



4 CANTHAREL
DAAGSE
APELDOORN



Ja, natuurlijk

Infogids 2024

 Info guide •  Leitfaden

äpeldoorn

9 t/m 12 juli



www.4daagseapeldoorn.nl

Royaal wandelen op de groene Veluwe!

HOTELARRANGEMENTEN VAN DER VALK HOTEL APELDOORN - DE CANTHAREL

Speciaal voor wandelaars van de Vierdaagse Apeldoorn heeft hoofdsponsor Van der Valk Hotel Apeldoorn - de Cantharel drie hotelarrangementen samengesteld, zodat u onbezorgd, uitgerust en dichtbij de start kunt genieten van de dagelijkse wandelingen.

Cantharel Vierdaagse Arrangementen

- **5 daags** met 4 overnachtingen incl. ontbijt, 4 diners, 4 lunchpakketjes, pendeldienst, wellnesspakketje en gratis gebruik van zwembad en wellnesstuin. **Vanaf € 544,50 p.p.**
- **6 daags** met 5 overnachtingen incl. ontbijt, 5 diners, 4 lunchpakketjes, pendeldienst, wellnesspakketje en gratis gebruik van zwembad en wellnesstuin. **Vanaf € 642,50 p.p.**
- **8 daags** voor degene die na de wandeldagen nog willen genieten van de Veluwe met 7 overnachtingen incl. ontbijt, 7 diners, 4 lunchpakketjes, pendeldienst, wellnesspakketje en gratis gebruik van zwembad en wellnesstuin. **Vanaf € 870,50 p.p.**

(alle prijzen zijn excl. deelnamekosten vierdaagse)



VAN DER VALK
HOTEL APELDOORN - DE CANTHAREL

Meer informatie en reserveren:

www.vandervalkapeldoorn.nl/arrangementen/cantharel-vierdaagse-apeldoorn

Inhoud

Content • Inhalt



- 5 Programma**
Program • Programm
- 10 Informatie**
Information • Informationen
- 18 Hulp nodig onderweg**
Need help on the way • Hilfe unterwegs
- 19 In noodgevallen ICE**
In Case of Emergency • Im Notfall
- 21 Huisregels bij Victoria Boys**
House rules at Victoria Boys • Hausregel bei Victoria Boys
- 24 Parkeren**
Parking • Parken
- 25 Openbaar vervoer**
Public transport • Öffentliche Verkehrsmittel
- 27 Colofon**
Colophon • Kolophon

Welkom in het mooiste stukje Nederland

Al vele jaren mogen wij met trots onze naam als hoofdsponsor verbinden aan de 4Daagse Apeldoorn. Wij voelen ons onlosmakelijk verbonden met de natuur en de schoonheid die de Veluwe ons te bieden heeft. Daarom proberen wij de natuur zo veel mogelijk te laten terugkomen in ons hotel. Zo hebben we een ruim aanbod in buitenactiviteiten voor ons gasten en organiseren we leuke events zoals onze outdoordiners in het voor en najaar. Sinds begin dit jaar hebben we ook ons aanbod aan binnenactiviteiten uitgebreid met privé bioscoopzalen én een privé karaokezaal! Ook in de keuken van onze restaurants koken we seizoensgebonden en verwerken we zo veel mogelijk producten uit onze eigen groentetuin. We zijn ieder jaar weer blij om te zien dat er zo veel wandelaars naar de Veluwe komen om te genieten van deze mooie omgeving. We wensen u mooie wandeldagen!



Bob Zeeuw van der Laan

Van der Valk Hotel Apeldoorn – de Cantharel

René Vos
outdoor & sports



Register
podoloog



ANGEKNOETEN BIJ
STICHTING LOOP

Voetklachten?

Onze specialisten zorgen
dat jouw wandelavontuur
een succes wordt!



Gorsseel Hoofdstraat 39 Apeldoorn Asselsetraat 59

www.rene-vos.nl

Algemeen

General • Algemeen

| Afstand per dag Distance per day Distanz pro Tag | Leeftijd Ages Alter | Vertrek elke dag Depart every day Abreise jeden Tag | Sluiting elke dag Closing Time every day Schließzeit jeden Tag |
|--|---------------------------|---|--|
| 12 km | >10 | 08.30 - 11.30 | 17.00 |
| 20 km | >12 | 07.30 - 11.00 | 17.00 |
| 30 km | >12 | 07.00 - 10.00 | 17.00 |
| 40 km | >12 | 06.30 - 07.30 | 17.00 |

Alle te lopen afstanden zijn gemiddelde dag-afstanden! Als je vertrekt buiten de reguliere starttijden of sneller wandelt dan 7 km per uur, kan het zijn dat de route nog niet geheel is gemarkeerd.

All walking distances are average day-distances! If you start before the given start times or walk faster than 7 km per hour, you will risk that there are no signs on the route.

Alle Entfernungen sind durchschnittliche Tages-Strecken! Wenn Sie ausserhalb den regulären Startzeiten abfahren oder schneller wandern als 7 Km. pro Stunde, kann es sein, dass die Route noch nicht ganz markiert ist.



Programma

Program • Programm

Maandag 8 juli

- 13.00 - 16.00 Aanmelding op het sportcomplex v.v. Victoria Boys. Ook nog mogelijk op de dinsdagmorgen. Verstrekking van het dagbericht en de startkaart 1e dag.
Muziek tussen 13.00 en 16.00 uur op het plein van het sportcomplex v.v. Victoria Boys. Geen officiële opening.
- 13.00 - 16.00 Registration on the sports complex v.v. Victoria Boys. Also still possible on the Tuesday morning. Handing over of the day message and the starting card 1st day. Music on the square of the sports complex v.v. Victoria Boys between 13:00 and 16:00. No official opening.
- 13.00 - 16.00 Anmeldung auf dem Sportanlage Fußballverein Victoria Boys. Auch noch möglich am Dienstag Morgen. Die Informations-Büchlein und die Start-/Kontrollkarte werden für den ersten Tag ausgehändigt. Musik auf dem Platz der Sportanlage v.v. Victoria Boys, zwischen 13.00 - 16.00 Uhr. Keine offizielle Öffnung.



Welkom bij het Leger des Heils op Caesarea!



Deelnemers, zo noemen we bij het Leger onze cliënten.
Omdat ze, net als u, besloten hebben deel te nemen
aan een uitdagende tocht: van verslaafd naar vrij.

Deelnemers aan de Vierdaagse, welkom op Caesarea!

