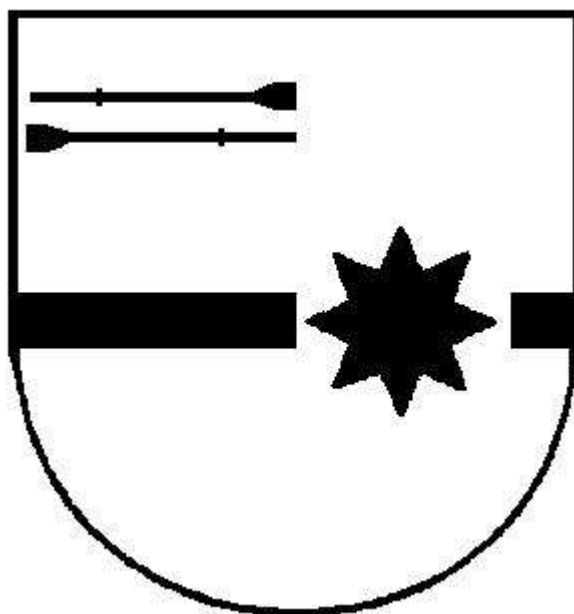


Algemene informatie en Routebeschrijving

GROENE HART MARATHON
rond
ALPHEN AAN DEN RIJN

58 km

24 september 2016



georganiseerd door :
Roevereniging Alphen (RVA)

Inhoud

1. Welkom.....	3
2. Routebeschrijving naar de RV Alphen.....	3
2.1. Adres.....	3
2.2. Routebeschrijving.....	3
3. Parkeren van botenwagens en auto's.....	4
4. Organisatie.....	4
5. Tijdschema.....	4
6. Wedstrijdreglement.....	5
7. Startprocedure, Finish en Tijdneutralisatie.....	5
8. Veiligheidsaanbevelingen.....	5
8.1. Slechte weersomstandigheden.....	5
8.2. Veiligheidsvoorzieningen.....	5
9. Noodgevallen.....	6
10. Deelnemende ploegen.....	6
11. Beschrijving van de Route.....	7
11.1 Inleiding.....	7
11.2 Routekaarten.....	7
11.3 GPS-file.....	7
11.4 Normale route.....	7
11.5 Alternatieve route in geval van slecht weer.....	9

IN GEVAL VAN NOOD

Bel in geval van acute nood: **112**,

en in overige gevallen de organisatie van de Groene Hart Marathon:

Hans Runhaar 06 41 72 08 67 of **Jan van der Sprong 06 51 33 82 37**

Zie ook paragraaf 9

1. Welkom

Beste roeivrienden,

Het doet ons groot plezier jullie bij de RV Alphen te mogen begroeten als deelnemers aan de

Groene Hart Marathon rond Alphen aan den Rijn

In 2001 stond deze marathon voor het eerst op de KNRB Marathonkalender. In 2002 was de tweede editie, in 2003 werd de tocht niet gehouden, maar vervolgens jaarlijks van 2004 tot en met 2015. Nu in 2016 zal de 15e editie worden verroeid. Dit jaar verwachten we opnieuw meer dan 35 ploegen.

De marathon telt mee voor het KNRB Marathonklassement.

Dit informatieboekje is voor iedereen die de tocht voor het eerst roeit, maar ook voor de ervaren deelnemers. Het bevat onder andere informatie over de organisatie, de route, de contactpersonen, het parkeren, wat te doen in geval van nood en de veiligheidsaanbevelingen.

Een veilige terugkeer van de deelnemers staat voorop en we vertrouwen er daarom op, dat jullie de volgende tekst goed doornemen.

Routekaarten en –beschrijving worden uitgereikt tijdens de captains briefing voor de start.

Deelname aan de marathon is voor eigen verantwoordelijkheid en de RV Alphen, noch de organisatie, kunnen aansprakelijk gesteld worden voor schade, die direct of indirect kan voortkomen uit deelname aan deze tocht.

Wij wensen jullie een behouden vaart en veel roeigenoegen tijdens de tocht.

