



Hi trailrunner!

Je hebt je aangemeld voor RopaTrail Amerongse Berg welke zondag 19 maart georganiseerd wordt. We zijn heel blij met je aanmelding, want dat betekent dat we via Roparun weer wat kunnen bijdragen aan de zorg voor mensen met kanker!

In deze brief vind je meer informatie over de trail.

Locatie parkeerplaats en start/finish

Parkeren kun je op de parkeerplaats aan de Burgwal te Amerongen. Hier is ook de start en finish van alle afstanden.

Starttijd

De start van alle afstanden is om 10:30u. Van tevoren zal er een korte briefing zijn. Zorg dus dat je op tijd aanwezig bent. Meld je van tevoren ook even bij ons aan zodat we weten dat je er bent.

Groepen

De 6,5km lopen we in een rustig tempo van circa 7,5-8k/u.

De 12 en 23km lopen we met 2 snelheidsgroepen (de "Snelle Jelles" en de "Genieters"). De "Snelle Jelles" lopen ca. 10k/u, de "Genieters" ca 8,5-9k/u. Iedere groep heeft tenminste 2 begeleiders.

Binnen deze groepen geldt het principe van de 'Social Trail': we starten met elkaar en we finishen met elkaar. Na de briefing kun je de keuze maken in welke groep je wilt meelopen. Houd er rekening mee dat je in trail meestal trager rent dan op de weg.

De begeleiding wordt verzorgd door: Anne Hollinga, Barry van Oven, JanWillem Nieboer, Ive Rombout, Karin Teuben, Rini Blokland, Linda van den Brink en Janet Sterken.

Route

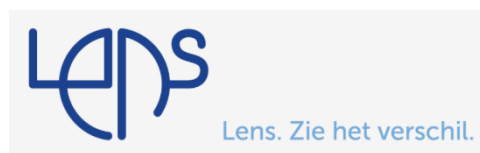
We de routes heel afwisselend qua ondergrond, hoogteverschillen en omgeving gemaakt. De routes kruisen regelmatig een mountainbikeroute of rutteroute, soms volgen we deze een stukje. Heb daarbij respect voor elkaar en geef elkaar de ruimte. De paadjes zijn van ons allemaal 😊.

Uitrusting

Als je speciale trailschoenen hebt, dan adviseren we om ze aan te doen. We weten nog niet wat de weersomstandigheden zullen zijn, maar op een nat parcours is een beetje meer grip wel prettig.

Trailbanket

Na de trail (en voor de 23km lopers ook na de 1^{ste} lus) staat er een trailbanket voor je klaar met allerlei lekkers om je energie- en vochtreserves weer aan te vullen.





Aandacht voor de natuur

We gaan met zorg met de natuur om. Wij doorleven de slogan 'Leave nothing but footprints'. Laat daarom geen rommel achter in de natuur. Zie je iets van rommel onderweg, neem het mee in je rugzakje indien mogelijk en gooi het nadien in onze vuilniszakken of de afvalbakken op het startterrein. Alvast hartelijk dank voor je medewerking!

RopaTrail Cups

Zoals hierboven al even aangehaald, proberen wij zo min mogelijk belastend te zijn voor de natuur. Daarom willen wij ook naar een bekervrije trail, waar je als deelnemer zelf je cup meebrengt. Deze RopaTrail zullen we nog bekertjes voorzien (cup-arm), maar streven ernaar om steeds meer cup-vrij te zijn. Op de komende RopaTrails kun je voor € 5,- een RopaTrail-cup aanschaffen. De opbrengst hiervan komt ten goede aan, hoe kan het ook anders, Roparun!

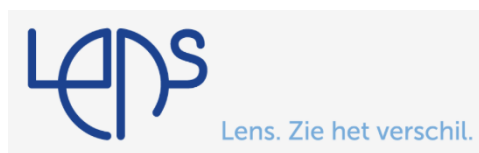


RopaTrail Knuffs

In samenwerking met Unltd Sportswear en Lens Optiek hebben we onze RopaTrail Knuffs ontwikkeld.



De RopaTrail Knuffs zijn verkrijgbaar op onze RopaTrails en via onze teamleden. Ze kosten € 15,- per stuk. De opbrengst hiervan gaat ook volledig naar Roparun.





Contact

Voor vragen in aanloop naar deze dag kun je ons bereiken via ons mailadres info@ropatrail.nl.
Op de dag zelf kun je ons bereiken op onze mobiele nummers welke we hieronder vermeld hebben.
Graag deze alleen op de dag zelf gebruiken. Bvd 😊!

Deelnamevoorwaarden

Tot slot maken we je nog even attent op de deelnamevoorwaarden. Je vindt ze op onze site www.ropatrail.nl onder het kopje 'Spelregels'. Met je inschrijving gaan we er van uit dat je akkoord bent gegaan met deze voorwaarden.

Wij hebben er zin in, wij hopen jij ook. Heb je vragen? We horen het graag!
Tot ziens in Amerongen!! 😊

Sportieve groet,

Namens RoparunTeam90 - Team RopaTrail,
Ive +32-489984999
Janet 06-40041964

Stichting RoparunTeam90 organiseert activiteiten om gelden bijeen te brengen voor de goede doelen van Roparun. Het motto van Roparun: "Leven toevoegen aan de dagen, waar vaak geen dagen meer kunnen worden toegevoegd aan het leven". Elke extra ondersteuning is welkom. Dit kan via <https://www.roparun.nl/steun-ons/doneren/>.

