



**HET  
ROPARUN  
ABC**

## Het Roparun ABC

Checkpoint, instapvak of oefenloop. In de voorbereiding naar de Roparun krijg je als team flink wat informatie. Voor de één is het allemaal gesneden koek, voor de ander is alles nieuw en onbekend. Met dit ABC willen we proberen een aantal dingen te verduidelijken. Compleet wordt het nooit maar wellicht kan het je helpen als ondersteuning bij de vele vragen die – zeker voor nieuwe teams – er zijn. Bewaar dit boekje dan ook zodat je altijd iets kunt terugzoeken. Wij wensen iedereen veel succes toe en vertrouwen op een geslaagde Roparun.

### Disclaimer:

*Het Roparun ABC is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. Je vindt hierin informatie over Roparun die is onderverdeeld in informatie over het evenement, de doelstelling, de activiteiten, en de mogelijkheden om te doneren. Roparun probeert deze informatie zo zorgvuldig mogelijk te onderhouden, maar kan er niet voor in staan dat deze informatie volledig juist, compleet en actueel is. Alle officiële informatie over de wedstrijd vind je in de deelnemersinformatie op de website en in het Roparunreglement.*

Versie 2019

## **A**

**ACT** – Algemeen Coördinatie Team. Dit team verzorgt alle contacten tussen teams, organisatie en thuisblijvers. Ook registreren zij de passages bij een [Checkpoint](#) en de totaaltijden. In de database van het ACT zijn alle gegevens van een team snel terug te vinden. Deze gegevens worden door het ACT verwerkt. In geval van calamiteiten, altijd het ACT waarschuwen via 010-4341165.

**Acties** – Kerstkaarten bezorgen, rommelmarkten, lege flessen acties, sponsorlopen; het aantal en de diversiteit van acties om geld op te halen is enorm. Maak gebruik van ideeën en kennis van anderen, spreek bijvoorbeeld teamcaptains aan op de teambijeenkomsten.

**Afval** – Wellicht de grootste bedreiging voor de Roparun. Als iedereen gebruik maakt van de openbare vuilnisbakken, of -minstens zo erg- vuilniszakken er naast zet of op een willekeurige plek achterlaat, dan is het snel gedaan met de toestemming van de diverse gemeentes om de route over hun wegen te laten lopen. Niet doen dus!

## **B**

**Bankrekeningnummers** – Er zijn twee verschillende Roparun bankrekeningnummers, beiden heb je nodig. Ropament gebruikt rekeningnummer NL58ABNA0460675117. Op dit nummer maak je het inschrijfgeld over, maar bijvoorbeeld ook bestellingen zoals Deelnemersshirts of Slotavondkaarten. Stichting Roparun gebruikt rekeningnummer NL36ABNA0466278330. Op dit nummer komt al het geld voor het doel: je donaties en de opbrengst van de lotenverkoop. Let dus goed op welk bedrag je naar welke rekening overmaakt.

**Benzine, Brandstof** – Je voertuigen en generatoren kunnen niet zonder. Omdat de Roparun altijd plaats vindt in het pinksterweekend moet je er rekening mee houden dat veel tankstations op zondag, 1<sup>e</sup> Pinksterdag gesloten zijn. Zorg er dan ook voor dat alle voertuigen ruim op tijd voorzien zijn van een volle tank.

**Bestellingen** – Voor een aantal zaken geldt dat deze besteld moeten worden. Denk hierbij aan herinneringen/medailles, slotavondkaarten, pastamaaltijden, etc. Let altijd goed op de uiterste termijn voor het plaatsen van een bestelling! Soms liggen deze data al ruim voor de Roparun en ben je met je gedachten nog lang niet met bepaalde zaken bezig.

**Bestuur** - Stichting Roparun heeft een bestuur dat bestaat uit vrijwilligers. Het bestuur beoordeelt aanvragen van organisaties voor financiële ondersteuning en kent gelden toe.

**Borg** – Voor een aantal zaken wordt borg gevraagd voordat deze worden meegegeven. Dit geldt bijvoorbeeld voor de collectebussen, spandoeken en de vogelpakken. Bij onbeschadigd en op tijd inleveren van het geleende krijg je de borg uiteraard direct retour. Let op: de borg kan NIET gepind worden.

**Bungalows** – Stichting Roparun beschikt over 14 bungalows waar kankerpatiënten kosteloos gebruik van kunnen maken. Omdat er veel vraag is en het aantal plaatsen – relatief- beperkt, is er voor gekozen om de brochures met een aanmeldformulier via de ziekenhuizen te laten verstrekken. Nadat het aanmeldformulier is opgestuurd naar het Roparunkantoor worden verder afspraken gemaakt over tijdstip en locatie.

