



# Polkujuoksu Cup

*Kangasniemi, Pieksämäki, Suonenjoki, Hankasalmi, Konnevesi*

## 4. osakilpailu 11.11.2015 Hankasalmi Yöpolkujuoksu!

### Sarjat ja matkat

N8, M8, N10, M10, N12, M12, N14, M14, T16, M16, N65, M65, N70, M70 **2,5 km**

N18, M18, N20, M20, NYL, MYL, N40, M40, N45, M45, N50, M50, N55, M55, N60, M60 **5 km**

**Kunto**-sarjassa ei ajanottoa ja radan voi valita (1 piste/kilpailu).

### Ilmoittautuminen

Paikan päällä tai ennakkoon s-postitse ([jari.sipila@hankasalmi.fi](mailto:jari.sipila@hankasalmi.fi))

### Maksu

5 euroa, käteisellä paikan päällä.

### Kilpailupaikka

Hankasalmen Monitoimitalo. Osoite: Kirkkotie 3, Hankasalmi

### Kartta

Reitti kiertää Monitoimitalon läheisyydessä olevan pururadan, joka on 2,5 km pitkä. Reittikartan saa mukaan kisapaikalta.

### Yhteislähtö kello 18:00

### Palkinnot

Jokaisen sarjan voittaja saa jokaisesta osakilpailusta sarjaan osallistuvien määrän pisteitä, toinen yhtä vähemmän jne. Viimeisen osakilpailun jälkeen pisteet lasketaan yhteen ja eniten pisteitä keränneet sarjojen voittajat palkitaan kauden päätteeksi. Pisteiden mennessä tasan voittaja arvotaan.

### Paikoitus

Monitoimitalon parkkipaikka.

### Muuta

Otsalampun käyttö suositeltavaa. Pukeutuminen ja pesu Monitoimitalolla.

### Tulokset ja lisäinfoa

Kisasisivuilta <https://sites.google.com/site/polkujuoksucup/>

*Liikunta on lääke, joka tehoaa useampiin vaivoihin!*