

DUCHENNE HE²⁰ES



WEBINAR
DUCHENNE HEROES

DE WEBINAR

- 19:30 – 20:15 uur
- Stel al jouw vragen via de chatbox
- Zet je geluid aan!



WAT IK JOU GA VERTELLEN...

- De uitdagende route
- Optimale voorbereiding
- Sponsorwerving
- Alles over Duchenne Heroes
- Ruimte voor vragen



HIER KAN JIJ OOK BIJ ZIJN !



6 T/M 12 SEPT 2026

20E JUBILEUMEDITIE !



7 of 3 dagen fietsen

WAT KUN JE VERWACHTEN?



7 ETAPPES VAN DUITSLAND NAAR LIMBURG



ONTDEK DE ROUTE

(ONDER VOORBEHOUD)

70 OFFROAD

Etappe 1	➡ 66 km 🏔️ 1.460 hm
Etappe 2	➡ 72 km 🏔️ 1.590 hm
Etappe 2	➡ 76 km 🏔️ 1.590 hm
Etappe 4	➡ 73 km 🏔️ 1.140 hm
Etappe 5	➡ 74 km 🏔️ 1.540 hm
Etappe 6	➡ 77 km 🏔️ 1.280 hm
Etappe 7	➡ 66 km 🏔️ 410 hm

GRAVEL

Etappe 1	➡ 115 km 🏔️ 2.530 hm
Etappe 2	➡ 102 km 🏔️ 2.140 hm
Etappe 3	➡ 94 km 🏔️ 1.790 hm
Etappe 4	➡ 107 km 🏔️ 1.620 hm of ➡ 142 km 🏔️ 1.710 hm
Etappe 5	➡ 102 km 🏔️ 1.950 hm
Etappe 6	➡ 108 km 🏔️ 1.780 hm
Etappe 7	➡ 91 km 🏔️ 290 hm

100 MTB

Etappe 1	➡ 105 km 🏔️ 2.250 hm
Etappe 2	➡ 106 km 🏔️ 2.500 hm
Etappe 3	➡ 108 km 🏔️ 2.330 hm
Etappe 4	➡ 103 km 🏔️ 2.050 hm
Etappe 5	➡ 97 km 🏔️ 1.970 hm
Etappe 6	➡ 100 km 🏔️ 1.970 hm
Etappe 7	➡ 92 km 🏔️ 540 hm

BEREID JE OPTIMAAL VOOR

- Fondo trainingsschema 18 & 8 weken: gaan pas in vanaf mei 2026
- Sponsorwebinar
- Tools van organisatie
- Trainingsweekenden en clinics door Frank's MTB Wereld

KNWU

FONDO

week 1
Kracht & cadans 5u 50 min

We starten met kracht en cadans, twee belangrijke trainingen voor het klimmen.

Je trainingen van deze week

- ☒ **Krachttraining** 1u 20 min
- ☒ **Cadanstraining** 1u 30 min
- ☐ **Duurtraining** 3u

Duchenne Heroes
Maak een verschil voor kinderen met Duchenne
8 tot 18 weken trainen, diverse niveaus

ONTDEK HET OP Google Play

Download in de App Store

KOSTEN

€ 419,99 7DAYS INSCHRIJFKOSTEN
EARLY BIRD KORTING T/M 16-11-2025
MIN. € 2500 SPONSORGELD

€ 195 3DAYS INSCHRIJFKOSTEN
EARLY BIRD KORTING T/M 19-04-2026
€ 1250 MIN. SPONSORGELD



EEN DAG UIT DUCHENNE HEROES



SAMEN AAN DE START OP 6 SEPTEMBER 2026

GOED ONTRIJTEN



ENERGIE AANVULLEN OP DE CHECKPOINTS



TECHNISCHE SUPPORT VAN MECHANICIEN



**WEER OP WEG DANKZIJ ONZE
BEZEMWAGENS**





EN DANKZIJ HET
MEDISCH TEAM

**...EN EVENTUEEL
NOG EEN DRANKJE
AAN DE BAR**



HERSTEL OP DE CAMPINGS DOOR HET MASSAGETEAM



IEDERE DAG
EEN
HEERLIJKE
VERSE EN
VOEDZAME
MAALTIJD



AVONDPROGRAMMA

...EN EVENTUEEL
NOG EEN
AFZAKKERTJE AAN
DE BAR



BIJ TE BOEKEN: GLAMPING SERVICE

Een ruime tweepersoons tent met
bed en matras, fietsenstandaard,
kachel, stoeltje, nachtkastje en
stroom.