Coördinatoren Groene Hart Marathon,
Hans Runhaar en
Jan van der Sprong

2. Routebeschrijving naar de RV Alphen

2.1 Adres

Roeivereniging Alphen (RVA)
Machineweg 2b
2445 BB Aarlanderveen (Gemeente Alphen aan den Rijn)
telefoon: (0172) 492040

2.2 Routebeschrijving

Zie de routeplanners op internet en/of uw navigatieapparatuur.

3. Parkeren

Nadat je de provinciale weg bij de Roeivereniging Alphen hebt verlaten, sla je direct linksaf om je **auto** te parkeren, waarna je te voet verder gaat naar de sociëteit en loodsen van de RV Alphen. Na het geasfalteerde gedeelte volgt ook nog een stuk verharde, met gras overgroeide dijk waar in de berm kan worden geparkeerd.

Botenwagens worden door ons begeleid naar het vlot om de boten af te laden en vervolgens te parkeren bij de botenloods. De trekauto's dienen verderop geparkeerd te worden op het wat hoger gelegen parkeerterrein van de kanovereniging. Volg svp de aanwijzingen van de commissieleden stipt.

4. Organisatie

Organiserende vereniging:	Roeivereniging Alphen (RVA) Machineweg 2b 2445 BB Aarlanderveen (Gemeente Alphen aan den Rijn)
Secretariaat:	Te bereiken op 28 september vanaf 07:15 uur in het clubhuis van de RVA onder telefoonnummer: (0172) 492 040
Coördinatoren van de tocht:	Hans Runhaar (06) 41 72 08 67 en Jan van der Sprong (06) 51 33 82 37
Kamprechter KNRB:	Thomas Roes
Vlot Commissarissen:	Hans Menz, Thea Barhorst
Tijdwaarneming:	Henk Boot, Cees Groot, Nico Gaastra,
Parkeren wagens:	Corrie de Knegt, Martin Pagie, Cees de Heij
Bar RV Alphen:	Patrick Overdijk, Albert Reumerman

5. Tijdschema

07:15 uur:	Begeleiding voor parkeren botenwagens aanwezig; Bar RVA geopend
07:45 uur:	Captains briefing in de sociëteit en uitreiking kaarten; Boten te water
08:00 - 09:00 uur:	Start
14:00 uur:	Schematijd van de vroegste aankomst
14:00 - 17:00 uur:	Finish; Soep en broodjes beschikbaar voor de deelnemers
17:00 uur:	Sluiting tijdwaarneming en begeleiding
17:15 uur:	Bekendmaking van de uitslag

6. Wedstrijdreglement

- 6.1 De Groene Hart Marathon rond Alphen aan den Rijn wordt verroeid onder de reglementen van de KNRB.
- 6.2 De Wedstrijd en Prestatietocht vinden plaats op publiek terrein. De deelnemers dienen zich te houden aan de regels van het Binnenvaartpolitiereglement (BPR).
- 6.3 De RV Alphen en de organisatie van de Groene Hart Marathon aanvaarden geen enkele aansprakelijkheid voor enige vorm van schade of lichamelijk letsel als gevolg van deelname.
- 6.4 De wedstrijdleiding van de Groene Hart Marathon is in handen van de Groene Hart Marathon Wedstrijdleiding. De jury, onderleiding van een KNRB kamprechter, behandelt eventuele protesten.
- 6.5 Elke deelnemer dient zich te houden aan de aanwijzingen van de marathonleiding.

