**WF 27.05.20r.**

Temat: Sztafety .

Sztafeta – rodzaj zespołowej konkurencji sportowej, odbywająca się na trasie podzielonej na odcinki. Następny zawodnik może wystartować dopiero po ukończeniu odcinka przez poprzedniego, gdy otrzyma od poprzednika pałeczkę w wyznaczonej strefie zmian. O kolejności decyduje pozycja na mecie ostatniego zawodnika.

Sztafety organizowane są w następujących dyscyplinach sportowych:

lekkoatletyce:

sztafeta 4 × 100 m

sztafeta 4 × 400 m

sztafeta olimpijska

sztafeta szwedzka

Ekiden (sztafeta maratońska)

pływaniu

pięcioboju nowoczesnym

biegu na orientację

narciarstwie

biatlonie

łyżwiarstwie szybkim na torze krótkim (short track)

sporcie psich zaprzęgów

zawodach strażackich

Oglądnij konkurencje sztafetowe na dowolnych mistrzostwach Europy lub igrzyskach olimpijskich (lekkoatletyka). Zapamiętaj na jakie dystanse biegają zawodnicy w sztafetach. Pamiętaj o codziennej aktywności fizycznej☺