



Ogólnopolskie Drużynowe Zawody Dzieci 10-11 lat w pływaniu
Mielec, 25.05.2024

Harmonogram sesji nr 1 - BLOK I

2024-05-25 - 9:00

Rozgrzewka: 8:00 do 8:50

9:00	1.	50m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:08	4 Serie	25
9:08	2.	50m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	11	0:05	3 Serie	21
9:13	3.	50m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	10	0:06	4 Serie	31
9:19	4.	50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	10	0:07	4 Serie	28
9:26	5.	100m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:14	5 Serie	37
9:40	6.	100m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	11	0:16	5 Serie	36
9:56	7.	50m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	10	0:07	4 Serie	25
10:03	8.	50m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	10	0:06	3 Serie	21
10:09	9.	200m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:19	4 Serie	30
10:28	10.	200m dowolny	Chłopców	Serie na czas	11	0:28	5 Serie	35
10:56	11.	4 x 50m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:	Cnierozstawione	-
10:59	12.	4 x 50m zmienny	Chłopców	Serie na czas	11	0:	Cnierozstawione	-
11:01	Koniec sesji			Całkowity czas		2:01		

Harmonogram sesji nr 2 - BLOK II

2024-05-25 - 14:00

Rozgrzewka: od 13:30

14:00	13.	100m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:12	4 Serie	29
14:12	14.	100m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	11	0:12	4 Serie	29
14:24	15.	50m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	10	0:07	4 Serie	31
14:31	16.	50m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	10	0:07	4 Serie	28
14:38	17.	100m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:15	6 Serie	42
14:53	18.	100m dowolny	Chłopców	Serie na czas	11	0:15	6 Serie	46
15:08	19.	100m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	10	0:08	3 Serie	23
15:16	20.	100m zmienny	Chłopców	Serie na czas	10	0:09	3 Serie	19
15:25	21.	200m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:13	3 Serie	18
15:38	22.	200m zmienny	Chłopców	Serie na czas	11	0:06	2 Serie	15
15:44	23.	4 x 50m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:	Cnierozstawione	-
15:46	24.	4 x 50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	11	0:	Cnierozstawione	-
15:49	Koniec sesji			Całkowity czas		1:49		