



Harmonogram sesji nr 1 - Pływacki Dzie Dziecka

01.06.2024 - 10:15

Rozgrzewka: 9:00 do 10:00

10:15	1.	25m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	2016 +	0:05	3 Serie	12
10:20	2.	25m dowolny	Chłopców	Serie na czas	2016 +	0:04	2 Serie	6
10:24	3.	25m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	2016 +	0:06	3 Serie	12
10:30	4.	25m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	2016 +	0:04	2 Serie	7
10:34	5.	50m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	9 - 15	0:26	16 Serie	78
11:00	6.	50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	9 - 15	0:20	11 Serie	53
11:20	7.	50m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	9 - 15	0:20	11 Serie	55
11:40	8.	50m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	9 - 15	0:17	9 Serie	41
11:57	9.	50m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	9 - 15	0:12	6 Serie	30
12:09	10.	50m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	9 - 15	0:08	4 Serie	20
12:17	11.	50m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	10 - 15	0:07	4 Serie	18
12:24	12.	50m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	10 - 15	0:06	3 Serie	12
12:30	13.	100m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	10 - 15	0:11	4 Serie	17
12:41	14.	100m zmienny	Chłopców	Serie na czas	10 - 15	0:06	2 Serie	10
12:47	15.	4 x 50m zmienny	Mieszane	Serie na czas	2012 - 2015	0:05	1 Seria	3
12:52	Koniec sesji			Całkowity czas		2:37		