

Edycja wirtualna

Najważniejsze informacje

1. Rodzaje aktywności

- **bieg na dystansie min. 5 km**
- **marsz na dystansie min. 5 km**
- **spacer na dystansie min. 5 km**
- **ćwiczenia domowe (minimum 30 minut)**
- **jazda na rowerze (minimum 40 minut)**

*wszystkie aktywności można zaliczać także w warunkach domowych (bieżnia, rower stacjonarny itp.)
Podane powyżej dystanse to dystanse minimalne, można oczywiście przesłać nam aktywność wykonaną na dłuższym dystansie lub trwającą dłużej 😊

*jeśli macie pomysł na inną aktywność prosimy o wiadomość!

*w związku z obecną sytuacją nie chcemy narzucać Wam konkretnych miejsc wykonywania aktywności, może to być pobliski park, las, teren dookoła domu, ogród itp.

2. Przesłanie wyniku

Wynik wprowadzamy przez [panel zawodnika](#), dane do logowania każdy uczestnik otrzyma w wiadomości mailowej potwierdzającej rejestrację na edycję wirtualną.

- **Panel do wprowadzania wyników dostępny od dnia 01.07.2021**
- **Panel będzie aktywny nieprzerwanie przez cały okres trwania edycji wirtualnej**
- **Po zalogowaniu uczestnik wprowadza swój czas oraz dystans**
- **Fotografie do galerii uczestników mile widziane 😊**

*na wasze wyniki czekamy do dnia [>>>9 sierpnia 2021!<<](#)

3. Wysłka medalu

Od dnia 20 lipca realizować będziemy wysyłki medali majowych (decyduje kolejność zgłoszeń)
Wszystkie medale ruszą w drogę do 20 sierpnia. Przesyłka zostanie nadana na adres podany przez Państwa w formularzu zgłoszeniowym – każdorazowo będzie to przesyłka [polecona](#) (w takiej sytuacji otrzymają Państwo drogą mailową [numer przesyłki](#)) lub osobiste doręczenie przez kurierów Botanicznej Piątki 😊 (Poznań i okolice)

[PROSIMY O POPRAWNE WPROWADZENIE PEŁNEGO ADRESU DOSTAWY](#)

W razie pytań lub wątpliwości jesteśmy do Waszej dyspozycji!
kontakt@botaniczna5.pl