



TREK



ANTWERP
MARATHON

19.10.2025

RUNNERS' GUIDE



Cher coureur.se,

C'est chouette que vous soyez présent.e à la cinquième édition du TREK l'Antwerp Marathon. Vous retrouvez dans ce guide toutes les informations importantes à propos de votre participation. Vous vous alignerez ainsi sans stress au départ!

Rendez-vous le dimanche 19 octobre!

Bonne chance,

Team TREK Antwerp Marathon



Téléchargez notre Appli TREK Antwerp Marathon

Que vous participiez au TREK Antwerp Marathon, au Half Marathon ou au 10K, ou que vous encouragiez votre coureur favori le long de la route, l'application vous tiendra parfaitement informé !

Toutes les informations sur la course, les mises à jour importantes et les conseils pratiques pour le participant, le suivi en direct pour que le supporter puisse suivre ses coureurs préférés au moyen des temps intermédiaires et d'un temps final estimé. Le dimanche 19 octobre, l'appli officielle du TREK Antwerp Marathon est la meilleure manière de tout suivre.

[Télécharger via App Store](#)

[Télécharger via Google Play](#)

The advertisement features a dark blue background with a large, semi-transparent circular graphic in the center. At the top right, a smartphone displays the app's home screen with the TREK Antwerp Marathon logo and a list of participants. In the center, the word 'Download' is written in large white letters, followed by 'the TREK Antwerp Marathon app' in smaller white letters. Below this, a line of text reads: 'Follow your friends, family and favourite athletes live during the TREK Antwerp Marathon!'. Two buttons are positioned below the text: 'GET IT ON Google Play' and 'Download on the App Store'. At the bottom left, another smartphone displays a live tracking screen for a participant named Thomas Bennett, showing a map, distance (15.8 of 42.2 km), time (01:29:56), and expected finish time (16:45). In the bottom right corner, the TRACX logo is displayed with the text 'Connected by' above it.

Download
the TREK Antwerp Marathon app

Follow your friends, family and favourite athletes live during the TREK Antwerp Marathon!

GET IT ON
Google Play

Download on the
App Store

Connected by
TRACX



AVANT LA COURSE

Comment m'y rendre ?

À vélo

Vous venez d'Anvers ? La manière la plus facile de rallier le TREK Antwerp Marathon est à vélo. Vous pouvez garer votre monture gratuitement dans les parkings à vélos temporaires situés aux Tavernierskaai (Loodswezen), Napoleonkaai, MAS ou à hauteur du Londenbrug.

En transport en commun

L'arrêt de tram et bus le plus proche est l'arrêt Antwerpen Noorderplaats. Planifiez votre itinéraire via les horaires de [train, tram ou bus](#).

En voiture

Vous venez tout de même en voiture ? Utilisez le Kiss & Ride au [Asiadok-Westkaai](#) ou garez-vous dans l'un des Park en Rides. Retrouvez plus d'infos sur [cette page](#).

[Toutes les infos mobilité, accessibilité et parking](#)

Retrait de votre pack de participation

Venez déjà chercher votre dossard le vendredi ou samedi au Waagnatie. Dimanche, vous pourrez ainsi vous diriger directement, sans souci, dans la bonne box de départ. Dimanche, vous pourrez retirer votre pack de participation à partir de 8h00. Vous disputez l'intégralité du marathon ou vous avez commandé le t-shirt officiel de l'événement ? Celui-ci peut alors être récupéré directement avec votre dossard.

Lieu

Waagnatie | Rijnkaai 150, 2000 Anvers

Heures d'ouverture

Vendredi 17 octobre de 12h00 à 19h00

Samedi 18 octobre de 10h00 à 17h00

Dimanche 19 octobre dès 08h00

Vous souhaitez obtenir le dossard de quelqu'un d'autre ? Ce n'est possible que sur présentation de son mail de confirmation avec numéro de départ ou e-ticket.

Inscrit.e via un groupe ou une entreprise avec retrait groupé ? Le retrait individuel de votre numéro de dossard n'est alors pas possible ! Convenez bien avec votre responsable de groupe où et quand vous pouvez obtenir votre dossard.

Vous ne retrouvez pas le mail avec votre numéro de départ ?

[Cherchez votre numéro de départ via notre site](#)

Vous souhaitez changer de distance ou nom ?

Changement de nom

Vous avez repris le numéro de dossard de quelqu'un d'autre ? Veuillez effectuer un changement de nom afin que votre nom apparaisse dans les résultats en ligne.

- Récupérez le numéro de dossard avec l'e-mail de confirmation de la personne dont vous avez repris le numéro de départ.
- Faites modifier vos coordonnées au stand '*change of name/distance*' et recevez un nouveau numéro de dossard.

N'oubliez pas d'apporter votre carte d'identité. Des frais administratifs de 12 € seront comptabilisés pour un changement de nom.

