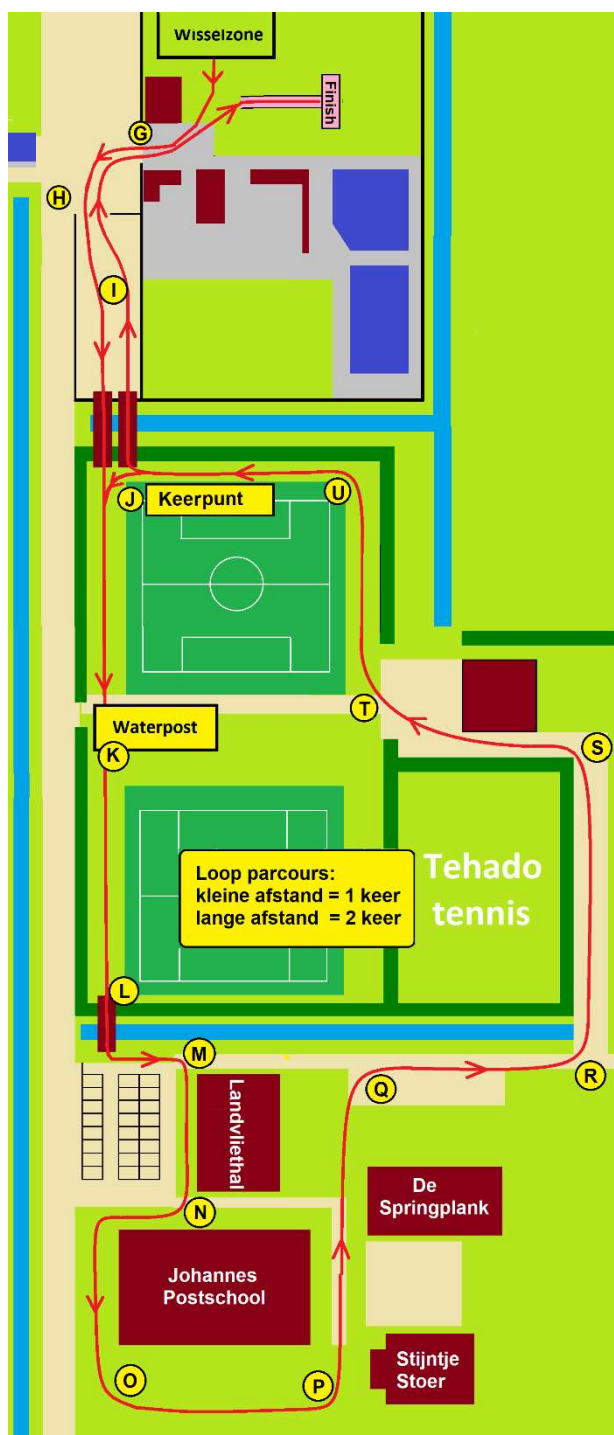
- Het parcours is voorbereid. Controleer op je post of alles nog steeds vrij is en veilig om te passeren.
- Controleer dat de kinderen het parcours volgen en geen hoeken afsnijden. Voor de tijdregistratie is het belangrijk dat iedereen hetzelfde parcours loopt.
- Ga zelf bij het hek op het parcours staan.
- De kinderen van de korte afstand (startnummers 1 t/m 199 ) lopen 1 rondje, de kinderen van de lange afstand (startnummers vanaf 200 ) lopen 2 rondjes.

**Bij calamiteit**

- Beoordeel de situatie.
- Zorg voor de hulpbehoevende(n).
- Is er een ambulance nodig, neem dan contact op met 112.
- Informeer bij elke calamiteit Willy Weijers 06 – 14 88 77 65.

