

**AV-Hollandia organiseert de Blauwe Berg Circuit met Coopertest en 5 of 10 km loop.**

**Op vrijdagavond 13 januari 2012 organiseert AV-Hollandia de 1<sup>e</sup> Blauwe Berg Circuit van 2012. Iedereen kan mee lopen op zijn of haar eigen niveau.**

**De avond start om 19:30 uur met de Coopertest. In 12 minuten loop je een zo groot mogelijke afstand. Aan de hand van de gelopen afstand kun je middels een schema je conditie bepalen. Het schema houdt rekening met leeftijd en geslacht.**

**Om 20:00 uur start de 5 en 10 km. Er wordt gelopen op een kunststofbaan van 400 meter. De gelopen afstand klopt exact. Er is een tijd klok waarop de ronde tijden kunnen worden afgelezen, waardoor het mogelijk is volgens een persoonlijk schema te lopen.**

**Deelname kost € 2,00. Voor leden van AV Hollandia is deelname gratis. Kinderen tot 12 jaar en deelnemers die mee hebben gedaan of mee gaan doen aan de start-to-run mogen gratis meelopen. Kinderen ontvangen na de derde Coopertest een certificaat.**

**De atletiekbaan is gelegen op het sportpark "De Blauwe Berg" aan het Keern te Hoorn. Naast een gezellige kantine zijn er kleedruimtes met douches aanwezig.**