

Tijdens de wintermaanden organiseert Atletiekvereniging SPADO elke derde zondag van de maand een speciale loop in de bosrijke omgeving van Bergen op Zoom. Seizoen 31 staat voor de deur en deze zal starten op zondag 15 oktober 2023!

Inschrijven voor de loop van 15 oktober 2023 kan vanaf heden via:

[Inschrijfformulier Kievitloop \(inschrijven.nl\)](https://www.inschrijven.nl)

Klik [hier](#) en u komt 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=2023031912334>

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:

- Vooraf inschrijven via [inschrijven.nl](https://www.inschrijven.nl), dit kan tot 09.30 uur op de dag zelf zodat u nog steeds op het laatste moment kan besluiten om te komen. Ter plekke inschrijven is niet mogelijk!
- 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 2023-2024:

15 oktober, 19 november, 17 december

21 januari, 18 februari, 17 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