

I MI DZYNARODOWE MISTRZOSTWA LESKA W PŁYWANIU
Lesko, 19.10.2019

Harmonogram sesji nr 1 - BLOK I

19.10.2019 - 10:00

Rozgrzewka: 8:30 do 9:35

10:00	1.	50m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:29	15 Serie
10:29	2.	50m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0:24	12 Serie
10:53	3.	100m zmienny	Kobiet	Serie na czas	11 +	0:15	6 Serie
11:08	4.	100m zmienny	M czyzn	Serie na czas	11 +	0:14	6 Serie
11:22	5.	100m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	11 +	0:07	3 Serie
11:29	6.	100m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	11 +	0:08	3 Serie
11:37	7.	50m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:31	19 Serie
12:08	8.	50m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:26	15 Serie
12:34	9.	100m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	11 +	0:14	5 Serie
12:48	10.	100m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	11 +	0:16	6 Serie
13:04	11.	4 x 50m zmienny	Mieszane	Serie na czas	Open	0:07	2 Serie
13:11	Koniec sesji					Całkowity czas	3:11

Harmonogram sesji nr 2 - BLOK II

19.10.2019 - 15:30

Rozgrzewka: 14:30 do 15:30

15:30	12.	50m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:17	10 Serie
15:47	13.	50m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0:16	9 Serie
16:03	14.	100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:44	16 Serie
16:47	15.	100m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:36	13 Serie
17:23	16.	50m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:24	13 Serie
17:47	17.	50m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:21	11 Serie
18:08	18.	100m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	11 +	0:19	7 Serie
18:27	19.	100m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	11 +	0:14	5 Serie
18:41	20.	4 x 50m dowolny	Mieszane	Serie na czas	Open	0:09	2 Serie
18:50	Koniec sesji					Całkowity czas	3:20