## **C**

**Calamiteitenteam** – Tijdens de Roparun zijn er een aantal calamiteitenteams van de organisatie op de route. Zij kunnen waar nodig assistentie verlenen bij ongevallen en andere onverwachte gebeurtenissen. De calamiteitenteams worden aangestuurd door het ACT. Bij levensbedreigende zaken altijd eerst 112 bellen!

**CBF** – Mensen die geld geven aan goede doelen willen weten of met hun gift verantwoord wordt omgegaan. Het CBF-Keur voor goede doelen is een kenmerk van betrouwbaarheid. Het onafhankelijke Centraal Bureau Fondsenwerving toetst of een instelling aan de richtlijnen voldoet. Stichting Roparun heeft sinds 2006 het CBF-keur voor goede doelen.

**Checkpoint (CP)** – Op de route vind je, ongeveer om de 50 kilometer, een checkpoint. Hier wordt geregistreerd welk team er hoe laat voorbij komt. In de directe nabijheid van een checkpoint zijn ook altijd door de organisatie geplaatste [chemische toiletten/dixie](#) te vinden. De checkpoints houden contact met het [ACT](#). Parkeren nabij een CP is toegestaan, kamperen echter niet! De CP's hebben vastgestelde openings- en sluitingstijden die vooraf bekend worden gemaakt.

**Chemische toiletten/dixie** – Enkele duizenden deelnemers die dag en nacht non-stop onderweg zijn, moeten natuurlijk zo nu en dan hun behoefte doen. Helaas zijn er al, diverse malen, klachten van bewoners geweest die deze behoeftes op de stoep, in de tuin dan wel op andere onaangename plaatsen in de betreffende stad of het dorp aantreffen. Er zijn al gemeentes die de Roparun geen doorgang verlenen. Daarom: maak gebruik van de faciliteiten die geboden worden. Neem als team maatregelen door bijvoorbeeld zelf een dixie mee te nemen of voor onverwachte momenten de [Travel John](#) producten, waarmee onderweg de behoefte gedaan kan worden op het moment dat er geen toiletten aanwezig zijn.

**Collecteren** – Een goede manier om geld op te halen. Via het kantoor van Roparun zijn collectebussen te verkrijgen. Deze moet je wel –tijdig- reserveren. De bussen worden verzegeld en na afloop van de afgesproken periode weer ingeleverd op het kantoor waar de bussen worden geopend en geteld. De opbrengst wordt bijgeschreven bij het betreffende team. Het team dient zelf te zorgen voor toestemming of een vergunning om te collecteren. Voor de bussen moet een [borg](#) worden betaald.

## **D**

**Deelnemersnummer** – Zie teamnummer.

**Doel** – “Leven toevoegen aan de dagen, waar vaak geen dagen meer kunnen worden toegevoegd aan het leven”. Dat is al jaren het motto van Stichting Roparun. Als mensen met kanker worden geconfronteerd, vallen een heleboel zekerheden weg. Stichting Roparun probeert, door projecten te ondersteunen en te initiëren, de kwaliteit van leven voor hen zoveel mogelijk te verbeteren. Meer over de doelen van Stichting Roparun kun je lezen op [www.roparun.nl](http://www.roparun.nl).

**Doelenvond** – De Roparun Doelenvond vindt jaarlijks plaats in oktober. Tijdens deze avond vindt de bekendmaking van de Roparunnersteden plaats. Daarnaast ontvangen diverse doelen een cheque met het aan hen toegekende bedrag ter ondersteuning.

**Donatiemodule** – Op de website van Stichting Roparun is een donatiemodule ingebouwd, waardoor het voor iedereen heel makkelijk is om een donatie te doen aan Stichting Roparun. Via deze donatiemodule kan de donateur het geldbedrag rechtstreeks aan Stichting Roparun overmaken, maar wel op naam van een team. Wanneer hiervoor gekozen wordt, zal de betreffende teamcaptain een email ontvangen, waarin staat dat er een donatie is gedaan op naam van het team. Op deze manier wordt niet alleen het doneren zelf interessanter, maar is het ook als deelnemend team leuk om te zien wie hen een bedrag heeft gesponsord.

**Donaties** – Wie een donatie aan Stichting Roparun wil overmaken doet die aan Stichting Roparun. (zie ook: [bankrekeningen en donatiemodule](#)). Donaties komen ten goede aan de goede doelen van Stichting Roparun. Ook de donaties van een team uit bijvoorbeeld acties, collectes en lotenverkoop komen ten goede aan Stichting Roparun.

**Donatieverklaring** – In het verleden werden teams gevraagd een donatieverklaring aan te leveren. Dit is sinds 2018 niet meer nodig.

