



Juoksutapahtumassa yhdistyvät matalan kynnyksen rento meininki ja tosissaan kisaavien taisto. Vihreälliiset jänikset juoksevat tavoiteaikoja, jotka vaihtelevat maratonin reilusta kolmesta tunnista viiteen tuntiin.

Paljon muutakin kuin pelkkä maraton

- Terwahölkässä ja -maratonissa yhdistyy matalan kynnyksen juoksutapahtuma ja kilpajuoksijoiden kisa.
- Matkoja on neljän kilometrin hölkästä maratoniin ja lisäksi lasten minimatkat. Sarjoja on eri ikäisille.
- Nopea rata mahdollistaa omien ennätysten rikkomisen. Tapahtumassa on juostu suomenennätyksiäkin.

KOHTI TERWA-MARATONIA

Markus Paso

Täksi vuodeksi juoksumatkojen reittiä on uusittu. Poikkimaantien silta ja uusi kevyen liikenteen väylä mahdollistavat entistäkin kauniimman, nopeamman ja turvallisemman reitin, kertoo tapahtumapäällikkö **Petri Huhtala**.

Reitti lähtee Raatista ja käy Nallikarissa. Toinen

päätepiste on Poikkimaantien silta, jonka jälkeen lähtöpisteeseen juostaan joenrantaa pitkin.

KUN reitti on vedetty mahdollisimman suoraksi, tulee matkaksi sopivasti puolimaratonin verran. Korkeuserot ovat luonnostaan pieniä.

Maantiekypiltä on voimassa **Johanna Peiposen** suomenennätys vuodelta 2016. Tapahtuma vetää aina joitakin kansallisen tason juoksijoita. Kymppi,

puolimaraton ja maraton ovat tilastokelpoisia matkoja.

Useimmat alueen kilpakuntoilijat ovat ottaneet perinteeksi osallistua tapahtumaan. Huhtala arvioi, että noin neljännes 2000 juoksijasta tavoittelee palkintonsa - loput juoksevat itsensä voittamiseksi. Nopea rata auttaa myös harrastelijoita.

-Jos kunto on kohdillaan, Terwamaratonissa hyvä mahdollisuus juosta oma ennätys.

TARKOITUKSENA on pitää tapahtumaan osallistumisen kynnyksen matalalla. Viime vuonna ohjelmaan tuli neljän kilometrin pyrähdys, josta on Huhtalan mukaan on hyvä aloittaa. Käveläkin saa.

-Voi aloittaa neljästä kilometristä, jonka useimmat pystyvät suoriutumaan. Seuraavana vuonna voi juosta kymppin ja ottaa vaikka neljän vuoden tavoitteeksi suorittaa maraton-matka.

Hyväkuntoinen aloittelija voi suunnata suoraan myös kymppille, eikä kävelemistä sielläkään katsota pahalla.

Tapahtuma haluaa kannustaa myös lapsia ja nuoria juoksun pariin. Ensikosketukset juoksu-harrastukseen saa perjantai-illan Pirkka-minimaratonilta, jonka sarjat alkavat alle 4-vuotiaista. Lauantaina eri ikäisille nuorille on useita kilpasarjoja ja

Voi aloittaa neljästä kilometristä. Seuraavana vuonna voi juosta kymppin ja ottaa vaikka neljän vuoden tavoitteeksi maraton.

he pääsevät osallistumaan alennetuilla hinnoilla.

TAPAHTUMA on ollut työläs järjestää. Se vaatii satoja tekijöitä ja lisäksi ostopalveluita. Tavoitteena on silti

säilyttää imago laadukkaana tapahtumana, johon harrastelijat ja kilpajuoksijat haluavat tulla vuodesta toiseen.

Tarjolla on Pohjois-Suomessa harvinainen jänispalvelu. 24 jänistä juoksee eri tavoiteaikoihin maratonilla ja puolimaratonilla.

Turvallisuutta lisää kaiken varalta tapahtumaan hankittu defibrillaattori-elvytyslaite.

Oululaiset kuororyhmät kannustavat reitin varrella. Puhallinyhtye Vaskiveikot soittaa Ravintola Nallikarin terassilla. Oululainen Avi Studio valokuvaa kaikki osallistujat. Henkilökohtainen kuva on ostettavissa juoksun jälkeen.

Terwahölkä ja -maraton juostaan 18.5. Ennakkoihoitautuminen päättyy 13.5. Tapahtumaviikonloppuna jälki-ilmoittautuminen alkaa perjantaina 17.5. klo 12.