**KARNIVAL KESIHATAN PERINGKAT UPM #KITASAMASIHAT**

***TREASURE HUNT* *‘MINI RUNNINGHEALTH”***

**SYARAT – SYARAT PENYERTAAN**

|  |
| --- |
| 1. Peserta mestilah sihat tubuh badan |
| 1. Penyertaan terbuka kepada pelajar dan staf |
| 1. Penyertaan terbuka kepada semua ptj kecuali Pusat Kesihatan Universiti |
| 1. Hanya 10 kumpulan (10 kumpulan staf & 10 kumpulan pelajar) terawal akan dipilih 2. Yuran penyertaan adalah RM15 / kumpulan (Staf sahaja) |
| 1. Setiap kumpulan terdiri daripada 3 orang peserta ( campuran lelaki perempuan dibenarkan ) |
| 1. Para peserta di kehendaki berada di kawasan pertandingan pada jam 8.00 pagi 2. Keselamatan peserta adalah tanggungjawab masing-masing 3. Keputusan pertandingan adalah muktamad |

**FORMAT PERTANDINGAN**

|  |  |
| --- | --- |
| 1. | Konsep *treasure hunt* ( berlari/berjalan ) |
| 2. | Terdapat tugasan yang berkaitan kesihatan & kecergasan di setiap *checkpoint* |
| 3. | Setiap kumpulan diberikan masa 3 jam untuk selesaikan tugasan yang diberikan |
| 4. | Pakaian sukan dan berkasut sukan |

**PENDAFTARAN PENYERTAAN**

|  |
| --- |
| 1. Borang penyertaan boleh diperolehi di laman web Pusat Kesihatan Universiti. Borang perlu di muat turundan diisi dengan lengkap. |
| 1. Borang yang telah lengkap perlu di hantar kepada Encik Fahlawi (013-2432585)/ Pn. Norazlina (013-3156368) (Ajk Sukan Dan Rekreasi KSKPKU) di Pusat Kesihatan Universiti sebelum 26 September 2017. |
|  |

#KITASAMASIHAT

BORANG PENYERTAAN PERTANDINGAN

“MINI *RUNNINGHEALTH”*

SEMPENA

Program Kesihatan Peringkat UPM 2017

**TARIKH : 28 SEPTEMBER 2017**

**WAKTU : 8.00 – 11.00 PAGI**

**TEMPAT : DEWAN BESAR, PKKSSAAS UPM**

|  |  |
| --- | --- |
| NAMA KUMPULAN | : |
| NAMA KETUA KUMPULAN | : |
| NO. TELEFON | : |
| NAMA AHLI | : |
| NO. TELEFON | : |
| NAMA AHLI | : |
| NO. TELEFON | : |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| YURAN | JUMLAH BAYARAN | PENGESAHAN BAYARAN | TARIKH |
|  |  |  |
| PENGESAHAN PENERIMAAN oleh Wakil KSKPKU |  |  |  |