



Stichting DE 4DAAGSE

Postbus 1296 6501 BG Nijmegen

www.4daagse.nl



Persbericht 2022.001

Nijmegen, januari 2022

Inschrijflimiet op 49.000, deelnemers 2020 verzekerd van deelname

Inschrijving 4Daagse 14 februari van start

Van 19 tot en met 22 juli 2022 kunnen tienduizenden wandelaars, na twee afgelastingen, hopelijk eindelijk weer een poging wagen om het felbegeerde 4Daagsekruis te behalen. De inschrijving voor de 104^{de} 4Daagse start op maandag 14 februari om 10.00 uur.

Hoopvol over 4Daagse komende zomer

“We leven in een periode waarin we nog volop met coronabesmettingen en -maatregelen te maken hebben, maar met het oog op de huidige versoepelingen zijn we hoopvol over een zomer waarin een 4Daagse weer mogelijk is,” aldus marsleider Henny Sackers. Om deze reden start de inschrijving voor de 104^{de} 4Daagse op maandag 14 februari om 10.00 uur. De inschrijfperiode loopt tot en met vrijdag 25 maart 17.00 uur. Om een goed georganiseerd evenement neer te zetten, is het belangrijk dat de inschrijving tijdig start.

Limiteringsprotocol anders dan anders

De inschrijflimiet voor de 104^{de} 4Daagse is, net als in 2020, bepaald op 49.000 inschrijvingen. Bij overschrijding van deze inschrijflimiet wordt er geloot. In 2020 is de 4Daagse vanwege de coronapandemie afgelast. Alle deelnemers die in dat jaar stonden ingeschreven en hebben betaald, hoeven in 2022 niet mee te doen aan de loting. Wel moeten zij gedurende de inschrijfperiode opnieuw inschrijven met hun registratienummer en betalen voor de 4Daagse van 2022.

Iedereen die in 2020 niet stond ingeschreven en/of niet heeft betaald, doet dit jaar mee aan de loting. Dat geldt ook voor deelnemers die normaal gesproken verzekerd zouden zijn van deelname, zoals de wandelaars die vaker succesvol deelnamen aan de 4Daagse en de 12-15 jarigen. Deze deelnemers hebben dit jaar geen verzekerde deelname, omdat de groep deelnemers met een gegarandeerd startbewijs anders mogelijk groter zou worden dan het parcours aankan qua drukte.

Voordeel in de loting

Degenen die voorheen verzekerd waren van deelname, maar in 2022 geen garantie hebben, krijgen wel een voordeel in de loting. Wandelaars die eerder succesvol hebben deelgenomen aan de 4Daagse hebben een dubbele lotingskans ten opzichte van de overige deelnemers in de loting. Dit voordeel geldt ook voor iedereen die geboren is in 2007, 2008, 2009 of 2010. Voor wandelaars die eerder succesvol hebben deelgenomen geldt wel dat zij zich in moeten schrijven met hun bestaande registratienummer. Alle andere inschrijvingen gaan één keer mee in de loting.

De organisatie maakt sinds 2020 onderscheid tussen deelnamelimiet en lotinglimiet. Er is een limiet van maximaal 49.000 inschrijvingen, maar op het parcours is er een maximum van 47.000 deelnemers. Om zoveel mogelijk mensen de kans te geven om deel te nemen aan de 4Daagse wordt er daarom een limiet van 49.000 inschrijvingen gehanteerd waar de annuleringen en zogeheten 'no-shows' op voorhand in zijn meegenomen. Op deze manier komt het aantal deelnemers niet boven de limiet van 47.000 deelnemers. Het volledige Limiteringsprotocol is te raadplegen op de website van de 4Daagse (www.4daagse.nl).

Inschrijfgeld en vergunning

Het inschrijfgeld voor deelname aan de 104^{de} 4Daagse is vastgesteld op €104,-. Leden van Koninklijke Wandelbond Nederland die in het bezit zijn van een Wandelvoordeelpas 2022 krijgen € 5,- korting. Mocht de 4Daagse in verband met Covid-19 alsnog afgelast worden, dan krijgen deelnemers hun volledige inschrijfgeld terug. Het doorgaan van de 4Daagse is afhankelijk van het verkrijgen van een vergunning. Of Stichting DE 4DAAGSE een vergunning krijgt voor het organiseren van de 4Daagse hangt af van de geldende coronamaatregelen op het moment van vergunningverlening. Uiteraard volgt de organisatie de coronamaatregelen en de invloed daarvan op de 4Daagse nauwgezet. Ook voor het evenement zelf zullen de op dat moment geldende coronamaatregelen worden gevolgd.