**Draaiboek** – Vaak maakt een team een eigen draaiboek met alle informatie specifiek voor het team. Op de website van Roparun staan enkele voorbeelden van teams <https://www.roparun.nl/deelnemersinformatie/hoe-verdeel-ik-de-taken-in-mijn-team>.

## E

**E-mail** – Een uitermate handige manier om te communiceren met het Roparun [kantoor](#). Zet bij correspondentie altijd je [teamnummer](#), dit maakt het een stuk makkelijker om je vragen, bestellingen e.d. te verwerken. Het e-mail adres is: [info@roparun.nl](mailto:info@roparun.nl)

**Eten en Drinken** – Gedurende de Roparun heb je voor alle teamleden veel eten en drinken nodig. Dit wordt niet door Roparun verzorgd en moet dus door je team zelf worden meegenomen. Natuurlijk kun je proberen zoveel mogelijk van dit soort zaken gesponsord te krijgen.

## F

**Facebook** – Stichting Roparun is te volgen op Facebook via [www.facebook.com/Roparun](http://www.facebook.com/Roparun)

**Faxnummer** – Het faxnummer van Stichting Roparun is: 010-4348622.

**Fietsenstalling** – Vlak voor de finish in Rotterdam is een fietsenstalling geplaatst waar deelnemende teams hun fietsen kunnen stallen. De fietsenstalling wordt bemand door vrijwilligers van Roparun en zij zullen de fietsen met de beste zorg behandelen. Desalniettemin is het stallen van fietsen geheel op eigen risico.

**Forum** – Er bestaat geen apart forum meer. Veelal zoeken teams en vrijwilligers bij vragen contact via Facebook.

**Frans alcoholtest** - In Frankrijk moet sinds 1 juli 2012 een alcoholtest (éthylotest) in elke auto aanwezig zijn. Dit geldt ook voor Nederlanders die met de auto naar Frankrijk gaan of door Frankrijk heenrijden. Gebruik van de alcoholtest is echter niet verplicht. Meer informatie hierover kun je vinden op de website van de ANWB.

## G

**Gadgets** – Roparun T- shirts, caps, armbandjes of zonnebrillen: er zijn diverse, leuke artikelen te koop van Roparun. Al deze artikelen zijn verkrijgbaar via de webshop <http://sportprijs.nl/roparunoor> of bij de verkoopstand die onder andere te vinden is bij teambijeenkomsten, start en de finish in Rotterdam. Je kunt pinnen of contant afrekenen.

**Geluid** – Aandachtspunt voor iedereen: Omdat de Roparun non-stop doorgaat, willen we nog wel eens vergeten dat 'normale' mensen ook gewoon willen slapen. Voor hen is het dus heel vervelend als er dan opeens een ronkende generator wordt gestart. Of dat er een enthousiaste, wat luidruchtige groep sporters voor hun deur een basiskamp opslaat en de dag nog even doorneemt. Kortom, wees wijs en houd rekening met de omgeving en het moment.

**Gemiddelde loopsnelheid** – Deze snelheid moet je al weten voordat de Roparun van start gaat. De minimale snelheid is 11 km/per uur, de maximale snelheid die je kunt opgeven is 15 km/per uur. Alleen teams aan de halve Roparun mogen een snelheid vanaf 10 km/per uur opgeven. De snelheid van je team dien je 3 tot 4 weken voor de start van de Roparun door te geven. Dit omdat de teams op basis van deze snelheid worden

ingedeeld in een bepaalde startgroep. E.e.a. vloeit voort uit het feit dat de finish in Rotterdam in enkele uren moet plaats vinden, terwijl de onderlinge snelheidsverschillen van teams dusdanig groot zijn dat dit op een andere manier niet mogelijk is. Het is dus belangrijk dat je een zo correct mogelijke, gemiddelde snelheid opgeeft. Het is dan ook sterk aan te raden een oefenloop te houden, waarbij de omstandigheden zoals bij de Roparun voor een deel kunnen worden geoefend.

## H

**Herkenningsstempels voertuigen** – Deze stickers moeten op de deelnemende voertuigen worden geplakt. Het herkenningstempel bestaat uit het teamnummer en het jaartal van de Roparun. Hierdoor kan de wedstrijdleiding (en ook de andere teams) zien bij welk team een bepaald voertuig hoort. De herkenningstempels worden voorafgaand aan de Roparun uitgedeeld op de laatste teambijeenkomst.

## I

**Informatie** – In een ruime periode voorafgaand aan de Roparun krijg je behoorlijk wat informatie. Bij teambijeenkomsten, via de website, via social media en via de emailnieuwsbrief. Het is erg belangrijk dat de teamcaptain alle informatie doorspeelt aan zijn/haar teamleden.

