

I Neptun International Swimming Meeting  
widnica, 7.05.2016

**Harmonogram sesji nr 1 - Blok I**

**2016-05-07 - 10:00**

Rozgrzewka: 9:00 do 9:55

Odprawa kierowników ekip (dru yn): 9:00

|       |              |                 |           |               |                |      |          |
|-------|--------------|-----------------|-----------|---------------|----------------|------|----------|
| 10:00 | 1.           | 100m klasyczny  | Dziewcz t | Serie na czas | 11 - 14        | 0:25 | 9 Serie  |
| 10:25 | 2.           | 100m klasyczny  | Chłopców  | Eliminacje    | 6              | 0:05 | 3 Serie  |
| 10:30 | 3.           | 100m klasyczny  | Chłopców  | Eliminacje    | 7              | 0:10 | 4 Serie  |
| 10:40 | 4.           | 50m grzbietowy  | Dziewcz t | Serie na czas | 11 - 14        | 0:15 | 9 Serie  |
| 10:55 | 5.           | 50m grzbietowy  | Chłopców  | Serie na czas | 11 - 14        | 0:15 | 9 Serie  |
| 11:10 | 6.           | 50m grzbietowy  | Dziewcz t | Eliminacje    | 5              | 0:10 | 5 Serie  |
| 11:20 | 7.           | 50m grzbietowy  | Chłopców  | Eliminacje    | 5              | 0:05 | 4 Serie  |
| 11:25 | 8.           | 100m zmienny    | Dziewcz t | Eliminacje    | 6              | 0:05 | 2 Serie  |
| 11:30 | 9.           | 100m zmienny    | Dziewcz t | Eliminacje    | 7              | 0:20 | 8 Serie  |
| 11:50 | 10.          | 100m zmienny    | Chłopców  | Serie na czas | 11 - 14        | 0:20 | 8 Serie  |
| 12:10 | 11.          | 50m motylkowy   | Dziewcz t | Serie na czas | 10 - 14        | 0:15 | 9 Serie  |
| 12:25 | 12.          | 50m motylkowy   | Chłopców  | Serie na czas | 10 - 14        | 0:10 | 6 Serie  |
| 12:35 | 15.          | 100m dowolny    | Dziewcz t | Serie na czas | 11 - 14        | 0:15 | 9 Serie  |
| 12:50 | 16.          | 100m dowolny    | Chłopców  | Serie na czas | 11 - 14        | 0:25 | 11 Serie |
| 13:15 | 6.           | 50m grzbietowy  | Dziewcz t | Finał         | 5              | 0:05 | 1 Seria  |
| 13:20 | 7.           | 50m grzbietowy  | Chłopców  | Finał         | 5              |      | 1 Seria  |
| 13:20 | 17.          | 4 x 50m dowolny | Mieszane  | Serie na czas | 11 - 14        | 0:05 | 2 Serie  |
| 13:25 | 18.          | 4 x 50m dowolny | Mieszane  | Serie na czas | 10             | 0:05 | 1 Seria  |
| 13:30 | Koniec sesji |                 |           |               | Całkowity czas | 3:30 |          |

**Harmonogram sesji nr 2 - Blok II**

**2016-05-07 - 14:00**

|       |              |                 |           |               |                |      |          |
|-------|--------------|-----------------|-----------|---------------|----------------|------|----------|
| 14:00 | 8.           | 100m zmienny    | Dziewcz t | Finał         | 6              | 0:05 | 1 Seria  |
| 14:05 | 9.           | 100m zmienny    | Dziewcz t | Finał         | 7              |      | 1 Seria  |
| 14:05 | 2.           | 100m klasyczny  | Chłopców  | Finał         | 6              | 0:05 | 1 Seria  |
| 14:10 | 3.           | 100m klasyczny  | Chłopców  | Finał         | 7              |      | 1 Seria  |
| 14:10 | 19.          | 4 x 50m zmienny | Mieszane  | Serie na czas | 11 - 14        | 0:05 | 1 Seria  |
| 14:15 | 20.          | 50m dowolny     | Dziewcz t | Serie na czas | 10 - 14        | 0:30 | 21 Serie |
| 14:45 | 21.          | 50m dowolny     | Chłopców  | Serie na czas | 10 - 14        | 0:30 | 20 Serie |
| 15:15 | 22.          | 100m motylkowy  | Dziewcz t | Serie na czas | 11 - 14        | 0:05 | 3 Serie  |
| 15:20 | 23.          | 100m motylkowy  | Chłopców  | Serie na czas | 11 - 14        | 0:05 | 2 Serie  |
| 15:25 | 26.          | 100m grzbietowy | Dziewcz t | Serie na czas | 11 - 14        | 0:20 | 7 Serie  |
| 15:45 | 27.          | 100m grzbietowy | Chłopców  | Serie na czas | 11 - 14        | 0:15 | 8 Serie  |
| 16:00 | 28.          | 50m klasyczny   | Dziewcz t | Serie na czas | 10 - 14        | 0:25 | 15 Serie |
| 16:25 | 29.          | 50m klasyczny   | Chłopców  | Serie na czas | 10 - 14        | 0:25 | 13 Serie |
| 16:50 | Koniec sesji |                 |           |               | Całkowity czas | 2:50 |          |