



XV Mistrzostwa Polski Lekarzy w Pływaniu
Dębica, 04-06.04.2019

Harmonogram sesji nr 1 - I DZIE - Sesja popołudniowa

04.04.2019 - 15:00

Rozgrzewka: 14:30 do 14:55

15:00	1.	50m dowolny	Kobiet	Serie na czas	24 +	0:04	3 Serie
15:04	2.	50m dowolny	M czyzn	Serie na czas	24 +	0:11	8 Serie
15:15	3.	100m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	24 +	0:06	3 Serie
15:21	4.	100m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	24 +	0:12	5 Serie
15:33	5.	200m zmienny	Kobiet	Serie na czas	24 +	0:07	2 Serie
15:40	6.	200m zmienny	M czyzn	Serie na czas	24 +	0:14	3 Serie
15:54	7.	50m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	24 +	0:05	3 Serie
15:59	8.	50m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	24 +	0:06	4 Serie
16:05	9.	4 x 50m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:03	1 Seria
16:08	10.	4 x 50m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:02	1 Seria
16:10	Koniec sesji				Całkowity czas	1:10	

Harmonogram sesji nr 2 - II DZIE - Sesja przedpołudniowa

05.04.2019 - 10:35

Rozgrzewka: 9:30 do 9:55

10:35	11.	100m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	24 +	0:04	2 Serie
10:39	12.	100m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	24 +	0:06	3 Serie
10:45	13.	400m dowolny	Kobiet	Serie na czas	24 +	0:12	2 Serie
10:57	14.	400m dowolny	M czyzn	Serie na czas	24 +	0:26	5 Serie
11:23	15.	50m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	24 +	0:04	3 Serie
11:27	16.	50m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	24 +	0:08	5 Serie
11:35	17.	200m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	24 +	0:04	1 Seria
11:39	18.	200m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	24 +	0:11	2 Serie
11:50	19.	4 x 50m dowolny	Mieszane	Serie na czas	Open	0:03	1 Seria
11:53	Koniec sesji				Całkowity czas	1:18	

Harmonogram sesji nr 3 - II DZIE - Sesja popołudniowa

05.04.2019 - 15:00

Rozgrzewka: 14:30 do 14:55

15:00	20.	100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	24 +	0:06	3 Serie
15:06	21.	100m dowolny	M czyzn	Serie na czas	24 +	0:09	5 Serie
15:15	22.	100m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	24 +	0:02	1 Seria
15:17	23.	100m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	24 +	0:05	2 Serie
15:22	24.	200m dowolny	Kobiet	Serie na czas	24 +	0:07	2 Serie
15:29	25.	200m dowolny	M czyzn	Serie na czas	24 +	0:14	5 Serie
15:43	26.	4 x 50m dowolny	Wszystkie	Serie na czas	Open	0:03	1 Seria
15:46	27.	50m dowolny	Wszystkie	Serie na czas	Open	0:06	4 Serie
15:52	28.	50m dowolny	Wszystkie	Serie na czas	Open		brak zgłosze
15:52	Koniec sesji				Całkowity czas	0:52	

Harmonogram sesji nr 4 - III DZIE - Sesja przedpołudniowa

06.04.2019 - 8:30

Rozgrzewka: 8:00 do 8:25

8:30	29.	50m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	24 +	0:04	3 Serie
8:34	30.	50m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	24 +	0:06	4 Serie
8:40	31.	800m dowolny	Kobiet	Serie na czas	24 +	0:21	2 Serie
9:01	32.	1500m dowolny	M czyzn	Serie na czas	24 +	0:55	3 Serie
9:56	Koniec sesji				Całkowity czas	1:26	