

Warmteprotocol Stadsloop Appingedam 2025

Veiligheid en gezondheid voorop!

Bij de Stadsloop Appingedam staat de veiligheid van alle deelnemers, vrijwilligers en toeschouwers voorop. Bij warm weer kan intensief hardlopen extra risico's met zich meebrengen, zoals oververhitting of uitdroging. Daarom hanteren wij een helder hitteprotocol.

Hoe bepalen wij of de Stadsloop doorgaat?

De organisatie beoordeelt de weersomstandigheden aan de hand van de volgende bronnen en criteria:

1. WBGT (Wet Bulb Globe Temperature):
 - WBGT < 23°C – Geen beperkingen nodig.
 - WBGT 23 – 28°C – Extra drinkposten, waarschuwingscommunicatie aan deelnemers, starttijden mogelijk aangepast.
 - WBGT > 28°C – Serieus risico op hittestress. Overweging (gedeeltelijke) annulering, verkorting van het parcours of het vervroegen van de start.
2. Weersverwachtingen van het KNMI:
 - Voor temperatuur, zonkracht, luchtvochtigheid en wind.
3. Adviezen van de Atletiekunie / NOC*NSF:
 - Officiële richtlijnen voor hardloopevenementen bij extreme weersomstandigheden.
4. Het RIVM Hitteplan:
 - Bij activatie van het Nationaal Hitteplan nemen wij aanvullende maatregelen.
5. Overleg met de Gemeente Eemsdelta en de Veiligheidsregio Groningen:
 - Wij passen ons aan hun adviezen of besluiten aan.

Mogelijke maatregelen bij hitte:

- ✓ Vervroegen van starttijden naar de vroege ochtend (voor 09:00 uur);
- ✓ Extra water- en sponsposten op het parcours;
- ✓ Inkorting van de afstanden of aanpassing van het parcours;
- ✓ Het adviseren van deelnemers om tempo en kleding aan te passen;
- ✓ Bij WBGT > 28°C of extreme luchtvochtigheid kan (gedeeltelijke) afgelasting volgen.

Communicatie naar deelnemers:

Bij bijzondere maatregelen of wijzigingen informeren wij via:

- De officiële website: www.stadsloopappingedam.nl
- E-mail aan alle ingeschreven lopers
- Social media (Facebook & Instagram)
- Mededelingen op de wedstrijddag zelf

Tips voor deelnemers bij warm weer:

- Drink voldoende water, ook voor de start;
- Draag lichte, ademende kleding;
- Verlaag tempo bij warm weer;
- Wees alert op signalen van oververhitting (duizeligheid, misselijkheid, hoofdpijn).

Samen zorgen we voor een veilig en sportief evenement!

Bij twijfel of vragen: mail ons via info@stadsloopappingedam.nl