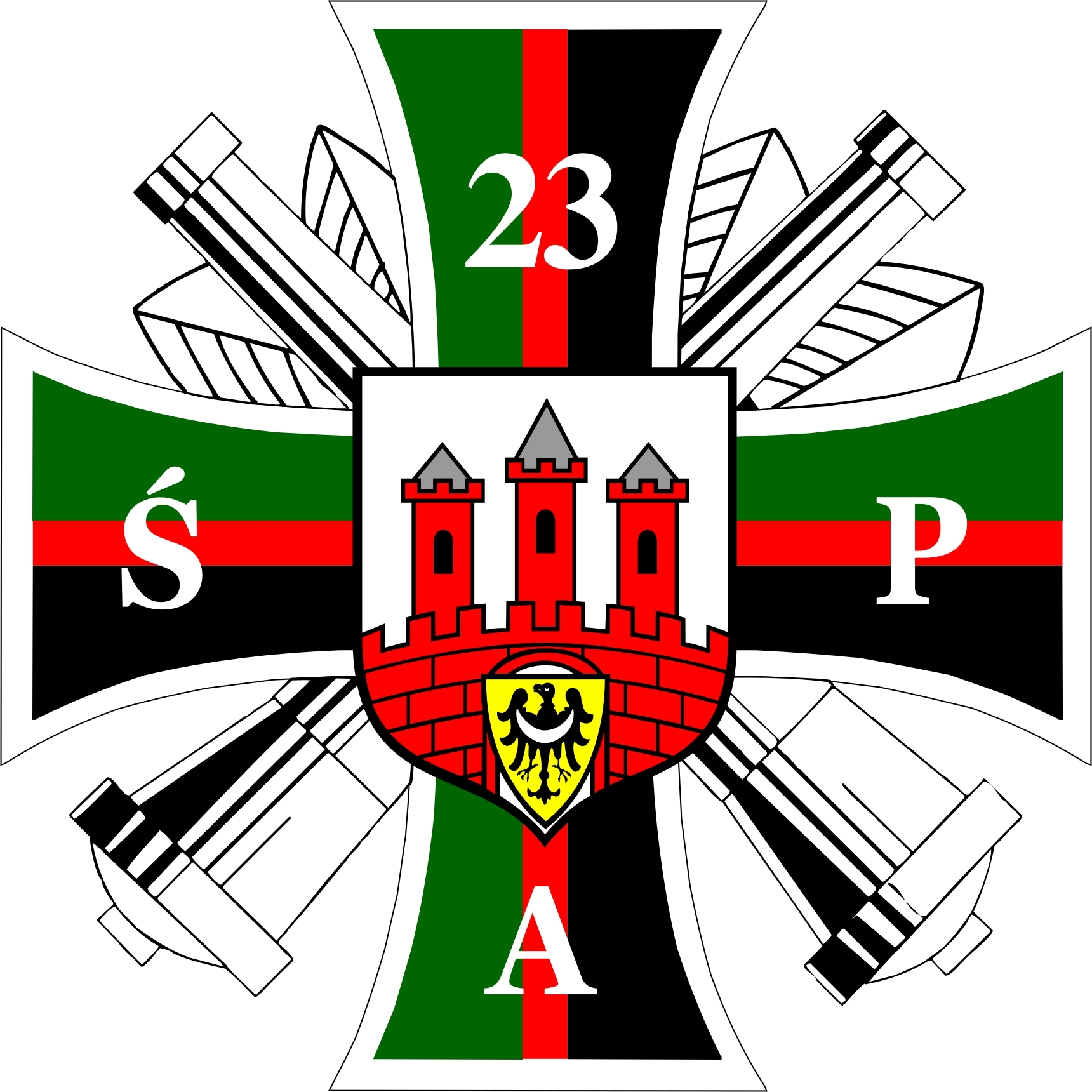
C:\Users\User\AppData\Local\Microsoft\Windows\INetCache\Content.Word\62ks-tiff duże.tif



**REGULAMIN**

**VII Zawodów Sportowo-Obronnych Klas Wojskowych**

**w dniach 09-12.09.2019r.**

**PLAN PRZEPROWADZENIA MISTRZOSTW**





|  |  |
| --- | --- |
| **09.09.2019 (PONIEDZIAŁEK)** | |
| do 17.00 | – Przyjazd zespołów i ich zakwaterowanie |
| 18.00 – 20.00 | – Kolacja |
| 20.00 | – Odprawa techniczna z kapitanami i opiekunami zespołów (Klub Żołnierski) |
| **10.09.2019 (WTOREK)** | |
| 6.00 | – Pobudka |
| 6.15 – 6.45 | – Toaleta poranna |
| 6.45 – 7.45 | – Śniadanie |
| 7.45 | – Zbiórka uczestników zawodów do uroczystego otwarcia mistrzostw |
| 8.00 | – Uroczyste otwarcie mistrzostw (plac apelowy K-3008) |
| 8.30 – 9.00 | – Przegrupowanie zespołów na pływalnie krytą „Orka” |
| 9.00 – 10.30 | – Rozpoczęcie sztafet pływackich |
| 10.30 – 11.00 | – Przegrupowanie w rejon rozgrywania marszobiegu (Krępnica) |
| 11.00 – 18.00 | – Rozpoczęcie marszobiegu |
| 14.00 – 15.00 | – Obiad. |
| 18.00 – 19.00 | – Przegrupowanie zespołów w rejon JW |
| 19.00 – 21.00  19.00 - 22.00 | – Kolacja  - Zabezpieczenie czasu wolnego |
| 21.00 – 22.00 | – Toaleta wieczorna |
| 22.00 | – Cisza nocna |

|  |  |
| --- | --- |
| **11.09.2019 (ŚRODA)** | |
| 6.00 | – Pobudka |
| 6.15 – 6.45 | – Toaleta poranna |
| 6.45 – 7.45 | – Śniadanie |
| 9.00 – 12.00 | – Rozpoczęcie rzutu granatem przez I grupę zespołów |
| 8.00 – 8.30 | – Przegrupowanie II grupy zespołów w rejon strzelnicy |
| 9.00 – 12.00 | – Rozpoczęcie strzelania przez II grupę zespołów |
| 12.00 – 12.30 | – Przegrupowanie II grupy zespołów w rejon obozowiska |
| 12.00 – 13.00 | – Obiad |
| 13.00 – 16.00 | – Rozpoczęcie rzutu granatem przez II grupę zespołów |
| 13.00 – 13.30 | – Przegrupowanie I grupy zespołów w rejon strzelnicy |
| 13.30 – 16.00 | – Rozpoczęcie strzelania przez I grupę zespołów |
| 16.00 – 16.30 | – Przegrupowanie I grupy zespołów w rejon obozowiska |
| 17.00 – 17.30 | – Instruktaż do pokonywania OSF-u |
| 17.30 – 19.00 | – Pokonywanie OSF-u |
| 19.00 – 20.00  19.00-22.00 | – Kolacja  - Zabezpieczenie czasu wolnego |
| 20.00 – 21.00 | – Toaleta wieczorna |
| 22.00 | – Cisza nocna |
| **12.09.2019 (CZWARTEK)** | |
| 6.00 | – Pobudka |
| 6.15 – 6.45 | – Toaleta poranna |
| 6.45 – 7.45 | – Śniadanie |
| 7.45 – 8.30 | – Rozliczenie drużyn z zakwaterowania |
| 8.30 | – Zbiórka do uroczystego zakończenia mistrzostw (plac apelowy) |
| 10.00 | – Uroczyste zakończenie mistrzostw |
| 12.00 | – Wyjazd uczestników mistrzostw |