



FLEVORUN 2022

9 & 10 APRIL 2022

BEKNOPTE INFORMATIE – versie 23-3





FLEVORUN 2022

START EN FINISH: PROVINCIEHUIS FLEVOLAND

START VANAF 9 APRIL 13.30 UUR – FINISH TOT 10 APRIL 15.00 UUR

Parkeren en stallen van fietsen: achterzijde provinciehuis, Botter 13 in Lelystad. Het Provinciehuis en het parkeerterrein zijn op 9 april vanaf 12.00 uur geopend.

Vorbereiding en organisatie: Roparunteam Lelystad – Wim Bok, Jan-Willem van der Kort en Peter Klooster 06-45334968

Wedstrijdleiding: Jop Fackeldey, 06-10302683

Dit evenement is mede mogelijk gemaakt door:





OVER FLEVORUN

De Roparun is al jaren een bekend evenement, maar hoe is de Flevorun eigenlijk ontstaan? Het Roparunteam Lelystad is in 2009 opgericht en doet vanaf dat moment ook ieder jaar mee aan de Roparun. De Roparun is een estafetteloop van meer dan 500 kilometer van Parijs en Hamburg/Oldenburger naar Rotterdam waarbij mensen, in teamverband, een sportieve prestatie leveren om op die manier geld op te halen voor mensen met kanker. Ook wel een avontuur voor het leven genoemd. Dat blijkt overigens ook uit het motto wat al jaren is: “Leven toevoegen aan de dagen, waar vaak geen dagen meer kunnen worden toegevoegd aan het leven”.

In 2020 gaat echter alles anders. We zijn overvallen door corona en heel veel evenementen zijn onzeker en vallen weg. Na lang wikken en wegen wordt ook besloten om in 2020 geen Roparun te houden. De pandemie houdt nog stevig huis en het lijkt onmogelijk om zo’n groot evenement nog georganiseerd en goedgekeurd te krijgen.

Binnen het Roparunteam Lelystad is de gedachte ontstaan om te kijken of een regionaal alternatief tot de mogelijkheden behoort: de Flevorun. Daarmee worden drie doelen nagestreefd:

- Ook als er weer geen Roparun kan worden gelopen, hebben we in elk geval een mooi en iets kleinschaliger alternatief;
- Gaat de Roparun toch door, dan kan de Flevorun dienen als voorbereiding voor de Roparun
- Met de Flevorun kunnen we tegelijk ook regionaal aandacht vragen voor de goede doelen van Roparun en de organisaties binnen Flevoland die zich al jaren inzetten voor de doelgroepen van Roparun: het ondersteunen van mensen die zelf of in hun naaste omgeving zijn geconfronteerd met (de gevolgen van) kanker.

En nu, twee maanden voor de start van Roparun 2022, wordt experimenteel de eerste Flevorun gelopen. Nog bescheiden in omvang met twee teams, maar wel met alle aandacht voor de organisaties en vrijwilligers in Flevoland die zich met zoveel energie inzetten voor mensen die met kanker te maken hebben (gehad).

De Flevorun is – net als de Roparun - een estafetteloop en heeft een route van ongeveer 250 kilometer. Daarbij starten we in Lelystad, gaan wij langs de inloophuizen in Emmeloord, Kampen, Dronten, Zeewolde en Almere en eindigen weer in Lelystad bij het Provinciehuis en het Inloophuis Passie.

De lopers gaan onderweg begeleid door fietsers en ondersteund door verzorgers, navigatoren, chauffeurs en koks. We verwachten dat het een mooie Flevorun wordt, dat de organisaties de goede aandacht krijgen en dat wij hen en de Roparun ook financieel kunnen versterken.

Roparunteam Lelystad



ALGEMENE BEPALINGEN FLEVORUN 2022

DEFINITIES

De **organisatie** is in handen van het Roparunteam Lelystad. Dit team heeft met projectleiders en andere vrijwilligers en met medewerking van derden deze Flevorun voorbereid.

De **wedstrijdleader** is operationeel verantwoordelijk voor de Flevorun. Deze verantwoordelijkheid vangt aan op zaterdag 9 april om 12.00 uur en eindigt op zondag 10 april rond 16.00 uur, uiterlijk zodra het laatste team de finish heeft bereikt. Meldingen of acute vragen kunnen aan hem worden gesteld gedurende de Flevorun via 06-10302683.

