

SWIMMANIA Dolno I ska Liga Pływacka edycja IV
Wrocław, 04.06.2023

Harmonogram sesji nr 1 - 4. Czerwiec 23

04.06.2023 - 9:30

Rozgrzewka: 8:30 do 9:20

9:30	1.	50m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	10 - 12	0:09	5 Serie	42
9:39	2.	50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	10 - 12	0:09	5 Serie	43
9:48	3.	100m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	13 - 15	0:14	6 Serie	54
10:02	4.	100m dowolny	Chłopców	Serie na czas	13 - 15	0:12	5 Serie	46
10:14	5.	50m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	10 - 12	0:10	4 Serie	38
10:24	6.	50m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	10 - 12	0:11	4 Serie	34
10:35	7.	100m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	13 - 15	0:09	3 Serie	25
10:44	8.	100m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	13 - 15	0:10	3 Serie	23
10:54	9.	50m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	10 - 12	0:07	4 Serie	34
11:01	10.	50m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	10 - 12	0:08	4 Serie	33
11:09	11.	100m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	13 - 15	0:08	3 Serie	27
11:17	12.	100m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	13 - 15	0:08	3 Serie	26
11:25	13.	50m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	10 - 12	0:04	2 Serie	16
11:29	14.	50m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	10 - 12	0:04	2 Serie	20
11:33	15.	100m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	13 - 15	0:04	2 Serie	12
11:37	16.	100m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	13 - 15	0:06	2 Serie	15
11:43	17.	200m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	10 - 15	2:05	25 Serie	248
13:48	18.	200m zmienny	Chłopców	Serie na czas	10 - 15	1:59	24 Serie	236
15:47	19.	6 x 50m dowolny	Mieszane	Serie na czas	10 - 15	0:0	nirozstawione	-
15:51	Koniec sesji				Całkowity czas	6:21		