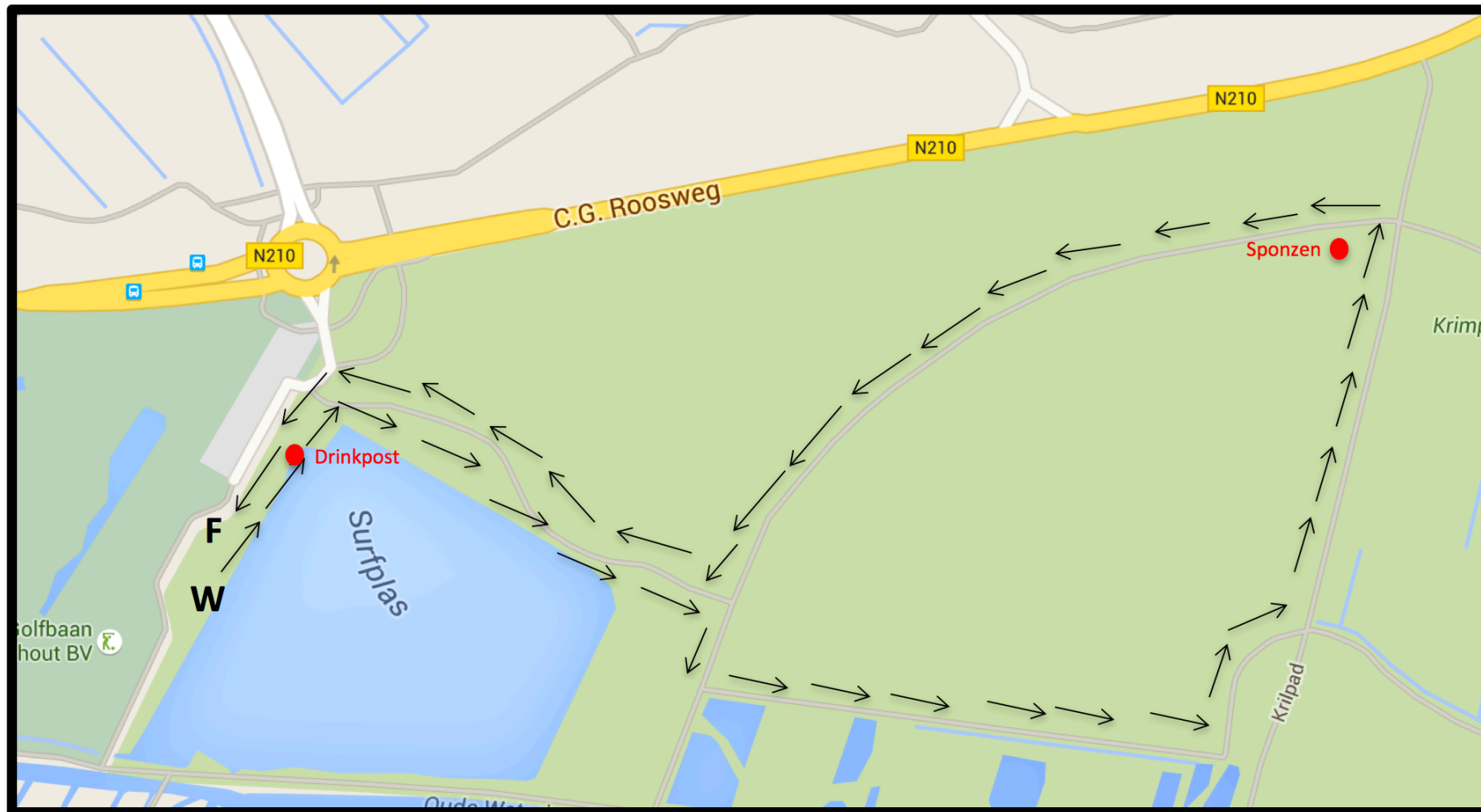


Run-Bike-Run Krimpenerwaard

Loopparcours



Voor nadere tekst en uitleg, zie hieronder/achterzijde.

BEGELEIDEND SCHRIJVEN LOOPPARCOURS

Aangezien de Triathlon is omgezet in een Run-Bike-Run zal dit jaar e.e.a. wat anders verlopen. Voor de “1/8” afstand ziet het programma er als volgt uit. Vanaf de start worden 2 ronden gelopen volgens de “ronde beschrijving” hieronder. Bij beëindiging van de 2^e ronde, gaat men de wisselzone in en wordt het fiets parcours gestart. Na het fietsparcours komt men, via de wisselzone, weer bij de start van het loop parcours waar nogmaals 1 ronde wordt gelopen volgens dezelfde “ronde beschrijving” hieronder. Voor de “1/4” afstand ziet het programma er als volgt uit. Vanaf de start worden 3 ronden gelopen volgens de “ronde beschrijving” hieronder. Bij beëindiging van de 3^e ronde, gaat men de wisselzone in en wordt het fiets parcours gestart. Na het fietsparcours komt men, via de wisselzone, weer bij de start van het loop parcours waar nogmaals 2 ronden worden gelopen volgens dezelfde “ronde beschrijving” hieronder.

Ronde beschrijving

Vanaf de start lopen deelnemers over het gras langs de Surfplas richting het voetpad. Daar rechtsaf.

Na een keer rechts, links en het pad vervolgen komen de lopers bij het Krilpad uit. Linksaf het Krilpad op en dan de eerste naar links.

Bij de volgende kruising rechtsaf, richting het keerpunt (●), waar ook de drinkpost staat.