

PRAKTISCHE INFORMATIE

Inhoudsopgave

1	INSCHRIJVINGEN	2
2	ETEN	2
3	PROGRAMMA	2
4	HOE GERAAK IK TER PLAATSE	3
5	OVERNACHTINGEN	3
6	FAMILIE & VRIENDEN	3
7	KLEEDKAMERS, DOUCHES EN BEWARING SPORTZAKKEN	3
8	VEILIGHEID EN VERPLICHT MATERIAAL	4
9	BEVOORRADINGSPOSTEN	4
10	ECO-VERANTWOORDELIJKHEID	4

1 INSCHRIJVINGEN

Worden afgesloten op vrijdag 17 mei om 23h59.

Het aantal plaatsen per discipline is beperkt, wees er dus snel bij! Kijk regelmatig op onze site voor meer info. Indien er nog plaatsen vrij zijn dan is een “Daginschrijvingen” mogelijk aan een meerprijs van 2€.

2 ETEN

De kantine van de voetbalvereniging serveert voeding en drank gedurende de gehele wedstrijd (dag/nacht). Je kan tijdens inschrijving eveneens opteren voor een portie pasta aan 7€.

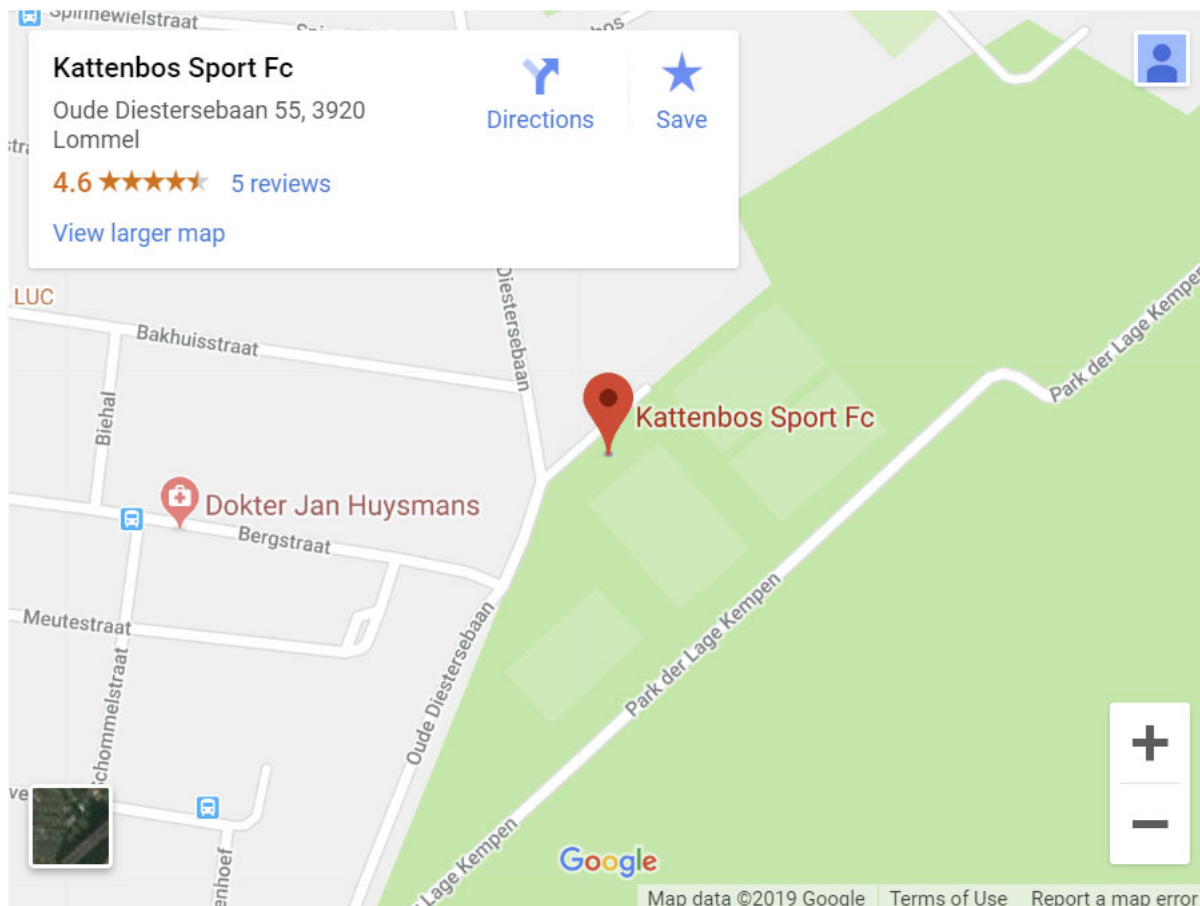
3 PROGRAMMA

Zaterdag 25 mei

- 07.00 – 09.00 : opening inschrijvingen en vertrek alle wandel afstanden
- Vanaf 08.00 : opening inschrijvingen alle andere events/afstanden
- 09.50: race briefing Cani-trail
- 10.00: start Cani-trail
- 10.50: race briefing trail 43 & 33 km
- 11.00: start trail 43 & 33 km
- 11.55: race briefing Youth Trail alle leeftijden
- 12.00: start Youth Trail 12-14j
- 12.15: start Youth Trail 15-17j
- 13.20: race briefing trail 25 km
- 13.30: start trail 23 km
- 13.50: race briefing trail 15 km
- 14.00: start trail 15 km
- 15.00: Podium ceremonie 43 & 33 KM
- 16.00: Podium ceremonie 23 & 15 KM
- 19.00: einde laatste wedstrijden

4 HOE GERAAK IK TER PLAATSE

Kattenbos sport
Oude Diestersebaan 55, 3920 Lommel, België



Met de auto; er zijn enkele grote parkings op wandelafstand van de start/finish zone.