Dinsdag 9 juli

- 06.30 - 11.30 **Vertrek 1e wandeldag:** richting Beekbergen en Loenen.
Alle te lopen afstanden zijn gemiddelde dag-afstanden! Als je vertrekt buiten de reguliere starttijden of sneller wandelt dan 7 km per uur, kan het zijn dat de route nog niet geheel is gemarkeerd.
- 11.00 - 17.00 Terugkomst van de deelnemers. Muziek tussen 11.00 en 17.00 uur op het plein van het sportcomplex v.v. Victoria Boys.
- 06.30 - 11.30 **Departure 1st day of walking. All walking distances are average day-distances!** If you start before the given start times or walk faster than 7 km per hour, you will risk that there are no signs on the route.
- 11.00 - 17.00 Return of the participants. Music on the square of the sports complex v.v. Victoria Boys between 11:00 and 17:00.
- 06.30 - 11.30 **Abfahrt den ersten Wandertages. Alle Entfernungen sind durchschnittliche Tages-Strecken!** Wenn Sie ausserhalb den regulären Startzeiten abfahren oder schneller wandern als 7 Km. pro Stunde, kann es sein, dass die Route noch nicht ganz markiert ist.
- 11.00 - 17.00 Rückkehr der Teilnehmer. Musik auf dem Platz der Sportanlage v.v. Victoria Boys, zwischen 11.00 - 17.00 Uhr.

Woensdag 10 juli

- 06.30 - 11.30 Vertrek 2e wandeldag: richting Paleispark Het Loo, Vaassen, Gortel, door het Kroondomein Het Loo.
- 11.00 - 17.00 Terugkomst van de deelnemers. Muziek tussen 11.00 en 17.00 uur op het plein van het sportcomplex v.v. Victoria Boys.
- 06.30 - 11.30 **Departure 2nd day of walking: park Palace Het Loo, Vaassen, Gortel direction, through the Kroondomein Het Loo.**
- 11.00 - 17.00 Return of the participants. Music on the square of the sports complex v.v. Victoria Boys between 11:00 and 17:00.
- 06.30 - 11.30 **Abfahrt des dritten Wandertages: Richtung Assel, Hoog-Buurlo, Radio Kootwijk und Hoog Soeren.**
- 11.00 - 17.00 Rückkehr der Teilnehmer. Rückkehr der Teilnehmer. Musik auf dem Platz der Sportanlage v.v. Victoria Boys, zwischen 11.00 - 17.00 Uhr.



VITAMINEBAR

*Fris en fruitig de
4-daagse door?
Wij staan er alle
dagen voor u!*



Fa.

Hans - Bert

ELDWIJK



PENNEN
SPECIALIST

Grootste speciaalzaak van Nederland

SPORTPRIJZEN.COM

KLEDINGMETLOGO.NL

Tel: 0571 - 271593

veldwijk.com / sportprijzen.com / info@veldwijk.com

Donderdag 11 juli

- 06.30 - 11.30 **Vertrek 3e wandeldag:** richting Assel, Hoog-Buurlo, Radio Kootwijk en Hoog Soeren.
- 11.00 - 17.00 Terugkomst van de deelnemers. Muziek tussen 11.00 en 17.00 uur op het plein van het sportcomplex v.v. Victoria Boys. Uitreiking van het wandelboekplaatje.
- 06.30 - 11.30 **Departure 3rd day of walking:** Assel, Hoog-Buurlo, Radio Kootwijk and Hoog Soeren direction.
- 11.00 - 17.00 Return of the participants. Music on the square of the sports complex v.v. Victoria Boys between 11.00 and 17:00. Distribution of the hike-memorial-sticker.
- 06.30 - 11.30 **Abfahrt des dritten Wandertages:** Richtung Assel, Hoog-Buurlo, Radio Kootwijk und Hoog Soeren.
- 11.00 - 17.00 Rückkehr der Teilnehmer. Rückkehr der Teilnehmer. Musik auf dem Platz der Sportanlage v.v. Victoria Boys, zwischen 11.00 - 17.00 Uhr. Überreichung des Wanderbuchklebers.

Vrijdag 12 juli

- 06.30 - 11.30 **Vertrek 4e wandeldag:** richting Ugchelen en Hoenderloo.
- 08.45 - 14.15 Doorkomst door Hoenderloo.
- 10.00 - 15.45 Proeverij streekproducten bij Caesarea in Ugchelen. Mede georganiseerd door Van der Valk Hotel de Cantharel en met medewerking van Het Legers Heils.
- 12.00 - 17.00 Feestelijke binnenkomst. Muziek tussen 11.00 en 18.00 uur op het plein van het sportcomplex v.v. Victoria Boys. Medaille-uitreiking.
- 06.30 - 11.30 **Departure 4th day of walking:** Ugchelen en Hoenderloo direction.
- 08.45 - 14.15 Visit of Hoenderloo.
- 10.00 - 15.45 Tasting local produce at Caesarea in Ugchelen. Co-organized by Van der Valk Hotel de Cantharel, with the cooperation of the Salvation Army.
- 12.00 - 17.00 Festive entry. Music on the square of the sports complex v.v. Victoria Boys between 11:00 and 18:00. Medal ceremony.
- 06.30 - 11.30 **Abfahrt des vierten Wandertages:** Richtung Ugchelen und Hoenderloo.
- 08.45 - 14,15 Besuch Hoenderloo.
- 10.00 - 15.45 Verkostung von Regionsprodukten bei Caesarea in Ugchelen. Mitorganisiert von Van der Valk Hotel de Cantharel, in Zusammenarbeit mit der Heilsarmee.
- 12.00 - 17.00 Festliches Eintreffen. Musik auf dem Platz der Sportanlage v.v. Victoria Boys, zwischen 11.00 - 18.00 Uhr. Medaille-Überreichung.

Informatie

Information • Informationen



Aansprakelijkheid

De organisatie is op geen enkele wijze verantwoordelijk en/of geldelijk aansprakelijk voor geleden schade als gevolg van ongevallen en/of ziekte, dan wel diefstal van goederen van deelnemers, ongeacht de oorzaak. Het volledige reglement 2024 vindt u op onze website.

Liability

The Apeldoorn International Four Day March Foundation does not accept any responsibility and/or financial liability for damage incurred due to accidents and/or illness, nor for theft of goods of participants, regardless of the cause. The complete rules and regulations 2024 can be found on our website.

Haftung

Die Stichting Internationale Vierdaagse Apeldoorn ist in keinerlei Art und Weise verantwortlich und/oder finanziell für erlittenen Schaden als Folge von Unfällen und/oder Krankheit oder Diebstahl von Gütern von Teilnehmern haftbar, ungeachtet ihrer Ursache. Die vollständigen Teilnahmebedingungen 2024 finden Sie auf unserer Website.

Leden van het bestuur

De leden van het bestuur hebben een naamplaatje en dragen een groene polo en/of groene sweater met eventueel een blauwe bodywarmer.

Board members

The board members have a name tag and wearing a green polo and/or green sweater with a blue body warmer if necessary.

