Tallinna 21. Kooli SPORDIPÄEV

„Leia oma rütm”

Aeg: **15. september, 2016**

Koht: Nõmme terviserajad (Nõmme Spordikeskus, Külmallika 15a)

Kavas: Krossijooks **5,5 km (5.-12. kl)** ja **10 km** (soovijatele)**,**
10 km kepikõnd **(9.-12. kl ja õpetajad)**, 4. klasside matk

Start/finiš võimlemislinnakus spordibaasi taga suusasilla juures

9.00	**8. klassi P**
9.10	**8. klassi T**
9.30	**5. klassi P**
9.40	**5. klassi T**
10.00	**6. klassi P**
10.10	**6. klassi T**
10.30	**7. klassi P**
10.40	**7. klassi T**
10.55	**10 km (soovijatele)**
11.00	4. klassi õpilased matkavad koos klassijuhatajaga
11.00	**10 km kepikõnd õpetajatele** (eelnevalt registreerimine)
11.00	**10 km kepikõnd** (9.-12. klass, ainult koos kõnnikeppidega)
12.00	**9. klass P**
12.10	**9. klass T**
12.20	**10.-12. klassi noormehed**
12.30	**10.-12. klassi neiud**

NB!

1. Igale osalejale on osalejakaart (10x15 cm) oma nime, klassi ja distantsiga. Selle saab stardis ja annad ära finišis!
2. Jälgi distantsil rajatähistust ja õpetajaid!
3. Tule kohale minimaalselt 15 minutit enne OMA stardiaega. Tee soojendus!
4. Kõnnikeppe saab kohapeal laenutada! Vaata info spordikeskuse kohta.
5. Kohale saab kesklinnast bussiga nr. 23, peatus Trummi.
   Vt. bussi väljumisaegu http://soiduplaan.tallinn.ee/#bus
6. Info spordikeskuse kohta www.sportkeskus.ee ja
   http://terviserajad.ee/tervisekeskus/nomme-harku-terviserada/