Met het openbaar vervoer; het station en verschillende bushaltes op wandelafstand van de start/finish zone.

5 OVERNACHTINGEN

Lommel heeft enorm veel te bieden voor een actief weekendje weg. Alle info vind je op de site [Tourisme Lommel](#).

6 FAMILIE & VRIENDEN

Kunnen gezellig in de kantine genieten van een drankje en hapje.

7 KLEEDKAMERS, DOUCHES EN BEWARING SPORTZAKKEN

Er zijn voldoende douches en kleedruimtes. Er is een overdekte, onbewaakte zone voorzien voor sporttassen. Gelieve hierin geen waardevolle spullen achter te laten.

8 VEILIGHEID EN VERPLICHT MATERIAAL

Het is mogelijk dat u de openbare weg dient over te steken. U moet hierbij de algemene verkeersregels volgen. U hebt absoluut geen voorrang. Op bepaalde plaatsen zullen verkeersbegeleiders u helpen. U bent verplicht hun aanwijzingen te volgen.

U bent zelf verantwoordelijk om ervoor te zorgen dat u de afstand tussen de verschillende bevoorradingen kan overbruggen. Bij zeer warm weer is het aan te raden zelf een reserve water (flask of bidon) mee te nemen. Bij regenweer kan u best aangepaste kledij meenemen.

9 BEVOORRADINGSPOSTEN

Water, cola, sportdrink, chips, bananen, rozijnen. Bij aankomst voorzien we een eindbevoorrading met water, sportdrink, koek,...!

10 ECO-VERANTWOORDELIJKHEID

Trailen is genieten van de natuur. Lopers dienen op de paden te blijven. Het achterlaten van vuil op het parcours zal onmiddellijk leiden tot diskwalificatie.

Rondon iedere bevoorrading is een zone afgebakend waarbinnen enkel deelnemers/sters mogen komen. Enkel in die zone mogen drankbekers gebruikt worden.

Diegene die al bekend zijn met het trail lopen beschikken vast en zeker over een eigen eco-cup. Aarzel niet om hem te gebruiken ☺.