

Na początku filmu policjant przy użyciu gwizdka daje znać dla zawodników o rozpoczęciu zawodów. Dwóch mundurowych wysiada z radiowozu i biegnie w kierunku toru przeszkód. Mundurowi w jak najkrótszym czasie omijają pachołki ustawione obok siebie i dobiegają do mety. W następnej konkurencji mundurowi strzelają z broni krótkiej do tarcz strzeleckich zza przesłony. Sędzia zawodów podchodzi do tarcz i liczy punkty jakie uzyskał zawodnik. W innym ujęciu widzimy jak na sali do ćwiczeń policjanci są oceniani z konkurencji technik i taktyk obrony i obezwładniania na macie. Pozorant symuluje uderzenie pałką. Policjant odpiera atak i obezwładnia pozoranta. Film uzupełnia dynamiczna muzyka. Na końcu filmu pojawia się logo lubelskiej policji oraz napis Lubelska Policja.