LOWA ook de komende vijf jaar hoofdsponsor

Wandelschoenenproducent LOWA heeft zich het afgelopen jaar weer voor vijf jaar als hoofdsponsor aan de organisatie van de 4Daagse verbonden. Door deze overeenkomst kunnen beide A-merken gebruik blijven maken van elkaars wandelsportexpertise en de serviceverlening rondom de 4Daagse verder ontwikkelen. "Wij zijn supertrots dat wij de komende jaren hoofdsponsor van dit prachtige evenement mogen blijven en verheugen ons enorm op de reeds in 2019 ingezette sportieve en succesvolle samenwerking" zegt Dirk Schaffrath, eigenaar-directeur van TCK Sports Group dat de belangen van LOWA in de Benelux verzorgt.



Stichting DE 4DAAGSE

Postbus 1296 6501 BG Nijmegen

www.4daagse.nl



Persbericht 2022.003

Nijmegen, maart 2022

In Weurt en Nijmegen loopt het dit jaar ietsje anders

Routewijziging in de 104^{de} 4Daagse

De deelnemers aan de 104de 4Daagse, maar logischerwijs ook de aanwonenden en de aanmoedigende fans langs de routes, krijgen dit jaar te maken met kleine routewijziging ten opzichte van de editie in 2019. Na het succes in 2015 komt de 4Daagseroute weer door Weurt-Noord.

Terugblik

In 2015 werd vanwege werkzaamheden in Weurt aan het kruispunt Van Heemstraweg/Kerkstraat de route van de 4Daagse omgeleid via de Pastoor van der Marckstraat. Deze aanpassing bleek een groot succes, voor zowel lopers als publiek. De lopers liepen door de authentieke dorpsstraat van Weurt-Noord. Deze routewijziging was destijds bedoeld als eenmalig. Vanwege de enthousiaste reacties van wandelaars en bewoners nam een groep inwoners uit Weurt het initiatief om een permanent karakter aan deze routewijziging te geven. Burgemeester Daphne Bergman en wethouder Piet de Klein van de gemeente Beuningen konden zich beiden direct in het enthousiaste voorstel van de initiatiefnemers vinden. Zij dienden daarom bij Stichting DE 4DAAGSE het verzoek in om dit mogelijk te maken.

Parcours wordt niet langer

Stichting DE 4DAAGSE beraadde zich over het verzoek. Het blijkt dat er aan het begin van de Pastoor van der Marckstraat een deel van de straatinfrastructuur moet worden aangepast om de wandelaars een veiligere doorgang te bieden. De gemeente Beuningen realiseert deze aanpassing voor de start van de 4Daagse.

Voor Stichting DE 4DAAGSE is het ook van belang dat de wijziging niet leidt tot verlenging van het parcours op de tweede dag van het wandelevenement. Doordat er net over de sluis ook een aanpassing in het parcours gerealiseerd wordt, die het parcours juist verkort, stemt de Stichting in met de aanvraag. Hier komen de wandelaars via het Sprengenpad gelijk op de Weurtseweg uit op hun weg naar de finish aan de Wedren.

Proefjaar

Stichting DE 4DAAGSE en de gemeente Beuningen zien 2022 als pilotjaar. Na afloop van de 4Daagse evalueren zij of de routewijziging blijft bestaan.

Enthousiast

Beide partijen zijn enthousiast over deze aanpassing. Op de route valt voor de wandelaars onderweg meer te zien en het publiek heeft een beter zicht op alle deelnemers. Wethouder

Piet de Klein: “Als gemeente zijn we er trots op dat dit soort bewonersinitiatieven écht vorm krijgen. De inwoners uit Weurt kennende, maken ze van de *Dag van Beuningen en Wijchen* één groot feest.” Voor de organisatie valt winst te behalen bij het afzetten en vrijgeven van de weg en het opbreken van muziekkorpsen en dergelijke. Daar kan nu meer tijd voor uitgetrokken worden. De Van Heemstraweg is een doorgaande weg die na de doorkomst zo snel mogelijk opent. Voor de Pastoor van der Marckstraat geldt dat niet.



Stichting DE 4DAAGSE

Postbus 1296 6501 BG Nijmegen

www.4daagse.nl



Persbericht 2022.002

Nijmegen, maart 2022

Nog zo'n 7000 startbewijzen beschikbaar

Stichting DE 4DAAGSE opent na-inschrijving

Er hoeft dit jaar niet geloot te worden onder de deelnemers van de 104de 4Daagse. De bijna 42.000 ingeschreven deelnemers kunnen, mits betaald, op 19 juli van dit jaar gegarandeerd aan de start verschijnen. Voor de resterende plekken wordt op 4 april een na-inschrijving geopend.

