

## Zapraszamy do udziału w teście Coopera

27.05.2019.

29 maja w Skarżysku po raz kolejny będzie można wziąć udział w Teście Coopera

Test Coopera to próba biegowa polegająca na przemierzeniu w dowolny sposób (biegnąc, idąc) jak największego dystansu w ciągu 12 minut. Po porównaniu wyniku z tabelą, można określić poziom wydolności organizmu.

Test Coopera odbędzie się 29 maja na boisku Orlik przy ul. Sienkiewicza 34. Zachęcamy do udziału. Zgłoszenia w dniu zawodów lub drogą mailową: [kontakt@mcsir.skarzysko.pl](mailto:kontakt@mcsir.skarzysko.pl)

Każdy uczestnik otrzyma certyfikat. Test przeprowadzony będzie od godz. 9.00.