



39^{ste} NACHT VAN WEST-VLAANDEREN 2018 Wedstrijdreglement

Start-To-Run 5km

Beste sportvriend(in),
we zijn heel blij je te mogen begroeten op onze 7^o Start-To-Run van de Nacht !

- Er zijn geen borstnummers want het is **geen** wedstrijd, wel een jogging, er is dus ook geen uitslag. Hier is enkel het recreatieve van belang!
We hebben wel polsbandjes om te bepalen wie ingeschreven is.
- **Start** om **19u00**: zelfde startzone als voor de 10km en de marathon, op de **rode atletiekpiste** naast de sporthal.
- **Aankomst** : In de Industrielaan, thv bagagedepot nabij "Thor". De afstand werd aangepast en officieel opgemeten op 5,0km!
- **Bagage**: Er is een bewaarplaats voorzien in "zaal Thor" in de Industrielaan
- Jullie lopen onder begeleiding in groep tot iets voorbij de markt. Daarna bepaal je zelf je eigen tempo.
- **Kleedkamers/douches**: voor de dames zijn er douches in de B-sporthal en voor de heren zijn de kleedkamers onder de tribune naast de piste/voetbalveld.
- **De organisatoren zijn niet verantwoordelijk** voor diefstal, ongeval of schade opgelopen voor, tijdens of na de wedstrijd.

Mail me gerust na de "Nacht" om te vertellen wat beter kan, we houden er rekening mee voor de volgende edities. Dat komt alle deelnemers in 2019 ten goede !

We wensen je alle succes en veel loopplezier !

André Mingneau
amos@marathons.be
www.marathons.be

PS: noteer alvast

- zondag 19 augustus: 35^o sirene Middelkerke: **5km** +10 miles+8 km
- zondag 9 september: 20^o In Flanders Fields marathon, een klassieker!!
en er is ook een 7km.....
alle info over deze 2 wedstrijden is te vinden op www.marathons.be