

LARIAN HIJAU

Pusat Sukan, Universiti Putra Malaysia

12 Januari 2015

Info;

Larian hijau ini di anjurkan oleh Pusat Sukan UPM buat julung-julung kalinya. Ianya bertujuan untuk mengajak masyarakat seluruh Malaysia mengamalkan gaya hidup sihat di samping bertanding bagi merebut wang tunai yang di tawarkan. Larian ini melibatkan jalan raya dan jalan ladang UPM.

YURAN:

RM 50 setiap peserta

Terbuka lelaki & Wanita (10km)

IPT Lelaki & IPT wanita (10km)

Veteran Lelaki & Veteran Wanita (10km)

RM 40 untuk Lari santai (5km)

KATEGORI :

Terbuka lelaki & wanita 18+

IPT lelaki & Wanita 18+

Larian santai 18+

*TARIKH : 22 MAC 2015,
AHAD, 6.00 AM - 9.00
AM*

*TEMPAT : PUSAT
SUKAN, UNIVERSITI
PUTRA MALAYSIA,
SERDANG.*



Larian Hijau Ladang 16 UPM





Gambar



Peraturan

PERATURAN

1. Larian Hijau UPM terikat dengan peraturan yang di tetapkan oleh Kesatuan Olahraga Malaysia (KOM) dan penganjur kejohanan.
2. Penyertaan dibuka kepada seluruh warga Malaysia sahaja bagi merebut wang tunai. Bagi larian santai dibenarkan untuk bukan warga Negara Malaysia.

HADIAH

1. Hadiah Wang Tunai di tawarkan kepada pemenang.
2. Pemenang perlu mengemukakan kad pengenalan untuk pengesahan umur.
3. Hadiah akan diberi/diedarkan setibanya di garian penamat.
4. Menuntut hadiah selepas hari larian tidak akan dilayan.

SIJIL

1. Setiap peserta boleh mendapatkan sijil penyertaan dalam web side dalam tempoh 30 hari bermula daripada hari larian .

PENDAFTARAN

1. Pendaftaran tamat pada 1 Mac 2015.
2. Atau maksimum penyertaan 3000 peserta.

ATURCARA

HARI PERTAMA 21 JANUARI 2015

- 10.00 pagi – 3.00 petang - Persediaan Permulaan dan Tamat
- Last Check up Track Larian.

HARI KEDUA 22 JANUARI 2015

- 4.00 Pagi - Petugas dan sukarelawan perlu berada di stadium.
- 5.00 Pagi - Petugas Pesetas berada di Stadium.
- 6.00 Pagi - Petugas bergerak ke Check point yang di tetapkan.
- 6.30 pagi - Senamrobik/ regangan
- 6.45 pagi - ketibaan VIP/ Pelepas
- 7.00 pagi - Larian bermula
- 8.00 pagi - Penyampaian Hadiah
- 9.00 pagi - Tamat

HUBUNGI KAMI :

Pusat Sukan
Universiti Putra Malaysia
43400 Serdang, Selangor.
Tel : 03-89471284/1285
Fax : 03-89464280
Web Site : www.i-sukan.upm.edu.my