



Oldenzaal, september 2021

Beste helper Halve Marathon Oldenzaal,

U bent ingedeeld als **helper op een verversingspost** (drankpost) langs het parkoers van de 10 of 21,1 km. De verversingsposten zijn met de auto bereikbaar.

Alle materiaal voor de verversingsposten is op de locatie aanwezig en staat nabij de plaats van de drankpost.

Per drankpost wordt een ervaren persoon ingezet aangevuld met helpers van het Carmel College Potskampstraat. Deze moeten goed geïnstrueerd worden over hoe drank en spons wordt aangeboden aan de lopers. Hierbij natuurlijk altijd op het verkeer letten. Er is een geschreven instructie/procedure aanwezig zodat je het nog eens na kunt lezen.

De procedure en/of activiteiten bij de drankposten wordt hierna beschreven.

Op de wedstrijddag, 3 oktober, melden in Gemeentehuis Oldenzaal Ganzenmarkt 1.

- 10:00 – 10:15 uur Drankpost Paasbergweg (parkeerplaats De Grote Zwaan)
- 10:30 – 10:45 uur Drankpost boerderij De Reuver (Paasbergweg 3)

U ontvangt hier: laatste informatie, vrijwilligersshesje en lunchpakket.

Verwachte doorkomst van de lopers:

- Drankpost Paasbergweg 11:20 uur – 11:55 uur
- Drankpost boerderij De Reuver 11:55 uur – 13:05 uur

Informatie:

- Vragen voorafgaand aan de wedstrijd: helpers@halvemarathonoldenzaal.nl
- Vragen of problemen tijdens de wedstrijd: **06-53269206**
- Bij blessures neem contact op met de EHBO: **06-48415544**
- Bij calamiteiten zoals o.a. hartklachten/hartstilstand altijd **eerst 112** bellen. Geef door waar u bent (straat en plaats) en de calamiteit b.v. hartklachten/hartstilstand. Begin bij bekwaamheid evt. reanimatie/hulp. Bel hierna de EHBO: **06-48415544**
- Bij start/finish is EHBO.

Wij hopen u voor dit moment voldoende geïnformeerd te hebben, tot ziens bij de Halve Marathon Oldenzaal.

Namens de organisatie,
Herman Holterman
Coördinator helpers Halve Marathon Oldenzaal
helpers@halvemarathonoldenzaal.nl
06-53269206

Procedure Drankpost

- De plaats van de drankpost is telkens links van de weg, alleen bij post 40 (boerderij De Reuver) staat de post rechts. Lopers na gebruik van deze drankpost er op wijzen links van de weg te gaan lopen.
- De drankposten dienen op dezelfde wijze te worden opgebouwd ongeacht of het nu de eerste of de laatste drankpost is, dit voor de herkenbaarheid voor de lopers.
- Voeg twee keer zoveel water toe dan de voorgeschreven hoeveelheid op de bus (anders wordt de sportdrink te zoet).
- Wanneer dit gebeurd is, vult u de bekertjes voor de helft en niet meer. Volle bekertjes zijn voor de lopers lastig om aan te pakken en om er uit te drinken. Dit geldt ook voor water.
- **Graag de bijgevoegde handschoenen gebruiken.**

Opstelling drankpost:

- Op eerste tafel staat sportdrink.
- Op tweede tafel staat alleen water.
- Zorg dat beide tafels minimaal 15 meter uit elkaar staan.
- Zet aan de kant waar de lopers de tafel passeren twee rijen bekertjes in de looprichting neer en vul deze continu aan.
- Blijf zelf achter de tafel staan en ga niet voor de tafel staan om bekertjes aan te reiken, dit geeft alleen maar opstoppingen.

Activiteiten nadat de laatste loper gepasseerd is:

- Na het passeren van de laatste loper kunt u de drankpost opruimen.
- Het afval in de daarvoor bestemde vuilniszakken doen, ook de vieze bekertjes in de afvalzak.
- Schone bekertjes apart houden.
- Sponzen apart in plasticzak!
- Parcours (in principe tot volgende post) aflopen om bekertjes en sponzen langs weg op te ruimen. Wij als LAAC Twente laten de natuur graag weer zo achter zoals we deze ook hebben aangetroffen.
- Lint zoveel mogelijk opruimen in de buurt van de post waar u staat.
- Klap de schragen in en zet de tafelbladen hier tegen aan zodat het snel kan worden opgehaald. Eventueel, in overleg met bewoners bij drankpost, aan de kant zetten.
- Na de wedstrijd wordt alles opgehaald door de parcourscommissie, dus niet zelf dingen meenemen anders zijn we het overzicht kwijt wat voor volgend jaar weer moet worden aangevuld.
- Dus de kilometerbordjes en pijlen laten staan.
- Pas weggaan van de post als de fietser met bord 'laatste loper' gepasseerd is en een teken daarvoor heeft gegeven.

Een tekening van de opstelling is aanwezig bij iedere dranktafel.