

III Mikołajkowa Olimpiada Pływacka 2017 o Puchar Otylii J. Drzejczak  
D. bica, 16-17.12.2017

UWAGA: Czasy zgłoszeń są czasami z rankingu europejskiego - z basenu krótkiego (25m)

**Harmonogram sesji nr 1 - Dzień pierwszy**
**16.12.2017 - 8:30**

Rozgrzewka: 7:45 do 8:20

8:30	1.	50m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	8 - 14	0:30	20 Serie
9:00	2.	200m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	12 - 14	0:15	4 Serie
9:15	3.	200m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	10 - 14	0:35	8 Serie
9:50	4.	50m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	8 - 14	0:35	24 Serie
10:25	5.	50m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	8 - 14	0:30	20 Serie
10:55	6.	200m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	10 - 14	0:35	8 Serie
11:30	7.	200m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	10 - 14	0:50	13 Serie
12:20	8.	50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	8 - 14	0:40	28 Serie
13:00	9.	200m zmienny	Chłopców	Serie na czas	11 - 14	0:30	8 Serie
13:30	60 min przerwa techniczna (pływalnia dostępna w celach rozgrzewkowych)					1:00	
14:30	10.	50m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	8 - 14	0:30	19 Serie
15:00	11.	200m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 14	0:10	3 Serie
15:10	12.	200m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	10 - 14	0:35	8 Serie
15:45	13.	50m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	8 - 14	0:40	26 Serie
16:25	14.	50m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	8 - 14	0:30	19 Serie
16:55	15.	200m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	10 - 14	0:35	8 Serie
17:30	16.	200m dowolny	Chłopców	Serie na czas	10 - 14	0:55	14 Serie
18:25	17.	50m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	8 - 14	0:40	29 Serie
19:05	18.	200m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 14	0:25	6 Serie
19:30	19.	4 x 50m dowolny	Mieszane	Serie na czas	Open	0:15	4 Serie
19:45	Koniec sesji				Całkowity czas	11:15	

**Harmonogram sesji nr 2 - Dzień drugi**
**17.12.2017 - 9:30**

Rozgrzewka: 8:45 do 9:20

9:30	20.	100m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	8 - 14	0:50	22 Serie
10:20	21.	100m dowolny	Chłopców	Serie na czas	8 - 14	0:50	24 Serie
11:10	22.	100m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	8 - 14	0:30	12 Serie
11:40	23.	100m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	8 - 14	0:30	12 Serie
12:10	24.	100m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	8 - 14	0:40	16 Serie
12:50	25.	100m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	8 - 14	0:30	13 Serie
13:20	26.	100m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	8 - 14	0:20	8 Serie
13:40	27.	100m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	8 - 14	0:20	8 Serie
14:00	28.	400m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 14	0:25	4 Serie
14:25	29.	400m dowolny	Chłopców	Serie na czas	12 - 14	0:25	4 Serie
14:50	30.	4 x 50m zmienny	Mieszane	Serie na czas	Open	0:15	4 Serie
15:05	Koniec sesji				Całkowity czas	5:35	