

COOPERJEV TEKAŠKI TEST

V SREDO 28. MAJA 2014 OD 15. DO 19. URE

Vsi rekreativni športniki, ki želite testirati svoje telesne sposobnosti, pridite v SREDO 28. maja 2014 v ŠPORTNI PARK PODMEŽAKLA. V ta namen Zavod za šport Jesenice organizira Cooperjev test, ki bo potekal od 15.00 do 19.00 ure. Test v teku od udeleženca zahteva, da pretečejo določeno razdaljo v čim krajšem času. Moški tečejo na 2400 m, ženske pa na 1600 m. Na ustrezni tabeli, ki jo vsak prejme lahko vsak zase ugotovi svojo telesno pripravljenost.

Vsak ki se udeleži testiranja in doseže čas, ki ustreza oceni 9,5 ali 10 prejme brezplačno vstopnico za kopaljšče Ukova.

- Testiranje je brezplačno. Vsak se preverja na lastno odgovornost.
- Predhodne prijave niso potrebne, za večje skupine so potrebne.
- Dodatne informacije: zs.j.programi@siol.net ali na 051 685 240