Niet onverwacht

De komende dagen wordt er gewerkt aan het vaststellen van het exacte aantal inschrijvingen. Duidelijk is dat er tijdens de eerste periode van 14 februari t/m 25 maart ongeveer zeventuizend inschrijvingen minder zijn dan de inschrijflimiet van 49.000 toelaat. Het bestuur van Stichting DE 4DAAGSE is tevreden dat iedereen die zich tot nu toe aangemeld heeft, verzekerd is van deelname en dat loting voor de 104de 4Daagse niet nodig is. Marsleider Henny Sackers: "Uiteraard hadden we gehoopt op een hoger aantal inschrijvingen, maar wat minder animo komt niet geheel onverwacht. Net als bij een aantal andere evenementen, en bij theaters en musea, zien ook wij dat corona nog een rol speelt en dat begrijpen we best. Ondanks dat zijn we verheugd met zo'n prachtig aantal enthousiaste wandelaars."

Na-inschrijving

Toch besluit Stichting DE 4DAAGSE tot een na-inschrijving. Bij het opstellen van het limiteringsprotocol is rekening gehouden met deze extra inschrijfperiode, die op maandag 4 april om 10.00 uur geopend wordt. Iedereen die geïnteresseerd is, maar zich om welke reden dan ook nog niet heeft ingeschreven, krijgt de mogelijkheid tot vrijdag 29 april 17.00 uur óf totdat de limiet van 49.000 bereikt is. Inschrijven gaat dus volgens het principe wie het eerst komt, wie het eerst maalt. Dat betekent ook hier dat bij inschrijving en betaling deelname gegarandeerd is.

Sackers: "Met 42.000 deelnemers kunnen we al een prachtig evenement organiseren. Maar momenteel is er nog voldoende ruimte, waardoor we twijfelaars de gelegenheid bieden om alsnog deel te nemen. Met het extra voordeel dat ook zij niet hoeven te loten."

Nederlandse militairen

Het aantal inschrijvingen onder de Nederlandse militairen heeft de limiet wel overschreden. Defensie heeft daarover het volgende medegedeeld: "De Nederlandse militairen hebben dit jaar geluk. Er is voldoende ruimte om alle Nederlandse militairen een startplaats te bieden en loting achterwege te laten".

Inschrijfgeld

Het inschrijfgeld voor deelname aan de 104^{de} 4Daagse is vastgesteld op € 104,-. Leden van Koninklijke Wandelbond Nederland die in het bezit zijn van een Wandelvoordeelpas 2022 krijgen € 5,- korting.



Stichting DE 4DAAGSE

Postbus 1296 6501 BG Nijmegen

www.4daagse.nl



Persbericht 2022.004

Nijmegen, mei 2022

Blijvende inzet voor het goede doel

Bestuurswissel De Vierdaagse Sponsorloop

De Vierdaagse Sponsorloop is een stichting die in het leven is geroepen om wandelaars de gelegenheid te bieden om hun deelname aan de 4Daagse te koppelen aan een goed doel. De stichting bestaat sinds 2011. Op vrijdag 6 mei vond er een bestuurswissel van De Vierdaagse Sponsorloop plaats.

Het nieuwe bestuur bestaat uit Ank Bijleveld-Schouten, voormalig minister van Defensie en sinds januari 2022 waarnemend burgemeester van Almere, Niels ten Anscher, kolonel bij de Koninklijke Landmacht en Lex Roolvink, voormalig burgemeester van Grave.

Ank Bijleveld bracht een deel van haar jeugd door in Wijchen: "Ik ben opgegroeid met de 4Daagse. Zoveel mensen die met passie wandelen. Wat is mooier om dan met dat wandelen ook iets voor een ander te betekenen? Dat kan door je voor jouw doel te laten sponsoren. Wij regelen de rest. We zijn er klaar voor"

Passend bij een rijke traditie

Het initiatief De Vierdaagse Sponsorloop is in 2011 in het leven geroepen met als doel het de 4Daagse deelnemers makkelijk te maken om hun 4Daagse wandelprestatie te koppelen aan een door hen zelf te kiezen goed doel. Sinds 2011 is ruim 3,6 miljoen euro opgehaald. Het doel voor 2022 is een bedrag van € 500.000 aan donaties te genereren. Inmiddels zijn we een aantal jaar verder en kunnen we concluderen dat De Vierdaagse Sponsorloop een eigen plek heeft verworven in de 4Daagse. Voor honderden 4Daagsedeelnemers is het 'sponsorlopen' zelfs een belangrijke 'reason why' voor deelname.

