Plechtigheden	
08.30 u	Startschot vanop het St. Niklaasplein te Oostduinkerke.
10.30 u	Plechtigheid op het ereperk voor Belgische oud-strijders op het kerkhof van Koksijde
17.30 u	Bloemenhulde aan het "Monument der gesneuvelden" Onze-Lieve-Vrouwstraat te NIEUWPOORT
Animatie langs de omlopen	
	Wedstrijd "Wandel en Kijk": Haal je formulier af aan de Infostand en doe ineens een gok op de **SCHIFTINGSVRAAG** (16, 24 en 32 km).
	Wedstrijd **"De Schat van Vlieg"**: Haal je formulier af aan de Infostand! (8 km).
08.30 u	Startschot 8, 16, 24 en 32 km vanop het St. Niklaasplein te Oostduinkerke.
10.00 u - 18.00 u	Gratis toegang tot het " Nationaal Visserijmuseum NAVIGO" aan de aankomst te Oostduinkerke op vertoon van de wandelkaart van de Vierdaagse. Enkel geldig vandaag, (alle afstanden)
Vanaf 08.30 u	Reus Jan Turpijn ontvangt u op de markt te Nieuwpoort onder muzikale begeleiding van de "Vette Pistons" (10u30-12u30) aangeboden door het stadsbestuur (24, 32 km)
10.30 u - 13.30 u	Optreden van accordeonist Willy Declerck op de Grote Allaertshuizenhoeve aangeboden door Patrick en het organiserend comité. (24 en32 km)
10.30 u - 13.30 u	Optreden van "De Gestemde Snaren" op het terras van het wielrijderscafé "Het dorstige Hart" te Wulpen aangeboden door Adelheid en het organiserend comité. (alle afstanden)
10.30 u - 15.30 u	Optreden van "Imperior del Percussion" aan het cafetaria van het COSCA vakantiedomein "Liefoord" te Koksijde aangeboden door Kelly en Sam en het organiserend comité. (16, 32 km)
11.30 u - 17.00 u	▪ Optreden van "Marino Punk" en "The Blik Dooze band" op het binnenplein van het Nationaal Visserijmuseum te Oostduinkerke, aangeboden door Estaminet "De Peerdevisscher" en het organiserend comité (alle afstanden) ▪ Verschillende promotiestands
11.30 u - 14.30 u	Grimagestand bij aankomst op het speelplein van de Vrije Basisschool te Oostduinkerke, aangeboden door het organiserend comité. (8 km)
10.30 u - 15.30 u	Springkastelen op het speelplein van de Vrije Basisschool te Oostduinkerke, aangeboden door "De Hazebeek"
10.00 u - 15.00 u	Demo parasprongen in de omgeving van Wulpen of Koksijde (onder voorbehoud)
10.00 u - 16.00 u	Luchtdoop Defensie voor de winnaars van de facebook wedstrijd (onder voorbehoud)
BEEBAD	
Start Oostduinkerke	Gratis blikje BEEBAD, energie drank op basis van honing zonder toegevoegde suikers. (zolang de voorraad strekt)

VONDELMOLEN
BEEBAD® ENERGY DRINK
BISCUITERIE JULES DESTROOPER® BELGIUM SINCE 1886

Opstelplaatsen medische hulpposten langs de omlopen

Hulppost 1	NIEUWPOORT, Dudenhofenlaan - 24, 32 km: 10,4 Km
Hulppost 2	OOSTDUINKERKE, Veldweg - 24, 32 km: 17,6 km
Hulppost 3	KOKSIJDE, domein CDSCA Liefoord – 16km: 11,7 km en 32 km: 25,3 km
Hulppost aankomst	OOSTDUINKERKE, Parking Vrijheidstraat tegenover Vrije Basisschool Oostduinkerke

