

Harmonogram egzaminów Białogard 12.03.2020r.

Egzamin TEORETYCZNY

godzina 16.30 – , klasa O(salka przy stadionie),

godzina 15.30 klasa A, kadeci(stadion/trybuny/salka – w zależności od pogody)

GRUPA nr 1 KONDYCJA – Kobiety + sędziowie 45+

16:10 Rozgrzewka

16:15 Sprint 6x40m

16:30 Bieg interwałowy

GRUPA nr 2 KONDYCJA – klasa A

16:10 Rozgrzewka

16:30 Sprint 6x40m

16:45 Bieg interwałowy

GRUPA nr 3 KONDYCJA – klasa A, kadeci 2019,2020

16:45 Rozgrzewka

17:00 Sprint 6x40m

17:15 Bieg interwałowy

GRUPA nr 4 KONDYCJA –klasa O.

17:15 Rozgrzewka

17:30 Sprint 6x40m

17:45 Bieg interwałowy