

Het is zomer! Dat betekent dat veel mensen op vakantie gaan en de meesten naar het buitenland. Ook daar worden natuurlijk leuke evenementen georganiseerd. Deze zijn uiteraard niet in deze rubriek te vinden, maar als je aan zo'n buitenlands evenement hebt deelgenomen zou het erg leuk zijn om een verslagje van zo'n loop te ontvangen, liefst met een foto. Ik ga ook op vakantie, maar ik vrees dat het drukke programma geen loopje toestaat. Vanwege de vakanties heb ik voor juli en augustus maar een paar loopjes geselecteerd. Als je zelf leuke loopevenementen wilt uitzoeken, surf en google dan een beetje rond of kijk op www.hardloopkalender.nl



- Op **zondag 25 juli** organiseert AV Phanos een **Amsterdam Marathon Trainingsloop** van 20 km. Onder begeleiding van ervaren tempomakers kunnen de deelnemers een aantal langere trainingslopen doen als voorbereiding op de marathon van Amsterdam of een andere najaarsmarathon zoals Berlijn, Eindhoven, Chicago of New York. De Andre datums zijn 15 augustus 25 km, 4 september 30 km en 26 september 30 of 35 km.

www.trainingslopen.info

- De jaarlijkse **overlevingsloop in Den Helder** is op **woensdagavond 25 augustus**.

Inschrijving, start en finish is bij strandpaviljoen Huisduinen. Deze loop over 4 en 7,3 km is zeer populair bij een aantal Hollandianen en gaat gedeeltelijk door het zeewater. Ik zou dus niet je nieuwe dure pas aangeschafte loopschoenen aandoen. www.noordkopatletiek.nl

- Een ander jaarlijks terugkomend evenement is de **Hemmeromloop op zondag 29 augustus** over 5, 10 en 16,1 km (10 EM) Voor de atletiekverenigingen is er een aparte 10 kilometerloop om de clubkas van de vereniging te spekken. Voorwaarde is dat de desbetreffende lopers en loopsters lid zijn van één atletiekvereniging. De tijden van de drie snelste wedstrijdlopers bij de heren en de tijd van de eerste dame worden bij elkaar opgeteld. De snelste vereniging ontvangt € 110, de 2e € 65 en de derde € 45, voor de clubkas.

www.hemmeromloop.nl

- Vooruitlopend op de periode na de vakanties wil ik vast twee lopen vooraankondigen om in je agenda vrij te houden: **zondag 3 oktober** de **Westfriesgasthuisloop** (informatie volgt nog) en op **zondag 10 oktober (10-10-10)** de **Nadine-OK-Run** over 1½, 5, 10 en 20 km. Een goede doelenloop die zich voornamelijk richt op het bestrijden van zinloos geweld en daarnaast op doelen die de bevordering van dierenwelzijn ondersteunen. www.nadinefoundation.nl