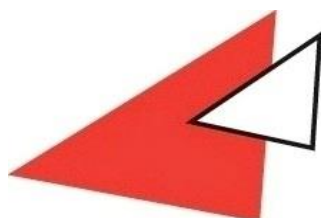


zondag 7 april 2019

organiseert

Reakt^{PG}

de éé́nëntwintigste

 **Brijder**
LOOP



Reakt^{PG}

Werken aan je toekomst

**Op zondag 7 april 2019
organiseert Reakt
de 21^{ste} editie van de Brijderloop.**

Uit diverse onderzoeken blijkt en in veel verschillende publicaties is te lezen dat sporten in het algemeen een belangrijk onderdeel kan zijn bij herstel van mensen met een verslavingsachtergrond. Zo is ook binnen het behandelaanbod van Brijder Verslavingszorg de running therapie een beproefde methode die mensen steunt in hun herstel. Mede om die reden is ruim 20 jaar geleden de Brijderloop als evenement gestart. Een prestatieloop voor mensen met een verslavingsachtergrond, maar ook voor mensen met psychische kwetsbaarheid en verder iedereen die het leuk vindt om lekker “een stukje te lopen.”

De Brijderloop is in de afgelopen jaren een begrip geworden in de Alkmaarse regio en inmiddels ook daarbuiten. Reakt is er trots op dat zij vanaf dit jaar, met trouwe partners als Hylas en Achilles, deze loop mag organiseren.

Behalve de **prestatieloop van 5 of 10 kilometer** is er ook dit jaar weer een **kidsrun** in 3 categorieën: 400m, 800m of 1.200 meter.

Goed om te weten of om rekening mee te houden:



Iedereen loopt mee op eigen risico!



Inschrijven betekent dat de deelnemer op de hoogte is van de risico's die deelname met zich mee kan brengen. (Beginnende lopers doen er verstandig aan vooraf advies in te winnen bij hun (huis)arts.



Wij verwachten dat lopers zich houden aan de aanwijzingen van de organisatie.



Wij adviseren de lopers om zich vooraf in te schrijven



Lopers die in het kader van hun behandeling aan loopgroepen deelnemen kunnen zich via hun behandelaar aanmelden. Zij betalen dan geen inschrijfgeld!




Wij verwachten dat de lopers op 7 april op tijd aanwezig zijn



Telefonische bereikbaarheid van de organisatie op 7 april: 06 – 19 95 33 01



De organisatie is per mail bereikbaar op: brijderloop@reakt.nl

Locatie	Atletiekvereniging Hylas, Havinghastraat 4, 1817 DA Alkmaar	
Afstanden		
	Prestatieloop: 5 km en 10 km (parcours Bergermeer) Kidsrun: 400 meter, 800 meter, 1.200 meter (atletiekbaan Hylas)	
Parcours prestateloop	(5 en 10 kilometer)	
	Verhard en vlak door de Bergermeer	
Categorieën prestateloop		
	Jongeren 5 km $\frac{1}{m}$ 16 jaar Vrouwen: 5 km en 10 km tot 35 jaar Vrouwen: 5 km en 10 km 35 $\frac{1}{m}$ 44 jaar Vrouwen: 5 km en 10 km vanaf 45 jaar Mannen: 5 km en 10 km tot 40 jaar Mannen: 5 km en 10 km 40 $\frac{1}{m}$ 49 jaar Mannen: 5 km vanaf 50 jaar Mannen: 10 km 50 $\frac{1}{m}$ 59 jaar Mannen: 10 km vanaf 60 jaar	
		
Aanvangstijden		
	10:30 uur	1.200 meter 10 $\frac{1}{m}$ 12 jaar
	10:40 uur	800 meter 7 $\frac{1}{m}$ 9 jaar
	10:50 uur	400 meter 5 $\frac{1}{m}$ 6 jaar
Prijsuitreiking Kidsruns direct na laatste loop als laatste deelnemer gefinisht is.		
	11:30 uur	Prestatieloop 5 km en 10 km
Prijsuitreiking prestateloop, direct na afloop als laatste deelnemer gefinisht is.		
Kosten en inschrijving		
	Kidsrun:	voor-inschrijving: € 3,00 na-inschrijving (op de dag zelf): € 5,00
	Prestatieloop:	voor-inschrijving: € 7,00 na-inschrijving (op de dag zelf): € 10,00
Aanmelden vanaf 01/02/2019		
	Via de website op: www.inschrijven.nl	
Let op: de voorinschrijving eindigt op woensdag 3 april!		

De Brijderloop 2019 is mede mogelijk gemaakt door



Parnassia Groep



Brijder^{PG}

Specialist in verslavingszorg

Reakt^{PG}

Heb je nog vragen of wil je over iets anders contact opnemen?

Stuur je vragen of opmerkingen naar: brijderloop@reakt.nl

Commissie Brijderloop: Tom Heiblom, Hans Holthuijsen, Jelle Kramer, Jan Luijben, Daley Piek, Sander van der Vlugt.

