

Bij een temperatuur van +30 graden wordt de training verkort tot maximaal 60 minuten.

Bij een training van +30 graden wordt de training aangepast:

- minder intensief
- kleinere omvang
- langere pauzes.

Bij een temperatuur van +30 graden zijn lopers/trainers verplicht water mee te nemen.

Bij een temperatuur van **+35 graden** wordt de training **afgelast**. De TC beslist hierover.