

LOPERSGIDS

 JAN DE NUL

HALVE **MARATHON**

AALST

INTRO

Beste loper,

Van harte welkom bij de Jan De Nul Halve Marathon Aalst!

In deze gids bundelen we alle praktische tips en info zodat je met een gerust hart kan uitkijken naar een onvergetelijke loopervaring op zondag 23 november.

Succes en tot aan de start!

Het team van de Jan De Nul Halve Marathon Aalst

PROGRAMMA

VRIJDAG 21 NOVEMBER

17u00 - 22u00: Afhalen borstnummer @Tragel Sport

ZATERDAG 22 NOVEMBER

13u00 - 16u00: Afhalen borstnummer @SMI

ZONDAG 23 NOVEMBER

08u00: Afhalen borstnummers @SMI

10u00: Start 5km

10u30: Podium 5km

11u00: Start rolstoelatleten Halve Marathon

11u03: Start Halve Marathon

13u00: Podium Halve Marathon



VOOR DE WEDSTRIJD



AFHALEN VAN DEELNAMEPAKKET

Gepersonaliseerd nummer

Locatie

Tragelsport | Tragel 12, 9300 Aalst op vrijdag
SMI | Vrijheidsstraat 22, 9300 Aalst op zaterdag

Openingsuren

Vrijdag 21 november van 17u00 tot 22u00
Zaterdag 22 november van 13u00 tot 16u00

Voor/nadelen?

- Geen stress op wedstrijddag
- Gepersonaliseerd nummer
- Rechtstreeks naar startvak

NAVIGEER

Afhalen op wedstrijddag

Locatie

SMI | Vrijheidsstraat 22, 9300 Aalst

Openingsuren

Zondag 23 november vanaf 08u00

Voor/nadelen?

- Extra vroeg opstaan op wedstrijddag
- GEEN gepersonaliseerd nummer
- Extra stress

NAVIGEER

BEREIKBAARHEID

Met de fiets

Kom je uit Aalst? Dan is de fiets veruit de gemakkelijkst manier om tot aan Jan De Nul Halve Marathon Aalst te geraken. Je kan je fiets gemakkelijk en gratis wegzetten in de fietsenparking Station Aalst op zo'n 50m van de start.

Met het openbaar vervoer

Met de trein of bus kan je ook zeer vlot de startlocatie bereiken.

De dichtstbijzijnde bushalte is Halte station Aalst en met de trein kan je gemakkelijk afstappen aan Station Aalst. Stippel je route uit via de nmbs of de lijn.

Met de auto

Kom je toch met de auto dan kan je je auto kwijt op parking Keizershallen (gratis) of op de Pendelparking Station Aalst (€5/dag)

ZORGELOOS AAN DE START

1) Haal je deelnamepakket af

Doe dit al op vrijdag of zaterdag en start zondag zonder zorgen!

2) Geef eventueel je sporttas af aan de bewaarplaats - SMI Aalst

3) Speld je borstnummer op en wandel naar het startvak van je beoogde eindtijd

- 10u00: start 5km
- 11u00: start rolstoelatleten
- 11u03: start halve marathon

4) Geniet van je wedstrijd!



BAG DROP

- Heb je supporters die je spullen tijdens de wedstrijd kunnen bijhouden? Geef je sporttas aan hen mee!
- Is dit niet mogelijk, laat je sporttas dan achter in onze Bag drop (SMI Aalst)
- Zorg dat alles in een goed sluitende sporttas zit, losse kledingstukken worden niet aanvaard.
- Sporttassen kunnen afgehaald worden tot 14u30

De organisatie zal de nodige veiligheidsmaatregelen nemen om de ruimte zo goed mogelijk te bewaken, doch is het gebruik van de bag drop op eigen risico. De organisatie is niet verantwoordelijke voor gebeurlijke schade, verlies en/of diefstal van persoonlijke voorwerpen.

