

OGOLNOPOLSKIE ZAWODY PLYWACKIE "BARBORKA 2017"
Głogow, 02-12-2017

Harmonogram sesji nr 1 - Blok I

2017.12.20 - 9:45

Rozgrzewka: 8:30 do 9:30

Odprawa kierowników ekip (dru yn): 8:30

9:46	1.	100m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 12	0:08	3 Serie
9:54	2.	100m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	11 - 12	0:02	1 Seria
9:56	3.	50m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 12	0:14	8 Serie
10:10	4.	50m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	11 - 12	0:16	9 Serie
10:26	5.	100m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 12	0:18	7 Serie
10:44	6.	100m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	11 - 12	0:14	5 Serie
10:58	7.	50m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 12	0:20	12 Serie
11:18	8.	50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	11 - 12	0:22	13 Serie
11:40	9.	100m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 12	0:16	6 Serie
11:56	10.	100m zmienny	Chłopców	Serie na czas	11 - 12	0:12	5 Serie
12:08	11.	4 x 50m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 12	0:08	2 Serie
12:16	12.	4 x 50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	11 - 12	0:06	2 Serie
12:22	Koniec sesji				Całkowity czas	2:37	

Harmonogram sesji nr 2 - Blok II

2017.12.20 - 15:30

Rozgrzewka: 14:45 do 15:30

15:30	13.	50m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 12	0:14	8 Serie
15:44	14.	50m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	11 - 12	0:10	6 Serie
15:54	15.	100m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 12	0:18	7 Serie
16:12	16.	100m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	11 - 12	0:16	6 Serie
16:28	17.	50m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 12	0:16	9 Serie
16:44	18.	50m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	11 - 12	0:12	7 Serie
16:56	19.	100m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 12	0:24	10 Serie
17:20	20.	100m dowolny	Chłopców	Serie na czas	11 - 12	0:26	11 Serie
17:46	21.	4 x 50m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 12	0:08	2 Serie
17:54	22.	4 x 50m zmienny	Chłopców	Serie na czas	11 - 12	0:08	2 Serie
18:02	Koniec sesji				Całkowity czas	2:32	

