

Tijdens de wintermaanden organiseert Atletiekvereniging SPADO elke derde zondag van de maand een speciale loop in de bosrijke omgeving van Bergen op Zoom. Dat betekent dit seizoen nog 1 keer de mogelijkheid om te lopen en wel op **ZONDAG 19 maart 2023!**

Zondag 26 januari 2023 was de 5^e loop van seizoen 30, editie 190 onder frisse maar prachtige omstandigheden.

Inschrijven voor de loop van 19 maart 2023 kan vanaf heden via:
[Inschrijfformulier Kievitloop 19 maart 2023 \(inschrijven.nl\)](https://inschrijven.nl)

Via de [UITSLAG KIEVITLOOP Februari 2023](https://uitslagen.nl/uitslag?id=2023022612334) komt u rechtstreeks op de website met de uitslag van de laatste kievitloop per afstand. Mocht deze niet werken dan kan u ook altijd nog zoeken binnen uitslagen.nl naar de kievitloop. Of u kopieert onderstaande link in uw webbrowser.:
<https://uitslagen.nl/uitslag?id=2023022612334>

De Kievitloop is in 1993 gestart als laagdrempelige loop waarbij beginners hun conditie kunnen meten. Gevorderden gebruiken de loop vaak als testloop in hun trainingsopbouw naar andere wedstrijden.

Het concept is simpel, tijdens het lopen bepaal je zelf of er 5, 10 of 15 km wordt gelopen. Men kan dus na elk rondje finishen. Loopt u door dan blijft u op de weg, gaat u finishen dan vind u het finishvak aan de rechterzijde bij de finishvlag.

De regels voor de komende edities:

- Vooraf inschrijven via inschrijven.nl, dit kan tot 10.30 uur op de dag zelf zodat u nog steeds op het laatste moment kan besluiten om te komen.
- U krijgt een startnummer op vertoon van de u toegestuurde email waarin het nummer is vermeld.
- U blijft flexibel in de te lopen afstand, bij inschrijven geeft u aan wat u wil gaan lopen, als u tijdens de loop anders besluit heeft u tot een half uur na afloop de tijd om dat door te geven. Hoe, dat leest u in de mail die u krijgt kort voor de loop met uw startnummer dat u kan laten zien bij het afhalen van uw startnummer.
- Momenteel hebben we GEEN kleedkamer en beperkte mogelijkheden tot het opbergen voor tassen.
- We werken niet meer met kasgeld, u geeft toestemming om het verschuldigde bedrag van uw bankrekening te incasseren. Het inschrijfgeld is 4 euro tot en met de zaterdag en op de dag zelf is het 5 euro. Deelname is gratis voor SPADO-leden.
- Kom alleen als u geen klachten heeft wat de gezondheid betreft!

Afstanden:

5, 10 of 15 kilometer. Alle afstanden starten tegelijkertijd om 10.30 uur.

Data seizoen 2022-2023:

16 oktober, 20 november, 18 december

15 januari, 26 februari (ivm vastenavond de 4^e zondag), 19 maart

Locatie start en afhalen startnummers:

Bij Brasserie Bozlust (voorheen StayOkay Hostel).
Boslustweg 1
4624 RB Bergen op Zoom

Contact en informatie:

HG Vlastuin – kievitlopen@spado.nl