



Mikołajkowe Zawody Pływackie  
Mikołów, 9.12.2023



### Harmonogram sesji nr 1 - Mikołajkowe Zawody Pływackie

09.12.2023 - 9:00

Rozgrzewka: 8:00 do 8:40

Odprawa działaczy: 8:45

9:00	1.	4 x 25m dowolny	Mieszane	Serie na czas	2014 +	0:09	3 Serie	16
9:09	2.	25m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	- 9	0:04	2 Serie	9
9:13	3.	25m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	- 9	0:04	2 Serie	10
9:17	4.	25m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	- 9	0:12	7 Serie	42
9:29	5.	25m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	- 9	0:14	8 Serie	43
9:43	6.	25m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	- 9	0:07	4 Serie	23
9:50	7.	25m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	- 9	0:06	3 Serie	16
9:56	8.	25m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	- 9	0:15	9 Serie	54
10:11	9.	25m dowolny	Chłopców	Serie na czas	- 9	0:13	8 Serie	44
10:24	Koniec sesji			Całkowity czas		1:24		

### Harmonogram sesji nr 2 - Mikołajkowe Zawody Pływackie

09.12.2023 - 11:30

Rozgrzewka: 10:30 do 11:20

11:30	10.	4 x 50m zmienny	Mieszane	Serie na czas	2010 - 2013	0:12	3 Serie	14
11:42	11.	100m zmienny	Kobiet	Serie na czas	10 +	0:20	7 Serie	38
12:02	12.	100m zmienny	M czyzn	Serie na czas	10 +	0:14	5 Serie	26
12:16	13.	50m dowolny	Kobiet	Serie na czas	10 +	0:15	8 Serie	47
12:31	14.	50m dowolny	M czyzn	Serie na czas	10 +	0:16	9 Serie	54
12:47	15.	50m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	10 +	0:08	4 Serie	24
12:55	16.	50m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	10 +	0:08	4 Serie	23
13:03	17.	50m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	10 +	0:14	7 Serie	37
13:17	18.	50m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	10 +	0:10	5 Serie	29
13:27	19.	50m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	10 +	0:13	6 Serie	32
13:40	20.	50m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	10 +	0:10	5 Serie	29
13:50	21.	200m dowolny	Kobiet	Serie na czas	10 +	0:17	4 Serie	20
14:07	22.	200m dowolny	M czyzn	Serie na czas	10 +	0:12	3 Serie	17
14:19	Koniec sesji			Całkowity czas		2:49		