



26.8.2026

TAPAHTUMAKESKUS

Tapahtumakeskus sijaitsee Kajaanin kaupunginlammen ja ulkokuntosalin läheisyydessä pop-up katoksessa (Ratatie 2, 87100 Kajaani) ja se on avoinna pe 26.8.2026 klo 17.00–19.30. Ilmoittaudu tapahtumatoimistoon ennen lähtöä.

Tapahtumatoimistosta saat nimilapun. Jälki-ilmoittautuminen klo 17–18.

AIKATAULU

Perjantaina 26.8.2026

Klo 17.00 –

Tapahtumatoimisto aukeaa

Klo 18.00 – Tunnin Taival ja

Puolentunnin Taival alkaa

Klo 18.30 – Puolentunnin

Taival päättyy

Klo 19.00 – Tunnin Taival

päättyy

Klo 19.30 –

Tapahtumatoimisto

sulkeutuu

Osallistuja kirjaa itse omalla

puhelimella tuloksen QR-

koodin kautta sähköiselle

alustalle välittömästi juoksun

pääteeksi. Mikäli tuloksen

kirjaaminen ei onnistu, niin tapahtumanjärjestäjä auttaa tuloksen kirjaamisessa tapahtumatoimiston aukioloaikojen puitteissa.

VAKUUTUS, ENSIAPU JA TURVALLISUUS

Järjestäjällä on vastuuvakuutus, joka korvaa järjestäjien virheestä johtuvat esine- ja henkilövahingot. Osanottajia pyydetään huolehtimaan itse henkilökohtaisesta vakuutusturvastaan. Mikäli osallistuja loukkaantuu reitillä tai tapahtuu jokin muu tapaturma, ilmoita asiasta ja loukkaantumispaikan lähin km-kyltti tai huoltopiste, jolloin apu löytää mahdollisimman nopeasti perille. Vakavissa loukkaantumistilanteissa soita aina ensin hätänumeroon 112. Suosittelemme 112 Suomi -sovelluksen käyttöä.

ENSIAPUTARVIKKEET

Tapahtuman ensiapupiste sijaitsee lähdön huoltopisteellä.

HUOMIOITAVAA

- Ilmoittaudu tapahtumakeskukseen ennen lähtöä.

- Suoritusajan loputtua Kaupunginlammen ympärillä olevista matkamerkeistä katsotaan oma tulos, joka kirjataan QR- koodin kautta sähköiseen tulosjärjestelmään omalla mobiililaitteella. Tarvittaessa

järjestäjä auttaa tuloksen kirjaamisessa.

PAIKOITUS

Parkkipaikat sijaitsevat Kajaanihallin paikoitusalueella.

PALKINNOT

Kaikkien tuloksensa ke 26.8.2026 klo 23:59 mennessä jättäneiden kesken arvotaan 1x 2 kpl osallistumista lauantaina 12.9. vaellettavalle Vuokatin Vaellukselle.

TAPAHTUMAN VALOKUVAUS

Tapahtuman valokuvat tulevat tapahtuman verkkosivuille osoitteeseen www.tunnintaival.fi.

Järjestäjä pidättää oikeuden käyttää tapahtumasta otettuja kuvia Kainuun Liikunnan tapahtumien markkinoinnissa. Ilmoittautuessaan tapahtumaan osallistuja hyväksyy, että hänestä otettuja kuvia ja videoita saatetaan julkaista tapahtuman www-sivuilla ja somessa, tapahtumantiedotteissa ja markkinoinnissa.

YMPÄRISTÖVASTUULLISUUS

Pyrimme järjestämään tapahtuman niin, että siitä koituu mahdollisimman pieni rasite ympäristölle. Kiitos, kun olet mukana vaikuttamassa tapahtuman ympäristöystävälliseen toteutumiseen:

- Laita roskat roskiin ja lajittele ne oikein.
Roskaaminen on kielletty.

- Suosi kimpapakyytejä ja julkisia kulkuneuvoja saapuessasi tapahtumaan.

- Ota mukaasi oma pullo tai muki, johon saat huoltopisteiltä juotavaa.

- Jätepisteet ovat saatavilla ja lajittelu on tehty helpoksi.

- Suosimme hankinnoissamme lähituotteita, kierrättämistä ja uusiokäyttöä.

TÄRKEITÄ PUHELINNUMEROITA

- Tapahtumatoimisto: p. 044 532 5920

- Järjestelyt ja turvallisuus:

Inka Sihvola, p. 044 532 5929

- Ensiapuvastaava: Inka Sihvola, p. 044 532 5929

MATKAT

- Puolentunnin Taival
- Tunnin Taival

Tapahtumassa juostaan, hölkätään tai kävellään, kukin kuntonsa mukaan niin pitkä matka kuin tunnin tai puolentunnin aikana ehtii tai haluaa. Suoritusajan loputtua Kaupunginlammen ympärillä olevista matkamerkeistä katsotaan oma tulos, joka kirjataan järjestäjän tulosjärjestelmään omalla mobiililaitteella tai tulosten

kirjauspisteessä järjestäjän kautta.

REITTI

Tunnin Taival kiertää Kajaanin Kaupunginlammen ympärillä. Noin kahden kilometrin mittainen helppokulkuinen ulkoilureitti soveltuu pituutensa ja vähäisten korkeuserojen vuoksi kaikille!

Reitin varteen on pystytetty kylttejä, joista näkee helposti kuljetun matkan.

Kaupunginlammen monitoimialueelta löytyy myös kuntoilulaitteita, pelikenttiä ja skeittiparkki.

HUOLTO

Reitillä palvelee yksi huoltopiste, joka toimii samalla myös maalin huoltopisteenä.

LIIKU KAJAANISSA- HARRASTEMESSUT PE 28.8.

Kainuun Liikunta järjestää yhteistyössä Kajaanin kaupungin liikuntapalveluiden kanssa Liiku Kajaanissa -harrastemessut perjantaina 28.8.2026 klo 16.00–19.00 Kajaanihallilla (os. Ratakatu 2, Kajaani). Maksuttomassa tapahtumassa pääsee tutustumaan toiminnallisesti kajaanilaisiin ja sen lähialueilla eri liikuntatoimintaa tarjoaviin yhdistyksiin ja

urheiluseuroihin. Mukana harrastemessuilla on 20 eri toimijaa, joten luvassa on laaja kattaus kajaanilaisesta liikuntatoiminnasta!

LINNANVIRTA 28.-30.8.

Kajaanin rauniolinnaa ympäröivässä jokipuistossa vuosittain järjestettävä maksuton koko perheen Linnanvirta.

Tämän vuoden ohjelmassa nähdään muun muassa TipTop Walkersin näyttävät sirkushahmot ja esitys Rauniolinnassa, svengaavaa Big Band -musiikkia sekä Litku Klemetin konsertti.

Tervetuloa koko Kajaanin yhteiseen juoksu- ja kuntoilutapahtumaan!