

Atletiekvereniging
Achilles-Top



met
Eurode Trail Run

Zat 18 jan 2020 - Zon 19 jan 2020

2020



Atletiekunie | **NATIONAAL CROSSCIRCUIT**

Organisatie:

Atletiekvereniging Achilles-Top, Kerkrade e.o. - www.abdijcross.nl

56ste Abdijcross Kerkrade-Rolduc zaterdag 18 januari 2020

De Abdijcross wordt voor de 56ste keer gehouden. De cross heeft opnieuw een Europese erkenning gekregen en is een EA-permit meeting. Zaterdag 18 januari 2020 worden de wedstrijden gehouden voor de pupillen en de Eurode Trail Runs over een afstand van 10,5 en 21 km.

Wedstrijdprogramma zaterdag 18 januari 2020

Tijd	Categorie	Afstand	Inschrijfgeld	Inschrijfgeld
			t/m 31 dec.	1-13 jan.
13.00	Eurode Trail Run Kort	10,5 km	€ 14,00	€ 16,00
13.00	Eurode Trail Run Lang	21 km	€ 18,00	€ 20,00
13.05	Pupillen meisjes C (2012) en D (2013) Schölerinnen WU 8 (aanloop + 2 baanronden blauw)	850 m	€ 5,00	€ 7,00
	Pupillen jongens C (2012) en D (2013) Schüler MU 8 (aanloop + 2 baanronden blauw)	850 m	€ 5,00	€ 7,00
13.10	Pupillen meisjes B (2011) Schölerinnen WU 10 (aanloop + 3 baanronden blauw)	1200 m	€ 5,00	€ 7,00
	Pupillen jongens B (2011) Schüler MU 10 (aanloop + 3 baanronden blauw)	1200 m	€ 5,00	€ 7,00
13.20	Pupillen meisjes A (2009/2010) Schölerinnen WU 12 (aanloop + 1 baanronde blauw + 1 ronde A roze)	1400 m	€ 5,00	€ 7,00
13.30	Pupillen jongens A (2009/2010) Schüler MU 12 (aanloop + 1 baanronde blauw + 1 ronde A roze)	1400 m	€ 5,00	€ 7,00

Ronde A roze = ca. 900 meter. Voor parcours zie de website www.abdijcross.nl

Prijsuitreikingen:

Direct na afloop van de loop.



Voor alle informatie over de Eurode Trail Runs ga naar de website www.abdijcross.nl

Extra service aan deelnemers

De tijdregistratie van de Abdijcross zal weer worden verzorgd door Racetimer. Natuurlijk worden alle tijden weer perfect geregistreerd, maar er is meer. Elke deelnemer kan gratis een actiefoto van hoge resolutie downloaden. Er wordt van ieder een persoonlijke video gemaakt en daarnaast ontvangt ieder ook nog een magazine met de eigen actiefoto op de voorpagina. Je prestatie in de schitterende omgeving van Abdij Rolduc wordt hiermee extra benadrukt. Ook beelden van Kerkrade en omgeving zijn in dit magazine vertegenwoordigd, evenals alle sponsoren.

56ste Abdijcross Kerkrade-Rolduc zondag 19 januari 2020

Het wedstrijdprogramma op zondag 19 januari 2020 begint traditiegetrouw met de MOVARE Abdij-kidscrossen vanaf 9.30 uur, gevolgd door G-lopen voor jongens en meisjes met een beperking. Daarna volgt de scholierenloop voor leerlingen van het voortgezet onderwijs. Het voorprogramma wordt afgesloten met een business-/recreantenloop over een afstand van 5200 meter.



Voorprogramma zondag 19 januari 2020

Tijd	Categorie	Afstand	Inschrijfgeld
9.30	MOVARE Abdij-kidscross Bambino's jongens/meisjes groep 1/2 (aanloop + 1 baanronde blauw)	500 m	€ 3,00
9.37	MOVARE Abdij-kidscross E1 jongens groep 3/4 (aanloop + 1 baanronde blauw)	500 m	€ 3,00
9.44	MOVARE Abdij-kidscross E2 meisjes groep 3/4 (aanloop + 1 baanronde blauw)	500 m	€ 3,00
9.51	MOVARE Abdij-kidscross D1 jongens groep 5/6 (aanloop + 2 baanronden blauw)	850 m	€ 3,00
10.00	MOVARE Abdij-kidscross D2 meisjes groep 5/6 (aanloop + 2 baanronden blauw)	850 m	€ 3,00
10.10	MOVARE Abdij-kidscross C1 jongens groep 7/8 (aanloop + 2 baanronden blauw)	850 m	€ 3,00
10.20	MOVARE Abdij-kidscross C2 meisjes groep 7/8 (aanloop + 2 baanronden blauw)	850 m	€ 3,00
10.30	G-loop jongens en meisjes met een beperking t/m 11 jaar (aanloop + 1 baanronde blauw)	500 m	€ 3,00
10.40	G-loop jongens en meisjes met een beperking vanaf 12 jaar (aanloop + 2 baanronden blauw)	850 m	€ 3,00
10.50	Scholieren B jongens/meisjes van 12 t/m 18 jaar (aanloop + 2 baanronden blauw + 1 ronde D zwart)	3000 m	€ 3,50
10.50	Lopers Company business-/recreantenloop m/v Jedermannlauf Männer und Frauen (aanloop + 2 baanronden blauw + 2 ronden D zwart)	5200 m	€ 8,00

Ronde A roze = ca. 900 meter. Ronde D zwart = ca. 2200 meter.
Voor parcours zie de website www.abdijcross.nl.



