

Harmonogram sesji nr 1 - Puchar Polski Masters w Pływaniu
13.05.2023 - 16:00

Rozgrzewka: 15:00 do 15:45

16:00	1.	50m dowolny	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:13	6 Serie	34
16:13	2.	50m dowolny	M czyzn	Serie na czas	20 +	0:21	12 Serie	70
16:34	3.	100m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:11	3 Serie	17
16:45	4.	100m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	20 +	0:14	5 Serie	30
16:59	5.	50m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:12	6 Serie	31
17:11	6.	50m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	20 +	0:16	8 Serie	44
17:27	7.	200m dowolny	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:22	4 Serie	21
17:49	8.	200m dowolny	M czyzn	Serie na czas	20 +	0:31	7 Serie	42
18:20	9.	200m zmienny	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:17	3 Serie	16
18:37	10.	200m zmienny	M czyzn	Serie na czas	20 +	0:15	3 Serie	15
18:52	11.	100m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:03	1 Seria	6
18:55	12.	100m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	20 +	0:11	4 Serie	22
19:06	13.	200m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:34	5 Serie	25
19:40	14.	200m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	20 +	0:29	6 Serie	31
20:09	15.	4 x 50m dowolny	Wszystkie	Serie na czas	80 +	0:12	3 Serie	14
20:21	Koniec sesji				Całkowity czas	4:21		

Harmonogram sesji nr 2 - Puchar Polski Masters w Pływaniu
14.05.2023 - 8:45

Rozgrzewka: 8:00 do 8:40

8:45	16.	4 x 50m zmienny	Wszystkie	Serie na czas	80 +	0:12	3 Serie	13
8:57	17.	50m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:07	3 Serie	16
9:04	18.	50m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	20 +	0:13	7 Serie	38
9:17	19.	100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:15	4 Serie	19
9:32	20.	100m dowolny	M czyzn	Serie na czas	20 +	0:28	11 Serie	61
10:00	21.	100m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:17	5 Serie	25
10:17	22.	100m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	20 +	0:17	6 Serie	33
10:34	23.	200m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:18	3 Serie	13
10:52	24.	200m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	20 +	0:15	3 Serie	15
11:07	25.	200m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:06	1 Seria	6
11:13	26.	200m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	20 +	0:11	2 Serie	11
11:24	27.	100m zmienny	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:15	5 Serie	27
11:39	28.	100m zmienny	M czyzn	Serie na czas	20 +	0:16	6 Serie	33
11:55	29.	50m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:09	3 Serie	18
12:04	30.	50m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	20 +	0:10	5 Serie	28
12:14	31.	400m dowolny	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:32	3 Serie	15
12:46	32.	400m dowolny	M czyzn	Serie na czas	20 +	0:54	6 Serie	33
13:40	40.	Punktacja	Wszystkie	Serie na czas	25 +		brak zgłosze	-
13:40	Koniec sesji				Całkowity czas	4:55		