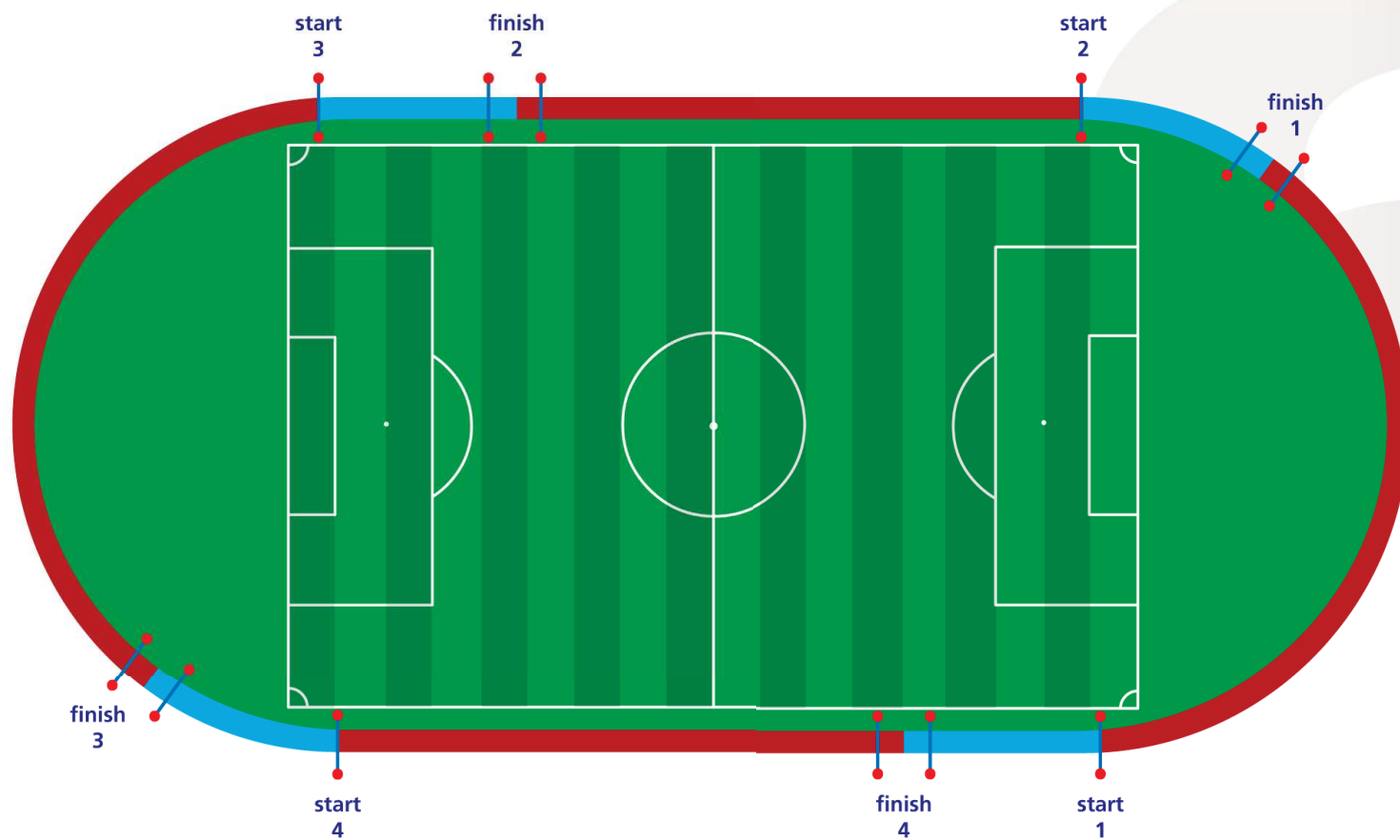


Sędzie / Sędziowie

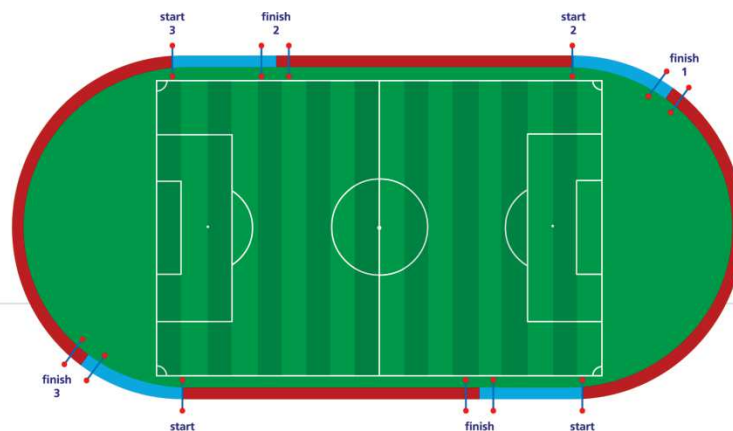
Test wytrzymałości



Sędzie / Sędziowie

Test wytrzymałości

- Sędziowie pokonują wyznaczony dystans w interwale: 75 m bieg z wysoką intensywnością oraz 25 m marsz.
- Tempo jest regulowane przez pliki dźwiękowe audio, które odpowiadają kategorii sędziego.
- Sędziowie muszą startować z pozycji stojącej.
- Sędziom nie wolno startować przed sygnałem gwizdka.





Sędzie / Sędziowie

Test wytrzymałości

- Na końcu każdej strefy biegu, każdy sędzia musi wbiec w „strefę chodu” przed dźwiękiem sygnału gwizdka.
- Strefa chodu zaznaczona jest pachółkiem znajdującym się 1,5 m przed i 1,5 m za linią 75 m.
- Jeżeli sędzia nie zdąży postawić stopy w strefie chodu przed sygnałem, otrzyma ostrzeżenie od egzaminatora.
- Jeżeli sędzia po raz drugi nie zdąży postawić stopy w strefie chodu przed sygnałem gwizdka, egzaminator wyklucza takiego sędziego z dalszego biegu i informuje go o niezaliczeniu testu.