

Arena Grand Prix Puchar Polski  
Pozna , 12. - 13.11.2022

**Harmonogram sesji nr 1 - Blok I**

**2022.11.12 - 9:00**

9:00	1.	400m zmienny	Kobiet	Najszybsza seria	14 +	0:18	3 Serie	30
9:18	2.	400m zmienny	M czyzn	Najszybsza seria	14 +	0:16	3 Serie	30
9:34	3.	50m dowolny	Kobiet	Najszybsza seria	14 +	0:06	5 Serie	50
9:40	4.	50m dowolny	M czyzn	Najszybsza seria	14 +	0:06	5 Serie	50
9:46	5.	200m klasyczny	Kobiet	Najszybsza seria	14 +	0:20	5 Serie	49
10:06	6.	200m klasyczny	M czyzn	Najszybsza seria	14 +	0:16	5 Serie	50
10:22	7.	100m motylkowy	Kobiet	Najszybsza seria	14 +	0:10	5 Serie	50
10:32	8.	100m motylkowy	M czyzn	Najszybsza seria	14 +	0:08	5 Serie	50
10:40	9.	50m grzbietowy	Kobiet	Najszybsza seria	14 +	0:08	5 Serie	50
10:48	10.	50m grzbietowy	M czyzn	Najszybsza seria	14 +	0:06	5 Serie	50
10:54	11.	800m dowolny	M czyzn	Najszybsza seria	14 +	0:30	3 Serie	30
11:24	1.	400m zmienny	Kobiet	Wolniejsze serie	14 +	0:06	1 Seria	5
11:30	2.	400m zmienny	M czyzn	Wolniejsze serie	14 +	0:06	1 Seria	6
11:36	3.	50m dowolny	Kobiet	Wolniejsze serie	14 +	0:10	8 Serie	78
11:46	4.	50m dowolny	M czyzn	Wolniejsze serie	14 +	0:12	11 Serie	105
11:58	5.	200m klasyczny	Kobiet	Wolniejsze serie	14 +		brak zgłosze	-
11:58	6.	200m klasyczny	M czyzn	Wolniejsze serie	14 +	0:08	2 Serie	13
12:06	7.	100m motylkowy	Kobiet	Wolniejsze serie	14 +	0:04	2 Serie	17
12:10	8.	100m motylkowy	M czyzn	Wolniejsze serie	14 +	0:14	7 Serie	64
12:24	9.	50m grzbietowy	Kobiet	Wolniejsze serie	14 +	0:04	3 Serie	25
12:28	10.	50m grzbietowy	M czyzn	Wolniejsze serie	14 +	0:06	4 Serie	34
12:34	11.	800m dowolny	M czyzn	Wolniejsze serie	14 +	0:26	2 Serie	17
13:00	Koniec sesji				Całkowity czas	4:00		

