



UUSI LAHTI -JUOKSU JUOSTAAN JÄLLEEN KEVÄÄLLÄ

Mukana myös Salpausselän lenkki

26
05
2019

Juokse virallinen 10km tai puolimaraton!

Tapahtumassa siruajanotto, hienot osallistujapalkinnot ja hyvät huoltopisteet.

Nautiskelijoille tarjolla oma startti ilman ajanottoa Tapanilan hiihtomajalle jossa ulkoilijoita odottaa eväs, tuotekassi sekä elävää musiikkia.

Ilmoita itsesi tai työpaikkasi mukaan keväiseen liikuntapäivään!



Uusi Lahti -juoksu on perinteinen juoksutapahtuma, joka järjestetään sunnuntaina 26.toukokuuta Lahden stadionilla. Voit valita matkaksesi 10km tai puolimaratonin jotka juostaan virallisesti mitatulla reitillä. Tapahtumassa valittavana myös noin 5km juoksumatka joka sopii mm. nuorille juoksijoille ja uusille juoksun harrastajille.

Salpausselän lenkki on mukava keväinen ulkoilutapahtuma Tapanilaan. Osallistujille tuotekassi, elävää musiikkia ja matkaeväs Tapanilan hiihtomajalla sekä keittolounas matkan päätteeksi Lahden stadionilla. Lisäksi osallistujilla mahdollisuus tilata maukas tervehdys hiihtomajalle lisäpalveluna. Tervetuloa viihtyisälle lenkille Salpausselän maastoihin.

Hinnat:

Juoksutapahtuman sekä Salpausselän lenkin hinnat löytyvät osoitteesta **www.lahtijuoksu.fi**

Joka 7. henkilö maksutta mukaan!

Tapanilaan voit tilata lisäksi tarjoiluja:

Alkoholiton kuohuva 7,50€

Smoothie 5,50€

Juustolajitelma 8,00€

Makkaralajitelma 6,00€

**26
05
2019**



Alku -juoksukoulu alkaa 1. huhtikuuta. Tervetuloa mukaan parantamaan juoksutekniikkaasi ja -kuntoasi osaavassa valmennuksessa. Alku -juoksukoulusta saat myös vinkkejä omatoimisen harjoittelun tueksi.