

Belangrijke informatie voor deelnemers aan de ING New York City Marathon 2011

Officiële startmomenten (er kunnen wijzigingen plaatsvinden)

Roelstoeldivisie	8:30
Foot Locker 5-Borough Challenge	8:45
Handbike-divisie en geselecteerde atleten met handicaps	8:55
Vrouwen professionals	9:10
Wave 1 inclusief mannen professionals	9:40
Wave 2	10:10
Wave 3	10:40

Weersomstandigheden

Gemiddelde temperatuur van de afgelopen ING New York City Marathons:

- Gemiddelde maximumtemperatuur: 62°F/17°C
- Gemiddelde minimumtemperatuur: 47°F/8°C
- Gemiddelde temperatuur: 55°F/13°C

ING New York City Marathon Health and Fitness expo

Jacob Javits Convention Center, Halls 3E
11th Avenue at 35th Street, Manhattan

Datum	Openingstijden	Laatste mogelijkheid voor afhalen startnummer
Donderdag 3 november	10:00 20:00	19:00
Vrijdag 4 november	10:00 20:00	19:00
Zaterdag 5 november	9:00 17:00	17:00

De expo is open voor het publiek en de toegang is gratis. Neem uw vrienden en familie mee om bij de Marathon Store van ASICS te winkelen en bezoek meer dan 100 verkopers en standhouders van over de hele wereld voor souvenirs, gratis monsters, opgave voor wedstrijden, medisch advies en gezondheidsadvies, activiteiten en meer.

Bezoekers kan worden gevraagd een identiteitsbewijs met foto te tonen en tassen en jassen kunnen gecontroleerd worden. Er is geen garderobe aanwijzig en NYRR is niet verantwoordelijk voor gestolen of verloren items.

Startnummer afhalen

- Marathondeelnemers moeten zelf de expo bezoeken om hun registratiedocumenten op te halen.

- Uw registratiekaart wordt aan u gemaïld; u moet een exemplaar uitprinten en meenemen naar de expo. Smartphone-versies van de registratiekaart worden niet geaccepteerd.
- U moet uw wedstrijdmaterialen zelf ophalen met een geaccepteerd identiteitsbewijs met foto (zie hieronder) bij de expo. Wij e-mailen de materialen niet, de materialen worden niet bij New York Road Runners of op de dag van de race uitgegeven.
- Inwoners van de Verenigde Staten en Puerto Rico moeten een door de staat of federale overheid uitgegeven identiteitsbewijs met foto laten zien, zoals een rijbewijs of paspoort. Inwoners van andere landen, waaronder Canada, dienen een geldig paspoort te laten zien; nationale identiteitskaarten worden niet geaccepteerd.
- U haalt uw startnummer/B-tag op, samen met een bagagesticker, instructies en officiële, doorzichtige UPS bagageetas voor gebruik tijdens de race. **Op de dag van de race is dit uw officiële bagageetas; u mag Fort Wadsworth niet in met een andere tas.**
- De helpdesk in het registratiegebied accepteert afzeggingen en u kunt hier wijzigingen in uw persoonlijke gegevens doorgeven en vragen stellen.
- **Vul AUB de medische informatie achterop uw startnummer/B-Tag in.**

Openingsceremonie Marathon

Met de Parade of Nations en de opening van de Hall of Fame

Vrijdag 4 november, 18:00 – 20:00

(Vanaf 17:00, tribuneplaatsen beschikbaar op basis van binnenkomst; staanplaatsen langs de route van de parade)

Dit spectaculaire evenement vormt de start van het Marathonweekend! Op deze avond worden onze deelnemers van over de hele wereld in het zonnetje gezet, in een culturele parade naar de finishlijn van de marathon. Na de parade volgt de opening van onze Hall of Fame en het vuurwerk en dansfeest worden gepresenteerd door Poland Springs.

Waar: Central Park; ingang bij Central Park West en 67th Street

Wie: Landendelegaties van over de hele wereld, aangemoedigd door marathonlopers, vrienden, familie en fans van de ING New York City Marathon

De feestelijkheden zijn gratis en open voor iedereen. Kom en stort u in het feestgedruis.

Marathon Eve Dinner

Zaterdag 5 november, 16:00 - 20:00.

Marathon Pavilion, Central Park West en 67th Street

Toegangskaarten zijn inbegrepen in het aanmeldingspakket van lopers die zich bij een International Travel Partner (ITP) hebben aangemeld. Er wordt een beperkt aantal extra kaarten verkocht voor vrienden en familie (\$40 USD per stuk) in de ING New York City Marathon Health and Fitness Expo. Deze kaarten dienen als plaatsbewijzen.