Changement de distance

Vous souhaitez changer de distance ? Changer pour une distance inférieure est gratuit. Dans le cas d'un changement de distance supérieure, la différence de prix sera prise en compte. Passer sur le 10K n'est pas possible vu que cette distance affiche déjà complet.

- Recevez d'abord votre numéro de dossard pour la distance à laquelle vous êtes inscrit(e).
- Faites changer votre distance au stand '*change of name/distance*' et recevez un nouveau dossard.



Programme

Samedi 18 octobre

10h30 Antwerp Running Crew Shakeout Run 5K

Dimanche 19 octobre

09h00 – 09h15* Départ TREK Antwerp Marathon

09h15 Départ TREK Antwerp 10K

14h00 – 14h45* Départ TREK Antwerp Half Marathon

18h00 Fermeture de l'arrivée

18h30 Fin de l'événement

* Votre heure exacte de départ dépend de la box de départ dans laquelle vous prenez place, sur base de votre temps final estimé. Le jour de l'événement, vous choisissez votre box de départ dans laquelle vous souhaitez débiter en fonction du temps final que vous voulez réaliser.

Lieux

Waagnatie | Rijnkaai 150, 2000 Anvers

- Retrait des dossards et T-shirts
- Consigne sacs de sport
- Vestiaires
- Gravure de médaille
- Boutique merchandising
- Runners' Village

Rijnkaai

- Départ

MAS

- Arrivée



Au départ sans stress

- Récupérez votre dossard – **Waagnatie**
- Déposez votre sac de sport à la consigne – **Waagnatie**
- Épinglez votre dossard, suivez depuis le Runners' Village les indications et ralliez la box de départ de votre temps final visé
 - 09h00 – 09h15: départ TREK Antwerp Marathon
 - 09h15: départ TREK Antwerp 10K
 - 14h00 – 14h45: départ TREK Antwerp Half Marathon
- Prenez place dans la box de départ correspondant au temps final que vous souhaitez réaliser. Une box de départ séparée est prévue pour le TREK Antwerp 10K.
- Profitez de votre course !

Débutez sans stress et venez déjà chercher votre dossard le vendredi entre 12h00 et 19h00 ou le samedi entre 10h00 et 17h00. Dimanche, vous pourrez retirer votre dossard à partir de 8h00.





T-shirt TREK Antwerp Marathon

Vous disputez le TREK Antwerp Marathon dimanche ? Le T-shirt officiel de l'événement est automatiquement compris dans votre inscription, et vous pouvez alors le récupérer les vendredi, samedi ou dimanche en même temps que votre dossard au Waagnatie.

Vous courez le Half Marathon ou 10K et vous avez commandé le t-shirt lors de votre inscription ? Vous pouvez alors également le récupérer avec votre pack de participation et votre dossard.

Pas commandé de T-shirt, mais vous aimeriez tout de même en acheter un ? Le t-shirt de l'événement (29,95€) est en vente les vendredi, samedi et dimanche dans la Boutique de merchandising, jusqu'à épuisement des stocks.



Boutique merchandising

Vous venez déjà chercher votre pack de participation vendredi ou samedi ? Vous avez alors le temps de faire un crochet par notre boutique officielle de merchandising. L'un de nos sweats du TREK Antwerp Marathon, un t-shirt de course à longues manches, le t-shirt officiel de l'événement ou un cache-cou ? Le choix ne manque pas. Notre boutique est également ouverte dimanche afin de pouvoir nous rendre visite avant ou après la course, jusqu'à épuisement des stocks.

Heures d'ouverture boutique merchandising

Vendredi 17 octobre: 12h00 – 19h00

Samedi 18 octobre: 10h00 – 17h00

Dimanche 19 octobre: dès 08h00



Bag Drop Area

- Avez-vous des supporters qui peuvent garder vos affaires pendant la course ? Confiez-leur votre sac de sport ou votre sac à dos.
- Pas possible ? Passez à notre Bag Drop Area où vous pourrez déposer dimanche votre sac de sport ou votre sac à dos en toute sécurité dans notre consigne située au Waagnatie.
- Assurez-vous d'avoir un sac de sport ou un sac à dos bien fermé pour y ranger toutes vos affaires. Les vêtements en vrac ne seront pas acceptés.
- Ne laissez aucun vêtement au départ. Rangez tout ce dont vous n'aurez pas besoin pendant la course dans votre sac de sport ou votre sac à dos.
- Les sacs de sport pourront être récupérés jusqu'à 18h30.

L'organisation prendra les mesures de sécurité nécessaires pour surveiller cet espace le mieux possible, mais son utilisation se fait à vos propres risques. L'organisation décline toute responsabilité en cas de dommage, perte ou vol d'effets personnels.



LA COURSE

Procédure de départ

Au total, 20.000 coureurs prendront le départ dimanche. Nous demandons dès lors une attention toute particulière au bon déroulement des procédure de départ afin que tout le monde puisse débuter la course tranquillement.

