

# PROGRAM ZAWODÓW

## VI Ogólnopolskie Integracyjne Zawody Osób Niepełnosprawnych w Pływaniu Częstochowa 16 - 17.09.2017r

### Dzień I

- Przyjazd ekip na 16.09.2017r. na pływalnię krytą „Sienkiewicz Częstochowa”, ul. Zofii Kossak-Szczuckiej
- 12.00 Rozgrzewka
- 12.30 Uroczyste otwarcie
- 12.45 Rozpoczęcie I bloku
- 17.00 Obiadokolacja w miejscu zakwaterowania
- Czas wolny - zwiedzanie miasta

### Dzień II

- 6.30 Śniadanie w miejscu zakwaterowania
- 8.00 Rozgrzewka
- 8.30 Rozpoczęcie II bloku
- **Ok. 10.00 start Paraolimpijczyków**
- 11.30 Dekoracja, obiad na pływalni, pożegnanie ekip

<b>I dzień I blok</b>			
<b>Kobiety</b>		<b>Mężczyźni</b>	
1	400 m st. dowolnym	2	400 m st. dowolnym
3	50 m st. klasycznym	4	50 m st. klasycznym
5	100 m st. grzbietowym	6	100 m st. grzbietowym
7	50 m st. dowolnym	8	50 m st. dowolnym
9	100 m st. motylkowym	10	100 m st. motylkowym
<b>II dzień II blok</b>			
<b>Kobiety</b>		<b>Mężczyźni</b>	
11	200 m st. zmiennym	12	200 m st. zmiennym
13	50 m st. grzbietowym	14	50 m st. grzbietowym
15	100 m st. klasycznym	16	100 m st. klasycznym
17	50 m st. motylkowym	18	50 m st. motylkowym
19	100 m st. dowolnym	20	100 m st. dowolnym