

# PRAKTISCHE INFORMATIE

## Inhoudsopgave

1	INSCHRIJVINGEN.....	2
2	MOGELIJKHEID OM TE ETEN/DRINKEN VOOR, TIJDENS & NA WEDSTRIJD .....	2
3	PROGRAMMA ZATERDAG 16 SEPTEMBER.....	2
4	HOE GERAAK IK TER PLAATSE .....	2
5	AFHALEN STARTNUMMERS - BEWARING SPORTZAKKEN/KLEEDKAMERS - BAR - BARBECUE - DOUCHES .....	3
6	OVERNACHTINGEN .....	3
7	VEILIGHEID EN VERPLICHT MATERIAAL .....	4
8	TRAIL PROFIELEN & GPX .....	4
9	BEVOORRADINGSPOSTEN .....	5
10	CUTT OFF TIMES .....	5
11	RIVER CROSSING .....	5
12	ECO-VERANTWOORDELIJKHEID.....	5

## 1 INSCHRIJVINGEN

Worden afgesloten op dinsdag 12 september 2017 om 23.59 h.

Daginschrijvingen zijn mogelijk.

## 2 MOGELIJKHEID OM TE ETEN/DRINKEN VOOR, TIJDENS & NA WEDSTRIJD

- Vanaf 11.00:
  - Broodjes ter beschikking
  - Opening bar
- Vanaf 16.30 h opening barbecue

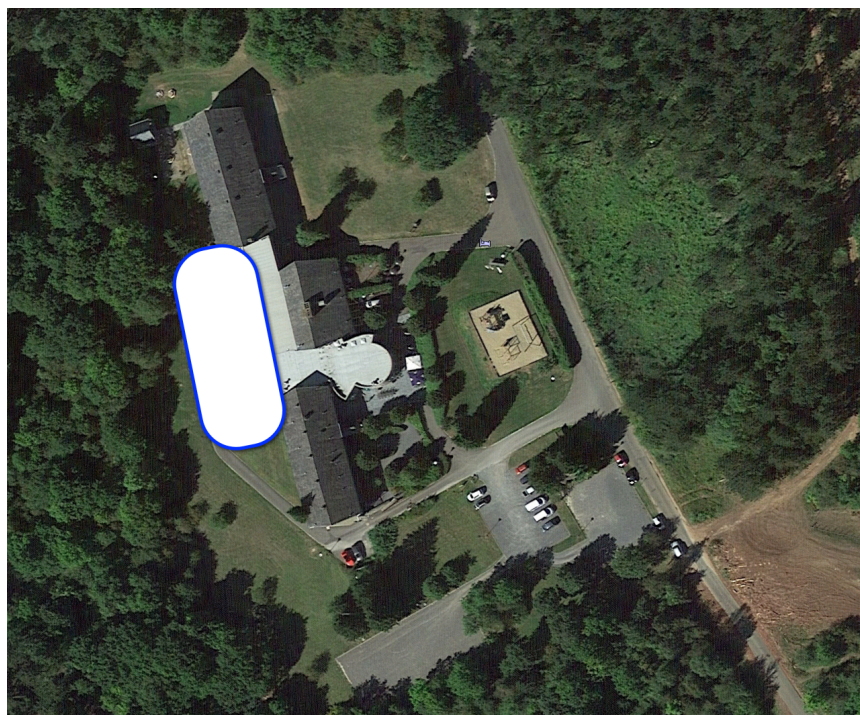
## 3 PROGRAMMA ZATERDAG 16 SEPTEMBER

- 11.00 h: Afhalen startnummers voor alle afstanden & check-in Gite
  - ✓ **Afhaling gebeurt mits voorlegging geldig identiteitsbewijs. Op dat moment zal je startnummer bekend zijn, NIET vroeger.**
  - ✓ **Enkel voor de deelnemers van de 40 KM zal EUR 20 borg gevraagd op moment van overhandigen GPS tracker. De borg wordt terugggegeven bij teruggave chip/tracker**
- 13.00.h: Start 40 KM met opening Live GPS Tracking op groot scherm
- 14.00 h: Start 20 KM
- 15.00 h: Start 10 KM
- 17.00 h: Prijsuitreiking 10 – 20 KM
- 18.00 h: Prijsuitreiking 40 KM

