

## Harmonogram Egzaminów Sędziów KS ZZPN – Police 12.03.2019r.

### **IV liga oraz kandydaci do awansu do IV ligi**

15:45 Rozgrzewka do egzaminu sprawnościowego

16:00 Sprint 6x40m

16:15 Bieg Interwałowy

### **Klasa O/A + kandydaci do awansu O/A**

16:15 Rozgrzewka do egzaminu sprawnościowego

16:30 Sprint 6x40m

16:45 Bieg Interwałowy

### **Klasa B/C – Bieg I**

16:45 Rozgrzewka do egzaminu sprawnościowego

17:00 Sprint 6x40m

17:15 Bieg Interwałowy

### **Klasa B/C – Bieg II**

17:15 Rozgrzewka do egzaminu sprawnościowego

17:30 Sprint 6x40m

17:45 Bieg Interwałowy

### **Kadeci 2019**

17:45 Rozgrzewka do egzaminu sprawnościowego

18:00 Sprint 6x40m

18:15 Bieg Interwałowy

### **Kobiety oraz 45+**

18:15 Rozgrzewka do egzaminu sprawnościowego

18:30 Sprint 6x40m

18:45 Bieg Interwałowy

**Prosimy o przybycie 15 minut wcześniej w celu okazania ważnych badań lekarskich, pobrania numerów startowych.**

**Prosimy o punktualność!!!!**