



Letnie Mistrzostwa Polski w Pływaniu w kategorii Masters
Olsztyn, 27- - 29-6-2014

Harmonogram sesji nr 1 - 27 Czerwiec 2014

2014-06-27 - 16:00

Rozgrzewka: od 14:45

16:00	1.	50m dowolny	Kobiet	Serie na czas	20 - 94	0:20	9 Serie
16:20	2.	50m dowolny	M czyzn	Serie na czas	20 - 94	0:44	21 Serie
17:04	3.	200m zmienny	Kobiet	Serie na czas	20 - 94	0:21	4 Serie
17:25	4.	200m zmienny	M czyzn	Serie na czas	20 - 94	0:54	11 Serie
18:19	5.	4 x 50m dowolny	Mieszane	Serie na czas	80 +	0:13	3 Serie
18:32	6.	800m dowolny	Kobiet	Serie na czas	20 - 94	0:nierozstawione	
19:19	7.	1500m dowolny	M czyzn	Serie na czas	20 - 94	3:nierozstawione	
22:44	Koniec sesji			Całkowity czas		6:44	

Harmonogram sesji nr 2 - 28 Czerwiec 2014

2014-06-28 - 9:00

Rozgrzewka: od 8:00

9:00	8.	50m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	20 - 94	0:17	7 Serie
9:17	9.	50m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	20 - 94	0:28	12 Serie
9:45	10.	200m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	20 - 94	0:30	4 Serie
10:15	11.	200m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	20 - 94	0:46	9 Serie
11:01	12.	100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	20 - 94	0:25	8 Serie
11:26	13.	100m dowolny	M czyzn	Serie na czas	20 - 94	0:44	16 Serie
12:10	14.	200m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	20 - 94	0:13	2 Serie
12:23	15.	200m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	20 - 94	0:33	6 Serie
12:56	16.	4 x 50m zmienny	Kobiet	Serie na czas	80 +	0:40	2 Serie
13:36	17.	4 x 50m zmienny	M czyzn	Serie na czas	80 +	0:17	4 Serie
13:53	Koniec sesji			Całkowity czas		4:53	

Harmonogram sesji nr 3 - 28 Czerwiec 2014

2014-06-28 - 16:00

Rozgrzewka: od 15:00

16:00	18.	100m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	20 - 94	0:18	5 Serie
16:18	19.	100m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	20 - 94	0:38	11 Serie
16:56	20.	50m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	20 - 94	0:14	6 Serie
17:10	21.	50m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	20 - 94	0:25	12 Serie
17:35	22.	100m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	20 - 94	0:14	4 Serie
17:49	23.	100m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	20 - 94	0:26	8 Serie
18:15	24.	200m dowolny	Kobiet	Serie na czas	20 - 94	0:29	6 Serie
18:44	25.	200m dowolny	M czyzn	Serie na czas	20 - 94	0:48	11 Serie
19:32	26.	4 x 50m dowolny	Kobiet	Serie na czas	80 +	0:09	2 Serie
19:41	27.	4 x 50m dowolny	M czyzn	Serie na czas	80 +	0:15	4 Serie
19:56	28.	400m zmienny	Kobiet	Serie na czas	20 - 94	0:nierozstawione	
20:16	29.	400m zmienny	M czyzn	Serie na czas	20 - 94	1:nierozstawione	
21:20	Koniec sesji			Całkowity czas		5:20	



Letnie Mistrzostwa Polski w Pływaniu w kategorii Masters
Olsztyn, 27- - 29-6-2014

Harmonogram sesji nr 4 - 29 Czerwiec 2014

2014-06-29 - 9:00

Rozgrzewka: od 8:00

9:00	30.	100m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	20 - 94	0:10	3 Serie
9:10	31.	100m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	20 - 94	0:26	8 Serie
9:36	32.	200m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	20 - 94	0:17	3 Serie
9:53	33.	200m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	20 - 94	0:48	9 Serie
10:41	34.	50m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	20 - 94	0:14	6 Serie
10:55	35.	50m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	20 - 94	0:31	13 Serie
11:26	36.	4 x 50m zmienny	Mieszane	Serie na czas	80 +	0:13	3 Serie
11:39	37.	400m dowolny	Kobiet	Serie na czas	20 - 94	0:	nierozstawione
12:23	38.	400m dowolny	M czyzn	Serie na czas	20 - 94	1:	nierozstawione
13:52	Koniec sesji				Całkowity czas	4:52	