Voorprogramma Atletiekunie, onderdeel van het Nationaal Crosscircuit

Tijd	Categorie	Afstand	Inschrijfgeld	Inschrijfgeld
			t/m 31 dec.	1-13 jan.
11.30	Meisjes D (2007/2008) Schülerinnen WU 14 (aanloop + 2 baanronden blauw + 1 ronde A roze)	1750 m	€ 6,00	€ 8,00
11.45	Jongens D (2007/2008) Schüler MU 14 (aanloop + 2 baanronden blauw + 1 ronde A roze)	1750 m	€ 6,00	€ 8,00
12.00	Meisjes C (2005/2006) Schülerinnen WU 16 (aanloop + 1 baanronde blauw + 2 ronden B groen)	2550 m	€ 6,00	€ 8,00
12.20	Jongens C (2005/2006) Schüler MU 16 (aanloop + 2 baanronden blauw + 2 ronden B groen)	2900 m	€ 6,00	€ 8,00

Hoofdprogramma Atletiekunie, onderdeel van het Nationaal Crosscircuit

Nationaal Crosscircuit

De Abdijscross in Kerkrade-Rolduc maakt deel uit van het Nationaal Crosscircuit. Het crosscircuit gaat over zes wedstrijden. Behalve de Abdijscross zijn dat: **Warandeloop** 22-24 november in Tilburg, **Boscross** 15 december in Amsterdam, **Sylvestercross** 31 december in Soest, **Mastboscross** 25-26 januari 2020 in Breda en het **NK Cross** 29 februari t/m 1 maart 2020 in de Noordoostpolder. Voor meer informatie over het Nationaal Crosscircuit zie de website www.atletiek.nl



Wedstrijdprogramma Atletiekunie, onderdeel van het Nationale Crosscircuit

Tijd	Categorie	Afstand	Inschrijfgeld	Inschrijfgeld
12.40	Meisjes B (2003/2004) W. Jgd B WU 18 (aanloop + 2 baanronden blauw + 2 ronden C rood)	3350 m	t/m 31 dec. € 8,00	1-13 jan. € 10,00
13.00	Lange cross mannen. Lange Strecke Männer (aanloop + 2 baanronden blauw + 1 ronde A roze + 4 ronden D zwart)	10500 m	€ 10,00	€ 12,00
13.50	Lange cross vrouwen. Lange Strecke Frauen	7400 m	€ 10,00	€ 12,00
	Vrouwen masters V35 e.o. Frauen Altersklassen (aanloop + 2 baanronden blauw + 3 ronden D zwart)	7400 m	€ 10,00	€ 12,00
14.30	Meisjes A (2001/2002) W. Jgd A WU 20 (aanloop + 2 baanronden blauw + 2 ronden D zwart)	5200 m	€ 10,00	€ 12,00
	Jongens B (2003/2004) M. Jgd B MU 18 (aanloop + 2 baanronden blauw + 3 ronden C rood)	4600 m	€ 8,00	€ 10,00
15.00	Jongens A (2001/2002) M. Jgd A WU 20	7400 m	€ 8,00	€ 10,00
	Mannen masters M35 e.o. Männer Altersklassen (aanloop + 2 baanronden blauw + 3 ronden D zwart)	7400 m	€ 10,00	€ 12,00
15.45	Korte cross vrouwen. Kurze Strecke Frauen (aanloop + 1 baanronde blauw + 1 ronde D zwart)	2600 m	€ 10,00	€ 12,00
16.00	Korte cross mannen. Kurze Strecke Männer (aanloop + 1 baanronde blauw + 1 ronde D zwart)	2600 m	€ 10,00	€ 12,00

Ronde A roze = ca. 900 m; Ronde B groen = ca. 1050 m; Ronde C rood = ca. 1250 m; Ronde D zwart = ca. 2200 m. Voor parcours zie de website www.abdijscross.nl

Algemene informatie

Inschrijven

Inschrijven uitsluitend via www.inschrijven.nl tot uiterlijk 12 januari 2020 om 24.00 uur.

Buitenlandse atleten kunnen ook inschrijven via www.inschrijven.nl (icoon land aanklikken). Inschrijven ter plaatse is beperkt mogelijk tot een half uur voor het begin van de loop tegen contante betaling en extra inschrijfkosten van € 2,50.

Kijk voor meer informatie over het secretariaat op de wedstrijd dag, kledruimte en prijzen op de website www.abdijscross.nl

Info atleten op uitnodiging

Atleten, atletes en trainers kunnen contact opnemen met Marcel de Veen: e-mailadres: mdeveen@ziggo.nl of mobiel: 06-53419542.

Aan het wedstrijdprogramma van de Atletiekunie mogen alleen atleten en atletes deelnemen die lid zijn van een

atletiekvereniging (binnen- en buitenland). Recreanten dienen te starten in de recreantenloop. Elke deelnemer ontvangt bij de finish een herinneringsmedaille. De Abdijscross maakt ook deel uit van de Rur-Eifel-Volkslauf Cup 2020 (zie website)

Pasta party op zaterdag 18.00 uur

Voor deelname, aanmelden en meer informatie over de pasta party zie website www.abdijscross.nl

Voor reserveringen overnachtingen kan men terecht bij de volgende hotels:

Abdijschotel Rolduc Kerkrade:

www.rolduc.com

Hotel Overste Hof Landgraaf:

www.overstehof.nl

Golden Tulip Kerkrade:

www.goldentulip.nl/kerkrade

Fletcher Hotel Erenstein:

www.kasteelerenstein.nl