

KLASA SPORTOWO – RATOWNICZA

Termin przeprowadzenia prób sprawności fizycznej:

- I termin **10.06.2026r.** (środa) godz. **16.30.** **OBOWIĄZKOWY!**
- II termin **17.06.2026 r.** (środa) godz. **16.30.** dla osób, które nie będą mogły przystąpić do prób sprawności fizycznej w pierwszym terminie (przypadki nadzwyczajne, udokumentowane).
- Miejsce: Hala sportowa w Zespole Szkół Licealnych w Leżajsku

Należy zabrać ze sobą strój sportowy.

Oceniane będą 4 konkurencje:

1. Rzut piłką lekarską.
2. Siad z leżenia na plecach w czasach 30 sekund („brzuski”)
3. Bieg ze zmianą kierunku („koperta”)
4. Bieg wahadłowy 10 x 5 m

WAŻNE!

Do **17.07.2026r.** należy dostarczyć :

1. zgodę rodziców / opiekunów prawnych na naukę w klasie o profilu sportowo-ratownicznym
2. orzeczenie lekarza podstawowej opieki zdrowotnej potwierdzające bardzo dobry stan zdrowia umożliwiające naukę w klasie sportowo-ratownicznej

**Kandydaci, którzy w drugim lub trzecim wyborze wybrali
KLASĘ SPORTOWO – RATOWNICZĄ również obowiązkowo muszą
podejść w pierwszym terminie do prób sprawności fizycznej !**