Bevoorradingen langs de omlopen

Oostduinkerke	km 00: Sint Niklaasplein - Waterbevoorrading aangeboden door het Organiserend Comité.
Oostduinkerke	km 1,8 (16, 24, 32 km): Zeedijk thv Europaplein- limonade aangeboden door het organiserend comité
Nieuwpoort	km 8 (24, 32 km): Louisweg – waterbedeling I.W.V.A.
Nieuwpoort	km 11,2 (24, 32 km): Atheneum - kruidenkoek "Vondelmolen"
Oostduinkerke	km 19,2 (24, 32 km): Allaertshuizenstraat – waterbedeling I.W.V.A.
Oostduinkerke	km 5,5 km (16 km) en km 3,6 km (8km): Hazebeekstraat – kruidenkoek "Vondelmolen"
Wulpen	Alle afstanden: Conterdijk te Wulpen- garnaalsoep aangeboden door de "Orde van de Paardevisser" en het organiserend comité
Koksijde	km 24,2 (32 km) en km 11 (16 km): waterbedeling I.W.V.A.
Koksijde	km 28,6 (32 km), 13,3 km (16 km): Panoramalaan – fruitsapje aangeboden door het organiserend comité
Oostduinkerke	km 22,1 (24 km) en km 6,6 (8 km): Koningstraat – fruitsapje aangeboden door het organiserend comité
Oostduinkerke Aankomst	Pannenkoeken en chocolademelk aangeboden door het organiserend comité, enkel voor de wandelaars 8 km.

Bevoorradingen langs de omlopen door particuliere medewerkers

Nieuwpoort	Afstand 24 en 32 km: domein ter Duinen, gratis sappig sinaasappeltje
Oostduinkerke	Afstand 24 en 32 km: verkoop van braadworsten op de "Grote Allaertshuizenhoeve" aanbod van Keyte dobbel tripel (donker) en Keyte Oostendse Tripel (blond)
Wulpen	Alle afstanden: verkoop van braadworsten bij wielrijderscafé "Het Dorstige Hart"
Koksijde	Afstand 16 en 32 km: verkoop van braadworst op het domein Liefoord
Koksijde	Afstand 16 en 32 km: verkoop ijsjes en drank langs de Burgweg op het einde van de landingsbaan door de brandweer Poperinge
Oostduinkerke	Alle afstanden een portie verse grijze garnalen voor een democratische prijs aangeboden door Estaminet De Peerdevisscher
Oostduinkerke	Alle afstanden verkoop van braadworsten door voetbal Oostduinkerke op het binnenplein van het visserijmuseum

Animatie in de logementkampen

Oostduinkerke	Vanaf 20.30 u - 22.30 u: Optreden van Z-curse.
Poperinge	Vanaf 20.30 u: Optreden Michiel Buseyne

HAZEBEEK SPORT- EN EETKAFFEE
okra trefpunt 55+
NATIONAAL GEOGRAFISCH INSTITUUT
INSTITUT GEOGRAPHIQUE NATIONAL

Acties handelszaken & AB INBEV

Wulpen	Proevertjes van Jupiler 0,0 vanaf ± 13u00, Conterdijk thv de grote brug en dit tot einde voorraad.
Parcours	Gratis 01 Jupiler 0.0 of 01 Leffe 0.0 bij aankoop van 2 x Jupiler 0.0 of 2 x Leffe 0.0

Uw wandelkaart is ook dit jaar geld waard!

NAVIGO is vandaag gratis te bezoeken. Dit is voor iedereen geldig op vertoon van de wandelkaart en voor alle afstanden. Deze actie is enkel vandaag geldig.

Vertrek pendelbussen vanuit de vertrekplaatsen voor de wandelaars 32, 24, 16 en 8 km. Zoals u hebt opgemerkt, zijn er op sommige dagen verschillende vertrekuren van de bussen. Wij doen beroep op uw geduld en vragen de deelnemers aan de 16 km om de laatste rit te willen nemen! Bij gebruik van de pendelbussen zullen controles uitgevoerd worden (actie zwartrijders).

	06.00 u	06.15 u	06.40 u	06.45 u	07.00 u	07.10 u	07.15 u	07.35 u	07.40 u	08.00 u	08.20 u	08.25 u	08.30 u	08.35 u
20 augustus 19					IEP DIK		POP			NPT				
21 augustus 19					POP	IEP			NPT		ODK			ODK
22 augustus 19			ODK	ODK	ODK						DIK	IEP	NPT	
23 augustus 19	ODK	ODK						DIK	POP					

Legende :

ODK = vertrek vanuit logementskamp Oostduinkerke
NPT = vertrek uit Nieuwpoort op de parking voor het Kwartier "Kamp van Lombardsijde", Matrozenlaan 16, 8620 Nieuwpoort
DIK = vertrek vanuit logementskamp Diksmuide
POP = vertrek vanuit logementskamp Poperinge
IEP = vertrek vanuit parking "Rijselpoort"

focus • wtv
vanmarcke computers
KW.be KRANT VAN WEST-VLAANDEREN

Voor uw veiligheid:

Hou u aan de richtlijnen van de ordehandhavers!
Ook op een georganiseerde mars gelden de verkeersregels !!!

