

HARMONOGRAM TESTU SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ

Szkoła Aspirantów Państwowej Straży Pożarnej w Krakowie, rok szkolny 2012/2013

godz. 8⁰⁰ – Zbiórka kandydatów na egzamin sprawności fizycznej – stadion AWF im. Bronisława Czecha w Krakowie, Al. Jana Pawła II 78.

godz. 9⁰⁰ – Rozpoczęcie testu sprawności fizycznej wg poniższego harmonogramu.

GODZINOWY HARMONOGRAM TESTU SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ

	od 9 ⁰⁰ do 10 ³⁰	od 12 ⁰⁰ do 13 ³⁰	od 18 ⁰⁰ do 19 ⁰⁰
GRUPA I numery od 1 do 230	<u>BIEG 50 m</u> <u>Bieżnia A</u> od 1 do 115 <u>Bieżnia B</u> od 116 do 230	<u>PODCIĄGANIE</u> <u>NA</u> <u>DRAŻKU</u> <u>Drażek I</u> od 1 do 77 <u>Drażek II</u> od 78 do 154 <u>Drażek III</u> od 155 do 230	<u>BIEG 1000 m</u>
GRUPA II numery od 231 do 460	<u>BIEG 50 m</u> <u>Bieżnia A</u> od 231 do 345 <u>Bieżnia B</u> od 346 do 460	<u>PODCIĄGANIE</u> <u>NA</u> <u>DRAŻKU</u> <u>Drażek I</u> od 231 do 307 <u>Drażek II</u> od 308 do 384 <u>Drażek III</u> od 385 do 460	<u>BIEG 1000 m</u>
GRUPA III numery od 461 do 690	<u>PODCIĄGANIE</u> <u>NA</u> <u>DRAŻKU</u> <u>Drażek I</u> od 461 do 537 <u>Drażek II</u> od 538 do 614 <u>Drażek III</u> od 615 do 690	<u>BIEG 50 m</u> <u>Bieżnia A</u> od 461 do 575 <u>Bieżnia B</u> od 576 do 690	<u>BIEG 1000 m</u>
GRUPA IV numery od 691 do 921	<u>PODCIĄGANIE</u> <u>NA</u> <u>DRAŻKU</u> <u>Drażek I</u> od 691 do 767 <u>Drażek II</u> od 768 do 844 <u>Drażek III</u> od 845 do 921	<u>BIEG 50 m</u> <u>Bieżnia A</u> od 691 do 805 <u>Bieżnia B</u> od 806 do 921	<u>BIEG 1000 m</u>