



Urząd Miejski w Rabce-Zdroju

<https://gmina.rabka.pl/main/aktualnosci/Sprawdz-swoja-wytrzymalosc/idn:8832/printpdf>

Drukuj grafikę : [tak](#) / [nie](#)

Aktualności

21 maj 2024

kategoria:

Aktualności



Sprawdź swoją wytrzymałość

UKS Romer organizuje II Otwarty Test Coopera. Test Coopera odbędzie się na bieżni Stadionu Miejskiego w Rabce-Zdroju 15 czerwca 2024 w godzinach od 8.00 - 12.00. Test wykonywany będzie co 30 minut. Przewidziane są Puchary i drobne upominki w kategoriach: najlepsza kobieta, najlepszy mężczyzna, najstarszy uczestnik, najmłodszy uczestnik i najlepsza rodzina.

Wszyscy uczestnicy mają obowiązek zapoznania się z Regulaminem testu Coopera.

Współorganizatorem wydarzenia jest Centrum Kultury, Sportu i Promocji w Rabce-Zdroju.

REGULAMIN TESTU COOPERA

ORGANIZATOR

1. UKS ROMER RABKA - ZDRÓJ

CELE IMPREZY

1. Popularyzacja wśród dzieci, młodzieży oraz dorosłych aktywnego spędzania czasu wolnego.
2. Ocena wytrzymałości krążeniowo - oddechowej.

TERMIN I MIEJSCE

1. Test Coopera odbędzie się w dniu 15 czerwca 2024 r. w godzinach 8.00 – 12.00.

Test wykonywany będzie co 30 minut czyli o godz. 8.30, 9.00, 9.30, 10.00, 10.30, 11.00.

2. Zawodnicy startować będą w grupach max. 30-osobowych.
3. Test Coopera odbędzie się na bieżni Stadionu Miejskiego w Rabce – Zdroju.
4. Test Coopera odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne.

ZGŁOSZENIA

1. Zgłoszenia w dniu zawodów od godz. 8.00, min. pół godziny przed startem. Wszystkie testowane osoby tym samym wyrażają zgodę na przetwarzanie swoich danych osobowych na potrzeby weryfikacji wyników przeprowadzonego testu.

ZASADY UCZESTNICTWA

1. Udział w teście jest otwarty dla wszystkich osób.
2. Dzieci i młodzież do 18 roku życia przedkładają pisemną zgodę rodzica lub opiekuna prawnego do udziału w teście.
3. Wszystkie osoby biorące udział w teście, mają obowiązek podpisania oświadczenia o stanie zdrowia, umożliwiającym udział w teście.
4. Test musi być poprzedzony rozgrzewką!!!
5. Uczestnicy w ciągu 12 minut pokonują biegiem lub marszobiegiem jak najdłuższy dystans.
6. Uczestników obowiązuje strój sportowy oraz obuwie sportowe.
7. Uczestnicy przyjmują do wiadomości, iż udział w Teście Coopera wiąże się z wysiłkiem fizycznym i potencjalnym ryzykiem oraz zagrożeniem wypadkami, odniesieniem obrażeń i urazów ciała, za które Organizator nie ponosi odpowiedzialności.
8. Wszyscy uczestnicy mają obowiązek zapoznania się z Regulaminem testu Coopera.
9. Za dzieci i młodzież do 18 lat odpowiedzialność ponoszą rodzice.
10. Organizator nie zapewnia jakiegokolwiek ubezpieczenia na życie, zdrowotnego lub od odpowiedzialności cywilnej.
11. Podczas testu, obowiązuje kulturalne zachowanie. Zabrania się spożywania napojów alkoholowych, palenia papierosów oraz używania wszelakich środków odurzających.
12. Po zakończeniu testu, każdy uczestnik otrzyma dyplom uczestnictwa udziału w Teście Coopera z uzyskanym przez siebie dystansem. Wynik będzie można odnieść do norm udostępnionych przez Organizatora w dniu imprezy.

NAGRODY

1. Organizator przewiduje następujące nagrody:

Puchary dla:

- najlepszej kobiety
- najlepszego mężczyzny
- najmłodszego uczestnika
- najstarszego uczestnika
- najlepszej rodziny - wynik jako suma wszystkich rezultatów (rozumianej jako rodzic-dzieci, rodzeństwo)

2. Podstawą otrzymania nagrody jest ukończenie testu.

3. W przypadku uzyskania tego samego wyniku bezwzględnego, decyduje lepszy wynik

w kategorii wiekowej.

4. W przypadku takiego samego wyniku w kategorii rodzina, w pierwszej kolejności decyduje najwyższy uzyskany wynik indywidualny i następnie kolejne.

POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany regulaminu, przed rozpoczęciem zawodów.

2. Zapisy na test są jednoznaczne z akceptacją niniejszego regulaminu.

3. Uczestnicy wyrażają zgodę na wykorzystanie swojego wizerunku na portalach

społecznościowych oraz innych mediach, w celach promocyjno - informacyjnych wydarzenia.

4. Uczestnicy akceptują publiczne podawanie wyników testu.

5. W sprawach nieuregulowanych zapisami regulaminu, Organizator ma prawo do

podejmowania decyzji w przedmiotowych kwestiach.

Redagował: Piotr Kuczaj

kategoria: **Powiązane pliki** [2]

format	Nazwa pliku	Data publikacji	Rozmiar	Pobierz
pdf	zgoda_rodzicow24.pdf	24-05-21 12:18	86.08KB	pobierz plik: zgoda_rodzicow24.pdf
pdf	oswiadczenie24.pdf	24-05-21 12:17	86.88KB	pobierz plik: oswiadczenie24.pdf

[poprzednia](#) [powrót do listy aktualności](#) [następna](#)