

Zawody Pływackie Start Sezonu pod patronatem Burmistrza Miasta Rypin i Starosty Powiatu Rypińskiego
Rypin, 1.9.2022

Harmonogram sesji nr 1 - I blok

01.09.2022 - 9:30

Rozgrzewka: 8:30 do 9:20

8.30 – 8.50 rozgrzewka: dziewcz t: roczniki 2014 i młodsi, 2013, 2012, 2011

8.50 – 9.20 rozgrzewka: chłopców: roczniki 2014 i młodsi, 2013, 2012, 2011

9:30	1.	25m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	- 10	0:14	8 Serie	44
9:44	2.	25m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	- 10	0:08	5 Serie	25
9:52	3.	25m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	- 10	0:09	7 Serie	40
10:01	4.	25m dowolny	Chłopców	Serie na czas	- 10	0:07	5 Serie	30
10:08	5.	25m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	9 - 10	0:03	2 Serie	7
10:11	6.	25m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	9 - 10	0:02	2 Serie	8
10:13	7.	25m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	9 - 10	0:01	1 Seria	5
10:14	8.	25m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	9 - 10	0:04	3 Serie	14
10:18	9.	50m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	- 11	0:11	7 Serie	39
10:29	10.	50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	- 11	0:13	8 Serie	43
10:42	11.	50m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	9 - 11	0:08	4 Serie	22
10:50	12.	50m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	9 - 11	0:09	4 Serie	24
10:59	13.	50m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	9 - 11	0:07	4 Serie	24
11:06	14.	50m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	9 - 11	0:07	4 Serie	19
11:13	15.	50m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	9 - 11	0:04	2 Serie	9
11:17	16.	50m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	9 - 11	0:03	2 Serie	8
11:20	17.	100m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	9 - 11	0:08	3 Serie	15
11:28	18.	100m zmienny	Chłopców	Serie na czas	9 - 11	0:06	2 Serie	12
11:34	Koniec sesji			Całkowity czas		2:04		

Harmonogram sesji nr 2 - II blok

01.09.2022 - 13:15

Rozgrzewka: 12:30 do 13:10

12:30 - 12:50 rozgrzewka: dziewcz t: roczniki 2010, 2009, 2008, 2007 i starsi

12:50 - 13:10 rozgrzewka: chłopców: roczniki 2010, 2009, 2008, 2007 i starsi

13:15	19.	100m zmienny	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:09	4 Serie	22
13:24	20.	100m zmienny	M czynn	Serie na czas	12 +	0:11	5 Serie	29
13:35	21.	50m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 14	0:03	2 Serie	9
13:38	22.	50m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	12 - 14	0:04	3 Serie	16
13:42	23.	100m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	15 +	0:05	2 Serie	7
13:47	24.	100m motylkowy	M czynn	Serie na czas	15 +	0:04	2 Serie	7
13:51	25.	50m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 14	0:05	3 Serie	15
13:56	26.	50m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	12 - 14	0:06	3 Serie	15
14:02	27.	100m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	15 +	0:05	2 Serie	7
14:07	28.	100m grzbietowy	M czynn	Serie na czas	15 +	0:02	1 Seria	5
14:09	29.	50m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 14	0:05	3 Serie	13
14:14	30.	50m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	12 - 14	0:05	3 Serie	15
14:19	31.	100m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	15 +	0:02	1 Seria	6
14:21	33.	100m klasyczny	M czynn	Serie na czas	15 +	0:03	1 Seria	6
14:24	34.	50m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 14	0:05	4 Serie	21
14:29	35.	50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	12 - 14	0:08	5 Serie	27
14:37	36.	100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	15 +	0:04	2 Serie	7
14:41	37.	100m dowolny	M czynn	Serie na czas	15 +	0:05	3 Serie	13
14:46	38.	4 x 50m dowolny	Wszystkie	Serie na czas	12 +	0:11	4 Serie	19
14:57	Koniec sesji			Całkowity czas		1:42		