7. Startprocedure, Finish en Tijdneutralisatie

- 7.1 De start is tussen **8:00 en 9:00 uur**. Zodra een boot in deze periode klaar is om te starten kan de boot opvaren naar de startlijn, waarbij de stuurman met de rechterhand omhoog aangeeft dat de boot klaar is om te starten. Met de signaaltoeter geeft de startofficial te kennen dat de boot mag starten c.q. de startlijn passeert.
- 7.2 Bij het binnenroeien van de stad Leiden (vóór de brug Haarlemmertrekvaart/ Rijnsburgersingel) wordt met een signaaltoeter aangegeven dat je bent gefinisht voor het eerste tijdtraject. Varend door de stad staat de tijdwaarneming stil en deze wordt weer ingeschakeld als je de stad bij de Spanjaarsbrug (Zijl) verlaat. Bij aanvang van het tweede tijdtraject hoor je wederom een signaaltoeter.
- 7.3 Let op: er is géén maximum doorvaarttijd door de stad Leiden, je kan volop genieten van de stad en een kopje koffie of iets degelijks op een terras drinken.
- 7.4 De start, finish, aanvang en einde tijdneutralisatie staan aangegeven met de borden START c.q. FINISH.
- 7.5 De Finish van het tweede tijdtraject bij de RV Alphen sluit om **17:00 uur**.

8. Veiligheidsaanbevelingen

8.1 Slechte weersomstandigheden

De organisatie kan het vertrek uitstellen, een slecht weer traject (bv. zonder open water) laten varen of de tocht in zijn geheel afgelasten, als de weersomstandigheden of weersverwachting daartoe aanleiding geven.

Met klem wordt geadviseerd om in iedere boot ervaren roeiers op te nemen. Op het open water van de Kagerplassen, de Wijde Aa en het Braassemeer kan al bij een matige wind uit de verkeerde richting een stevige golfslag lopen.

8.2 Veiligheidsvoorzieningen

Het wordt aangeraden om je boot uit te rusten met de volgende veiligheidsvoorzieningen:

1. Een mobiele telefoon met voorgeprogrammeerde telefoonnummers van de coördinatoren
2. Een pomp en/of hoosvaten, spons en dweil
3. Een lijn voor sleepdoeleinden

4. Een peddel, pikhaak, geitenpennen en landvasten

Bij windkracht 4 bft (5,5 m/s) of hoger **Verplicht:**

5. Riggerafdekking, 12 – 20 cm brede plankjes met bindbandjes of tie-wraps over de riggers te bevestigen

6. Voor ieder bemanningslid een zwemvest

en **sterk aanbevolen:**

7. Voor- en achtertafjes.

9. Noodgevallen

Het is belangrijk dat je als stuurman/vrouw steeds weet waar je bent. Oriënteer je daarom regelmatig met behulp van de kaarten.

Om hulp van andere schepen in te roepen is het zwaaien met een vlag of een kledingstuk de meest geëigende methode. In deze tijd van het jaar is meestal ruimschoots recreatievaart aanwezig.

De organisatie heeft niet de beschikking over een volgboot. De Kagerplassen, de Wijde Aa en het Braassemmeer worden zonder toezicht overgestoken.

**Verzoeken om hulp, ook als U verdwaald bent, kunt U richten aan de organisatie :
(06) 41 72 08 67 of (06) 51 33 82 37**

Bij medische problemen

Bel in geval van nood **112**. De organisatie gaat er vanuit dat je in een normale lichamelijke conditie aan deze marathon begint. Als het goed is ken je de bepalingen van de KNRB betreffende de medische keuring (Huishoudelijk Reglement KNRB, artikel 53: <http://www.knrb.nl>). Voor iedereen geldt: ken je verantwoordelijkheid en je grenzen.

Bij materiaalpech

Bel in geval van materiaalpech die je niet zelf kan verhelpen: Jan van der Sprong mobile: **(06) 51 33 82 37**. We zullen vanuit de organisatie al het mogelijke doen om jullie weer op weg te helpen.

10. Deelnemende ploegen

Zie bijlage

11. Beschrijving van de Route

11.1 Inleiding

Dit hoofdstuk geeft de complete informatie over de te varen route. Deze informatie wordt op de **captains briefing** bekend verondersteld. In de captains briefing worden alleen onduidelijkheden rechtgezet en mogelijke last minute wijzigingen besproken.

11.2 Routekaarten en -beschrijving

De volgende routekaarten worden uitgereikt tijdens de captains briefing:

1) Uitsnede van het gebied tussen Alphen a/d Rijn, Leimuiden, Sassenheim en Leiden van de ANWB waterkaart van het Groene Hart Hollands Plassengebied.

2) Detailkaart van de Kagerplassen

3) Kaart van de binnenstad van Leiden

bovendien ontvang je een Routebeschrijving.