Mitglieder des Verwaltungsrats

Die mitglieder des Verwaltungsrats tra-

gen ein Namensschild und ein grünes Poloshirt und/oder einen grünen Pullover mit - wenn nötig - einem blauen Bodywarmer.

Aanwijzingen

Aanwijzingen van de Vierdaagse organisatie, controleurs, verkeersregelaars en de politie dienen onmiddellijk en onvoorwaardelijk te worden opgevolgd. Op openbare wegen gelden de normale verkeersregels voor voetgangers

Instructions

Instructions from the Vierdaagse committee, controllers, track-people, traffic controllers and the police must be promptly followed. Normal traffic rules for pedestrians apply on public roads..

Anweisungen

Anweisungen der Vierdaagse Organisation, Kontrolleure, Verkehrsregler und der Polizei sollen sofort und unbedingt befolgt werden. Auf öffentlichen Straßen gelten die normalen Verkehrsregeln für Fußgänger.

Openingstijden startbureaus

De startbureaus zijn op de aanmeldingsdag geopend van 13.00 - 16.00 uur en van dinsdag t/m vrijdag van 06.00 - 17.00 uur.

Openingtimes start agencies

The offices at the departure grounds will be opened on the day of registration from 01:00 - 04:00 pm and from Tuesday through Friday from 06:00 AM to 05:00 PM.

Öffnungszeiten Startbüros

Die Startbüros werden am Tag der Anmeldung von 13.00 - 16.00 Uhr und vom Dienstag bis zum Freitag von 06.00 - 17.00

Uhr geöffnet sein.

Deelnemerskaart / controlekaart

Op de aanmeldingsdag ontvangt iedere groep of individuele deelnemer een controlekaart voor de eerste dag en bij afmelding na iedere binnenkomst een controlekaart voor de volgende dag. Deze controlekaart wordt bij de start van een startknip voorzien.

Participation card / control card

At the registration each group or individual gets a control card for the first day and by logging out at the finish of each walk a card for the next day. This card will be punched at the start.

Teilnehmerkarte/Kontrollkarte

Am Tag der Anmeldung bekommt jede Gruppe oder individueller Teilnehmer eine Startkarte für den ersten Tag und bei Abmeldung nach jedem Eintritt, eine Kontrollkarte für den nächsten Tag. Diese Kontrollkarte wird beim Start einen Startschnitt bekommen.

Na sluitingstijd afmelden

Wie zich na 17.00 uur afmeldt, wordt als uitvaller beschouwd.

Checking out after closing time

People who arrive after 05.00 PM, will be recorded as drop-out.

Abmelden nach der Sperrstunde

Wer sich nach 17.00 Uhr abmeldet, wird als Ausgeschiedener betrachtet.

Medailles

De medailles worden uitgereikt op vrijdag bij terugkomst tot 17.00 uur.

Medals

The medal ceremony will take place on Friday upon your return until 05:00 PM.

Medaillen

Die Medaillen werden am Freitag beim Rückkehr bis zum 17.00 Uhr ausgestellt.

Wandelboekjes

Op de 3e dag krijgt de 4daagse wandelaar bij terugkomst een wandelboekplaatje in de vorm van een sticker, een stempel ligt klaar op de ronde statafels. IVV-stempeling is dagelijks mogelijk.

Dagwandelaars kunnen elke dag aan het eind van hun wandeling een wandelboekplaatje en een stempel krijgen bij de startbureautafel waar men gestart is.

Hiking booklets

Returning on the third day, the hiker receives a hiking booklet in the form of a sticker, a stamp can be found on the round standing tables. IVV stamping is possible every day. Day hikers will receive a booklet and a stamp at the end of their hike at the starting desk.

Wanderkilometerbücher

Am dritten Tag erhält der 4-Tage-Wanderer bei seiner Rückkehr ein Wanderbuchplättchen in Form eines Aufklebers. Ein Stempel liegt bereit auf den runden Stehtischen. IVV-Stempelung ist täglich möglich. Tageswanderer können am Ende ihres Spaziergangs jeden Tag ein Wanderbuchplättchen und einen Stempel am Startbüro erhalten, wo sie gestartet sind.

Geen doorgang Vierdaagse

Indien door welke omstandigheid of omstandigheden dan ook de Vierdaagse geen (verdere) doorgang kan vinden, bestaat er géén recht op vergoeding van kosten en/of teruggave van betaalde inschrijfgelden.

Cancellation Four Days Marches

If the Four Days Marches or part of it is cancelled because of whatever circumstance(s), the costs incurred will not be compensated, nor will the registration fees be repaid.

Absagen der Vierdaagse

Falls, ongeacht des Umstands oder der Umstände, die Veranstaltung nicht (weiter) stattfinden kann, besteht kein Recht auf Vergütung der Kosten und/oder Erstattung van gezahlten Anmeldegebühren.

Verkoopstand

Maandag geopend van 13.00 - 16.00 uur en dinsdag t/m vrijdag van 06.00 - 17.00 uur.

Pinbetaling in de tent is mogelijk.

Shop

Monday opened from 1:00 PM to 4:00 PM and from Tuesday through Friday from 06:00 AM to 05:00 PM.

Paying by card is possible.

Verkaufsstand

Montag von 13.00 - 16.00 Uhr und Dienstag bis zum Freitag von 06.00 - 17.00 Uhr geöffnet.

PIN-Zahlung in das Zelt ist möglich.

Roken

Roken in de tenten en gebouwen is niet toegestaan. Op het terrein is een rokerszone aanwezig. Roken in de natuur wordt afgeraden.

Smoking

Smoking is strictly prohibited in the tents, on the terraces and in buildings. On site is a smoking-zone present. Smoking is discouraged in nature.

Rauchen

Rauchen ist in den Zelten und Gebäuden nicht erlaubt. Auf dem Grundstück gibt es einen Raucherzone. Rauchen in der Natur wird abgeraten.

Fietsenstalling

Fietsen dienen uitsluitend te worden geplaatst in de daarvoor bestemde rekken.

Bicycle parking

Bicycles should only be placed in the appropriate racks.

Fahrradstand

Fahrräder soll man in die Fahrradständer stellen.

Huisdieren

Het meenemen van huisdieren op de routes is NIET toegestaan. Een hulphond is wel toegestaan, mits in functie, aangebond met hesje waaruit blijkt dat het om een hulphond gaat.

Pets

Pets on the tracks are NOT permitted. Service dogs in function are allowed, if on a leash and wearing a vest clearly showing it is a service dog.

Haustiere

Haustiere sind auf dem Parcours NICHT erlaubt. Ein Begleithund ist zulässig, sofern die Funktion, an der Leine mit Hundemantel zeigt, dass dies ein Begleithund ist.

