

PODKARPACKA LIGA PŁYWACKA DZIECI 10, 11 LAT I edycja jesie 2018
Horyniec Zdrój, 6.10.2018

Harmonogram sesji nr 1 - Sobota, 6 Pa dziernik 2018

06.10.2018 - 10:00

Rozgrzewka: 9:00 do 9:55

10:00	1.	50m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	- 10	0:10	7 Serie
10:10	2.	50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	- 10	0:10	7 Serie
10:20	3.	50m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:10	5 Serie
10:30	4.	50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	11	0:05	4 Serie
10:35	5.	50m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	- 10	0:05	4 Serie
10:40	6.	50m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	- 10	0:10	4 Serie
10:50	7.	50m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	11		2 Serie
10:50	8.	50m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	11	0:05	3 Serie
10:55	9.	50m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	- 10	0:10	5 Serie
11:05	10.	50m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	- 10	0:05	4 Serie
11:10	11.	100m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:10	4 Serie
11:20	12.	100m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	11	0:10	3 Serie
11:30	13.	100m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	- 10	0:10	3 Serie
11:40	14.	100m zmienny	Chłopców	Serie na czas	- 10	0:05	2 Serie
11:45	15.	100m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:05	2 Serie
11:50	16.	100m zmienny	Chłopców	Serie na czas	11	0:05	2 Serie
11:55	17.	4 x 50m dowolny	Mieszane	Serie na czas	- 10	0:10	3 Serie
12:05	18.	4 x 50m dowolny	Mieszane	Serie na czas	11	0:10	2 Serie
12:15	Koniec sesji						
					Całkowity czas	2:15	