

VK Sprint – Houthalen-Helchteren – 21/04

Dubbelsprint

Supporteren

Jeugd- en elite-atleten lopen een selectiewedstrijd. Andere atleten lopen een VK. We proberen de beleving wat te stimuleren. met een radiopost, **speaker en kijkpost**. Supporters op post vanaf 9:45 tot 12:30.

Prijsuitreiking om 12:30.

VK

VK met starttijden vanaf 9:45.

CC-start: 50m.

Opwarmingszone (en quarantaine voor selectielopers) op de piste van AVT Houthalen-Helchteren. Het CC bevindt zich naast de piste.

1	H Sen	4400 m*
2	H Mas A, H Jun	3750 m*
3	D sen , H Mas B	3600 m*
4	D jun, D Mas A, H Bel	2830 m*
5	D Bel, D Mas B, H Mas c	2430 m*
6	D Mas C, D Mas D, H Mas D, H Mas E, H Mas F	2290 m*
7	D / H Pup	1220 m*
8	SE	2730 m (daginschrijving) *

* kortste route volgens OCAD-analyse / afstanden onder voorbehoud van wijzigingen

Dubbelsprint

Voor of na het VK kan er een tweede sprint gelopen worden op een andere kaart.

Starten kan vanaf 10:00. Atleten die de selectiewedstrijd lopen kunnen enkel starten na hun VK/selectiewedstrijd.

CC-start: 700m

Finish -CC: 1000m

Deelname is gratis.

Omlopen:

1	4,5km
2	3,5km
3	2,4km

* kortste route volgens OCAD-analyse / afstanden onder voorbehoud van wijzigingen

Gelieve bij inschrijving te vermelden welke afstand u wil lopen via de opmerking in O-Punch.

Selectiewedstrijd.

Atleten die de selectiewedstrijd lopen worden ten laatste om 9:40 in de quarantainezone verwacht. Deze quarantaine bevindt zich op de piste van AVT, naast het CC. De route (GPS) naar het CC vind je onderaan deze briefing.

Embargoed area

Vermijd verboden zones voor de wedstrijd. Als iedereen dezelfde route volgt naar de start , dan blijft het fair. Navigeer daarom als volgt naar de wedstrijd:

1. Gebruik volgende coördinaten in je GPS:
[Grote baan 163, Houthalen-Helchteren - 51.038407, 5.378159](#)
2. Volg vanaf daar de pijlen naar de parking.
3. Volg vanaf de parking de gemarkeerde route naar het CC. Wijk niet af.