



14e Tieleman Keukens Run

Op zaterdag 16 september 2017 organiseert AV Flakkee de

14e Tieleman Keukens Run

Een 10 km wegwedstrijd en 5 km prestatie-loop door de polders van Middelharnis-Sommelsdijk

Programma:	10.30 uur	Start inschrijving, tot een half uur voor de start	
	11.45 uur	Jeugd t/m 8 jaar	400 meter
	11.50 uur	jeugd 9 t/m 11 jaar één ronde	ca 1.000 meter
	11.50 uur	Jeugd 12 t/m 16 jaar twee rondes	ca 2.000 meter
	13:00 uur	Prestatie-loop	5.200 meter
	13:00 uur	KNAU-wedstrijd en prestatie-loop	10.000 meter
	15.00 uur	prijsuitreiking	

Prijzen: Voor de 10 km wedstrijd worden er voor de snelste deelnemers per categorie geldprijzen ter beschikking gesteld. Voor de heren en dames 1, 2 en 3 op de 5 km is er een attentie. Je moet aanwezig zijn om je prijs in ontvangst te nemen, er wordt niets nagestuurd. Voor iedereen is er een attentie.

Kleedgelegenheden en douches: Recreatiecentrum De Staver.

Voorinschrijving: Via internet: www.avflakkee.nl, mogelijk tot 10 september, 00:00 uur. Korting op het inschrijfgeld €2,00. Voor de jeugdlopen geldt de korting niet

Parkoersrecord: Heren - Mabroek El Zaid: 28.56
Dames - Yvonne van Vlerken: 35.37

Na-inschrijving: Op de dag zelf tot een half uur voor de start in **Recreatiecentrum De Staver**

Wedstrijd- en prestatie-loop 10 km	€ 8,00
Prestatie-loop 5 km	€ 6,00
Jeugdlopen	€ 2,50

Adres: Recreatiecentrum De Staver, Olympiaweg 32, 3245 DL Sommelsdijk
tel. 0187-483306 of www.destaver.nl

Inlichtingen: Wendy Tieleman 0187-481412
email: mail@avflakkee.nl; internet: www.avflakkee.nl facebook: avflakkee

UnitoSports
wear