Bram Brinkman, initiatiefnemer De Vierdaagse Sponsorloop: "Dit jaar is het alweer voor de 10e keer dat vele 4Daagsewandelaars hun sportieve inzet koppelen aan een goed doel en daardoor nog een extra prestatie leveren. Het is mooi dat de Vierdaagse Sponsorloop inmiddels een vaste waarde is geworden binnen de rijke traditie van de 4Daagse." Samen met Gerd Prick treedt hij vandaag terug als bestuurslid.

Grote variatie aan goede doelen

De goede doelen variëren enorm. Van een minder bekende organisatie zoals Stichting de Liedjesfabriek die met een mobiele studio zorgt voor plezierige afleiding voor zieke kinderen, tot aan KiKa, waarvoor Arjen Sijsma heeft gekozen. Arjen Sijsma: "Ik werk sinds 1995 met kinderen met kanker en ben naast kinderoncologieverpleegkundige ook nog ervaringsdeskundige. Ik kan gelukkig zeggen dat mijn dochter een survivor is, daar ben ik heel blij om! Ik zou het zo ontzettend fijn vinden wanneer alle kinderen kunnen zeggen: Ik ben een survivor! Daarom loop ik dit jaar voor KiKa".

De website <http://www.devierdaagsesponsorloop.nl> is de centrale plek waar 4Daagsedeelnemers zich kunnen inschrijven en presenteren en waar donateurs hun bijdrage kunnen registreren. Aan het eind van de 4Daagse wordt het totaalbedrag dat die 4Daagsedeelnemer aan donaties heeft ontvangen overgemaakt naar het gekozen goede doel.



V.l.n.r. Niels ten Anscher, Bram Brinkman, Ank Bijleveld-Schouten, Gerd Prick en Lex Roolvink
Fotograaf: Toon de Vos



Stichting DE 4DAAGSE

Postbus 1296 6501 BG Nijmegen

www.4daagse.nl



Persbericht 2022.005

Nijmegen, juli 2022

Feiten & cijfers 104^{de} 4Daagse

Cijfers d.d. 1 juli 2022

Totaal aantal inschrijvingen: 42.175, aantal burgerinschrijvingen: 35.576

Aantal militairen

Het aantal militairen dat is ingeschreven in 2022 is 6400

Daarvan komen er 2561 uit Nederland, 3550 uit de delegatielanden en 289 uit de small contingents.

Nationaliteiten

Het aantal verschillende nationaliteiten dat heeft ingeschreven van de burgerdeelnemers is: 69

	Land		
1	Afghanistan	36	Malta
2	Argentinië	37	Malawi
3	Oostenrijk	38	Mexico
4	Australië	39	Maleisië
5	België	40	Nederland
6	Brazilië	41	Nigeria
7	Wit Rusland	42	Noorwegen
8	Canada	43	Nepal
9	Zwitserland	44	Nieuw Zeeland
10	China	45	Oman
11	Colombia	46	Polen
12	Cyprus	47	Palestina
13	Tsjechië	48	Portugal
14	Duitsland	49	Roemenië
15	Denemarken	50	Rusland
16	Spanje	51	Zweden
17	Finland	52	Singapore
18	Frankrijk	53	Slovenië
19	Groot-Brittannië	54	Slowakije
20	Griekenland	55	Sierra Leone
21	Hongarije	56	Suriname
22	Indonesië	57	Syrië
23	Ierland	58	Thailand
24	Israël	59	Oost-Timor

25	India	60	Turkije
26	Iran	61	Taiwan
27	Italië	62	Tanzania
28	Japan	63	Oekraïne
29	Kenia	64	Verenigde Staten
30	Kazachstan	65	Venezuela
31	Libanon	66	Vietnam
32	Litouwen	67	Zuid Afrika
33	Luxemburg	68	Zimbabwe
34	Letland	69	Ethiopië
35	Madagaskar		

Het aantal verschillende nationaliteiten van de militaire deelnemers is: 34

	Land		
1	Oostenrijk	18	Nederland
2	Australië	19	Noorwegen
3	België	20	Roemenië
4	Canada	21	Singapore
5	Tsjechië	22	Slovenië
6	Duitsland	23	Oekraïne
7	Denemarken	24	Verenigde Staten
8	Egypte	25	Finland
9	Spanje	26	Zweden
10	Frankrijk	27	Zwitserland
11	Groot-Brittannië	28	Senegal
12	Ghana	29	Nepal
13	Griekenland	30	Maleisië
14	Hongarije	31	Fiji
15	Ierland	32	Portugal
16	Italië	33	Saint Vincent en de Grenadines
17	Luxemburg	34	Polen

Het aantal verschillende nationaliteiten van alle deelnemers aan de 104^{de} 4Daagse is: 74

