

**HENK WIJNGAARD**  
**GUUS DOGGEN**

**DJ SIL SMETSERS**  
**STEEKJE LÖSS**

**EDN<sup>56</sup>**

**Bubbelenrun**

**7 JULI 2024**

**SPORTPARK DE HAAN, HAGHORST**

**GRATIS ENTREE**

Beste Captains en andere teamleden,

Zondag 7 juli gaan jullie deelnemen aan de EDN Blubberrun 2024. In deze brief staan de laatste bijzonderheden en informatie die jullie nodig hebben om er een geweldige dag van te maken. **De teamcaptains zijn verantwoordelijk voor de overdracht van ALLE onderstaande informatie naar hun teamleden, het laten inzien van het regelement en het op tijd melden bij het wedstrijdsecretariaat op zondag 7 juli.**

Als jullie bij het terrein aankomen, kun je je fiets/auto kwijt op de aangegeven parkeergelegenheid. Volg hiervoor de bordjes Parkeren. Je mag alleen daar parkeren i.v.m. het vrijhouden van de wegen in geval van calamiteiten. Op het voetbalterrein dienen jullie je aan te melden bij het wedstrijdsecretariaat (kantine). Daar kun je per team jullie kleine waardevolle spullen opbergen tijdens de run. Overige spullen en kledij kunnen jullie kwijt in de dames en heren kleedkamers. Op het terrein kun je zowel pinnen als contant betalen.

**Zorg dat je ruim van te voren met heel je team aangemeld bent**, en daarna op tijd bij de start staat. In de bijlage "starttijden" staat hoe laat jullie starten en met welk team je direct bij de start de strijd aangaat.

DE RUN BESTAAT UIT EEN AANTAL ONDERDELEN DIE JULLIE OP DE PROEF STELLEN. DENK HIERBIJ AAN HOOGTE, WATER, LICHT, GELUID, EN KLEINE RUIMTES. BIJ DE ONDERDELEN STAAN VRIJWILLIGERS DIE DE VEILIGHEID, DOORSTROOM EN REGELS WAARBORGEN. ELKE DEELNEMER DIENT ZELF DE INSCHATTING TE MAKEN OF HIJ/ZIJ DE HINDERNIS KAN NEMEN. DAARNAAST WILLEN WIJ NOG EENMAAL DUIDELIJK BENADRUKKEN DAT DEELNAME VOLLEDIG OP EIGEN RISICO IS. HET REGELEMENT IS VOOR AL JE TEAMGENOTEN TERUG TE VINDEN OP [WWW.EDNBLUBBERRUN.NL](http://WWW.EDNBLUBBERRUN.NL).

Na de run is er de mogelijkheid om te douchen op het terrein. Zorg er a.u.b. voor dat jullie zoveel mogelijk blubber vrij zijn i.v.m. verstoppingen in het riool. Het is verstandig om na de run wat eten en drinken te nuttigen. Gelukkig is er voldoende eet- en drinkgelegenheid op het terrein en gaan we daarna tot in de late uurtjes door met de feestavond. De diensteneiling start om 19:00 en niemand minder dan Guus Doggen én Henk Wijngaard komen de feesttent afbreken. Natuurlijk is de afterparty niet compleet zonder party DJ's en daarom hebben we ook dit jaar speciaal voor jullie Steekje Löss en DJ Sil Smetsers kunnen verleiden om de meest lekkere plaatjes voor jullie te draaien. Na afloop van de run zullen zij het terras laten swingen, en na de diensteneiling de gehele feesttent op zijn kop zetten samen met jullie.

TOT ZONDAG 7 JULI!