**Inschrijven** – Een team is ingeschreven na inzending van het inschrijfformulier én betaling van het inschrijfgeld. Inschrijven kan in de regel tot 31 december van het jaar voorafgaand aan de Roparun.

**Instagram** – Stichting Roparun is te volgen op Instagram via [www.instagram.com/roparun](http://www.instagram.com/roparun)

**Instapvak** – Alle teamleden mogen het laatste stukje van de route op het parcours. Het instapvak is een met hekken afgezet deel langs het parcours, enkele honderden meters voor de finish. Vanuit dit vak kunnen teamleden zich aansluiten bij de lopers van het team om gezamenlijk over de finish te komen.

## J –

## K

**Kantoor Roparun** – Het kantoor van de Roparun is gevestigd aan de Jan van Galenstraat 40, 3115 JG in Schiedam, op het bedrijventerrein Vijfsluizen. Het kantoor is op werkdagen geopend van 08.30 tot 16.30 uur. Telefonisch is het kantoor bereikbaar via 010-4341165. Het faxnummer is 010-4348622 en het e-mail adres is [info@roparun.nl](mailto:info@roparun.nl). Op het kantoor kun je de -gereserveerde- collectebussen, spandoeken, vogelpakken e.d. afhalen. Ook de loten kunnen hier – na betaling- worden afgehaald.

## L

**LinkedIn** – Stichting Roparun is te volgen op LinkedIn via [www.linkedin.com/company/stichting-roparun](http://www.linkedin.com/company/stichting-roparun)

**Live site** – In de aanloop naar de Roparun verzamelt het **ACT** van alle teams de benodigde gegevens die van belang kunnen zijn voor het zo goed mogelijk kunnen bieden van hulp tijdens de Roparun. Het verzamelen van de gegevens gaat door het invoeren ervan via <http://teamportaal.roparun.nl>. Het is de verantwoordelijkheid van de teamcaptain om de gegevens in te vullen en kloppend te houden. De login gegevens ontvangt de teamcaptain na bevestiging van de inschrijving.

**Logo Roparun** – Het Roparun logo wordt vrijgegeven aan deelnemende teams en partners van Roparun, onder bepaalde voorwaarden. De voorwaarden voor het gebruik ervan, vind je op onze website <https://www.roparun.nl/logo>.

**Loterij** – Alle deelnemende teams zijn verplicht om 1.000 loten af te nemen van de Roparun loterij. Deze loten kan het team dan vervolgens verder verkopen. De loten kosten 2,50 euro per stuk en zitten in boekjes van 20 stuks. De loten mogen alleen in Nederland worden verkocht. Het bedrag van de afgenomen loten wordt opgeteld bij de opbrengst van het betreffende team. Het is mogelijk om extra loten af te nemen. Het lot geef je af aan de koper. Het strookje wat bij het lot hoort, blijft in het boekje: hierop vul je naam en telefoonnummer van de koper in. Dit is alleen bedoeld om hoofdprijswinnaars snel terug te kunnen vinden om hen te benaderen voor de prijsuitreiking. Deze strookjes moet je zelf bewaren. Prijzen worden uitsluitend afgegeven tegen inlevering van het originele lot: de strookjes hebben geen waarde, hierop worden geen prijzen uitgereikt!

## M

**Medailles** – Medailles zijn te bestellen via het teamportaal. Op de laatste teambijeenkomst krijg je een tegoedbon die je kunt inleveren bij de medaillestand op de finish. In verband met beschikbaarheid is het aan te raden medailles tijdig te bestellen.

**Medische zorg** – Tijdens de Roparun heeft de organisatie een aantal [calamiteitenteams](#) op de route. Je team en de leden zijn echter zelf verantwoordelijk voor (acute) medische zorg. De calamiteiten teams zijn slechts ter ondersteuning. Meer informatie hierover vind je in het [Roparun-reglement](#).

**Milieuposten** – Dit zijn posten langs de kant van de route waar elk deelnemend team zijn afval kan afstorten. Deze posten worden door Roparun bemand. De exacte plaatsen van deze milieuposten komen te staan in het [Roparunreglement](#).

**Motorfiets** – Het is toegestaan om met een motorfiets op de route te zijn, echter alleen voor het maken van foto- en video opnames. Een motorfiets mag dus niet begeleiden (route aangeven, aanreiken van drank aan lopers etc.). Voor de exacte regels over (motor)voertuigen verwijzen wij je naar het [Roparunreglement](#).

