



Aanmeldingsformulier

Groepsfietsprestatietocht rond het IJsselmeer

Organisatie: comité IJsselmeertoertocht. Onderdeel supportersvereniging Nes aan de Amstel.

Start: Zaterdagmorgen 06.00 18 augustus 2018 vanaf het ijsclub Amstelbocht gebouw.
IJsbaanpad Ouderkerk a/d Amstel

De tocht is ca.325 km lang.

1e etappe	Ouderkerk-Zurich	130 km	pauze 20 minuten
2e etappe	Zurich- Kampen	90 km	pauze 45 minuten
3e etappe	Kampen-Almerehaven	75 km	pauze 20 minuten
4e etappe	Almerehaven-Ouderkerk	45 km	

Naam:.....Leeftijd:..... Man/vrouw

Adres:.....

Postcode en plaats:.....

Mobiele telefoon:.....

E-mail adres:.....

Telefoon thuisblijvers:.....

(bereikbaar op 18 augustus)

Inschrijfkosten: € 25,00 op bankrekening NL 10 RABO 03 823 983 19 t.n.v.

Supportersvereniging Nes aan de Amstel.

Inschrijven via e-mail of post:

Kees Gels. Kerklaan 38. 1189 WG. Nes aan de Amstel. E-mail: kees.gels@gmail.com

Tevens verplicht ik mij, te zullen houden aan de aanwijzingen gegeven door de organisatie. Een paar huisregels: helm verplicht, geen gebruik van telefoon tijdens het fietsen. Er wordt gereden in groepen. Samen uit, samen thuis. Demarrages en sprints zijn verboden

U rijdt de tocht op eigen risico

Afstanden en rustplaatsen kunnen nog gewijzigd worden.

Gemiddelde snelheid is ca. 30 km/u afhankelijk van de weersomstandigheden.

Onze(door ervaring bevestigde) vuistregel dat iedereen tussen de 18 en 80 jaar deze tocht kan volbrengen, wanneer hij/zij na een aantal weken/maanden training in staat is om 100 km alleen of met z'n tweeën non-stop in ca. 3 ½ uur te fietsen. Dan gaan 325 km in etappes in een grote groep ook. Mocht men tijdens de tocht pech krijgen, dan stapt met fiets en al in de volgbus en repareert men zelf!!!

14 dagen voor vertrek krijgt U een bevestiging met deelnemers, aanwijzingen en info voor thuisblijvers.

VEEL SUCCES.