Sportieve Groeten,



# Reglement EDN Blubberrun 2024

1. De voorinschrijving wordt op een door de organisatie te bepalen moment gesloten.
2. De inschrijving gaat digitaal via de site: [www.ednblubberrun.nl](http://www.ednblubberrun.nl) en is ook in een link terug te vinden op de EDN'56 website.
3. De deelnemers verklaren zich bekend met en houden zich aan het reglement.
4. De deelnemers zijn verplicht om alle aanwijzingen van de organisatie op te volgen.
5. Het reglement is eveneens van toepassing op de door de organisatie ingeschakelde sponsoren en medewerkers c.q. vrijwilligers.
6. Per team is er 1 contactpersoon (captain).
7. Iedereen neemt deel voor **eigen risico**. De organisatie van de EDN Blubberrun aanvaardt geen aansprakelijkheid voor het zoekraken of beschadiging van persoonlijke eigendommen, noch voor enig opgelopen persoonlijk letsel, behoudens grove schuld van de organisatie.
8. Iedere deelnemer is verplicht in bezit te zijn van een nationaal zwemdiploma A+B.
9. De Wegenverkeerswet en het reglement Verkeersregels en Verkeerstekens blijven tijdens de run onverkort van kracht, tenzij uitdrukkelijk anders aangegeven.
10. Deelnemers die zich hebben ingeschreven en van deelname afzien, hebben geen recht op teruggave inschrijfgeld.
11. De organisatie behoudt zich het recht voor de route op bepaalde delen te wijzigen of de gehele loop af te gelasten op grond van extreme weersomstandigheden of andere calamiteiten, waarbij de run redelijkerwijs geen doorgang kan vinden. Bij afgelasting door overmacht zal geen nieuwe datum vastgesteld worden.
12. In geval van afgelasting vindt geen restitutie plaats van inschrijfgeld.
13. Van een ieder wordt verwacht geen schade toe te brengen aan de natuur of aan andermans eigendommen en geen afval achter te laten. Indien dit wel van toepassing is, worden de kosten verhaald op de contactpersoon.
14. De eindtijd per team wordt pas geregistreerd wanneer het hele team over de finish is.
15. Jeugdteams bestaan uit 4 tot 7 deelnemers waarbij één begeleider van 18 jaar of ouder mag deelnemen. Indien men deelneemt met meer of minder personen kan de organisatie uw team uitsluiten van deelname. Jeugd is groep 8 van de basisschool t/m 17 jaar.
16. In de categorie sportief dienen alle deelnemers 18 jaar of ouder te zijn. Deze teams bestaan uit 5 personen. Bij meer deelnemers kan men niet deelnemen aan de Blubberrun, bij minder deelnemers door onvoorziene omstandigheden beslist het wedstrijdsecretariaat maar doet men niet mee voor de snelheidsprijzen! Hindernissen zijn ingericht op een team van 5 personen.
17. In de categorie recreatief dienen alle deelnemers 18 jaar of ouder te zijn. Deze teams bestaan uit 5 personen. Bij meer deelnemers kan men niet deelnemen aan de Blubberrun, bij minder deelnemers door onvoorziene omstandigheden beslist het wedstrijdsecretariaat. Hindernissen zijn ingericht op een team van 5 personen.
18. De gegevens van de deelnemers worden opgenomen in een bestand. Deelnemers die hiertegen schriftelijk bezwaar maken worden niet in het bestand opgenomen.
19. Deelnemers gaan akkoord met eventueel gebruik van beeltenis in druk, op foto, film, video e.d. voor promotionele doeleinden van de EDN Blubberrun zonder daarvoor een vergoeding te claimen.
20. Het is verboden (huis)dieren mee te nemen op het parcours.
21. Het is verboden om onder invloed te zijn van alcohol en/of verdoovende middelen tijdens deelname aan het parcours van de EDN Blubberrun.
22. Gedurende de gehele dag is er een zero tolerance beleid van toepassing m.b.t. verdoovende middelen, wapens en geweld. Indien men zich hier niet aan houdt, wordt men van het terrein verwijderd.
- 23. In alle gevallen waarin dit reglement niet voorziet beslist de organisatie**



## STARTTIJDEN

JEUGDTEAMS			
	TEAMNAAM:	TEAM CAPTAIN:	STARTTIJD:
1	Modder Boys	Dax Martens	11:00
2	Vriendenpeople	Zoë	11:00
3	Sporryngse Zandhappers	Marieke van der Meijden	11:03
4	Blubbiesss	Bregje	11:03
5	Vallende sterren	Caia	11:06
6	turboslakken	jeske	11:06
7	Moddermannen	Teun Jansen	11:09
8	FLMM	Max van Dorst	11:09
9	Chanter panters	Mirthe Bertens	11:12
10	Under de mudder zwijntjes	Sjors Bertens	11:12
11	De Eigenwijsjes	Sterre Bolenius	11:15
12	Blubberguppies	Wies Kolsters	11:15
13	De blubers	Roos	11:18
14	Blunderrunners	Tess	11:18
15	De Beerse Baggerbende	Stan van Kasteren	11:21
16	Fc soep	Jur	11:21
17	Klemr4thewin	Romy van Loon	11:24
18	De beunhazen	Tjeu timmermans	11:24





