



Zawody Pływackie "Ka dy Pływa Chce"
Ciechanów, 2.3.2024

Harmonogram sesji nr 1 - I BLOK

02.03.2024 - 9:00

Rozgrzewka: 8:00 do 8:55

9:00	1.	50m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:44	32 Serie	191	
9:44	2.	50m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:37	28 Serie	165	
10:21	3.	100m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	10 +	0:17	7 Serie	42	
10:38	4.	100m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	10 +	0:14	6 Serie	33	
10:52	5.	50m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:38	24 Serie	141	
11:30	6.	50m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0:28	18 Serie	103	
11:58	7.	100m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	10 +	0:09	4 Serie	20	
12:07	8.	100m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	10 +	0:09	4 Serie	22	
12:16	9.	50m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:29	19 Serie	112	
12:45	10.	50m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:24	14 Serie	80	
13:09	11.	200m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:11	3 Serie	14	
13:20	12.	200m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:07	2 Serie	12	
13:27	13.	50m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:12	9 Serie	53	
13:39	14.	50m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0:15	11 Serie	64	
13:54	15.	100m zmienny	Kobiet	Serie na czas	10 +	0:19	9 Serie	53	
14:13	16.	100m zmienny	M czyzn	Serie na czas	10 +	0:15	7 Serie	37	
14:28	Koniec sesji					Całkowity czas	5:28		

Harmonogram sesji nr 2 - II BLOK

02.03.2024 - 15:30

Rozgrzewka: 15:00 do 15:25

15:30	17.	200m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:04	1 Seria	5	
15:34	18.	200m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:06	2 Serie	7	
15:40	19.	100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	10 +	0:28	14 Serie	79	
16:08	20.	100m dowolny	M czyzn	Serie na czas	10 +	0:26	13 Serie	75	
16:34	21.	200m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:15	4 Serie	21	
16:49	22.	200m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:09	2 Serie	12	
16:58	23.	100m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	10 +	0:18	8 Serie	47	
17:16	24.	100m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	10 +	0:18	8 Serie	44	
17:34	25.	200m dowolny	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:26	7 Serie	41	
18:00	26.	200m dowolny	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:24	7 Serie	42	
18:24	Koniec sesji					Całkowity czas	2:54		

