

TEST COOPERA – NAJWAŻNIEJSZE INFORMACJE

Co?

Test Coopera

Kto organizuje?

AZS Warszawa

Kiedy?

20 maja 2018, niedziela, godziny 10-16

Gdzie?

Stadion LA AWF Warszawa, ul. Marymoncka 34

O co chodzi?

O aktywizację. Można sprawdzić swoją kondycję. Przez 12 minut trzeba pokonać jak najwięcej okrążeń stadionu, ale można przy tym maszerować lub spacerować. Każdy jak chce i może. Za darmo.

Po co?

Żeby się ruszyć i zrobić coś dla szkoły, która może wygrać sprzęt sportowy.

Jak wygrać?

Wysłać jak największą liczbę uczestników na Test Coopera.

Kto może być uczestnikiem?

Każdy: nauczyciele, uczniowie, ich rodzice i rodziny, znajomi, sąsiedzi – bez względu na wiek i kondycję.

Co trzeba?

Trzeba się zarejestrować i – co ważne – w rubryce „drużyna/klub/uczelnia” zaznaczyć, że jest się reprezentantem SP nr 53.

Jak się zarejestrować?

Najlepiej przez stronę www.testcoopera.pl, wybierając Warszawa-Bielany. Rejestrując się on-line możemy wybrać godzinę startu. Po rejestracji należy wydrukować druk zgłoszenia, który musi być podpisany (w przypadku dzieci podpis składa rodzic). Po rejestracji on-line wydruk można będzie odebrać także w biurze zawodów, do którego koniecznie trzeba zajrzeć. O dowolnej godzinie można również przyjść wyłącznie z wypełnionym drukiem (do pobrania w szkole), ale wtedy trzeba będzie chwilę poczekać, aż organizatorzy przepiszą dane do systemu.

Co jeszcze?

Podczas rejestracji każdy uczestnik otrzyma numer startowy (300 pierwszych osób otrzyma także koszulkę), a po biegu imienny certyfikat. Wynik można sprawdzić w odpowiednich tabelach, które wskażą na stan kondycji. Dla zachęcenia uczniów można ogłosić, że najlepszy wynik (najlepsze wyniki) zostaną nagrodzone (na podstawie okazanego certyfikatu).

Uwagi

Zachęta do walki o nagrodę dla szkoły zostanie opublikowana na facebookowej grupie Osiedla Ruda.