

2018 Liga SMS - II runda
Lublin, 1. - 2.6.2018

Harmonogram sesji nr 1 - I BLOK

01.06.2018 - 16:15

Rozgrzewka: 14:30 do 15:30

16:00		UROCZYSTE OTWARCIE					0:15	
16:15	1.	50m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:06	5 Serie	
16:21	2.	50m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:07	6 Serie	
16:28	3.	50m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:06	4 Serie	
16:34	4.	50m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:06	5 Serie	
16:40	5.	100m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:10	5 Serie	
16:50	6.	100m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0:08	5 Serie	
16:58	7.	200m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:16	5 Serie	
17:14	8.	200m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:14	5 Serie	
17:28	9.	200m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:13	4 Serie	
17:41	10.	200m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0:16	5 Serie	
17:57	11.	400m zmienny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:24	4 Serie	
18:21	12.	400m zmienny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:24	4 Serie	
18:45		ZGŁASZANIE SKŁADÓW SZTAFET					0:15	
19:00	13.	4 x 200m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:17	2 Serie	
19:17	14.	4 x 200m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:18	2 Serie	
19:35		Koniec sesji				Całkowity czas	3:20	

Harmonogram sesji nr 2 - II BLOK

02.06.2018 - 9:00

Rozgrzewka: 7:30 do 8:45

9:00	15.	50m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:06	5 Serie	
9:06	16.	50m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0:06	5 Serie	
9:12	17.	50m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:05	4 Serie	
9:17	18.	50m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0:07	5 Serie	
9:24	19.	400m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:22	4 Serie	
9:46	20.	400m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:26	5 Serie	
10:12	21.	200m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:15	4 Serie	
10:27	22.	200m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:17	5 Serie	
10:44	23.	200m zmienny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:14	4 Serie	
10:58	24.	200m zmienny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:15	5 Serie	
11:13		ZGŁASZANIE SKŁADÓW SZTAFET					0:15	
11:28	25.	4 x 100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:10	2 Serie	
11:38	26.	4 x 100m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:10	2 Serie	
11:48		Koniec sesji				Całkowity czas	2:48	

Harmonogram sesji nr 3 - III BLOK

02.06.2018 - 16:00

Rozgrzewka: 14:30 do 15:45

16:00	27.	8 x 50m dowolny	Mieszane	Serie na czas	Open	0:10	2 Serie	
16:10	28.	200m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:14	4 Serie	
16:24	29.	200m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0:15	5 Serie	
16:39	30.	100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:09	5 Serie	
16:48	31.	100m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:10	6 Serie	
16:58	32.	100m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:08	4 Serie	
17:06	33.	100m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0:09	5 Serie	
17:15	34.	100m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:08	4 Serie	
17:23	35.	100m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:10	5 Serie	
17:33	36.	800m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:32	3 Serie	
18:05	37.	1500m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:55	3 Serie	
19:00	38.	4 x 100m zmienny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:09	2 Serie	
19:09	39.	4 x 100m zmienny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:10	2 Serie	
19:19		Koniec sesji				Całkowity czas	3:19	