**Harmonogram sesji nr 2 - Blok II**

**2022.11.12 - 17:00**

17:00	12.	100m dowolny	Kobiet	Najszybsza seria	14 +	0:08	5 Serie	50
17:08	13.	100m dowolny	M czyzn	Najszybsza seria	14 +	0:08	5 Serie	50
17:16	14.	50m klasyczny	Kobiet	Najszybsza seria	14 +	0:08	5 Serie	50
17:24	15.	50m klasyczny	M czyzn	Najszybsza seria	14 +	0:06	5 Serie	50
17:30	16.	200m motylkowy	Kobiet	Najszybsza seria	14 +	0:12	4 Serie	34
17:42	17.	200m motylkowy	M czyzn	Najszybsza seria	14 +	0:16	5 Serie	42
17:58	18.	100m grzbietowy	Kobiet	Najszybsza seria	14 +	0:10	5 Serie	50
18:08	19.	100m grzbietowy	M czyzn	Najszybsza seria	14 +	0:10	5 Serie	50
18:18	20.	200m zmienny	Kobiet	Najszybsza seria	14 +	0:16	5 Serie	50
18:34	21.	200m zmienny	M czyzn	Najszybsza seria	14 +	0:16	5 Serie	50
18:50	22.	400m dowolny	Kobiet	Najszybsza seria	14 +	0:16	3 Serie	30
19:06	23.	400m dowolny	M czyzn	Najszybsza seria	14 +	0:14	3 Serie	30
19:20	12.	100m dowolny	Kobiet	Wolniejsze serie	14 +	0:12	7 Serie	66
19:32	13.	100m dowolny	M czyzn	Wolniejsze serie	14 +	0:20	12 Serie	116
19:52	14.	50m klasyczny	Kobiet	Wolniejsze serie	14 +	0:02	1 Seria	10
19:54	15.	50m klasyczny	M czyzn	Wolniejsze serie	14 +	0:08	5 Serie	41
20:02	16.	200m motylkowy	Kobiet	Wolniejsze serie	14 +		brak zgłosze	-
20:02	17.	200m motylkowy	M czyzn	Wolniejsze serie	14 +		brak zgłosze	-
20:02	18.	100m grzbietowy	Kobiet	Wolniejsze serie	14 +	0:02	1 Seria	7
20:04	19.	100m grzbietowy	M czyzn	Wolniejsze serie	14 +	0:04	2 Serie	15
20:08	20.	200m zmienny	Kobiet	Wolniejsze serie	14 +	0:04	1 Seria	4
20:12	21.	200m zmienny	M czyzn	Wolniejsze serie	14 +	0:12	3 Serie	24
20:24	22.	400m dowolny	Kobiet	Wolniejsze serie	14 +	0:16	3 Serie	27
20:40	23.	400m dowolny	M czyzn	Wolniejsze serie	14 +	0:34	6 Serie	58
21:14	Koniec sesji				Całkowity czas	4:14		

Arena Grand Prix Puchar Polski  
Pozna , 12. - 13.11.2022

**Harmonogram sesji nr 3 - Blok III**

**2022.11.13 - 9:00**

9:00	24.	200m dowolny	M czyzn	Najszybsza seria	14 +	0:14	5 Serie	50
9:14	25.	200m dowolny	Kobiet	Najszybsza seria	14 +	0:14	5 Serie	50
9:28	26.	100m klasyczny	M czyzn	Najszybsza seria	14 +	0:08	5 Serie	50
9:36	27.	100m klasyczny	Kobiet	Najszybsza seria	14 +	0:10	5 Serie	50
9:46	28.	50m motylkowy	M czyzn	Najszybsza seria	14 +	0:06	5 Serie	50
9:52	29.	50m motylkowy	Kobiet	Najszybsza seria	14 +	0:06	5 Serie	50
9:58	30.	200m grzbietowy	M czyzn	Najszybsza seria	14 +	0:16	5 Serie	49
10:14	31.	200m grzbietowy	Kobiet	Najszybsza seria	14 +	0:18	5 Serie	43
10:32	32.	100m zmienny	M czyzn	Najszybsza seria	14 +	0:10	5 Serie	50
10:42	33.	100m zmienny	Kobiet	Najszybsza seria	14 +	0:08	5 Serie	50
10:50	34.	1500m dowolny	Kobiet	Najszybsza seria	14 +	0:40	2 Serie	20
11:30	24.	200m dowolny	M czyzn	Wolniejsze serie	14 +	0:36	12 Serie	111
12:06	25.	200m dowolny	Kobiet	Wolniejsze serie	14 +	0:16	5 Serie	43
12:22	26.	100m klasyczny	M czyzn	Wolniejsze serie	14 +	0:06	3 Serie	21
12:28	27.	100m klasyczny	Kobiet	Wolniejsze serie	14 +	0:04	1 Seria	6
12:32	28.	50m motylkowy	M czyzn	Wolniejsze serie	14 +	0:10	7 Serie	62
12:42	29.	50m motylkowy	Kobiet	Wolniejsze serie	14 +	0:04	3 Serie	25
12:46	30.	200m grzbietowy	M czyzn	Wolniejsze serie	14 +	0:04	1 Seria	3
12:50	31.	200m grzbietowy	Kobiet	Wolniejsze serie	14 +		brak zgłosze	-
12:50	32.	100m zmienny	M czyzn	Wolniejsze serie	14 +	0:10	6 Serie	51
13:00	33.	100m zmienny	Kobiet	Wolniejsze serie	14 +	0:06	3 Serie	28
13:06	34.	1500m dowolny	Kobiet	Wolniejsze serie	14 +	0:22	1 Seria	8
13:28	Koniec sesji			Całkowity czas		4:28		