



XLIV HÄMEEN HÖLKKÄ 2018



Lauantaina 1.9.2018 klo 12

LÄHTÖ JA MAALI LAMMINPÄÄN ULKOILUMAJALLA YLÖJÄRVELLÄ
(Velodromintie 2, Ylöjärvi)

Ilmoittautuminen paikan päällä klo 10 alkaen tai ennakkoon 27.8. mennessä:
www.juoksija-lehti.fi/Tapahtumat/Juoksukalenteri

Osallistumismaksut:

12€, Juoksija-kortilla 10€, Lasten sarja 0€
Maksu myös SMARTUM-liikuntasetelillä

- Reitti kulkee kangasmaastossa siten, että tapahtumaa voidaankin kutsua polkujuoksutapahtumaksi
- Huoltopisteet matkalla sekä sauna maalissa
- Ulkoilumajalla kahvio
- Kilpasarjojen parhaat palkitaan, kuntosarjoissa arvontapalkinnot. Hämeen Hölkän erikoismitali sarjoihin osallistuneille
- Teivon raviradan pysäköintialue, Velodromintie 45, Ylöjärvi, Lamminpään ulkoilumajan välittömässä läheisyydessä

Lisätietoja: pirkanviesti.fi

Sarjat ja matkat:

- Kuntosarjat 20 ja 9 km
- Kilpasarjat M Yleinen, N Yleinen ja M 50 20 km
- Lapset (alle 15 v.) 9 km
- Kävelysarja 9 km myös sauvoja käyttäen
- Marssisarja 9 km (M/05 tai vastaava varustus)

Tervetuloa kohentamaan kuntoa hölkkäämällä tai kävelemällä!

Pirkanmaan Reserviupseeriipiiri ry
Pirkanmaan Reserviläispiiri ry
Maanpuolustusnaisten Liiton
Pirkanmaan Piiri ry
Maanpuolustuskoulutusyhdistys (MPK)