

Inschrijvingen

Er is enkel online voorinschrijving t.e.m. 4 september 2016 mogelijk via www.macw.be mits betaling binnen de 3 dagen (laatste betaling voorinschrijving mogelijk op 4 september 2016) op rekening BE08 0011 8748 5013 van MACW Nieuwpoort met vermelding van: naam, voornaam, wedstrijd: 3,5 km wandelen of lopen, 7 km, 10,5 km of 21,1 km.

Er kan enkel voor de 3,5 km wandelen of lopen en voor de 7 km de dag zelf ingeschreven worden of de dag voordien tussen 14 en 17 u in of nabij de zaal Yseland, boven in de stedelijke vismijn.
Hierbij ontvangt men onmiddellijk zijn startnummer.

De inschrijvingen worden 45 min voor de start van de respectievelijke wedstrijden afgesloten

Startnummers worden NIET toegestuurd.

De vooraf ingeschreven atleten kunnen (evt. ook de dag voordien tussen 14 en 17 u) hun nummer afhalen op een afzonderlijke stand.

Elke betaling per overschrijving dient op eenvoudig verzoek met een betalingsdocument te kunnen bewezen worden.

Start en aankomst

De wedstrijden vangen aan en eindigen op de kaai naast de vismijn!

10.10 u.: Jeugdloop 1 km

10.35 u.: 3,5 km lopen

Vrije start tussen 10 u. en 12 u. - 3,5 km wandelen
(toegankelijk voor rolstoelgebruikers)

“Lopen en wandelen voor MS”

10.45 u.: Halve Marathon

10.55 u.: 7 km en 10,5 km (7 + 3,5 km)

14.00 u.: Prijsuitreiking

Jeugdreeksen

Er zijn 3 leeftijdscategorieën : Geboren 2007 – 2008 – 2009
2005 – 2006
2003 – 2004

Parcours

De wedstrijden verlopen op een gevarieerd parcours, op overwegend verharde wegen.

Inlichtingen

Sportdienst Nieuwpoort Tel. 058/23.75.40 sport@nieuwpoort.be

Hans Vanwalleghem Tel. 0475/44.93.54 hansvanwalleghem@msn.com

Reglement

Inschrijvingsformulier (of kopie) verplicht te gebruiken. Het dragen van het wedstrijdborstnummer is verplicht voor alle deelnemers.

Bevoorrading

3 bevoorradingsposten zijn voorzien.

Prijsuitreiking

Vanaf 14 u. in zaal Yseland van de vismijn.

De geld-, tombola- en naturaprijzen dienen dezelfde dag afgehaald te worden, anders blijven ze eigendom van de organisatie.

Kleedkamers en douches

Kleedkamers : zaal Yseland (vismijn) - Douches : sporthal (Stationslaan)

Prijzen

Jeugd:

- een medaille voor de eerste 3 van elke reeks
- een tombola op basis van het borstnummer

3,5 km lopen, 7 km en 10,5 km:

- een beker voor de eerste heer en de eerste dame
- een aandenken voor elke deelnemer
- een naturapakket t.w.v. € 12

3,5 km wandelen:

- een naturapakket t.w.v. € 12

21 km:

- een beker voor de winnaar in elk van de 4 onderstaande categorieën
- geldprijzen

	Sen. heren	Sen dames	Mas Heren	Mas dames
1	200,00	100,00	125,00	75,00
2	125,00	50,00	75,00	50,00
3	75,00	25,00	25,00	25,00
4	25,00	10,00	25,00	10,00
5	25,00	10,00	25,00	10,00
6 – 10	25,00	5,00	10,00	5,00
11 - 20	10,00		5,00	



- 3 op de 10 deelnemende atleten ontvangen een prachtige naturaprijs t.w.v. € 16,15. (loting op basis van borstnummer)
- Elke aangekomen atleet ontvangt een naturaprijs
- €25 cash voor de eerste Nieuwpoortse dame en heer
- Extra prijs voor de 3 oudste dames en 7 oudste heren

Voor alle deelnemers worden op het einde v/d prijsuitreiking 15 superprijzen verloot