



OSTROŁĘKA

Serdecznie zapraszamy na

# TEST COOPERA dla wszystkich

– niezależnie od wieku i stażu biegowego.

16. września 2018 r. w godzinach 9.00–14.00,  
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 zmarnuj szansy !

## Program minutowy:

9:00-14:00 Otwarcie biura zawodów (weryfikacja zawodników, odbiór numerów startowych minimum na 1 godzinę przed wyznaczoną godziną startu).

10:00 Oficjalne otwarcie, powitanie zawodników. Start pierwszego biegu; kolejne biegi odbywać się będą co 30 min.; wręczenie certyfikatów nastąpi bezpośrednio po każdym biegu.

13:30 Start biegu „Solidarności” kończący testy.

14:00 Zakończenie imprezy.

Zapisy internetowe, regulamin i deklaracja uczestnictwa na stronie <https://elektronicznezapisy.pl/> lub na stronie klubu: [www.uk-s-clan.cba.pl](http://www.uk-s-clan.cba.pl)

Organizator: UKS „CLAN” Ostrołęka



Patronat honorowy: „Prezydent Ostrołęki” Pan Janusz Kotowski



**Patronat indywidualny:** Przewodniczący Rady Miasta Ostrołęk Pan Jerzy Grabowski, Przewodniczący NSZZ „Solidarność” Oddział Ostrołęka Pan Aleksander Zawalich, Starosta Ostrołęcki Pan Stanisław Kubeł, Dyrektor Mazowieckiego Szpitala Specjalistycznego w Ostrołęce WTAZ ze Szkołą Promocji Zdrowia w Ostrołęce Pan Paweł Rafał Natkowski

**Partnerzy i współorganizatorzy:** Miasto Ostrołęka, Akademicki Związek Sportowy Warszawa, Ministerstwo Sportu i Turystyki, II LO im. C. K. Norwida w Ostrołęce, NSZZ „Solidarność” Oddział Ostrołęka, Starostwo Powiatowe w Ostrołęce, Miejski Zarząd Obiektów Sportowo-Turystycznych i Infrastruktury Technicznej w Ostrołęce, Mazowiecki Szpital Specjalistyczny im. Dr Józefa Psarskiego wraz ze Szkołą Promocji Zdrowia w Ostrołęce, Sklep sportowy Decathlon w Ostrołęce.



Ministerstwo  
Sportu i Turystyki

AZS  
WARSZAWA



DECATHLON  
OSTROŁĘKA