



Memoriał Jerzego Szczębatego Puchar Ziemi Podkarpackiej
Tarnobrzeg, 23-4-2017

Harmonogram sesji nr 1 - BLOK I

2017-04-23 - 10:00

Rozgrzewka: 9:00 do 9:50

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

Harmonogram sesji nr 2 - BLOK II

2017-04-23 - 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 +	0:10	8 Serie
15:45	13.	50m dowolny	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:10	7 Serie
15:55	14.	100m zmienny	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:15	5 Serie
16:10	15.	100m zmienny	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:15	7 Serie
16:25	16.	50m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:05	5 Serie
16:30	17.	50m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:10	5 Serie
16:40	18.	50m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:05	4 Serie
16:45	19.	50m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:10	5 Serie
16:55	20.	100m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:10	4 Serie
17:05	21.	100m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:05	4 Serie
17:10	22.	4 x 50m zmienny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:05	1 Seria
17:15	23.	4 x 50m zmienny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:05	1 Seria
17:20	Koniec sesji				Całkowity czas	1:50	