

INDYWIDUALNE MISTRZOSTWA DOLNEGO LASKA DZIECI 10-11 LAT DRUYNOWY WIELOBÓJ PŁYWACKI  
Nowa Ruda, 25-26.05.2018

**Harmonogram sesji nr 1 - Blok I**

**2018.05.25 - 15:00**

Rozgrzewka: 14:00 do 14:50

|       |              |                 |           |                    |    |      |         |
|-------|--------------|-----------------|-----------|--------------------|----|------|---------|
| 15:00 | 1.           | 50m motylkowy   | Dziewcz t | Serie na czas      | 11 | 0:10 | 6 Serie |
| 15:10 | 2.           | 50m motylkowy   | Chłopców  | Serie na czas      | 11 | 0:05 | 5 Serie |
| 15:15 | 3.           | 50m dowolny     | Dziewcz t | Serie na czas      | 10 | 0:05 | 5 Serie |
| 15:20 | 4.           | 50m dowolny     | Chłopców  | Serie na czas      | 10 | 0:10 | 4 Serie |
| 15:30 | 1.           | 50m motylkowy   | Dziewcz t | Ceremonia medalowa |    | 0:05 |         |
| 15:35 | 2.           | 50m motylkowy   | Chłopców  | Ceremonia medalowa |    | 0:05 |         |
| 15:40 | 3.           | 50m dowolny     | Dziewcz t | Ceremonia medalowa |    | 0:05 |         |
| 15:45 | 5.           | 100m grzbietowy | Dziewcz t | Serie na czas      | 11 | 0:15 | 8 Serie |
| 16:00 | 6.           | 100m grzbietowy | Chłopców  | Serie na czas      | 11 | 0:15 | 6 Serie |
| 16:15 | 7.           | 50m klasyczny   | Dziewcz t | Serie na czas      | 10 | 0:10 | 5 Serie |
| 16:25 | 8.           | 50m klasyczny   | Chłopców  | Serie na czas      | 10 | 0:05 | 3 Serie |
| 16:30 | 4.           | 50m dowolny     | Chłopców  | Ceremonia medalowa |    | 0:05 |         |
| 16:35 | 5.           | 100m grzbietowy | Dziewcz t | Ceremonia medalowa |    | 0:05 |         |
| 16:40 | 6.           | 100m grzbietowy | Chłopców  | Ceremonia medalowa |    | 0:05 |         |
| 16:45 | 7.           | 50m klasyczny   | Dziewcz t | Ceremonia medalowa |    | 0:05 |         |
| 16:50 | 9.           | 200m dowolny    | Dziewcz t | Serie na czas      | 11 | 0:25 | 7 Serie |
| 17:15 | 10.          | 200m dowolny    | Chłopców  | Serie na czas      | 11 | 0:25 | 6 Serie |
| 17:40 | 11.          | 4 x 50m zmienny | Dziewcz t | Serie na czas      | 11 | 0:05 | 1 Seria |
| 17:45 | 8.           | 50m klasyczny   | Chłopców  | Ceremonia medalowa |    | 0:05 |         |
| 17:50 | 9.           | 200m dowolny    | Dziewcz t | Ceremonia medalowa |    | 0:05 |         |
| 17:55 | 10.          | 200m dowolny    | Chłopców  | Ceremonia medalowa |    | 0:05 |         |
| 18:00 | 12.          | 4 x 50m zmienny | Chłopców  | Serie na czas      | 11 | 0:05 | 1 Seria |
| 18:05 | Koniec sesji |                 |           | Całkowity czas     |    | 3:05 |         |

**Harmonogram sesji nr 2 - Blok 2**

**2018.05.26 - 9:00**

Rozgrzewka: 8:15 do 8:50

|       |     |                 |           |                    |    |      |         |
|-------|-----|-----------------|-----------|--------------------|----|------|---------|
| 9:00  | 11. | 4 x 50m zmienny | Dziewcz t | Ceremonia medalowa |    | 0:05 |         |
| 9:05  | 12. | 4 x 50m zmienny | Chłopców  | Ceremonia medalowa |    | 0:05 |         |
| 9:10  | 13. | 100m klasyczny  | Dziewcz t | Serie na czas      | 11 | 0:20 | 8 Serie |
| 9:30  | 14. | 100m klasyczny  | Chłopców  | Serie na czas      | 11 | 0:15 | 6 Serie |
| 9:45  | 15. | 50m grzbietowy  | Dziewcz t | Serie na czas      | 10 | 0:05 | 5 Serie |
| 9:50  | 16. | 50m grzbietowy  | Chłopców  | Serie na czas      | 10 | 0:10 | 4 Serie |
| 10:00 | 13. | 100m klasyczny  | Dziewcz t | Ceremonia medalowa |    | 0:05 |         |
| 10:05 | 14. | 100m klasyczny  | Chłopców  | Ceremonia medalowa |    | 0:05 |         |
| 10:10 | 15. | 50m grzbietowy  | Dziewcz t | Ceremonia medalowa |    | 0:05 |         |
| 10:15 | 17. | 100m dowolny    | Dziewcz t | Serie na czas      | 11 | 0:15 | 8 Serie |
| 10:30 | 18. | 100m dowolny    | Chłopców  | Serie na czas      | 11 | 0:15 | 8 Serie |
| 10:45 | 19. | 100m zmienny    | Dziewcz t | Serie na czas      | 10 | 0:15 | 5 Serie |
| 11:00 | 20. | 100m zmienny    | Chłopców  | Serie na czas      | 10 | 0:05 | 3 Serie |
| 11:05 | 16. | 50m grzbietowy  | Chłopców  | Ceremonia medalowa |    | 0:05 |         |
| 11:10 | 17. | 100m dowolny    | Dziewcz t | Ceremonia medalowa |    | 0:05 |         |
| 11:15 | 18. | 100m dowolny    | Chłopców  | Ceremonia medalowa |    | 0:05 |         |
| 11:20 | 19. | 100m zmienny    | Dziewcz t | Ceremonia medalowa |    | 0:05 |         |
| 11:25 | 21. | 200m zmienny    | Dziewcz t | Serie na czas      | 11 | 0:25 | 5 Serie |
| 11:50 | 22. | 200m zmienny    | Chłopców  | Serie na czas      | 11 | 0:10 | 3 Serie |
| 12:00 | 23. | 4 x 50m dowolny | Dziewcz t | Serie na czas      | 11 | 0:10 | 2 Serie |
| 12:10 | 20. | 100m zmienny    | Chłopców  | Ceremonia medalowa |    | 0:05 |         |
| 12:15 | 21. | 200m zmienny    | Dziewcz t | Ceremonia medalowa |    | 0:05 |         |
| 12:20 | 22. | 200m zmienny    | Chłopców  | Ceremonia medalowa |    | 0:05 |         |

INDYWIDUALNE MISTRZOSTWA DOLNEGO ŁASKA DZIECI 10-11 LAT DRUGI WIELOBÓJ PŁYWACKI  
Nowa Ruda, 25-26.05.2018

---

|       |     |                 |           |                    |    |                |         |
|-------|-----|-----------------|-----------|--------------------|----|----------------|---------|
| 12:25 | 24. | 4 x 50m dowolny | Chłopców  | Serie na czas      | 11 | 0:05           | 2 Serie |
| 12:30 | 23. | 4 x 50m dowolny | Dziewcząt | Ceremonia medalowa |    | 0:05           |         |
| 12:35 | 24. | 4 x 50m dowolny | Chłopców  | Ceremonia medalowa |    | 0:05           |         |
| 12:40 |     | Koniec sesji    |           |                    |    | Całkowity czas | 3:40    |