



Podkarpacka Liga Pływacka Dzieci 11-12 lat - 3 edycja wiosna 2024  
Rzeszów, 11.05.2024

Harmonogram sesji nr 1 - Sobota, 11 Maj 2024

2024-05-11 - 9:30

Rozgrzewka: 8:30 do 9:20

9:30	1.	50m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	- 11	0:25	13 Serie	73
9:55	2.	50m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	- 11	0:17	9 Serie	49
10:12	3.	100m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	12	0:08	3 Serie	14
10:20	4.	100m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	12	0:08	3 Serie	14
10:28	5.	200m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	- 11	0:23	5 Serie	29
10:51	6.	200m dowolny	Chłopców	Serie na czas	- 11	0:35	6 Serie	35
11:26	7.	200m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	12	0:19	4 Serie	19
11:45	8.	200m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	12	0:25	5 Serie	27
12:10	9.	50m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	- 11	0:26	14 Serie	80
12:36	10.	50m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	- 11	0:18	10 Serie	55
12:54	11.	50m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	12	0:08	5 Serie	30
13:02	12.	50m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	12	0:10	6 Serie	36
13:12	13.	100m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	- 11	0:19	7 Serie	39
13:31	14.	100m zmienny	Chłopców	Serie na czas	- 11	0:19	7 Serie	38
13:50	15.	400m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	12	0:26	3 Serie	17
14:16	16.	400m dowolny	Chłopców	Serie na czas	12	0:33	4 Serie	19
14:49	17.	4 x 50m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	- 11	0:	Cnierozstawione	-
14:57	18.	4 x 50m zmienny	Chłopców	Serie na czas	- 11	0:	Cnierozstawione	-
15:05	19.	4 x 50m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	12	0:	Cnierozstawione	-
15:10	20.	4 x 50m zmienny	Chłopców	Serie na czas	12	0:	Cnierozstawione	-
15:16	Koniec sesji				Całkowity czas	5:46		