

1 KM



1 km: Lähtö urheilukentältä korkeus- ja seiväshyppypaikkojen kohdalta, takasuoran alun portista kohti kuntorataa, kuntorataa oikealle, kierros ja maaliin.

1,5 KM



1,5 km: Lähtö urheilukentältä korkeus- ja seiväshyppypaikkojen kohdalta, ensin kierros urheilukentällä ja sitten takasuoran alun portista kohti kuntorataa, kuntorataa oikealle, kierros ja maaliin.





2 km: Lähtö urheilukentältä korkeus- ja seiväshyppypaikkojen kohdalta, takasuoran alun portista kohti kuntorataa, kuntorataa oikealle, ensin kierros ja sitten toiselle kierrokselle ja maaliin.