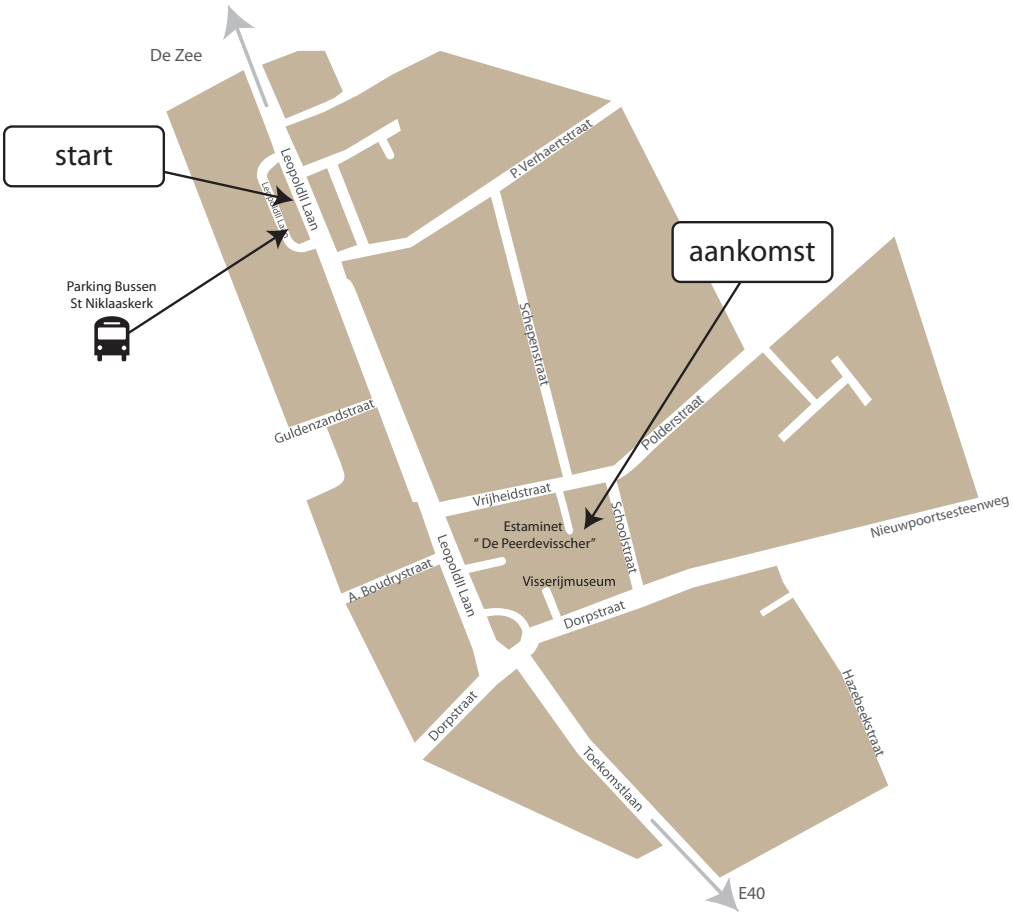
Niet ingeschreven = niet verzekerd!!!!!