**Bedankt voor jullie inzet en een leuke dag toegewenst 😊**

## LOOPPARCOURS



### Korte afstand : kinderen 7 t/m 10 jaar

75m zwemmen (3 baantjes) + 5 km fietsen (1 rondje) + 1250 m hardlopen (1 rondje).  
Startnummers van 1 t/m 199

### Lange afstand : kinderen 11 t/m 14 jaar

125m zwemmen (5 baantjes) + 10 km fietsen (2 rondjes) + 2500 m hardlopen (2 rondjes).  
Startnummers vanaf 200

## Begeleiding loopparcours

---

**Functie: Begeleiding lopers (1 persoon)**

**Aanmelden:** 11.00 uur, in de tent op het grote veld.

**Tijdstip op de positie:** 12.00 – 14.30 (laatste loper 200 nummers)

**Locatie:** achterom ingang Hazerswoudse Boys. Zie kaart achterkant.

**Materieel aanwezig op de post:** geen

**Taak :**

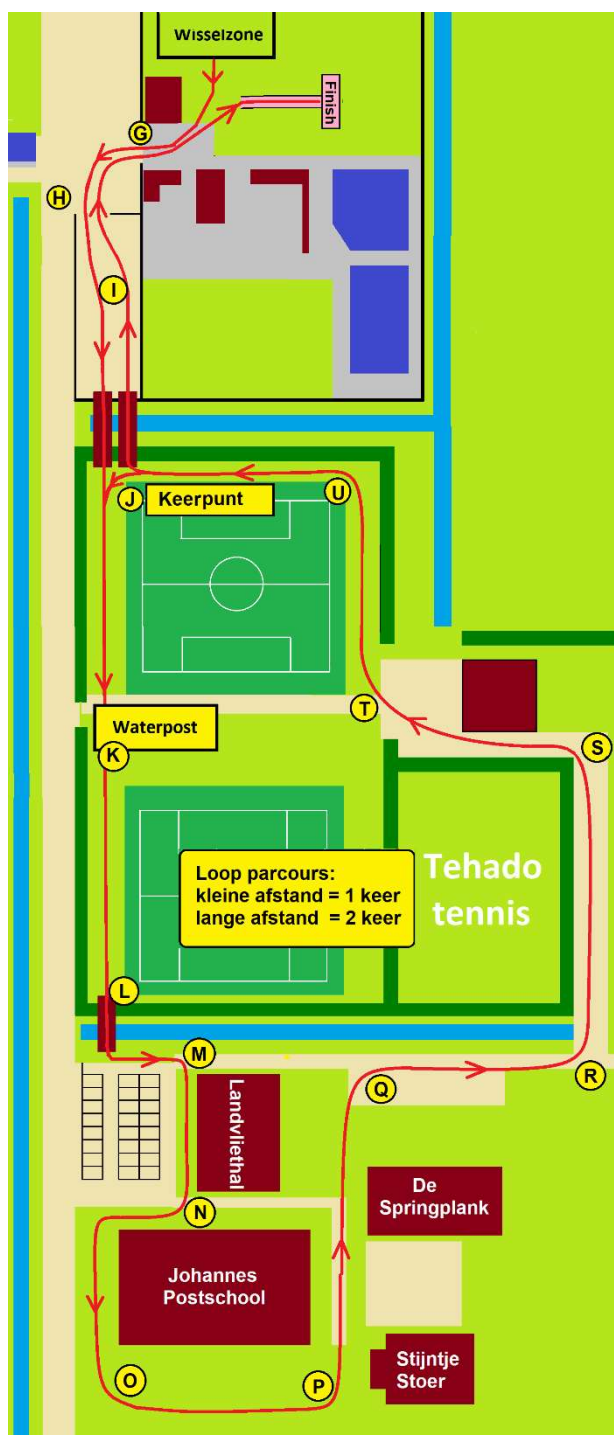
- Het parcours is voorbereid. Controleer op je post of alles nog steeds vrij is en veilig om te passeren.
- Stel jezelf zo op dat de kinderen kunnen zien welke kant ze op moeten lopen.
- Controleer dat de kinderen het parcours volgen en geen hoeken afsnijden.  
Voor de tijdregistratie is het belangrijk dat iedereen hetzelfde parcours loopt.
- De kinderen van de korte afstand (startnummers 1 t/m 199 ) lopen 1 rondje, de kinderen van de lange afstand (startnummers vanaf 200 ) lopen 2 rondjes.

**Bij calamiteit**

- Beoordeel de situatie.
- Zorg voor de hulpbehoevende(n).
- Is er een ambulance nodig, neem dan contact op met 112.
- Informeer bij elke calamiteit Willy Weijers 06 – 14 88 77 65.

