

# **OHJEET KETUNLENKILLE**

- ⤴ Saat järjestäjiltä pienen lampun. Juoksemiseen lampun valon teho ei riitä, mutta tarvittaessa pääset sen avulla metsästä pois**
- ⤴ Ota siis mukaan oma otsalamppu, sillä reittimerkit ovat heijastavia ja reittiä ei ole valaistu**
- ⤴ Yksi kierros (4km) mennään hämärässä, voi pärjätä ilman valoa, mutta järjestäjä ei ota vastuuta valon tarpeesta**
- ⤴ Puhelimen mukana olo suositeltavaa, mutta ei pakollista. Huomioi että kisäjärjestäjiä ei ole reitin varrella, ainoastaan maalialueella**
- ⤴ Kilpailijoita ei ole vakuutettu järjestäjän toimesta**
- ⤴ Reitin varrella ei ole juomapisteitä, maalissa juoksijoille mehua**