Vervoer naar de start

De Verrazano-Narrows-brug naar Staten Island sluit precies om 7:00.

Lopen over de brug is ten strengste verboden.

Officieel Vervoer naar de start is gratis voor alle marathondeelnemers. U dient uw officiële vertreklocatie en –tijd te kiezen, om een vervoerstoewijzing te krijgen. Wanneer u deze keuze

niet voor de deadline van 31 juli heeft gemaakt, ziet u “Do Not Need Transportation” (geen transport nodig) op uw deelnemersprofiel. Wanneer u geen vervoer naar het startpunt heeft gekozen en dit alsnog bij de expo wilt doen, zullen wij ons best doen om u te helpen. Het vervoer wordt echter op basis van binnenkomst aangeboden. Indien het vervoer van uw voorkeur niet beschikbaar is, krijgt u een alternatief aangeboden. **Alle marathonlopers krijgen vervoer aangeboden.**

(Let op: deelnemers via International Travel Partners ontvangen hun vervoerstoewijzing via hun ITP. Atleten met een handicap ontvangen hun vervoerstoewijzing bij het inchecken bij de expo)

Uw Officiële Vervoerstoewijzing ziet u in de linker benedenhoek van uw startbewijs.

Officiële Vervoersmogelijkheden

Staten Island Ferry

Vertreklocatie: Whitehall Terminal, Manhattan

De Staten Island Ferry is de eenvoudigste en visueel meest aantrekkelijke Officiële Vervoersmogelijkheid voor duizenden renners. Whitehall Terminal bereikt u met het openbaar vervoer vanuit heel Manhattan. De ferry vervoert lopers naar St. George Terminal op Staten Island, waarvandaan bussen de renners direct naar de start vervoeren.

Midtown Manhattan Bus **DEZE LOCATIE IS VOL**

Vertreklocatie: New York Public Library, op de hoek van Fifth Avenue en 42nd Street

Officiële bussen vervoeren renners direct vanaf Midtown Manhattan naar de start.

New Jersey Bus

Vertreklocatie: Meadowlands Arena.

Vertrektijd: 5:00–6:00.

Let op:

- Privévoertuigen, waaronder charterbussen zijn niet toegestaan in het startgebied en we kunnen hiervan de aankomsttijd niet garanderen.
- De Verrazano-Narrows Bridge sluit precies om 7:00 voor al het verkeer.
- Privévoertuigen zijn alleen toegestaan voor het afzetten van deelnemers. Er is geen openbare parkeerplaats in de buurt van de start.
- Vanaf het afzetspunt naar het startgebied is het ongeveer 750 meter lopen.
- Privévoertuigen worden omgeleid naar Lily Pond Avenue (buiten Fort Wadsworth) en mogen het startgebied niet inrijden. Ook mogen er geen passagiers worden afgezet bij de bridge plaza.
- Wanneer u met een privévoertuig aankomt, moet u uw startbewijs en chip kunnen laten zien om naar Fort Wadsworth te kunnen lopen. Uw eigendommen moeten zichtbaar zijn in uw doorzichtige bagagetas. Geen andere tassen zijn toegestaan.

Start Villages

- Alleen officieel ingeschreven deelnemers en gidsen mogen Fort Wadsworth en het startgebied binnen. U moet uw startbewijs of gidsnummer tonen om binnen te kunnen gaan.

- De kleur van uw startbewijs geeft aan in welk start village u begint. Zie het voorbeeld van het startbewijs op pagina 27; zie de locatie van de Start Villages op de uitgedeelde plattegrond. Het startgebied voor atleten met een handicap en hun begeleiders, waaronder rolstoelgebruikers en handbike-deelnemers bevindt zich op New York Avenue, naast het groene Start Village.
- De Start Villages zijn in de buitenlucht en kunnen vochtig en koud zijn, wij raden u daarom aan u warm te kleden. Het kan zijn dat u meerdere uren in het Start Village bent.
- Er zijn meer dan 1700 toiletten in de Start Villages en in de corrals voor de brug. NYRR behoudt zich het recht voor om wildplassers te diskwalificeren.
- **Verboden te roken in de Start Villages.**
- Er is in iedere village een volledige medische staf beschikbaar. Waarschuw de medische staf wanneer u zich ziek voelt. Wanneer u niet in staat bent om de race te lopen, kunt u met een bus naar het finishgebied, nadat de derde wave vertrokken is.
- Er is een gratis ontbijt met thee, Poland Spring® 100% Natuurlijk Mineraalwater, Gatorade® G Series Pro Prime en Gatorade® G Series Pro Endurance Formula, bagels, mueslirepen en koffie van Dunkin' Donuts.

