

Otwarte Letnie Mistrzostwa Dolno I skiego OZP  
WROCLAW, 1- - 2-6-2013

**Harmonogram sesji nr 1 - Blok 1**

**2013-06-01 - 9:00**

Rozgrzewka: 8:00 do 8:55

9:00	1.	800m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:25	2 Serie
9:25	2.	1500m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:35	2 Serie
10:00	3.	400m zmienny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:10	1 Seria
10:10	4.	400m zmienny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:20	3 Serie
10:30	Koniec sesji				Całkowity czas	1:30	

**Harmonogram sesji nr 2 - Blok 2**

**2013-06-01 - 15:00**

Rozgrzewka: 14:00 do 14:45

15:00	1.	800m dowolny	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:05	
15:05	2.	1500m dowolny	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:05	
15:10	3.	400m zmienny	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:10	
15:20	4.	400m zmienny	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:05	
15:25	5.	50m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:05	4 Serie
15:30	6.	50m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0:20	11 Serie
15:50	7.	200m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:10	4 Serie
16:00	8.	200m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:30	8 Serie
16:30	5.	50m motylkowy	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:05	
16:35	6.	50m motylkowy	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:05	
16:40	7.	200m dowolny	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:05	
16:45	9.	200m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:10	2 Serie
16:55	10.	200m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:15	4 Serie
17:10	8.	200m dowolny	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:05	
17:15	9.	200m klasyczny	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:10	
17:25	11.	100m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:05	3 Serie
17:30	12.	100m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0:10	4 Serie
17:40	10.	200m klasyczny	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:05	
17:45	11.	100m grzbietowy	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:05	
17:50	13.	4 x 100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:10	1 Seria
18:00	12.	100m grzbietowy	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:05	
18:05	14.	4 x 100m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:10	2 Serie
18:15	Koniec sesji				Całkowity czas	3:15	

**Harmonogram sesji nr 3 - Blok 3**

**2013-06-02 - 9:00**

9:00	13.	4 x 100m dowolny	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:05	
9:05	14.	4 x 100m dowolny	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:05	
9:10	15.	4 x 200m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:15	1 Seria
9:25	16.	4 x 200m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:10	1 Seria
9:35	17.	50m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:05	3 Serie
9:40	18.	50m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0:10	6 Serie
9:50	15.	4 x 200m dowolny	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:05	
9:55	16.	4 x 200m dowolny	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:05	
10:00	17.	50m grzbietowy	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:05	
10:05	19.	100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:10	5 Serie
10:15	20.	100m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:30	12 Serie
10:45	21.	100m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:05	2 Serie
10:50	22.	100m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:10	4 Serie
11:00	18.	50m grzbietowy	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:05	
11:05	19.	100m dowolny	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:05	
11:10	20.	100m dowolny	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:05	
11:15	21.	100m klasyczny	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:05	
11:20	23.	100m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:10	3 Serie

Otwarte Letnie Mistrzostwa Dolno I skiego OZP  
WROCLAW, 1- - 2-6-2013

11:30	24.	100m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0:15	6 Serie
11:45	25.	400m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:15	3 Serie
12:00	26.	400m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:25	4 Serie
12:25	22.	100m klasyczny	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:05	
12:30	23.	100m motylkowy	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:05	
12:35	24.	100m motylkowy	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:10	
12:45	25.	400m dowolny	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:05	
12:50	Koniec sesji			Całkowity czas		3:50	

**Harmonogram sesji nr 4 - 2. Czerwiec 13**

**2013-06-02 - 15:00**

15:00	26.	400m dowolny	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:05	
15:05	27.	50m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:10	5 Serie
15:15	28.	50m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:20	14 Serie
15:35	29.	50m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:05	2 Serie
15:40	30.	50m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:10	5 Serie
15:50	31.	200m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	Open		1 Seria
15:50	32.	200m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0:10	2 Serie
16:00	27.	50m dowolny	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:05	
16:05	28.	50m dowolny	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:05	
16:10	29.	50m klasyczny	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:05	
16:15	30.	50m klasyczny	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:10	
16:25	31.	200m motylkowy	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:05	
16:30	33.	200m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:10	3 Serie
16:40	34.	200m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0:15	3 Serie
16:55	35.	200m zmienny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:05	2 Serie
17:00	36.	200m zmienny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:15	4 Serie
17:15	32.	200m motylkowy	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:05	
17:20	33.	200m grzbietowy	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:10	
17:30	34.	200m grzbietowy	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:05	
17:35	35.	200m zmienny	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:05	
17:40	37.	4 x 100m zmienny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:05	1 Seria
17:45	38.	4 x 100m zmienny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:05	1 Seria
17:50	36.	200m zmienny	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:10	
18:00	37.	4 x 100m zmienny	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:05	
18:05	38.	4 x 100m zmienny	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:05	
18:10	Koniec sesji			Całkowity czas		3:10	