Afval

Laat uw afval niet achter in de natuur! De stichting streeft naar duurzame wandeldagen en neemt elk jaar maatregelen om daaraan te voldoen.

Waste

Do not leave your waste in nature! The foundation strives for sustainable walking days and takes measures every year to comply with this.

Müll

Kein Müll in der Natur hinterlassen! Die Stiftung strebt nachhaltige Wandertage an und ergreift jedes Jahr Maßnahmen, um diese einzuhalten.

Gevonden voorwerpen

Gevonden voorwerpen dienen te worden afgegeven bij de Centrale Administratie en kunnen daar ook worden opgehaald. Na afloop van de Vierdaagse kunt u informeren bij het secretariaat.

Lost property

Lost property can be deposited at the 'Centrale Administratie' and the rightful owners can pick them up there. At the end of the four days, inquire at the Secretariat.

Fundsachen

Bei der "Centrale Administratie" können Fundsachen abgegeben und auch abgeholt werden. Am Ende der Vierdaagse können Siesich beim Sekretariat informieren lassen.

Medische verzorging

Geopend van 06.00 - 17.00 uur. U kunt terecht voor:

- EHBO
- Blaarbehandeling
- Massage
- Blessurebehandeling

Voor medische verzorging dient de controlekaart te worden getoond. Wandelers van de langste afstanden krijgen voorrang.

Medical facilities

Open from 06:00 AM - 05:00 PM. You can go for:

- First aid
- Blister treatment
- Massage
- Injury treatment

Hikers will only receive medical attention by showing their control card. Priority will be given to those who hike the greater distances.

Medizinische Verpflegung

Von 16.00 - 17.00 Uhr geöffnet. Sie können sich für Folgendes entscheiden:

- Erste Hilfe
- Behandlung von Blasen
- Massage
- Behandlung von Verletzungen

Für medizinische Verpflegung soll man die Kontrollkarte sehen lassen. Wanderer der längsten Strecken haben Priorität.

Hygiëne bij bezoek aan medische

dienst

Zorg dat uw voeten gewassen zijn voor u 's morgens verzorging vraagt aan de medische dienst. Blarenpleisters, van welke soort ook, worden bij lange afstandswandelingen ten zeerste afgeraden.

Hygiene when visiting medical service

Please make sure your feet are clean before you request the medical service to nurse them. We strongly dissuade the use of any type of anti-blister patches during long-distance walks.

Hygiene beim Besuch des medizinischen Dienstes

Wasche die Füße bevor Sie morgens Verpflegung des medizinischen Dienstes brauchen. Blasenpflaster werden für lange Wanderstrecken strengstens abegelenkt.

Oproepen medische dienst en/of ambulance

Het oproepen van de medische dienst of een ambulance kan alleen via tel.nr.: 06 - 5713 4347.

Summoning medical service and/or ambulance

The medical staff or ambulance can only be summoned by phone nr.: +31 (0)6 - 5713 4347.

Aufrufen des medizinischen Dienstes und/oder Krankenwagen

Das Aufrufen des medizinischen Dienstes oder eines Krankenwagens ist nur möglich via Telefonnummer: +31 (0)6 - 5713 4347.

Bezoek aan arts

Door gewijzigde verzekeringsregels kan bij bezoek aan arts contante betaling worden gevraagd (pinnen niet mogelijk!).

Consult doctor

Due to changed insurance rules consulted doctors may ask cash payment.

APELDOORNSE VIERDAAGSE

URBAN FOOD SERVICES

CATERING OP
LOCATIE



Urban Food Services staat voor u klaar tijdens de Apeldoornse Vierdaagse met onze verzorgingswagena!

Kom bij onze wagen langs voor een verse kop koffie of thee, zuivel, chocolademelk of een glas frisdrank of mineraalwater.



Ook nog zin in wat lekkers? Elke dag staan wij voor u klaar met vers belegde broodjes (ham, kaas etc.), verse koeken of een warm broodje hotdog of gehaktbal.

Urban Food Services
Laan van Westenenk 4
7336 AZ Apeldoorn

 info@urban-apeldoorn.nl

 0612283102

 @urban_apeldoorn



Besuch eines Arztes

Wegen der geänderten Versicherungsregel wäre es möglich, dass ein Besuch eines Arztes bar bezahlt werden muss.

Uitvallen bij laatste EHBO-post

Wandelaars die na 16.15 uur bij de laatste EHBO post komen, mogen niet verder lopen.

Give up at last EHBO (first aid)-post

Hikers who arrive after 04.15 PM at the last EHBO-post are not allowed to walk on.

Herausfallen am letzten Erste-Hilfe-Posten

Wanderer, die nach 16.15 Uhr am letzten Erste-Hilfe-Posten eintreffen, dürfen nicht weitergehen.



Bewegwijzering routes

Rode pijlen op wit papier.

Besef dat u te gast bent in de (natuur-)gebieden waar u doorheen wandelt en gedraag u als zodanig. Op de openbare weg gelden ook tijdens de vierdaagse de normale verkeersregels voor voetgangers. In Paleispark Het Loo mag niet van de paden worden afgeweken. Ga met respect om met de natuur.

Signposting of route

Red arrows on white paper. Please have respect for other road users! During the Four Day Marches normal traffic rules for pedestrians apply on the public road. In Het Loo Palace park should not be departed from the paths. Please realise that you are a guest in the (nature) areas that we walk through and act accordingly. Handle nature with respect.

Beschilderung der Routen

Rote Pfeile auf weissem Papier. Sei bewusst, dass Sie ein Gast im (Natur-)Bereich wo Sie hindurch gehen sind, und verhalten Sie sich angemessen. Auf öffentlichen Straßen gelten auch während der vier Tage der normalen Verkehrsregeln für Fußgän-

ger. Im Palastpark "Het Loo" darf man nicht von den Wanderwegen abweichen. Behandeln Sie die Natur mit Respekt.

Verkeersregelaars

Alle weggebruikers dienen de aanwijzingen van de verkeersregelaar op te volgen. Herkenbaar aan een geel/oranje hesje. Zij zijn middels de wet aangesteld en hebben krachtens de wet bevoegdheden.

Traffic controllers

All road users (hikers also) are mandatory obliged to stick to the instructions of the traffic controller. Identified by yellow/orange vests. Traffic controllers are appointed by the authorities and empowered to act by law.

Verkehrsregler

Alle Verkehrsteilnehmer sollen den Anweisungen der Verkehrsregler folgen. Die Regler kann man an den gelben/orangen ärmellosen Bluse erkennen. Sie haben gesetzgemäss Befugnisse.