## N

**Naam team** – Voor je teamnaam geldt een aantal regels. Het is niet toegestaan om het woord Roparun in de teamnaam te gebruiken. Daarnaast mag je niet een [teamnummer](#) in de naam van je team verwerken als het teamnummer (in het betreffende jaar) niet bij je team hoort. Dit om verwarring te voorkomen.

## O

**Oefenloop** – Om een goed beeld te krijgen van de [gemiddelde snelheid](#) van een team is het zeer aan te raden om een oefenloop te organiseren. Je loopt dan met het team volgens de spelregels van de Roparun een bepaalde afstand. Ook is het verstandig delen van het parcours te [verkennen](#). Dit kan natuurlijk ook in een oefenloop die je zelf organiseert.

**Ontstaan** – De Roparun is in 1992 ontstaan uit een weddenschap. Sjaak Bril liep het jaar ervoor mee in de marathon van Rotterdam maar viel voortijdig uit. Op zijn werk werd er tijdens de lunch om gelachen en door Peter van der Noord gezegd dat lopen van Rotterdam naar Parijs pas echt een uitdaging zou zijn. De handen werden geschud en het idee werd uitgewerkt. Ook anderen werden enthousiast zodat uiteindelijk 13 teams aan de voet van de Euromast stonden voor de start. De opbrengst was in het eerste jaar 45.000 euro, hier werd een goede bestemming voor gevonden in de Daniel den Hoed kliniek in Rotterdam. De eerste jaren lag de finish ook nog daadwerkelijk in het hartje van

Parijs, onder de Eiffeltoren. In de loop der jaren is het evenement verder gegroeid en veranderden start en finish locatie. In 2004 was de organisatie in verband met de groei gedwongen om de Roparun 'andersom' te laten lopen, vanuit Parijs met de finish in Rotterdam. Door het vele animo werd in 2012 een tweede route vanuit Hamburg toegevoegd. Sinds 2019 is het ook mogelijk om een Halve Roparun te doen, met een start in Almelo.

**Opbrengst** – Enkele weken na afloop van de Roparun wordt de opbrengst van het betreffende jaar bekend gemaakt tijdens de [Slotavond](#). Het bedrag dat op deze avond wordt gemeld, is het bedrag dat daadwerkelijk binnen is: probeer dus je bijdrage tijdig over te maken. De drie teams met de hoogste opbrengst worden uiteraard ook in het zonnetje gezet op de feestavond. Alle donaties gaan onverkort naar de doelen van Stichting Roparun. De organisatie van de Roparun wordt betaald van het inschrijfgeld, door de sponsors van Roparun en de verkoop van artikelen.

**Organisatie** – De organisatie van de Roparun is in handen van Ropament B.V.. Onder verantwoordelijkheid van de directeur zijn zes medewerkers in dienst op het [kantoor](#) van Roparun. Zij worden hierbij ondersteund door ongeveer 500 vrijwilligers (!).

## P

**Parkeren** – Bij de finish van de Roparun kunnen de voertuigen geparkeerd worden op het bedrijventerrein Vijfsluizen in Schiedam. Dit is het bedrijventerrein waar ook het kantoor van Roparun is gevestigd. Vanuit die locatie kunnen deelnemers naar de start reizen, per OV of fiets.

**Postadres** – Het postadres is: Stichting Roparun, Jan van Galenstraat 40, 3115 JG Schiedam. E-mail stuur je naar: [info@roparun.nl](mailto:info@roparun.nl) Zie verder: [Kantoor](#).

**Protestbrief** – Indien er zich, naar jouw idee, een onregelmatigheid heeft voorgedaan tijdens de Roparun kun je hierover een protest indienen. De voorwaarden vind je in het [Roparunreglement](#).

## Q –

## R

**Ropareader** – Tweemaal per jaar geeft Stichting Roparun de Ropareader uit. Hierin kun je van alles lezen over de Roparun. De Ropareader verschijnt rond de [teambijeenkomsten](#) en zijn daar dan ook altijd af te halen. De Ropareaders zijn ook op het [kantoor](#) van Stichting Roparun verkrijgbaar.

**Roparunreglement** – In dit document staan alle regels en sancties. Het Roparunreglement is altijd te vinden op de site. Let er wel op dat de definitieve versie pas later in het jaar klaar is tot die tijd je uit kunt gaan van de versie van afgelopen editie.

**Roparunnerstad** – In een aantal plaatsen worden festiviteiten georganiseerd als de Roparun passeert. Na afloop van de Roparun mogen de teams aangeven welke plaats het leukst was voor hen. Tijdens de Doelenavond worden de plaatsen 1, 2 en 3 per route bekend gemaakt. Aan deze plaatsen is een geldbedrag gekoppeld wat binnen de omgeving van de betreffende plaats mag worden besteed aan een project wat past in de doelstelling van Stichting Roparun.

