



## ***Sluizenloop 15 september 2024***

### **Beste deelnemer**

Wat leuk dat je meedoet met de Sluizenloop 2024. Aanstaande zondag gaat het dan echt beginnen! Deze nieuwsbrief bevat de laatste informatie die je nodig hebt voor aankomende zondag. Wij wensen je alvast heel veel plezier en een goede sportieve prestatie.



---

## Definitieve programma

Het programma ziet er als volgt uit voor 15 september:

- 12:30 - 1 km kinderloop
- 13:00 - 2 km jeugdloop
- 14:00 - 5 km wedstrijd- en recreatieloop
- 15:15 - 10 km wedstrijd- en recreatieloop

De start vindt plaats aan de Oude Sluis, te Vreeswijk, Nieuwegein.

Dit jaar is er 10 minuten voor de start van elk loopnummer een gezamenlijke warming up. Oefeningen met muziek om gezellig samen los te komen en op temperatuur te komen, zo kun je de loop goed starten!

Ophalen van je startnummer kan in Brasserie het Raadhuis (Raadhuisplein 1, 3433 ZA Nieuwegein). **Let op: svp graag gebruik maken van de zij-ingang zodat je niet door het café hoeft te lopen!**

Bekijk het volledige programma via de onderstaande knop.

[Bekijk het volledige programma](#)



---

## Familie en vrienden kunnen zich nog inschrijven

Heb je nog familie en vrienden die mee zouden willen doen? Inschrijven kan nog altijd! De volgende afstanden kan je lopen:

- 1 kilometer voor kinderen van 4 t/m 7 jaar
- 2 kilometer voor kinderen van 8 t/m 11 jaar
- 5 kilometer voor wedstrijd en recreatielopers vanaf 12 jaar
- 10 km voor wedstrijd en recreatielopers vanaf 16 jaar

Inschrijven kan via de website van de Sluizenloop, zie ook de onderstaande knop. Voorinschrijven is mogelijk tot en met vrijdag 13 september. Voorinschrijven heeft een gereduceerd tarief ten opzichte van de na-inschrijving.

Na-inschrijven kan op de wedstrijddag zelf bij het wedstrijdsecretariaat.

Betalen kan contant of via een QR-code (niet met pinpas). Na-inschrijven kan vanaf 11:30 tot een halfuur vóór aanvang van het programma onderdeel.

Het ophalen van de startnummers en het eventueel na-inschrijven vindt plaats in Brasserie Het Raadhuis (Raadhuisplein 1, Nieuwegein). **Let op: svp graag gebruik maken van de zij-ingang zodat je niet door het café hoeft te lopen!**

[Inschrijven kan hier](#)

[Bekijk de tarieven](#)

---

## De weersvoorspelling

Het belooft mooi weer te worden, ongeveer 20 graden Celsius. Dat kan best warm aanvoelen tijdens het lopen. Wees daarop goed voorbereid en volg de weerberichten de komende dagen. Drink van tevoren goed. Voor de 5km en de 10km is er onderweg een drinkpost met water.

[Bekijk de weersvoorspelling hier](#)



---

**Onze sponsors**

BRASSERIE  
**HET RAADHUIS**  
LOUNGE | LUNCH | DINER

---



**Hoogzandveld**

---



**RENAULT**

---



**MUSEUMWERF**  
**VREESWIJK**  
DE PLAATS VOOR DE HISTORISCHE BINNENVAART

Nieuwegein





---

Meer informatie is te vinden op onze website. Wij hopen jou te mogen zien aan de start van de Sluizenloop op 15 september 2024!

**Ga hier naar onze webiste**



---

This e-mail has been sent to [[EMAIL\_TO]], [click here to unsubscribe](#).

Sportpark Galecop 6 3438 HX Nieuwegein NL