VOLWASSEN SPORTIEF			
	TEAMNAAM:	TEAM CAPTAIN:	STARTTIJD:
1	Broeders van den Brand	Martijn van den Brand	12:30
2	Iron Beers	Bram van de Sande	12:30
3	Maintrain 1	Job Verhoeven	12:34
4	Maintrain 2	Michelle Robben	12:34
5	Abrahams Hoveniers 1	Guus Abrahams	12:38
6	Lotgenoten	Giel Verhagen	12:38
7	Hup Niek	Niek Janssen	12:42
8	VG Lollebollen	Luke van Rijthoven	12:42
9	Cody en de rest	Joost van Hest	12:46
10	V.v. Netersel	Mattis Legeland	12:46
11	Stal Laanhof	Aidan	12:50
12	Aidan en zijn vriendjes	Melvin Timmermans	12:50
13	Beedie	Kriste van Gestel	12:54
14	Kiwi en z'n maatjes	Kevin Paulissen	12:54
15	Midlife & crisis	Grard Blankers	12:58
16	Eerste keus	Plien van Heerebeek	12:58
17	Oklahoma63	Mickey	13:02
18	VG Fékszárny	stef	13:02
19	Blubbermaatjes	Laura	13:06
20	We houwe contact!	Rob Derks	13:06
21	Rotary	Ruud van Gastel	13:10
22	Gure attenberries	Job wintermans	13:10
23	De snelle ladies	Lisa	13:14
24	Tommy santo fanclub	Rens	13:14
25	Roozen van hoppe	Hein	13:18
26	Divo Duurzaam	Pauly D	13:18
27	Beerse Boys matjes	Cas Evers	13:22
28	Animatieteam het hijgend hertje	Ruud Litzroth	13:22
29	Slecht weer bestaat niet	Milou Uytdewilligen	13:26
30	Haaikneuters	Lars Trommelen	13:26



VOLWASSEN RECREATIEF			
	TEAMNAAM:	TEAM CAPTAIN:	STARTTIJD:
31	Ut zatte idee	Rick	13:30
32	De Lamellen	Ward v Dorst	13:30
33	VK Janus	Rob Paulissen	13:34
34	CV de Durdauwers	Frank van Heeswijk	13:34
35	Bambi dans	Eva	13:38
36	De nozems	Teun	13:38
37	Zooitje ongeregeld	Paul van Gils	13:42
38	W.C. de kapotte knie	Dennis Roest	13:42
39	Kip zonder kop	Carolijn	13:46
40	Stombelabomba & co	Hein de Bresser	13:46
41	Firma	Adri van Gestel	13:50
42	JO-40	Robbie Comperen	13:50
43	GDC	Xander van den Assem	13:54
44	De Triangels	Sofie	13:54
45	Abrahams Hoveniers 2	Wout Abrahams	13:58
46	Ecologics	Loes van Hout	13:58
47	Jeroen M	Richard	14:02
48	Jeroen P	Ieke	14:02
49	First Slurry Sprinters	Marco Pos	14:06
50	First Grit Gladiators	Arnoud	14:06
51	First monkeys to the moon	Jesse	14:10
52	De Wulma's	Michelle Maas	14:10
53	Kut cantus	Thijs Amting	14:14
54	Lotgenoten	Joep	14:14
55	blub, blub, blubberrun!	Dafne Versantvoort	14:18
56	Wankele hertjes	Githa Vonk	14:18
57	Ties met zn harem	Caroline v Gestel	14:22
58	Blub uitje	Sanne van den Broek	14:22
59	Lappo en cornuiten	Rik van de Ven	14:26
60	D'n Dinnis	Mark Denissen	14:26
61	Zigo enzo	Kris Zigenhorn	14:30
62	dirty diva's	Farah Roefs	14:30
63	Kittens van Haghorst	Maike	14:34
64	Pintje	Stijn	14:34
65	SBT de badeendjes	John van Heeswijk	14:38
66	SBT StappeGOOR	John van Heeswijk	14:38
67	SBT Slijkguards	John van Heeswijk	14:42
68	SBT Aqua Lions	John van Heeswijk	14:42
69	SBT Dreknokjes	John van Heeswijk	14:46
70	IMP Automation	Paul van de Plas	14:46



