



TYCHY ✓ DOBRE MIEJSCE  
dla sportu



Puchar Polski Masters Tychy 2017  
Tychy, 25-26.03.2017r.

**Harmonogram sesji nr 1 - I BLOK (Sobota)**

**2017-03-25 - 15:00**

Rozgrzewka: 14:00 do 14:45

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

**Harmonogram sesji nr 2 - II BLOK (Niedziela)**

**2017-03-26 - 9:00**

Rozgrzewka: 8:00 do 8:50

9:00	17.	4 x 50m zmienny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:10	2 Serie
9:10	18.	4 x 50m zmienny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:05	2 Serie
9:15	19.	50m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:10	5 Serie
9:25	20.	50m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	20 +	0:15	8 Serie
9:40	21.	100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:05	3 Serie
9:45	22.	100m dowolny	M czyzn	Serie na czas	20 +	0:20	9 Serie
10:05	23.	100m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:15	5 Serie
10:20	24.	100m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	20 +	0:20	7 Serie
10:40	25.	200m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:15	3 Serie
10:55	26.	200m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	20 +	0:15	3 Serie
11:10	27.	200m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:05	1 Seria
11:15	28.	200m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	20 +	0:15	3 Serie
11:30	29.	100m zmienny	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:20	6 Serie
11:50	30.	100m zmienny	M czyzn	Serie na czas	20 +	0:20	9 Serie
12:10	31.	50m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:05	3 Serie
12:15	32.	50m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	20 +	0:10	6 Serie
12:25	33.	400m dowolny	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:20	2 Serie
12:45	34.	400m dowolny	M czyzn	Serie na czas	20 +	0:35	5 Serie
13:20	Koniec sesji				Całkowity czas	4:20	

