

De Lauwersmeermars en kennedymars 2018

Op 26 mei 2018 wordt de veertiende editie van de Lauwersmeermars georganiseerd door de Stichting 40Mijl. De Lauwersmeermars die in 1994 voor het eerst werd georganiseerd, kent zijn oorsprong vanuit de Willem Lodewijk van Nassaukazerne te Zoutkamp. De Stichting Lauwersmeermars is in 2017 overgenomen door de Stichting 40Mijl, die deze tocht vanaf nu jaarlijks gaat organiseren.

Tevens wordt in 2018 voor het eerst een Kennedymars georganiseerd rondom het Lauwersmeer. Deels overlapt de route van de Kennedymars de Lauwersmeermars. In dit document zijn beide routes opgenomen.

Algemeen

De Lauwersmeermars wordt aangeboden in twee afstanden, 65 kilometer en 45 kilometer. Met als start- en finishplaats Zoutkamp, maakt de mars een prachtige ronde om het Lauwersmeer.

Bij de Lauwersmeermars gaat het om de afstand, het wandelen en de wind, wolken, weidsheid en flora en fauna van het Lauwersmeergebied als gastheer. Houdt u van rust, uw hoofd leegmaken tijdens het wandelen, verdwijnen in het landschap en een gevoel van vrijheid, dan zit u goed bij de Lauwersmeermars!

De wandelaars vertrekken 's ochtends vanaf Camping de Rousant bij het oude vissersdorpje Zoutkamp om vervolgens na 45 of 65 km hier weer terug te keren.

De Lauwersmeermars wordt gelijktijdig georganiseerd met de 80 kilometer lange Lauwersmeer Kennedymars.

Start en Finish

De start van de wandeltocht is om 05.30 uur. Het inschrijfbureau is een uur eerder geopend en de wandelaars worden ontvangen met koffie.

Onderweg wordt er gezorgd voor versnaperingen, snack, koffie en drinken. Dit wordt onderweg uitgegeven. Het is echter aan de wandelaars zelf om ook te zorgen voor voldoende eten en drinken naar eigen inzicht.

Bij de finish wacht de wandelaars koffie en koek. Als aandenken krijgen zij een medaille mee naar huis.

Het is voor deelnemers van ver mogelijk om op het recreatieterrein “De Rousant” te overnachten. Tevens is er omkleedgelegenheid.

Er geldt geen uiterste finishtijd. Voor de deelnemers van de Kennedymars geldt dat zij uitsluitend een Kennedy Walker stempel krijgen bij binnenkomst binnen 20 uur na de start.

EHBO en verzorging onderweg

Centrale Rustpunten

Op de Centrale Rustpunten zijn EHBO teams en evt masseurs aanwezig zoals op het bijgaande schema aangegeven.

Op de Centrale Rustpunten wordt tevens koffie en thee en versnaperingen aangeboden. Ook zal op één van deze posten een (Cup à Soup) soepje aangeboden worden.

De Kennedymars lopers krijgen tevens een soepenbuffet met broodje onderweg.

Tussenrustpunten (Scanpunten)

Deze posten worden tussen de grote rustpunten ingezet. Hier wordt water, versnaperingen en drinken uitgegeven.

