

פירוט תחנות מים מקצה 100 ק"מ

- הג'לים והמשקה האיזוטוני בחסות חברת GU.
- בכל תחנה תהיה ערכת עזרה ראשונה.
- בכל תחנת מים יהיו מגבונים רכים לשימושכם האישי.
- בשטח יהיו טרקטורוני אלונקה + חובשים.

**נא לא לזרוק לכלוך, אריזות וכו' בשטח,
רץ שיטפס זורק לכלוך בשטח ייפסל באופן מיידי.**

תחילת סיבוב ראשון:

מספר סידורי	שם תחנה	מרחק מהזינוק	מה יהיה בתחנה
1.	השושנות	5.8 ק"מ	מים, משקה איזוטוני, חטיפי בריאות, חלווה, בננות, תמרים, ביגלה בתחנה זו יהיו שירותים כימיים
2.	הגחר	11.1 ק"מ	מים, משקה איזוטוני, ג'לים, חטיפי בריאות, חלווה, בננות, תמרים, ביגלה
3.	השוקת השבורה	16.5 ק"מ	מים, משקה איזוטוני, ג'לים, חטיפי בריאות, חלווה, בננות, תמרים, ביגלה
4.	מצפה הזורע	20.5 ק"מ	מים, משקה איזוטוני, ג'לים, חטיפי בריאות, חלווה, בננות, תמרים, ביגלה
5.	הזית	23 ק"מ	מים, משקה איזוטוני, ג'לים, חטיפי בריאות, חלווה, בננות, תמרים, ביגלה בתחנה זו יהיו שירותים כימיים ונייר טואלט לנוחיותכם
6.	עמק השלום	28.8 ק"מ	מים, משקה איזוטוני, ג'לים, חטיפי בריאות, חלווה, בננות, תמרים, ביגלה
7.	מתחם	33.1 ק"מ	מים, משקה איזוטוני, ג'לים, חטיפי בריאות, חלווה, בננות, תמרים, ביגלה



העמותה לקידום הספורט בקיבוץ הזורע – 580621811

Kibbutz Hazorea 3658100 – Israel

Website: www.ovev-emek.org

Facebook: www.facebook.com/ovevemekrun

Instagram: www.instagram.com/ultra.ovev.emek

Twitter: <https://twitter.com/UltraSovevEmek>

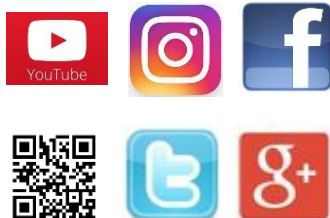
E-Mail: info@ovev-emek.org

תחילת סיבוב שני:

1.	השושנות	38.8 ק"מ	מים, משקה איזוטוני, חטיפי בריאות, חלווה, בננות, תמרים, ביגלה בתחנה זו יהיו שירותים כימיים
2.	הגחר	44.2 ק"מ	מים, משקה איזוטוני, ג'לים, חטיפי בריאות, חלווה, בננות, תמרים, ביגלה
3.	השוקת השבורה	49.7 ק"מ	מים, משקה איזוטוני, ג'לים, חטיפי בריאות, חלווה, בננות, תמרים, ביגלה
4.	מצפה הזורע	53.5 ק"מ	מים, משקה איזוטוני, ג'לים, חטיפי בריאות, חלווה, בננות, תמרים, ביגלה
5.	הזית	56.1 ק"מ	מים, משקה איזוטוני, ג'לים, חטיפי בריאות, חלווה, בננות, תמרים, ביגלה בתחנה זו יהיו שירותים כימיים ונייר טואלט לנוחיותכם
6.	עמק השלום	61.8 ק"מ	מים, משקה איזוטוני, ג'לים, חטיפי בריאות, חלווה, בננות, תמרים, ביגלה
7.	מתחם כינוס	66 ק"מ	סנדביצים, פרימור, מי עדן, יוגורטים, קפה/תה, גרנולה, עוגות, עוגיות, פירות ועוד ועוד הכל מוגש כיד המלך

תחילת סיבוב שלישי ואחרון:

1.	השושנות	71.8 ק"מ	מים, משקה איזוטוני, חטיפי בריאות, חלווה, בננות, תמרים, ביגלה בתחנה זו יהיו שירותים כימיים
2.	הגחר	77.2 ק"מ	מים, משקה איזוטוני, ג'לים, חטיפי בריאות, חלווה, בננות, תמרים, ביגלה
3.	השוקת השבורה	82.7 ק"מ	מים, משקה איזוטוני, ג'לים, חטיפי בריאות, חלווה, בננות, תמרים, ביגלה
4.	מצפה הזורע	86.6 ק"מ	מים, משקה איזוטוני, ג'לים, חטיפי בריאות, חלווה, בננות, תמרים, ביגלה
5.	הזית	89.1 ק"מ	מים, משקה איזוטוני, ג'לים, חטיפי בריאות, חלווה, בננות, תמרים, ביגלה בתחנה זו יהיו שירותים כימיים ונייר טואלט לנוחיותכם
6.	עמק השלום	94.9 ק"מ	מים, משקה איזוטוני, ג'לים, חטיפי בריאות, חלווה, בננות, תמרים, ביגלה
7.	מתחם כינוס	100 ק"מ	סנדביצים, פרימור, מי עדן, יוגורטים, קפה/תה, גרנולה, עוגות, עוגיות, פירות ועוד ועוד הכל מוגש כיד המלך



העמותה לקידום הספורט בקיבוץ הזורע – 580621811
Kibbutz Hazorea 3658100 – Israel
Website: www.ovev-emek.org
Facebook: www.facebook.com/ovevemekrun
Instagram: www.instagram.com/ultra.ovev.emek
Twitter: <https://twitter.com/UltraSovevEmek>
E-Mail: info@ovev-emek.org