**RAMOWY PROGRAM**XXI Ogólnopolskiej Spartakiady „AMAZONEK”
**Centralny Ośrodek Sportu- Ośrodek Przygotowań Olimpijskich
Al. Zdobywców Wału Pomorskiego 99, 78-600 Wałcz**24-27 września 2015r.

**24 września 2015r. (czwartek)**

**12.00**- przyjazd uczestniczek XXI Ogólnopolskiej Spartakiady „AMAZONEK”
(doba hotelowa rozpoczyna się od 15.00, zakwaterowanie przed godziną 15.00 będzie możliwe jedynie w wypadku wolnych pokoi)
**13.00- 14.00 –** obiad
**16.30 –** zapoznanie z obiektem sportowym „COS Wałcz” (zapoznanie z boiskami należącymi do kompleksu sportowego, zapoznanie z dyscyplinami sportowymi realizowanymi w czasie Spartakiady)
**18.00 –** kolacja
**19.00 –** spotkanie organizacyjne
 (SALA WYKŁADOWA: losowanie drużyn, przybliżenie harmonogramu rozgrywania poszczególnych dyscyplin sportowych w kolejnych dniach)

**25 września 2015r. (piątek)**

**8.00- 9.30 –** Śniadanie
**10.00** – uroczyste otwarcie XXI Ogólnopolskiej Spartakiady „Amazonek”
 (PŁYTA BOISKA HOKEJOWEGO: taniec, uroczyste przejście z tablicami po płycie boiska)
**10.30 –** wspólna rozgrzewka na płycie boiska hokejowego **10.45 – 13.30 –**I część rozgrywek sportowych w ramach XXI Ogólnopolskiej Spartakiady „AMAZONEK” – płyta boiska hokejowego
**14.00- 15.00** – obiad
**15.30- 18.00** – II część rozgrywek sportowych w ramach XXI Ogólnopolskiej Spartakiady „AMAZONEK” – płyta boiska hokejowego
**19.00** – kolacja

**26 września 2015r. (sobota)**

 **8.00- 9.30 –** Śniadanie
**10.00 –** wspólna rozgrzewka na płycie boiska hokejowego
**10.15- 13.30** – kontynuacja rozgrywek sportowych w ramach XXI Ogólnopolskiej Spartakiady „AMAZONEK” – płyta boiska hokejowego
**14.00- 15.00 –** obiad
**15.30- 18.00 –** kontynuacja rozgrywek sportowych w ramach XXI Ogólnopolskiej Spartakiady „AMAZONEK” – płyta boiska hokejowego
**19.00 –**uroczysta kolacja, wręczenie nagród/ dyplomów, udekorowanie zwycięzców

**27 września 2015r. (niedziela)**

**8.00- 9.30** Śniadanie
**10.00- 12.00**- wyjazd uczestniczek XXI Ogólnopolskiej Spartakiady „AMAZONEK”