

Oss, juni 2024

Beste sporter,

Leuk dat je (weer) meedoet bij de 14^e editie van de Maasdijk:

Komende zaterdag, 15 juni is het zover, De Maasdijk 2024!

In deze mail vind je nog een aantal belangrijke aandachtspunten voor je deelname zodat je straks optimaal voorbereid aan de start kunt staan.

Lees zeker ook nog een keer het [hardloop ABC](#) op de website door.

De hardloop wedstrijden zijn onderdeel van De Maasdijk: op 15 en 16 juni zijn er in totaal ongeveer 3.000 triatleten, hardlopers, skaters, me-movers, steppers en wandelaars op pad. Zo'n 500 vrijwilligers zijn in touw om alles in goede banen te leiden!

Voor terugkerende sporters...

De route gaat weer over de brug van de Hertogswetering die vorig jaar in onderhoud was. Uiteraard zijn de startpunten hierop aangepast.

Vanwege de omvang van het startveld op de 10 kilometer en de halve marathon werken we met 'adviestijden' zodat je een geschikte plek in het startvak kunt vinden. Deze zijn met borden aangegeven. Uiteraard wordt je netto-tijd geregistreerd om de uitslag te bepalen. De prijzen voor de nummers 1, 2, en 3 worden wel toegekend op volgorde van binnenkomst, dus 'bruto'.

Spelregels

De wedstrijden vinden plaats met toepassing van de reglementen van de Atletiekunie.

Officials van de Atletiekunie zijn aanwezig en zien toe op naleving van deze reglementen.

In aanvulling daarop – zorg dat je afval in één van de vele containers naast het parcours dropt.

We werken met herbruikbare bekertjes, gooi deze zoveel mogelijk in de berm zodat andere sporters er niet over struikelen, maar niet zo ver weg dat we ze niet terugvinden.

Tijdschema

Onderdeel	Vertrek bus bij Organon*	Locatie	Starttijd	Prijsuitreiking (ovb)
Marathon	16:45	Keent	18:00	22:00
Halve marathon	18:00	Megen	19:10	21:15
10 van Nellen	19:00	Oijen	20:00	21:30
Van Mun Night Run	19:45	Teeffelen	20:50	21:30

*Als je bij inschrijving busvervoer hebt besteld. Zie de e-mailbevestiging.

Ophalen startnummer

Je kunt je startvelop ophalen op donderdag 15 of vrijdag 16 juni tussen 10.00 en 17.30 uur bij HT Sports – Kruisstraat 5C in Oss, op donderdagavond tot 20.00 uur. LET OP: HT Running biedt je een vrijblijvende 'APK keuring' aan voor je schoenen dus neem je hardloopschoenen mee. Niet opgehaalde enveloppen kun je ophalen bij de startlocatie van jouw afstand.

Busvervoer naar de start en Logistiek/Parkeren atleten

Alles over busvervoer en de tips voor eigen vervoer, parkeren e.d. vind je [hier](#).

Aanmelden en wedstrijdlocatie

Bij alle locaties zijn toiletten. Omkleedmogelijkheden zijn beperkt.

Keent marathon: Aanmelding Informatiecentrum Keent Zuijdenhoutstraat 2. Let op, parkeren langs de weg op het eiland is niet toegestaan, zodat de route voor de lopers vrij blijft. Volg de borden en aanwijzingen. Kiss & ride kan tot een half uur voor de start.

Megen halve marathon: Aanmelding bij Acropolis, Broeder Everardusplein in Megen. **Kom NIET met de auto.** Parkeerruimte is marginaal. Laat je afzetten, kom met de fiets of gebruik de bus. De pont Maasbommel – Megen vaart alleen voor fietsers en lopers.

Oijen 10 van Nellen: 't Hart van Oijen, Kloosterstraat 1. Navigeer via de Bernhardweg. De pont Oijen – Alphen vaart niet.

Teeffelen Van Mun 5k Run: Aanmelding bij de Rotsestraat 9 in Teeffelen. Navigeer via de Kennedybaan. Parkeerruimte is beperkt. Parkeer in de berm van de Weteringstraat aan de rechterzijde.

Startenvelop

Je startenvelop bevat onder meer

- startnummer inclusief een chip. Draag je startnummer met chip ongevouwen op je buik, zonder jack o.i.d. eroverheen. Je startnummer kun je na de wedstrijd houden. Zorg zelf voor veiligheidsspeldjes als je nog niet beschikt over onze startnummERMAGNEETJES.
- eventueel besteld sokken, startnummERMAGNEETJES. Een bestelde medaille krijg je natuurlijk pas bij de finish.

