

### Harmonogram sesji nr 1 - Blok I

21-09-2019 - 10:00

Rozgrzewka: 9:00 do 9:55

Odprawa kierowników ekip (dru yn): 9:45

10:00	1.	50m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	9	0:08	4 Serie
10:08	2.	50m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	9	0:08	4 Serie
10:16	3.	100m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	10	0:10	3 Serie
10:26	4.	100m zmienny	Chłopców	Serie na czas	10	0:08	3 Serie
10:34	5.	25m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	- 8	0:06	4 Serie
10:40	6.	25m dowolny	Chłopców	Serie na czas	- 8	0:06	4 Serie
10:46	7.	50m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	9	0:08	4 Serie
10:54	8.	50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	9	0:08	4 Serie
11:02	9.	50m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	10	0:05	3 Serie
11:07	10.	50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	10	0:05	3 Serie
11:12	1.	50m grzbietowy	Dziewcz t	Ceremonia medalowa		0:03	
11:15	2.	50m grzbietowy	Chłopców	Ceremonia medalowa		0:03	
11:18	3.	100m zmienny	Dziewcz t	Ceremonia medalowa		0:03	
11:21	4.	100m zmienny	Chłopców	Ceremonia medalowa		0:03	
11:24	5.	25m dowolny	Dziewcz t	Ceremonia medalowa		0:03	
11:27	6.	25m dowolny	Chłopców	Ceremonia medalowa		0:03	
11:30	7.	50m dowolny	Dziewcz t	Ceremonia medalowa		0:03	
11:33	8.	50m dowolny	Chłopców	Ceremonia medalowa		0:03	
11:36	11.	4 x 50m zmienny	Mieszane	Serie na czas	- 10	0:05	1 Serie
11:41	9.	50m dowolny	Dziewcz t	Ceremonia medalowa		0:03	
11:44	10.	50m dowolny	Chłopców	Ceremonia medalowa		0:03	
11:47	11.	4 x 50m zmienny	Mieszane	Ceremonia medalowa		0:03	
11:50	Koniec sesji			Całkowity czas		1:50	

### Harmonogram sesji nr 2 - Blok II

21-09-2019 - 12:30

Rozgrzewka: 12:00 do 12:30

12:30	12.	100m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:08	3 Serie
12:38	13.	100m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	11	0:12	4 Serie
12:50	14.	50m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:06	4 Serie
12:56	15.	50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:08	5 Serie
13:04	16.	50m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:03	2 Serie
13:07	17.	50m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:05	3 Serie
13:12	18.	100m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:09	3 Serie
13:21	19.	100m zmienny	Chłopców	Serie na czas	11	0:11	4 Serie
13:32	20.	50m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	12	0:05	3 Serie
13:37	21.	50m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	12	0:06	3 Serie
13:43	22.	100m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	13	0:05	2 Serie
13:48	23.	100m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	13	0:06	2 Serie
13:54	24.	400m dowolny	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:14	2 Serie
14:08	25.	400m dowolny	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:20	3 Serie
14:28	26.	4 x 50m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:04	1 Serie
14:32	27.	4 x 50m zmienny	Chłopców	Serie na czas	11	0:05	1 Serie
14:37	28.	4 x 100m zmienny	Mieszane	Serie na czas	12 - 13	0:07	1 Serie
14:44	29.	4 x 100m zmienny	Mieszane	Serie na czas	14 +	0:06	1 Serie
14:50	12.	100m grzbietowy	Dziewcz t	Ceremonia medalowa		0:03	
14:53	13.	100m grzbietowy	Chłopców	Ceremonia medalowa		0:03	
14:56	14.	50m dowolny	Dziewcz t	Ceremonia medalowa		0:03	
14:59	15.	50m dowolny	Chłopców	Ceremonia medalowa		0:03	
15:02	16.	50m klasyczny	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:03	
15:05	17.	50m klasyczny	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:03	
15:08	18.	100m zmienny	Dziewcz t	Ceremonia medalowa		0:03	

Zawody o Laur Lubelskiego Koziołka - runda IV  
Lublin, 21 września 2019r

15:11	19.	100m zmienny	Chłopców	Ceremonia medalowa	0:03
15:14	20.	50m klasyczny	Dziewcz t	Ceremonia medalowa	0:03
15:17	21.	50m klasyczny	Chłopców	Ceremonia medalowa	0:03
15:20	22.	100m klasyczny	Dziewcz t	Ceremonia medalowa	0:03
15:23	23.	100m klasyczny	Chłopców	Ceremonia medalowa	0:03
15:26	24.	400m dowolny	Kobiet	Ceremonia medalowa	0:03
15:29	25.	400m dowolny	M czyzn	Ceremonia medalowa	0:03
15:32	26.	4 x 50m zmienny	Dziewcz t	Ceremonia medalowa	0:03
15:35	27.	4 x 50m zmienny	Chłopców	Ceremonia medalowa	0:03
15:38	28.	4 x 100m zmienny	Mieszane	Ceremonia medalowa	0:03
15:41	29.	4 x 100m zmienny	Mieszane	Ceremonia medalowa	0:03
15:44	Koniec sesji			Całkowity czas	3:14