De **route en het parcours** worden beschreven in bijlage 1 en beschikbaar gesteld in een visuele weergave en door middel van navigatiebestanden. De route loopt over de weg waarop de lopers zich reglementair dienen te bevinden. In afwijking of ter aanvulling op de route kan de wedstrijdleader zelf of door vrijwilligers van de organisatie aanwijzingen geven. De route, eventuele omleidingen en aanwijzingen dienen te worden gevolgd door de lopers en, waar nodig en mogelijk, door overige deelnemers.

Een **deelnemend team** bestaat uit twee groepen van ieder maximaal 4 lopers en 2 fietsers en een groep ondersteuners. Ieder deelnemend team heeft gedurende de gehele Flevorun tenminste één actieve groep op het parcours. Onderweg kunnen – afhankelijk van de keuzes van het team – groepen gewisseld worden. In ieder geval is het basiskamp in Kampen voor ieder team een wissellocatie.

Een groep dat op de route actief deelneemt aan de Flevorun mag **onderweg door maximaal 1 voertuig** worden ondersteund. Eventueel andere ondersteunende voertuigen bevinden zich bij start of finish, de doorkomst- of wissellocaties of zijn onderweg naar één van deze locaties, maar niet als directe ondersteuning voor de actieve groep van lopers en fietsers.

AANSPRAKELIJKHEID

Deelname geschiedt op eigen risico. De organisatie is **niet aansprakelijk** voor enige schade, hoe ook genaamd, die de deelnemer(s) mocht(en) lijden als gevolg van deelname. Deze uitsluiting van aansprakelijkheid geldt ook voor ernstige schadesoorten zoals alle mogelijke schadesoorten ten gevolge van letsel of overlijden.

Teams en deelnemers zijn in eerste instantie altijd zelf verantwoordelijk voor **medische verzorging**. Ook bij calamiteiten zoals lichamelijk letsel, schade of pech met voertuigen geldt voor het team dan wel de individuele deelnemer een eigen verantwoordelijkheid. De wedstrijdleader kan echter tijdens de Flevorun, op verzoek van een deelnemend team, zorg dragen voor ondersteuning voor zover dit tot zijn mogelijkheden behoort.



Indien naar bevinding van een deelnemend team of teamlid, directe (levensreddende) medische hulp noodzakelijk is, dan dient het team/de deelnemer zelf **allereerst het alarmnummer (112)** te bellen om een regionale hulpverleningsdienst in te schakelen.

BEPALINGEN DEELNEMERS EN VOERTUIGEN

De deelnemers aan de Flevorun dienen zich aan de algemene en lokale (verkeers)regels te houden, tenzij door de organisatie anders is bepaald (verkeersregelaars of andere aanwijzingen vanuit de organisatie).

De volledige afstand van de Flevorun, van start tot finish, dient door de lopers van een team, in estafettevorm, lopend te worden afgelegd. De loper dient te allen tijde te worden begeleid door tenminste 2 fietsers: één voor en één achter de loper.

Iedere deelnemer, dus ook begeleiding, die zich op de openbare weg, en op -of direct aan- de route begeeft moet goed zichtbaar zijn voor het overige verkeer door middel van het dragen van een fluorescerend jasje/hesje, voorzien van reflectiemateriaal aan zowel voor- als achterzijde tussen 20.00 uur en 08.00 uur en buiten deze tijdstippen bij atmosferische storingen van bijzondere aard (bijvoorbeeld regen, mist, enz. met een zicht van minder dan 200 meter).

Dus voor deelnemers geldt: het dragen van een hesje dat standaard is voorzien van verlichting die continu moet branden tijdens de hierboven genoemde tijdstippen is verplicht. Dit hesje bevat tenminste 6 lampjes aan de voorzijde en tenminste 6 lampjes aan de achterzijde. Tevens dient dit hesje voorzien te zijn van reflecterend materiaal aan zowel de voor- als de achterzijde.

Op fietsen die zich op het parcours bevinden, dient goede verlichting aangebracht te zijn: rood licht aan de achterzijde en wit licht aan de voorzijde.