NAVIGEER

DE WEDSTRIJD

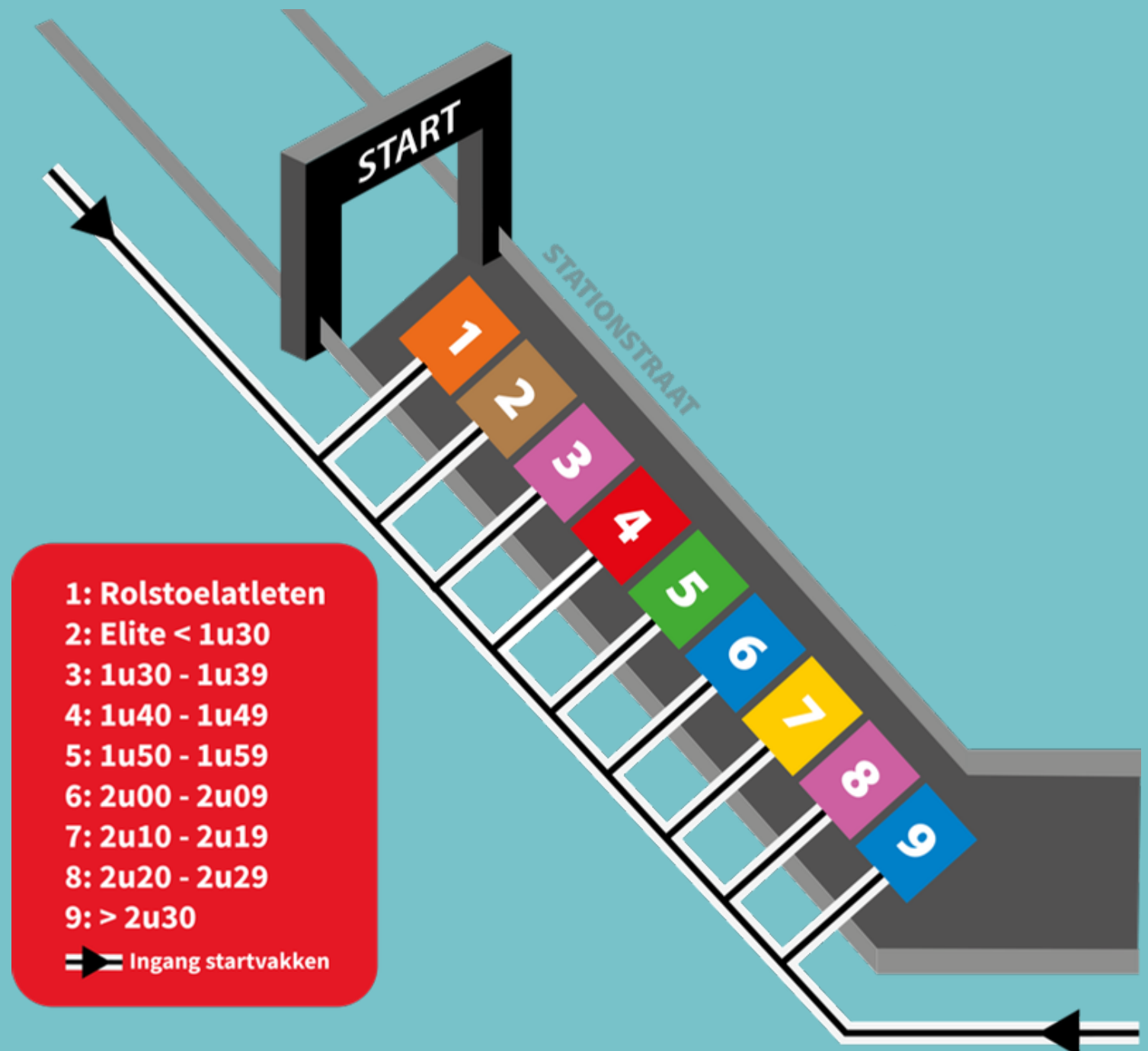
STARTPROCEDURE

Jan De Nul Halve Marathon

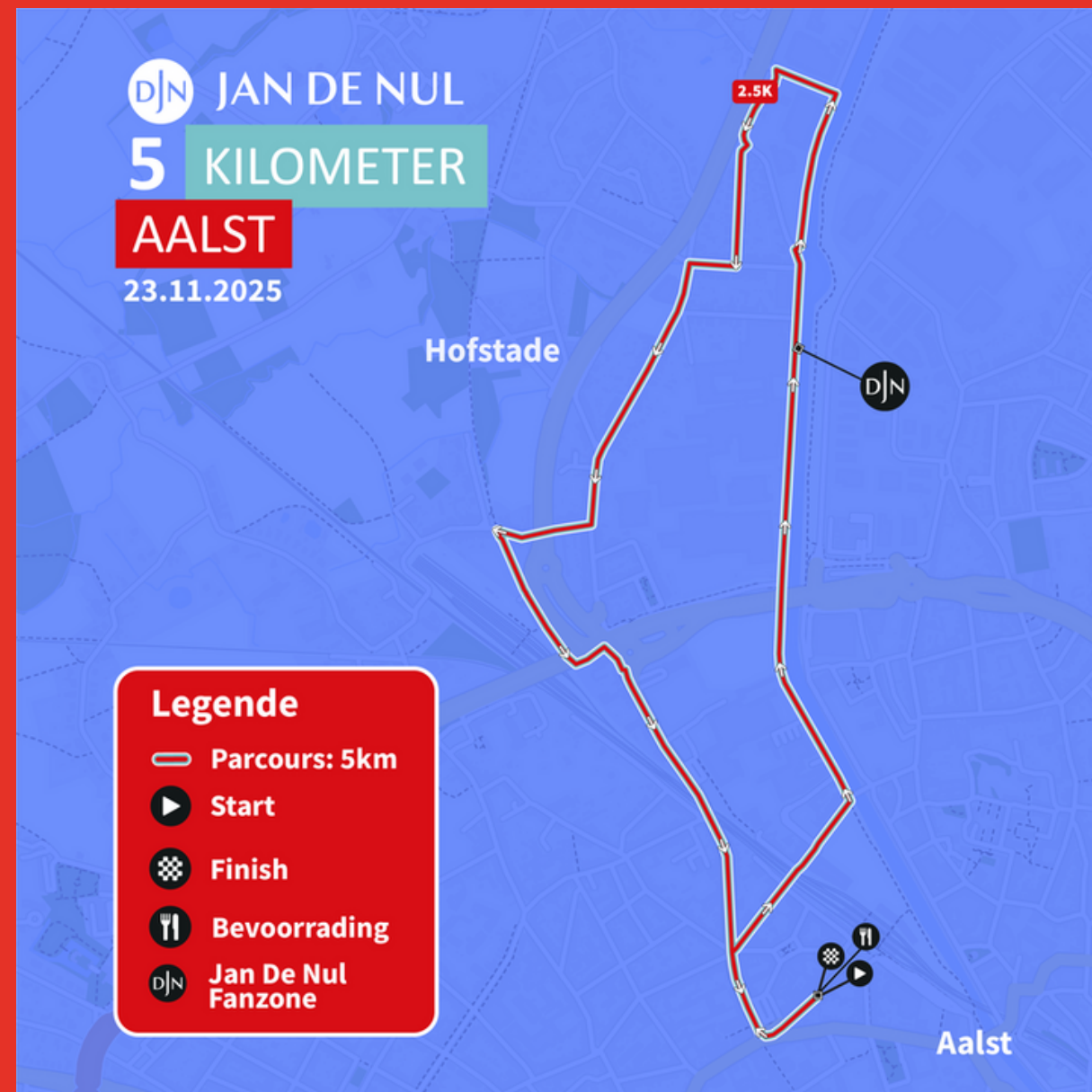
Zondag staan er in totaal +3000 lopers aan de start. Om iedereen zo vlot mogelijk aan de wedstrijd te laten beginnen, vragen we extra aandacht voor de startprocedures.

Het is belangrijk om in het juiste startvak te gaan staan, dat van je beoogde eindtijd. Op die manier loopt iedereen rondom jou op een gelijkaardig tempo. Dit verhoogt het loopcomfort van jezelf en alle andere deelnemers.

Maak je geen zorgen over je starttijd. Je effectieve wedstrijdtijd begint pas te lopen wanneer je de startlijn passeert.



PARCOURS



[RouteYou - 5 km](#)

[Download GPX.](#)



[RouteYou - 21.1 km](#)

[Download GPX.](#)

PACERS

Jan De Nul Halve Marathon

Pacers zijn ervaren lopers die een constant tempo lopen om dan op een vooraf bepaalde tijd binnen te zijn. De pacers zijn gemakkelijk te herkennen aan hun gekleurde vlag en zullen jou motiveren om dit tempo vast te houden.

Eindtijd Halve marathon

1u25

1u30

1u40

1u50

2u00

2u10

2u20

2u30

Tempo

4'00"

4'16"

4'44"

5'13"

5'41"

6'10"

6'38"

7'07"

Kleur vlag

/

Roze

Rood

Groen

Blauw

Geel

Roze

Blauw



BEVOORRADINGEN

Jan De Nul Halve Marathon

7,5 km	Water, Wcup en bananen + toilet
14,0 km	Water, Wcup en bananen + toilet
16,0 km	Toilet

Aan de finish is er een kwalitatieve eindbevoorrading voorzien met fulfil reep, Ypra 0.0, Redbull en een breed assortiment aan dranken en snacks. Verder zijn er ook toiletten terug te vinden.