Veiligheid op overwegen

Overwegbomen en rode lichten moeten voorkomen dat mensen oversteken als er een trein aankomt. Maar we hebben vaak haast. En niet altijd het geduld om te wachten tot de overwegbomen opengaan en de lichten gedoofd zijn. Snel langs of onder de gesloten overwegbomen door schieten is en blijft levensgevaarlijk. Het is in ieders belang om meteen vóór de overweg te wachten als er een signaal is dat er een trein aankomt.

Safety on level crossings

Boom barriers and red lights should prevent people from crossing when a train approaches. But we are in a hurry, and do not always have the patience to wait until the booms open and the lights are out. Passing quickly under or around the closed boom barrier remains a life threatening choice. It is for the best of all involved to wait in front

De rijke smaak
Van
Veluwe Streekproducten



Ambachtelijk, Bourgondisch en Natuurlijk
www.veluwestreekproducten.nl



Welkom bij c.s.v. VIOS Vaassen (Woestijnweg 63)



Wij ontmoeten u graag bij VIOS voor:

- een vers kopje koffie of thee;
- een heerlijk kopje verse soep.
- Ook kunt u even heerlijk uitrusten op ons mooie terras.
- Tevens is er voor u als wandelaar een goede medische verzorgingsruimte beschikbaar!

Wij wensen u plezierige wandel dagen toe!

De 'Stichting Internationale Vierdaagse Apeldoorn', organisator van de 69e Cantharel Internationale 4daagse Apeldoorn, bedankt alle gemeenten, bos- en landeigenaren en alle vrijwilligers voor hun medewerking.

The 'Stichting Internationale Vierdaagse Apeldoorn', organizer of the 69th Cantharel International Four-day-walking-event Apeldoorn, would like to express gratitude to all the municipalities, forest- and landowners and all the volunteers for their cooperation.

Die 'Stichting Internationale Vierdaagse Apeldoorn', Veranstalter der 69. Cantharel internationalen 4-Tage-Apeldoorn, dankt aller Gemeinden, Wald- und Landbesitzer und alle Freiwillige für die gute Zusammenarbeit.

of the level crossing when the signal of an incoming train is given.

Sicherheit auf Bahnübergängen

Sperrbäume und rote Lichter sollten verhindern, dass Personen für eine Zug überqueren. Aber wir sind in Eile, und haben nicht immer die Geduld zu warten, bis die Sperrbäume öffnen und die Lichter aus sind. Vorbeigehen schnell unter oder um die geschlossenen Sperrbäume bleibt eine lebensbedrohliche Wahl. Es ist das beste aller Beteiligten vor dem Bahnübergang warten, wenn das Signal von einem ankommenden Zug gegeben ist.

Vergunning

Delen van de routes van de Vierdaagse van Apeldoorn wordt gelopen over privé terrein. Dit is terrein dat normaal gesproken niet betreden mag worden. Bij wijze van uitzondering hebben wij hier eenmalig een vergunning voor verkregen die alleen geldig is van 9 t/m 12 juli 2024. Derhalve mogen de routes in het Dagbericht niet vermenigvuldigd worden en/of openbaar gemaakt op welke wijze dan ook zonder uitdrukkelijke toestemming van de Stichting Internationale Vierdaagse Apeldoorn.

Concession

Parts of the route of the 'Apeldoorn Four Day Marches' runs over private terrain. Terrain that is normally closed for hikes. By way of exception we have got a permission which is valid from July 9th till July 12th, 2024. Therefore, the routes in the Daily message may not be reproduced and/or made public in any way whatsoever without the express permission of the Stichting Internationale Vierdaagse Apeldoorn.

Erlaubnisse

Teile der Wanderwege von der "Vierdaagse van Apeldoorn" laufen via Privatgelände. Normalerweise dürfen diese Gelände nicht betreten werden, aber es hat

eine Ausnahme und eine Genehmigung vom 9. bis zum 12. Juli 2023 gegeben. Daher dürfen die Strecken im Daily Bulletin ohne die ausdrückliche Genehmigung der "Stichting Internationale Vierdaagse Apeldoorn" in keiner Weise vervielfältigt und/oder veröffentlicht werden.

Watertappunten

Naast de start/finish locatie zijn er extra watertappunten op alle grote rustplaatsen. Buiten deze rustplaatsen zijn er onderweg geen watertappunten. Neem bij extreem warm weer extra drinken mee voor onderweg.

Water-refilling stations

Besides the start/finish location, extra water-refilling stations are available on all the big resting places. Outside these resting places there are no opportunities to refill your water while hiking. With extreme weather be sure to take extra drinks with you, for on the road.

Wasserzapfstellen

Neben dem Start/Ziel gibt es extra Wasserzapfstellen auf allen großen Ruheplätzen. Unterwegs gibt es keine Wasserzapfstellen. Bei warmes Wetter empfehlen wir extra Getränke mitzunehmen.

Hulp nodig onderweg?

Need help on the way? • Hilfe unterwegs?



Natuurlijk verschijn je goed voorbereid aan de start van de vierdaagse, maar er kan onderweg altijd iets gebeuren. Goed om te weten dat er altijd een patrouille van de medische dienst onderweg is en dat dankzij de verbindingdienst altijd contact mogelijk is met de vrijwilligers 'in het veld'. Opdat je in geval van nood kunt aangeven waar je zich ongeveer op het parkoers bevindt, is op elke tiende pijl een cijfer aangegeven. Zodat het zoeken voor hulpverleners wat makkelijker is. Nog makkelijker voor hulpverleners is wanneer je de app 'Mijn gps-coördinaten' voor smartphones gebruikt. Dankzij deze app kunnen gps-coördinaten worden gekopieerd en worden toegevoegd aan bijvoorbeeld een mailtje of WhatsApp-bericht. Hulpdiensten kunnen dan direct naar de juiste plaats worden gedirigeerd. Deze app is gratis te downloaden uit de App Store (Apple/Iphone) en GooglePlay (Android). Zoek op app Mijn GPS Coördinaten.

Of course you will arrive well prepared at the start of the four-day-walking-event, but there is always the possibility that something could happen during your walk. It's good to know that there is always a patrol of the medical service on the way who can always connect with the volunteers 'in the field' because of a connective service. To indicate where you are along the route we have given every tenth arrow along the route a number. This makes searching for the rescue services easier. It makes is even easier for them when you use the app 'mijn gps-coördinaten' for smartphones. With this app you can easily copy your current GPS coordinates and add them to an email or Whatsapp message. This way the rescue and first aid services can go directly to the right spot. The app is downloadable for free in the App Store (Apple/Iphone) and GooglePlay (Android). Search for the app Mijn GPS Coördinaten.

