

# zaterdag 1 juli 2017

Van Bank tot Bank Heerde



## 16<sup>e</sup>

# VAN BANK TOT BANK

**Wedstrijd** over 5, 10 en 15 km

**Spikke-run** over 500 en 1000 mtr

*Rabobank, een aandeel in elkaar*

Hoofdsponsor



**Rabobank**

Organisatie



a.v. de Gemzen Heerde

[www.vanbanktotbank.nl](http://www.vanbanktotbank.nl)

# DE 16<sup>e</sup> VAN BANK TOT BANK

Op zaterdag 1 juli vindt alweer de 16e van Bank tot Bank plaats. Een prachtig hardloopevenement met de keuze uit 5, 10 of 15 kilometer door een prachtig Veluws landschap met start en finish in het centrum van Heerde. Voor de jeugd is er een loop over 500 of 1000 meter.

## Programma:

vanaf 18.10 uur	500 meter voor jeugd t/m 8 jaar
vanaf 18.30 uur	1000 meter voor jeugd van 9 t/m 12 jaar
19.15 uur	Start van de 5 kilometer
19.20 uur	Start van de 10 kilometer
19.25 uur	Start van de 15 kilometer

## Voorinschrijven

via [www.vanbanktotbank.nl](http://www.vanbanktotbank.nl) tot 28 juni 2017

## Ophalen startnummer

Ophalen van de startnummers en na-inschrijving voor alle afstanden kan bij de start- en finish locatie achter de Spikke, Stationsstraat 8 in Heerde vanaf 17.00 uur tot 18.45 uur en voor de 500 en 1000 meter (de Spikkerun) tot een half uur voor de aanvang van het desbetreffende onderdeel.

## Prijzenpot

Er is weer een goed gevulde prijzenpot, zie hiervoor [www.vanbanktotbank.nl](http://www.vanbanktotbank.nl)

## Info parkoers 5 km

Een mooi en snel parkoers over glad asfalt door de wijk "Zuppeld" met start en finish in het centrum van Heerde.

## Info parkoers 10 km

Een heel populaire afstand waarbij het parkoers deels hetzelfde en bosrijk is als dat van de 15 kilometer. Een prachtige ronde waarop snelle tijden mogelijk zijn.

## Parkoersrecords (15 kilometer)

Mannen: Julius Muriuki 44.14 (2008),  
Vrouwen: Christine Chepkonga 51.25 (2004)

## Info Parkoers 15 km

Eén ronde, elke kilometer is aangegeven. Elke 5 km klok. Prachtig en snel parkoers. Loopt grotendeels door natuur gebied De Dellen.

## Verzorging

Onderweg water, bij de finish sportdrink.

## Tijdsregistratie

Tijdsregistratie door middel van de Ipico-chip

Kijk voor meer informatie op [www.vanbanktotbank.nl](http://www.vanbanktotbank.nl)



CAFE - SNACKBAR - PARTYSERVICE

'De Spikke'