

Egzaminy Szczepła Okręgu - sędziowie asystenci

Data: 18.06.2024

Adres: Zabrze, ul. Macieja Rataja (Stadion KS Koksownik)

Podział na grupy

Grupa	Podokręg	
Grupa nr 1	Bielsko-Biała, Częstochowa, Racibórz, Tychy, Żywiec	Asystenci (III Liga oraz IV Liga)
Grupa nr 2	Bytom, Lubliniec, Rybnik, Zabrze	Asystenci (III Liga oraz IV Liga)
Grupa nr 3	Katowice, Sosnowiec	Asystenci (III Liga oraz IV Liga)

Harmonogram: rejestracja + egzamin teoretyczny

Przedział czasowy			
16:00	16:15	Rejestracja bieg nr. 1	Bielsko-Biała, Częstochowa, Racibórz, Tychy, Żywiec
16:25	17:15	Egzamin teoretyczny	Wszyscy uczestnicy
17:15	17:30	Rejestracja bieg nr. 2	Bytom, Lubliniec, Rybnik, Zabrze
17:35	17:50	Rejestracja bieg nr. 3	Katowice, Sosnowiec

* Poszczególne punkty harmonogramu będą zaczynały się punktualnie o wskazanych godzinach

** Egzamin będzie odbywał się na boisku z sztuczną nawierzchnią

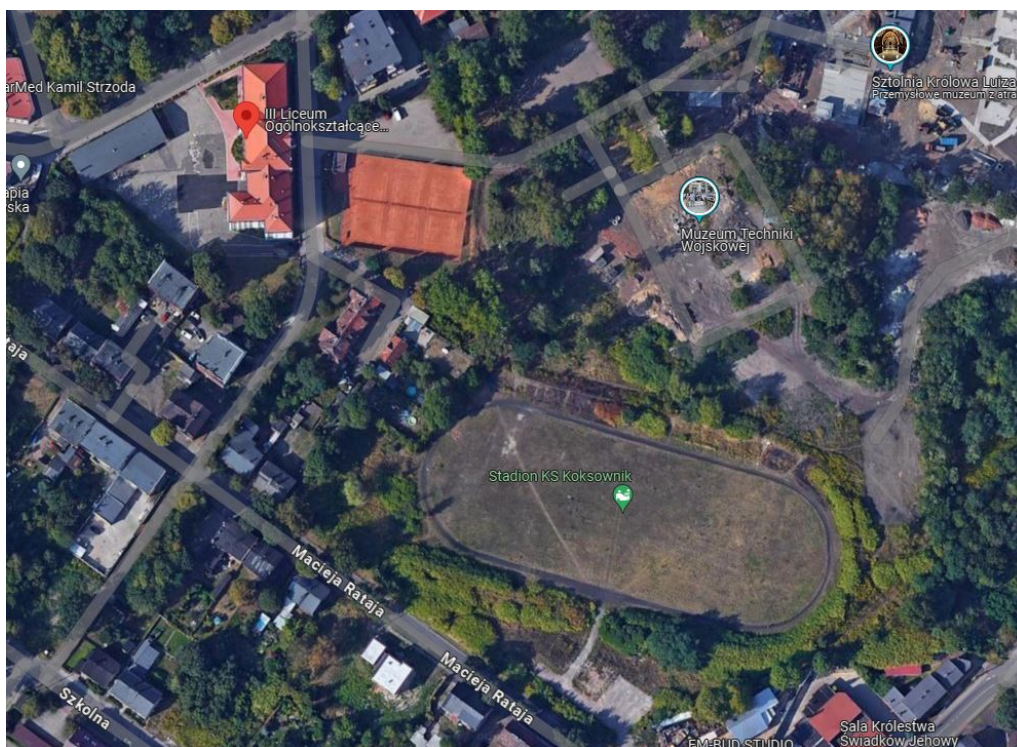
*** Rejestracja będzie odbywała się w okolicy boiska. Proszę przestrzegać harmonogramu i podchodzić do rejestracji o czasie przeznaczonym dla swojej grupy!

Harmonogram: egzamin sprawności fizycznej

Przedział czasowy			Limity	Podokręg
17:40	18:00	Sprinty bieg nr. 1	30m 5x 4,8 s	Bielsko-Biała, Częstochowa, Racibórz, Tychy, Żywiec
18:00	18:15	CODA nr. 1	1x 10,00 s	
18:20	18:50	Interwał bieg nr. 1	15/20s 4000m	
18:10	18:30	Sprinty bieg nr. 2	30m 5x 4,8 s	Bytom, Lubliniec, Rybnik, Zabrze
18:30	18:45	CODA nr. 2	1x 10,00 s	
18:50	19:20	Interwał bieg nr. 2	15/20s 4000m	
18:40	19:00	Sprinty bieg nr. 3	30m 5x 4,8 s	Katowice, Sosnowiec
19:00	19:15	CODA nr. 3	1x 10,00 s	
19:20	19:50	Interwał bieg nr. 3	15/20s 4000m	

Egzamin teoretyczny

1. Egzamin zostanie przeprowadzony w formie zdalnej każdy z uczestników jest zobowiązany w własnym zakresie zapewnić sobie urządzenie elektroniczne (telefon, tablet lub laptop) z dostępem do Internetu, poczty e-mail oraz przeglądarki internetowej.
2. Link do rozwiązania testu zostanie przesłany na adres e-mail zadeklarowany przed rozpoczęciem sezonu podczas zgłaszania sędziego jako kandydata na szczebel okręgu przez przewodniczącego danego podokręgu.
3. Egzamin odbędzie się w budynku III Liceum Ogólnokształcącego Zespołu Szkół nr 11



Podział na Sale podczas egzaminu teoretycznego

Egzamin będzie odbywał się w 3 salach w budynku szkoły. Komisja będzie kierowała uczestników do sal zgodnie z podziałem na grupy, analogicznie jak podczas egzaminu sprawności fizycznej:

Grupa	Podokręg	
Grupa nr 1	Bielsko-Biała, Częstochowa, Racibórz, Tychy, Żywiec	Asystenci (III Liga oraz IV Liga)
Grupa nr 2	Bytom, Lubliniec, Rybnik, Zabrze	Asystenci (III Liga oraz IV Liga)
Grupa nr 3	Katowice, Sosnowiec	Asystenci (III Liga oraz IV Liga)

Proszę przestrzegać przydziału do grup!