



Podkarpacka Liga Pływacka Dzieci 10-11 lat - II edycja jesie 2022  
Tarnobrzeg, 05.11.2022

**Harmonogram sesji nr 1 - Sobota, 5 Listopad 2022**

**2022-11-05 - 10:00**

Rozgrzewka: 9:00 do 9:50

10:00	1.	50m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	- 10	0:23	14 Serie	81
10:23	2.	50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	- 10	0:24	13 Serie	78
10:47	3.	50m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:11	6 Serie	31
10:58	4.	50m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	11	0:10	6 Serie	33
11:08	5.	100m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	- 10	0:19	6 Serie	33
11:27	6.	100m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	- 10	0:18	6 Serie	32
11:45	7.	100m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:20	8 Serie	45
12:05	8.	100m dowolny	Chłopców	Serie na czas	11	0:17	7 Serie	39
12:22	9.	50m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	- 10	0:05	3 Serie	17
12:27	10.	50m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	- 10	0:06	3 Serie	18
12:33	11.	200m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:19	4 Serie	22
12:52	12.	200m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	11	0:16	3 Serie	14
13:08	13.	100m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	- 10	0:29	9 Serie	52
13:37	14.	100m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	- 10	0:25	8 Serie	48
14:02	15.	200m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:14	3 Serie	17
14:16	16.	200m zmienny	Chłopców	Serie na czas	11	0:08	2 Serie	8
14:24	17.	4 x 50m zmienny	Mieszane	Serie na czas	- 10	0:11	4 Serie	19
14:35	18.	4 x 50m zmienny	Mieszane	Serie na czas	11	0:09	3 Serie	14
14:44	Koniec sesji			Całkowity czas		4:44		