

TULE AVAAMAAN KESÄJUOKSUKAUTESI MUKAVALLA YHTEISLENKILLÄ

KOLMEN KYLPYLÄN KIRMAISUSSA

lauantaina 28.3.2009 klo 14:00 alkaen

Kutsumme juoksun ja hölkän harrastajat toiseen Kolmen Kylpylän Kirmaisuun, joka starttaa **lauantaina 28.3.2009 klo 14 Kuopiosta Kylpylähotelli Rauhalahdesta**. Juoksu etenee yhteislenkkimuodostelmissa Särkiniemen, Savilahden, Niuvan, Julkulan, Puijonsarven, Päivärannan ja Kallansiltojen kautta [Kunnonpaikan](#) edustalle Vuorelaan. Sieltä matka jatkuu pikkutauon jälkeen vanhan viitostien reittiä mukaellen Siilinjärven keskusta virkistyskylpylä [Fontanelan](#) edustalle. Matkaa kertyy yhteensä n. 30,4 km. Se on mahdollista jakaa useaan osaan esimerkiksi viestinä juostavaksi perinteisen Suomi Juoksee –viestin tapaan. Tämä tarjoaa vaikkapa työpaikka- ja yhteisöjoukkueille hyvän yhteislenkkitilaisuuden.

Reitti löytyy netistä osoitteesta: http://www.rauhalahtiroadrunners.com/KKK_reitti_2009.htm.

Juoksussa on useita erivauhtista ryhmiä: n. 5, 6 ja 7 min/km. Niitä vetävät tasaisesta vauhdista ja ryhmien koossa pysymisestä huolehtivat johtajuoksijat, ”jänikset”. Mahdollista on toki juosta myös omaa tahtia ja miksei kävelläkin. Starttipaikoiksi suosittelemme silloinkin Rauhalahdeta tai Kunnonpaikkaa. Toivomme juoksun päättyvän Siilinjärvelle Fontanelaan, missä odottaa rentouttava kylpylä.

Kolmen Kylpylän Kirmaisu **EI OLE KILPAILU** eli siinä ei oteta aikaa eikä lasketa sijoituksia. Kyse on enemmänkin leppoisasta ja sosiaalisesta yhteislenkistä. Koko matkaan arvioimme kuluvan aikaa hieman yli kolmesta tunnista noin neljään tuntiin.

Jokainen juoksija on reitillä omalla vastuullaan ja oman huoltonsa varassa, mutta olemme kuitenkin varautuneet huoltoautolla antamaan tarvittaessa huoltoapua reitin varrella. Siten kukaan ei jää oman onnensa nojaan tapahtumassa.

Tarjoamme mieleen jäävän, keväisen Kolmen Kylpylän Kirmaisun ennakkomaksuhintaan 5 euroa, jos maksat 25.3.2009 mennessä, sen jälkeen hinta on 10 euroa. Juoksuelämyksen lisäksi saat maksulla diplomin, jolla [pääset puoleen hintaan mihin tahansa kolmesta kylpylästä tapahtumaviikonvaihteen aikana](#). Hintaan kuuluu huoltopalvelua reitin varrella.

Toivomme [ennakoilmoittautumistasi ja osallistumismaksun maksamista 25.3. mennessä](#) mm. huoltojärjestelyjen vuoksi: [tili 478700-111394](tel:478700-111394) , saajana Saaristokaupunkimaraton / RRR. Mahdollista on toki tulla mukaan vielä juoksupäivänäkin jälki-ilmoittautujana klo 13-14 Rauhalahdessa. [Ilmoittautumisia ottavat vastaan Merja Korhonen, p. 050 466 3553, \[merja.korhonen2@luukku.com\]\(mailto:merja.korhonen2@luukku.com\) ja Eila Peltokangas-Lommi, p. 044 5246 453, \[e.peltokangas@dnainternet.net\]\(mailto:e.peltokangas@dnainternet.net\).](#)

Yhteyshenkilöitä:

Ilpo Lommi (tiedotus), p. 0440 675 949, ilpo.lommi@dnainternet.net, Markku Rantama (reitti), p. 045 639 0385, markku.rantama@gmail.com, Antti Jylhä (huolto, johtajuoksijat), p. 044 531 9894, antti.jylha@kunnonpaikka.com

Tapahtumassa ovat mukana:

