



## CYCLING FOR LIFE

### Fietsen ten voordele van Music For Life

Een initiatief van Grinta!  
i.s.m. Blosos, Wielerbond Vlaanderen en Telenet

**Van 17 tot en met 23 december organiseert Studio Brussel voor de zesde en laatste keer de populaire geldinzamelactie 'Music For Life'. Grinta! steekt ook een tandje bij en organiseert voor het derde jaar op rij de fietshappening 'Cycling For Life' op zondag 11 december. Schrijf je in, fiets mee en steun 'Music For Life'! Because we all do give a shit!**

**Doen!**

Meld ons vooraf wanneer je komt fietsen. Stuur een e-mail naar [cyclingforlife@grinta.be](mailto:cyclingforlife@grinta.be)

Traditioneel staat 'Music For Life' in het teken van een stille ramp. Dit jaar wordt diarreë het thema van de eindejaarsactie. Het is een wereldwijd probleem. Diarreë is, samen met longontstekingen, de meest voorkomende doodsoorzaak bij kinderen jonger dan vijf jaar. Concreet werkt 'Music For Life' rond de situatie in Nepal. Om geld in te zamelen voor deze stille ramp organiseert het fietsmagazine Grinta! voor het derde jaar op rij, in samenwerking met Blosos, Wielerbond Vlaanderen en Telenet, 'Cycling For Life', een fietshappening in het Vlaams Wielercentrum Eddy Merckx op de Gentse Blaarmeersen. Op **zondag 11 december** kan iedereen komen fietsen op de velodroom. **Tussen 8 uur 's ochtends en 20 uur 's avonds** worden **twaalf fietssessies** van telkens één uur georganiseerd. Wie een leuke fietsdag wil beleven en tegelijk 'Music For Life' wil steunen, zakt gewoon af naar de Blaarmeersen, betaalt **minimum 10 euro** en kan één uur rondjes draaien op de wielerpiste.

**De opbrengst gaat integraal naar 'Music For Life'!**

**Tijdens 'Cycling For Life' zijn alle fietsers welkom! Niet alleen de geofende wielertoerist die al van de velodroom heeft geproefd. Wie nog nooit op de wielersbaan heeft gefietst maar dat altijd al eens dolgraag wilde proberen, is ook van harte welkom!** Er zal een initiator van Wielerbond Vlaanderen aanwezig zijn om debutanten wegwijs te maken op de piste. Fiets je liever niet mee? Ook geen probleem, kom dan gewoon supporteren! Overigens zullen ook een aantal FBV's (Fietsende Bekende Vlamingen) present tekenen. *Be there!*

- ▶ Deelnemers melden zich bij voorkeur vooraf aan door een e-mail te sturen naar [cyclingforlife@grinta.be](mailto:cyclingforlife@grinta.be) en daarin aan te geven wanneer (welk uur of welke uren) ze komen fietsen.
- ▶ Deelnemers kunnen zich (minimum een half uur voor de start van een fietssessie) aanmelden aan de balie van het Vlaams Wielercentrum Eddy Merckx. Dat is gelegen op de Zuiderlaan 8, 9000 Gent. Volg de Grinta! bewegwijzering die je leidt naar de ruime parking voor het gebouw.
- ▶ Er staan in totaal twaalf fietssessies gepland van telkens één uur (doorlopend van 8 tot 20 uur). Naargelang de bezetting per sessie (maximum 75 fietsers per sessie) krijg je een kaart overhandigd waarvan de kleur overeenstemt met het tijdstip waarop jij de velodroom op kan. Mogelijk kan je meteen de baan op (zeker als je vooraf hebt gereserveerd via [cyclingforlife@grinta.be](mailto:cyclingforlife@grinta.be)), mogelijk dien je de volgende sessie af te wachten (wegens op dat moment te druk op de piste).
- ▶ Voor één uur fietsen betaal je minimum 10 euro. Wie een hoger bedrag wil geven, kan dat uiteraard. Meerdere uren fietsen kan ook.
- ▶ Er zijn kleedkamers en douches beschikbaar.
- ▶ Wie een eigen pistefiets heeft, mag die gebruiken. Wie geen eigen pistefiets heeft, kan gratis beroep doen op een pistefiets van het Vlaams Wielercentrum Eddy Merckx. Vergeet je pedalen en fietsschoenen niet! Een mecanicien zorgt voor de montage van de pedalen en de afstelling van je fiets.
- ▶ Voor wie géén klikpedalen of fietsschoenen heeft: het is ook mogelijk om met gewone sportschoenen te fietsen. In dat geval monteert de mecanicien 'gewone' pedalen met toeclips.
- ▶ Een fietshelm dragen is verplicht! Armstukken, beenstukken en fietshandschoenen dragen is aan te raden.
- ▶ Neem geen onverantwoorde risico's op de wielerpiste. De organisatie kan in geen geval aansprakelijk worden gesteld voor lichamelijke letsels of materiële schade tijdens het fietsen of voor diefstal.
- ▶ Werknemers en vrijwilligers van Blosos, Wielerbond Vlaanderen en Grinta! zullen ter beschikking staan van de deelnemers.