

Beste deelnemer aan de Middelseeloop,

Komende zondag is het zover. De Middelseeloop! Er hebben zich inmiddels meer dan 220 deelnemers ingeschreven. Wij kijken er weer erg naar uit.

In deze mail lees je alvast wat extra informatie over deze dag.

Afhalen startbewijzen

Je startbewijs kun je voorafgaand aan je afstand ophalen bij [het informatiecentrum, Redbadwei 14](#). Het is handig om dan even de bevestigingsmail met je startnummer bij de hand te houden. Vanaf het informatiecentrum kun je lopend naar het start/finishgebied. Deze is bij De Felling, ter hoogte van IKC Middelsee.

Parkeren

Kom zoveel mogelijk op de fiets als dit mogelijk is. De fietsenstallingen staan bij het informatiecentrum.

Er is ruimte om de auto te parkeren tegenover het informatiecentrum. Dit staat ook met borden aangegeven. Als P2 vol is kun je parkeren bij de P+R Goutum. Die bereik je vanaf de afslag bij de Mc Donalds.

Starttijden en routes

Afstand	Starttijd
Kidsrun 1 km	12.30 uur (om 12.15 is er eerst een warming-up met de kinderen)
2,5 km	13.00 uur
5,5 km	14.40 uur
10 km	14.30 uur
Wandelen	11.45 uur

De routes lees je terug op www.middelsee.nl/middelseeloop.

Kinderactiviteiten

Vanaf 12.00 uur starten er verschillende kinderactiviteiten. Er is een klimrots en je kunt je laten schminken. Daarnaast kun je ook je leren pijl-en-boogschieten.

Medische verzorging/EHBO

De organisatie van de Middelseeloop heeft een medisch team en EHBO voor de opvang en behandeling van noodgevallen klaarstaan. Deze staan bij het start/finishgebied. Er is ook (mobiele) EHBO aanwezig op de route.

Route door wijken in aanbouw

De route van de Middelseeloop gaat over wegen en paden door Middelsee en De Zuidlanden, waar ook nog volop gebouwd wordt. Voor de loop hebben we er uiteraard voor gezorgd dat de wegen zo goed mogelijk schoon en bereikbaar zijn, maar houd er rekening mee dat op sommige plekken de weg iets minder recht kan zijn of dat er kleine obstakels kunnen zijn. Ga niet van de route af.

Uitloopgebied

Het uitloopgebied bevindt zich direct na de finish. Het uitloopgebied is alleen toegankelijk voor deelnemers (en vrijwilligers). In dit gebied kun je drinken en fruit krijgen. Je ontvangt hiervoor een consumptiebon. Je krijgt ook een bonnetje voor een ijsje. Supporters kunnen je buiten het uitloopgebied begroeten en feliciteren met je prestatie.

Prijsuitreiking

De prijsuitreiking van de winnaars (mannen en vrouwen) van de 2,5 km, 5 km en 10 km, vindt plaats op het 1-2-3 podium vlakbij de finish. De prijsuitreiking vindt snel plaats nadat de winnaars gefinisht zijn.

Bij de Kidsrun vindt geen prijsuitreiking plaats. Alle kinderen ontvangen een medaille bij de finish.

Kleedruimtes en sanitair

In het informatiecentrum is de mogelijkheid om naar de wc te gaan. Dit kan ook bij het start/finishgebied. Bij het start/finishgebied staat een tent. Hier kun je je omkleden. Deze ruimte is niet heel groot. Dus kom zoveel mogelijk al in je sportkleding. Je kunt hier niet douchen.

Persoonlijke spullen

De organisatie is niet verantwoordelijk en aansprakelijk voor verlies, beschadiging en/of diefstal van persoonlijke eigendommen. Zorg ervoor dat je daarom geen onnodige kostbaarheden of geld bij je draagt. Heb je die wel bij je. In het informatiecentrum is het mogelijk om (op eigen risico) persoonlijke spullen in te leveren. Deze kun je na je afstand bij het uitloopgebied weer ophalen.

Tot slot

Heb je nog vragen over deze mail of over zondag? Stel deze dan gerust via events@middelsee.nl. Op de dag zelf kun je ons bereiken via: 0626032904.

Tot zondag!

Met vriendelijke groet,

Organisatie Middelseeloop