

# Spelregels meeste progressie 2023

- A. Van iedere deelnemer worden in 2022 **per categorie** gedurende de volgende maanden de **netto tijden** geregistreerd:

**April – Mei – September – Oktober**

- B. Alleen lopers, die deelnemen in **drie van de vier aangewezen maanden én steeds dezelfde afstand (categorie) lopen**, komen in aanmerking voor de eindklassering.

Wanneer een deelnemer in de genoemde 4 maanden **verschillende afstanden (categorieën) loopt**, kan de deelnemer **niet in aanmerking komen voor de eindklassering**.

- C. Er kan gekozen worden uit de onderstaande categorieën:

	<u>Categorie</u>	<u>Afstand</u>
1	Vrouwen	4.0 km
2	Mannen	4.0 km
3	Vrouwen	6.0 km
4	Mannen	6.0 km
5	Vrouwen	7.5 km
6	Mannen	7.5 km
7	Vrouwen	12.0 km
8	Mannen	12.0 km
9	Vrouwen	15.5 km
10	Mannen	15.5 km

- D. De **netto tijden** zoals maandelijks gepubliceerd in **uitslagen.nl** worden geregistreerd.
- E. Nadat de gelopen netto tijden van de 4<sup>e</sup> maand zijn vastgelegd, beoordeelt de organisatie de resultaten en bepaalt, wie de prijswinnaars per categorie zijn.
- F. De **nummers 1 t/m 3 per categorie** ontvangen een prijs.
- G. De **prijsuitreiking** vindt plaats tijdens de loop van **december 2023**.