|  |  |
| --- | --- |
| **09:15-11:00** | **Rejestracja uczestników, rozdanie numerów startowych** |
| **11:15** | **START BIEGU – trasa czerwona ok. 10 km** |
| **11:25** | **START BIEGU – trasa zielona ok. 3,5 km** |
| **do 12:00** | **Rozdanie upominków oraz medali dla uczestników trasy zielonej, posiłek regeneracyjny** |
| **12:00** | **Pokaz pierwszej pomocy**  |
| **do 12:30** | **Rozdanie upominków oraz medali dla uczestników trasy czerwonej, posiłek regeneracyjny** |
|  |  |
| **12:45** | **Dekoracja zwycięzców biegu** |
| **13:00** | **Zakończenie imprezy** |

**Plan IV Biegu Leśnika**

**Nadleśnictwo Skierniewice**