



TODISTUS

. .20

Liite hakemukseen Suomen kansainväliseen valmiusjoukkoihin

Edellisen juoksutestini tulos

Saavutin edellisessä 12 minuutin juoksutestissä (cooperin testissä) tuloksen _____m.

Suomen kansainväliseen valmiusjoukkoon hakeutuja:

Allekirjoitus: _____

Nimen selvennys: _____

Todennan että yllä mainittu henkilö on juossut yllä kirjaamansa tuloksen

Allekirjoitus: _____

Nimen selvennys: _____

Ohjeita lomakkeeseen liittyen:

- Juoksutestin tulos, joka tällä lomakkeella varmennetaan ei tarvitse olla minkään virallisen testin (esim koulun tai jonkun oppilaitoksen valvoma) tulos
- Juoksutestin voi käydä itse juoksemassa missä tahansa tasaisella alustalla, jossa juostu matka kyetään mittaamaan ja jonka todentaja on seuraamassa. Todentajana voi toimia kuka tahansa, esimerkiksi vanhemmat tai vaikka kaveri