	Land		
1	Afghanistan	38	Madagaskar
2	Argentinië	39	Malta
3	Oostenrijk	40	Malawi
4	Australië	41	Mexico
5	België	42	Maleisië
6	Brazilië	43	Nederland
7	Wit Rusland	44	Nigeria
8	Canada	45	Noorwegen
9	Zwitserland	46	Nepal
10	China	47	Nieuw Zeeland
11	Colombia	48	Oman
12	Cyprus	49	Polen
13	Tsjechië	50	Palestina
14	Duitsland	51	Portugal

15	Denemarken	52	Roemenië
16	Egypte	53	Rusland
17	Spanje	54	Zweden
18	Ethiopië	55	Singapore
19	Finland	56	Slovenië
20	Frankrijk	57	Slowakije
21	Groot-Brittannië	58	Sierra Leone
22	Ghana	59	Suriname
23	Griekenland	60	Syrië
24	Hongarije	61	Thailand
25	Indonesië	62	Oost-Timor
26	Ierland	63	Turkije
27	Israël	64	Taiwan
28	India	65	Tanzania
29	Iran	66	Oekraïne
30	Italië	67	Verenigde Staten
31	Japan	68	Venezuela
32	Kenia	69	Vietnam
33	Kazachstan	70	Zuid Afrika
34	Libanon	71	Zimbabwe
35	Litouwen	72	Senegal
36	Luxemburg	73	Fiji
37	Letland	74	Saint Vincent en de Grenadines

Aantal burgerdeelnemers dat opgaat voor beloning X

Beloning	Mannen	Vrouwen	Totaal
1	7152	5773	12925
2	2102	1896	3998
5	939	699	1638
10	712	484	1196
25	145	37	182
40	24	11	35
50	13	2	15
51	7	2	9
52	3	1	4
53	5	1	6
54	7	0	7
55	7	0	7
56	2	0	2
57	2	1	3
58	3	1	4
59	2	1	3
60	0	0	0
61	0	0	0
62	1	0	1

Van de 42.175 deelnemers die staan ingeschreven, zijn er 25.527 (= 60,5 %) man en 16.648 (= 39,5 %) vrouw.

Leeftijdsverdeling burgerdeelnemers

Leeftijdscategorie (geboortejaren)	Mannen	Vrouwen	Totaal
11 t/m 15 jr (geb. in 2007 tot 2010)	575	429	1004
16 t/m 20 jr (geb. in 2006 tot 2001)	461	365	826
21 t/m 30 jr (geb. in 2000 tot 1991)	1865	2288	4153
31 t/m 40 jr (geb. in 1990 tot 1981)	1731	1464	3195
41 t/m 50 jr (geb. in 1980 tot 1971)	1710	2039	3749
51 t/m 60 jr (geb. in 1970 tot 1961)	4756	4061	8817
61 t/m 70 jr (geb. in 1960 tot 1951)	5984	3937	9921
71 t/m 80 jr (geb. in 1950 tot 1941)	2605	1001	3606
81 t/m 85 jr (geb. in 1940 tot 1936)	211	59	270
86 t/m 90 jr (geb. in 1935 tot 1931)	25	8	33
Totaal	19923	15651	35576

Aantallen per afstand

Inschrijvingen: 42.175

30km (blauw) = 11.202 (= 26% van de inschrijvingen)

40km (geel) = 16.869 (= 40% van de inschrijvingen)

50km (rood) = 8298 (= 20% van de inschrijvingen)

40km (groen) = 5806 (= 14% van de inschrijvingen)

Aantal deelnemers met een andere nationaliteit dan de Nederlandse

In totaal heeft 15,5 % (= 6537) van de personen die staan ingeschreven als deelnemer een andere nationaliteit dan de Nederlandse.

Aantal personen dat in 2010 geboren is:

Voor de 104^{de} 4Daagse staan 176 personen ingeschreven die geboren zijn in 2010, waarvan 111 mannen en 65 vrouwen (63,07 % man en 36,93 % vrouw).

Aantal debutanten

Het aantal deelnemers dat staat ingeschreven voor beloning 1 is 15.414 (= 36,5 %) van het totaal aantal deelnemers).

Aantal deelnemers in rolstoel dat staat ingeschreven.

Het aantal deelnemers dat in 2022 meedoet in een rolstoel is 22.



Stichting DE 4DAAGSE

Postbus 1296 6501 BG Nijmegen

www.4daagse.nl



Persbericht 2022.006

Nijmegen, 17 juli 2022

Eerste 4Daagsedag afgelast vanwege extreme hitte

4Daagse start op woensdag

Op zondagochtend is weeradviesteam bij elkaar gekomen om de aanstaande hitte te beoordelen in relatie tot de eerste wandeldag. Het weeradviesteam (met o.a. een meteoroloog, inspanningsfysioloog, sportpsycholoog en Rode Kruis) hebben unaniem geadviseerd de eerste 4Daagsedag af te gelasten. Vanwege de extreme hitte wordt de te verwachten druk op de zorg te hoog om een veilige wandeldag en rest van de 4Daagse te kunnen organiseren. Met voorspelde pieken van 39 graden wordt waarschijnlijk de hoogste temperatuur ooit gemeten in 104 edities 4Daagse geschiedenis.

