

Midzomernachtrun za 22 juni praktisch bekeken...

vzw gentloopt.be, Stad Gent, de amateursportfederatie FROS, en alle vrijwilligers en partners danken je van harte voor je deelname aan de derde editie van de Gentse Midzomernachtrun! De volgende afspraken helpen ons er een groots loopfeest van te maken...

1. Inschrijven, startnummers, T-shirts



Daginschrijvingen en laatste winkelverkoop

Indien nog startnummers beschikbaar, is er dagverkoop op zaterdag 22 juni in de Topsportthel Vlaanderen, Zuiderlaan 14, Gent van 10u tot 14u en van 19u tot 21u. Dit tot uitputting startnummers. Mochten we uitverkocht zijn, dan lees je dat meteen op onze website www.gentloopt.be, op <http://facebook.com/gentloopt.be> en Twitter #midzomernachtrun.

Tot en met 21 juni 12u bij Runners Service Lab Gent-Sint-Amandsberg.



Tot en met 20 juni kan je ook terecht bij Runners Service Lab Zwijndrecht & Duffel.

Afhalen startnummers (individuele on-line inschrijvingen)

Wie bij de on-line inschrijving een Primo-winkel als afhaalpunt aanduidde, dient daar het startnummer af te halen. Niet-afgehaalde nummers verhuizen op 20 of 21 juni naar de Topsportthel in Gent voor afhaling op zaterdag 22 juni.



Wie geen Primo-winkel aanduidde en intussen haar of zijn startnummer nog niet heeft, kan dit afhalen op donderdag 20 of vrijdag 21 juni tussen 18u en 20u in De Topsportthel Vlaanderen, Zuiderlaan 14, Gent.

Op de wedstrijdag 22 juni kan dit ook nog tussen 10u en 14u of tussen 19u en 21u (te midden, drukste periode).

Breng een afdruk mee van de bijlage van de mail waarin je startnummer werd bevestigd. Dan gaat het afhalen zoveel vlotter.

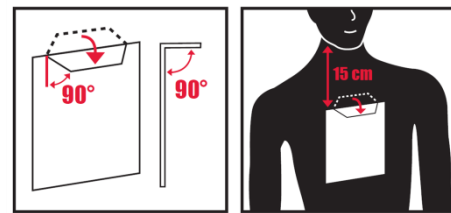
Afhalen startnummers (bedrijfs- of groepsinschrijvingen)

De groepsverantwoordelijke haalt de startnummers af voor de hele groep, tenzij expliciet anders overeengekomen.

Tijdregistratie

De chip die de tijd registreert, kleeft aan het startnummer. Maak een flapje van 90° zodat het ontvangstbereik beter wordt (zie afbeelding).

Niet losmaken, niet inspecteren, niet plooien: je riskeert nl. de chip te beschadigen. Chips dienen niet teruggegeven te worden na afloop van de wedstrijd.



- Startnummer op de borst
- Flap onder 90° vouwen

Indien anders bevestigd of gevouwen loopt u het risico van geen tijdwaarneming!

Maak het startnummer vast aan je loopkledij, met veiligheidsspelden of met een elastisch startnummerriempje. Voor correcte plaatsing: zie afbeelding.

Sporttassen vestiaire

Aan het startnummer hangt een bagagelabel (stijl luchthavenlabels). Voorzichtig losmaken en aan je sporttas hangen voor je die ter bewaring afgeeft.

De vestiaire opent om 20u en er blijft toezicht tot 0u30u 's nachts. Denk er dus zeker aan de tas tijdig af te halen. Om 0u30 wordt de vestiaire ruimte nl. opgeruimd en stopt de bewakingsploeg.

Hoewel we het toezicht op de tassenopslag ernstig nemen, kan de organisatie niet verantwoordelijk worden gesteld bij beschadiging of diefstal van tas of inhoud.

Iedereen een gratis T-shirt!

Lampiris, onze hoofdpartner, schenkt aan alle lopers een gratis kwaliteitsvol loopshirt. We moedigen ten stelligste elke deelnemer aan om deze geste te belonen door het shirt te dragen tijdens de wedstrijd. Dat motiveert onze sponsor om deze geste ook volgende jaren te herhalen.

Omkleden kan in de kleedkamers, sporttassen worden onder toezicht bewaard in de gratis vestiaire. Er zijn douches beschikbaar. Echter niet voor 5.000 mensen...