Zie ook route op www.afstandmeten.nl: [Route Groene Hart Marathon](#)

11.3 GPS-file

Op de website van de RV Alphen is ook een GPS-file beschikbaar onder: Groene Hart > 2. Route.

11.4 Normale traject

11.4.1 Het Aarkanaal (8.0 km)

Afgelegd: 0 van 58 km

Vanaf het vlot vaart je in noordelijke richting naar de startlijn aan de overkant van het kanaal, schuin tegenover ons vlot. Je blijft op het Aarkanaal tot de Tolhuissluizen (hm-bordje 11.1 aan stuurboord). Hier houd je bakboord aan en komt op:

11.4.2 De Drecht (6.4 km)

Afgelegd: 8.0 van 58 km

Na 700 m vaar je door Bilderdam en passeert daar een ophaalbrug: liggend te passeren, zonder vlag of geus.

3.3 km verder vaar je onder het viaduct over de N207 en even verder passeer je in Leimuiden een ophaalbrug. Aan het eind kom je bij een T-kruising, waar je stuurboord uit gaat op :

11.4.3 De Oude Wetering (0.4 km)

Afgelegd: 14.4 van 58 km

Die je volgt tot een T-kruising, alwaar bakboord uit naar de:

11.4.4 Ringvaart van de Haarlemmermeer (3.2 km)

Afgelegd: 14.8 van 58 km

Een commissaris van de RV Alphen wijs je waar bakboord uit te gaan de Ade op.

Mocht deze functionaris onverhoopt niet aanwezig zijn, dan is de Ade de tweede vaart aan bakboord bij hm-bordje 56.5.

Ga over op de detailkaart van de Kagerplassen.

11.4.5 Ade > Boerenbuurt (1.5 km)

Afgelegd: 18.0 van 58 km

Na ongeveer 800 m ga je naar stuurboord uit en vaar je de Boerenbuurt in. Aan het eind van deze slingerende vaart kom je op de eerste plas die deel uitmaakt van de Kagerplassen: De Kever.

11.4.6 Kagerplassen (5.5 km)

Afgelegd: 19.5 van 58 km

Zo veel mogelijk in zuidwestelijke richting varend, roei je achtereenvolgens over de Kever, door het Spijkerboor, over het Zweiland, de Laeck en het Spriet.

Alleen in het Spijkerboor en in de Laeck is de richting meer noordwest resp. west.

Varend op het Zweiland is de Lakermolen (niet verwarren met de Kogjesmolen) een goed oriëntatiepunt voor de Laeck. Na de Spriet kom je op een smaller gedeelte de:

11.4.7 Leede (1.6 km)

Afgelegd: 25.0 van 58 km

Het einde van de Leede is een kruispunt van 4 waterwegen. Aan bakboord zie je een bord: Jachthaven Warmonderhek; ga hier bakboord uit, naar de:

11.4.8 Haarlemmer Trekvaart (2.6 km)

Afgelegd: 26.6 van 58 km

Je ziet een molen voor je op de plek waar de vaart zich splitst. Houdt stuurboord aan, de bakboord-arm loopt dood.

11.4.9 Leiden (3.3 km)

Afgelegd: 29.2 van 58 km

Bij de doorvaart door Leiden is de tijdopname geneutraliseerd

Bij de binnenkomst in het centrum van Leiden zie je aan bakboord een bord FINISH en klinkt een signaaltoeter als je de finishlijn passeert. Bij het verlaten van de stad zie je een bord START en klinkt wederom een signaaltoeter als je de startlijn voor het tweede tijdtraject passeert. De FINISH- en START-punten zijn duidelijk op de detailkaart van Leiden aangegeven.

De tijdwaarnemers wijzen je ook de goede vaarrichting.

Pas op bij de tweede brug na de begin van de tijdneutralisatie, deze is lang, de doorvaart smal en direct na de brug een lastige bocht naar bakboord.