Mobiele EHBO post

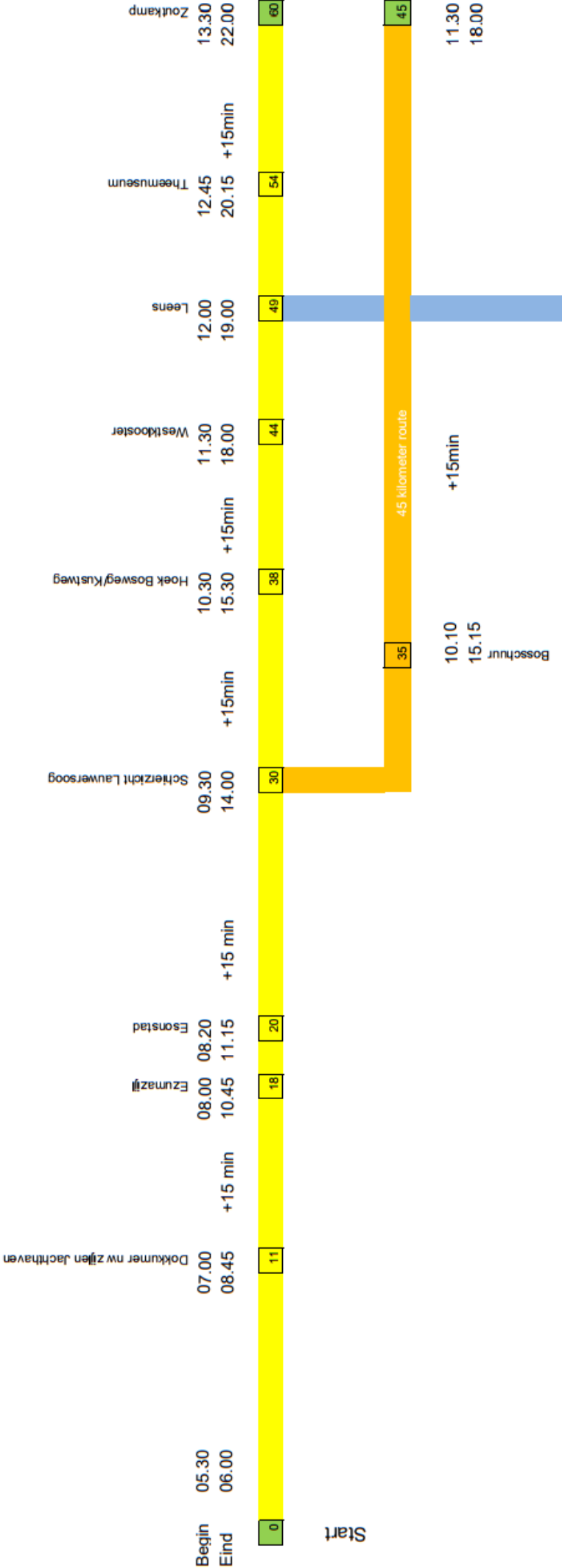
Naast de vaste EHBO posten is er een mobiel EHBO team aanwezig.

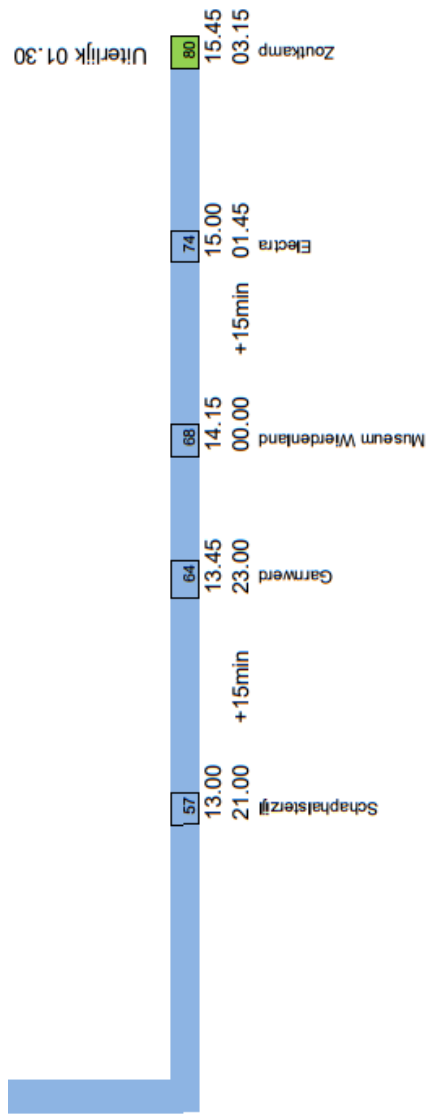
Toiletvoorzieningen

Toiletvoorzieningen zijn bij de horeca onderweg en bij diverse scanposten geplaatst als mobiele Dixie.

**alle locaties, tijden en geboden faciliteiten in dit document kunnen wijzigen als de organisatie daarvoor reden heeft of derden daarvoor redenen geven. Uitgangspunt blijft uiteraard een goed verzorgde wandeltocht voor de deelnemers met de voorzieningen die zij verwachten!*

Gecalculeerde wandelsnelheid: 4 tot 7,5 km/h





VERVOLG 45 KM ROUTE vanaf Schierzicht	
Bossschuur	35
Finish	45
SC + R	

VERVOLG KM 80 KM ROUTE vanaf Leens	
Schaphalsterzijl	57
Garnwerd	64
Museum Ezinge	67,5
Electra	74
Finish	80