

Harmonogram sesji nr 1 - Blok I

13.05.2023 - 9:15

Rozgrzewka: 8:00 do 9:00

Odprawa kierowników ekip (drużyn): 8:00

Odprawa działaczy: 8:00

9:15	1.	50m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 14	0:19	10 Serie	49
9:34	2.	50m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	11 - 14	0:18	10 Serie	48
9:52	3.	50m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 14	0:36	13 Serie	63
10:28	4.	50m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	11 - 14	0:41	14 Serie	67
11:09	5.	100m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 14	0:31	11 Serie	55
11:40	6.	100m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	11 - 14	0:31	10 Serie	47
12:11	7.	50m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 14	0:35	20 Serie	97
12:46	8.	50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	11 - 14	0:37	21 Serie	103
13:23	9.	100m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 14	0:27	10 Serie	50
13:50	10.	100m zmienny	Chłopców	Serie na czas	11 - 14	0:20	7 Serie	33
14:10	11.	6 x 50m dowolny	Mieszane	Serie na czas	Open	0:08	2 Serie	8
14:18	Koniec sesji			Całkowity czas		5:03		

Harmonogram sesji nr 2 - Blok II

13.05.2023 - 15:00

15:00	12.	100m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 14	0:51	14 Serie	70
15:51	13.	100m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	11 - 14	0:50	13 Serie	63
16:41	14.	50m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 14	0:36	19 Serie	93
17:17	15.	50m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	11 - 14	0:30	15 Serie	71
17:47	16.	100m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 14	0:57	23 Serie	114
18:44	17.	100m dowolny	Chłopców	Serie na czas	11 - 14	1:00	23 Serie	113
19:44	18.	4 x 50m zmienny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:12	3 Serie	12
19:56	19.	4 x 50m zmienny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:07	2 Serie	8
20:03	Koniec sesji			Całkowity czas		5:03		