Ga over op de detailkaart van Leiden

De tocht door Leiden gaat via de Rijnsburgersingel, Morssingel (bij de T-splitsing uit naar bakboord), het Galgewater en in het verlengde daarvan de Rijn. Bij de splitsing bakboord aanhouden voor de Oude Rijn. Aan het eind van de Oude Rijn alsmar rechtdoor en via de Haven tot je aan bakboord de Spanjaardsbrug hebt. Hier ga je onderdoor en na ± 50 m is de start van het tweede tijdtraject.

Suggesties voor een pauze:

Tussen de tweede en derde brug na het begintijdneutralisatie is een lage wal met graskant en kan je eenvoudig aanleggen. In de directe omgeving van de derde brug zijn verschillende eetgelegenheden en terrassen.

De tweede mogelijkheid om aan te leggen is juist voor de splitsing van de Rijn in Oude Rijn en Nieuwe Rijn bij de Waag. Het aanleggen en uitstappen is wat moeilijker, maar je bent hier wel in het centrum van de stad.

De laatste gelegenheid om aan te leggen bij een eet- en drinkgelegenheid is bij de Zijlpoort aan het eind van de Haven.

Er is geen tijdlimiet voor de doorvaart door Leiden!

11.4.10 Rijn-Schiekanaal en De Zijl (4.6 km)

Afgelegd: 32.5 van 58 km

Ga weer terug naar de overzichtkaart.

Je volgt de waterweg voor ongeveer 3 km en na het hm-bordje 3.2 ga je naar stuurboord uit en kom je op de Zijl.

11.4.11 Zijl > Vennemeer > Achtergat > Stingsloot > Zuidzijdervaart (5.3 km)

Afgelegd: 37.1 van 58 km

Als je het Vennemeer opkomt, blijf je langs de stuurboordwal en ga je even verder het Achtergat naar stuurboord in. 600 m na het Vennemeer ga je onder een verkeersbrug door en kom je op een splitsing. Ga **niet** stuurboord uit, maar rechtdoor.

De vaart wordt smal en kronkelig.

Aan het einde bakboord uit naar:

11.4.12 De Does (2.5 km)

Afgelegd: 42.4 van 58 km

Je volgt dit water voor ongeveer 2.5 km. Op het breder wordende gedeelte krijgt de Does een andere naam:

11.4.13 Wijde Aa (2.5 km)

Afgelegd: 44.9 van 58 km

Je roeit naar het oostelijke einde van de Wijde AA, hier is een T-kruising met het Paddegat en de Woudwetering. Op de kruising ga je bakboord uit het Paddegat op, dat uitmondt in het Braassemermeer.

11.4.14 Braassemermeer (2.7 km)

Afgelegd: 47.4 van 58 km

Als je het Braassemermeer opkomt, zie je aan stuurboordzijde een rij eilanden op ongeveer 50 m uit de zuidelijke oever van het meer. Ga daar achter varen en houdt de eilanden aan bakboord. Je vaart dan heerlijk uit de wind.

Na het passeren van de eilanden moet je ongeveer 1,3 km open water oversteken om bij de ingang van de Leidse Vaart te komen. Deze ingang is helaas niet gemarkeerd door een baken. Als je het piepkleine kerktorentje en de overige bebouwing op de oostelijke oever aan bakboord houdt en aan stuurboordzijde ongeveer 200 m uit de zuidelijke oever blijft, dan kom je ongetwijfeld bij de ingang van:

11.4.15 De Leidse Vaart (4.3 km)

Afgelegd: 50.1 van 58 km

Roei de vaart helemaal uit tot aan de T-kruising met het Aarkanaal. Hier ga je stuurboord uit.

11.4.16 Het Aarkanaal (3.9 km)

Afgelegd: 54.4 van 58 km

Je vaart nu in zuidelijke richting naar de finish bij de RV Alphen.

11.4.17 Aankomst RV Alphen

Afstand 58 km! Om precies te zijn: 58 km 'en nog wat'.

Een originele Oude Braasemer Kruiden-Bitter wacht op je.

11.5 Alternatieve traject in geval van slecht weer

Een alternatief traject is afhankelijk van de windrichting en wordt vastgesteld voor aanvang van de captains briefing en tijdens deze briefing besproken.