



## Wedstrijdinformatie: 4<sup>e</sup> HOC'93 Competitie 2023

<b>Datum:</b> zondag 07 mei 2023	1 <sup>e</sup> start 1 <sup>e</sup> sprint: 10:30u* tot uiterlijk 11.00u
<b>Kaart:</b> Zwolle centrum 2023 ISSprOM2019-2	<b>1<sup>e</sup> start 2<sup>e</sup> sprint: rond 11:10u</b>
<b>Schaal:</b> 1:4.000	Laatste start 11:45u
<b>Baanlegger:</b> Anne Heikoop	<b>Posten inhalen:</b> vanaf 12.15u
<b>Controleur:</b> Klaas de Jong	Er wordt gelopen met SportIdent.
<b>Wedstrijdleider:</b> Clemens Roos	<b>Kaartopmaak:</b> Klaas en Clemens

(\* zodra de posten staan, beginnen we met de start voor de 1<sup>e</sup> sprint.)

Welkom bij de Dubbelsprint in Zwolle!

*Hebben jullie weer zin in 2 sprints in de mooie binnenstad van Zwolle? Anne Heikoop heeft als baanlegger in ieder geval zijn best gedaan 2 mooie sprints 'neer te leggen'.  
Alle deelnemers lopen eerst de 1<sup>e</sup> sprint en min. 10 minuten na de laatste loper op de 1<sup>e</sup> sprint beginnen we met de 2<sup>e</sup> sprint. **Zie in de tabel onderaan welke sprint jouw categorie eerst loopt!***

Start en finish zijn voor beide sprints gelijk. Er is GEEN lint/markering van de laatste post naar de finish. Warming up: ALLEEN OP HET PARKEERDEK! Er is een mobiel toilet beschikbaar. Staat vermoedelijk beneden voor de parkeergarage.

### Let op:

- Het parcours is NIET AUTO-VRIJ. Let in het centrum ook goed op als je om een hoek loopt of uit een steegje komt!
- In het centrum wordt ook gebouwd. Hier staan hekwerken omheen die op de kaart ook staan aangegeven met tijdelijk verboden gebied (paars gearceerd).
- Terrassen bij horeca staan niet aangegeven op de kaart!
- Respecteer privé-terrein (olijfgroene kleur) en respecteer ook de plantsoenen (donkergroene kleur). Beide dus VERBODEN om te betreden.
- Op de kaart aangegeven onpasseerbare muren en hekken mogen NIET worden gepasseerd. (ook niet als u denkt dit toch te kunnen 😊)

De afstand van het secretariaat naar de start is: 50 m.

De afstand van het secretariaat naar de finish is: 10 m.

**Postomschrijving:** Op de kaart en beschikbaar bij de pré-start (pas na betreden startvak!).

Categorie	Route 1 <sup>e</sup> sprint	Route 2 <sup>e</sup> sprint
H19-20; H21-39; D19-34	<b>1A</b> (2890m)	<b>1B</b> (3100m)
H17-18; H40-49; H50-59	<b>1B</b>	<b>1A</b>
D35-49; D50-59; D60-69; D70+	<b>2A</b> (2090m)	<b>2B</b> (2280m)
H60-69; H70-79	<b>2B</b>	<b>2A</b>
D <10; D-12; H <10 en H-12) (MET EN ZONDER BEGEL.)	<b>3A</b> (1090m)	<b>3B</b> (1240m)

(Afstanden hemelsbreed gemeten!)

**De OL code NOLB en de aanvullingen van HOC93, dienen strikt nageleefd te worden.**

**Deelname is voor eigen risico!**

**Als u voortijdig stopt dan moet u zich altijd afmelden bij het secretariaat!**