

## **PLAN KURSU PRZED SEZONEM 2026/2027**

### **SOBOTA 22.08.2026**

**10.00** – Testy biegowe (bieżnia Oświęcim)

**12.15** – Rozpoczęcie kursu

**13.00** – Obiad

**14.15** – Zmiany w przepisach

**15.15** – Podręcznik sytuacji

**16.30** – Wykład

**18.00** – Kolacja

**19.00** – Strategia na sezon 2026/2027

**20.30** – Test teoretyczny + omówienie

**21.30** – Integracja

### **NIEDZIELA 23.08.2026**

**9.00** – Wykład

**10.30** – Prezentacja (doświadczenia własne)

**11.15** – Strategia C.D.

**13.30** – Obiad

**14.30** – Strategia C.D.

**15.30** – Podsumowanie