€ 495 – 7 days

€ 215 – 3 days

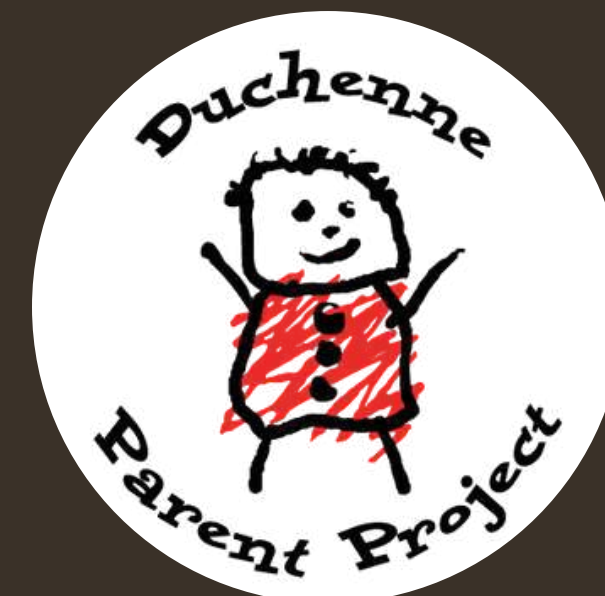


BIJ TE BOEKEN: CAMPING+ PAKKET

Een opgooitent voor 1 persoon met
veldbed en matras, zonder
verwarming en stroom. Inclusief
opzetservice en bagagevervoer.

€ 325 – 7 days

€ 165 – 3 days



DUCHENNE PARENT PROJECT

- Ontbreken eiwit Dystrofine → spieraafbraak
- Rond 10e levensjaar in rolstoel, levensverwachting ligt rond de 30
- Wereldwijd heeft 1 op de 3.500 kinderen Duchenne
- Duchenne Parent Project: onderzoek, geneesmiddelen, zorg & voorlichting

HET VERHAAL VAN TEAM VOOR GIJS



SPONSORWERVING

Hart voor Duchenne >

Patrick van den Elzen

Duchenne Heroes 2026



€ 1.250,70 ingezameld van € 5.000,00

Doneren

Delen

Deel Patrick van den Elzen
Duchenne Heroes

WhatsApp

X

Facebook

Messenger

LinkedIn

QR-code

<https://supporta.com/hoel/m7xnhlh>

Kopië

Deel Patrick van den Elzen
Duchenne Heroes



De QR-code verwijst naar deze pagina

< Terug

Downloaden

- Vraag iedereen om donaties
- Kies sponsoractiviteiten die bij je passen
- Vraag producten en/of diensten
- Gebruik onze tools en downloads
- Tips via mail
- Sponsor webinar
- Persoonlijk advies

**GEMIDDELD HALEN
DEELNEMERS VAN
DUCHENNE HEROES
€ 3.600 OP!**

DEELNEMERSOVERZICHT

PERSONEN

TEAMS

DEELNEMERS

BEGELEIDERS

VRIJWILLIGERS

7DAYS

3DAYS

Q Zoeken...



NANCY LUCIUS

€ 3.640,00



SASKIA RENEERKENS

€ 3.632,50



ARNOUD SMELT

€ 2.830,00 / € 10.000,00



WILLY KLEENE

€ 1.883,33



GA JIJ MEE MET DUCHENNE HEROES?





DUCHENNE
HEROES



TOP DAT JE ER WAS!