

Clinic / wedstrijd / prestatietocht op zondag 29 januari 2017

Beste mensen,

Hierbij nodig ik jullie uit voor de wedstrijd/prestatietocht op **zondag 29 januari 2017** 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 tweede evenement van de **11e** winterserie in Amsterdam. Dus de **32e** winterseriewedstrijd/prestatietocht in Amsterdam.

Het afgelopen weekend hadden we ideale omstandigheden om hard te gaan. Wie weet zit het zondag ook wel weer mee en kunnen enkele atleten een kwalificatietijd voor het NK 20 km in Utrecht neer gaan zetten.

Het programma van de dag 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](#)