

# OZEK informatie

---

## Programma OZEK 25 februari 2024:

9:30 uur: Welkom met koffie en inschrijven

10:00 uur: Start warming up (warming up en cooling down kan doorlopend)

10:30 uur: Start 1e 500 m wedstrijd

11:00 uur: Start 1e 2 km wedstrijd

12:00 uur: Prijs (taart) uitreiking

## Overige informatie

- Inschrijving opent per direct maar sluit op 18 februari 2024.
- Inschrijving kan via [dit formulier](#)
- Het deelnemen aan de OZEK 2024 is ook mogelijk voor individuen die geen lid zijn van een (Nederlandse) roeivereniging.
- Geroeid wordt op door de organisatie geleverde Indoor Rowers type Concept 2 model D met PM3-monitor, over een afstand van 2000 meter en/of 500 meter.
- Instelling van de windschuif naar eigen keuze, gedurende de race echter niet veranderen.
- Alle individuele deelnemers worden geplaatst op basis van verwachte eindtijd. Deze verwachte eindtijd kunt u invullen bij uw inschrijving.
- Voor junioren geldt de leeftijd die in 2024 bereikt is/wordt.
- Velden:
  - M18
  - J18
  - Dames
  - Heren
- Er wordt op basis van geslacht, leeftijd en gewicht één overall winnaar aangewezen van de OZEK. De tijdsnelsten per velden krijgen een eervolle vermelding.
- De wedstrijdleiding kan velden gelijktijdig laten roeien. Een buiten Zeeland wonende deelnemer kan niet Zeeuws Kampioen worden. In het geval dat een buiten Zeeland wonende deelnemer wint, zal deze een prijs krijgen, en de snelste Zeeuw na hem/haar de Zeeuwse titel.
- Bij velden met minder dan drie inschrijvingen behoudt de wedstrijdleiding zich het recht voor deze te laten vervallen of samen te voegen met een ander veld.
- Alle deelnemers dienen zich te houden aan de aanwijzingen van de wedstrijdorganisatie.
- Bij gelijke finish (ex aequo) van de snelsten, wordt de winst gedeeld.
- Foto- en video-opnamen die gemaakt worden tijdens het evenement kunnen voor pers- of promotiedoeleinden worden gebruikt.
- Wedstrijdschema wordt woensdagavond 21 februari 2024 gepubliceerd op de [RV Honte website](#)
- Nog vragen? Vraag het via een email: [info@rvhonte.nl](mailto:info@rvhonte.nl)

## Medische aanbeveling

2 km Indoor roeien is een zeer zware fysieke inspanning en deelname aan de OZEK is hierdoor niet zonder risico. Als u zich op de wedstrijddag niet goed voelt, of als u onlangs ziek bent geweest, raden wij u aan niet mee te doen aan de wedstrijd. Indoor races vragen het maximale van iemands vermogen en de organisatie neemt geen verantwoordelijkheid voor ziekte of verwondingen als gevolg hiervan. Mocht u twijfelen, vraag dan om medisch advies voordat u start.