



Rada seniorů
České republiky
zapsaný svaz spolek



#BEACTIVE



Projekt je podpořen z dotačního
programu Podpora veřejně účelových
aktivit seniorských a proseniorských
organizací s celostátní působností.

PROPOZICE

CHODÍME PRO ZDRAVÍ

Pořadatel: Rada seniorů České republiky

Termín: 1.3.2024 - 31.10.2024

Místo konání: Podle výběru účastníků

Soutěžní systém: Nabízíme tři varianty, jak se zapojit:

- 1) Jednotlivci
- 2) Páry
- 3) Kolektivy

Hodnocení výsledků: Na základě dosažených kilometrů se vyhodnotí první tři místa mezi muži i ženami.

POKYNY PRO KATEGORII: JEDNOTLIVCI

PŘIHLÁŠKY: Evidenční list – je možné použít připravené listy ve wordu či excelu nebo vyplnit on-line. Evidenční list si můžete vyzvednout i na kterékoli Krajské radě seniorů nebo Vám můžeme i poslat – žádejte na mailu vajs.m@seznam.cz

Evidence obsahuje:

- a) Jméno účastníka
- b) Kraj a název členské organizace RS ČR (pokud je)
- c) Mail (pokud je), jinak adresa
- d) Datum
- e) Trasa
- f) Počet km

POKYNY PRO KATEGORII: MANŽELSKÉ (PARTNERSKÉ) PÁRY/ DVOJICE

PŘIHLÁŠKY: Evidenční list – je možné použít připravené listy ve wordu či excelu nebo vyplnit on-line. Evidenční list si můžete vyzvednout i na kterékoli Krajské radě seniorů nebo Vám můžeme i poslat – žádejte na mailu vajs.m@seznam.cz

Každá dvojice má jeden list. Tyto kilometry nebudou uvádět v evidenci jednotlivců!

Evidence obsahuje:

- a) Jména účastníků
- b) Kraj a název členské organizace RS ČR (pokud je)
- c) Mail (pokud je), jinak adresa
- d) Datum
- e) Trasa
- f) Počet km

POKYNY PRO KATEGORII: KOLEKTIVY

PŘIHLÁŠKY:

1. Evidenční list – je možné použít připravené listy ve wordu či excelu nebo vyplnit on-line. **Každý kolektiv má jeden list. Tyto kilometry nebudou uvádět v evidenci jednotlivců!**
Evidenční list i formulář pro jmenný seznam si můžete vyzvednout i na kterékoli Krajské radě seniorů nebo Vám můžeme i poslat – žádejte na mailu vajs.m@seznam.cz
2. Jmenný seznam účastníků (lze použít připravenou šablonu – ke stažení zde) nebo společné foto účastníků.
3. Evidence obsahuje:
 - a) Počet účastníků
 - b) Kraj a název členské organizace RS ČR (pokud je)
 - c) Mail (pokud je), jinak adresa
 - d) Datum
 - e) Trasa
 - f) Počet km