

OGOLNOPOLSKIE ZAWODY PLYWACKIE "BARBORKA 2018"
Głogów, 1-12-2018

Harmonogram sesji nr 1 - Blok I

2018.12.01 - 9:45

Rozgrzewka: 8:30 do 9:30

Odprawa kierowników ekip (dru yn): 8:30

9:46	1.	50m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 14	0:16	10 Serie
10:02	2.	50m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	11 - 14	0:20	12 Serie
10:22	3.	50m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 14	0:20	12 Serie
10:42	4.	50m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	11 - 14	0:20	12 Serie
11:02	5.	100m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 14	0:38	14 Serie
11:40	6.	100m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	11 - 14	0:24	9 Serie
12:04	7.	50m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 14	0:32	19 Serie
12:36	8.	50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	11 - 14	0:30	19 Serie
13:06	9.	100m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 14	0:28	11 Serie
13:34	10.	100m zmienny	Chłopców	Serie na czas	11 - 14	0:24	10 Serie
13:58	11.	6 x 50m dowolny	Mieszane	Serie na czas	Open	0:04	1 Seria
14:02	Koniec sesji				Całkowity czas	4:17	

Harmonogram sesji nr 2 - Blok II

2018.12.01 - 15:30

Rozgrzewka: 14:45 do 15:30

12.	100m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 14	15 Serie
13.	100m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	11 - 14	13 Serie
14.	50m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 14	22 Serie
15.	50m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	11 - 14	17 Serie
16.	100m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 14	21 Serie
17.	100m dowolny	Chłopców	Serie na czas	11 - 14	21 Serie
18.	4 x 50m zmienny	Kobiet	Serie na czas	Open	3 Serie
19.	4 x 50m zmienny	M czyzn	Serie na czas	Open	2 Serie

