

2022 Laur Lubelskiego Koziołka - V runda  
Lublin, 29.10.2022

**Harmonogram sesji nr 1 - I BLOK**

**29.10.2022 - 9:30**

Rozgrzewka: 9:00 do 9:25

9:30	1.	50m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	10	0:10	7 Serie	65
9:40	2.	50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	10	0:11	7 Serie	63
9:51	3.	50m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	9	0:11	6 Serie	59
10:02	4.	50m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	9	0:08	5 Serie	46
10:10	5.	25m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	- 8	0:08	6 Serie	55
10:18	6.	25m dowolny	Chłopców	Serie na czas	- 8	0:06	5 Serie	47
10:24	7.	25m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	10	0:05	6 Serie	52
10:29	8.	25m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	10	0:05	6 Serie	55
10:34	9.	25m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	9	0:06	5 Serie	43
10:40	10.	25m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	9	0:06	5 Serie	44
10:46	Koniec sesji				Całkowity czas	1:16		

**Harmonogram sesji nr 2 - II BLOK**

**29.10.2022 - 11:30**

Rozgrzewka: 11:00 do 11:25

11:30	11.	100m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:16	6 Serie	53
11:46	12.	100m dowolny	Chłopców	Serie na czas	11	0:14	6 Serie	58
12:00	13.	50m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	12	0:06	4 Serie	34
12:06	14.	50m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	12	0:07	5 Serie	44
12:13	15.	50m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	13	0:03	2 Serie	16
12:16	16.	50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	13	0:05	4 Serie	33
12:21	17.	100m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:04	2 Serie	14
12:25	18.	100m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:04	2 Serie	20
12:29	19.	50m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:09	5 Serie	42
12:38	20.	50m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	11	0:10	6 Serie	55
12:48	21.	100m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	12	0:10	4 Serie	34
12:58	22.	100m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	12	0:12	5 Serie	46
13:10	23.	200m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	13	0:08	2 Serie	13
13:18	24.	200m zmienny	Chłopców	Serie na czas	13	0:12	3 Serie	22
13:30	25.	400m zmienny	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:07	1 Seria	8
13:37	26.	400m zmienny	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:06	1 Seria	10
13:43	27.	4 x 100m dowolny	Mieszane	Serie na czas	11 - 12	0:05	1 Seria	9
13:48	28.	4 x 100m zmienny	Mieszane	Serie na czas	13 +	0:06	1 Seria	5
13:54	Koniec sesji				Całkowity czas	2:24		