Een loper loopt bij voorkeur over een fietspad, gelegen aan de rechterzijde van de weg. Bij afwezigheid van een fietspad wordt gelopen aan de uiterste rechterzijde van de rijbaan, tenzij er aan de linkerzijde van de weg een fietspad is gelegen waarop de lopers veilig en zonder hinder kunnen lopen, dan moet dit fietspad worden gevolgd.

Het volgen van een trottoir dan wel voetpad is, gelet op de meerrijdende fietser dan wel het overige voetgangersverkeer, niet aan te raden. Echter, indien er een voetpad is gelegen, waarop de lopers veilig en zonder hinder kunnen lopen, wordt aangeraden dit voetpad te volgen. De fietsers volgen in dat geval de voor hen geldende rechter rijbaanzijde.

De begeleidende fietsers bevinden zich direct voor en achter de loper en nooit naast de loper. Een fietser rijdt bij afwezigheid van een fietspad aan de uiterste rechterzijde van de rijbaan. De





begeleiding dient zodanig te worden uitgevoerd dat er geen gevaar of hinder veroorzaakt wordt voor het overige verkeer of andere deelnemers.

Ondersteunende motorvoertuigen mogen nimmer direct vóór, achter of naast de loper en/of fietser rijden. Zij moeten de normale gang van het verkeer volgen en zijn uitsluitend bedoeld voor het vervoeren van personen en materialen. Begeleiden van de loper is dus niet toegestaan.

Een uitzondering hierop is bij omstandigheden van bijzondere aard (mist met een zicht van minder dan 200 meter, zware regenval enz.). In dat geval rijdt het ondersteunende motorvoertuig direct achter de loper om deze te begeleiden en te beveiligen.

Motorvoertuigen op het parcours mogen geen hinder voor andere teams of overig verkeer veroorzaken. Indien de gelegenheid er is, laten zij toe dat andere voertuigen, lopers en overig verkeer kunnen passeren.

De ondersteunende motorvoertuigen mogen slechts buiten de rijbaan van de weg en alleen op de daarvoor bestemde weggedeelten (parkeervakken, inritten etc.) stoppen en/of parkeren. Het parkeren of stoppen in berm en grasstroken is niet toegestaan. Bovendien mogen zij bij het parkeren en stoppen geen gevaar of hinder voor het overige verkeer veroorzaken en moeten de geldende verkeersregels in acht worden genomen.

Het gebruik van zwaai- flits- knipper- of andere lichten dan de standaard verlichting van het voertuig, in welke vorm en kleur dan ook is verboden.

Op de route (zie bijlage 1) zijn verboden gebieden opgenomen voor ondersteunende voertuigen. Hierbij zijn bepaalde delen van de route aangegeven met een rode lijn. Het is op die trajecten verboden om zich met een voertuig op het parcours te bevinden. Dit rijverbod geldt niet voor de directe zijwegen aan dit deel van het parcours. Bij een rijverbod op het parcours geldt wel een stopverbod op de directe zijwegen. In voorkomend geval mag het parcours wel worden overgestoken. Vaak zal er bij een rijverbod een (aanbevolen) omleidingsroute zijn aangegeven. Deze is in bijlage 1 en aangegeven met een rode lijn.

OVERIGE BEPALINGEN

Het is tijdens de Flevorun niet toegestaan **geluidsignalen** te produceren met enig voorwerp dan wel toestel waardoor de rust onnodig wordt verstoord of kan worden verstoord. Ook het veroorzaken van (geluid) **overlast** op enige andere wijze dient zoveel mogelijk vermeden te worden.

Het is tijdens de Flevorun ook verboden **vuurwerk** af te steken, fakkels te gebruiken en drones te laten vliegen boven of in de buurt van de plaats waar de Flevorun zich afspeelt.



De gemiddelde minimale **loopsnelheid** van een team is 11 kilometer per uur en de gemiddelde maximale loopsnelheid van een team is 12 kilometer per uur. Het team is verantwoordelijk voor het opgeven van een reële verwachte gemiddelde loopsnelheid van het team.



