



## VIRTUAL HEAD OF THE RIVER 2021

20 maart – 4 april

### 8 KM STRAVA SEGMENTEN op de AMSTEL

#### LET OP:

- Houd je aan de algemene vaarregels. Deelname op eigen risico. Het is geen officiële wedstrijd: veiligheid staat voorop. Kijk vaak om en kies altijd de veiligste optie.
- Bochten en/of Omval afsnijden betekent langer doorroeien om 8km te bereiken.
- Race voor de zekerheid een paar halen langer door dan het Strava segment aangeeft.
- Je kan de tijd starten voor vertrek en eindigen bij terugkomst op het vlot. Time-Team haalt de snelste 8km uit je prestatie.
- Je kan je prestatie zo vaak verbeteren als je zou willen. Gebruik daarvoor dezelfde Time-Team link. De snelste tijd telt.
- Het staat je uiteraard vrij om je eigen 8km baan te bepalen.

#### Baan stad in - I : (Virtuele Head 8km)

**Start:** Net na de brug van Ouderkerk, aan het begin van het rechte stuk.

**Finish:** Na de Nieuwe Amstelbrug ongeveer ter hoogte van de Ysbreeker

N.B.: Check bij je vereniging wat de regels zijn over het passeren van de Nieuwe Amstelbrug in (ongestuurd) glad materiaal.

#### Baan stad in - II: (Virtual Head 8km kom Ouderkerk tot De Hoop)

**Start:** In de kom van Ouderkerk ter hoogte van het thee-koepeltje naast de Amstelkerk

**Finish:** Officiële finishlijn van de Skiffhead halverwege het gebouw van De Hoop.

- Zodoende kan je uitroeien en nog vóór de Nieuwe Amstelbrug veilig ronden.
- De start is misschien niet de snelste i.v.m. de brug van Ouderkerk, maar de finish ter hoogte van De Hoop zonder door de Nieuwe Amstelbrug te hoeven racen is veiliger. Mocht er bij de brug van Ouderkerk een tegenligger komen, zou je opnieuw kunnen starten. De tijd kan je door laten lopen, Time-Team haalt de snelste 8km uit je prestatie.

#### Baan stad uit: (Virtual Head 8km Nwe Amstelbrug tot brug Ouderkerk)

**Start:** Net voorbij de dukdalven van de Nieuwe Amstelbrug (Hoop zijde)

**Finish:** Bij de dukdalven vóór de brug van Ouderkerk.

Zo kan je rustig en veilig door de tweerichtingsverkeer brug van Ouderkerk varen.  
Ronden in de kom van Ouderkerk.



## VIRTUAL HEAD OF THE RIVER 2021

20 maart – 4 april

### 4 KM roeien op de AMSTEL

### **LET OP:**

- Houd je aan de algemene vaarregels. Deelname op eigen risico. Het is geen officiële wedstrijd: veiligheid staat voorop. Kijk vaak om en kies altijd de veiligste optie.
- Bochten en/of Omval afsnijden betekent langer doorroeien om 4km te bereiken.
- Race voor de zekerheid een paar halen langer door dan de omschrijving aangeeft.
- Je kan de tijd starten voor vertrek en eindigen bij terugkomst op het vlot. Time-Team haalt de snelste 4km uit je prestatie.
- Je kan je prestatie zo vaak verbeteren als je zou willen. Gebruik daarvoor dezelfde Time-Team link. De snelste tijd telt.
- Het staat je uiteraard vrij om je eigen 4km baan te bepalen.
- Er bestaan een aantal 4km Strava segmenten zoals: “Novembervieren parcours” en “Skøll Spar – lange afstand”.

Omdat er legio mogelijkheden zijn om 4km aaneengesloten op de Amstel te roeien, worden hieronder een aantal voorbeelden gegeven.

### **Baan stad uit - I :**

**Start:** Ter hoogte van de vlotpunt De Hoop (bij loodsdeuren).

**Finish:** Ter hoogte van de vlaggenmast (met vlag in top) op het steigertje van de fietspont tussen de Molen en restaurant Klein Kalfje.

### **Baan stad uit – II:**

**Start:** Ter hoogte waar het gebouw van restaurant Riva begint

**Finish:** Het begin van de Grote Bocht

### **Baan stad uit – III:**

**Start:** Aan het begin van het rechte stuk Racebaan na de Rozenoordbrug

**Finish:** Ter hoogte van het hoofdhuis statige buiten “Oostermeer” net voorbij de molen bij Ouderkerk.

### **Baan stad in – I:**

**Start:** Ter hoogte van de fietspont tegenover restaurant Klein Kalfje.

**Finish:** Ter hoogte van de op een na laatste woonboot (wit) voor De Hoop. Hoopleden kunnen hier laten lopen en aanleggen.

### **Baan stad in – II:**

**Start:** Einde Grote Bocht waar het rechte stuk begint.

**Finish-I:** Ter hoogte waar het gebouw van restaurant Riva eindigt.

**Finish-II:** Langs RIC tot vlak voor de Omvalbrug richting Weespertrekvaart.

### **Baan stad in – III:**

**Start:** Ter hoogte van het hoofdhuis statige buiten “Oostermeer” voor de molen Ouderkerk

**Finish:** Einde Racebaan waar de bocht begint voor de Rozenoordbrug.

### **Baan stad in – IV: (Novembervieren parcours, maar nu zonder Omval afsnijden)**

**Start:** Ter hoogte van de molen (bij restaurant Klein Kalfje)

**Finish:** Ter hoogte van het gebouw van De Hoop