

ZATERDAG 19/09/2020

RUN TO WALK AGAIN

12 UREN VIRTUELE RUN

CORONAPROOF!



Van L naar R

- **FRANCKY** (VAD)

- **FREDERIKA**

(METHANEX)

- **JOHAN**

(Move All The Way)

Beste vrienden,

Met onze vrienden van Methanex en Move All The Way nemen wij ook dit jaar met V.A.D. deel aan de RUN TO WALK AGAIN, ten voordele van het goede doel van TO WALK AGAIN, met zetel in Herentals. Net als de voorgaande jaren nemen wij deel onder de gezamenlijke naam **'THE RUNNING JOKES'**. Ondergetekende is lid van de algemene vergadering van SPORTA en ook van TO WALK AGAIN en tevens ook één van de ambassadeurs van TO WALK AGAIN.

Gezien COVID-19 gaat de run dit jaar niet door in Tongerlo (Sporta), maar wordt het een **'VIRTUELE RUN'**. Dus elk in zijn omgeving, laat ons maar zeggen 'rond zijn eigen kot'. Dus ook onze partners (Methanex en Move All The Way) nemen op 19/09 deel aan de virtuele run, in hun omgeving of elk op zijn locatie op een **coronaveilige manier!**

Met de **VRIENDEN ATLETIEK DADIZELE** maken wij er een groepsactiviteit van in onze 'bubbel' en voor een deel in ons vertrouwd trainingsdomein in Dadizele.

WANNEER?

Op zaterdag 19 september – domein 'Den Ommeganck en Mariënstede + omliggende straten in Dadizele en dit tussen 07.30 uur 's morgens en 19.30 uur 's avonds. Met andere woorden: in die 12 uur verwachten wij heel wat van onze leden om effectief deel te nemen.

WAT IS DE BEDOELING?

In die tijdspanne leg je individueel zoveel mogelijk kilometers af (al lopend of al wandelend). Wij hebben daarvoor een mooi parcours uitgetekend die voor een stuk door het bos loopt en in totaal een 4- tal kilometers zal bedragen. Het is dus de bedoeling om zoveel mogelijk rondjes af te leggen, dit op een tijdspanne die je zelf bepaalt en uiteraard op het tempo dat je eveneens zelf bepaalt (wandelend of lopend).

Iedereen moet zich **VOORAF registreren** via het bijgevoegde formulier en dit terug bezorgen aan Francky – ten laatste op woensdagavond 16 september (digitaal doormailen aan Francky: franckybettens@gmail.com of het formulier tijdig bezorgen op het volgende adres: Moorsledestraat 27 – 8890 Dadizele of afgeven op de training van woensdag 16 september). **Nog vragen?** bel dan 0495/54 44 38

De resultaten van al onze V.A.D.- deelnemers worden dan samengevoegd en door onze ploegkapitein (Francky) doorgestuurd naar TO WALK AGAIN- nationaal. Ook Methanex (die trouwens het deelnamebedrag van € 1500,00 voor zijn rekening nam als 'sponsor') en Move All The Way (die het gedeelte als G-sporter > deelnemer met een handbike) voor zijn rekening zal nemen) zullen hun resultaten doorgeven en zo zullen wij dan het gezamenlijke resultaat kennen van ons team 'THE RUNNING JOKES' (zie foto met de 3 ploegkapiteins hierboven).

Wij hopen dat zoveel mogelijk V.A.D.- vrienden naar Dadizele afzakken, maar wie dat niet kan, die kan ook in zijn eigen gemeente of dorp deelnemen, maar moet dan ook tegen 19.30 uur s' avonds zijn resultaten doorgeven aan Francky!

HEEL BELANGRIJK – REGISTRATIE:

- Elke deelnemer moet in het bezit zijn van een GSM met daarop de gratis STRAVA- applicatie of de gratis app "Nike Running Club" die wij nog zullen bezorgen aan onze deelnemers **NA** hun inschrijving! Voor de personen die niet over een GSM beschikken, zullen wij maken dat wij er steeds enkele ter beschikking hebben, want zonder registratie telt de afgelegde afstand niet mee!

WELKE ZIJN NU DE UITDAGINGEN VAN DE RUN TO WALK AGAIN?

° TEAMNIVEAU:

- * Hoogst ingezamelde bedrag (€ 1500,00 dat door onze partner Methanex werd gestort)
- * Hoogst aantal actieve deelnemers
- * Meest inclusieve team
- * Hoogste gemiddelde snelheid
- * Plaats in de ranking van het aantal kilometers

° INDIVIDUEEL NIVEAU:

- * Origineelste parcours
- * Meeste afgelegde kilometers
- * Jongste en oudste deelnemer
- * Meest aantal hoogtemeters
- * Origineelste parcours (upload screenshot of foto van het parcours)



WAARVOOR ZORGEN WIJ?

- Wij voorzien voor jullie een omloop tussen de 4 en 5 km. (zal goed aangeduid worden). De juiste afstand van de ronde wordt nog aan de deelnemers doorgegeven! Iedere ronde zal door het bos passeren, waar wij een centrale plaats van 'ontmoeting' en 'mogelijke bevoorrading' (stukje taart of wafel, een stukje fruit en water) hebben, waar er eventueel kan afgelost worden en waar een GSM met de nodige applicatie ter beschikking zal zijn voor de deelnemers die hierover NIET beschikken.
- Wij voorzien ons V.A.D.- tentje op de ontmoetingsplaats en een bemande post (hier kan je ook persoonlijk overtollig materiaal veilig achterlaten)
- Wij zorgen voor de nodige 'corona- veilige maatregelen' zoals handgel, ontsmettingsmiddel, mondkapje, enz...
- Wij zorgen voor héél wat bewijsmateriaal aan de hand van foto's en filmpjes om nadien door te geven aan TO WALK AGAIN, te publiceren op facebook, Instagram, website, clubboekje...
- Wij zorgen ervoor dat je GRATIS kan deelnemen en dat je GRATIS bevoorrading krijgt!
- Wij zorgen voor een aantal reserve shirts van ons team 'The Running Jokes'

WAT VRAGEN WIJ VAN JULLIE?

- Om jullie inschrijving door te geven aan de hand van het bijgevoegde formulier (UITERLIJK TEGEN 16/9!)
- Om jullie 'vermoedelijk deelnamemoment' door te geven (wij hopen eigenlijk om gedurende de ganse duur van het event, dus tussen 07.30 uur en 19.30 uur iemand op de omloop te hebben)
- Deel te nemen in jullie clubtruitje (of clubtraining) en voor de diegene die vorig jaar of in 2018 deelnamen mag dit ook het shirt zijn van ons team 'The Running Jokes'.
- Zoveel mogelijk kilometers al wandelend of lopend af te leggen voor ons team!

Mogen wij rekenen op jou of jullie deelname?

Meer info? www.towalkagain.be (Run To Walk Again)

Sportieve groeten,

Francky Bettens, stichter- voorzitter V.A.D. en teamkapitein – 0495/54 44 38