Hoewel meerdere alternatieve scenario's zijn getoetst ziet het adviesteam geen andere optie het bestuur te adviseren om de eerste wandeldag te schrappen. Het 4Daagsebestuur heeft het unanieme advies overgenomen waarbij de 4Daagse 2022 een 3Daagse wordt met een feestelijke intocht op vrijdag 22 juli.

Burgemeester Bruls: 'De organisatie heeft een moeilijk besluit moeten nemen. Ik heb alle begrip voor hun besluit dinsdag niet te starten. De veiligheid van de deelnemers en vrijwilligers staat voorop. Laten we ons richten op de andere drie dagen en er dan een mooi wandelfeest van maken'.

Rode Kruis

"Het Rode Kruis staat achter de beslissing om de eerste dag van de 4Daagse te annuleren. We vinden het jammer voor zowel de wandelaars als de Stichting DE 4DAAGSE en alle andere betrokken partijen, dat dit besluit is genomen, maar het is een weloverwogen beslissing. Het weerbeeld is momenteel extremer dan in 2006, dus het is voor de wandelaars - ook met alle voorzorgsmaatregelen - niet verstandig om te gaan lopen. Daarnaast vinden wij het ook niet verantwoord voor onze hulpverleners, die vanwege deze weersomstandigheden en de vele uitvallers die dit met zich mee zou kunnen brengen, overbelast of zelf oververhit zouden kunnen raken.. Als Rode Kruis adviseren wij aan de wandelaars én feestgangers om de drukte zoveel mogelijk te vermijden, veel water te blijven drinken, de schaduw op te zoeken en de huid te beschermen tegen de zon."

Defensie

Commandant Verzorging Heumensoord, Luitenant Kolonel Haasnoot: 'Ik heb alle begrip voor de genomen maatregelen. Vanzelfsprekend staat de gezondheid van de wandelaars voorop. We zijn aan het inventariseren wat de maatregelen voor onze mensen betekent. We kijken er naar uit om woensdag van start te gaan'.

NGS

"Het Nederlands Genootschap voor Sportmassage (NGS) is met 125 NGS-masseurs aanwezig om deelnemers tijdens de 4Daagse te voorzien van een massage. Dit doen we niet alleen onderweg op de medische verzorgingsposten, maar ook op de locatie op het start-/finishterrein.

De verzorgingspost op de Wedren zal dinsdag open zijn van 09.00 tot 13.00 uur om deelnemers te masseren of te voorzien van een elastische tape. Wij zijn er om deelnemers optimaal te prepareren en over de finish te krijgen. Ondanks dat er helaas nog niet gewandeld is, willen we wandelaars daarom de kans geven om gebruik te maken van onze diensten op dinsdag."

Door het afgegeven hitteplan vanuit de overheid (dat in gaat op maandag 18 juli) sorteert het 4Daagsebestuur voor dit extreem weer scenario.

Omdat dit hitteplan ingaat op maandag 18 juli worden de tijden van aanmelding aangepast. Op maandag sluiten de registratiebureaus om 14:00 uur. Er wordt een extra mogelijkheid gegeven om het startbewijs op te halen op dinsdag 19 juli van 08:00 uur tot 12:00 uur.

De organisatie kijkt uit naar de drie wandeldagen die volgen.



Stichting DE 4DAAGSE

Postbus 1296 6501 BG Nijmegen

www.4daagse.nl



Persbericht 2022.007

Nijmegen, 19 juli 2022

Extra waterafgiftepunt op de route

Eerste wandeldag uitdagend

Meteoroloog Jules Geirnaerd, betrokken bij Stichting DE 4DAAGSE, geeft voor woensdag 20 juli het volgende weerbericht af: bij de start is het warm met een temperatuur rond 24 graden. In de middag wordt het 28 tot 30 graden met een hoge luchtvochtigheid en zonnige perioden. De wind neemt in de ochtend toe tot windkracht 5 en vooral later is er kans op een bui.

Op basis van dit weerbericht heeft het weeradviesteam het advies richting het bestuur gegeven om op woensdag regulier te starten, de wandelaar van goede adviezen te voorzien en extra wateruitgifte op de route te faciliteren. De weersomstandigheden zijn dusdanig dat de eerste wandeldag van de 104^{de} editie van de 4Daagse een uitdaging zal zijn, maar dat verdere maatregelen niet nodig zullen zijn.

