

LDOM

LONG DISTANCE OCEAN MAN

Beste Sporters,

Hierbij ontvangen jullie de uitnodiging voor de LDOM 2012. Hieronder staat alle informatie over de wedstrijd, lees dit door en geef je op! Vanaf 9 augustus zal ook onze eigen website online zijn. www.ldom.nl

Wedstrijd:	Long Distance Ocean Man	
Datum:	8 September 2012	
Plaats:	Koers Zuid te Roermond (Adres: De Weerd 85)	
Individueel/team?	Individueel en team	
Pool/Ocean?	Ocean	
Categorieën:	Individuele senioren die in het seizoen 2012 een Oceanman gefinished hebben. Voor de senioren teams is dit niet verplicht.	
	Aspiranten C+D	
Disciplines:	<u>Senioren/Junioren:</u>	Long Distance Ocean Man bestaande uit 2 km zwemmen, 6 km boarden, 9 km skiën en 3 km hardlopen.
	<u>Aspiranten:</u>	Losse disciplines 500 meter zwemmen, 2 km Boarden, Beach run, optionele (mini) ocean man.
Aanmelden :	Ga hiervoor naar onze website: www.ldom.nl (vanaf 9 augustus) of door een mail te sturen naar LDOM@hotmail.nl Inschrijven is mogelijk t/m 25 Augustus 2012. Na deze datum komt er € 2,50 administratiekosten bovenop het inschrijfgeld.	

LET OP: **DEELNAME IS OP EIGEN RISICO!**

- Hardloopschoenen zijn verplicht
- Wetsuit wordt aangeraden
- Er zal geen materiaalpool zijn
- Er zal geen overnachting worden geregeld
- De organisatie is bevoegd om deelnemers gedurende de wedstrijd uit te sluiten

Inschrijfgeld:

Voor de individuele sporters geldt inschrijfgeld van €7,50. Voor elk team geldt inschrijfgeld van €20,- met maximaal 4 deelnemers. Bij aanmelding krijgt iedere deelnemer een zwem-goodie. Aansluitend zal er ook een BBQ plaatsvinden, de kosten van de BBQ per persoon zijn €15,00. Drank is voor eigen rekening. Vegetarische BBQ is mogelijk, gelieve dit wel te laten weten via ons mailadres LDOM@hotmail.nl

Betaling van inschrijfgeld en BBQ voor **25 Augustus**. Het geld gelieve over te maken op rekening 140321063 ten name van B.M.A. Coolen onder vermelding van: LDOM 2012 + je naam

Indien je niet voor 25 Augustus betaald hebt komen er €2,50 administratiekosten bovenop.

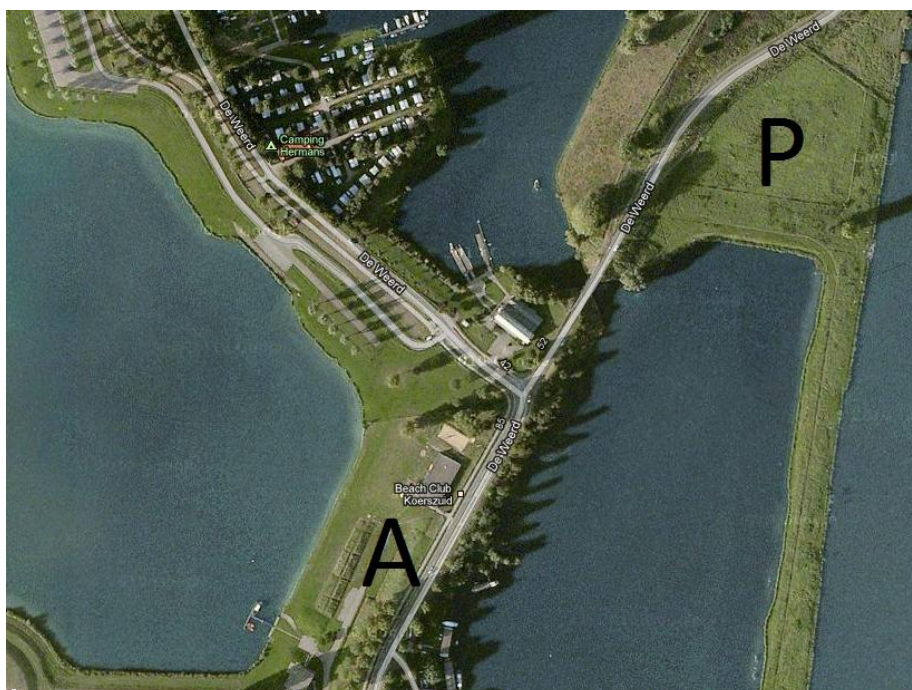
Programma:

Hieronder volgt het globale schema van de LDOM. Zorg vooral dat je tijdig aanwezig bent om je aan te melden.

12.00 uur:	Aanmelding sporters en teambespreking
13.00 uur:	Start Long Distance Ocean Man
13.05 uur:	Surf Race voor aspiranten C en D.
14.00 uur:	Beach run voor aspiranten C en D
15.00 uur:	Board Race voor aspiranten C en D
16.00 uur:	Mini Ocean Man voor aspiranten C en D
17.00 uur:	Prijsuitreiking plus aansluitende BBQ

Parkeren:

Graag willen wij jullie aandacht voor het parkeren tijdens de LDOM. Dit is anders dan de voorgaande edities, de plaats waar jullie de auto's kunnen parkeren is op onderstaande afbeelding te zien met de letter P. Op de parkeerplaats bij de Beach Club Koers Zuid is het wel mogelijk om je materiaal af te laden. Dit is in onderstaande afbeelding te zien met de letter A. Wij hopen op jullie begrip.



Vanaf 9 augustus 2012 zal onze eigen website online zijn. Neem hiervoor een kijkje op www.ldom.nl hier komt alle informatie op te staan. Hier kun je ook de aanmeldingen/uitslagen/foto's vinden.

Wij hopen jullie allemaal te zien op 8 September!

Voor eventuele vragen kunt u altijd mailen naar LDM@hotmail.nl

Met sportieve groeten,

Niels van Dalen

Bart Coolen

Rik op het Veld

Joep Teulings

Sjors Pietermans