Natürlich sind Sie gut vorbereitet für die "Vierdaagse", aber unterwegs kann immer etwas passieren. Es ist gut zu wissen, dass immer eine Patrouille des medizinischen Dienstes unterwegs ist und dass sie immer Kontakt suchen können, mit den Freiwilligern "im Feld". Im Notfall, können Sie angeben wo sich auf dem Parcours befinden; auf jedem zehnten Pfeil ist nämlich eine Zahl angegeben. Noch einfacher ist es für den medizinischen Dienst die App "Mijn gps-coördinaten" für Smartphones zu verwenden. Mit Hilfe von dieser App können "gps-coördinaten" kopiert werden und an einer Mail oder App-Nachricht hinzugefügt werden. Die medizinischen Dienste können dann zum richtigen Ort geschickt werden. Diese App kann man umsonst herunterladen aus der App-Store (Apple/Iphone) und GooglePay (Android). Suche "Mijn GPS Coördinaten".

4 CANTHAREL DAAGSE APELDOORN

Ja, natuurlijk

www.4daagseapeldoorn.nl

...kom royaal wandelen op de groene Veluwe!

In noodgevallen **ICE**

In Case of Emergency • Im Notfall



ICE is een initiatief om bezitters van een mobiele telefoon er toe te bewegen telefoonnummers (en adressen) in het telefoonboek van hun telefoontoestel onder de naam ICE op te slaan, die hulpverleners direct kunnen bellen als de eigenaar in een ongeluk betrokken raakt. Daarmee kan worden voorkomen dat hulpverleners kostbare tijd verliezen met het identificeren van slachtoffers, met het zoeken met wie er contact moet worden opgenomen indien iemand ernstig gewond is en er niet met het slachtoffer gecommuniceerd kan worden, of met het inwinnen van essentiële medische informatie. Als iemand wil dat er met meerdere personen contact wordt opgenomen, kan men meerdere ICE-nummers in het toestel zetten. Daarvoor kunnen codes als ICE1, ICE2, ICE3 gebruikt worden.

ICE is a program that enables first responders, such as paramedics, firefighters, and police officers, as well as hospital personnel, to contact the next of kin of the owner of a mobile phone to obtain important medical or support information (the phone must be unlocked and working). The phone entry (or entries) should supplement or complement written (such as wallet, bracelet, or necklace) information or indicators. It encourages people to enter emergency contacts in their mobile phone address book under the name ICE. Alternatively, a person can list multiple emergency contacts as ICE1, ICE2, ICE3, etc.

ICE ist eine Möglichkeit, Eigentümer eines Handys, Telefonnummer (und Adressen) in ihrem Telefonbuch unter dem Namen ICE zu speichern. Die medizinischen Dienste können anrufen wenn der Eigentümer im Unfall geraten ist. Hiermit wird verhütet, dass medizinische Dienste wertvolle Zeit verlieren beim Identifizieren von Opfern und beim Suchen von Kontaktpersonen wenn jemand verletzt ist und mit dem Opfer nicht kommuniziert werden kann, oder beim Einholen wichtiger medizinischer Informationen. Wenn jemand es wichtig findet, dass mit mehreren Personen Kontakt gesucht werden soll, dann kann man mehrere Nummer eingeben. Dazu kann ICE1, ICE2, ICE3 verwendet werden.

Belangrijke telefoonnummers

Important phone numbers • Wichtige Telefonnummer

Medische dienst en/of ambulance

Medical service and/or ambulance

+31 (0)6 5713 4347

Medizinischen Dienstes und/oder Krankenwagen

Vierdaagse administratie

Four-day administration / Viertage Administration

+31 (0)6 5700 2085

Alarmnummer / Emergency number / Alarmnummer

112

Politie

0900 8844

Police / Polizei

+31 (0)343 578 844



SPECIALIZED **TURBO E-BIKES**

Stap in de toekomst van fietsen met Specialized Turbo E-bikes. Ontworpen voor snelheid, comfort en stijl. Of je nu door de stad fietst of avontuurlijke paden verkent, deze elektrische fietsen leveren prestaties van wereldklasse.



STAPPENBELT

Apeldoorn | Kanaal Noord 152 | 055 367 17 46 | stappenbelt.com



ONTDEK DE WERELDSE WELLNESS VAN THERMEN BUSSLOO



THERMEN BUSSLOO



Huisregels bij Victoria Boys

House rules at Victoria Boys • Hausregel bei Victoria Boys

- ▶ Het is verboden te roken in zowel de tenten, terrassen als de gebouwen. Een rookzone is op het terrein aanwezig.
 - ▶ Het is niet toegestaan om glaswerk te gebruiken elders dan in de tenten of terrassen.
 - ▶ Gelieve dit glaswerk na gebruik weer terug te brengen naar onze verkooppunten.
 - ▶ Het is niet toegestaan zelf meegebrachte alcoholhoudende drank te gebruiken in de tenten, terrassen, bestuurskamer, kleedkamers, of elders op het terrein.
 - ▶ Er wordt geen alcoholhoudende drank verkocht aan personen jonger dan 18 jaar.
 - ▶ Gelieve afval te deponeren in de daarvoor bestemde afvalbakken.
 - ▶ Gelieve de toiletten na gebruik weer schoon achter te laten.
 - ▶ De v.v. Victoria Boys en de organisator kunnen niet aansprakelijk gesteld worden voor zoekgeraakte, beschadigde of gestolen eigendommen.
 - ▶ Consumpties zijn uitsluitend verkrijgbaar op munten. Warme snacks worden contant afgerekend.
 - ▶ Het betreden van het kunstgrasveld (links van de administratietent) is verboden.
-
- ▶ It is forbidden to smoke in both the tents, terraces as the buildings. On site is a smoking-zone present.
 - ▶ It is not allowed to use glassware other than in the tents or on the terraces.
 - ▶ Please return after use this glassware to our sales points.
 - ▶ It is not allowed to consume alcoholic beverages that you have brought yourself in the tents, terraces, board room, changing rooms, or elsewhere on the site.
 - ▶ No alcoholic sold to persons under 18 years of age.
 - ▶ Please deposit waste in the appropriate waste bins.
 - ▶ Please clean the toilets after use.
 - ▶ The v.v. Victoria Boys and the organizer can not be held responsible for lost, damaged or stolen property.
 - ▶ Consumptions are exclusively available on coins. Warm snacks are paid in cash.
 - ▶ Entering the artificial grass pitch (to the left of the Administration tent) is prohibited.
-
- ▶ Es ist verboten in den Zelten und in den Gebäuden zu rauchen.
 - ▶ Glas ist nur in den Zelten und in den Gebäuden erlaubt. Vor Ort gibt es ein Raucherbereich.
 - ▶ Bitte, bringen Sie die Gläser hinterher zurück zu unseren Verkaufsstellen.
 - ▶ Es ist nicht erlaubt selbstmitgenommene alkoholische Getränke zu in den Zelten, Terrassen, Verwaltungszimmer, Umkleidezimmern oder weiter auf dem Gelände zu gebrauchen.
 - ▶ Jugendliche unter 18 dürfen keine alkoholische Getränke kaufen.
 - ▶ Bitte, werfen Sie den Müll in den Mülleimer.
 - ▶ Bitte, hinterlassen Sie die Toiletten sauber.
 - ▶ Der Fussballverein Victoria Boys und der Organisator sind nicht haftbar für erlittenen Schaden oder Diebstahl von Gütern.
 - ▶ Verzehr kann man nur bekommen mit Münzen. Heisse Snacks sollen bar bezahlt werden.
 - ▶ Der Kunststoffrasenplatz darf man nicht betreten (links vom Administrationszelt).