Il est important de figurer dans la bonne box de départ, celle de votre temps final visé. De cette manière, tout le monde autour de vous court en effet à un rythme équivalent. Cela augmente votre propre confort de course ainsi que celui de tous les participants.

Ne vous souciez pas de votre heure de départ. Votre temps de course réel ne commence qu'au moment où vous franchissez la ligne de départ.

Programme

09h00 – 09h15*	Départ TREK Antwerp Marathon
09h15	Départ TREK Antwerp 10K
14h00 – 14h45*	Départ TREK Antwerp Half Marathon
18h00	Fermeture de l'arrivée
18h30	Fin de l'événement

* Votre heure exacte de départ dépend de la box de départ dans laquelle vous prenez place, sur base de votre temps final estimé. Le jour de l'événement, vous choisissez votre box de départ dans laquelle vous souhaitez débuter en fonction du temps final que vous voulez réaliser.



TREK
ANTWERP
MARATHON

STARTBOX OPENING TIME 8H30

GO WITH
GOLAZO

FOLLOW	PACE	STARTBOX CLOSES	RACE STARTS
▶	... - 2H58	8H50	9H00
▶	2H59 - 3H14	8H50	9H01
▶	3H15 - 3H29	8H50	9H02
▶	3H30 - 3H44	8H50	9H03
▶	3H45 - 3H58	8H50	9H05
▶	3H59 - 4H14	8H55	9H08
▶	4H15 - 4H29	8H55	9H10
▶	4H30 - 4H44	8H55	9H12
▶	4H45 - 4H59	8H55	9H13
▶	5H00 - ...	8H55	9H14
▶	10K	9H00	9H15



