

OHJEET JUOKSIJOILLE

Tervetuloa Mettäkulman lenkille! Tässä sinulle ohjeet juoksuasi varten. Juoksutapahtuman lähtö ja maali ovat merkitty tapahtuma-alueelle. Kts. alueen kartta käsiohjelmasta.

Juoksu lähtee liikkeelle samaan aikaan kello 10:00 lähtevän kirkkovenesoudun kanssa.

LÄHTÖLAUKAUS ON YHTEINEN soutajille ja juoksijoille.

Laukauksen lisäksi järjestäjät heilauttavat lippua lähdön merkiksi. Juoksu kulkee hiekkatietä alueelta ulos öljysoratielle. Tämän osuuden pituus on noin 1,5 kilometriä. Tämän jälkeen reitti kulkee hiekkatietä ja palaa samalla öljysoratielle, jota pitkin palataan ranta-alueelle. Reitti on merkattu ja risteyskohdissa on järjestäjä ohjaamassa juoksijoita.

Saapuminen maaliin tapahtuu lippusiimalla merkittyä, hieman kapeampaa reittiä.

Juoksun puolella välissä on juomapiste ja kovan helteen sattuessa lisätään toinen, joka on saavutettavissa reitin alku- ja loppuneljänneksillä. Juoksun jälkeen voit nauttia stadionalueen saunoista ja pulahtaa Mommilanjärveen.

Soutelustadionilta löytyy myös ravintola sekä kahvila, joiden palveluja voit halutessasi hyödyntää. Rannekkeesi toimii tapahtuma-alueen pääsylippuna koko päivän ajan ja oikeuttaa myös ruokaan ravintolassa.

Tsemppiä lenkille!

