

INDYWIDUALNE MISTRZOSTWA DOLNEGO ŁASKA DZIECI 10-11 LAT DRUGI WIELOBÓJ PŁYWACKI  
Nowa Ruda, 31.05.1.06-2019

**Harmonogram sesji nr 1 - Blok I**

**2019.05.31 - 15:00**

Rozgrzewka: 14:00 do 14:50

15:00	1.	50m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:08	6 Serie
15:08	2.	50m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	11	0:06	4 Serie
15:14	3.	50m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	10	0:10	6 Serie
15:24	4.	50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	10	0:06	5 Serie
15:30	1.	50m motylkowy	Dziewcz t	Ceremonia medalowa		0:04	
15:34	2.	50m motylkowy	Chłopców	Ceremonia medalowa		0:06	
15:40	3.	50m dowolny	Dziewcz t	Ceremonia medalowa		0:04	
15:44	5.	100m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:16	6 Serie
16:00	6.	100m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	11	0:10	4 Serie
16:10	7.	50m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	10	0:08	6 Serie
16:18	8.	50m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	10	0:08	5 Serie
16:26	4.	50m dowolny	Chłopców	Ceremonia medalowa		0:06	
16:32	5.	100m grzbietowy	Dziewcz t	Ceremonia medalowa		0:04	
16:36	6.	100m grzbietowy	Chłopców	Ceremonia medalowa		0:06	
16:42	7.	50m klasyczny	Dziewcz t	Ceremonia medalowa		0:04	
16:46	9.	200m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:18	4 Serie
17:04	10.	200m dowolny	Chłopców	Serie na czas	11	0:10	3 Serie
17:14	11.	4 x 50m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:(nierozstawione)	
17:18	8.	50m klasyczny	Chłopców	Ceremonia medalowa		0:06	
17:24	9.	200m dowolny	Dziewcz t	Ceremonia medalowa		0:04	
17:28	10.	200m dowolny	Chłopców	Ceremonia medalowa		0:06	
17:34	12.	4 x 50m zmienny	Chłopców	Serie na czas	11	0:(nierozstawione)	
17:38	Koniec sesji			Całkowity czas		2:38	

**Harmonogram sesji nr 2 - Blok 2**

**2019.06.01 - 9:00**

Rozgrzewka: 8:15 do 8:50

9:00	11.	4 x 50m zmienny	Dziewcz t	Ceremonia medalowa		0:06	
9:06	12.	4 x 50m zmienny	Chłopców	Ceremonia medalowa		0:04	
9:10	13.	100m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:14	6 Serie
9:24	14.	100m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	11	0:12	4 Serie
9:36	15.	50m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	10	0:08	6 Serie
9:44	16.	50m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	10	0:08	5 Serie
9:52	13.	100m klasyczny	Dziewcz t	Ceremonia medalowa		0:04	
9:56	14.	100m klasyczny	Chłopców	Ceremonia medalowa		0:06	
10:02	15.	50m grzbietowy	Dziewcz t	Ceremonia medalowa		0:04	
10:06	17.	100m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:16	7 Serie
10:22	18.	100m dowolny	Chłopców	Serie na czas	11	0:10	5 Serie
10:32	19.	100m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	10	0:16	6 Serie
10:48	20.	100m zmienny	Chłopców	Serie na czas	10	0:12	5 Serie
11:00	16.	50m grzbietowy	Chłopców	Ceremonia medalowa		0:06	
11:06	17.	100m dowolny	Dziewcz t	Ceremonia medalowa		0:04	
11:10	18.	100m dowolny	Chłopców	Ceremonia medalowa		0:06	
11:16	19.	100m zmienny	Dziewcz t	Ceremonia medalowa		0:04	
11:20	21.	200m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:14	3 Serie
11:34	22.	200m zmienny	Chłopców	Serie na czas	11	0:12	3 Serie
11:46	23.	4 x 50m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:(nierozstawione)	
11:50	20.	100m zmienny	Chłopców	Ceremonia medalowa		0:06	
11:56	21.	200m zmienny	Dziewcz t	Ceremonia medalowa		0:04	
12:00	22.	200m zmienny	Chłopców	Ceremonia medalowa		0:06	

INDYWIDUALNE MISTRZOSTWA DOLNEGO ŁASKA DZIECI 10-11 LAT DRUGI WYKONAWCY WIELOBÓJ PŁYWACKI  
Nowa Ruda, 31.05.1.06-2019

---

12:06	24.	4 x 50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	11	0:(nierozstawione
12:08	23.	4 x 50m dowolny	Dziewcz t	Ceremonia medalowa		0:06
12:14	24.	4 x 50m dowolny	Chłopców	Ceremonia medalowa		0:04
12:18		Koniec sesji			Całkowity czas	3:18