

# GDAŃSKI TEST COOPERA

## DLA WSZYSTKICH

### REGULAMIN

#### CELE IMPREZY

1. Promocja aktywności fizycznej.
2. Promocja ogólnodostępnych miejsc rekreacyjnych.
4. Określenie stanu kondycji fizycznej uczestników Testu Coopera na podstawie międzynarodowych norm.

#### II ORGANIZATORZY

1. AZS Centralny Ośrodek Sportu Akademickiego Gdańsk - Górki Zachodnie
2. Wojewódzki Szkolny Związek Sportowy w Gdańsku.

#### III. MIEJSCE I TERMIN

1. **TEST COOPERA ONLINE - 15.04-31.05.2021** dla wszystkich z województwa pomorskiego.
2. **TEST COOPERA - SZKOŁY**
  - ✓ 13 maj – Czwartek – Zbiornik Retencyjny Kiełpinek – Pozytywna Szkoła Podstawowa
  - ✓ 20 maj – Czwartek – Park Reagana ( stawek obok Pomniku Jana Pawła II i Ronalda Reagana ) Szkoły Podstawowe nr. 2, 79, 44, 60, 77, ZSSIO, 89.
  - ✓ 27 maj – Czwartek – Zbiornik Retencyjny „Jasień ” Szkoła Podstawowa nr. 50
  - ✓ 10 czerwiec - Czwartek – Glincz SP im. Remusa
  - ✓ 10 albo 17 czerwiec ( czwartek ) – Kompleks Sportowy w Gdańsku ul. Grunwaldzka 244.
  - ✓ Łęgowo – Szkoła Podstawowa
3. **TEST COOPERA DLA WSZYSTKICH, Środa 16.06.2021**, Kompleks Sportowy Grunwaldzka 244, W godzinach 11.00-17.50. Biegi startują co 20 min.

( Terminy testów mogą ulec zmianie )



URZĄD MARSZAŁKOWSKI  
WOJEWÓDZTWA POMORSKIEGO



Wojewódzki Szkolny  
Związek Sportowy  
w Gdańsku



Akademicki  
Związek  
Sportowy



Ministerstwo  
Sportu



Gdański  
Ośrodek Sportu





G D A Ń S K I

# TEST COOPERA

D L A W S Z Y S T K I C H

## IV UCZESTNICTWO

1. Każdy uczestnik Testu Coopera ma obowiązek zapoznać się z regulaminem imprezy i zobowiązany jest do jego przestrzegania.
2. We wszystkich testach prawo startu mają uczestnicy, którzy nie posiadają przeciwwskazań zdrowotnych.
3. W przypadku osób, które nie ukończyły 18 lat, wymagane jest posiadanie pozwolenia rodzica lub opiekuna na udział teście coopera
4. Warunkiem dopuszczenia uczestnika pełnoletniego do Testu Coopera dla wszystkich będzie własnoręczne podpisanie Oświadczenia zawierające akceptację warunków regulaminu, deklarację dobrowolnego uczestnictwa w biegu i zaświadczenie o braku przeciwwskazań lekarskich do udziału w Imprezie. Dokumenty można pobrać ze strony [www.testcoopera.pl/gdansk](http://www.testcoopera.pl/gdansk)
5. Uczestnicy realizujący Test Coopera w formie online.
  - Osoby indywidualne - po ukończeniu testu należy wysłać screen z aplikacji biegowej do biura WSZS w Gdańsku na adres mailowy [biegcooperaonline@gmail.com](mailto:biegcooperaonline@gmail.com)
  - Uczniowie szkół podstawowych i ponadpodstawowych, wysyłają do swojego nauczyciela wychowania fizycznego wypełnione Oświadczenie Uczestnika „Test Coopera online 2021” oraz po ukończeniu testu screen z aplikacji biegowej. Nauczyciele powinni dostarczyć do 31.05.2021r. zbiorcze wyniki testu do biura WSZS w Gdańsku na adres mailowy [biegcooperaonline@gmail.com](mailto:biegcooperaonline@gmail.com)
6. Z perspektywy dokładności pomiaru sugerujemy, aby korzystać z aplikacji biegowych - Garmin Connect, Strava, Bieganie dla początkujących, Sports Tracker, adidas Running by Runtastic, Nike + Run Club.
7. Uczestnicy Testu Coopera dla wszystkich w dniu startu muszą dokonać weryfikacji w biurze zawodów najpóźniej 30 minut przed wyznaczonym biegiem.
8. Uczestnicy realizujący test coopera w formie online, mogą przeprowadzić swój test w dowolnym miejscu umożliwiającym swobodną i bezpieczną aktywność biegową.
9. Uczestnicy biorą udział w imprezie na własną odpowiedzialność.

## V ZGŁOSZENIA

1. **TEST COOPERA WERSJA ONLINE**  
**Szkoły** - Zgłoszenie do nauczyciela wf w swojej szkole.  
**Osoby indywidualne** – bez zgłoszeń.
2. **TEST COOPERA DLA WSZYSTKICH** - Zgłoszenia przyjmowane będą poprzez elektroniczny formularz dostępny na stronie internetowej [www.testcoopera.pl](http://www.testcoopera.pl)
3. **TEST COOPERA DLA SZKÓŁ** - Zgłoszenia placówek szkolnych przyjmowane będą poprzez bezpośredni kontakt z koordynatorem Testu Coopera – [sebastiankacprzak@hotelgalion.pl](mailto:sebastiankacprzak@hotelgalion.pl)
4. Zawodnicy, którzy nie wypełnili formularza będą mieli możliwość zgłoszenia się także w dniu zawodów tj 16.06.2021 pod warunkiem wolnych miejsc.



G D A Ń S K I

# TEST COOPERA

D L A W S Z Y S T K I C H

## VI OPŁATY

1. Udział w Teście jest bezpłatny.

## VII ŚWIADCZENIA

1. Każdy z uczestników zawodów przy weryfikacji otrzyma numer startowy.
2. Wszyscy uczestnicy, którzy ukończą Test Coopera otrzymają imienny certyfikat potwierdzający pokonany dystans.

## VIII POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Zawody odbędą się bez względu na pogodę,
2. Podczas biegu uczestnicy muszą mieć numery startowe przypięte w widocznym miejscu na klatce piersiowej.
3. Zawodnicy ubezpieczają się we własnym zakresie.
4. Organizator nie odpowiada za rzeczy zaginione w trakcie trwania zawodów.
5. Organizator zapewnia opiekę medyczną podczas biegu.
6. Wszyscy uczestnicy zawodów wyrażają zgodę na publikację ich wizerunku oraz ich imienia i nazwiska w relacjach z imprezy zamieszczanych w mediach oraz materiałach promocyjnych organizatora oraz wyrażają zgodę na przetwarzanie ich danych osobowych na potrzeby organizowanych przez organizatora imprez zgodnie z przepisami ustawy z dnia 29.08.1997 o ochronie danych osobowych (Dz.U. 133/97, poz. 883). Zgadzają się również na otrzymywanie korespondencji drogą elektroniczną i udostępniają w tym celu swój adres e-mail zgodnie z ustawą z dnia 18.07.2002 r. o świadczeniu usług drogą elektroniczną (Dz.U. 144/02, poz. 1204).
8. W sprawach nieujętych regulaminem rozstrzyga Organizator.
9. Ostateczna interpretacja regulaminu należy do Organizatora.



Akademicki  
Związek  
Sportowy



Ministerstwo  
Sportu



Gdański  
Ośrodek Sportu



Wojewódzki Szkolny  
Związek Sportowy  
w Gdańsku

