



Geachte ouders/verzorgers,

Op woensdag 6 juni a.s. wordt vanaf 9.00 uur rond het sportcomplex van V.V. Scharn te Maastricht de 12^e editie van de Run-Bike-Run gehouden.

Afstanden:

2,5 km lopen

10 km fietsen

2,5 km lopen

Start en Finish locatie:

Parkeerterrein van VV Scharn

Tijdschema

Leerlingen moeten een half uur voor de start aanwezig zijn en zich melden bij de mentor of vervangende docent.

10.00 uur: Start leerjaar 1

12.00 uur: Start leerjaar 2

14.00 uur: Start leerjaar 3

Belangrijk

- Eigen fiets voor het fietsgedeelte.
- Sportkleding en sportschoenen.
- Je mag eigen eten en drinken meenemen.
- Laat je waardevolle spullen thuis!

Waarom een Run-Bike-Run

De laatste jaren zien we een grote belangstelling voor duursporten in Nederland. Hardlopen en fietsen zijn sporten waar veel mensen zelfs op latere leeftijd mee begonnen zijn, om op die manier iets aan hun gezondheid of conditie te gaan doen. Hardlopen, fietsen en wandelen zijn ongecompliceerde sporten die iedereen op zijn of haar niveau kan uitvoeren.

Een gezonde levensstijl is maatschappelijk al lang aanvaard en daarom ook deze toenemende belangstelling voor duursporten.

Daarom willen we juist de leerlingen kennis laten maken met duursport.

Deze Run-Bike-Run is een hele ervaring voor bijna alle leerlingen en docenten. De Run-Bike-Run is voor iedere leerling een verplicht onderdeel en wordt beoordeeld met een cijfer voor L.O. Deze dag is een schooldag waarop alle leerlingen aanwezig moeten zijn.

Blessures

Leerlingen die om welke fysieke reden dan ook niet kunnen deelnemen aan deze activiteit, moeten contact opnemen met hun eigen docent L.O. Leerlingen die niet meedoen moeten wel aanwezig zijn en krijgen een vervangende opdracht tijdens deze dag. Deze geblesseerden worden verwacht op het moment dat hun eigen klas start met de Run-Bike-Run en zullen vanaf dit moment 2 uur ingezet worden om alle voorkomende werkzaamheden te verrichten. Onderaan deze brief vindt u de blessurebrief. Gelieve deze in te leveren vóór 30 mei 2018.

We wensen alle leerlingen en docenten dan ook een bijzonder sportieve dag toe.

De Sectie Lichamelijke Opvoeding.

✂.....

Blessureformulier

Mijn zoon/dochter :..... Klas:

Kan niet meedoen met de Run-Bike-Run 2018.

Reden :

.....

.....

Handtekening ouders/verzorgers.

Inleveren bij de eigen docent L.O. vóór 30 mei 2018.