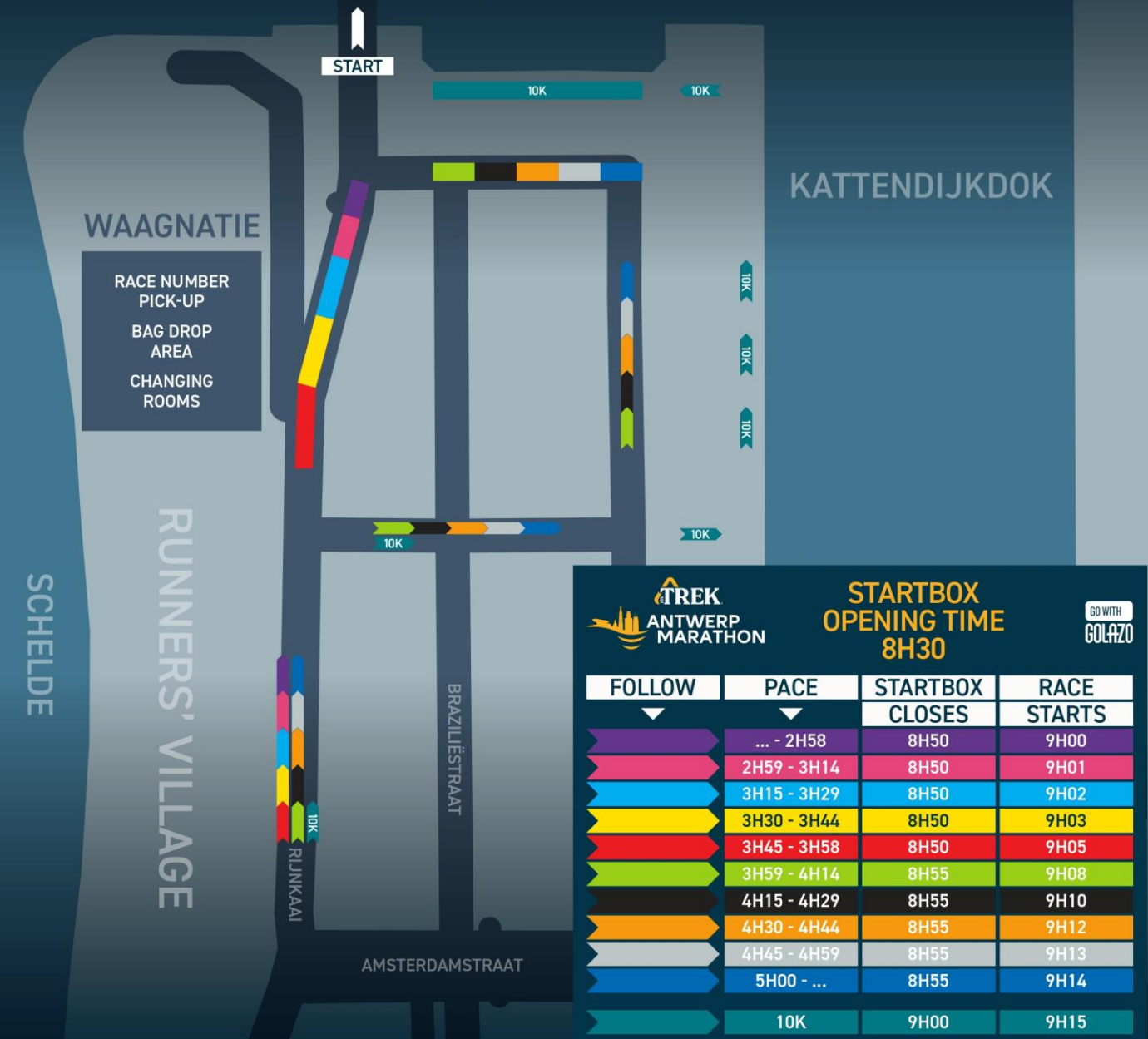
Procédure de départ TREK Antwerp 10K

Tous les participants du TREK Antwerp 10K sont attendus dans la box de départ au plus tard à 09h00. Le 10K débute à 09h15 précises, juste après le départ de tous les marathoniens.

Tous les coureurs du 10K s'élancent depuis une seule box de départ. Il est important de suivre les panneaux depuis le Runners' Village sur le parking du Rijnkaai jusqu'à cette box de départ séparée. Veuillez ne pas prendre place parmi les marathoniens. Après le départ du marathon, tous les participants du 10K seront conduits de la box de départ à la ligne de départ où le coup d'envoi sera donné à 09h15 précises. Il ne sera plus possible de prendre le départ du TREK Antwerp 10K après 09h15.

Des toilettes sont prévues dans la box de départ du 10K.

MARATHON | 10K | START PROCEDURE





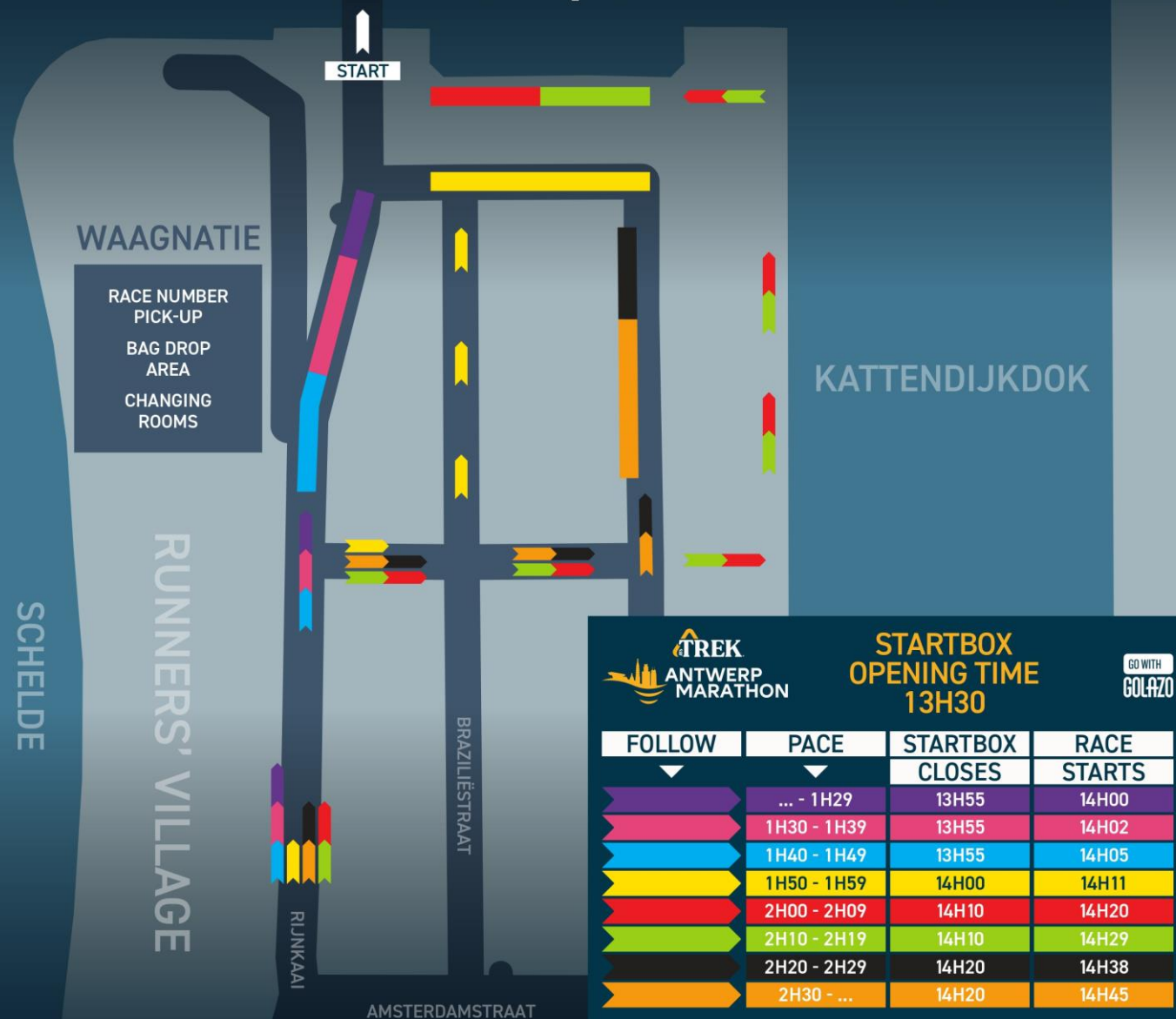
Procédure de départ TREK Antwerp Half Marathon

Il est important de suivre les panneaux depuis le Runners' Village sur le parking du Rijnkaai jusqu'à la box de départ de votre temps final visé.

