

Mi dzynarodowe zawody o Puchar Dyrektora OSiR w Suwałkach
Suwałki, 18. - 19.5.2019

Harmonogram sesji nr 1 - I BLOK ZAWODÓW

18.05.2019 - 9:30

Rozgrzewka: 8:30 do 9:15

Odprawa kierowników ekip (dru yn): 9:00

9:30	1.	800m dowolny	Kobiet	Serie na czas	14 +	0: nierozstawione
9:45	2.	800m dowolny	M czyzn	Serie na czas	14 +	0: nierozstawione
10:00	3.	50m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0: nierozstawione
10:20	4.	50m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0: nierozstawione
10:40	5.	100m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0: nierozstawione
10:50	6.	100m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0: nierozstawione
11:00	7.	50m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0: nierozstawione
11:15	8.	50m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0: nierozstawione
11:45	9.	100m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	Open	0: nierozstawione
12:05	10.	100m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	Open	0: nierozstawione
12:20	11.	200m zmienny	Kobiet	Serie na czas	12 +	0: nierozstawione
12:35	12.	200m zmienny	M czyzn	Serie na czas	12 +	0: nierozstawione
12:45	Koniec sesji				Całkowity czas	3:15

Harmonogram sesji nr 2 - II BLOK ZAWODÓW

18.05.2019 - 15:00

Rozgrzewka: 14:00 do 14:45

15:00	13.	200m dowolny	Kobiet	Serie na czas	12 +	0: nierozstawione
15:15	14.	200m dowolny	M czyzn	Serie na czas	12 +	0: nierozstawione
15:30	15.	50m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	Open	0: nierozstawione
15:50	16.	50m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	Open	0: nierozstawione
16:05	17.	200m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	12 +	0: nierozstawione
16:20	18.	200m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	12 +	0: nierozstawione
16:35	19.	50m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0: nierozstawione
16:50	20.	50m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0: nierozstawione
17:10	21.	100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0: nierozstawione
17:35	22.	100m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0: nierozstawione
18:10	Koniec sesji				Całkowity czas	3:10

Harmonogram sesji nr 3 - III BLOK ZAWODÓW

19.05.2019 - 10:00

Rozgrzewka: 9:00 do 9:45

10:00	23.	200m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	12 +	0: nierozstawione
10:05	24.	200m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	12 +	0: nierozstawione
10:15	25.	100m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0: nierozstawione
10:45	26.	100m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0: nierozstawione
11:10	27.	200m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	12 +	0: nierozstawione
11:25	28.	200m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	12 +	0: nierozstawione
11:40	29.	100m zmienny	Kobiet	Serie na czas	Open	0: nierozstawione
12:10	30.	100m zmienny	M czyzn	Serie na czas	Open	0: nierozstawione
12:45	Koniec sesji				Całkowity czas	2:45