Bedankt voor jullie inzet en een leuke dag toegewenst 😊

## LOOPPARCOURS



### Korte afstand : kinderen 7 t/m 10 jaar

75m zwemmen (3 baantjes) + 5 km fietsen (1 rondje) + 1250 m hardlopen (1 rondje).  
Startnummers van 1 t/m 199

### Lange afstand : kinderen 11 t/m 14 jaar

125m zwemmen (5 baantjes) + 10 km fietsen (2 rondjes) + 2500 m hardlopen (2 rondjes).  
Startnummers vanaf 200

## Begeleiding loopparcours

---

**Functie: Begeleiding lopers (1 persoon)**

**Aanmelden:** 11.00 uur, in de tent op het grote veld.

**Tijdstip op de positie:** 12.00 – 14.30 ( laatste loper 200 nummers)

**Locatie:** Terras kantine Hazerswoudse Boys/ingang veld 1. Zie kaart achterkant.

**Materieel aanwezig op de post:** geen

**Taak :**

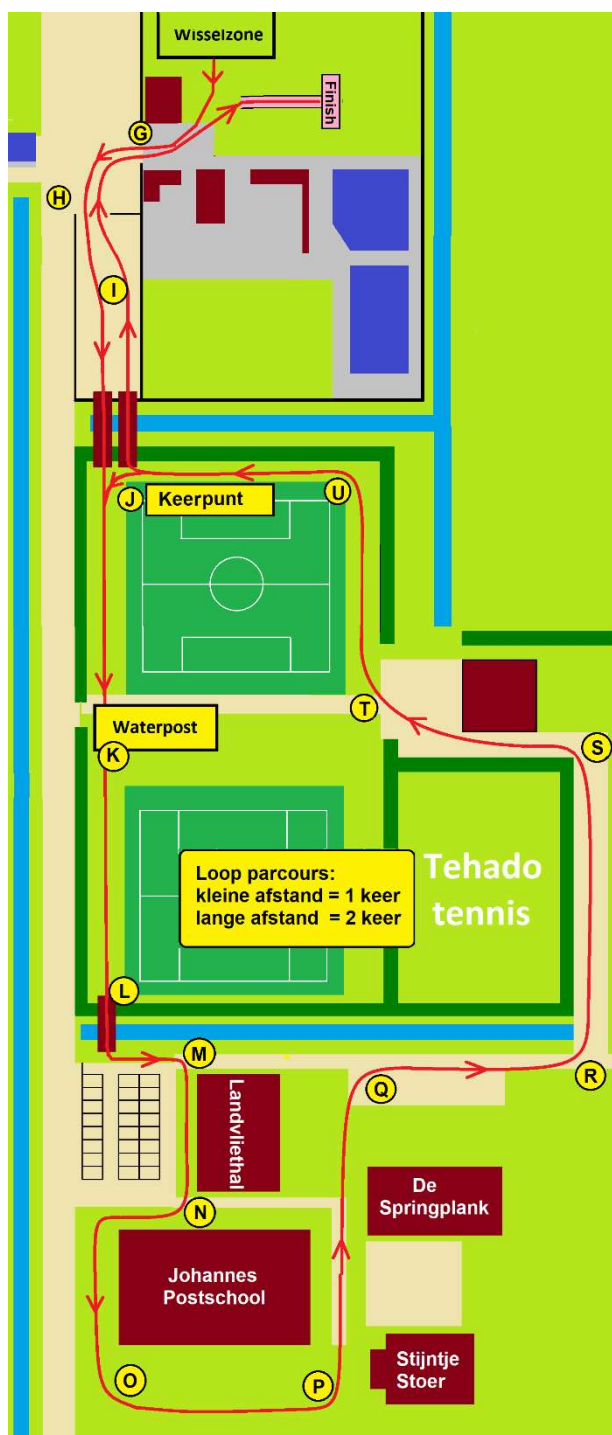
- Het parcours is voorbereid. Controleer op je post of alles nog steeds vrij is en veilig om te passeren.
- Stel jezelf zo op dat de kinderen kunnen zien welke kant ze op moeten lopen.
- Controleer dat de kinderen het parcours volgen en geen hoeken afsnijden.  
Voor de tijdregistratie is het belangrijk dat iedereen hetzelfde parcours loopt.
- De kinderen van de korte afstand (startnummers 1 t/m 199 ) lopen 1 rondje, de kinderen van de lange afstand (startnummers vanaf 200 ) lopen 2 rondjes.