Vous pouvez consulter ici quand ouvrent et ferment les différentes boxes de départ, ainsi que l'heure exacte de départ en fonction de votre temps final visé. Les boxes de départ ne sont pas définies à l'avance ni liées au temps final estimé indiqué lors de votre inscription. Le jour de l'événement, avant le départ, vous choisissez la box de départ en fonction du temps final que vous souhaitez réaliser. Nous comptons ici sur le fair-play des coureurs afin que tout le monde puisse débiter sereinement.

Des toilettes sont prévues dans chaque box de départ.

HALF MARATHON | START PROCEDURE



Parcours

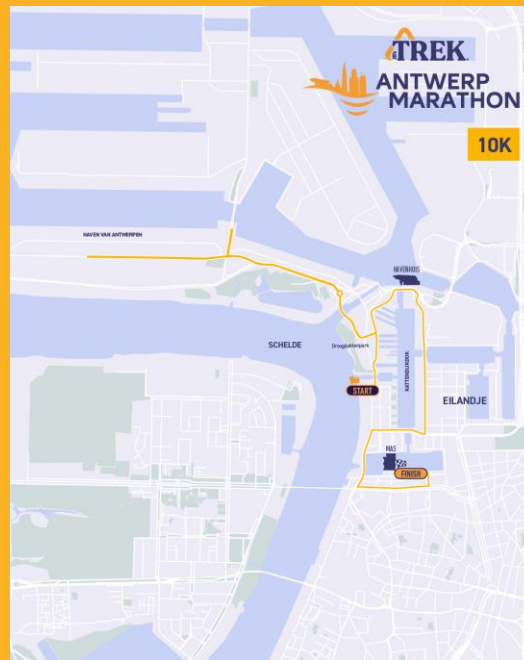
TREK ANTWERP MARATHON



[CONSULTER LA CARTE DU PARCOURS](#)

[TÉLÉCHARGER GPX](#)

TREK ANTWERP 10K



[CONSULTER LA CARTE DU PARCOURS](#)

[TÉLÉCHARGER GPX](#)

TREK ANTWERP HALF MARATHON



[CONSULTER LA CARTE DU PARCOURS](#)

[TÉLÉCHARGER GPX](#)

Parcours

Les éditions 2025 du TREK Antwerp Marathon et du TREK Antwerp Half Marathon ont été officiellement mesurées par World Athletics.



INTERNATIONAL MEASUREMENT CERTIFICATE

Name of Race Trek Antwerp Marathon 2025		Distance 42 195 m
Location ANTWERP		Country BELGIUM
Date of Race 19/10/2025	Date of Measurement 03/09/2025	Elevation Change 0 m/km
Separation 3.20 % of race distance		
Name(s) of the measurer(s) Luc CEULEMANS & Jean Marie DE PROFT		World Athletics – AIMS Grade A&B
Country BELGIUM	Certificate Number BEL/2025/197/JFD2969 A	Expiry Date 31/12/2029
International Measurement Administrator Jean François DELASALLE		Registered On 29/09/2025
Signed 		

In cooperation with



AIMS Association of International
Marathons and Distance Races

This certificate certifies that the length of the above road race has been established by an accredited World Athletics – AIMS Grade A or B measurer employing the method of a bicycle calibrated with a Jones Counter. It remains valid for 5 years subject to the course defined in the full measurement report submitted by the measurer being unchanged in any way. Any modifications to the course, however minimal, will nullify this Certificate and require a new measurement to be undertaken. Possession of this certificate does not indicate any sanction of the race by World Athletics or membership of AIMS.



INTERNATIONAL MEASUREMENT CERTIFICATE

Name of Race Trek Antwerp Half Marathon		Distance 21 097.5 m
Location ANTWERP		Country BELGIUM
Date of Race 19/10/2025	Date of Measurement 03/09/2025	Elevation Change 0 m/km
Separation 1.60 % of race distance		
Name(s) of the measurer(s) Luc CEULEMANS & Jean Marie DE PROFT		World Athletics – AIMS Grade A&B
Country BELGIUM	Certificate Number BEL/2025/198/JFD2970 A	Expiry Date 31/12/2029
International Measurement Administrator Jean François DELASALLE		Registered On 29/09/2025
Signed 		

In cooperation with



AIMS Association of International
Marathons and Distance Races

This certificate certifies that the length of the above road race has been established by an accredited World Athletics – AIMS Grade A or B measurer employing the method of a bicycle calibrated with a Jones Counter. It remains valid for 5 years subject to the course defined in the full measurement report submitted by the measurer being unchanged in any way. Any modifications to the course, however minimal, will nullify this Certificate and require a new measurement to be undertaken. Possession of this certificate does not indicate any sanction of the race by World Athletics or membership of AIMS.

