

Clinic – wedstrijd/prestatietocht

Beste mensen,

Hierbij nodig ik jullie uit voor de wedstrijd/prestatietocht op **zondag 18 december 2016** in Amsterdam. Voorafgaand aan de wedstrijd/prestatietocht zal zoals de laatste jaren gebruikelijk een clinic/warming up verzorgd worden door mij. Iedereen kan aan beide onderdelen (de warming up en de wedstrijd/prestatietocht) deelnemen. Ook kun je afzonderlijk deelnemen aan de clinic of alleen aan de wedstrijd/prestatietocht.

Het is het eerste evenement van de **11e** winterserie in Amsterdam. Dus de **31e** winterseriewedstrijd/prestatietocht. Het zou mooi zijn als we weer eens de 20 deelnemers (m/v) haalden.

Het programma is:

vanaf 9.30 uur aankomst van de deelnemers
10.00 uur begin clinic/warming up
uiterlijk 11.30 uur einde clinic/warming up
12.00 uur start wedstrijd/prestatietocht over 5, 10, 15 en 20 km (men kan op alle afstanden inschrijven voor zowel de wedstrijd als de prestatietocht)
uiterlijk 15.00 uur einde wedstrijd/prestatietocht

Er wordt gestart en gefinished op de baan. Het adres is:
Chris Berger atletiekbaan AV 23
Radioweg 89
1089 NG Amsterdam

Tijdens de wedstrijd/prestatietocht zullen alle tijden per volledige ronde van 2,5 km worden opgenomen.
Tevens zal geprobeerd worden zo veel mogelijk tijden op te nemen op de 1, 3 en 8 km en ook op de 7 en 10 mijl.

Aanmelden kan vooraf of ter plekke. Kom wel op tijd en zorg dat je er uiterlijk bent om:
- 9.50 u. als je mee wilt doen aan de clinic/warming up.
- 11.30 u. als je mee wilt doen aan de wedstrijd/prestatietocht.

Aanmeldingen vooraf voor de wedstrijd/prestatietocht kunnen gedaan worden bij SV de LAT (Gerard van Blaricum of Remco de Bruin).

Bereikbaarheid per OV: station Amsterdam Science Park of tram 9 vanaf Amsterdam Centraal station (halte Brinkstraat).

Met vriendelijke groet,

Frank van Ravensberg

Let op:

Actuele info over de Winterserie op de nieuwe site van SV de LAT vind je [hier](#):