



**Magiczny
Kraków**

Test Coopera dla Wszystkich

2018-04-14

W sobotę 14 kwietnia na stadionie lekkoatletycznym AWF Kraków przeprowadzono kolejną próbę wytrzymałościową, polegającą na 12-minutowym nieprzerwanym biegu: Test Coopera dla Wszystkich.

Test rozgrywał się w godzinach od 9.00 do 13.00 na stadionie przy al. Jana Pawła II 78. Rok 2018 to ósma edycja Testu Coopera dla Wszystkich. Rekordowy pod każdym względem Ogólnopolski Test Coopera przeprowadzono w Krakowie w 2013 roku. W maju i październiku na tartanie krakowskiej AWF 949 osób przebiegło 4126,98 km co oznaczało pokonanie z dużym zapasem całej Polski, włącznie z granicą morską. Dzięki tak aktywnej postawie mieszkańców, Kraków stał się „najbardziej rozbieranym miastem Polski” w gronie miast-gospodarzy testu Coopera.

Od tej pory Kraków lokuje się w czołówce miast polskich pod względem liczby uczestników Testu, jak i pod względem reprezentowanego poziomu wytrzymałości (przeciętnie ok. 60% uczestników osiąga według tabel testu Coopera wynik „bardzo dobry” i „dobry”).

Udział w teście jest darmowy, każdy spośród uczestników otrzyma certyfikat jego ukończenia. Testy rozpoczęły się o godz. 9.00, poszczególne serie odbywały się w odstępach 20-minutowych.

Aby wziąć udział w teście należało zgłosić się co najmniej pół godziny przed nominalnym startem do biura zawodów, a następnie rozgrzać się przed biegiem. Szczegółowe informacje i zapisy: masterskrakow.pl