

Łyżwiarstwo szybkie – tor długi

21.02 – 24.02.2019

Zakopane

Miejsce zawodów	Tor lodowy Centralnego Ośrodka Sportu OPO Zakopane ul. Br. Czecha 1, 34-500 Zakopane
Kierownik zawodów	Krzysztof Gąsienica, tel. 607 844 393, e-mail: roy@zakopane.biz
Sędzia Główny	Sylwia Okólska
Delegat Techniczny	Jan Trzebunia
Akredytacja	21.02.2019 do godz. 12:00 Ośrodek Sportowy Stopex ul. Paryskich 7, 34-500 Zakopane, tel. 601 661 661
Konferencja techniczna	21.02.2019 godz. 18:00 Biuro Okręgowego Związku Łyżwiarstwa Szybkiego – tor lodowy ul. Br. Czecha 1, 34-500 Zakopane
Zakwaterowanie i wyżywienie	Ośrodek Sportowy Stopex ul. Paryskich 7, 34-500 Zakopane, tel. 601 661 661 Willa Olivia, ul. Droga do Olczy 21c, 34-500 Zakopane, tel. 18 201 19 78
Biuro zawodów	Biuro Okręgowego Związku Łyżwiarstwa Szybkiego – tor lodowy ul. Br. Czecha 1, 34-500 Zakopane Alicja Trzebunia, tel. 793 661 149, e-mail: ala.trzebunia@gmail.com
Termin zgłoszenia ekip	do 15.02.2019 r.

<u>21.02.2019</u>	do 12:00	przyjazdy ekip – obiad
	16:00	trening przedstartowy
	18:00	konferencja techniczna
<u>22.02.2019</u>	08:45	rozgrzewka na lodzie
	10:00	bieg 500 m
	12:00	bieg 1500 m – kobiety
	13:30	bieg 3000 m – mężczyźni
<u>23.02.2019</u>	09:00	rozgrzewka na lodzie
	10:00	bieg 1000 m – kobiety
	11:15	bieg 1500 m – mężczyźni
	12:30	bieg drużynowy – kobiety (6 okr.)
	13:30	bieg drużynowy – mężczyźni (8 okr.)
	17:30	ceremonia otwarcia XXV Ogólnopolskiej Olimpiady Młodzieży w sportach zimowych Małopolska 2019 (ZSzMS w Zakopanem)
<u>24.02.2019</u>	09:00	rozgrzewka na lodzie
	10:00	bieg 1000 m – mężczyźni
	11:30	bieg 3000 m – kobiety
	13:00	bieg 5000 m – mężczyźni
	14:00	mass start - kobiety (10 okr.)

14:30 mass start – mężczyźni (10 okr.)

15:30 dekoracja

ceremonia zamknięcia XXV OOM Małopolska 2019 w łyżwiarstwie
szybkim na torze długim

obiad – wyjazd ekip