



ANAES KAJANG WARRIOR VIRTUAL RUN



APA ITU VIRTUAL RUN?

1. Virtual run adalah perlumbaan yang boleh dilakukan di mana-mana sahaja.
2. Anda boleh berjalan, menggunakan treadmill, berlari di luar rumah ataupun menyertai mana-mana perlumbaan yang lain.
3. Pertandingan ini adalah pertandingan 'self-motivated' yang dianjurkan secara online di mana anda harus melengkapkan jumlah jarak yang ditetapkan dengan berlari atau berjalan pada tarikh dan masa yang anda pilih sendiri di mana-mana sahaja secara berseorangan atau bersama-sama kawan atau keluarga.
4. Semuanya, terpulung atas individu masing-masing.

CARA PENYERTAAN

1. Daftar untuk larian ini.
2. Lari, jogging atau berjalan, di luar rumah atau atas treadmill, untuk jumlah jarak 20km (e.g. 20kmx1, 10kmx2, 5kmx4, 3+3+4+3+3+4km) bermula dari **1 April 2017 hingga 30 April 2017** di mana sahaja & pada bila-bila masa mengikut kesesuaian anda.
3. Anda boleh mula berlari sebaik sahaja pendaftaran selesai.
4. Pastikan semasa anda berlari, anda membawatelefon bimbit yang mengandungi apa-apa aplikasi larian seperti Nike+, Runtastic, Garmin, Mapmyrun, Google fit, Runkeeper dan sebagainya (berupaya merekod jarak & masa larian) bersama-sama anda.
5. Hantarkan 'screenshot' bukti larian anda kepada anaeshkig@gmail.com untuk mendapat T-shirt dan medal anda.

YURAN PENYERTAAN

RM 40

TERMA & SYARAT-SYARAT

1. Berumur 13 tahun ke atas pada 1/4/2017.
2. Pastikan anda berlari dalam masa yang ditetapkan & **di luar waktu bekerja atau bersekolah.**
3. Pendaftaran ditutup pada 30/4/2017.
4. Sebaik sahaja pendaftaran selesai, bib akan diemail kepada anda.
5. Penyerahan bukti larian hendaklah dibuat selewat-lewatnya 3 May 2017.
6. Pengagihan 'Finisher's T-Shirt & Medal' hanya akan dibuat selepas 5 May 2017, melalui Ketua Jabatan @ Unit Masing-Masing.
7. Sebarang penukaran saiz T-shirt adalah tidak dibenarkan sama sekali dan ianya bergantung kepada saiz yang dipilih semasa pendaftaran.
8. E-cert boleh didownload selepas 5 May 2017.

KELAYAKAN SETIAP PENAMAT

T-shirt & Medal & E-CERT

Hadiah menarik menanti pemenang mengikut kategori LELAKI, WANITA & 13 TAHUN KE ATAS

SEBARANG PERTANYAAN

Telefon : 0389133238 (ICU) / 0134330035 (Dr Nirida) / 0197514160 (Dr Halimah) / 0133622958 (Pn Baniana) / 0123321641 (Pn Fatahiah) atau email: anaeshkig@gmail.com