

## Veluweloop Corona editie

- Er wordt niet in estafettevorm gelopen, maar er worden vanaf Vredenoord twee rondes uitgezet, een korte van 5 kilometer en een lange van 8,5 kilometer. Drie teamleden lopen de lange en de andere drie lopen de korte. De tijden van het hele team worden opgeteld voor het klassement.
- Er zal worden gewerkt in shifts van twee uur. Deze shifts zijn als volgt ingedeeld: 9:00-11:00, 11:15-13:15, 13:30-15:30, 15:45-17:45. Het terrein mag pas worden betreden als jouw shift begint!
- Op het terrein zijn een aantal voorzieningen waaronder sanitair, bij deze voorzieningen zullen op de grond strepen worden aangegeven zodat de afstand duidelijk is. Ook zullen er looproutes worden aangegeven. Hierbij zullen ook desinfectie punten worden ingericht.

## Veiligheid- en hygiëneregels voor iedereen:

- Voor alles geldt: gezond verstand gebruiken staat voorop.
- Heb je klachten? Blijf thuis en laat je testen. Als je positief getest bent en/of een huisgenoot of een nauw contact bent van een bewezen COVID-19-patiënt blijf dan ook thuis.
- Ga direct naar huis wanneer er tijdens de sportactiviteit klachten ontstaan zoals: neusverkoudheid, loopneus, niezen, keelpijn, (licht) hoesten, benauwdheid, verhoging, koorts en/of plotseling verlies van reuk of smaak: dit geldt voor iedereen.
- Houd 1,5 m afstand met personen van 13 jaar of ouder (ook zoveel mogelijk tijdens de wedstrijd).
- Vermijd drukte.
- Was vaak je handen met water en zeep, juist ook voor en na bezoek sportlocatie.
- Schud geen handen.
- Volg altijd de aanwijzingen zoals looproutes en instructies van de organisatie, bijvoorbeeld de trainers en bestuursleden.
- Vanuit de organisatiecommissie zijn er op iedere locatie toezichthouders die erop toezien dat de maatregelen worden nageleefd.
- Desinfecteer je handen op de punten die daarvoor worden ingericht.
- Er is gedurende de hele dag EHBO aanwezig.
- De startnummers kunnen alleen worden opgehaald door de ploegleider, die hiervoor de looproutes op Vredenoord dient te volgen. Kom in sportkleding naar het evenement, er zal geen kleedruimte beschikbaar zijn.

## Wedstrijd

### **Startprocedure**

De startprocedure van deze speciale editie van de Veluweloop ziet er anders uit dan u gewend bent. Per team starten alle deelnemers tegelijk, waarbij de lopers van de korte en lange route in het begin dezelfde route volgen, deze splitst na +/- 3 kilometer op. Tussen de

starttijden van de verschillende teams zit 30 seconden. Dit is om drukte op het parcours te vermijden. We streven ernaar om snelle teams vooraan te laten starten zodat er zo min mogelijk ingehaald hoeft te worden. Teams worden voor de start in volgorde opgesteld in het startvak, waar stippen worden gezet op 1,5 meter van elkaar.

### **Inhalen**

- Loop zoveel mogelijk aan de rechterkant van het parcours. Inhalen kan dan aan de linkerkant van de weg of het pad gebeuren.

### **Toeschouwers**

- Houd tijdens het aanmoedigen van teamgenoten 1,5 meter afstand en juich en schreeuw NIET.

### **Vervoer**

- Voor vervoer voor, tijdens en na de wedstrijd gelden ook de richtlijnen van het RIVM.
- Kom zoveel mogelijk op de fiets of met de auto.
- Draag een mondkapje als je met teamgenoten in de auto zit die niet tot hetzelfde huishouden behoren.
- Vermijd het openbaar vervoer waar mogelijk.

### **Ophalen startnummers**

- Alle inschrijvingen gebeuren online. Er is geen na-inschrijving mogelijk. De ploegleider haalt de startnummers op bij het wedstrijdsecretariaat en verdeelt deze onder het team.