

UBIÓR (SPRZĘT) NA TEST SPRAWNOŚCIOWY

1. Pływalnia:

- spodenki/strój kąpielowy (nie dopuszcza się pianek/spodenek neoprenowych i innego podobnego sprzętu poprawiającego pływalność),
- czepek,
- okulary pływackie (nieobowiązkowe),
- klapki basenowe.

2. Hala sportowa:

- koszulka i spodenki sportowe,
- obuwie halowe na jasnej podeszwie kauczukowej.

3. Bieg na dystansie 3000 m:

- strój sportowy stosowny do warunków pogodowych.

4. Walka wręcz:

- strój sportowy,
- ochraniacz szczęki.