westtoer

Vertrek pendelbussen terug naar de kampen vanaf 13u00

Laatste bus om 18u30

Opstapplaats bussen NA de eerste wandeldag



CRONOLIVE
MEMBER OF THE CRONOS GROUP

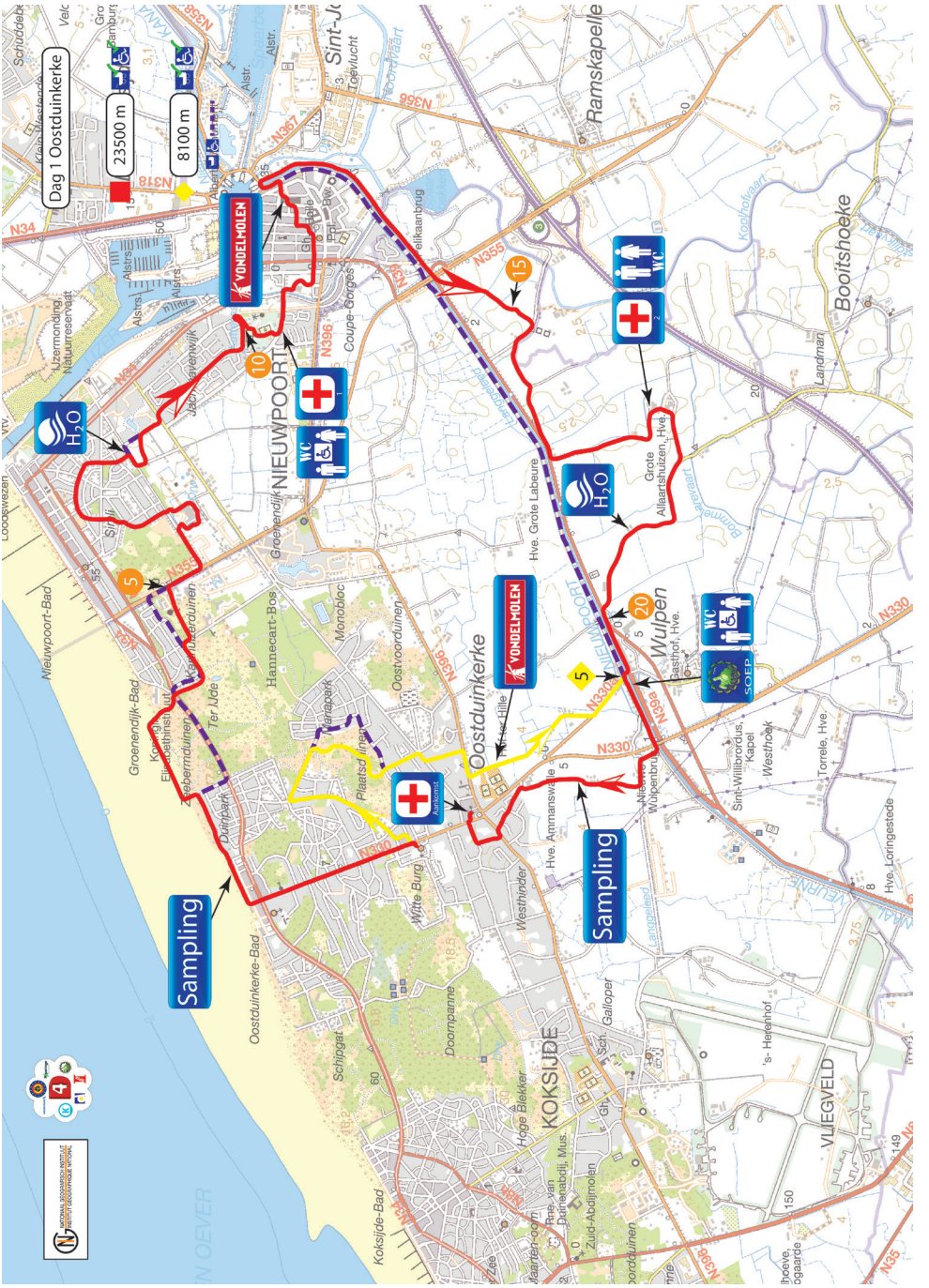
fresh foodservice
DEKEYZER-OSSAER NV
Koekelare | 051-59 10 59

VERGEET JE WATERFLES NIET!

In samenwerking met de watermaatschappijen voorziet de organisatie onderweg bevoorradingspunten van fris en gezond drinkwater. Om de afvalberg af te bouwen worden aan deze bevoorradingspunten geen plastiek bekertjes gegeven! Dagelijks worden aan de start volle herbruikbare waterflesjes aangeboden.

Vergeet ze niet af te halen!

Het is uiteraard niet verboden om je eigen drinkfles te vullen. In de shop van de Vierdaagse van de IJzer zijn oersterke, vaatwasbestendige drinkflessen te koop aan een scherpe prijs. We raden iedereen aan om meerdere flessen mee te nemen, om te vullen, zo vergroot u uw watervoorraad onderweg.



Sunparks
In the middle of everywhere.

CHRISTELIJKE MUTUALITEIT

BARISEAU MOTTRIE
Opel Ieper Kortrijk Roeselare

CDSCA
OCASC

DECUYPER
EVERYTHING TO ENJOY YOUR TRIP

SPORT.
VLAANDEREN
#SPORTERSBELEVENMEER
Beleef het, deel het!

COACHPARTNERS
www.coachpartners.be

WandelSport
VLaanderen
VZW

IWVA
Kring-Lopend Water
is ons Ambacht

DEFENSIE