**Route** – De route van de Roparun staat als download op de site. Deze route is gemaakt voor de loper! Het kan dus betekenen dat je op bepaalde delen niet met een voertuig kan of mag komen. Er wordt wel aangegeven waar welke voertuigen wel en niet mogen komen. Voor het laten plaats vinden van de Roparun moeten jaarlijks ruim 130



vergunningen aangevraagd worden bij gemeentes, provincies en wegenbeheerders in Nederland, Duitsland, België en Frankrijk. De route wordt in eerste instantie aangeboden als conceptroute en pas kort voor de Roparun definitief uitgegeven. Ook in de laatste weken kunnen er altijd (kleine) wijzigingen ontstaan door actuele omstandigheden. Het is ten sterkste aan te bevelen om de route te [verkennen](#), zeker als je team voor het eerst aan de Roparun deelneemt.

## S

**Slotavond** – De afsluiting van de Roparun is de Slotavond. Deze avond vindt enkele weken na de Roparun plaats. Op deze feestelijke avond worden de drie teams met de hoogste opbrengst gehuldigd en wordt de totaal opbrengst bekend gemaakt. Daarnaast worden de zes teams gehuldigd, die een bijzondere prestatie op de route hebben geleverd (snelste, beste gemiddelde snelheid en het langst genoten van de route). Ook zijn er optredens en een hapje en een drankje. Toegangskarten voor de Slotavond kun je bestellen via het bestelformulier in het teamportaal.

**Social Media** – Stichting Roparun is actief op verschillende social media. Zo zijn we te vinden op [Facebook](#), [Twitter](#), [LinkedIn](#), [YouTube](#) en [Instagram](#). Via deze kanalen communiceren wij geregeld Roparun nieuws, maar ook feitjes, weetjes, motivatie quotes en foto's.

**Sponsors** – Onmisbaar. Voor teams en organisatie. Als team ben je zelf verantwoordelijk sponsoring te regelen. De meest creatieve dingen hebben we al gezien in de loop der jaren. Stichting Roparun kan echter geen tegenprestaties verzorgen voor je sponsors: daarvoor zal je zelf moeten zorg dragen. Ook de organisatie van Roparun heeft sponsors om de organisatie van de Roparun mogelijk te maken. Deze sponsors krijgen vanzelfsprekend wel een tegenprestatie geboden vanuit de organisatie.

**Startterrein** – Het startterrein in Parijs is het Parc Départemental de la Courneuve en is gelegen in de voorstad Dugny. Het startterrein in Hamburg is het Reiherstieg. Op deze terreinen zijn slechts zeer beperkt voorzieningen aanwezig. Er worden toiletten geplaatst en er is een grote tent waar limonade verkrijgbaar is en de pastamaaltijd wordt geserveerd.

**Parijs**  
**Parc Départemental de La Courneuve Aire des Vents**  
L'Avenue Maréchal Leclerc de Haute Cloque  
93400 Dugny Frankrijk

**Hamburg**  
**Reiherstieg**  
Alte Schleuse 40  
21107 Hamburg Duitsland

**Steunpunt** – Ongeveer halverwege de route kom je de Roparun Steunpunten tegen (in Kluse en in Bertry). Hier kun je een broodje worst, soep of een lekker croissantje krijgen. Er is ruimte voor het parkeren van voertuigen, dus een perfecte wisselplaats. Zeker even een stop waard als je niet hoeft te lopen, fietsen of chauffeurs!

**Stop en Go** – Sanctie opgelegd door de wedstrijdleiding n.a.v. een overtreding. Zie ook [Roparunreglement](#).

## T

**T-shirts** – Ieder jaar is er een nieuw deelnemersshirt te koop voor deelnemers. Laat zien dat jij een Roparunner bent en bestel tijdig het shirt via het teamportaal. De shirts worden uitgedeeld tijdens de laatste teambijeenkomst. Eventueel zijn ze nog zo lang de voorraad strekt te koop op start- en finishlocatie.

**Team** – Een team bestaat uit (maximaal) 8 lopers, fietsers ter begeleiding maar ook chauffeurs van volgauto's, masseurs en koks. Daarnaast heeft een team een [teamcaptain](#). Hij/zij is het aanspreekpunt voor de organisatie en ontvangt alle informatie.

Gemiddeld bestaat een team uit circa 25 personen. In de praktijk is het meestal zo dat een team tijdens de Roparun opgesplitst wordt in 2 ploegen. Ploeg A neemt een bepaalde afstand voor zijn rekening, bijvoorbeeld 50 kilometer. Zij leggen deze afstand dan met 4 lopers en begeleiders af. Ploeg B gaat dan die 50 kilometer met de voertuigen vooruit en wisselen daar met de voertuigen vanuit hun stopplaats. Vervolgens herhaalt dit proces zich steeds tot de hele Roparun route is afgelegd. Naast de sportieve prestatie is het natuurlijk de bedoeling dat je team initiatieven ontplooit om geld op te halen voor het doel van Stichting Roparun.