Afhalen T-shirts

De shirts kunnen alleen afgehaald worden op vertoon van het startnummer aan de afhaalbalie aan de buitenzijde van de Topsporthal. Dus eerst je startnummer afhalen en dan naar de T-shirt stand! Heb je al je startnummer in je bezit, kom dan rechtstreeks naar de T-shirt stand.

Bij inschrijving kon je je T-shirt maat ingeven. Ongeveer 50% van de inschrijvers hebben dit gedaan. Dit liet ons toe een goede schatting te maken van de aantallen per maat. Een schatting is nooit 100% correct, haal dus tijdig je shirt af als je zeker wil zijn van de juiste maat.

Licht

Tijdens een van de kortste weekendnachten van het jaar, zal het toch ook donker worden.

Denk eraan je van voldoende lichtgevende en/of reflecterende elementen te voorzien.

Je vindt in de Topsportthal ook een tent van WOWOW waar Runners Service Lab diverse accessoires aanbiedt.

We selecteren de 5 best/origineelst verlichte lopers en zij krijgen een paar topcadeaus!



2. Terrein en parcours

Parking

Er zijn meer dan 1.000 parkeerplaatsen in de onmiddellijke omgeving van de Topsportthal (Zuiderlaan, Blaarmeersen, Watersportlaan). Toch zal dit niet volstaan wanneer iedereen individueel met de wagen komt.

Daarom raden we je ten stelligste aan:

- te carpoolen;
- een tweewieler te gebruiken;
- je te laten brengen door je supporters ("kiss & ride & run");
- je supporters de wedstrijd te laten volgen in het centrum van de stad (ze parkeren dan in de grote centrumparkings Zuid, Kouter, Sint-Pietersplein, Reep, e.a. - zie verkeersgeleidingsborden); maar laat ze zeker goed op tijd naar Gent afzakken, want eenmaal de wedstrijd gestart, rijdt het verkeer rond het centrum zich redelijk vast;
- startnummers vooraf af te halen (donderdag, vrijdag of zaterdagvoormiddag);
- vooral ook vroeg te komen.

Denk eraan: na afloop (na middernacht) is er weinig openbaar vervoer beschikbaar. Zie website van De Lijn en NMBS.

De politie heeft extra controles aangekondigd tegen foutparkeren.

Startschot

Zowel de 10 km lopers als de 15 km lopers starten samen aan de Zuiderlaan om 22u. Resul Tapmaz (Gentse schepen van sport) en Hajer Godefroot (kandidate Miss Oost-Vl. als kandidate Miss België) geven het startschot.

Parcours

Het parcours vind je op de website van gentloopt.be. Bespreek vooraf waar je supporters best kunnen postvatten. Gent kent vele mooie plekjes.

Het parcours van de 10 km- en 15 km-loop splitst opnieuw reeds vroeg in de wedstrijd, na zo'n 5 km! Het is goed aangeduid en wordt aangekondigd, maar aandacht is zeker geboden...



Reliëf

Gent telt een aantal hellingen die lopers uitdagen... Dit jaar beperken we ons tot de Sint-Michiëlshelling, dat valt op zich wel mee.

Maar vooral: wees héél voorzichtig! Dit is een echt historisch stadsparcours, zeker geen snel parcours, we hebben maximaal veiligheidsmaatregelen genomen, maar je kan niet elke losliggende

kassei aanduiden en elke trottoirrand afplakken. Wees dus ajb héél voorzichtig.

Mocht er toch iets mis gaan, weet dan dat we bij Arena een uitstekende verzekering hebben lopen die de meeste sportongevallen dekt.



Het staat je uiteraard vrij zelf een verzekering af te sluiten of een beroep te doen op je eigen verzekering in geval van nood.

Aankomst

In de editie van 2012 ontstond een opstopping bij de aankomst. Dit jaar hebben we de aankomst- en uitloopzone enorm uitgebreid en hebben we alle vertragende activiteiten bij de aankomst tot een absoluut minimum beperkt.

Help ajb ook zelf de lopers die na je toekomen door de aankomstzone ook meteen terug vrij te maken. Eenmaal drankje ontvangen en medaille om de nek, meteen het middenplein verlaten. Er is erg veel ruimte op de promenade van de eerste verdieping, in de open ruimtes, aan de bar, aan de commerciële zone, enz.

Dit jaar geven we, met de hulp van allen, de opstoppen geen kans!

Bevoorrading en catering



De 10 km-loop ontmoet 2 bevoorradingsposten, de 15 km-loop één extra.