**Bij calamiteit**

- Beoordeel de situatie.
- Zorg voor de hulpbehoevende(n).
- Is er een ambulance nodig, neem dan contact op met 112.
- Informeer bij elke calamiteit Willy Weijers 06 – 14 88 77 65.

**Bedankt voor jullie inzet en een leuke dag toegewenst 😊**

## LOOPPARCOURS



### Korte afstand : kinderen 7 t/m 10 jaar

75m zwemmen (3 baantjes) + 5 km fietsen (1 rondje) + 1250 m hardlopen (1 rondje).  
Startnummers van 1 t/m 199

### Lange afstand : kinderen 11 t/m 14 jaar

125m zwemmen (5 baantjes) + 10 km fietsen (2 rondjes) + 2500 m hardlopen (2 rondjes).  
Startnummers vanaf 200

## Begeleiding loopparcours

---

**Functie: Begeleiding lopers (1 persoon)**

**Aanmelden:** 11.00 uur, in de tent op het grote veld.

**Tijdstip op de positie:** 12.00 – 14.30 ( laatste loper 200 nummers)

**Locatie:** In de rechterhoek op veld 1 aan de zwembadkant. Zie kaart achterkant.

**Materieel aanwezig op de post:** geen

**Taak :**

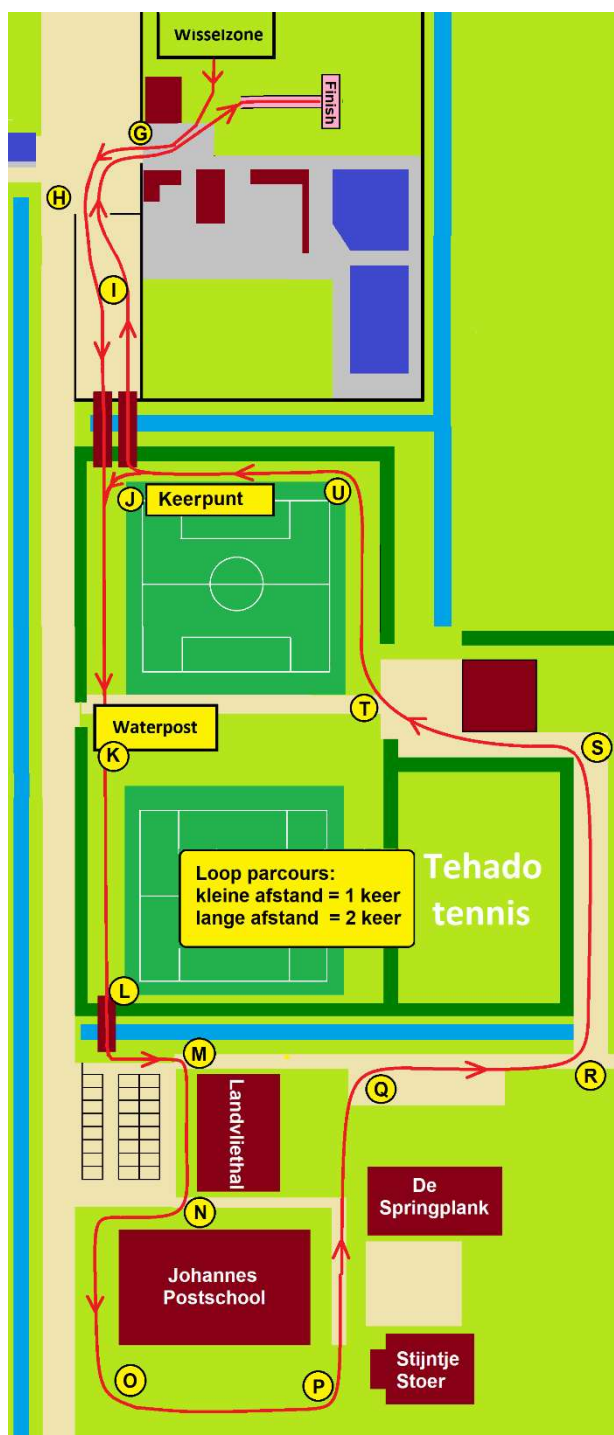
- Het parcours is voorbereid. Controleer op je post of alles nog steeds vrij is en veilig om te passeren.
- Controleer dat de kinderen het parcours volgen en geen hoeken afsnijden. Voor de tijdregistratie is het belangrijk dat iedereen hetzelfde parcours loopt.
- Ga zelf binnen de hoek van het parcours staan.
- De kinderen van de korte afstand (startnummers 1 t/m 199 ) lopen 1 rondje, de kinderen van de lange afstand (startnummers vanaf 200 ) lopen 2 rondjes.