Aan de hand van de opgegeven snelheid worden verwachte doorkomsten berekend en zijn afspraken gemaakt met doorkomstlocaties. Het passeren van de doorkomstlocaties dient plaats te vinden binnen het tijdvenster dat door de organisatie voor een locatie is vastgesteld.

Indien een team teveel afwijkt van de opgegeven snelheid kan het beschikbaar zijn van faciliteiten onderweg niet meer worden verzekerd. Een team dat zich niet binnen het tijdvenster op een locatie meldt wordt gezien als een team dat de Flevorun heeft verlaten.

Teams melden zich bij iedere **doorkomstlocatie** door het aftekenen van een formulier ter plaatse. Daarmee heeft de wedstrijdleiding zicht op de voortgang van teams op het parcours. Teams zijn overigens verplicht in geval van opgave, het verlaten van het parcours, dan wel bijzonderheden met grote vertragende gevolgen, dit zo spoedig mogelijk aan de wedstrijdleader te melden.

START, FINISH EN DOORKOMSTLOCATIES

Tijden

De **start** van de Flevorun vindt plaats in en bij het Provinciehuis in Lelystad. De startlocatie ligt aan de zuidzijde van het Provinciehuis – Botter 14 in Lelystad. Daar is ook een parkeerplaats waar auto's geparkeerd kunnen worden en fietsen gestald.

Het Provinciehuis en het parkeerterrein zijn op 9 april vanaf 12.00 uur geopend. Teams dienen zich uiterlijk 13.30 uur te melden en gereed te zijn voor de start. Deelnemende teams starten op een door de organisatie bepaald tijdstip op aangeven van de wedstrijdleader.

Voor de locaties onderweg gelden de volgende tijdsvensters waarbij de locaties geopend zijn en teams zich kunnen melden (zie ook **bijlage DOORKOMSTEN**). De openingstijd is vast, de sluitingstijd is een uiterste tijd en kan vroeger zijn als het laatste team die locatie is gepasseerd.

- doorkomst Urk 16.00 uur – 18.00 uur
- doorkomst Emmeloord 19.00 uur – 21.00 uur
- doorkomst Luttelgeest 22.00 uur – 00.00 uur
- doorkomst Kampen 01.00 uur – 03.00 uur – doorkomst
18.00 uur – 08.00 uur – basiskamp
- doorkomst Dronten 04.00 uur – 06.00 uur
- doorkomst Zeewolde 07.00 uur – 09.00 uur
- doorkomst Almere 10.00 uur – 12.00 uur
- finish Lelystad 13.00 uur – 15.00 uur

Onderweg

De route is in totaal ongeveer 250 km lang. Dat kan verdeeld worden in meerdere blokken. Het is aan de teams om te bepalen op welke wijze zij de Flevorun willen lopen. Bijvoorbeeld eerst 2 korte blokken na de start tot Emmeloord, vervolgens 2 lange blokken in de avond en nacht tot Zeewolde en daarna weer 2 korte blokken met daglicht tot de finish. Voordeel van deze aanpak is dat de deelnemers daarmee de mogelijkheid hebben om in de nachtelijke uren een paar uren te rusten in het basiskamp in Kampen. De wisselpunten die bij dit schema horen staan op de **bijlage WISSELS** aangegeven.



Om de teams te faciliteren hebben wij iedere 30 tot 40 km afspraken gemaakt met een locatie langs de route om deelnemers de gelegenheid te bieden iets te drinken, een toilet te kunnen bezoeken en hun afval achter te laten. Adressen van deze faciliteiten staan per locatie genoteerd.

Halverwege de route in Kampen is ruimte om een basiskamp in te richten. Teams kunnen daar de deelnemers verzorgen en er zijn toiletten en douches.

Bij de **doorkomst** in **Urk** is er tussen 16.00 uur en 18.00 uur bij het Berechja College – Waaiershoek 46 in Urk – gelegenheid om iets te drinken of het toilet te bezoeken.

De **doorkomstlocatie** is in **Emmeloord**, bij het Toon Hermanshuis, Nijenbeek 4-B in Emmeloord. We zijn hier welkom en kunnen iets horen van hun activiteiten. Er zijn enige faciliteiten, waaronder een toilet. Voor voertuigen is de ruimte beperkt.

