

- 1e Vijfhoekparkloop zaterdag 19 oktober [info](#)
- 2e Vijfhoekparkloop zaterdag 2 november [info](#)
- 3e Vijfhoekparkloop zaterdag 16 november [info](#)
- 4e Vijfhoekparkloop zaterdag 30 november [info](#)



Geacht lid van AV Zaanland,

Graag willen wij je even doorgeven dat onze vereniging zaterdag 19 oktober de [eerste Vijfhoekparkloop van 2019](#) organiseert.

De overige lopen zijn op 2 november, 16 november en 30 november.

Het parkoers van deze gemoedelijke trimloop loopt door het mooie [ecologische Vijfhoekpark](#) in Zaandam.

Onderaan deze mail vind je alle informatie, die ook [op onze website](#) te vinden is.



#### Informatie Vijfhoekparkloop:

Startadres: Sportpark Poelenburg  
1504 NW ZAANDAM (N-H)

Inschrijving in de kantine van [Tennisvereniging Zaanstad Zuid](#)



Poelenburg 466  
1504 NW Zaandam  
Tel.: 075-6156635

Kosten:

1,5 km: € 2,50 / voor de serie van 4 lopen: € 7,50\*.  
5 en 10 km € 3,50 / voor de serie van 4 lopen: € 11,-\*.

**\*) Als je voor de serie inschrijft ontvang je een reflecterend runninghesje!**

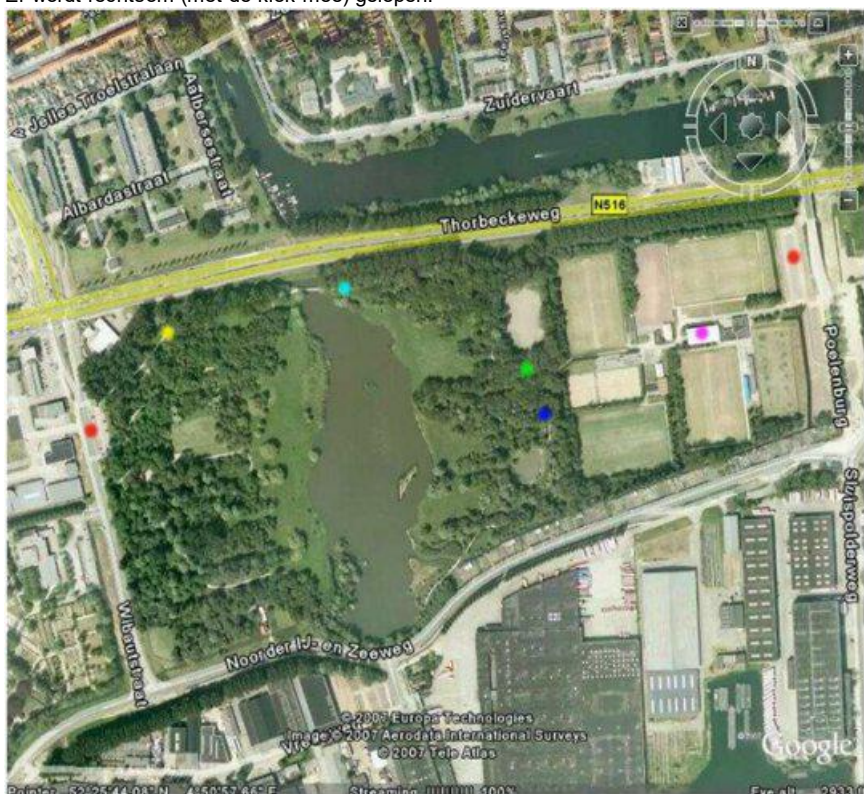
**afstanden:** 1,5 km / 5 km / 10 km  
parcours: 1570 meter (1 ronde)

- 1,5 km 1 ronde (- 70 meter)
- 5,0 km 3 ronden (+ 290 meter)
- 10,0 km 6 ronden (+ 580 meter)

**Starttijden**

- 1,5 km: 11.00 uur
- 5 km: 11.00 uur
- 10 km: 11.00 uur

Kleedgelegenheid en EHBO aanwezig  
 Er wordt rechtsom (met de klok mee) gelopen.



	parkeren
	inschrijven
	finish alle afstanden
	start 10 km
	start 5 km
	start 1,5 km

We zien je graag zaterdag in het Vijfhoekpark.

Met sportieve groet,  
[AV-Zaanland](#)

[Henk Vos](#)  
 Commissie wegatletiek  
[trimlopen@avzaanland.nl](mailto:trimlopen@avzaanland.nl)

