

XI Ogólnopolskie Integrycyjne Zawody Pływackie, III runda Parapływackiego GP Polski
Cz stochowa, 15-17.09.2023

Harmonogram sesji nr 1 - BLOK I

2023-09-16 - 10:30

Rozgrzewka: 10:00 do 10:30

10:30	Uroczyste rozpoczecie zawodów					0:15		
10:45	1.	400m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:22	2 Serie	8
11:07	2.	400m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:21	2 Serie	10
11:28	3.	50m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:13	5 Serie	30
11:41	4.	50m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:14	4 Serie	22
11:55	5.	100m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:15	4 Serie	20
12:10	6.	100m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0:23	6 Serie	32
12:33	7.	50m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:19	8 Serie	43
12:52	8.	50m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:22	9 Serie	53
13:14	9.	100m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:03	1 Seria	3
13:17	10.	100m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0:04	1 Seria	4
13:21	1.	400m dowolny	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:03		
13:24	2.	400m dowolny	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:03		
13:27	3.	50m klasyczny	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:03		
13:30	4.	50m klasyczny	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:03		
13:33	5.	100m grzbietowy	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:03		
13:36	6.	100m grzbietowy	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:03		
13:39	7.	50m dowolny	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:03		
13:42	8.	50m dowolny	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:03		
13:45	9.	100m motylkowy	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:03		
13:48	10.	100m motylkowy	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:03		
13:51	Koniec sesji				Całkowity czas	3:21		

Harmonogram sesji nr 2 - BLOK II

2023-09-17 - 10:00

Rozgrzewka: 9:30 do 9:55

10:00	11.	150m zmienny	Kobiet	Serie na czas	Open	brak zgłosze		-
10:00	12.	150m zmienny	M czyzn	Serie na czas	Open	1 Seria		-
10:00	13.	200m zmienny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:06	1 Seria	3
10:06	14.	200m zmienny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:06	1 Seria	6
10:12	15.	50m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:15	6 Serie	36
10:27	16.	50m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0:16	6 Serie	36
10:43	17.	100m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:08	2 Serie	9
10:51	18.	100m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:10	3 Serie	18
11:01	19.	50m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:05	2 Serie	11
11:06	20.	50m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0:06	2 Serie	10
11:12	21.	100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:15	4 Serie	22
11:27	22.	100m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:26	7 Serie	40
11:53	11.	150m zmienny	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:03		
11:56	12.	150m zmienny	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:03		
11:59	13.	200m zmienny	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:03		
12:02	14.	200m zmienny	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:03		
12:05	15.	50m grzbietowy	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:03		
12:08	16.	50m grzbietowy	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:03		
12:11	17.	100m klasyczny	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:03		
12:14	18.	100m klasyczny	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:03		
12:17	19.	50m motylkowy	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:03		
12:20	20.	50m motylkowy	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:03		
12:23	21.	100m dowolny	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:03		
12:26	22.	100m dowolny	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:03		
12:29	Koniec sesji				Całkowity czas	2:29		