

**[SAMEN STRIJDEN
TEGEN BORSTKANKER!]**



**[Z]aan
de Wandel**
STERK MET ELKAAR

[Z]aan de Wandel 2016

Zondag 4 september

Praktische informatie deelnemers

ALGEMEEN

De start- en finishlocatie is het nieuwe sportpark De Omzoom aan het Jaap Bootpad in Assendelft. Volg voor aanmelding en het ophalen van je T-shirt de bordjes en aanwijzingen van de crew. De routes zijn afgestemd met de betrokken gemeente en met de politie. De organisatie is geheel in handen van Stichting [Z]aan de Wandel. Op 4 september is de [Z]aan de Wandel-crew actief: zo'n 100 vrijwilligers van de vijf Zaanse Rotary Clubs, Kooger Football Club KFC en ZV De Zaan, herkenbaar aan hun roze T-shirt met CREW. Daarnaast zijn er tientallen beveiligers en verkeersregelaars aanwezig, herkenbaar aan hun veiligheidsvest. Wij verzoeken je de aanwijzingen van de vrijwilligers, beveiligers en verkeersregelaars steeds op te volgen om de dag plezierig en veilig te laten verlopen. Voor vragen tijdens de wandeling kun je de [Z]aan de Wandel-crew aanspreken. Alvast bedankt voor je medewerking!

FOTOGRAFIE, VIDEO EN ZAA NRADIO

Tijdens het evenement worden er door [Z]aan de Wandel en persfotografen foto's gemaakt. Ook wordt er gefilmd en worden er opnames gemaakt met een drone door I-MOR (www.i-mor.nl). De opnames zullen uitsluitend worden gebruikt voor uitingen van [Z]aan de Wandel (o.a. de website) en perspublicaties. Zaanradio maakt een reportage van [Z]aan de Wandel, mogelijk word je daarom aangesproken door een verslaggever. Deze reportage wordt op een later tijdstip uitgezonden.

IN GEVAL VAN NOOD

Tijdens het evenement is een team EHBO'ers van het Rode Kruis aanwezig en op de start/finishlocatie en de pitstops. Zij verlenen zo nodig eerste hulp. Wanneer er langs de route iets gebeurt, wees dan alert, verleen hulp waar nodig en bel indien nodig direct 112!

In geval van nood: bel het (nood)telefoonnummer van de organisatie:

- Louise Verra 06 - 515 88 406
- Cees Tip: 06 - 250 70 854
- of anders: 112

[**SAMEN STRIJDEN TEGEN BORSTKANKER!**]



BEREIKBAARHEID EN PARKEREN

De start- en finishlocatie is Sportpark De Omzoom aan het Jaap Bootpad in Assendelft.

- Met de auto vanuit Amsterdam:

Ring A10, richting Zaanstad

Volg vervolgens de ring A8.

Neem afrit 4: Zaanstad-Assendelft

Neem op de rotonde de tweede afslag en rijd dan alsmaar rechtdoor.

Op de rotonde rechtdoor, aan het einde van deze weg rijd je het terrein van De Omzoom op. Volg hier de aanwijzingen van de crew op.

- Met de auto vanuit Noord Holland:

A8 richting Amsterdam

Neem afrit 4: Zaanstad-Assendelft

Neem op de rotonde de tweede afslag en rijd dan alsmaar rechtdoor.

Op de rotonde rechtdoor, aan het einde van deze weg rijd je het terrein van De Omzoom op. Volg hier de aanwijzingen van de crew op.

Omdat het beperkt mogelijk is om bij de start- en finishlocatie op de Omzoom te parkeren, verzoeken wij de deelnemers zoveel mogelijk lopend, per fiets of per openbaar vervoer te komen.

Kom je met het openbaar vervoer? Vanuit diverse richtingen stoppen elk uur verschillende treinen op station Assendelft. Daar staat de speciale touringcar van Hellingman voor je klaar om je van en naar De Omzoom te brengen. Deze touringcar rijdt op en neer vanaf 08.30 uur t/m 17.00 uur. Je vindt de touringcar aan de achterzijde van het station, uitgang 'Assendelft'. Dit vervoer is volledig gesponsord door touringcarbedrijf Hellingman Zaandam.

STARTTIJDEN

Starttijd 25 km: 09.30 uur, aanmelden vanaf 08.30 uur.

Starttijd 15 km: 10.30 uur, aanmelden vanaf 09.45 uur.

Starttijd 10 km: 11.30 uur, aanmelden vanaf 10.45 uur.

Starttijd 5 km: 12.30 uur, aanmelden vanaf 11.45 uur.

