

KOMUNIKAT SPECJALNY

ROZGRZEWKA

I BLOK

Godzina 8.00 – 8.20

Zawodnicy startujący w pierwszych 3 konkurencjach – 50 dowolny, 100 motylkowy i 200 grzbietowy

Godzina 8.25 – 8.45

Zawodnicy startujący w pozostałych konkurencjach I bloku od 100 dowolny.

Podział na poszczególnych torach:

- tor 1 – skoki i nawroty – tor jednokierunkowy
- tor 2 – 2006 i starsi
- tor 3 – 2007/2008
- tor 4 – 2009
- tor 5 – 2010
- tor 6 – 2011 i młodsi



Trenerzy poszczególnych klubów pływackich proszeni są o dopilnowanie porządku wejścia do wody na rozgrzewce.

II BLOK

Godzina 14.00 – 14.20

Zawodnicy startujący w pierwszych 2 konkurencjach – 200 dowolny i 100 klasyczny.

Godzina 14.25 – 14.45

Zawodnicy startujący w pozostałych konkurencjach zawodów.

Podział na poszczególnych torach – jak wyżej.

**Każdy
Pływać
Chce**