

IV Otwarte Mistrzostwa Ostrzeszowa w pływaniu
Ostrzeszów, 2015-05-24

Harmonogram sesji nr 1 - 24. Maj 15

2015-05-24 - 9:00

Rozgrzewka: 8:00 do 8:45

Odprawa kierowników ekip (dru yn): 8:00

9:00	1.	50m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	7 - 16	0:30	18 Serie
9:30	2.	50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	7 - 16	0:36	18 Serie
10:06	3.	100m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	7 - 16	0:18	7 Serie
10:24	4.	100m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	7 - 16	0:18	6 Serie
10:42	5.	50m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	7 - 16	0:24	12 Serie
11:06	6.	50m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	7 - 16	0:24	11 Serie
11:30	7.	100m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	7 - 16	0:06	2 Serie
11:36	8.	100m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	7 - 16	0:06	3 Serie
11:42	9.	8 x 50m dowolny	Mieszane	Serie na czas	10 - 16	0:12	2 Serie
11:54	10.	100m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	7 - 16	0:30	11 Serie
12:24	11.	100m dowolny	Chłopców	Serie na czas	7 - 16	0:30	12 Serie
12:54	12.	50m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	7 - 16	0:18	11 Serie
13:12	13.	50m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	7 - 16	0:18	9 Serie
13:30	14.	100m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	7 - 16	0:18	6 Serie
13:48	15.	100m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	7 - 16	0:12	5 Serie
14:00	16.	50m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	7 - 16	0:12	5 Serie
14:12	17.	50m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	7 - 16	0:12	5 Serie
14:24	18.	100m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	7 - 16	0:24	9 Serie
14:48	19.	100m zmienny	Chłopców	Serie na czas	7 - 16	0:12	6 Serie
15:00	Koniec sesji				Całkowity czas	6:00	

