

POGORIA OPEN WATER  
FINAŁ GRAND PRIX PUCHARU POLSKI  
28.08.2022 r.

# PROGRAM ZAWODÓW

- 9:00- Biuro Zawodów - weryfikacja i numerowanie zawodników
- 10:30- 10:45 – odprawa techniczna dla zawodników i kierowników ekip GPP 5000m
- **10:50 – 11:00** – uroczyste otwarcie zawodów Pogoria Open Water i GP Polski
- **11:00 – 12:30** – wyścigi GPP – 3000m i 5000m

\* – odprawy techniczne dla zawodników 400m, 1000m, 3000m oraz sztafet odbędą się na 10 minut przed planowanym startem danej konkurencji.

- 12:30- 12:50 – wyścig dzieci do lat 13 – 400m
- 13:00- 13:30 – wyścig 1000m
- 13:45- 15:00 – wyścig główny Pogoria Open Water
- 15:15- 15:45- rodzinny wyścig sztafetowy 2x100m (dziecko + rodzic)
- 15:45- 16:15 – wyścigi sztafetowe 4x200m OPEN
- 16:30- uroczyste zakończenie zawodów

\*- ceremonie nagradzania zwycięzców w poszczególnych dystansach odbędą się, w miarę możliwości pomiędzy kolejnymi startami.