35^e Heuvelland 4daagse

Vilt - Valkenburg
08 - 11 AUGUSTUS 2024

4 DAGEN wandelen en
genieten in het 5 sterrenlandschap
van **ZUID-LIMBURG!**



START DAGELIJKS

Feestpaviljoen, evenemententerrein
Grote Straat, 6325 EC Berg en Terblijt

Bij opgave **vóór 16 juni 2024** korting op het inschrijfgeld.
Info: +31 (0)43 6040885 www.heuvelland4daagse.nl



WANDELAFSTANDEN: 7 km 14 km 21 km 28 km 42 km



Paramedisch
Voetencentrum
Apeldoorn

☎ 055-30 30 914

info@voetencentrumapeldoorn.nl
www.voetencentrumapeldoorn.nl



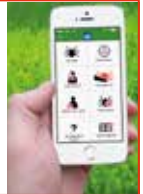
Last van uw voet(en), enkel, knie, heup of rug?

De podotherapeut helpt!



> Tekenbeten en lyme

Het RIVM heeft de app 'Tekenbeet' ontwikkeld. De app "Tekenbeet" is gratis te downloaden voor Android-gebruikers in de Google Play Store en voor Apple-gebruikers in de App Store. Met deze app kunnen mensen (ook buiten en zonder internetverbinding!) opzoeken hoe teken eruit zien en wat je moet doen om teken correct en snel te verwijderen.



HOTEL DE STOPPELBERG

BOEK
ONLINE

Stoppelbergweg 41
7361 TE Beekbergen
+31 (0) 55 506 1934
www.destoppelberg.nl
info@destoppelberg.nl



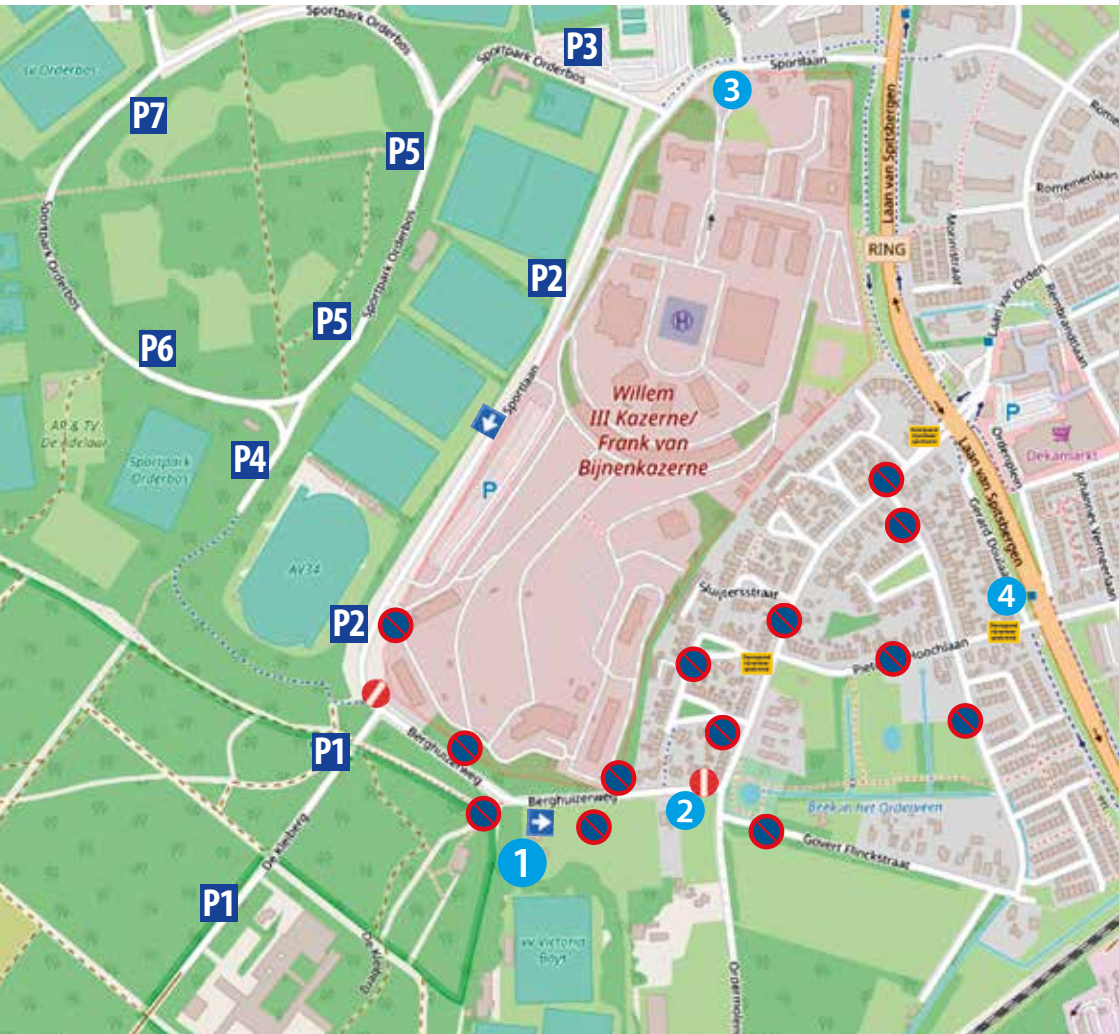
Gelegen in de bossen van de Veluwe. Een heerlijk 5 of 6 daags wandelarrangement inclusief ontbijt (vanaf 06.00uur), lunchpakket en heerlijk 3 gangen diner.

Parkeren • Parking • Parken

Aan beide zijden van Berghuizerweg, Sportlaan aan KWIII-zijde. Op een deel van Ordermolenweg geldt een parkeerverbod. De wegslepperegeling is van toepassing. Alleen parkeren in de aangewezen parkeervakken (dus niet in de woonwijken). Parkeren altijd op aanwijzingen van de verkeersregelaars.

No Parking on both sides of Berghuizerweg, Sportlaan on barracks side. There is a parking ban on part Ordermolenweg. The towing arrangement shall apply. Only park in the designated parking spaces (i.e. not in the residential areas). Parking always on directions of the traffic wardens.