Er is voldoende water voorzien (dankzij Delhaize en TMVW, i.s.m. Steps Magazine) en ook rozijnen, fruit, zout, e.d.

Op sommige posten kan je kiezen tussen water of etixx.



Bij aankomst kan je je dorst lessen met Aquarius en Cécémel.

En natuurlijk kan je terecht bij onze Gulden Draak- en Augustijn-bar.



Delhaize deelt bij de aankomst Fair Trade bananen uit, meteen een gezonde opsteker.

Animatie

Midzomernacht staat voor een unieke sfeer, licht, muziek en vuur!



Voor

- Radio Nostalgie verwent de loper met onvervalste running songs, nog voor het evenement helemaal van start gaat! (Topsporthal)

Tijdens

- Djembé spelers van Make Music geven het ritme aan, je hoort de opzwepende klanken vanaf de start tot 2 kilometer ver (Noorderlaan).
- Daar is de studentenfanfare Ghendt, extra gemotiveerd nu de examens achter de rug zijn!
- Fanfare De Vette Pistons geven er een extra lap op.
- Op de Leie varen kajaks met fakkels!
- Muziek die uit de muren komt van de Sint-Baafsabdij?
- DJ Jellyfish: een licht- en geluidshow met respect voor de bewoners (via speciaal gerichte boxen)
- Verrassend MoLoToV entertainment met Mister MoLoToV himself, Alain Govaert!
- Net voor het einde verwelkomt vuurkunstenaar Scorpio de lopers terug aan de Topsportal.
- Een finale djembé-touch begeleidt elke loper naar de aankomst in de Topsportal.

Na

- Met DJ Verstraeten swingend de nacht in, 't is eens een andere vorm van stretching!
- Geniet na met Gulden Draak en Augustijn.

Prijzen

Prijsuitreiking

Telkens één kwartier na de aankomst van de derde persoon uit een reeks, vindt de prijsuitreiking plaats. Er zijn prijzen voor de 1e, 2e en 3e vrouw / man voor telkens de 10 km en 15 km. We mogen dus 12 prijswinnaars bekronen!

Overtoom, Ecover, Ginger Love, Webba, Lotus Bakeries, Augustijn, Gulden Draak, Cécémel, BMW Verstraeten en gentloopt.be hebben een mooi prijzenpakket samengesteld.

 overtoom.be

 ECOVER

 WEBBA
Kant - Diner - Menu - www.webba.be

 Cécémel

 GENTLOOPT.BE

 GINGER LOVE

 Lotus
BAKERIES
SINCE 1933

 BMW
Verstraeten
Uw BMW concessie voor Gent

 Augustijn
sinds 1293

 Gulden Draak

Iedereen wint

Een onvergetelijke avond, dat moet de grootste overwinning worden! Maar daarnaast ontvangt elke deelnemer een herinneringsmedaille, Lampiris T-shirt en een onvergetelijke avond!

De goodybag werd omwille van ecologische overwegingen vervangen door een reeks waardevolle

prijzen die de hele avond lang op basis van startnummer worden uitgedeeld.

Hou daarvoor de LED-screens in het oog, want prijzen kan je alleen de avond zelf afhalen.

We hebben het over tafel-bbq's, massage-toestellen, prachtige sla-kommen, sporttassen, rekenmachines, versterkers voor iPod's en smartphones, 3/4 liter flessen Augustijn en Gulden Draak, mega fotokaders, megakoppen Cécémel, peperkoekpakketten van Lotus Bakeries, enz. Er zijn zo'n 1.000 prijzen te verdelen!

Op onze <http://Facebook.com/gentloopt.be> pagina vind je foto's van een aantal van deze cadeaus.

Extra winnaar

Zorg ervoor dat je opvalt door het vele licht dat je draagt tijdens de avondloop. De best/origineelst verlichte vijf deelnemers krijgen een apart geschenkenpakket.

Iedereen?

Gentloopt.be steunt een aantal goede doelen in diverse domeinen. Dit jaar werken we vooral voor een aantal concrete onderwijsprojecten van Unicef. Het geld werd gedoneerd door de lopers die 2 EUR extra betaalden bij de inschrijving. Gentloopt.be stort dan 3 EUR aan Unicef.



Bovendien kunnen bedrijven kiezen voor een verzamelstand in de blauwe Unicef-zone. De opbrengst daarvan wordt de avond zelf nog overgemaakt aan Yves Willemot, algemeen directeur Unicef België.

