

Uitgebreide bevestiging deelname Middelseeloop

Komende zondag 12 april is het zover: de derde editie van de Middelseeloop. Inmiddels hebben zich al meer dan 300 deelnemers ingeschreven. Ontzettend leuk dat jij erbij bent! Wij kijken er enorm naar uit. In deze mail lees je alle belangrijke informatie voor de dag zelf.

Afhalen startbewijzen

Je startbewijs kun je vanaf **11.15 uur** ophalen bij het nieuwe informatiecentrum Middelsee/De Zuidlanden ([Swurdkade 3](#)). Houd hierbij de bevestigingsmail met je startnummer bij de hand; de startbewijzen liggen op volgorde van startnummer klaar.

Vanaf het infocentrum loop je eenvoudig naar het start-/finishgebied [bij Felling](#), ter hoogte van IKC Middelsee. Wandelaars halen hier ook hun routekaart op.

Parkeren

Parkeren kan bij **Trefplak (P2)** aan Felling. Dit staat met borden aangegeven. Is Trefplak vol? Dan kun je parkeren bij **P+R Goutum**, bereikbaar via de afslag bij de McDonald's. Kom bij voorkeur op de fiets. Er worden extra fietsenstallingen geplaatst.

Belangrijke tijden en routes

Onderdeel	Tijd
Ophalen startnummers	Vanaf 11.15 uur
Warming-up kidsrun	12.45 uur*
Warming-up 2,5 km	13.15 uur*
Start 1 km kidsrun	13.00 uur
Start 2,5 km	13.30 uur
Start 10 km	14.00 uur
Start 5 km	14.15 uur
Start wandelen 12,5 km	11.45 uur

* De warming-up vindt plaats bij het hardloopondje op het plein van IKC Middelsee.

De routes vind je op www.middelsee.nl/middelseeloop.

Medische verzorging / EHBO

Er is een medisch team en EHBO aanwezig bij het start-/finishterrein. Daarnaast is er mobiele EHBO op de route.

Foto's & Uitslagen

De foto's van alle afstanden worden gepubliceerd op onze Facebookpagina. De organisatie van de Middelseeloop (onderdeel van gemeente Leeuwarden) behoudt het recht om gemaakte foto's te gebruiken voor toekomstige promotiedoeleinden.

De uitslagen van de 2,5 km, 5 km en 10 km vind je op www.uitslagen.nl. Op de homepage zie je direct de uitslagen van die dag, waaronder de Middelseeloop.

Route door wijken in aanbouw

De route loopt deels door gebieden waar nog gebouwd wordt. We hebben ervoor gezorgd dat de wegen zo schoon en toegankelijk mogelijk zijn, maar houd rekening met oneffenheden of kleine obstakels. Blijf altijd op de aangegeven route.

Door bouwwerkzaamheden zijn enkele kleine routeaanpassingen doorgevoerd.

Uitloopgebied

Direct na de finish kom je in het uitloopgebied, uitsluitend toegankelijk voor deelnemers.

Hier ontvang je drinken en fruit. Supporters kunnen je buiten dit gebied opvangen.

Bij het verlaten van het uitloopgebied ontvang je een consumptiebon, in te leveren voor een ijsje.

Prijsuitreiking

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

Voor de 1 km kidsrun is er geen prijsuitreiking; alle kinderen ontvangen een medaille bij de finish.

Kleedruimtes en sanitair

Bij het infocentrum kun je gebruikmaken van de toiletten. Er zijn geen douches en geen speciale kleedruimtes aanwezig.

Persoonlijke spullen

De organisatie is niet verantwoordelijk voor verlies, beschadiging of diefstal van persoonlijke eigendommen. Neem daarom geen onnodige kostbaarheden mee.

Moet je toch iets afgeven? Bij het infocentrum kun je (op eigen risico) persoonlijke spullen inleveren. Na je afstand kun je deze ophalen bij het uitloopgebied.

Nog meedoen?

Ken je iemand die alsnog wil deelnemen? Inschrijven kan tot een kwartier voor de start van de betreffende afstand. [Inschrijfformulier Middelseeloop 12 april 2026](#)

Tot slot

Heb je vragen over deze mail of over zondag? Mail ons via events@middelsee.nl. Op de dag zelf zijn we telefonisch het beste bereikbaar via **06-15336302** of **06-26032904**.

Tot zondag 12 april!

Hartelijke groet, **Namens de organisatie van de Middelseeloop (in samenwerking met Lionitas)**