

**Van:** Bart Sterken <bartsterken@handboogsport.nl>  
**Verzonden:** Thursday, 7 September 2023 16:21  
**Aan:** undisclosed-recipients:  
**Onderwerp:** NK Veld & Interland 25m1pijl - bereid je goed voor op de warmte

*Deze e-mail is verstuurd naar alle deelnemers aan het NK Veld, de Interland 25m1pijl, scheidsrechters en KHSN-afgevaardigden.*

Beste sporter,

Het ziet ernaar uit dat komend weekend de tropische grens van 30 graden Celsius aangetikt gaat worden in Sint-Oedenrode (NK Veld) en Poppel (Interland 25m1pijl).

Zorg dat je daar goed op voorbereid bent:

- drink veel,
- eet gezond,
- zorg voor voldoende zonnebrand,
- draag een pet of hoed,
- en zoek schaduw/ verkoeling op, op de momenten dat het kan.

Bovenstaande wellicht ten overvloede, want als handboogsporter heb je waarschijnlijk al vaker te maken gehad met zomerse omstandigheden.

In de hete zomer van 2016 publiceerde World Archery al eens een artikel waarin enkele wereldtoppers uitleggen hoe zij zich wapenen tegen de hitte tijdens wedstrijden.

Zie: ["World Archery - 7 top tips for shooting in hot weather"](#)

Succes gewenst met de laatste voorbereidingen en op naar een mooi en zonovergoten wedstrijdweekend!

--

Met vriendelijke groet,

**Bart Sterken**  
Competitie- en wedstrijd zaken



**Koninklijke  
HandboogSport  
Nederland**

**Koninklijke HandboogSport Nederland**

Papendallaan 60 | 6816 VD Arnhem

T +31 (0)26-4834702

E [wedstrijdzaken@handboogsport.nl](mailto:wedstrijdzaken@handboogsport.nl) | W [www.handboogsport.nl](http://www.handboogsport.nl) |