Holland Cup 2 / Gruno Bokaal – Informatie voor rijders

Welkom!

De Gruno Bokaal komt eraan en we kijken ernaar uit om jullie aan de start te zien!
Hieronder vind je alle belangrijke informatie om goed voorbereid aan de start te verschijnen.

Wedstrijddetails

- **Datum:** Zaterdag 21 en zondag 22 november 2026
- **Locatie:** IJsbaan Kardinge, Groningen
- **Baan:** 400m standaardbaan, indoor met veiligheidskussens (schuim)

Programma

Zaterdag 21 november

- **17:00** – Meeting voor coaches: kennismaking scheidsrechters en bespreken van de laatste informatie en aandachtspunten van de wedstrijd. Plaats: onder de Jan Uitham brug in de ijshal.
- **17:30** – Start wedstrijd:
  - 500m Vrouwen
  - 500m Mannen
  - 3000m Vrouwen
  - 5000m Mannen

Zondag 22 november

- **17.00** – Start wedstrijd:
  - 1500m Vrouwen
  - 1500m Mannen
  - 5000m Vrouwen
  - 10000m Mannen
  - Huldiging totaalklassement

Belangrijke Informatie

- **Warming-Up:** Neem je je fiets mee? Zet je fiets op de aangegeven plaats op de eerste verdieping of in de ijshal ter hoogte van de kleedkamers. Er zijn een aantal spinning-bikes beschikbaar.
- **Schaatscontrole**: n.v.t.
- **Transponders:** Haal je transponders voor je afstand op bij het betreden van het middenterrein en lever deze direct na je race weer in.
- **Helmcaps**: n.v.t.
- **Armbandjes:** Neem je eigen bandjes mee en draag de juiste kleur om je rechterarm tijdens de wedstrijd. Let op: Er mag geen reclame op staan.
- **Anti-doping:** Neem een legitimatiebewijs mee naar de baan voor eventuele controles.
- **EHBO:** Er is EHBO aanwezig. De EHBO-ruimte is in de gang tussen de beide ijshallen.
- **Prijzen:** Voor de top 3 in het totaalklassement.

Uitreiking zondagavond na afloop van de wedstrijd.



Respect voor Iedereen

Bij de Gruno Bokaal draait het niet alleen om winnen, maar ook om hoe we met elkaar omgaan.

- **Respecteer de jury** – Hun beslissingen maken de wedstrijd eerlijk en veilig.
- **Geef het goede voorbeeld** – Coaches en schaatsers, toon sportiviteit in elke situatie.
- **Moedig elkaar aan** – Win of verlies, steun je medesporters.
- **Houd het positief** – Feedback geven mag, maar blijf altijd sportief.
- **Samen voor een toffe sfeer** – We maken er met z'n allen een geweldige wedstrijd van!



De officials van deze wedstrijd

De volgende personen zijn betrokken als KNSB-official bij deze wedstrijd:

Patrick den Elsen	Scheidsrechter Vrouwen
Froukje de Vries	Scheidsrechter Mannen
Niels Roesink	Assistent Scheidsrechter Vrouwen
Matthijs Luisman	Assistent Scheidsrechter Mannen
Boris Petersen	Assistent Scheidsrechter/stage
Sieme Kok	Starter Vrouwen
Bert Atzema	Starter Mannen
Marc Nelisse	Sectiebestuur - Technisch Afgevaardigde



Deelname en Inschrijving

- **Je wordt persoonlijk uitgenodigd door de sectie Langebaan**.
  Bevestig je deelname via: Inschrijvingspagina. Alleen als je hebt bevestigd kun je meedoen. Dit geldt ook voor als je als reserve bent uitgenodigd.

- **Afmelden:**
  Meld je tijdig af als je toch niet mee kunt doen, ook als je reserve bent. Zo kunnen we de wijziging op tijd en goed doorvoeren, met zo weinig mogelijk hinder voor de rest.

  - **Voor sluiting inschrijving:** Via de Inschrijvingspagina.

  - **Na sluiting inschrijving (tot 2 uur voor de wedstrijd):**
    Per e-mail naar afmeldenLBW@knsb.nl. Als onderwerp van je e-mail zet je: «Naam Wedstrijd».
    Vermeld je Naam, Wedstrijdnummer, Wedstrijdnaam, plaats van de wedstrijd en welke afstanden je voor afmeldt in de mail.

  - **Vanaf 2 uur voor de start van de wedstrijd:** Bij de scheidsrechter met reden.

Blijf Op de Hoogte

Blijf op de hoogte van alle updates via de volgende kanalen:

- https://www.schaatsen.nl/kalender/holland-cup-2-gruno-bokaal
- **Sportity App:** Download via de App Store of Google Play.
  Wachtwoord: **KNSB-LBSC!**

Hier worden officiële mededelingen, tijdschema's, startlijsten en uitslagen gepubliceerd.

Vragen?

Voor vragen kun je contact opnemen met de organisatie via **klaaskarst@home.nl** of **06 38252503.**

We wensen je veel succes en plezier bij de Gruno Bokaal!