Bagage

Fort Wadsworth is eigendom van de federale overheid; daarom kunnen tassen van alle bezoekers gecontroleerd worden door veiligheidspersoneel dat aangesteld is door de NYRR, de National Park Service, NYPD, United States Coast Guard en United States Army Reserve; zie tegenoverliggende pagina voor regels met betrekking tot bagage op de racedag. UPS zorgt voor bagagevervoer naar de ophaalplaats na de finish.

- **Het is verplicht om de officiële doorzichtige UPS-bagagetas te gebruiken om uw eigendommen in op te bergen. Eigen meegebrachte tassen in deze tas worden ingenomen. Maak uw bagagelabel aan uw doorzichtige tas vast.**
- Om uw bagage in te checken, neemt u het mee naar uw aangewezen UPS-bagagevoertuig. Het nummer van het bagagevoertuig komt overeen met uw startnummer. Geef uw bagage niet meer dan 60 minuten voor uw starttijd af.
- Atleten met een handicap (en hun begeleiders) moeten hun tassen en eventuele extra rolstoel in de truck in het startgebied voor atleten met een handicap afgeven.
- NYRR, de ING New York City Marathon, de gemeente New York, UPS, en alle sponsors zijn niet aansprakelijk voor verlies van of schade aan tassen.

Start Corrals

- **Lopers die verschillende corrals toegewezen hebben gekregen, maar samen willen starten, kunnen dit doen door allebei naar de corral en wave met het hoogste nummer te gaan.**
- Officials van de marathon zullen mededelingen in meerdere talen doen wanneer de lopers zich naar de juiste corrals moeten begeven. Volg AUB de aanwijzingen van de officials en volg de borden en video om uw corral binnen te gaan.
- Als u met een ING Runner's Nation Pace Team Powered by Timex loopt, zoek dan uw teamleider in uw corral. Deze teamleiders zullen shirts dragen met de tekst "ING Runner's Nation Pace Team Powered by Timex". Ook dragen zij gekleurde bordjes naar hun startpunt en ballonnen met hun beoogde finishtijd.
- Wij adviseren uw om extra laagjes kleding te dragen, om warm te blijven nadat u uw bagage heeft ingeleverd. U kunt deze kleding in gemarkeerde bakken deponeren, voordat u naar de corral gaat.

De start

- Er zijn drie wave starts. Lopers krijgen een start en corral toegewezen, volgens de beoogde finishtijd (of snelheid per mijl) die u bij uw aanmelding heeft opgegeven. *Wave starttijden kunnen niet veranderd worden.*
- Uw startkleur komt overeen met de kleur van uw Start Village en wordt aangegeven op uw registratiekaart en uw startnummer.
- Uw finishtijd is de tijd die wordt gemeten vanaf het moment dat u de startlijn passeert. De laatste lopers in elke wave moeten het startgebied binnen ongeveer 10 minuten verlaten.

Markeringen kilometers/mijlen en klokken

- Borden en klokken worden bij iedere mijl geplaatst. Vóór mijl 8 hebben de klokken gekleurde borden die overeenkomen met uw startkleur. Na mijl 8 zijn alle mijlborden oranje. De klokken langs het parcours komen overeen met Wave 1.
- Om de 5 kilometer ziet u een geel kilometerbord en een klok.
- Tijdsmaten bevinden zich bij de start, iedere 5 kilometer (3,1 mijl) tot 40 kilometer (13,1 mijl), iedere mijl vanaf mijl 8 en aan de finish.
- Er zijn video-controlepunten en vrijwilligers die de startnummers langs het parcours controleren. Zorg dat uw startnummer duidelijk zichtbaar vóór op uw shirt is bevestigd. Wanneer u niet bij de video-controlepunten wordt gesignaleerd kan dit tot diskwalificatie leiden.

