

Opzet van de Flevorun 2023 op 22 april 2023 – concept 31/1

Het vervolg op de Flevorun van 2022

In 2022 is de eerste Flevorun – georganiseerd door het Roparunteam – gelopen: 24 uur, ruim 260 kilometer, langs alle Inloophuizen in de provincie Flevoland. Om aandacht te vragen en geld in te zamelen voor de doelen van Roparun en om te oefenen voor de Roparun van Pinksteren 2022.

Deze eerste versie is goed bevallen, maar we willen graag doorgaan. De uitdaging voor ons is een loop te ontwikkelen die:

- qua datum voor meerdere teams aantrekkelijk is,
- qua organisatie niet te ingewikkeld is om eraan mee te doen,
- wel voldoende aandacht weet te genereren voor de doelen van Roparun,
- zo mogelijk ook financieel bijdraagt aan Roparun en
- ons eigen team gelegenheid biedt om te oefenen.



Flevorun 2023

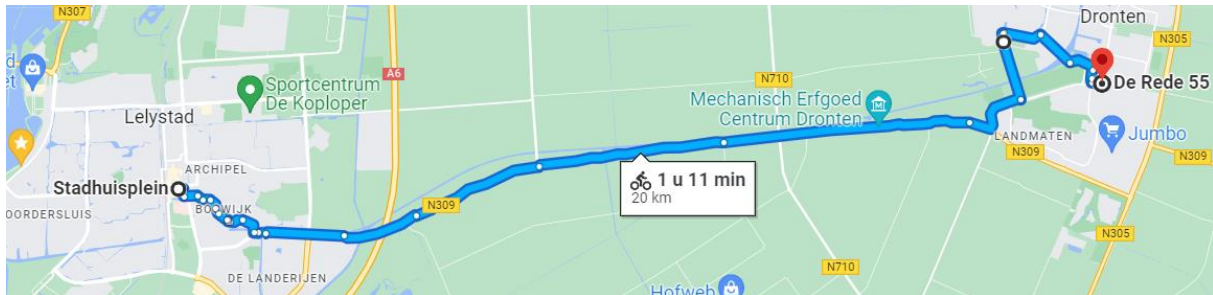
Dit jaar wordt op initiatief van Rotary Nederland een estafette georganiseerd door Nederland met op **22 april** een etappe van Lelystad naar Dronten. Dit evenement biedt mogelijkheden om aandacht te vragen voor Roparun en daarom haken wij aan bij dit initiatief. De estafette van Rotary van Lelystad naar Dronten op **22 april** is vrij van opzet: veel aandacht natuurlijk voor het jubileum van Rotary, maar ook – zoals gebruikelijk – ruime aandacht voor maatschappelijke doelen. De vrijere opzet biedt de mogelijkheid om onze eigen estafette te lopen met begeleidende fietsers, maar ook om de beperkte route zelf te verlengen en door te gaan naar bijvoorbeeld Emmeloord of vandaar zelfs weer terug te gaan naar Lelystad.

Ook plaatselijke Inloophuizen in Emmeloord en Lelystad zouden weer betrokken kunnen worden bij de aankomsten van het team of de teams in die plaatsen. En tenslotte kunnen andere teams ook worden uitgenodigd om met ons te starten in Lelystad en de hele route te lopen – ongeveer 120 kilometer – of het deel van de route tot Emmeloord – dan ongeveer 70 kilometer.

De kortere route – eindigend in Emmeloord – zou interessant kunnen zijn voor (bedrijfs)teams uit de NOP, die mee hebben gedaan aan de 12-dorpenloop; die een uitdaging mooi vinden, maar een aankomst rond 21.00 uur in Emmeloord wel genoeg vinden. Meer geoefende teams kunnen doorlopen en – na middernacht – finishen in Lelystad.

Hoe ziet de route er uit

De start vindt plaats op **22 april** in het centrum van Lelystad. De Rotary-estafette komt vanuit Zeewolde aan en wordt hartelijk en met muziek ontvangen op het Stadhuisplein. Daar stellen de teams van de Flevorun zich op en voegen zich bij de Rotary-estafette. Na wat toespraken en een startschot rond 14.00 uur vertrekken lopers en fietsers richting Dronten met een snelheid van ongeveer 11 km/h. Na aankomst van de lopers en fietsers rond 16.00 uur in Dronten is het evenement van Rotary ten einde. Mogelijk een kleine ontvangst, maar daarna is het: nog even doorlopen.

