

Juoksukalenteri 2024

RIL-
Run²

RIL-Run on vapaaehtoistyöhön perustuva yhteisö, johon kuuluu juoksun ja kävelyn harrastajia RIL ry:stä. RIL-Run tapahtumat ovat pääosin maksuttomia, ja niihin olet tervetullut, vaikka et olisikaan RIL:in jäsen. Tapahtumien tavoitteena on sopia sekä miehille että naisille - teekkarista senioriin. Järjestettyjen tapahtumien valokuvia on osoitteessa [instagram.com/RIL_Run](https://www.instagram.com/RIL_Run) ja WhatsApp –ryhmässä.

RIL-Run:in saavutettua 10 vuoden iän vuonna 2022 tapahtumarunko on vakiintunut, ja päätimme kierrättää juoksumestaruuskisojen tapahtumapaikat (vrt. kuvat alla). Vuoden 2024 juoksumestaruudet ratkaistaan siten Tampereella.

Kaikkiin RIL-Run tapahtumiin voit osallistua myös etäjuoksulla. **Etäjuoksujen tiedot** (tiedot edetystä matkasta ja ajasta, mieluusti reittijäljen ja valokuvien kera) voi lähettää sähköpostilla päivän loppuun mennessä risto.kiviluoma@etwelho.com. Muutokset ja lisätapahtumat ovat mahdollisia, ja niistä tiedotetaan yhteystietonsa jättäneille erikseen.

- **la 23.3 RIL-Run Lauttasaarella ja etäjuoksupäivä**

Kauden avaus juoksu-, polkujuoksu- tai kävelylenkki pitkin Lauttasaaren sivupolkuja. Reitin pituus enimmillään n. 11 km. Lenkille lähtö Lauttasaaren urheilupuiston parkkipaikalta klo 10. **Isäntänä** Risto Kiviluoma. **Ilmoittaudu** risto.kiviluoma@etwelho.com viimeistään tapahtumaa edeltävänä maanantaina.

- **la 27.4 RIL-Run Tuusulanjärvellä ja etäjuoksupäivä**

Juoksu- tai kävelylenkki Tuusulanjärven maratonin yhteydessä (tuusulanjarvenmaraton.fi) ja omakustanteinen illallinen Järvenpään keskustassa. Eri mittaisia matkoja viidestä kilometristä täyteen maratoniin asti. Järjestelyt sovitaan erikseen osallistujien kesken. **Isäntänä** Risto Kiviluoma. **Ilmoittaudu** risto.kiviluoma@etwelho.com viimeistään tapahtumaa edeltävänä maanantaina.

- **la 18.5 RIL-Run Veräjänmäellä ja etäjuoksupäivä**

Juoksu- tai kävelylenkki Vantaanjoen maisemissa ja illanvietto. Matkan pituus n. 10 km. Tapahtumakeskuksena yksityistilat Veräjänmäellä (varustesäilytys, suihkut ja sauna käytössä) josta lenkille lähtö klo 12. Lenkin jälkeen tai osana sitä kokoonnutaan omakustanteisesti ravintolaterassille Tuomarinkylässä klo 17. **Isäntänä** Reijo Kouhia. **Ilmoittaudu** risto.kiviluoma@etwelho.com viimeistään tapahtumaa edeltävänä maanantaina.

- **la 29.6 RIL-Run Nuottalahdessa ja etäjuoksupäivä**

Juoksu- tai kävelylenkki Espoon Rantaraitin maisemissa ja illanvietto. Eri mittaisia reittejä n. 20 km asti. Tapahtumakeskuksena yksityistilat Nuottalahdessa (varustesäilytys, suihkut ja sauna käytössä), josta lenkille lähtö klo 13. **Isäntänä** Risto Kiviluoma. **Ilmoittaudu** risto.kiviluoma@etwelho.com viimeistään tapahtumaa edeltävänä maanantaina.

