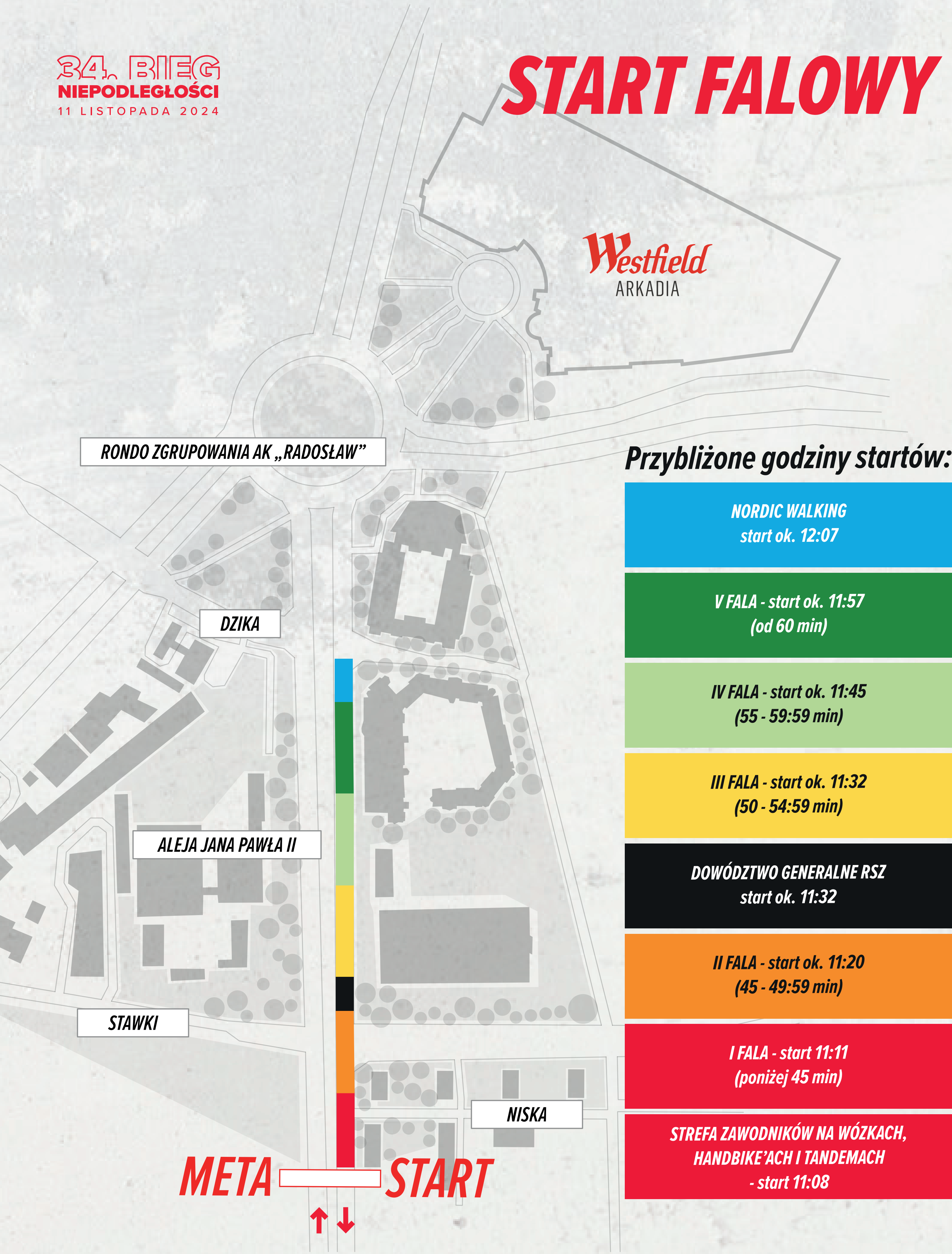
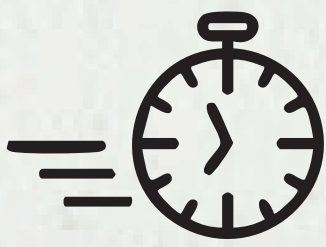


START FALOWY

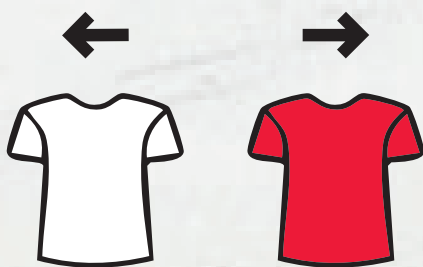


Przybliżone godziny startów:

NORDIC WALKING start ok. 12:07
V FALA - start ok. 11:57 (od 60 min)
IV FALA - start ok. 11:45 (55 - 59:59 min)
III FALA - start ok. 11:32 (50 - 54:59 min)
DOWÓDZTWO GENERALNE RSZ start ok. 11:32
II FALA - start ok. 11:20 (45 - 49:59 min)
I FALA - start 11:11 (poniżej 45 min)
STREFA ZAWODNIKÓW NA WÓZKACH, HANDBIKE'ACH I TANDEMACH - start 11:08



Przed godz. 11:11 ustaw się w swojej strefie startu zgodnie z deklarowanym czasem, aby wspólnie z innymi biegaczami utworzyć flagę i odśpiewać Hymn Narodowy.



Biegaczy w białych koszulkach prosimy o ustawienie się od strony torowiska, a biegaczy w czerwonych koszulkach po drugiej stronie.