Lampiris is groen en denkt groen! Per deelnemer aan onze Midzomernachtrun schenkt Lampiris 1 EUR aan Natuurpunt die dit geld investeert in het natuurgebied de Assels, in vogelvlucht amper een kilometer van de Topsportthal.



Bruikbare verse producten die over zijn na de Midzomernachtrun worden geleverd bij KRAS vzw, koepel van armoedewerkingen in groot-Gent.

Extra verwencadeau na afloop



Niks zo ontspannend om jezelf mee te belonen als met een heerlijke wellness-beleving na je wedstrijd. Wellness-centrum L'eau de Lo in Lochristi (Antwerpse Steenweg 110) biedt je op vertoon van je startnummer een 1 + 1 formule voor sauna-toegang. Dit betekent dat je met zijn tweeën naar de sauna kan, voor de prijs van één.

Deze actie loopt vanaf de dag na de wedstrijd tot en met 31 augustus 2013, behalve tijdens de jaarlijkse sluitingsperiode van 21/7 tot en met 6/8 (let op: dinsdag is sluitingsdag). Beperkt tot 1 bezoek aan actieprijs per startnummer. Het voorleggen van het startnummer is absoluut noodzakelijk. Je krijgt het nummer na registratie ervan wel meteen terug.

3. Omgeving

Impact

Bewoners

's Nachts lopen door een druk bewoonde stad, bij de start van de vakantieperiode... Het vraagt wederzijds respect. De bewoners zullen het appreciëren als we onze luidste overwinningsschreeuw reserveren voor de Topsporthal.

Er zijn 5.000 bewonersbrieven gebust bij omwonenden van het parcours om die bewoners gepast in te lichten én ons vooraf te verontschuldigen voor de hinder. Laten we vooral proberen die hinder maximaal te beperken.

Milieu

Worden we behalve het meest sfeervolle ook het meest milieuvriendelijke loopfeest? We starten alvast met de straten zo proper mogelijk te houden. Het (moeilijk te vermijden) afval mikken we in de tonnen.

Mobiliteit

Tot 5.000 lopers op weg met hun supporters, pendelen tussen de Watersportbaan en de binnenstad, afsluiten van invalswegen... De impact op het verkeer is groot. Prioritaire voertuigen en trams hebben altijd voorrang. Het is verplicht de instructies van politie en seingeverers strikt op te volgen.

Respect voor elkaars mobiliteit is een mooie deugd...

Veiligheid

Iedereen is verantwoordelijk voor haar/zijn eigen veiligheid én voor die van een ander. Laten we dus samen voorzichtig zijn. Hulpposten zijn aanwezig. Het dragen van lichtgevende accessoires is zeer aangewezen. Het is sowieso verplicht zich zichtbaar door de stad te begeven.

Bezoek de WOWOW-stand op de promenade rond de tribunes. Runners Service Lab biedt er de WOWOW-producten te koop aan.

Gezondheid

Lopen is gezond! Pas evenwel je kledij aan de weersomstandigheden aan. Denk aan een goede opwarming en cooling-down. Drink voldoende.

Stad

Met dank aan de stadsdiensten van Gent, politie, brandweer, hulpdiensten, logistieke diensten, Ivago, BLOSO en alle anderen die zoveel impact hebben op het welslagen van dit unieke loopfeest.

Met dank aan de meer dan 300 medewerkers die zich zo hard inzetten om van deze avond een unieke ervaring te maken.

Met dank aan onze vervoerspartners:



4. Pers en media

Dank aan alle regionale en nationale pers die mee heeft gewerkt aan de communicatie rond ons evenement.

Onze persverantwoordelijke is Sandra Van Hauwaert, van **SQUARE EGG**

In het bijzonder superveel dank aan onze officiële mediapartners:



Dit document werd met de grootste zorg opgesteld om je passend te informeren. De vermelde info is gebaseerd op alle info beschikbaar op het ogenblik van de redactie ervan. Het kan dat bepaalde zaken of acties hierin beschreven door eender welke reden buiten onze wil toch niet kunnen uitgevoerd worden. VZW Gentloopt.be kan er niet toe verplicht worden deze te compenseren.

Gelieve dit document dan ook te beschouwen als zuiver informatief en niet als een commerciële overeenkomst.

Gentloopt.be VZW, Prinses Clementinalaan 50, 9000 Gent

RPR Gent 0836.119.115

www.gentloopt.be

info@gentloopt.be