



# Tarmonmajalla 1.5.2023 kello 12

## hölkkäohjeita

### sarjat ja matkat

tytöt 10 (2013- )	1 km	0€	naiset	10 km = 2 x 5 km	5€
pojat 10 (2013- )	1 km	0€	miehet	10 km = 2 x 5 km	5€
tytöt 12 (2011-2012)	3 km	0€			
pojat 12 (2011-2012)	3 km	0€			
tytöt 16 (2007-2010)	5 km	2€	patikka tai sauvakävely		
pojat 16 (2007-2010)	5 km	2€	5 km tai 10 km		5€

**Ilmoittautuminen kello 11.45 mennessä kisatoimistoon.**

**Juoksureittejä ei ole erikseen merkitty - katso reittikartat.**

**Juoksun jälkeen tarjolla mehua ja simaa.**

**Palkinnot nuorten sarjoissa kolmelle parhaalle ja aikuisissa sarjan parhaalle.**

**Arvontapalkinnot arvotaan juoksun jälkeen.**

**Tulokset ja kuvia [www.nummelantarmo.fi](http://www.nummelantarmo.fi)**

**mukavaa hölkkähetkeä toivottaa**