An den beiden Seiten von dem Berghuizerweg, Sportlaan Kaserne Seite. Auf einem Teil des Ordermolenwegs gilt ein Parkverbot. Die Abschleppregelung wird angewendet. Man darf nur parken in den gezeigten Parkplätzen (also nicht in den Wohnvierteln parken!). Parken passiert immer auf Anlass von den "Verkehrsreglern".



Openbaar vervoer

Public transport • Öffentliche Verkehrsmittel

Vanaf het treinstation met de stadbussen van RRReis naar de start op Victoria Boys. Stadslijn 1: Station - Orden via Belastingkantoor - Station, halte 'Koning Willem III kazerne'.

Stadslijn 12: Station - Apenheul via Orden - Station; uitstappen halte 'Paulus Potterlaan'.

Vraag de buschauffeur u te waarschuwen bij de juiste halte uit te stappen. Voor reisadvies: <https://9292.nl>. Vanaf beide haltes is het nog ongeveer 9 minuten lopen.

From the train station with the city buses of RRReis to the start on Victoria Boys.

Cityline 1: Station - Orden via Belastingkantoor - Station; leave the bus at stop 'Paulus Potterlaan'.

Cityline 12: Station - Apenheul via Orden - Station; leave the bus at stop 'Orderplein'.

Ask the driver to warn you at the right stop to step out. For travel advice: <https://9292.nl/en>; there is a site available in English. From both stops it is about a 9-minute walk away.

Ab den Zugbahnhof mit den Stadtbussen von RRReis zum Start bei Victoria Boys.

Stadtlinie 1: Station - Orden via Belastingkantoor - Station; aussteigen Haltestelle 'Paulus Potterlaan'.

Stadtlinie 12: Station - Apenheul via Orden - Station; aussteigen Haltestelle 'Orderplein'.

Bitte den Busfahrer Ihnen zu warnen, bei der richtigen Haltestelle auszusteigen. Für Reiseberatung: <https://9292.nl>. Ab beide Haltestellen ist es ungefähr 9 Minuten zu Fuss.

- 1 Ingang v.v. Victoria Boys - start/finish
Entrance f.c. Victoria Boys - start/finish
Eingang v.v. Victoria Boys - Start/Ziel
- 2 Berghuizerweg: Verboden in te rijden
Berghuizerweg: No entry
Berghuizerweg: Kein Eintrag
- P1 De Kleiberg (gratis parkeren)
De Kleiberg (free parking)
De Kleiberg (kostenlose Parkplätze)
- P2 Parkeren Sportlaan alleen aan de rechterkant (gratis parkeren)
⚠ Sportlaan vanaf parkeerterrein KMAR en Berghuizerweg 'eenrichtingsverkeer'
Parking Sportlaan only on the right side (free parking)
⚠ Sportlaan from car park KMAR and Berghuizerweg 'one-way street'
Parkplatz Sportlaan nur auf der rechten Seite (kostenlose Parkplätze)
⚠ Sportlaan vom Parkplatz KMAR und Berghuizerweg "Einbahnstraße"
- 3 Halteplaats bus, lijn 1 van treinstation
Place bus stop, line 1 from train station
Bushaltestelle, Linie 1 vom Bahnhof
- 4 Halteplaats bus, lijn 12 van treinstation
Place bus stop, line 12 from train station
Bushaltestelle, Linie 12 vom Bahnhof
- Sportpark Orderbos
- P3 Parkeren KV Apeldoorn (gratis)
Parking KV Apeldoorn (free)
KV Apeldoorn Parken (kostenlos)
- P4 Parkeren AV'34
Parking AV'34
AV'34 Parken
- P5 Parkeren rond het Sportpark Orderbos
- P6 (gratis)
- P7 Parking arond the Sportpark Orderbos (free)
Parken rundum Sportpark Orderbos (kostenlos)



Sponsors en samenwerkingspartners van de Apeldoornse Vierdaagse



VAN DER VALK
HOTEL APELDOORN - DE CANTHAREL



äpeldoorn

KROONDOMEIN
HET LOO



NIJWESSEL
Steden **Driehoek**



René Vos
outdoor & sports  Gorsel Apeldoorn



PALEIS HET LOO

partyservice?



ds de Stentor

SPECIALIZED

www.4daagseapeldoorn.nl

Colofon • Colophon • Kolophon

Cantharel Internationale 4daagse Apeldoorn

Cantharel International Four-day-walking-event Apeldoorn

Cantharel Internationale Viertageswanderung Apeldoorn

Correspondentieadres / Correspondence address / Korrespondenzadresse

van 9 t/m 12 juli 2024 / from 9 to 12 July 2024 / vom 9. bis 12. Juli 2024

Sportcomplex vv Victoria Boys

Berghuizerweg 153, 7312 SN Apeldoorn

Nederland / The Netherlands / Niederlande

Telefoon / Phone / Telefon +31 (0)6 5700 2085

Organisatie / Organisation / Organisation

Stichting Internationale Vierdaagse Apeldoorn

Bestuur en Organisatiecomité / Directors and Committee / Vorstand und Verwaltungsausschuss

Joop Achterkamp, voorzitter / chairman / Präsident

Irma Woudenberg-Hulleman, secretaris / secretary / Sekretärin

Ferry Stolvoort, penningmeester / treasurer / Schatzmeister

Coördinatoren werkgroepen

Hans Gewalt, medische dienst / medical support / Sanitätsdienst

Roelof Wanders, parkoersen / tracks / Kurse

Kor Flokstra, verkeer, parkeren / traffic, parking / Verkehr, Parken

Van der Breggen Communicatie, verbindingdienst / connective services /

Liaison Abteilung

Peter Donderwinkel, foto's / pictures / Fotos

© Stichting Internationale Vierdaagse Apeldoorn

Secretariaat / Secretary / Sekretariat

Hulstweg 10, 7312 DX Nederland / The Netherlands / Niederlande

Telefoon / Phone / Telefon +31 (0)6 5700 2085

Bank: NL45 RABO 0300 8270 91 / BIC code: RABONL2U

www.4daagseapeldoorn.nl / info@4daagseapeldoorn.nl

De Stichting Internationale Vierdaagse Apeldoorn is lid van de KWBN / The Stichting Internationale Vierdaagse Apeldoorn is a member of the KWBN (*Royal Walking Association Netherlands*) / Die Stichting Internationale Vierdaagse Apeldoorn ist Mitglied der KWBN (*Königliche Wander Veband-Niederlande*)



Success!



VAN DER VALK
HOTEL APELDOORN - DE CANTHAREL

Van Golsteinlaan 20 | 7339 GT Apeldoorn | Telefoon +31 (0) 55 541 44 55
info@vandervalkapeldoorn.nl | www.vandervalkapeldoorn.nl