



# 15e Tieleman Keukens Run

Op zaterdag 15 september 2018 organiseert AV Flakkee de

## 15e Tieleman Keukens Run

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

|                   |           |  |              |
|-------------------|-----------|--|--------------|
| <b>Programma:</b> | 11.30 uur | Start inschrijving, tot een half uur voor de start |              |
|                   | 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. Op de 5km alleen voor de eerste drie dames en heren. Je moet aanwezig zijn om je prijs in ontvangst te nemen, er wordt niets nagestuurd. Voor iedereen is er aan de finish sportdrink.

**Kleedgelegenheden en douches:** Recreatiecentrum De Staver.

**Voorinschrijving:** Via internet: [www.avflakkee.nl](http://www.avflakkee.nl), mogelijk t/m 11 september. Korting op het inschrijfgeld €2,00.

|                         |  |        |
|-------------------------|--|--------|
| <b>Na-inschrijving:</b> | Op de dag zelf tot een half uur voor de start in <b>Recreatiecentrum De Staver</b> |        |
|                         | Wedstrijd- en prestatie-loop 10 km   | € 8,00 |
|                         | Prestatie-loop 5 km  | € 6,00 |

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

**Adres:** Recreatiecentrum De Staver, Olympiaweg 32, 3245 DL Sommelsdijk  
tel. 0187-483306 of [www.destaver.nl](http://www.destaver.nl)

**Inlichtingen:** Eric Wolfert, 06-57627806  
email: [mail@avflakkee.nl](mailto:mail@avflakkee.nl); internet: [www.avflakkee.nl](http://www.avflakkee.nl) facebook: avflakkee

Door in te schrijven gaat u akkoord met het opslaan van gegevens en gebruik van foto's

**UnitoSports**  
**wear**