- **la 20.7 RIL-Run Hämeenlinnassa ja etäjuoksupäivä**

Juoksu- tai kävelylenkki Hämeenlinnan kaupunkimaratonin (hameenlinnan-tarmo.sporttisaitti.com/kilpailut/kaupunki-maraton) yhteydessä ja illanvietto.

Matkat Hämeenlinnassa 10 km, ½-maraton ja täysi maraton. Järjestelyt sovitaan erikseen osallistujien kesken. **Isäntänä** Reijo Kouhia. **Ilmoittaudu** risto.kiviluoma@etwelho.com viimeistään tapahtumaa edeltävänä maanantaina.

- **la 24.8 Stadi kävelen ja etäjuoksupäivä**

Pitempi kävelylenkki Helsingin rantakaupunginosia kierrelleen. Samalla tutustutaan Helsingin käynnissä oleviin rakennushankkeisiin. Lähtö RILin toimiston edestä Fredrikinkatu 42 klo 11. Reittinä alustavasti Jätkäsaari – Hakaniemi – Kalasatama. Kävelyn kesto noin kolme tuntia tai lyhennettynä oman valinnan mukaan. **Isäntänä** Jukka Tarkkala. **Ilmoittaudu** RIL-tapahtumien kautta viimeistään tapahtumaa edeltävänä maanantaina. **Tiedustelut** risto.kiviluoma@etwelho.com

- **su 1.9 RIL-Run 2024!**

RIL-Run 2024 juostaan Tampereella. Samalla ratkaistaan RILin juoksumestaruudet. Sarjoina ovat miehille, naisille, seniorimiehille ja seniorinaisille neljännesmaraton, puolimaraton ja täysi maraton. Juoksun jälkeen yhteinen ravintolaillallinen ja palkintojenjako. Sarjavoittajat palkitaan tavarapalkinnoilla, ja heidän nimensä ikuistetaan RIL-Run pokaaliin. Juoksut järjestetään Tampere Maratonin yhteydessä.

Etäjuoksutulos voidaan hyväksyä voittotulokseksi, jos sarjassa ei ole muita, kuin etäjuoksijoita. Lähetä tiedot etäjuoksusta sunnuntaina 1.9 klo 19 mennessä.

Ilmoittautuminen, maksut, lisätiedot ja juoksuohjeet www.tampereenmaratonklubi.com/tamperemaraton. **Ilmoittaudu** myös RIL-tapahtumien kautta viimeistään tapahtumaa edeltävänä maanantaina, jolloin olet mukana RIL-Run:issa. **Tiedustelut** risto.kiviluoma@etwelho.com

- **la 5.10 RIL-Run Hangossa ja etäjuoksupäivä**

Juoksu- tai kävelylenkki Hangon merellisissä maisemissa ja illanvietto. Matkan pituus on vapaasti valittavissa. Lenkille lähtö 13:00. Lenkin ja palautumisen jälkeen yhteinen ravintolaillallinen (omakustanteinen). Juosta voi myös Itämeri Maratonin yhteydessä (itamerimaraton.com). **Isäntänä** Tom Schmidt. **Ilmoittaudu** risto.kiviluoma@etwelho.com viimeistään tapahtumaa edeltävänä maanantaina.

- **pe 29.11 RIL-Run kauden päätös**

RIL-Run juoksuvuoden päätöstapahtuma:

- juoksu- tai kävelylenkki etäjuoksuna tai ryhmässä klo 17:00 alkaen. Matka vapaasti valittavissa
- juoksun jälkeen RIL-Run pikkujoulu, joko saunatiloissa tai omakustanteisen ravintolaillallisen yhteydessä. Paikka on pääkaupunkiseudulla, ja sovitaan järjestelyineen osallistujien kanssa erikseen.

Isäntänä Risto Kiviluoma. **Ilmoittaudu** risto.kiviluoma@etwelho.com viimeistään tapahtumaa edeltävänä maanantaina.



2022 Kaarina



2021 Espoo



2020 Helsinki



2019 Hämeenlinna



2018 Turku



2017 Vantaa



2016 Kuopio



2015 Hanko



2014 Tampere



2013 (2023) Jyväskylä