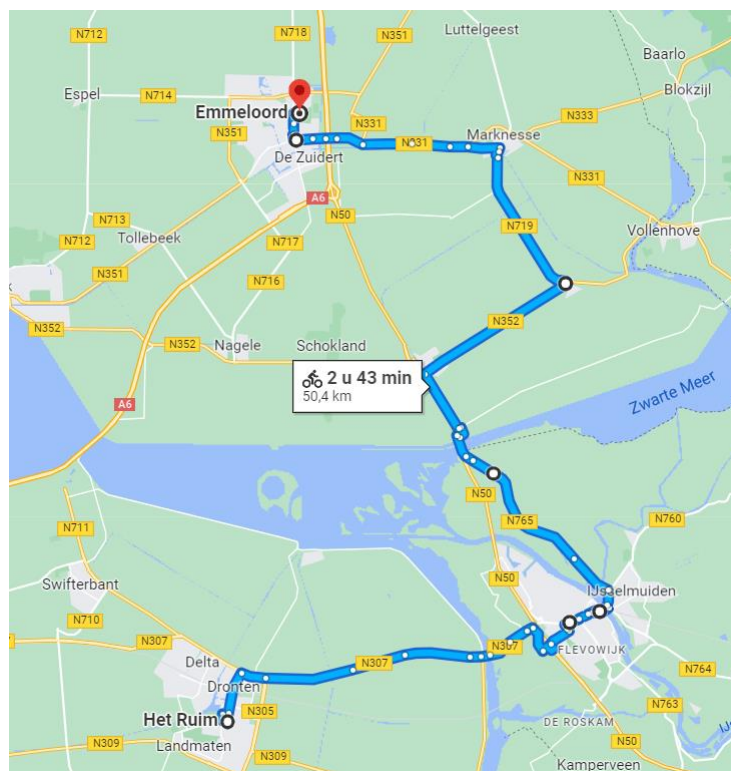


De route van de Flevorun na Dronten

Na een break van een half uur in Dronten gaan de deelnemers van Flevorun rond 16.30 uur verder richting Emmeloord. Vanuit Dronten zijn de routes via de Ketelbrug en via Kampen beide ongeveer even lang: omdat op de terugweg al via de Ketelbrug wordt gelopen, is het aantrekkelijker om heen via Kampen te gaan.

De keuze voor Emmeloord als eindpunt voor het tweede deel biedt de mogelijkheid om bij AV NOP een verzorgingslocatie te hebben: een eenvoudige pastamaaltijd voor de deelnemers aan het eind of als voorbereiding voor de laatste etappe naar Lelystad in het donker.

Onderweg naar Emmeloord maken we nog afspraken in Kampen en Ens om teams de mogelijkheid te bieden even een korte sanitaire stop te houden.



De route van Emmeloord terug naar Lelystad

Na een korte break in Emmeloord gaan de teams die Lelystad als eindpunt hebben gekozen vanaf 21.30 uur in het donker weer verder. Vanwege de veiligheid is het verplicht dat deelnemers allen zijn voorzien van een functionerend verlicht veiligheidsvest. Zonder een dergelijk vest mag het team zich niet op de weg begeven.



Voor de route van Emmeloord terug naar Lelystad is gekozen voor een route van 50 kilometer, via Tollebeek en Nagele.

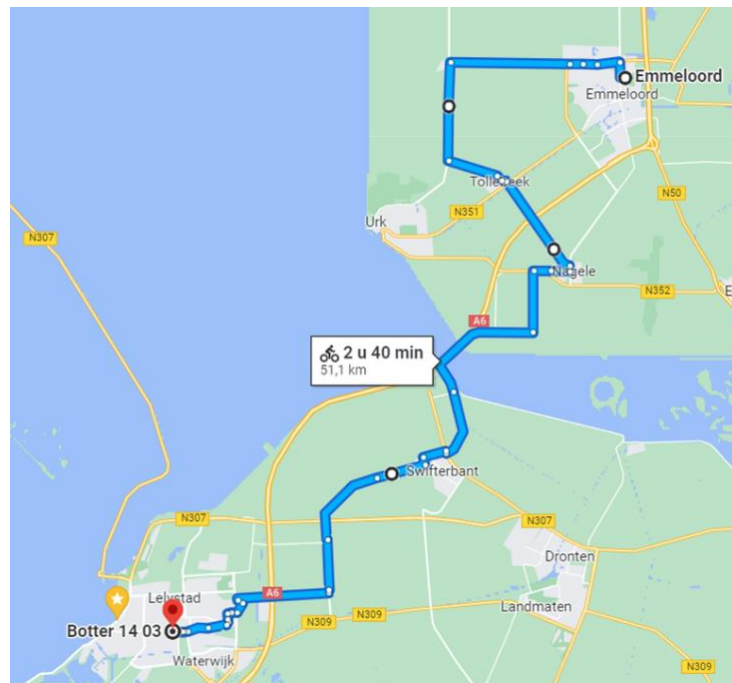
De route eindigt achter het Provinciehuis in Lelystad. Met het Inloophuis worden afspraken gemaakt – zoals eerder is gebeurd bij onze nachtelijke oefening – om daar even binnen te komen en af te ronden.

