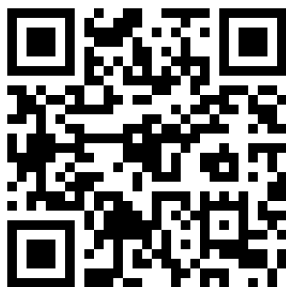


# Zondag 2 april 2023

organiseert

# Reakt<sup>PG</sup>

de 22ste



# Reakt<sup>PG</sup>

Werken aan je toekomst

## Zondag 2 april 2023 organiseert Reakt de 22<sup>ste</sup> Brijderloop

In beweging zijn, is belangrijk bij het herstel van mensen met een verslavingsachtergrond, zo blijkt uit onderzoeken en publicaties. Binnen het behandelaanbod van Brijder Verslavingszorg is runningtherapie een beproefde methode die mensen steunt in hun herstel. Mede daarom startte de Brijderloop ruim 20 jaar geleden als evenement.

De Brijderloop is een prestatieloop in Alkmaar voor mensen met een verslavingsachtergrond, voor mensen met psychische kwetsbaarheid en voor iedereen die het leuk vindt om lekker "een stukje te lopen". De Brijderloop is een begrip geworden in de Alkmaarse regio en inmiddels ook daarbuiten. Reakt is trots dat zij vanaf 2019 deze loop mag organiseren met trouwe partners als Hylas en Achilles.

Behalve de **prestatieloop van 5 of 10 kilometer** is er ook weer een **kidsrun** in drie categorieën: **400 meter**, **800 meter** of **1.200 meter**.

**Aanmelden** kan vanaf **01/02/2023**

### Goed om te weten of om rekening mee te houden:



#### Iedereen loopt mee op eigen risico



Inschrijven betekent dat de deelnemer op de hoogte is van de risico's die deelname met zich mee kan brengen. Beginnende lopers doen er verstandig aan vooraf advies in te winnen bij hun (huis)arts.



Lopers houden zich aan de aanwijzingen van de organisatie.



Wij adviseren de lopers om zich vooraf in te schrijven.



Lopers die voor behandeling aan loopgroepen deelnemen, melden zich via hun behandelaar aan. Zij betalen dan geen inschrijfgeld!



Wij verwachten dat de lopers op zondag 2 april op tijd aanwezig zijn.



Telefonische bereikbaarheid organisatie op 2 april: 06 – 23 26 31 93



De organisatie is per mail bereikbaar op: [brijderloop@reakt.nl](mailto:brijderloop@reakt.nl)



<b>Locatie</b>	Atletiekvereniging Hylas Havinghastraat 4, 1817 DA Alkmaar
<b>Afstanden</b>	<b>Prestatieloop:</b> 5 km en 10 km (parcours vlak en verhard, door de Bergermeer) <b>Kidsrun:</b> 400 meter, 800 meter, 1.200 meter (atletiekbaan Hylas)

### Categorieën prestatie loop

Jongeren: 5 km  $\frac{1}{m}$  16 jaar  
 Vrouwen: 5 km en 10 km tot 35 jaar  
 Vrouwen: 5 km en 10 km  $\frac{35}{m}$  44 jaar  
 Vrouwen: 5 km en 10 km vanaf 45 jaar  
 Mannen: 5 km en 10 km tot 40 jaar  
 Mannen: 5 km en 10 km  $\frac{40}{m}$  49 jaar  
 Mannen: 5 km vanaf 50 jaar  
 Mannen: 10 km  $\frac{50}{m}$  59 jaar  
 Mannen: 10 km vanaf 60 jaar



### Aanvangstijden

**10:30 uur** 1.200 meter  $\frac{10}{m}$  12 jaar  
**10:40 uur** 800 meter  $\frac{7}{m}$  9 jaar  
**10:50 uur** 400 meter  $\frac{5}{m}$  6 jaar

*Prijsuitreiking Kidsruns direct na laatste loop als laatste deelnemer gefinisht is.*

**11:30 uur** Prestatieloop 5 km en 10 km

*Prijsuitreiking prestatie loop direct na afloop als laatste deelnemer gefinisht is.*

### Kosten en inschrijving

**Kidsrun** voor-inschrijving: € 4,00  
 na-inschrijving (op de dag zelf): € 6,00  
**Prestatieloop** voor-inschrijving: € 8,00  
 na-inschrijving (op de dag zelf): € 13,00

Lopers die in het kader van hun behandeling aan loopgroepen deelnemen kunnen zich via hun behandelaar aanmelden. **Zij betalen dan geen inschrijfgeld!**

**Aanmelden vanaf 01/02/2023** via [www.inschrijven.nl](http://www.inschrijven.nl) of via de QR

**De voorinschrijving eindigt** op maandag 27 maart om 23:00 uur!



De Brijderloop 2023 is mede mogelijk gemaakt door:



Heb je nog vragen of wil je over iets anders contact opnemen?

Mail naar: [brijderloop@reakt.nl](mailto:brijderloop@reakt.nl)

**Commissie Brijderloop:** Sandra Dieleman, Debby Kuijper, Mariët Hamer, Tom Heiblom, Carel Kuitenbrouwer, Jan Luijben, Sander van der Vlugt.

