

ROUTE.



Leerkrachten

Interesse in een gastles survivalrun?

Mail ons!

We komen graag bij jullie op school.
survivalrun@noordgouw.nl

Fotografie: fotoclub AFV de Sprengen Heerde



De Noordgouw Midwinter
Survivalrun wordt
georganiseerd door:

**de Noord
de gouw**
christelijk college



Christelijk College de Noordgouw

Eperweg 34a, Heerde
0578 69 34 11
www.noordgouw.nl



werk(t) met jouw talent!



**22
januari
2025**
Doe jij ook
mee?



noordgouw.nl/survivalrun

Zit jij in groep 7 of 8?

Doe dan mee met de Noordgouw Midwinter Survivalrun!

Wat is de Noordgouw Midwinter Survivalrun?

Je loopt samen met een vriend of vriendin een route van 4 km rondom het Heerderstrand in Heerde. Onderweg kom je allerlei hindernissen tegen, bijvoorbeeld netten waar je onderdoor moet tijgeren, buizen waar je doorheen kruipt en balken waar je overheen klautert. Bij elke hindernis staat iemand die jou uitlegt wat je moet doen.



Alles wat je moet weten

AANMELDEN

Alle leerlingen uit groep 7 en 8 uit de regio mogen meedoen. Je kunt je opgeven via je juf of meester. Je kunt je ook aanmelden op noordgouw.nl/survivalrun als het via school niet lukt.

EN DAN?

Na je inschrijving krijg je een e-mail met je starttijd. De eerste koppels starten om 12.00 uur, maar als je wat verder weg woont start je later. We houden rekening met je reistijd. Je krijgt een survivalrun T-shirt, dat je over je kleren kunt aantrekken. En denk er aan... neem supporters mee!

KLEDING

Het kan flink koud zijn in januari. Dus doe warme handschoenen en sokken aan. Verder doe je goede hardloepschoenen, een warme hardloopbroek, een trainingspak en een warme trui aan. Zorg ook voor warme kleding na afloop!

KOSTEN

Meedoen aan de Noordgouw Midwinter Survivalrun kost NIETS! Dat komt omdat er veel bedrijven zijn die ons helpen met geld en materialen. Daar zijn we heel erg blij mee!

ADRES HEERDERSTRAND

Het (parkeer)adres van het Heerderstrand in Heerde is Ossenbergweg 1 in Heerde (bij afslag 29 van de A50 Heerde Wapenveld).