Suivez les meneurs d'allure vers votre temps final souhaité

Un nombre d'ultra-coueurs, majoritairement belges, se sont engagé sous la direction de Marnix Callewaert et Ivan Hostens, à remplir le rôle de meneurs d'allure. Ils sont faciles à reconnaître dans les boxes de départ grâce à leur drapeau coloré reprenant le temps final.

TREK ANTWERP MARATHON

2h59	Drapeau rose
3h15	Drapeau bleu
3h30	Drapeau jaune
3h45	Drapeau rouge
3h59	Drapeau vert
4h15	Drapeau noir
4h30	Drapeau orange
4h45	Drapeau gris
5h00	Drapeau blanc

TREK ANTWERP HALF MARATHON

1h30	Drapeau rose
1h40	Drapeau bleu
1h50	Drapeau jaune
2h00	Drapeau rouge
2h10	Drapeau vert
2h20	Drapeau noir
2h30	Drapeau orange



Ravitaillements

TREK Antwerp Marathon

5,0 km	Eau, 6d Sports Drink ananas, sucreries, biscuits salés
7,5 km	Eau, 6d Sports Drink ananas, sucreries, biscuits salés
10,3 km	Eau, 6d Sports Drink ananas, 6d Isogel, sucreries, biscuits salés, bananes
14,6 km	Eau, 6d Sports Drink ananas, sucreries, biscuits salés
20,0 km	Eau, 6d Sports Drink ananas, sucreries, biscuits salés
25,1 km	Eau, 6d Sports Drink ananas, sucreries, biscuits salés
27,5 km	Eau, 6d Sports Drink ananas, sucreries, biscuits salés
30,0 km	Eau, 6d Sports Drink ananas, sucreries, biscuits salés
32,8 km	Eau, 6d Sports Drink ananas, 6d Isogel, sucreries, biscuits salés, bananes
35,2 km	Eau, 6d Sports Drink ananas, sucreries, biscuits salés
40,0 km	Eau, 6d Sports Drink ananas, sucreries, biscuits salés

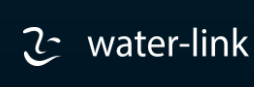
Un ravitaillement final de qualité est prévu à l'arrivée, comprenant une TREK Protein Oat Bar Biscoff, une Mini Madeleine Lotus ou une Frangipane Lotus ainsi qu'une gourde Monchique 340ml.

Au ravitaillement, l'ordre est le suivant:
eau – boisson sportive – nourriture – eau

Nos collaborateurs portent également aux ravitaillements des gilets pour indiquer clairement ce qu'ils proposent aux coureurs.

- Gillet bleu: eau
- Gillet rouge: boisson sportive
- Gillet jaune: nourriture

Des toilettes sont disponibles à chaque poste de ravitaillement. Nous mettons également à disposition une box 'ladies only' contenant un assortiment gratuit de tampons et serviettes hygiéniques.





Ravitaillements

TREK Antwerp 10K

5,7 km Water, 6d Sports Drink ananas, sucreries, biscuits salés

Un ravitaillement final de qualité est prévu à l'arrivée, comprenant une TREK Protein Oat Bar Biscoff, une Mini Madeleine Lotus ou une Frangipane Lotus ainsi qu'une gourde Monchique 340ml.

Au ravitaillement, l'ordre est le suivant:
eau – boisson sportive – nourriture – eau

Nos collaborateurs portent également aux ravitaillements des gilets pour indiquer clairement ce qu'ils proposent aux coureurs.

- Gillet bleu: eau
- Gillet rouge: boisson sportive
- Gillet jaune: nourriture

Des toilettes sont disponibles à chaque poste de ravitaillement. Nous mettons également à disposition une box 'ladies only' contenant un assortiment gratuit de tampons et serviettes hygiéniques.



water-link



Ravitaillements

TREK Antwerp Half Marathon

5,8 km	Eau
11,1 km	Eau, 6d Sports Drink ananas, 6d Isogel, biscuits salés, bananes
13,4 km	Eau
18,9 km	Eau, 6d Sports Drink ananas, sucreries, biscuits salés

Un ravitaillement final de qualité est prévu à l'arrivée, comprenant une TREK Protein Oat Bar Biscoff, une Mini Madeleine Lotus ou une Frangipane Lotus ainsi qu'une gourde Monchique 340ml.

Au ravitaillement, l'ordre est le suivant:
eau – boisson sportive – nourriture – eau

Nos collaborateurs portent également aux ravitaillements des gilets pour indiquer clairement ce qu'ils proposent aux coureurs.

