



Memorial Jerzego Szczębatego Puchar Ziemi Podkarpackiej 2015
Tarnobrzeg, 26.04.2015

Harmonogram sesji nr 1 - BLOK I

2015-04-26 - 10:00

Rozgrzewka: 9:00 do 9:50

10:00	1.	100m klasyczny	Kobiet	Eliminacje	Open	0:15	6 Serie
10:15	2.	100m klasyczny	M czyzn	Eliminacje	Open	0:15	6 Serie
10:30	3.	50m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:15	9 Serie
10:45	4.	50m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:15	9 Serie
11:00	5.	100m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:20	8 Serie
11:20	6.	100m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:15	6 Serie
11:35	7.	100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:20	9 Serie
11:55	8.	100m dowolny	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:20	10 Serie
12:15	9.	200m zmienny	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:25	6 Serie
12:40	10.	200m zmienny	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:20	5 Serie
13:00	11.	6 x 50m dowolny	Mieszane	Serie na czas	Open	0:05	2 Serie
13:05	Koniec sesji				Całkowity czas	3:05	

Harmonogram sesji nr 2 - BLOK II

2015-04-26 - 15:30

Rozgrzewka: 14:30 do 15:20

15:30	1.	100m klasyczny	Kobiet	Finał	Open	0:05	1 Seria
15:35	2.	100m klasyczny	M czyzn	Finał	Open		1 Seria
15:35	12.	50m dowolny	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:15	10 Serie
15:50	13.	50m dowolny	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:15	10 Serie
16:05	14.	100m zmienny	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:20	9 Serie
16:25	15.	100m zmienny	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:20	8 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	6 Serie
17:05	18.	50m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:10	7 Serie
17:15	19.	50m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:10	7 Serie
17:25	20.	100m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:15	6 Serie
17:40	21.	100m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:10	5 Serie
17:50	22.	4 x 50m zmienny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:10	2 Serie
18:00	23.	4 x 50m zmienny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:05	2 Serie
18:05	Koniec sesji				Całkowity czas	2:35	