Vraag bij de aanmelding in Keent bij de marathon om een hesje voor je fietsbegeleider als je die hebt aangemeld. Lever het hesje na de finish in bij de organisatie!

Kleding naar de finish

Je kan ervoor kiezen spullen die je na de finish nodig hebt te laten vervoeren door de organisatie. Denk daarbij aan je trainingspak, maar zeker ook aan een digitaal betaalmiddel om na de finish nog een drankje te kunnen nuttigen. NB: de organisatie is niet aansprakelijk voor vermissing of beschadiging van jouw eigendommen. Lever een **handzame (sport)tas** met het label met je nummer in bij de aanmeldbalie.

Parcours

De routes zijn te bekijken via: <https://demaasdijk-events.nl/routes-maasdijk/>

Estafette marathon

Elk team krijgt één startnummer. **Zorg dus zelf voor een startnummerband.** Je wisselt door het startnummer door te geven. Meer informatie en de locatie van alle wisselpunten vind je [hier](#).

Routemarkeringen

Er staan grote borden langs het parcours, let op de pijlen. Het parcours is in beginsel verkeersvrij, houd echter altijd rekening met onoplettende weggebruikers en blijf alert!

De marathon is per kilometer gemarkeerd met een bordje, deze tellen af tot de finish.

Onderweg

De afstanden van de marathon tot de 5 kilometer volgen hetzelfde parcours. De starttijden zijn op elkaar afgestemd. Als je ingehaald wordt door de auto met klok, of door een jurymotor, dan ga je ingehaald worden door de eerste lopers van een volgende startserie. Graag voldoende ruimte maken hiervoor.

Drank en verzorging

Ruwweg elke vijf kilometer is er een drankpost waar je een bekertje water of sportdrank kunt pakken. Steeds eerst water, dan sportdrank. Ook na de finish is er voldoende verzorging.

De sportdrank die tijdens het looponderdeel wordt aangeboden is van Pure.

De Pure2Improve voedingsproducten en supplementen zijn speciaal ontworpen om atletische prestaties te ondersteunen en het herstel te bevorderen. De Pure2Improve Isotonic bevat een optimale verhouding van koolhydraten, elektrolyten en water, waardoor ze snel door het lichaam kunnen worden opgenomen en het energieniveau kunnen aanvullen tijdens intensieve trainingen of wedstrijden. Isotonische sportdranken helpen ook bij het behouden van de vochtbalans en het voorkomen van uitdroging, waardoor ze essentieel zijn voor bijvoorbeeld een triathlon!

Finish De Finish is in het centrum van Oss, op De Heuvel.

Ophalen tas

Je tas kun je op vertoon van je startnummer ophalen aan het finishplein bij De Galerij. Er is een eenvoudige kleedruimte, geen douche.

Tip: het is gezellig na de finish, zorg dat je een pasje, telefoon of een paar euro op zak hebt zodat je een drankje kunt bestellen.

Prijsuitreiking

Deze is in het centrum, nabij de finishboog. Zie in het tijdschema voor de indicatieve tijden.

Er zijn prijzen voor de nummers 1,2,3 en per categorie, te weten:

Van Mun 5K Run, 10 van Nellen, Halve Marathon, Marathon: 1, 2, 3 mannen. 1, 2, 3 vrouwen.

Estafette marathon: 1, 2, 3 gemengd.

Scholenestafette: 1, 2, 3 gemengd.

Voor de Bedrijvenloop stelt Top Oss 10 kaartjes voor de Business Lounge bij een thuiswedstrijd in het komende seizoen beschikbaar voor het winnende team. De teams twee en drie ontvangen ieder 10 kaartjes voor de B-tribune.

Bij de Rabo Family Color Run zijn geen prijzen.

Publiek

Publiek is overal, langs het parcours en bij de finish welkom, Volg te allen tijde de aanwijzingen van de vrijwilliger/verkeersregelaar op.

Uitslagen

De uitslagen zijn via de link op onze website live te volgen: <https://demaasdijk-events.nl/de-maasdijk/informatie/uitslagen-en-deelnemerslijsten/> De officiële uitslagen verschijnen daar ook zo snel mogelijk na de wedstrijd.

Veel plezier aanstaande zaterdag!

Met sportieve groet,

Stichting Sportevenementen Oss

Team Hardlopen

lopen@demaasdijk-events.nl