**Teambijeenkomst** – Er worden 3 teambijeenkomsten georganiseerd. Op deze bijeenkomsten krijg je vanuit Roparun informatie over de Roparun en de [doelen](#) van Stichting Roparun. Ook kun je Roparun artikelen aanschaffen en zijn er teams die spullen aanbieden voor het goede doel. Het is belangrijk dat er van alle teams minimaal 1 vertegenwoordiger is. Dit hoeft niet per definitie de [teamcaptain](#) te zijn, maar dat heeft wel de voorkeur.

**Teamcaptain** – Vaak de spil van een team, organisator, aanjager en achter-de-broek-aan zitter. Voor Roparun de contactpersoon van een team die de informatie ontvangt.

**Teamnummer** – Je team krijgt bij inschrijving een nummer toegewezen. Dit nummer is erg belangrijk, ook in alle correspondentie. Zorg dus dat je dit nummer altijd vermeldt, ook bij overschrijvingen via de bank. Voorafgaand aan de Roparun ontvang je stickers voor op de voertuigen met het teamnummer en deelnemersnummers voor de lopers en fietsers. Deze nummers dienen altijd goed zichtbaar gedragen te worden. Bij de lopers zowel op de voor- als achterzijde. Houd er rekening mee dat de deelnemersnummers altijd goed zichtbaar zijn, zeker ook na het verwisselen van kleding.

**Telefoonnummer** – Het telefoonnummer van Stichting Roparun is:  
010 – 4341165

**Trainer** – Natuurlijk moet iedereen goed getraind zijn. Lopers, maar ook fietsers en andere teamleden. Belangrijk is ook dat er gezamenlijk getraind wordt: zie ook [oefenloop](#).

**Travel John** - TravelJohn zijn unisex wegwerp plas- en poepzakjes speciaal ontworpen voor elke gelegenheid, wanneer er geen toilet beschikbaar is. Ideaal voor tijdens de Roparun dus. Wanneer je als team deze producten wilt aanschaffen kan dat niet via ons als organisatie, maar wel in vele winkels door het hele land. Voor meer informatie en de verkoopadressen verwijzen we je graag naar de website [www.traveljohn.nl](http://www.traveljohn.nl).

**Twitter** – Stichting Roparun is te volgen op Twitter via [www.twitter.com/Stg\\_Roparun](https://www.twitter.com/Stg_Roparun)

## U

**Uitvallen** – Mocht je team onverhoopt uitvallen tijdens de Roparun, laat dit dan direct weten aan het [ACT](#) via 010-4341165. Zij kunnen je eventueel ook assisteren als er zich omstandigheden voordoen die dit noodzakelijk maken.

## V

**Veiligheid** – Het is, hoe dan ook, een hele toer om de Roparun te doen. Meer dan 500 kilometer; non-stop. Het is dan ook belangrijk dat iedereen zich goed realiseert dat dit gevaren kan opleveren. Goede [verlichting](#) is dan ook belangrijk, maar ook het naleven van een aantal regels is belangrijk. Allereerst natuurlijk de (ter plaatse) geldende verkeersregels. Natuurlijk wil een loper of fietser liever doorlopen als het verkeerslicht op rood staat, zeker laat in de nacht. Maar als je wellicht toch al niet helemaal 'fris' meer bent, zie je misschien toch net iets over het hoofd op die 'stille' kruising. Niet doen dus! En zo zijn er meer zaken waarbij je ook vooral het gezond verstand moet gebruiken. Natuurlijk had je afgesproken om precies om elke anderhalve kilometer te wisselen, maar

kán en mag je wel stoppen op dat punt? Midden op een spoorweg zal je het vast niet doen, maar ook op een fietspad parkeren is geen goed idee. Of op de weg. Andere deelnemers moeten om je heen, het wordt er niet veiliger op. Blijf nadenken!

**Verhuur** – Er zijn voor je acties en activiteiten artikelen welke je, als deelnemend team, gratis kunt gebruiken. Wel moet hier **borg** voor worden betaald. Zo zijn er spandoeken, collectebussen en vogelpakken te leen. Voor de vogelpakken worden reinigingskosten in rekening gebracht. Genoemde artikelen dien je tijdig te reserveren via het Roparun **kantoor**. Vlak voor, tijdens en net na de Roparun kunnen er geen materialen geleend worden, aangezien de organisatie dan de spandoeken en mascotte pakken zelf nodig heeft. Kijk hier voor meer informatie: <https://www.roparun.nl/teams/ondersteuning>.

