



Podkarpacka Liga Pływacka Dzieci 10-11lat 3 edycja jesie 2014
Stalowa Wola, 6-12-2014

Harmonogram sesji nr 1 - 6 Grudzie 2014

2014-12-06 - 10:00

Rozgrzewka: 9:00 do 9:50

10:00	1.	50m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	- 10	0:10	6 Serie
10:10	2.	50m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	- 10	0:10	4 Serie
10:20	3.	50m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:10	4 Serie
10:30	4.	50m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	11	0:05	3 Serie
10:35	5.	100m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	- 10	0:15	6 Serie
10:50	6.	100m dowolny	Chłopców	Serie na czas	- 10	0:20	7 Serie
11:10	7.	200m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:15	3 Serie
11:25	8.	200m dowolny	Chłopców	Serie na czas	11	0:10	3 Serie
11:35	9.	50m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	- 10	0:05	2 Serie
11:40	10.	50m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	- 10	0:05	3 Serie
11:45	11.	50m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:05	2 Serie
11:50	12.	50m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	11	0:05	3 Serie
11:55	13.	100m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	- 10	0:10	3 Serie
12:05	14.	100m zmienny	Chłopców	Serie na czas	- 10	0:05	3 Serie
12:10	15.	100m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:10	4 Serie
12:20	16.	100m zmienny	Chłopców	Serie na czas	11	0:10	3 Serie
12:30	17.	4 x 50m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	- 10	0:10	2 Serie
12:40	18.	4 x 50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	- 10	0:05	2 Serie
12:45	19.	4 x 50m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:05	1 Seria
12:50	20.	4 x 50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	11	0:05	1 Seria
12:55	Koniec sesji				Całkowity czas	2:55	