Het bestuur van Stichting DE 4DAAGSE heeft dit advies overgenomen. De wandelaars worden vandaag en morgen geïnformeerd middels social media, app en schermen op de Wedren en onderweg. Tevens wordt een extra waterafgiftepunt ingezet tussen Beuningen en Wijchen, op de kruising Bijsterhuizen en de Wilhelminalaan.

Uitdaging

Sport- en prestatiepsycholoog Rico Schuijers, eveneens betrokken bij het weeradviesteam: 'Ook al wordt er een dag minder gelopen; de af te leggen afstanden zijn nog steeds behoorlijk. Gezien de weersomstandigheden zal de woensdag uitdagend zijn. Neem de adviezen daarom serieus en zie de 4Daagse ook echt als een prestatietocht. Een tip: stel jezelf doelen. Het uiteindelijke doel is natuurlijk de Via Gladiola, maar je doet er goed aan om het per dag of dagdeel te bekijken. Dat kan helpen om uiteindelijk die overwinning op jezelf te behalen.'

Blijf eten en drinken

Maria Hopman, hoogleraar Fysiologie van het Radboudumc, benadrukt: 'Woensdag is de kans op uitdroging hoog, met name door overmatig transpireren. Bij deze weersomstandigheden blijft het belangrijk om veel te drinken, maar ook om goed te blijven eten, ook na de finish op de Wedren. Blijf tijdens pauzes en na

afloop van de wandeldag rustig in beweging door bijvoorbeeld bij stilstand licht te marcheren'.

Aanmeldingen

Vanwege het hitteplan sloten de registratiebureaus op maandag om 14.00 uur en werd een extra mogelijkheid gegeven om het startbewijs op te halen op dinsdag 19 juli van 08:00 uur tot 12:00 uur. Het aantal personen dat woensdag 20 juli van start zal gaan is 38.455.



Stichting DE 4DAAGSE

Postbus 1296 6501 BG Nijmegen

www.4daagse.nl



Persbericht 2022.008

Nijmegen, 22 juli 2022

Wandelen voor het goede doel

4Daagsewandelaars halen € 513.770 op voor 232 goede doelen

Namens alle 4Daagselopers die hun kilometers hebben ingezet voor het goede doel en daarmee geld hebben ingezameld, overhandigde Huub van Asten (61) een cheque van € 507.561,- aan Ank Bijleveld-Schouten, voorzitter van Stichting De Vierdaagse Sponsorloop, voormalig minister van Defensie en sinds januari 2022 waarnemend burgemeester van Almere. Aan het eind van de 4Daagse, vandaag om 18.00 uur staat de teller op € 513.770,-. Er kan nog tot 31 augustus gedoneerd worden, dus dit bedrag loopt vermoedelijk nog verder op.

Huub loopt voor ParkinsonNL

Sponsorloper Huub heeft dit jaar voor de 30ste en tevens laatste keer de 4Daagse gelopen. Huub heeft Parkinson en heeft € 9.621,- voor ParkinsonNL opgehaald: 'Van het door mij ingezamelde sponsorbedrag kan Parkinson NL, innovatieve therapeutische ontwikkelingen verder door ontwikkelen en verbeteren.'

Tien jaar

Het initiatief De Vierdaagse Sponsorloop is in het leven geroepen om 4Daagsewandelaars op een eenvoudige wijze hun prestatie te koppelen aan een door hen zelf gekozen goed doel. De Vierdaagse Sponsorloop is dit jaar voor de tiende keer georganiseerd. In al die jaren (inclusief deze editie) is er een bedrag van ruim € 4,2 miljoen opgehaald.

Met een eigen actiepagina op de website www.devierdaagsesponsorloop.nl kunnen de sponsorlopers zich presenteren en online donateurs werven onder bijvoorbeeld familie, vrienden, collega's, buurt- en clubgenoten. Na 31 augustus wordt het opgehaalde bedrag overgemaakt aan de goede doelen.

Cijfers

Opgehaald bedrag	€ 513.770,-
Aantal sponsorlopers	696
Aantal donateurs	21.242
Aantal goede doelen	232



V.l.n.r. Ank Bijleveld-Schouten, Huub van Asten, Lex Roolvink en Niels ten Anscher



Stichting DE 4DAAGSE

Postbus 1296 6501 BG Nijmegen

www.4daagse.nl



Persbericht 2022.009

Nijmegen, 22 juli 2022

Memorabele 104^{de} editie van de 4Daagse

Na twee coronajaren is de 104^{de} editie van de 4Daagse op vrijdag 22 juli voltooid. In totaal hebben 34.934 wandelaars de finish op de Via Gladiola bereikt.

