

ריצת ה- 54 18.9.2018

הגעה עם רכב	על המפה	אורך הקטע (בק"מ)	תוואי שטח	המסלול	שעת התחלה משוערת	נקודת התחלה- לכל מקטע ריצה	כינוס לקראת זינוק
				התכנסות וחיומוס:	00:00	תל חי 76 כ"ס	
	http://www.movescount.com/map?route=1794700&lat=32.178619999999995&lon=34.913186999999999&zoom=15&activity=3&style=suunto-satellite	6.6	כביש	רצים על תל חי עד בן יהודה, משם רצים עד לטשרניחובסקי, שמאלה לכיוון ויצמן, שמאלה בויצמן ומזרחה עד הפנייה ימינה (המשך דרך המוביל) לא.ת. נווה ימין (תחנה 1)	00:15	מרח' תל חי 76 כ"ס	קטע ריצה 1
	http://www.movescount.com/map?route=1794779&lat=32.154621500000005&lon=34.92508300000003&zoom=14&activity=3&style=suunto-satellite	5.1	אחד וחצי ק"מ על כביש ולאחר מכן שטח. שביל כורכר+ קצת בוץ. מעבר מים קטן (ייתכן)	על דרך המוביל דרומה, חוצים את עתיר ידע, עולים על הדרך שיוורת מתחת לכביש 531 ועוקפת את מושב אלישמע ממזרח, עד הנחל. משם ממשיכים מערבה לצד הנחל עד כביש 40. שם חוצים את הנחל מתחת לכביש וממשיכים לצד הכביש עד צומת נווה ירק, לתחנת דור אלון (תחנה 2)	01:05	מדרך המוביל פינת ויצמן צד דרום	קטע ריצה 2
	http://www.movescount.com/map?route=1794799&lat=32.130013999999999&lon=34.905685000000005&zoom=15&activity=3&style=suunto-satellite	5.3	ריצת שטח, כולל מעבר מים!	רצים מערבה לתוך השטח לכיוון הירקון, הרבה שבילים בין קני סוף על גדת הנחל, כולל חציית מעבר מים, עד הר הזבל בהוד השרון (תחנה 3)	01:50	מתחנת דלק נווה ירק	קטע ריצה 3
	http://www.movescount.com/map?route=1794833&lat=32.11984203811727&lon=34.867820595059754&zoom=14.548058916916954&activity=3&style=suunto-satellite	10.8	ריצת שטח בשבילים לאורך הנחל, אבנים, בוץ, חול רך. יתכנו מעברי מים	רצים לצדו הדרומי של הר הזבל, חוצים שדות לכיוון הנחל וצדה הדרומי של גדר מפעל תע"ש, עד מתחת לכביש 5. משם לכיוון דרום מערב, עוברים מתחת לכביש 4 עד קצהו המזרחי של פארק הירקון - מאחורי שגב אקספרס (תחנה 4)	02:40	מהר הזבל הוד השרון	קטע ריצה 4
	http://www.movescount.com/map?route=1794872&lat=32.103461499999999&lon=34.81188&zoom=14&activity=3&style=suunto-satellite	9.7	שביל הפארק	רצים בפארק לכיוון מערב לאורך הגדה הצפונית של הנחל, עד הגשר שמעל השפך (שם צעק אלטמן הקטן, הידוע יותר בכינויו אלטמן הקטן החרמון הקטן: הפוך גטסה, הפוך). (תחנה 5)	04:10	מרמת החייל- מאחורי שגב אקספרס	קטע ריצה 5
	https://connect.garmin.com/modern/course/20491103	6.1	הטיילת	רצים דרומה ומסתובבים חזרה בחוף מצייצים - חזרה לתחנה 5 (תחנה 6)	05:40	מחניון רידינג ליד הגשר של חברת חשמל	קטע ריצה 6
	http://www.movescount.com/map?route=1795358&lat=32.15162810103007&lon=34.794220350591786&zoom=14.096117833833905&activity=3&style=suunto-satellite	6.7	מדרכת הטיילת, כביש וחול ים	רצים צפונה לצד הים על הטיילת לכיוון תל ברוך, יורדים לחוף בחוף תל ברוך ורצים צפונה עד המזח של מרינה הרצליה (תחנה 7)	06:25	מחניון רידינג ליד הגשר של חברת חשמל	קטע ריצה 7

הרצליה, רח' שונית פינת העוגן- היציאה למזח מהצד הדרומי של קניון ארנה	http://www.movescount.com/map?route=1795365&lat=32.17215549999999&lon=34.799542&zoom=14&activity=3&style=suunto-satellite	3.7	כביש וחול ים	רצים על הכביש מצדו המערבי של קניון ארנה עד החוף, ומשם על החוף עד סדנא עלי	07:15	מהכביש שמול מזח המרינה (רח' שונית פינת העוגן)	קטע ריצה 8
רח' יגאל ידן, נוף ים				AFTER PARTY :-)	07:50	דרומית לסוכת המציל בחוף סידנעלי	סיום
		54					