

Van Stichting Kleine Beer  
 Aan Eenieder  
 Onderwerp IndoorCyclingMarathon Sporthal Glanerbrook 11 februari 2012

## IndoorCyclingMarathon in Sporthal Glanerbrook 11 februari 2012

### Doel

De stichting Kleine Beer stelt zich ten doel de kwaliteit van het leven te verbeteren van chronisch zieke kinderen en kinderen met kanker in de regio Limburg. Stichting kleine Beer organiseert sportevenementen waarmee sponsorgeld bij elkaar wordt 'gefietst' ten bate van deze kinderen. De donaties die via de IndoorCyclingMarathon binnenkomen worden onder andere gebruikt om een snoezelkamer te maken voor de [St. Jan Baptistschool](#) te Kerkrade. Zie onze website voor meer informatie over onze doelstellingen, werkwijze en plannen: [www.vriendenvandekleinebeer.nl](http://www.vriendenvandekleinebeer.nl).

### Datum en locatie

Op 11 februari 2012 wordt de zevende editie van de IndoorCyclingMarathon georganiseerd en wel op een mooie locatie, namelijk in Sporthal Glanerbrook. Het belooft wederom een hele happening te worden in een bijzonder ambiance! We dagen je uit om met nog meer mensen nog meer geld te verzamelen voor het goede doel. Overtref je grenzen, stap op één van de ruim 150 fietsen en doe mee!

### Inschrijven

Inschrijven doe je bij de receptie van je sportschool (of bedrijf) of individueel via de website <http://www.indoorcyclingmarathon.nl>. Het inschrijfgeld bedraagt €10,- per blok per fiets.

### Sponsors

Sponsor of laat je sponsoren door je familie, kennissen, collega's, vrienden en bedrijven. Het minimale bedrag dat je hierbij dient op te halen is €35,- per blok per fiets. Natuurlijk mag je ook meer ophalen (graag zelfs!). Het bedrag kan als volgt worden overgemaakt:

- met gebruik van de machtigingskaarten (zie website: [machtigingskaart](#)). Deze kunt U per post opsturen of op de dag van de marathon meenemen.
- door te storten op bankrekening 10.17.62.666 t.n.v. Stichting Kleine Beer o.v.v. IndoorCyclingMarathon, code sportschool en deelnemernummer.
- bij uitzondering is het ook mogelijk om de dag zelf te betalen (dit heeft niet onze voorkeur i.v.m. de veiligheid van eenieder).

### Duur

De marathon bestaat in principe uit twee blokken waaruit men kan kiezen:

- zaterdag 11 februari 9-12u
- zaterdag 11 februari 13-16u

Als er erg veel aanmeldingen komen hebben we de mogelijkheid om nog een 3<sup>e</sup> blok open te stellen en wel het blok:

- zaterdag 11 februari 17-20u

stichting

KL  
Ei  
ne

beer



Van Stichting Kleine Beer  
 Aan Eenieder  
 Onderwerp IndoorCyclingMarathon Sporthal Glanerbrook 11 februari 2012

Een blok bestaat telkens uit 50 minuten en 10 minuten pauze en dat dan drie keer. Laat je niet afschrikken door de tijdsduur. Je mag zelf tussentijds pauzeren voor een sanitaire stop, om te drinken of om je even lekker te laten masseren. Daarna kun je gewoon weer verder fietsen. De doorgewinterde sporter mag natuurlijk ook aan meerdere blokken deelnemen!

### Wie mogen meedoen?

Iedereen: jong, oud, man, vrouw, klein, groot, sportief, relaxed. Het maakt niets uit!

### Supporters

Supporters zijn van harte welkom. In Sporthal Glanerbrook staat u een mooie tribune ter beschikking om de deelnemers aan te moedigen en te bewonderen. Ook kunnen supporters natuurlijk gebruik maken van de ter plekke aanwezige sportieve mogelijkheden voor zichzelf.

### Voor aanvang

Deelnemers worden verzocht 1 uur voor aanvang aanwezig te zijn, in verband met het afgeven van de incassoformulieren. Let op: niet alle fietsen zijn voorzien van spd-pedalen, neem dus ook gewone sportschoenen mee.

### Als dank

Als dank voor je inzet krijg je een aandenken, lunchpakket voor tijdens de marathon, sportdrink en een sportfeest van 3 uur. Tevens is er de mogelijkheid gebruik te maken van een lekkere massage voor/ tijdens of na het sporten.

### Kleedkamers

Neem geen waardevolle spullen mee. De kleedkamers gaan tijdens het sporten niet op slot. De kamers zijn voorzien van douchegelegenheden.

### Tijdens de marathon

Begin rustig en luister naar je lichaam. Mocht het zijn, dat er krampverschijnselen optreden, ga gerust even naar een van de aanwezige masseurs en laat je verwennen. Geniet van het evenement en wees trots op jezelf. Vergeet niet te drinken tijdens het sporten, zo voorkom je kramp.

### Na afloop

Geef jezelf een flinke schouderklop. Klets gezellig na met je mede sporters, wij vinden je nu al beregoed!!

### Routebeschrijving naar Sporthal Glanerbrook

Sporthal Glanerbrook  
 Kummenaedestraat 45  
 6165 BT Geleen

stichting

KL  
 EI  
 NE

beer



Van Stichting Kleine Beer  
Aan Eenieder  
Onderwerp IndoorCyclingMarathon Sporthal Glanerbrook 11 februari 2012

#### *Vanuit de richting Eindhoven*

Op de A2 richting Maastricht/Heerlen neemt u bij knooppunt Kerensheide de A76 richting Geleen/Heerlen/Aachen. U neemt vervolgens afslag 2 Geleen en gaat bovenaan de afslag naar links Rijksweg Zuid (richting Geleen). Vervolgens gaat u na 1,7 km in het centrum vlak na de Albert Heijn (aan uw linkerkant) rechtsaf de Kummenaedestraat in. De Sporthal ligt verder door aan uw linkerkant.

#### *Vanuit de richting Maastricht*

Op de A2 richting Eindhoven neemt u bij knooppunt Kerensheide de A76 richting Geleen/Heerlen/Aachen. U neemt vervolgens afslag 2 Geleen en gaat bovenaan de afslag naar links Rijksweg Zuid (richting Geleen). Vervolgens gaat u na 1,7 km in het centrum vlak na de Albert Heijn (aan uw linkerkant) rechtsaf de Kummenaedestraat in. De Sporthal ligt verder door aan uw linkerkant.

#### *Vanuit de richting Heerlen*

Op de A76 richting Eindhoven neemt u afslag 2 Geleen en gaat bovenaan de afslag naar rechts Rijksweg Zuid (richting Geleen). Vervolgens gaat u na 1,7 km in het centrum vlak na de Albert Heijn (aan uw linkerkant) rechtsaf de Kummenaedestraat in. De Sporthal ligt verder door aan uw linkerkant.

#### **Parkeergelegenheid**

Voor de sporthal Glanerbrook is volop gratis parkeergelegenheid.

#### **Ten slotte**

Voor alle sponsors, sportrelaties en deelnemers alvast veel succes en bedankt voor Uw bijdrage.

N.b. gedurende het evenement worden foto- en video-opnamen gemaakt. Deze opnamen worden gepubliceerd via diverse media (voornamelijk internet).

Mocht je als deelnemer hier bezwaar tegen hebben, geef dit dan expliciet aan.

stichting

KL

Ei

ne

beer

