



criterium RamRoadRunners

Spelregels
Seizoen 2022-2023

Spelregels

Minimum aantal punten

Welke wedstrijd telt mee?

Uitzonderingen

Marathonwedstrijd

Hoe je wedstrijd doorgeven?

Waar vind je het criterium?

Periode criterium 2022-2023



Minimum aantal punten

- Om het Ram RoadRunners criterium te behalen, moeten er minimum 10 punten worden behaald.
- Als dit op het einde van het seizoen behaald is, krijg je van de club een welverdiende attentie, feestelijk overhandigd tijdens de jaarlijkse ledenvergadering 😊

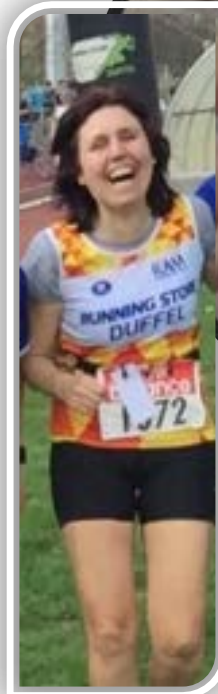
Welke wedstrijd telt mee?

De wedstrijd staat op het criterium

Je hebt bij voorkeur je RAM outfit aan

Punten sprokkelen

Per gelopen wedstrijd krijg je 1 punt



Elke loopwedstrijd kan toegevoegd worden aan het criterium *als*:

- > je met minstens 3 lopers van RAM afspreekt om deel te nemen
- > je minstens 2 maand op voorhand laat weten dat je zal deelnemen



Extra punt

- > Het trainingsschema van een marathon belet je soms om een andere vooropgestelde wedstrijd mee te kunnen lopen.
- > Daarom krijg je voor een officiële marathonwedstrijd **2 punten**.



Hoe je wedstrijd doorgeven?

Als je een wedstrijd van het criterium hebt gelopen, geef dit dan door aan Geert of Nadine, zodat je score kan bijgehouden worden

> **Geert Joris:** gjoris@hotmail.com

> **Nadine Geers:** nadine@interestand.be



Waar vind je het criterium?

Het criterium kan je terugvinden in de Clubkalender op de RAM Atletiek website: www.ram-atletiek.be



RAM is de atletiekclub waar teamwerking, verbondenheid en sportbeleving centraal staan. We gaan voor ambitieuze clubdoelstellingen en bieden iedereen in de groot-Mechelse regio gelijke kansen aan om hun doelen als atleet waar te maken op een respectvolle, gezonde en duurzame manier.

Periode criterium 2022-2023

- ❖ Het criterium loopt samen met het atletiekseizoen, nl. **van 1 november 2022 tot en met 31 oktober 2023**
- ❖ **Extra tip:** raadpleeg steeds de website van de te lopen wedstrijd voor de meest recente info omtrent starttijden en praktische info
- ❖ Kijk ook eens op de RAM website bij Aanbod/RoadRunners voor extra info over onze groep binnen RAM atletiek:
<https://ram-atletiek.be/roadrunners/>



**Veel succes en vooral veel
plezier!**