



VI Międzynarodowe Mistrzostwa Stalowej Woli w pływaniu  
Stalowa Wola, 08-09.04.2017

**Harmonogram sesji nr 1 - I BLOK**

**2017-04-08 - 14:00**

Rozgrzewka: 13:00 do 13:45

14:00	1.	50m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:20	11 Serie
14:20	2.	50m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0:15	11 Serie
14:35	3.	100m zmienny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:30	13 Serie
15:05	4.	100m zmienny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:30	11 Serie
15:35	5.	100m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:10	5 Serie
15:45	6.	100m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0:15	6 Serie
16:00	7.	50m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:25	18 Serie
16:25	8.	50m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:25	17 Serie
16:50	9.	100m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:20	8 Serie
17:10	10.	100m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:25	9 Serie
17:35	11.	200m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:30	7 Serie
18:05	12.	200m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0:15	4 Serie
18:20	13.	200m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:50	12 Serie
19:10	14.	200m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:40	10 Serie
19:50	15.	4 x 50m zmienny	Mieszane	Serie na czas	Open	0:10	3 Serie
20:00	Koniec sesji				Całkowity czas	6:00	

**Harmonogram sesji nr 2 - II BLOK**

**2017-04-09 - 9:00**

Rozgrzewka: 8:00 do 8:50

9:00	16.	50m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:20	12 Serie
9:20	17.	50m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0:15	12 Serie
9:35	18.	200m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:30	6 Serie
10:05	19.	200m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:20	5 Serie
10:25	20.	100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:30	13 Serie
10:55	21.	100m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:30	14 Serie
11:25	22.	100m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:25	10 Serie
11:50	23.	100m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0:15	7 Serie
12:05	24.	50m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:20	11 Serie
12:25	25.	50m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:15	10 Serie
12:40	26.	200m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:20	4 Serie
13:00	27.	200m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0:05	2 Serie
13:05	28.	200m zmienny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:35	8 Serie
13:40	29.	200m zmienny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:20	6 Serie
14:00	30.	4 x 50m dowolny	Mieszane	Serie na czas	Open	0:10	3 Serie
14:10	Koniec sesji				Całkowity czas	5:10	