

PROGRAM - JAKUSZYCE 2013

8

8 Narciarski Bieg o Puchar im. adwokata Ryszarda Porzyckiego

CZWARTEK – 3.01.2013

Od 14.00 przyjazd uczestników

19.00 Kolacja w Restauracji hotelu Biathlon

21.00 Powitanie -Toast Noworoczny – *Biathlon restauracja, sala konferencyjna*

PIĄTEK - 4.01.2013

8.00 - śniadanie restauracja hotelu Biathlon – określenie składu grup treningowych

9.15 - wypożyczenie sprzętu – wypożyczalnia hotelowa,

10.00 – szkolenie dla początkujących grupa I – 2 godziny z instruktorem

10.00 – szkolenie - grupa II niezaawansowanych - 2 godziny z instruktorem

10.00 – wyjście na trasy pozostałych grup z instruktorami/przewodnikami

15.00 – OBIAD restauracja hotelu Biathlon

17..30 – krótka demonstracja sprzętu i pokaz konserwacji nart

18.30 - Losowanie numerów startowych – restauracja Biathlon

19.00 – Uroczysta Kolacja – restauracja hotelu Biathlon

SOBOTA – 5.01.2013

8.00 - śniadanie restauracja hotelu Biathlon

9.15 – zajęcia z instruktorem

10.00 – wyjście na trasy pozostałych grup z instruktorami/przewodnikami

16.00 – obiad w restauracji hotelowej Biathlonu.

17.00 - Prawo sportowe - konferencja

19.00 – FAKULTATYWNIE -wspólna wycieczka na piwo do Harachova, organizator rezerwuje stoliki, zapewnia transport.

NIEDZIELA – 6.01.2013

8.00 – śniadanie w restauracji hotelowej Biathlonu

10.00 - 8 Narciarski Bieg o Puchar im. adwokata Ryszarda Porzyckiego start i meta na Polanie Jakuszyckiej, bieg rozgrywany jest w klasyfikacji *open* bez podziału na grupy wiekowe w kategoriach Pań i Panów oraz Dzieci, **techniką klasyczną** na dystansach: Panie i Dzieci 2 500 metrów Panowie 5 000 metrów. Start zawodników co 30 sek., trasy łatwe.

WRĘCZENIE PUCHARÓW

13.30 – obowiązek opuszczenia pokoi

14.00 – Obiad

WYJAZD

ORGANIZATORZY

Andrzej Wosiński 502 687 001, Małgorzata Derezińska 602 610 740,

Zawody, Łukasz Klamouz 512 269 897, **szkolenie** Piotr Dorniak 791 420 707