

Grand Prix Pomorza w Pływaniu
Ko cierzyna, 17-11-2018

Harmonogram sesji nr 1 - 1 blok

17-11-2018 - 8:30

Rozgrzewka: 7:30 do 8:30

8:30	1.	100m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:07	2 Serie
8:37	2.	100m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:08	3 Serie
8:45	3.	50m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	10 - 11	0:07	3 Serie
8:52	4.	50m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	10 - 11	0:09	5 Serie
9:01	5.	100m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:09	3 Serie
9:10	6.	100m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:06	2 Serie
9:16	7.	50m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	10 - 11	0:09	4 Serie
9:25	8.	50m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	10 - 11	0:11	6 Serie
9:36	9.	400m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:21	3 Serie
9:57	10.	400m dowolny	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:27	4 Serie
10:24	11.	400m zmienny	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:09	1 Seria
10:33	12.	1500m dowolny	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:23	1 Seria
10:56	Koniec sesji				Całkowity czas	2:26	

Harmonogram sesji nr 2 - 2 blok

17-11-2018 - 14:00

14:00	13.	100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	10 +	0:22	9 Serie
14:22	14.	100m dowolny	M czyzn	Serie na czas	10 +	0:25	11 Serie
14:47	15.	50m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	10 - 11	0:05	2 Serie
14:52	16.	50m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	10 - 11	0:11	5 Serie
15:03	17.	100m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:12	4 Serie
15:15	18.	100m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:09	3 Serie
15:24	19.	100m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:04	1 Seria
15:28	20.	100m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:06	2 Serie
15:34	21.	100m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	10 - 11	0:10	3 Serie
15:44	22.	100m zmienny	Chłopców	Serie na czas	10 - 11	0:12	4 Serie
15:56	23.	200m zmienny	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:09	2 Serie
16:05	24.	200m zmienny	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:17	4 Serie
16:22	25.	200m dowolny	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:06	1 Seria
16:28	26.	200m dowolny	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:12	3 Serie
16:40	Koniec sesji				Całkowity czas	2:40	