

Międzywojewódzkie Drużynowe Mistrzostwa Młodzików  
12, 13 lat (strefa lubuska i dolnośląska – I runda)  
Nowa Ruda 22-23.03.2019r.

**Harmonogram sesji nr 1 - 22. Marzec 19**

**2019.03.22 - 15:00**

Rozgrzewka: od 14:00

15:00	1.	100m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:21	8 Serie
15:21	2.	100m motylkowy	Mężczyzn	Serie na czas	Open	0:16	6 Serie
15:37	3.	100m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:33	12 Serie
16:10	4.	100m klasyczny	Mężczyzn	Serie na czas	Open	0:22	8 Serie
16:32	5.	200m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:49	11 Serie
17:21	6.	200m grzbietowy	Mężczyzn	Serie na czas	Open	0:32	7 Serie
17:53	7.	400m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	1:10	9 Serie
19:03	8.	400m dowolny	Mężczyzn	Serie na czas	Open	1:00	8 Serie
20:03	9.	4 x 50m dowolny	Mieszane	Serie na czas	Open	0:10	3 Serie
20:13	10.	4 x 50m zmienny	Mieszane	Serie na czas	Open	0:07	2 Serie
20:20	Koniec sesji				Całkowity czas	5:20	

**Harmonogram sesji nr 2 - 23. Marzec 19**

**2019.03.23 - 8:45**

Rozgrzewka: od 8:00

8:45	11.	100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:36	15 Serie
9:21	12.	100m dowolny	Mężczyzn	Serie na czas	Open	0:31	13 Serie
9:52	13.	200m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:34	7 Serie
10:26	14.	200m klasyczny	Mężczyzn	Serie na czas	Open	0:18	4 Serie
10:44	15.	100m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:28	11 Serie
11:12	16.	100m grzbietowy	Mężczyzn	Serie na czas	Open	0:18	7 Serie
11:30	17.	200m zmienny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:40	9 Serie
12:10	18.	200m zmienny	Mężczyzn	Serie na czas	Open	0:26	6 Serie
12:36	19.	4 x 50m zmienny	Mieszane	Serie na czas	Open	0:10	3 Serie
12:46	20.	4 x 50m dowolny	Mieszane	Serie na czas	Open	0:07	2 Serie
12:53	Koniec sesji				Całkowity czas	4:08	