- Gillet bleu: eau
- Gillet rouge: boisson sportive
- Gillet jaune: nourriture

Des toilettes sont disponibles à chaque poste de ravitaillement. Nous mettons également à disposition une box 'ladies only' contenant un assortiment gratuit de tampons et serviettes hygiéniques.



water-link



Cheering Zones & Animation

Ce ne sont pas seulement les supporters présents le long du parcours qui mettront une ambiance inoubliable dimanche. Grâce aux différentes cheering zones et aux points d'animation, vous trouverez l'énergie nécessaire pendant la course.

Les lieux prévus pour les supporters sur le parcours sont les Cheering Zones situées à la Havenhuis (TREK® Cheering Zone), à la Dageraadplaats (Antwerp Running Crew Cheering Zone), au Markgravelei (Port of Antwerp-Bruges Cheering Zone) et à la Kloosterstraat (TREK® Cheering Zone).

Le TREK Antwerp Marathon compte au total 52 points d'animation répartis sur le parcours : 27 pour le Half Marathon et 7 pour le 10K. Le programme de ces points d'animation varie : DJ, percussions japonaises, percussions brésiliennes, cornemuses, etc.

[**CONSULTER LA CARTE DU PARCOURS**](#)

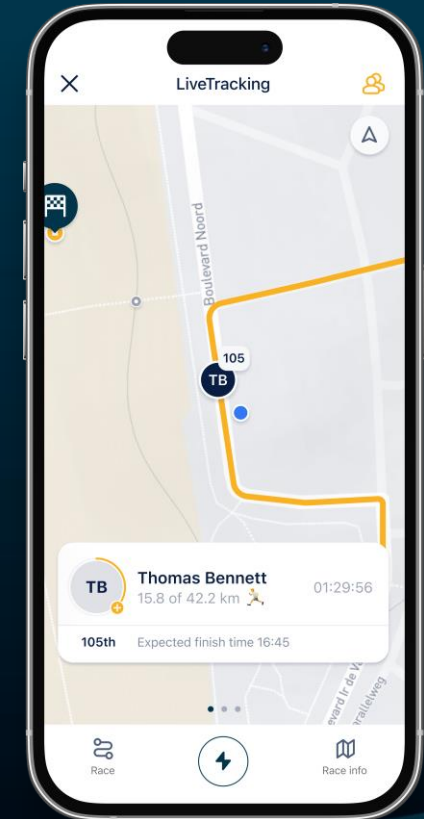
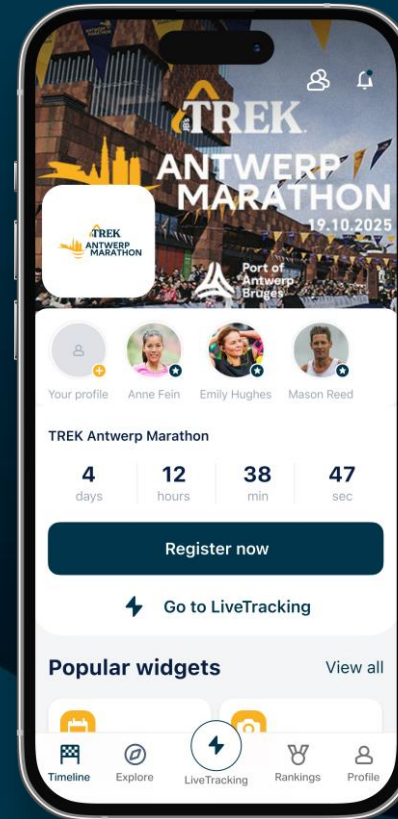


Livetracking

Tous vos supporters pourront vous suivre de près dimanche grâce à l'application officielle du TREK Antwerp Marathon. Recherchez votre coureur préféré par son nom ou son numéro de départ et vous recevrez les temps intermédiaires en temps réel ainsi que le temps final estimé à l'arrivée.

[Télécharger via App Store](#)

[Télécharger via Google Play](#)



Cyclistes non admis

Le TREK Antwerp Marathon est un événement de course à pied avec plusieurs ravitaillements. Plus de 20.000 participants seront en outre présents au départ. Il n'y a donc pas de place pour les cyclistes sur le parcours.

Par respect et pour le confort de tous les participants, nous vous demandons avec insistance de ne pas soutenir ou accompagner à vélo votre coureur préféré. Ils causeraient gêne et frustration vu le nombre important de participants. L'organisation prévoit des contrôles à différents points du parcours.

Au nom de tous les participants: merci !





