



Mistrzostwa Województwa Warmińsko-Mazurskiego
Okręgowego Związku Pływackiego
OLSZTYN, 11. - 12.11.2022

Harmonogram sesji nr 1 - Piątek, 11 Listopad 2022

11.11.2022 - 11:00

Rozgrzewka: 10:00 do 10:45

11:00	1.	100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:25	10 Serie	91
11:25	2.	100m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:25	10 Serie	95
11:50	3.	50m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:10	7 Serie	63
12:00	4.	50m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:10	6 Serie	52
12:10	5.	200m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	13 +	0:05	1 Seria	3
12:15	6.	200m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	13 +	0:05	1 Seria	5
12:20	7.	100m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:15	6 Serie	51
12:35	8.	100m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0:15	5 Serie	48
12:50	9.	200m zmienny	Kobiet	Serie na czas	11 +	0:10	2 Serie	16
13:00	10.	200m zmienny	M czyzn	Serie na czas	11 +	0:05	1 Seria	9
13:05	11.	400m dowolny	Kobiet	Serie na czas	11 +	0:20	3 Serie	23
13:25	12.	400m dowolny	M czyzn	Serie na czas	11 +	0:15	3 Serie	24
13:40	Koniec sesji				Całkowity czas	2:40		

Harmonogram sesji nr 2 - Piątek, 11 Listopad 2022

11.11.2022 - 16:00

Rozgrzewka: 15:00 do 15:40

16:00	15:50 Uroczyste Otwarcie Mistrzostw							
16:00	13.	400m zmienny	Kobiet	Serie na czas	13 +	0:10	1 Seria	10
16:10	14.	400m zmienny	M czyzn	Serie na czas	13 +	0:05	1 Seria	5
16:15	15.	50m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:15	10 Serie	100
16:30	16.	50m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:15	11 Serie	105
16:45	17.	50m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:15	8 Serie	76
17:00	18.	50m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0:15	7 Serie	69
17:15	19.	200m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	11 +	0:10	2 Serie	18
17:25	20.	200m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	11 +	0:05	2 Serie	14
17:30	21.	100m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	11 +	0:05	2 Serie	18
17:35	22.	100m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	11 +	0:05	2 Serie	16
17:40	23.	800m dowolny	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:15	1 Seria	8
17:55	24.	1500m dowolny	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:25	1 Seria	6
18:20	Koniec sesji				Całkowity czas	2:20		

Harmonogram sesji nr 3 - Sobota, 12 Listopad 2022

12.11.2022 - 11:00

Rozgrzewka: 10:00 do 10:45

11:00	25.	200m dowolny	Kobiet	Serie na czas	11 +	0:15	4 Serie	37
11:15	26.	200m dowolny	M czyzn	Serie na czas	11 +	0:25	6 Serie	53
11:40	27.	100m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:20	6 Serie	52
12:00	28.	100m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:15	5 Serie	43
12:15	29.	50m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:05	4 Serie	34
12:20	30.	50m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0:05	4 Serie	37
12:25	31.	200m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	11 +	0:10	2 Serie	15
12:35	32.	200m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	11 +	0:10	2 Serie	16
12:45	33.	100m zmienny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:15	6 Serie	58
13:00	34.	100m zmienny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:10	4 Serie	35
13:10	35.	4 x 50m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:10	3 Serie	24
13:20	36.	4 x 50m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:05	3 Serie	23
13:25	14:00 planowane zakończenie							
13:25	Koniec sesji				Całkowity czas	2:25		