AANMELDING

Aanmelding particuliere deelnemers

Bij aankomst op sportpark De Omzoom graag direct aanmelden in de kantine van Furore. De aanmeldkramen zijn ingedeeld op basis van achternaam. Je ontvangt daar een [Z]aan de Wandel T-shirt, dat tevens je bewijs van deelname is. *Alleen als je dit T-shirt draagt, krijg je bij de pitstops gratis gezonde snacks uitgereikt. Volg verder de aanwijzingen van de [Z]aan de Wandel-crew op!*

[**SAMEN STRIJDEN TEGEN BORSTKANKER!**]



Aanmelding Bedrijventeams

Er zijn twee mogelijkheden om jullie T-shirts op te halen:

1. Carebo zal per mail aan jullie melden wanneer de T-shirts gereed zijn. Een vertegenwoordiger van jullie bedrijf kan vervolgens al jullie T-shirts ophalen bij Carebo, Industrieweg 61, Wormerveer. Dit kan tot uiterlijk vrijdag 2 september 16.00 uur. Vervolgens delen jullie zelf de T-shirts uit aan jullie deelnemers; zij hoeven zich op 4 september dan niet meer te melden bij de aanmeldkramen op sportpark De Omzoom.
2. Je kunt de T-shirts ook door jullie deelnemers zelf op laten halen bij de aanmeldkramen op de Omzoom. Aanmelden vindt plaats bij de kantine van Lycurgus op het sportpark De Omzoom, tenzij een andere locatie is afgesproken met de contactpersoon van jullie bedrijf.

Alleen als je dit T-shirt draagt, krijg je bij de pitstops gratis gezonde snacks uitgereikt.

Volg verder de aanwijzingen van de [Z]aan de Wandel-crew op!

Het is voor Bedrijventeams mogelijk vooraf consumptiebonnen te bestellen van 1 euro per stuk. Je kunt je bestelling doorgeven via info@zaandewandel.nl. Facturatie vindt separaat plaats. De consumptiebonnen liggen dan voor jullie klaar bij de aanmeldkraam Bedrijventeams.

Aanmelden Rabobank / De Club van 100 / De Vrienden van [Z]aan de Wandel

Bij aankomst op De Omzoom graag direct aanmelden bij de kramen van de Rabobank, de Club van 100 of de Vrienden van [Z]aan de Wandel bij de kantine van Lycurgus. Je ontvangt daar een [Z]aan de Wandel t-shirt, dat tevens je bewijs van deelname is. *Alleen als je dit T-shirt draagt, krijg je bij de pitstops gratis gezonde snacks uitgereikt. Volg verder de aanwijzingen van de [Z]aan de Wandel-crew op!*

ROUTE EN PITSTOPS

De routebeschrijvingen staan op de website www.zaandewandel.nl. Deze routes kun je inlezen in je navigatie en gps. Ook kun je ze uitdraaien voor onderweg. Langs de hele route zijn verkeerbegeleiders en -regelaars aanwezig om aanwijzingen te geven en de wandeling veilig te laten verlopen. Er zijn, afhankelijk van de te lopen afstand, 1, 2 of 3 pitstops (niet op de 5 km) waar je (zolang de voorraad strekt!) gezonde snacks krijgt uitgereikt. Op elke pitstop zijn toiletten aanwezig. Op de pitstops is ook muziek

Let op: de pitstops zijn vanwege de afgegeven vergunning verplicht op een bepaalde tijd te sluiten. Dit betekent dat de pitstops sluiten om:

Rosariumplein: sluit om 12.45 uur

De Stierop: sluit om 11.30 uur

Het Fort bij Krommeniedijk: sluit om 13.30 uur

[SAMEN STRIJDEN TEGEN BORSTKANKER!]



25 km-wandelaars (starttijd: 09.30 uur)

Op deze route zijn drie pitstops: Rosariumplein op 3,6 km, De Stierop op 8,7 km en het Fort bij Krommeniedijk op 13,8 km. Op pitstop 1 kun je genieten van muziek van de Zaanse Parelvisser (www.dezaanseparelvisser.nl) en op pitstop 3 word je warm onthaald door de drie zangeressen van Afternoon (www.after-noon.nl). Het startschot van deze tocht wordt gegeven door Cor Nieuwboer, een van de gezichten van de campagne van [Z]aan de Wandel dit jaar. De exacte route kun je vinden op <https://www.zaandewandel.nl/editie-2016/>.

15 km-wandelaars (starttijd: 10.30 uur)

Op deze route zijn twee pitstops: Rosariumplein op 3,6 km en het Fort bij Krommeniedijk op 8,2 km. Op pitstop 1 kun je genieten van muziek van de Zaanse Parelvisser (www.dezaanseparelvisser.nl) en op de tweede pitstop word je warm onthaald door de drie zangeressen van Afternoon (www.after-noon.nl). Het startschot van deze wandeling wordt gelost door Patricia Gomes, een van de gezichten van de campagne van [Z]aan de Wandel dit jaar. De exacte route kun je vinden op <https://www.zaandewandel.nl/editie-2016/>.