## 4 HOE GERAAK IK TER PLAATSE

Hotel & Gite Mont-des-Pins  
Mont-des-Pins 100  
6941 Durbuy (Bomal-sur-Ourthe)  
België

## 5 AFHALEN STARTNUMMERS – BEWARING SPORTZAKKEN/KLEEDKAMERS – BAR – BARBECUE - DOUCHES



## 6 OVERNACHTINGEN

De start/finish locatie van de wedstrijd heeft mogelijk tot overnachting in Gite of Hotel.

De locatie is slechts enkele jaren geleden door een grondige renovatie gegaan en dus zo goed als nieuw.

Alle accommodatie (kamers, douches, gemeenschappelijke ruimtes) zijn kwalitatief en praktisch.

### GITE

#### Aanbod

- Ideaal voor individuele loper
- Overnachting zaterdag 16 september
- Een kwalitatief bed in slaapzaal
- Eigen beddengoed/slaapzak/handdoeken meebrengen
- Gemeenschappelijk sanitair
- Ontbijt inbegrepen

### Prijs & Reservaties

- EUR 25 per bed inclusief ontbijt
- Reservaties via [lode@trailodge.com](mailto:lode@trailodge.com)

### Deadline reservaties, check-in/out Gite

- Reservaties mogelijk tot en met donderdag 14 september om 23.59 h
- Check-in: Zaterdag 16 september vanaf 11.00 h bij afhalen startnummer
- Check-out: Zondag 17 september tot 10.00 h
- Aanmelden bij afhaling startnummer

### Ontbijt Gite

- Zondag 17 september van 6.30 h tot 9.30 h.

## HOTEL

- Ideaal voor families en groepen
- Kamers met sanitair op kamer
- Prijzen en reservaties via <http://dennenheuvel.be/nl/>

## 7 VEILIGHEID EN VERPLICHT MATERIAAL

Voor uw veiligheid voorziet Trailodge een Safety Team.

Als deelnemer ben je verplicht mee te dragen:

- ✓ Isothermisch laken 160 x 210 cm
- ✓ Opgeladen GSM (noodnummer staat op borstnummer gedrukt)

**Er zullen controles uitgevoerd worden. Bij vaststelling van gebreke wordt een DNF classificatie gegeven en zal inschrijving niet terugbetaald worden.**

## 8 Trail Profielen & GPX

- 40km: <https://ridewithgps.com/routes/18063836>
- 20km: <https://ridewithgps.com/routes/17938216>
- 10km: <https://ridewithgps.com/routes/17938473>

## 9 BEVOORRADINGSPOSTEN

- 10 KM: Aan finish
- 20 KM: 10 km, aan finish
- 40 KM: 10 km, 22 km & 31 km, aan finish

Water, sportdrank, cola, chips, bananen, rozijnen.

## 10 CUTT OFF TIMES

- 10 KM (real distance: 11.1 km): 22.45 h > 4 km/h = 2 h 45 min total race time
- 20 KM (real distance: 22.1 km): 01.10 h > 4 km/h = 5 h 40 min total race time
- 40 KM (real distance: 43.1 km): 05.45 h > 4 km/h = 10 h 45 min total race time

## 11 River Crossing

Enkel voor de 40 km is er op op 12.7 km een river crossing.

Maximum diepte ter hoogte van de enkels.

## 12 ECO-VERANTWOORDELIJKHEID

Om afval tot een minimum te beperken zullen er op de bevoorradingsposten geen bekers zijn.

De deelnemer kan zelf een beker (vb. eco-cup) meenemen of gewoon uit zijn sport drank fles drinken.