**Verkennen** – Het, vooraf, rijden van de route aan de hand van de routebeschrijving. Zeer sterk aan te raden voor iedereen. Het lezen van de **route** vergt enige oefening en bepaalde stukken van de route zijn knap lastig. Zeker als het donker is, je vermoeid raakt of het toch al even tegenzit. De route door Antwerpen, waarbij lopers en fietsers een andere tunnel gebruiken dan de volvoertuigen, heeft al tot de nodige crisis gezorgd binnen teams. Laat je dus niet verrassen en ga op tijd de route verkennen.

**Verlichting deelnemers** – Goede verlichting van de deelnemers is belangrijk. Loper en fietsers moeten goed te zien zijn. Realiseer je dat, zeker in Frankrijk, Duitsland en België er lange, onverlichte stukken in het parcours zitten. Daarom moeten alle deelnemers een door de Roparun goedgekeurd hesje dragen én verlichting hebben: dus ook de loper. Voor de exacte omschrijvingen kijk je in het **Roparunreglement** of op <https://www.roparun.nl/deelnemersinformatie/welke-regels-rondom-verlichting-zijn-er-tijdens-de-roparun>.

**Verlichting voertuigen** – Minstens zo belangrijk als de verlichting van de deelnemers. Maar ga hierbij uit van de standaard verlichting en gebruik deze op de juiste wijze. Groot licht is wellicht prettig rijden in een donker bos, maar blijf rekening houden met lopers en fietsers voor je. Ook als je langs de kant stil staat, geeft dit hinder voor deelnemers. Alarmlichten gebruik je in een onvoorziene gevaarlijke situatie. Meer licht dan standaard aanwezig op een voertuig is verboden. Dus geen zwaailichten op het dak of schijnwerpers. Zie voor alle informatie hierover het **Roparunreglement**.

**Vervoer** – Om naar Parijs en Hamburg te komen en vervolgens in etappes met het team naar Rotterdam terug te komen, heb je een aantal vervoersmiddelen nodig. Hiervoor dien je zelf zorg te dragen. Denk bijvoorbeeld aan busjes en campers. Wat wel en niet mag, kun je lezen in het **Roparunreglement**. Het is in ieder geval zaak dit tijdig te regelen, want je bent niet de enige tijdens de toch al drukke Pinksterdagen.

**Verzekering** – Het is aan te raden om als deelnemer aan Roparun te zorgen dat je een (doorlopende) reisverzekering hebt. Eventueel kun je deze aanvullen om bijvoorbeeld kostbare spullen als fiets of camera te verzekeren. Het is niet mogelijk om via Roparun aanvullende verzekeringen te kopen.

**Vijfsluizen** – Zie Parkeren

## W

**Website** – Op de site van Stichting Roparun ([www.roparun.nl](http://www.roparun.nl)) vind je nieuws en informatie van en over teams. Op de pagina 'overzicht teams 2019' kun je de deelnemende teams zien. Het **Roparunreglement** en deelnemersinformatie kun je vinden onder <https://www.roparun.nl/teams/deelnemersinformatie>. Ook de route kun je vinden op de website.

**Wedstrijdleider** – De wedstrijdleider zorgt voor een eerlijk verloop van de Roparun en ziet toe op de naleving van de regels. Ook stelt hij het **Roparunreglement** op.

**Wisselen loper** – De loper die aan de beurt is, loopt de afgesproken afstand (500 meter, een kilometer, twee kilometer; dit verschilt per team en is een vrije keuze, zolang er maar altijd één loper op de route is). De volgende loper die gaat aflossen wordt naar het betreffende punt gebracht waar hij de route gaat vervolgen (denk hierbij aan de veiligheid). De lopers tikken elkaar af.

**Wisselen voertuigen** – Omdat de meeste teams in 2 ploegen de Roparun afleggen zoeken de teams een plek om even te bivakkeren gedurende de tijd dat het andere deel van het team aan de Roparun bezig is. Hier kan even gerust worden, gegeten en gemasseerd. Zoek hiervoor een geschikte plek (denk aan het verkennen) en houd daarbij rekening met de toegankelijkheid van het gebied (niet alle voertuigen mogen overal komen, zie het [Roparunreglement](#)) maar ook met de omgeving en natuurlijk ook met je mede deelnemers. In de directe nabijheid van een [Checkpoint](#) is het verboden om te wisselen.

**X –**

**Y**

**YouTube** – Stichting Roparun is te volgen op YouTube via [www.youtube.com/stichtingroparun](http://www.youtube.com/stichtingroparun)

**Z –**