10 km-wandelaars (starttijd: 11.30 uur)

Op deze tocht is een pitstop op het Rosariumplein op 3,6 km en het Fort bij Krommeniedijk op 5,4 km. Op pitstop 1 kun je genieten van muziek van de Zaanse Parelvisser (www.dezaanseparelvisser.nl) en op de tweede pitstop word je warm onthaald door de drie zangeressen van Afternoon (www.after-noon.nl). Mevrouw Anna Derksen, mammacare verpleegkundige bij het Zaans Medisch Centrum en zelf borstkankerpatiënt, geeft het startschot van deze wandeling. De exacte route kun je vinden op <https://www.zaandewandel.nl/editie-2016/>.

5 km-wandelaars (starttijd: 12.30 uur)

Op deze route is geen pitstop. Het startschot wordt gegeven door mevrouw Zoodsma, lid van de Raad van Bestuur van het Zaans Medisch Centrum. De exacte route kun je vinden op <https://www.zaandewandel.nl/editie-2016/>. Voor de kinderen is er een kleine speurtocht. Het formulier daarvan kunnen zij na afloop ingevuld inleveren bij de kraam van Bonbonatelier Limmen; ze krijgen dan een heerlijke chocolade traktatie!

Tevens is er nog een extra locatie waar onze wandelaars muzikaal onthaald worden; in winkelcentrum De Saen zal slagwerkgroep Crescendo (<http://www.crescendo-assendelft.nl/>) de sfeer verhogen.

Alle deelnemers wacht een feestelijke intocht! Ook krijgt iedere deelnemer een fleurige attentie van Floricultura uitgereikt, ter herinnering aan zijn/haar deelname aan deze zesde editie van [Z]aan de Wandel!

[SAMEN STRIJDEN TEGEN BORSTKANKER!]



ACTIVITEITEN OP DE START- EN FINISHLLOCATIE EN FEESTELIJKE AFSLUITING

Op de start- en finishlocatie is uiteraard van alles te doen en te beleven. Op het grote podium zal zanger Marcel Kramer (www.marcelkramer.nl) de dag presenteren. Van iedere start maken we uiteraard een feestje. Tijdens de start kun je genieten van de steeldrum en zang van Mr. Steel (www.mrsteel.nl). De warming up wordt verzorgd door Truus van Duijn en haar leerlingen van Dansstudio2 (<http://dansstudio2.com>)! Tussen 13.00 uur en 15.00 uur verwachten we alle deelnemers terug op sportpark de Omzoom. Daar sluiten we met elkaar de dag op een gezellige manier af met onder andere een muzikale grande finale! Kom dus na je wandeling zeker nog even kijken en meefeesten!

WAT IS ER TE ETEN/DRINKEN?

Onder andere het volgende:

- Slijterij/wijnhandel Vonk verzorgt frisdrank, wijn en bier. Je kunt drankjes kopen met consumptiebonnen van 1 euro per stuk. De gehele winst van de drankverkoop komt ten goede aan onze goede doelen.
- Tijdens deze zesde van [Z]aan de Wandel trakteert Bonbonatelier Limmen elke wandelaar op heerlijke chocolade [Z]aan de Wandel-voetjes. Smaakt het naar meer? De chocolade [Z]aan de Wandel-voetjes worden bij de kraam van Bonbonatelier Limmen per zakje verkocht. Daarnaast worden er zakjes nougatblaadjes, zakjes truffels en heerlijke chocolade lolly's verkocht. Een deel van de opbrengsten hiervan komt ten goede aan onze goede doelen.
- Trek gekregen? Er zijn heerlijke hotdogs te koop. Alle opbrengsten hiervan komen, dankzij sponsoring, ten goede aan onze goede doelen.

WAT IS ER TE DOEN OP DE OMZOOM?

Onder andere het volgende:

- Voor de kinderen is er een springkussen aanwezig.
- De hele middag is er muziek! Geniet van en dans op de beats en zang van Mr. Steel (www.mrsteel.nl) en de soul-, funk-, en discoband Dr. Groove (www.drgroove.nl)!
- Het Zaans Medisch Centrum/ Esperanz staat met een informatiestand, onder andere bemand door mammacare verpleegkundigen.

Rond 17.00 uur is het evenement ten einde.

Wij wensen je een sportieve en gezellige [Z]aan de Wandeldag toe!

Bestuur Stichting [Z]aan de Wandel