71	Team	Loes van der Wielen	14:50
72	Rauwdauwers	Paul Bressers	14:50
73	Geile gluiperds	Teun schilders	14:54
74	Butskeet baarschot	Siem de Kroon	14:54
75	Iedereen die ik nog nie heb opgenoemd	Wies van Nunen	14:58
76	Kovemums	Puck	14:58
77	Fokje Modder	Dave	15:02
78	Samen uit samen thuis	Lolly	15:02
79	Local gym muddies	Carmen	15:06
80	Ljouwert	Mauth Bertens	15:06
81	Bang voor water	Mike van Lieshout	15:10
82	FC Baarschot	Chiel de wit	15:10
83	Happy Horizon	Kim Fleuren	15:14
84	Zlto Troostwijk	Jeroen de bresser	15:14
85	CV nie d'n snelste	Rowena Bertens	15:18
86	Cv buitenadem	Stefan bertens	15:18
87	Muddy Buddies	Mascha Verhoeven	15:22
88	Koezicht	Stan van Doormaal	15:22
89	Jean Pierre en de rest	Jordi	15:26
90	Mengelmoesje	Wies	15:26
91	Roozen van Hoppe gezelliger	Laurens	15:30
92	Semmelkutjes	Guus	15:30
93	Reyrink Groep	Ronald van der Linde	15:34
94	Team fissa	Mellanie van roij	15:34
95	Attero's finest	Marco de wit	15:38
96	Vrienden van Isa	Isa Hermans	15:38
97	Hindernis helden	Carmen Schellekens	15:42
98	Dannick zou ook meedoen	Gijs vd Brand	15:42
99	De slijkduivels	Michael	15:46
100	Vg de bats	Jarno janssen	15:46
101	Vliegende Hollanders	Lieke van den Broek	15:50
102	Last best	Iris van Doormaal	15:50
103	Jan-Bart en de 4 biggen	Annabelle Beerens	15:54
104	Reserve	Wim Dijkmans	15:54



# RUN DIRTY. STAY HEALTHY.

Je staat op het punt een stevige sportieve uitdaging aan te gaan. Een onvergetelijke ervaring en goed voor je gezondheid! Een goede voorbereiding is het halve werk. En daarbij hoort ook dat je blessures en andere lichamelijke ongemakken probeert te voorkomen.

Lees daarom onderstaande tips:

## BE PREPARED

- Zorg voor een goede lichamelijke conditie. Begin niet ongetraind aan dit evenement.
- Is er iets wat artsen moeten weten voor het geval er iets gebeurt? Zorg dan dat dit bekend is. Vertel het bijvoorbeeld aan je sportmaatje of stop een briefje in je broekzak.
- Zorg dat je ingeënt bent tegen tetanus (deze prik is 10 jaar geldig).
- Plak open wonden voorafgaand aan het evenement goed af, zodat er geen water of modder in kan komen.
- Draag sportschoenen met een goed profiel en bij voorkeur een strakke, lange broek en een shirt met lange mouwen. Denk aan winddichte kleding als het koud is of waait.

## RUN DIRTY

- Houd je mond zoveel mogelijk dicht onder water en slik geen water of modder in.
- Drink voldoende water tijdens de run. Door de inspanning droog je snel uit.
- Waait het of is het koud? Zorg dat je niet te hard afkoelt. Ga niet nat in de wind staan en blijf in beweging, ook als je moet wachten voor een obstakel of je vrienden.

## STAY HEALTHY

- Spoel jezelf meteen af met schoon (leiding)water en doe droge kleren aan.
- Warm zo nodig snel op met een warme douche en warme dranken.
- Spoel wonden zoals schaafwonden uit met schoon water, was ze met zeep en ontsmet ze. Ga naar de EHBO als de wond diep of erg vies is.
- Was je handen met zeep, in ieder geval voordat je iets eet.
- Controleer je hele lichaam op teken en haal deze er zo snel mogelijk uit met een tekenpincet.
- Soms komen griepachtige klachten of braken en diarree voor. Krijg je binnen een maand na het evenement klachten waarmee je naar de huisarts gaat? Vertel de huisarts dan dat je hebt meegedaan aan dit evenement.



## WANNEER DOE JE NIET MEE?

- Als je een afweerstoornis hebt of zwanger bent.
- Als je buikgriep hebt tijdens of in de week voor het evenement. Dan kunnen andere deelnemers ook buikgriep krijgen!

**EN HET BELANGRIJKSTE VAN ALLES:  
HEEL VEEL PLEZIER EN SUCCES MET DE UITDAGING!**