Hou bij de bevoorrading rekening met de volgende volgorde:

- water - sportdrink - koekjes/bananen

Onze medewerkers aan de bevoorrading dragen ook bijhorende hesjes:

- Blauw hesje = water
- Rood hesje = Wcup



FUNZONES

Jan De Nul Halve Marathon

Funzones zijn locaties op het parcours waar er een leuke animatie wordt voorzien en de supporters kunnen verzamelen om luidkeels te supporteren voor alle lopers.

Locaties

Tragelsport

Jan De Nul

Wiezebrug

Alfons De Cockstraat 29 (halfwegpunt)

Parking Tupperware

Los Blancos

Toffly

Dendermondse Steenweg

Wat te beleven?

Vendeliërs en trommels

DJ

Djembé

Doedelzak

DJ

DJ Colin vé Wies

Dansgroep

Trommelaars

VERZEKER JE VAN EEN CORRECTE TIJDSOPNAME

Tips om een goede tijdsregistratie te garanderen:

- Draag het startnummer zichtbaar op de borst.
- Bedek het startnummer niet met een jas of met je handen tijdens het passeren van de matten.
- Let op met het indrukken van je eigen stopwatch op de start- en finishlijn.
- Vouw of kreukel het startnummer niet. Zeker niet op de plaats waar de Tag zit.
- Gebruik vier speldjes op de hoekpunten van het startnummer, doorboor de Tag niet.

Al je supporters kunnen je prestatie zowel langs het parcours als online volgen.



STARTPROCEDURE

Jan De Nul - 5 kilometer

Met bijna 500 ingeschreven lopers is deze editie van de Jan De Nul 5 km zo goed als volledig volzet.

In tegenstelling tot de halve marathon werken we voor deze afstand niet met startvakken en zijn er geen officiële pacers voorzien. Aan de finish staat een uitgebreide bevoorrading klaar, en onderweg zorgen drie funzones voor extra sfeer en beleving.

Funzones

Alkuone

Jan De Nul

Dendermondse Steenweg

Vendeliers en trommels

DJ

Trommelaars

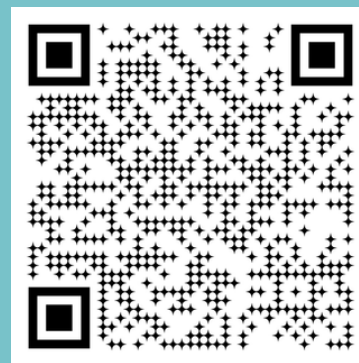
NA DE WEDSTRIJD

RESULTATEN

Na de wedstrijd kan je de officiële einduitslag terugvinden via onderstaande QR-code.

De podiumceremonie gebeurt op basis van de eerste drie lopers per geslacht die de finish overschrijden.

Aangezien wij vinden dat iedereen een winnaar is op zijn/haar manier, ontvangen zowel de deelnemers aan de 5 km als aan de halve marathon een unieke medaille.



FOTOMOMENT

Neem een leuke foto, samen met je unieke medaille, voor onze Wall of Fame.

Persoonlijk record gelopen? Rinkel aan de bel en geniet met volle teugen van je prestatie!



WE MAKEN ER SAMEN EEN TOPDAG VAN!

- Wees hoffelijk.
- Vergeet vooral niet om te genieten. Zowel van Aalst in al zijn glorie als van de animaties en de inspanning.
- Luister naar je lichaam! Voel je je niet goed, hou even rust. Blijft het gevoel aanhouden, stop dan definitief.
- Zonder onze medewerkers en sponsors geen Jan De Nul Halve Marathon. Een glimlach of bedankje doet hen zeker goed.
- Maak er samen met je medelopers, supporters en familie een onvergetelijke dag van!

BEDANKT AAN ONZE SPONSORS!



JOUW VOLGENDE UITDAGING?

13.12.2025	Christmas Nightrun Denderhoutem
20.12.2025	Christmas Nightrun Geraardsbergen
26.12.2025	Tussen twee Feestenloop Knokke-Heist
15.03.2026	Dendermonde Loopt
22.03.2026	Hoptrail Asse
28.03.2026	City Nightrun Aalst

[Volledige kalender](#)