APRÈS LA COURSE

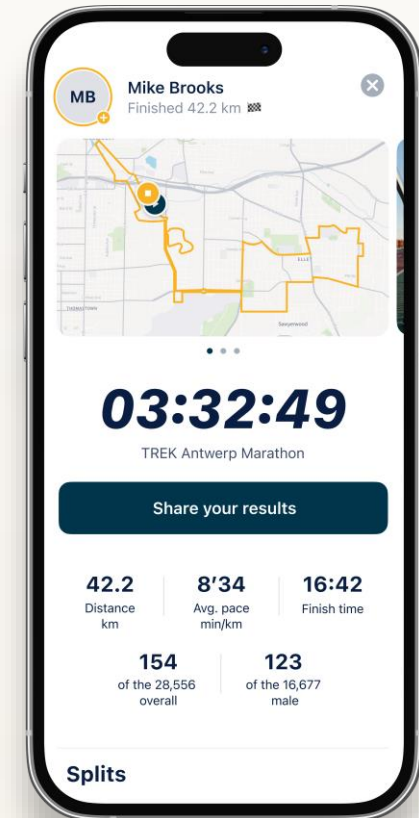
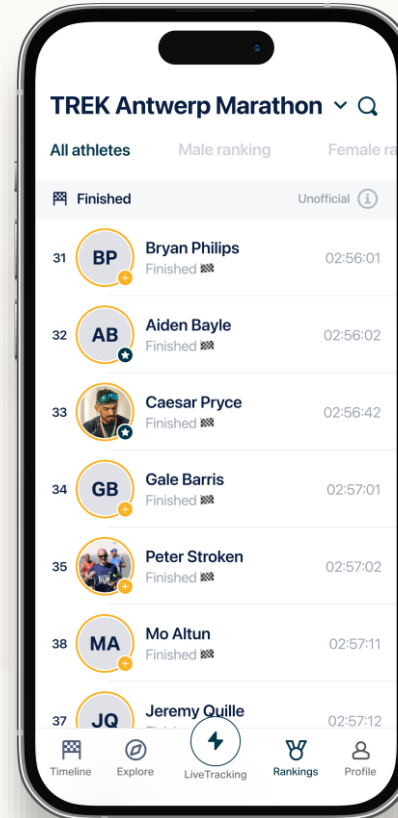
Résultats

Après la course également, vous pouvez consulter les résultats finals dans l'application officielle.

La cérémonie du podium se déroule sur base des trois premiers coureurs par sexe à franchir la ligne d'arrivée.

[Télécharger via App Store](#)

[Télécharger via Google Play](#)



Prenez la pose avec votre temps final

Vous souhaitez établir un nouveau record personnel dimanche, ou votre objectif est simplement de rallier l'arrivée ? Peu importe ! Tous ceux qui franchissent la ligne d'arrivée au MAS peuvent être extrêmement fiers de leur performance ! Envie d'immortaliser ce moment ? Rendez-vous ensuite au stand du Port of Antwerp-Bruges dans le Runners' Village, sur le parking Rijnkaai, et faites-vous prendre en photo avec votre temps final !



Personnalisez votre médaille

Envie de garder un souvenir de l'édition 2025 du TREK Antwerp Marathon ? Optez pour la gravure de médaille ! Vous pouvez faire graver votre nom complet et votre temps final au dos de la médaille que vous recevrez après l'arrivée, au stand de gravure de médailles situé dans le Runners' Village, sur le parking Rijnkaai.

Vous avez inclus cette gravure lors de votre inscription et l'avez déjà commandée ? Elle sera alors indiquée sur votre dossard. Envie de l'acheter encore dimanche ? Pas de problème, vous pouvez également encore faire graver votre médaille sur place pour 14 €.



Commandez vos photos personnelles

Les photographes de Sportograf se chargent de prendre de superbes photos d'action de votre performance durant le TREK Antwerp Marathon, Half Marathon ou 10K.

Votre souvenir personnel d'une grande performance. Souhaitez-vous être averti(e) lorsque les photos seront disponibles à la commande ? Inscrivez-vous et recevez une notification dès qu'elles seront disponibles au téléchargement.

Enregistrez-vous déjà via [ce lien](#) et recevez un rappel dès que vos photos personnelles seront en ligne. Retrouvez [ici](#) plus d'infos sur le traitement de vos photos.

SPORTOGRAF.COM



Ensemble, vivons une journée inoubliable !

- Soyez courtois & have fun!
- N'oubliez surtout pas de prendre du plaisir et de profiter du cadre magnifique et des nombreuses animations sur le parcours.
- Ecoutez votre corps. Arrêtez-vous un moment si vous ne vous sentez pas bien. Si la sensation persiste, arrêtez-vous définitivement.
- Pas de TREK Antwerp Marathon sans nos bénévoles. Un sourire ou un merci font toujours plaisir.
- Vivez une journée inoubliable en compagnie de vos collègues coureurs !



THANKS TO OUR SPONSORS!



GO WITH

GOLAZO



Votre prochain défi ?

09.11.2025	Havenwereld Run & Walk
16.11.2025	BRITA Urban Trail Antwerpen
01.02.2026	Baloise Antwerp Park Miles
29.03.2026	Sofico Gent Marathon
19.04.2026	Leuven Marathon
26.04.2026	Baloise Antwerp 10 Miles
25.10.2026	TREK Antwerp Marathon