



**Harmonogram sesji nr 1 - Sobota, 7 Pa dziernik 2017**

**07.10.2017 - 10:00**

Rozgrzewka: 9:00 do 9:50

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