



Serdecznie zapraszamy na

TEST COOPERA dla wszystkich

– niezależnie od wieku i stażu biegowego.

17. września 2016 r. w godzinach 9.00–15.00,
stadion MZOST i IT Ostrołęka, ul. Witosa 1.

Test Coopera pozwoli określić Twoją kondycję fizyczną.

Metoda pokonania dystansu – dowolna. Można biec, truchtać, maszerować, skakać, byleby pieszo.



Przyjdź i pobij swój dotychczasowy rekord, a jeśli nie sprawdziłeś się wcześniej – masz teraz świetną okazję, aby to zmienić. Nie zmrnuj szansy !

Program minutowy:

- 9:00-15:00 Otwarcie biura zawodów (weryfikacja zawodników, odbiór numerów startowych).
10:00 Oficjalne otwarcie, powitanie zawodników. Start pierwszego biegu; kolejne biegi odbywać się będą co 20 min.; wręczenie certyfikatów nastąpi bezpośrednio po każdym biegu.
13:00 Start biegu „Solidarności”.
15:00 Zakończenie imprezy.

Zapisy internetowe, **regulamin** i **deklaracja** uczestnictwa na stronie klubu: www.uk-s-clan.cba.pl lub <http://testcoopera.pl/>

Organizator: UKS „CLAN” Ostrołęka

Współpraca: Miasto Ostrołęka, MZOST i IT w Ostrołęce, AZS Warszawa, NSZZ „Solidarność” Oddział Ostrołęka, Powiat Ostrołęka

Patronat honorowy: „Prezydent Ostrołęki”



Miasto Ostrołęka

Patronat: Przewodniczący Rady Miasta Ostrołęki, Przewodniczący NSZZ „Solidarność” Oddział Ostrołęka, Starosta Ostrołęcki, Przewodniczący Rady Powiatu Ostrołęckiego.

Sponsorzy:

