

# 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!

### 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 01.12.2023**
- **Panel będzie aktywny przez cały okres trwania edycji wirtualnej (01.12 – 10.12)**
- **Po zalogowaniu uczestnik wprowadza swój czas oraz dystans**
- **Fotografie do galerii uczestników mile widziane ☺**

\*na wasze wyniki czekamy do dnia **>>12 grudnia 2023!<<**

### 3. Wysyłka medalu

Od dnia 1 grudnia realizować będziemy wysyłki medalu (decyduje kolejność zgłoszeń).

Wszystkie medale ruszą w drogę do 15 grudnia. 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](#) po nadaniu wszystkich paczek – do dnia 15.12)

**PROSIMY O POPRAWNE WPROWADZENIE PEŁNEGO ADRESU DOSTAWY**

W razie pytań lub wątpliwości jesteśmy do Waszej dyspozycji!  
[kontakt@botaniczna5.pl](mailto:kontakt@botaniczna5.pl)