



Memoriał Jerzego Szczębatego - Puchar Ziemi Podkarpackiej 2022

Tarnobrzeg, 19.03.2022

09:00 - 09:25 - ROZGRZEWKA Dziewcz ta

09:25 - 09:50 - ROZGRZEWKA Chłopcy

Harmonogram sesji nr 1 - BLOK I

19.03.2022 - 10:00

Rozgrzewka: 9:00 do 9:50

10:00	1.	100m klasyczny	Kobiet	Eliminacje	12 +	0:28	11 Serie	63
10:28	2.	100m klasyczny	M czyzn	Eliminacje	12 +	0:22	9 Serie	51
10:50	3.	50m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:12	9 Serie	50
11:02	4.	50m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:19	14 Serie	82
11:21	5.	100m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:26	11 Serie	62
11:47	6.	100m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:21	9 Serie	54
12:08	7.	100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:33	15 Serie	86
12:41	8.	100m dowolny	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:40	20 Serie	116
13:21	9.	200m zmienny	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:19	5 Serie	27
13:40	10.	200m zmienny	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:23	6 Serie	35
14:03	11.	6 x 50m dowolny	Mieszane	Serie na czas	Open	0:07	2 Serie	9
14:10	Koniec sesji				Całkowity czas	4:10		

Harmonogram sesji nr 2 - BLOK II

19.03.2022 - 15:30

Rozgrzewka: 14:30 do 15:20

15:30	1.	100m klasyczny	Kobiet	Finał	12 +	0:05	2 Serie	-
15:35	2.	100m klasyczny	M czyzn	Finał	12 +	0:04	2 Serie	-
15:39	12.	50m dowolny	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:22	17 Serie	97
16:01	13.	50m dowolny	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:27	21 Serie	125
16:28	14.	100m zmienny	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:20	9 Serie	53
16:48	15.	100m zmienny	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:26	12 Serie	69
17:14	16.	50m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:16	11 Serie	62
17:30	17.	50m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:15	10 Serie	58
17:45	18.	50m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:17	11 Serie	63
18:02	19.	50m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:18	12 Serie	67
18:20	20.	100m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:12	5 Serie	25
18:32	21.	100m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:12	6 Serie	36
18:44	22.	4 x 50m zmienny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:09	3 Serie	14
18:53	23.	4 x 50m zmienny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:08	3 Serie	18
19:01	Koniec sesji				Całkowity czas	3:31		