Indien er echter een groter aantal teams zijn die graag tot en met Lelystad lopen, dan zal wellicht naar een grotere locatie gekeken moeten worden.

Ook voor dit traject maken we onderweg afspraken in Nagele en Swifterbant om deelnemers weer de mogelijkheid te bieden voor een sanitaire stop.

Het tijdschema voor het gehele traject is dan:

14.00 uur: start Lelystad
16.00 uur: aankomst Dronten
16.30 uur: start Dronten
21.00 uur: aankomst Emmeloord
21.30 uur: start Emmeloord
02.00 uur: aankomst Lelystad



Nog wat praktische zaken

Deze eerste opzet wordt gebruikt om met partners in gesprek te gaan en naar andere teams toe informatie te kunnen geven. Uiteindelijk zal er nog aan de deelnemende teams een informatieboekje worden uitgereikt met aanwijzingen en digitaal de te lopen route.

Wel is het goed om te weten dat het lopen van de route in estafettevorm plaatsvindt. Een team bestaat op de route uit 4 lopers en 2 begeleidende fietsers. Voor hen geldt:

- 4 lopers wisselen elkaar steeds af;
- iedere loper loopt 1500 tot 2000 meter (naar keuze van het team) per keer;
- de loper op de weg wordt begeleidt door een fietser voor en een fietser achter (veiligheid);
- bij dit groepje rijdt een auto mee met chauffeur, navigator en veelal de overige drie lopers;
- soms is een deel van de route niet voor auto's opengesteld en dan zal dat deel gelopen worden in een vorm van run-bike-run; daarbij zijn één of meer extra lopers ook op de fiets op de route en rouleren zij als lopers totdat de auto zich weer bij de lopers en fietsers kan voegen.

Het Roparunteam Flevoland gaat de route tot aan Lelystad lopen en zet daarvoor de beide subteams in, ieder met 4 lopers en 2 fietsers. Het eerste gedeelte tot Dronten lopen beide subteams gelijktijdig. Naar Emmeloord en daarna terug naar Lelystad loopt één subteam de helft van de route (circa 25 km) en het andere subteam de andere helft. In totaal loopt daarmee ieder subteam ongeveer 70 km.

Andere teams zullen tenminste uit 4 lopers en 2 fietsers moeten bestaan. Daarmee kunnen zij de route in estafette van Lelystad via Dronten naar Emmeloord lopen.

Hebben ook zij 2 subteams en in totaal 8 lopers dan hebben zij ook de mogelijkheid om te kiezen voor een Flevorun die doorgaat tot Lelystad. Met het extra aantal lopers kan immers de route worden opgedeeld en blijft de opgave per loper beperkt tot ongeveer 15 tot 18 kilometer.

Voor de kosten van de organisatie, het beschikbaar stellen van een warme maaltijd in Emmeloord en het bijdragen aan de doelen van Roparun vragen wij van deelnemende teams een bijdrage van € 200 per team. Natuurlijk mogen deelnemende teams ook een hoger bedrag overmaken: alle bijdragen zullen na aftrek van kosten volledig ten goede komen van Roparun. **Uiterlijk 28 februari** ontvangen wij graag de opgave van het team:

- naam van het team en contactpersoon/contactgegevens
- route Lelystad-Emmeloord of route Lelystad-Emmeloord-Lelystad
- aantal deelnemers: lopers, fietsers en ondersteuners
- toezegging financiële bijdrage

Na ontvangst van de opgave(n) krijgen de teams een factuur voor de toegezegde bijdrage en ongeveer 10 dagen voor de Flevorun alle relevante gegevens die nodig zijn voor een succesvolle Flevorun. Zijn er nu al nieuwsgierige of brandende vragen, bel of mail dan naar mij.

Namens het Roparunteam Flevoland

Peter Klooster, organisatie Flevorun

06 45334968

penningmeester@roparunteamflevoland.nl