3Daagse

Tienduizenden wandelaars kregen zondag te horen dat het dit jaar geen 4Daagse maar een 3Daagse werd. Door extreme hitte op de dinsdag van de eigenlijke 1^e wandeldag, besloot het bestuur deze extreem hete dag te schrappen. Daardoor werd Roze Woensdag de eerste wandeldag.

Extreme weersomstandigheden

Met veel zon, warmte en in het roze uitgedost bereikten vele blij wandelaars de Wedren na de eerste 4Daagse wandeldag in drie jaar tijd. Op donderdag, de dag van Groesbeek, trotseerden de wandelaars onder een grijs wolkendek met veel regen de Zevenheuvelenweg.

Groot feest

Vrijdag tijdens de intocht waren de weergoden de wandelaars eindelijk gunstig gezind. Onder aangename temperaturen en toegejuicht door tienduizenden toeschouwers bereikte een grote groep wandelaars de finish na een fantastisch feest op de Via Gladiola.

Bij de 104^{de} 4Daagse heeft de organisatie 34.934 wandelaars met het Koninklijk erkende onderscheiden 4Daagse kruisje beloond. De laatste dag vielen nog 531 deelnemers uit.

Marsleider Henny Sackers: 'Fantastisch om hier na drie jaar weer te staan, het is vandaag één groot feest. Ondanks dat het slechts drie dagen betrof, hebben de deelnemers door de weersomstandigheden dit kruisje dik verdiend. Het was met recht een prestatietocht.'

De 105^{de} editie van de 4Daagse vindt plaats van 18 tot en met 21 juli 2023.



Stichting DE 4DAAGSE

Postbus 1296 6501 BG Nijmegen

www.4daagse.nl



Persbericht 2022.010

Nijmegen, december 2022

Inschrijflimiet op 47.000, loting komt te vervallen

Inschrijving 4Daagse 23 januari 2023 van start

Van 18 tot en met 21 juli 2023 zullen tienduizenden wandelaars vele kilometers door Nijmegen en omgeving afleggen om het felbegeerde 4Daagsekruis te behalen. De inschrijving voor de 105^{de} 4Daagse start op maandag 23 januari om 10.00 uur.

Twee inschrijfperiodes

Er zal dit jaar gewerkt worden met twee inschrijfperiodes. Periode 1 start op maandag 23 januari om 10:00 uur voor alle deelnemers die inschrijven voor beloning 2 en hoger, of geboren zijn in een van de kalenderjaren 2005-2011. Deze inschrijfperiode zal eindigen op vrijdag 10 februari om 17:00 uur.

In periode 2 is het voor iedereen mogelijk om in te schrijven voor de 4Daagse. Dit kan vanaf maandag 13 februari 10:00 uur, tot het moment dat het maximale aantal inschrijvingen van 47.000 is bereikt, met als uiterste datum 16 juni 2023.

Voor deelnemende militairen geldt een aangepast inschrijfgeregulement. Het volledige Inschrijfgeregulement is te raadplegen op de website van de 4Daagse (www.4daagse.nl)

Loting komt te vervallen

Een loting, sinds 2009 voor debutanten een spannend moment, zal dit jaar niet meer plaatsvinden. Voorzitter Henny Sackers: 'De coronajaren en de editie daarna hebben ons in de gelegenheid gesteld om onze inschrijfprocedure eens goed onder de loep te nemen. Het evenementenlandschap vraagt ons om mee te gaan met de tijd en in te spelen op de behoeften van de wandelaar. Door deze manier van inschrijven krijgen mensen gelijk duidelijkheid over hun deelname aan de 4Daagse, waarbij we ook respect en waardering tonen voor eerdere deelnemers.'

Wandelaars die zich inschrijven voor de 105^{de} 4Daagse ontvangen na betaling gelijk een bevestiging en binnen 24 uur een ticket voor de editie in 2023.

Inschrijfgeld

Het inschrijfgeld voor deelname aan de 105^{de} 4Daagse is vastgesteld op €109,-. Leden van Koninklijke Wandelbond Nederland die in het bezit zijn van een Wandelvoordeelpas 2023 krijgen € 5,- korting.

Sackers: 'We hebben het inschrijfgeld ten opzichte van 2022 met € 5,- verhoogd, wat neerkomt op een relatief lage vermeerdering van nog geen 5%. Ook wij hebben te maken met inflatie en een flinke stijging van de kosten, maar we verrichten uiteraard alle

mogelijke inspanningen om de prijs van ons evenement zo laag mogelijk te houden om onze deelnemers ook in 2023 weer een prachtig wandelevenement te kunnen aanbieden'.