

Harmonogram sesji nr 1 - I BLOK

04.03.2023 - 9:30

Rozgrzewka: 9:00 do 9:25

9:30	1.	50m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	10	0:09	5 Serie	47
9:39	2.	50m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	10	0:06	4 Serie	37
9:45	3.	25m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	9	0:08	6 Serie	58
9:53	4.	25m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	9	0:10	7 Serie	65
10:03	5.	25m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	- 8	0:07	5 Serie	47
10:10	6.	25m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	- 8	0:10	6 Serie	53
10:20	7.	50m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	10	0:09	5 Serie	45
10:29	8.	50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	10	0:07	4 Serie	36
10:36	9.	25m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	9	0:06	4 Serie	38
10:42	10.	25m dowolny	Chłopców	Serie na czas	9	0:08	6 Serie	51
10:50	Koniec sesji			Całkowity czas		1:20		

Harmonogram sesji nr 2 - II BLOK

04.03.2023 - 11:15

Rozgrzewka: 10:45 do 11:10

11:15	11.	50m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:09	6 Serie	52
11:24	12.	50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	11	0:09	7 Serie	67
11:33	13.	50m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	12	0:06	4 Serie	36
11:39	14.	50m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	12	0:08	5 Serie	46
11:47	15.	50m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	13	0:03	2 Serie	15
11:50	16.	50m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	13	0:05	4 Serie	31
11:55	17.	50m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:08	5 Serie	45
12:03	18.	50m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	11	0:10	6 Serie	57
12:13	19.	100m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	12	0:09	4 Serie	36
12:22	20.	100m dowolny	Chłopców	Serie na czas	12	0:14	6 Serie	54
12:36	21.	100m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	13	0:04	2 Serie	17
12:40	22.	100m dowolny	Chłopców	Serie na czas	13	0:09	4 Serie	37
12:49	23.	50m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 13	0:07	5 Serie	44
12:56	24.	50m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	11 - 13	0:07	5 Serie	49
13:03	25.	4 x 50m dowolny	Mieszane	Serie na czas	11 - 13	0:05	2 Serie	15
13:08	Koniec sesji			Całkowity czas		1:53		