

Tallinna 21. Kooli SPORDIPÄEV



Aeg: 10. september, 2015

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

Kavas: Krossijooks 6 km (5.-12. kl) ja 11 km (9.-12. kl)
tempojooks 6 km/11 km (9.-12. kl),
matk, kepikõnd

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
11.00	4. klassi õpilased matkavad koos klassijuhatajaga
11.00	Kepikõnd õpetajatele (koolitus+praktika)
12.00	9.-12. klass (6 km)
12.10	9.-12. klass (11 km)
12.30	Jooksjad tempos 6 min/km – 11 km
	Jooksjad tempos 7 min/km – 11 km
	Jooksjad tempos 8 min/km – 6 km

NB!

1. Tutvu kohapeal rajakaardiga ning jälgi distantsil rajatähistust!
2. Tule kohale minimaalselt 15 minutit enne stardiaega.
3. Kohale saab kesklinnast bussiga nr. 23, peatus Trummi.

Vt. bussi väljumisaegu <http://soiduplaan.tallinn.ee/#bus>

4. Info spordikeskuse kohta www.sportkeskus.ee ja

<http://terviserajad.ee/tervisekeskus/nomme-harku-terviserada/>



SPORDINÄDAL 2015

TERVE EESTI EEST!