Bij de **doorkomst** in **Luttelgeest** is er tussen 22.00 uur en 00.00 uur de mogelijkheid om gebruik te maken van het toilet op het adres Kalenbergerweg 10 in Luttelgeest.

De **doorkomstlocatie** tevens **basiskamp** is in **Kampen**, bij de voetbalvereniging Go Ahead Kampen, Buitenbroeksweg 2 in Kampen.

Op deze locatie is ruimte om een basiskamp in te richten. Daarmee kunnen ook andere facetten van een Roparun geoefend worden en hebben de teams de gelegenheid deelnemers te verzorgen. Deelnemers krijgen een goede maaltijd aangeboden – de eerste groep krijgt deze rond 21.00 uur, de tweede groep na aankomst in Kampen rond 02.00 uur – en even een paar uur te rusten. Ook zijn er toiletten en douches.

Bij de **doorkomst** in **Dronten** vinden we het Toon Hermanshuis, Eskimolaan 1 in Dronten die de deuren open heeft van 04.00 uur tot 06.00 uur. Natuurlijk een praatje, maar ook een toilet en wat te drinken.

De **doorkomstlocatie** in **Zeewolde** is bij het Toon Hermanshuis, Mazerhard 37 in Zeewolde. Van 07.00 uur tot 09.00 uur zijn er mensen aanwezig om ons te ontvangen. Ook hier zijn beperkte faciliteiten, waaronder een toilet. Voor voertuigen is de ruimte zeer beperkt.

De **doorkomst** in **Almere** is in het Parkhuys, gelegen aan de Edvard Munchweg 18b in Almere. Daar zijn we tussen 10.00 uur en 12.00 uur welkom en horen wij meer over 't Parkhuys.

Tenslotte komt de **finish** in **Lelystad** in zicht: het Provinciehuis met daarbij het Inloophuis Passie. Deelnemende teams zijn gefinisht zodra zij zich hebben afgemeld bij de wedstrijdleader bij de finish. Daar worden de teams verder opgewacht door vertegenwoordigers van de provincie en de organisaties en instellingen waarvoor wij met Roparun geld bijeen brengen. Zij willen ons bedanken voor onze inzet en bieden ons nog wat te eten en te drinken aan.



SLOTBEPALING

Daar waar deze Algemene Bepalingen niet in voorzien, beslist tijdens de Flevorun de wedstrijdleider.

ROUTE – concept versie 3



Digitaal:



Bijlage WISSELS

 WISSEL



Afstand	Delta	A	B	Basiskamp/Wisselpunt	adres
0,0				Start	Provinciehuis Provincie Flevoland
31,0	31,0	31,0		W1	Boerderij Domineesweg 20A Tollebeek
61,8	30,8		30,8	W2	Boerderij Noorderringweg 19
122,6	60,8	60,8		W3 / Basis	Voetbalvereniging Go Ahead Kampen / Buitenbroekseweg
183,4	60,8		60,8	W4	Kruispunt Dasselaarweg / Spiekweg
213,7	30,3	30,3		W5	Kruispunt Meindert Hobbemastraat / Frans Halsweg
244,0				Finish	Inloophuis Passie
		122,1	121,9		



Bijlage DOORKOMSTEN



DOORKOMST



- | | |
|-----------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|
| • doorkomst Urk, Berechja College | 16.00 uur – 18.00 uur |
| • doorkomst Emmeloord, Toon Hermanshuis | 19.00 uur – 21.00 uur |
| • doorkomst Luttelgeest, Kalenbergerweg 10 | 22.00 uur – 00.00 uur |
| • doorkomst Kampen, Go Ahead Kampen, LeMKa | 01.00 uur – 03.00 uur – doorkomst
18.00 uur – 08.00 uur – basiskamp |
| • doorkomst Dronten, Toon Hermanshuis | 04.00 uur – 06.00 uur |
| • doorkomst Zeewolde, Toon Hermanshuis | 07.00 uur – 09.00 uur |
| • doorkomst Almere, 't Parkhuys | 10.00 uur – 12.00 uur |
| • finish Lelystad, Inloophuis Passie, Provinciehuis | 13.00 uur – 15.00 uur |