**Bij calamiteit**

- Beoordeel de situatie.
- Zorg voor de hulpbehoevende(n).
- Is er een ambulance nodig, neem dan contact op met 112.
- Informeer bij elke calamiteit Willy Weijers 06 – 14 88 77 65.

**Bedankt voor jullie inzet en een leuke dag toegewenst 😊**

## LOOPPARCOURS



### Korte afstand : kinderen 7 t/m 10 jaar

75m zwemmen (3 baantjes) + 5 km fietsen (1 rondje) + 1250 m hardlopen (1 rondje).  
Startnummers van 1 t/m 199

### Lange afstand : kinderen 11 t/m 14 jaar

125m zwemmen (5 baantjes) + 10 km fietsen (2 rondjes) + 2500 m hardlopen (2 rondjes).  
Startnummers vanaf 200

**Functie: klokken lopers**

**Aanmelden:** 11.00 uur, in de tent op het grote veld.

**Tijdstip op de positie:** 12.00 – 14.30 ( laatste loper 200 nummers)

**Locatie:** In overleg met tijdwaarnemer Jelle Kok

**Materieel meenemen:**

- Zorg voor een volledig opgeladen Android telefoon
- Gebruik eventueel een powerbank (zelf meenemen)
- Eventueel een eigen fiets

**Taak:**

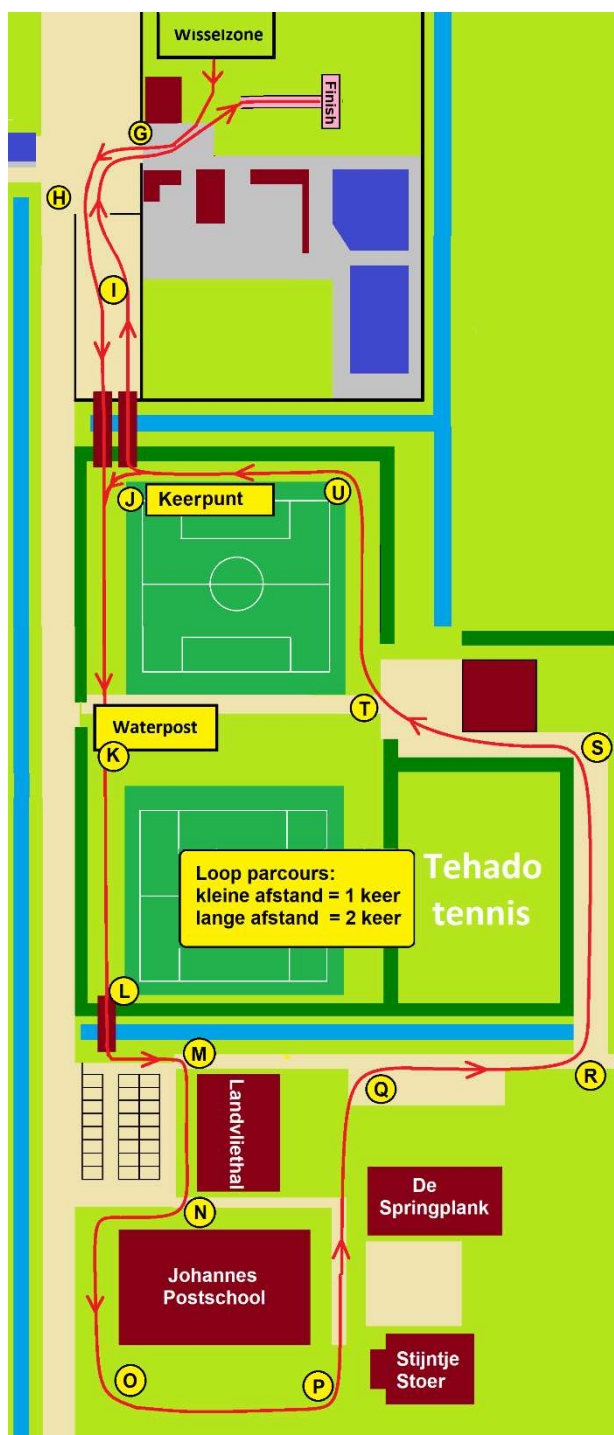
- Installeer in overleg met Jelle de tijdmeting app op je telefoon.
- Neem plaats op de afgesproken plaats op het fietsparcours.
- Zorg dat je hierbij goed en langere tijd zicht hebt op de deelnemers.
- Vul de startnummers in van de langskomende deelnemers in de app.

