

Mi dzywojewódzkie Dru ynowe Mistrzostwa Młodzików 12, 13 lat  
Suwałki, 23. - 24.3.2018

**Harmonogram sesji nr 1 - Pi tek, 23 Marzec 2018**

**23.03.2018 - 16:00**

Rozgrzewka: 15:00 do 15:45

16:00	1.	100m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:05	3 Serie
16:05	2.	100m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:05	2 Serie
16:10	3.	100m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:15	6 Serie
16:25	4.	100m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:10	4 Serie
16:35	5.	200m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:20	4 Serie
16:55	6.	200m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:15	4 Serie
17:10	7.	400m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:35	5 Serie
17:45	8.	400m dowolny	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:35	5 Serie
18:20	9.	4 x 50m zmienny	Wszystkie	Serie na czas	12	0:05	2 Serie
18:25	10.	4 x 50m zmienny	Wszystkie	Serie na czas	13	0:10	2 Serie
18:35	Koniec sesji				Całkowity czas	2:35	

**Harmonogram sesji nr 2 - Sobota, 24 Marzec 2018**

**24.03.2018 - 10:00**

Rozgrzewka: 9:00 do 9:45

10:00	11.	100m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:10	6 Serie
10:10	12.	100m dowolny	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:15	7 Serie
10:25	13.	200m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:20	4 Serie
10:45	14.	200m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:10	3 Serie
10:55	15.	100m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:10	4 Serie
11:05	16.	100m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:10	4 Serie
11:15	17.	200m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:15	4 Serie
11:30	18.	200m zmienny	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:15	3 Serie
11:45	19.	4 x 50m dowolny	Wszystkie	Serie na czas	12		1 Seria
11:45	20.	4 x 50m dowolny	Wszystkie	Serie na czas	13	0:05	2 Serie
11:50	Koniec sesji				Całkowity czas	1:50	