

ZIMOWE MISTRZOSTWA DOZP W PŁYWANIU
Wrocław 25-26.11.2022r.

Harmonogram sesji nr 1 - SESJA 1

25.11.2022 - 8:45

Rozgrzewka: 8:00 do 8:40

8:45	1.	800m dowolny	Kobiet	Serie na czas	14 - 50	0:12	1 Serie	9
8:57	2.	800m dowolny	M czyzn	Serie na czas	14 - 50		1 Serie	-
8:57	3.	1500m dowolny	M czyzn	Serie na czas	14 - 50	0:18	1 Serie	2
9:15	4.	400m zmienny	Kobiet	Serie na czas	14 - 50	0:07	1 Serie	8
9:22	5.	400m zmienny	M czyzn	Serie na czas	14 - 50		1 Serie	-
9:22	6.	4 x 50m dowolny	Mieszane	Serie na czas	12 - 50	0:07	2 Serie	19
9:29	Koniec sesji						Całkowity czas	0:44

Harmonogram sesji nr 2 - SESJA II

25.11.2022 - 9:30

Rozgrzewka: 9:30 do 10:44

9:32	rozgrzewka w drugiej części niecki SESJA II tory 2,9					1:28		
11:00	Pokazowy mecz waterpolo oraz wyst p zawodniczek pływania artystycznego					0:28		
11:28	OTWARCIE ZAWODÓW (wr czenie nagród – patrz lista w pkt. X za sezon letni					0:20		
11:48	7.	200m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	12 - 50	0:08	2 Serie	13
11:56	8.	200m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	12 - 50	0:08	2 Serie	11
12:04	9.	50m dowolny	Kobiet	Serie na czas	12 - 50	0:28	17 Serie	163
12:32	10.	50m dowolny	M czyzn	Serie na czas	12 - 50	0:24	17 Serie	163
12:56	11.	100m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	12 - 50	0:28	6 Serie	53
13:24	12.	100m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	12 - 50	0:20	5 Serie	46
13:44	13.	50m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	12 - 50	0:16	8 Serie	79
14:00	14.	50m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	12 - 50	0:12	7 Serie	61
14:12	15.	100m zmienny	Kobiet	Serie na czas	12 - 50	0:24	9 Serie	86
14:36	16.	100m zmienny	M czyzn	Serie na czas	12 - 50	0:16	6 Serie	60
14:52	17.	50m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	12 - 50	0:16	8 Serie	72
15:08	18.	50m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	12 - 50	0:16	10 Serie	94
15:24	19.	200m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	12 - 50	0:16	4 Serie	40
15:40	20.	200m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	12 - 50	0:16	3 Serie	27
15:56	21.	200m dowolny	Kobiet	Serie na czas	12 - 50	0:32	8 Serie	71
16:28	22.	200m dowolny	M czyzn	Serie na czas	12 - 50	0:28	7 Serie	68
16:56	23.	SKIN RACE	Kobiet	Serie na czas	12 - 50		brak zgłosze	-
16:56	24.	SKIN RACE	M czyzn	Serie na czas	12 - 50		brak zgłosze	-
16:56	Koniec sesji						Całkowity czas	7:26