**Bij calamiteit**

- Beoordeel de situatie.
- Zorg voor de hulpbehoevende(n).
- Is er een ambulance nodig, neem dan contact op met 112.
- Informeer bij elke calamiteit Willy Weijers 06 – 14 88 77 65.

**Bedankt voor jullie inzet en een leuke dag toegewenst 😊**

## LOOPPARCOURS



### Korte afstand : kinderen 7 t/m 10 jaar

75m zwemmen (3 baantjes) + 5 km fietsen (1 rondje) + 1250 m hardlopen (1 rondje).  
Startnummers van 1 t/m 199

### Lange afstand : kinderen 11 t/m 14 jaar

125m zwemmen (5 baantjes) + 10 km fietsen (2 rondjes) + 2500 m hardlopen (2 rondjes).  
Startnummers vanaf 200

**Functie: klokken fietsers**

**Aanmelden:** 11.00 uur, in de tent op het grote veld.

**Tijdstip op de positie:** 11.45 – 14.30 ( laatste fietser 200 nummers)

**Locatie:** In overleg met tijdwaarnemer Jelle Kok

**Materieel meenemen:**

- Zorg voor een volledig opgeladen Android telefoon.
- Gebruik eventueel een powerbank (zelf meenemen)
- Een eigen fiets

**Taak:**

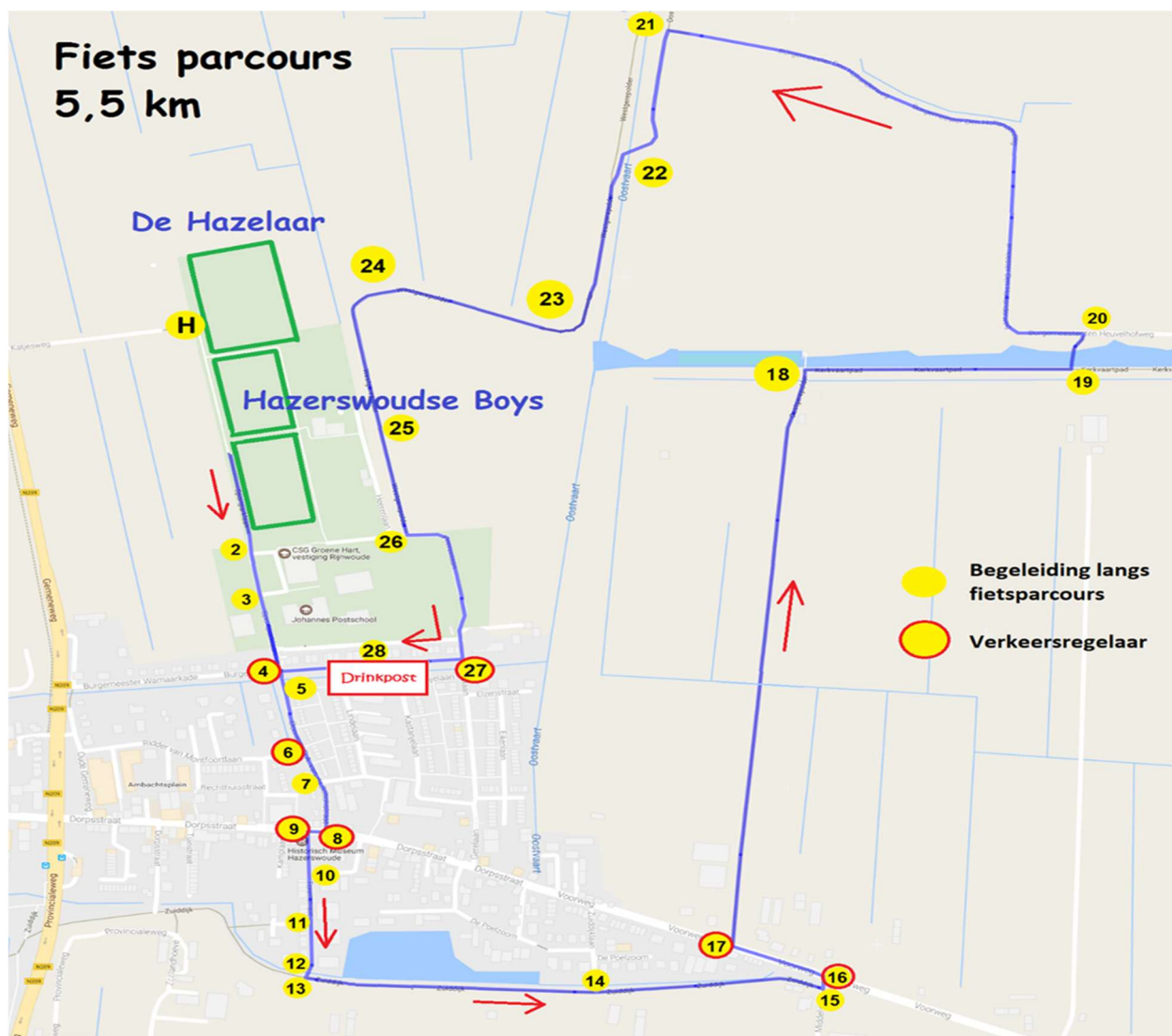
- Installeer in overleg met Jelle de tijdmeting app op je telefoon.
- Neem plaats op de afgesproken plaats op het fietsparcours.
- Zorg dat je hierbij goed en langere tijd zicht hebt op de deelnemers.
- Vul de startnummers in van de langskomende deelnemers in de app.