Eten en drinken

- Poland Spring® 100% Natuurlijke Mineraalwater is beschikbaar bij de start en bij officiële drinkstations, die iedere mijl aanwezig zijn vanaf mijl 3.
- Gatorade® G Series Pro Endurance Formula™ is beschikbaar bij officiële drinkstations, die iedere mijl aanwezig zijn vanaf mijl 3, behalve bij mijl 17.
- Het drinken wordt in recyclebare bekertjes aangeboden. Er staan aan beide kanten van het parcours tafels. Om een opstopping bij de eerste tafel te voorkomen, vragen wij u om een beker van een van de achterste tafels te pakken.
Blijf AUB niet staan nadat u uw beker heeft gepakt.
- De Poland Spring® Hydration Zone—inclusief waterstations, sponsen en muziek – vindt u op mijl 17 op First Avenue.
- Bij de PowerBar Gel Energy Zone bij mijl 18, vindt u PowerBar Gels in meerdere smaken, om de ‘man met de hamer’ die u tegenkomt te kunnen verslaan en de finish te halen.
- Fruit is beschikbaar bij de drinkstations bij mijlen 20–23.
- Neem voor uw veiligheid alleen drinken en eten van officiële stations.

Toiletten

Toiletten (waaronder toiletten voor gehandicapten) vindt u op iedere mijl.

Medische hulp

- Er zijn medische stations langs de route, op ongeveer iedere mijl, vanaf mijl 3, en bij de finish. Voor hulp tijdens en na de race, gaat u naar de medische hulpposten naast ieder drinkstation. Hier zijn sportmedische vrijwilligers die rode medische t-shirts dragen aanwezig.

- Medische vrijwilligers en materialen zijn beschikbaar bij alle hulpposten. Als u een blessure heeft of als u zich niet goed voelt, stop dan bij het eerstvolgende station. De meeste lopers die medische hulp nodig hebben, kunnen de race veilig afmaken.
- Het NYRR medische team beschikt over Philips automatische externe defibrillatoren (AED's) in ambulances langs het parcours en bij de medische posten na de finish. Het medisch gekwalificeerde personeel heeft zo de middelen om om te gaan met levensbedreigende situaties.

Uitvallen

- Wanneer u de race wilt beëindigen, zoek dan een vrijwilliger met HAM-radio op (zij dragen oranje petten) of meld u bij een medische hulppost, waar ook vrijwilligers met HAM-radio's aanwezig zijn. Zij zullen uw naam noteren en de informatie doorgeven aan de informatiekiosk in het finishgebied en de Runner Information Hotline: (800) 496-6193. Laat uw familie en vrienden vooraf weten dat zij bij de informatiekiosk of de hotline om informatie moeten vragen wanneer ze u kwijt zijn. Zorg dat uw familieleden uw startnummer weten.
- Passeer de finishlijn niet wanneer u niet het volledige parcours heeft afgelegd. Wanneer u dit wel doet wordt u gediskwalificeerd en wordt u de toegang tot verdere ING New York City Marathons ontzegd. Ga na 19.00 via West 72nd Street naar Central Park om uw bagage op te halen. De bagage kan ook maandagmorgen vanaf 8.00 's ochtends opgehaald worden.

Ophalen Bagage

- De UPS-bagagevoertuigen staan opgesteld in het finishgebied aan de hand van de racenummers. Het nummer van de bagagevoertuigen komt overeen met uw startnummer. Atleten met een handicap, waaronder deelnemers in rolstoelen en met handbikes kunnen hun bagage in de AWD-ontmoetingszone op West 72nd Street ophalen.
- Alle bagage die niet voor 17:00 is opgehaald, wordt naar de 72nd Street Transverse gebracht, en blijft beschikbaar tot 19:00 op zondag 6 november en van 8:00 -1400 op maandag 7 november. Alle niet-opgehaalde bagage die na 14:00 op maandag bij de finish is achtergebleven wordt aan een goed doel geschonken.

Vrienden en Familie treffen

Het wordt sterk aangeraden om uw vrienden en familie op een vooraf afgesproken plaats buiten het Central Park-gebied te ontmoeten, zoals in een restaurant, hotel of andere, eenvoudig te vinden plek. Vrienden en familie kunnen de Runner Information Hotline bellen op (800) 496-6193 indien zij hun loper niet kunnen vinden; ze moeten hier het startnummer van de loper opgeven. De NYRR ING New York City Marathon Mobile Spectator App heeft een GPS-optie voor lopers; hiermee kunnen fans uw voortgang tijdens de race volgen en in het gebied na de finish.

Certificaat Marathonlopers

Certificaten voor deelnemers die gefinisht zijn worden eind december naar marathonlopers in de VS gestuurd en in januari naar marathonlopers uit andere landen, samen met de uitgave met Officiële Resultaten van *New York Runner*.