

Ogólnopolski Sprawdzian Wytrzymałości i Wszechstronności Stylowej dzieci 11-12 letnich
Wrocław, 18.11.2022r.

Harmonogram sesji nr 1 - 18. Listopad 22

18.11.2022 - 10:00

Rozgrzewka: 9:00 do 9:40

10:00	1.	200m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	9 - 11	0:36	7 Serie	66
10:36	2.	200m zmienny	Chłopców	Serie na czas	9 - 11	0:28	6 Serie	54
11:04	3.	200m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	2	0:28	6 Serie	59
11:32	4.	200m zmienny	Chłopców	Serie na czas	2	0:24	5 Serie	44
11:56	5.	400m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	9 - 11	0:40	7 Serie	62
12:36	6.	400m dowolny	Chłopców	Serie na czas	9 - 11	0:24	5 Serie	46
13:00	7.	800m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	2	1:04	6 Serie	59
14:04	8.	800m dowolny	Chłopców	Serie na czas	2	0:48	5 Serie	47
14:52	Koniec sesji			Całkowity czas		4:52		