**Bij calamiteit**

- Beoordeel de situatie.
- Zorg voor de hulpbehoevende(n).
- Is er een ambulance nodig, neem dan contact op met 112.
- Informeer bij elke calamiteit Willy Weijers 06 – 14 88 77 65.

**Bedankt voor jullie inzet en een leuke dag toegewenst 😊**

## FIETSPARCOURS



### Korte afstand : kinderen 7 t/m 10 jaar

75m zwemmen (3 baantjes) + 5 km fietsen (1 rondje) + 1250 m hardlopen (1 rondje).  
Startnummers van 1 t/m 199

### Lange afstand : kinderen 11 t/m 14 jaar

125m zwemmen (5 baantjes) + 10 km fietsen (2 rondjes) + 2500 m hardlopen (2 rondjes).  
Startnummers vanaf 200

**Functie:** ontvangen deelnemers, tijdwaarneming en uitdelen medailles (5 personen)

**Aanmelden:** 11.00 uur, in de tent op het grote veld.

**Tijdstip op de positie:** 10.00 – 15.00 (of eerder)

**Locatie:** achter de finishboog op het grote veld

**Materieel:** Medailles en diploma's  
T-shirts met deelnemerslijst voor de maat van de T-shirts  
Plastic bekertjes en jerrycans met water  
2 klokken  
Emmers met sponsen en zwembad  
6 tafels en 3 stoelen  
2 kabelhaspels

**Taak:**

Installeer de klokken, voor en achter de finishboog. Beide klokken starten op het startschot van het zwembad om 12.00 uur.

Installeer de benodigde tafels en hekken, zodat de deelnemers na de finish richting de medailles en T-shirts gaan. Daar is ook de waterpost met zwembad.

- **Tijdwaarneming**

Maak een foto van deelnemers tijdens de finish onder de boog naast de klok.

Schrijf de finishtijd op de deelnemerslijst en voer deze evt. in in het systeem van Jelle.

Controleer de tussentijden op het parcours om te zien of er daadwerkelijk door deelnemers lange afstand 2 rondes zijn gemaakt.

- **T-shirt en medaille uitdelen**

Elke finisher krijgt een T-shirt. De maat staat op de deelnemerslijst.

Elke finisher krijgt een medaille. Die hangen wij om zijn/haar nek. Het is een mooi moment.

Elke finisher krijgt een diploma. Hierop schrijven we evt. de eindtijd.

- **Waterpost**

Plastic bekertjes en jerrycans met water. Bij warm weer een gevuld opblaaszwembad.

Elke finisher krijgt een beker water.

**Bedankt voor jullie inzet en een leuke dag toegewenst 😊**

