



Projekt współfinansuje m.st. Warszawa

Minister
Sportu i Turystyki

KOMUNIKAT I

XXIV Warszawska Liga Narciarska I eliminacja-test sprawnościowy

1. Organizatorzy:

Warszawski Klub Narciarski we współpracy z SZS, WOZN i klubami narciarskimi zrzeszonymi w WOZN

2. Miejsce i termin:

Test odbędzie się w hali lekkoatletycznej nr 4 Akademii Wychowania Fizycznego w Warszawie, ul. Marymoncka 34 **w sobotę 04.10.2025**

09:00 rozdawanie nr startowych,

09:30 zapoznanie się z testem,

10:00 rozpoczęcie testu.

3. Uczestnictwo:

W I eliminacji mogą uczestniczyć zawodnicy i zawodniczki niezrzeszeni, a także będący członkami klubów sportowych czy szkolnych klubach sportowych.

4. Konkurencje:

Test zostanie przeprowadzony zgodnie z Regulaminem cyklu WLN i ewentualnymi zmianami wprowadzonymi komunikatami. Test zostanie przeprowadzony w następujących konkurencjach:

- Bieg wytrzymałościowy na dystansie 1000m/800m 600m,
- Skok w dal z miejsca,
- Pomiar dynamometryczny siły dłoni,
- Wytrzymanie w zwisie na drążku,
- Bieg zwinnościowy (4 x 10m),
- Skłon w przód z leżenia tyłem – próba siły mięśni brzucha,
- Skłon tułowia w przód – siła gibkości,
- Bieg 50m – próba szybkości.

OFICJALNI PARTNERZY WKN:





Minister
Sportu i Turystyki

5. Klasyfikacja:

Zawodnicy będą klasyfikowani w 5 kategoriach wiekowych z podziałem na grupy kobiet i mężczyzn

L.P.	Kategoria	Rocznik
1.	dzieci	2017 – 2016
2.	dzieci starsze	2015– 2014
3.	młodzik	2013 – 2012
4.	junior młodszy	2011 – 2010
5.	junior	2009 – 2005

Zawody są zaliczane do łącznej klasyfikacji Warszawskiej Ligi Narciarskiej.

Grupy 1,2,8 będą klasyfikowane tylko z 2,3,4 i 5 eliminacji.

6. Zgłoszenia:

- przyjmowane będą od dnia 22.09.2025 godz.20:00 do czwartku 02.10.2025 do godz. 20:00
- piątek 03.10.2025 - weryfikacja zapisów w godzinach 12:00-16:00. Losowanie godz. 16:00.
Po godz. 16:00 w piątek 03.10.2025 nie dokonujemy żadnych zmian w listach startowych.
- udział w teście jest bezpłatny
- informacja o sposobie zgłoszenia:?

W zgłoszeniu należy podać: nazwisko i imię zawodnika, płeć, datę urodzenia, informację o ewentualnej przynależności klubowej lub numer szkoły zawodnika.

Biuro zawodów:

WKN, Warszawa, ul. Dawska 22, tel. +22 824 09 56, tel: 604 144 024, e-mail: wkn@wkn.pl jest czynne od poniedziałku do piątku w godzinach 10:00-16:00

Informacji prosimy szukać na:

www.wkn.pl

<http://www.facebook.com/WarszawskiKlubNarciarski>

oraz w biurze WKN

www.rasc.pl

www.info.alpiclub.pl

www.strefa-ruchu.pl

www.potwory.com

www.sporteum.pl

OFICJALNI PARTNERZY WKN:

