



Memorial Jerzego Szczębatego Puchar Ziemi Podkarpackiej 2014
Tarnobrzeg, 13-4-2014

Harmonogram sesji nr 1 - BLOK I

2014-04-13 - 10:00

Rozgrzewka: 9:00 do 9:50

10:00	1.	100m klasyczny	Kobiet	Eliminacje	12 +	0:10	4 Serie
10:10	2.	100m klasyczny	M czyzn	Eliminacje	12 +	0:15	6 Serie
10:25	3.	50m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:10	5 Serie
10:35	4.	50m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:10	8 Serie
10:45	5.	100m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:15	5 Serie
11:00	6.	100m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:10	5 Serie
11:10	7.	100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:15	7 Serie
11:25	8.	100m dowolny	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:20	10 Serie
11:45	9.	200m zmienny	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:15	3 Serie
12:00	10.	200m zmienny	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:15	4 Serie
12:15	11.	6 x 50m dowolny	Mieszane	Serie na czas	Open	0:05	2 Serie
12:20	Koniec sesji				Całkowity czas	2:20	

Harmonogram sesji nr 2 - BLOK II

2014-04-13 - 15:30

Rozgrzewka: 14:30 do 15:20

15:30	1.	100m klasyczny	Kobiet	Finał	12 +	0:10	3 Serie
15:40	2.	100m klasyczny	M czyzn	Finał	12 +	0:10	3 Serie
15:50	12.	50m dowolny	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:10	7 Serie
16:00	13.	50m dowolny	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:15	10 Serie
16:15	14.	100m zmienny	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:15	6 Serie
16:30	15.	100m zmienny	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:15	7 Serie
16:45	16.	50m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:10	5 Serie
16:55	17.	50m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:10	7 Serie
17:05	18.	50m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:10	6 Serie
17:15	19.	50m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:10	6 Serie
17:25	20.	100m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:10	3 Serie
17:35	21.	100m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:10	5 Serie
17:45	22.	4 x 50m zmienny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:05	1 Seria
17:50	23.	4 x 50m zmienny	M czyzn	Serie na czas	Open		1 Seria
17:50	Koniec sesji				Całkowity czas	2:20	