
Harmonogram sesji nr 1 - Blok I**2020.11.07 - 10:00**

Rozgrzewka: 9:00 do 9:50

10:00	1.	100m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	13 - 15	0:15	7 Serie	62
10:15	2.	100m dowolny	Chłopców	Serie na czas	13 - 15	0:20	8 Serie	71
10:35	3.	200m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	13 - 15	0:30	7 Serie	62
11:05	4.	200m zmienny	Chłopców	Serie na czas	13 - 15	0:30	7 Serie	70
11:35	9.	6 x 50m dowolny	Mieszane	Serie na czas	13 - 15	0:05	1 Seria	4
11:40	Koniec sesji				Całkowity czas	1:40		

Harmonogram sesji nr 2 - Blok II**2020.11.07 - 15:30**

Rozgrzewka: od 14:30

15:30	5.	50m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	9 - 12	0:20	12 Serie	113
15:50	6.	50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	9 - 12	0:20	10 Serie	99
16:10	7.	200m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	9 - 12	0:55	11 Serie	105
17:05	8.	200m zmienny	Chłopców	Serie na czas	9 - 12	0:50	10 Serie	97
17:55	10.	4 x 50m dowolny	Mieszane	Serie na czas	9 - 12		brak zgłosze	-
17:55	Koniec sesji				Całkowity czas	2:25		