

### Harmonogram sesji nr 1 - I Blok

11-11-2022 - 13:00

Rozgrzewka: 12:00 do 12:55

13:00	1.	50m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 14	0:13	9 Serie	53
13:13	2.	50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	11 - 14	0:12	9 Serie	54
13:25	3.	100m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 14	0:13	5 Serie	28
13:38	4.	100m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	11 - 14	0:14	5 Serie	26
13:52	1.	50m dowolny	Dziewcz t	Ceremonia medalowa		0:03		
13:55	2.	50m dowolny	Chłopców	Ceremonia medalowa		0:03		
13:58	5.	200m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 14	0:13	3 Serie	15
14:11	6.	200m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	11 - 14	0:19	4 Serie	23
14:30	3.	100m grzbietowy	Dziewcz t	Ceremonia medalowa		0:03		
14:33	4.	100m grzbietowy	Chłopców	Ceremonia medalowa		0:03		
14:36	7.	50m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 14	0:06	4 Serie	23
14:42	8.	50m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	11 - 14	0:09	6 Serie	32
14:51	5.	200m klasyczny	Dziewcz t	Ceremonia medalowa		0:03		
14:54	6.	200m klasyczny	Chłopców	Ceremonia medalowa		0:03		
14:57	9.	100m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 14	0:14	6 Serie	35
15:11	10.	100m zmienny	Chłopców	Serie na czas	11 - 14	0:14	6 Serie	33
15:25	7.	50m motylkowy	Dziewcz t	Ceremonia medalowa		0:03		
15:28	8.	50m motylkowy	Chłopców	Ceremonia medalowa		0:03		
15:31	11.	200m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 14	0:16	4 Serie	23
15:47	12.	200m dowolny	Chłopców	Serie na czas	11 - 14	0:23	6 Serie	31
16:10	9.	100m zmienny	Dziewcz t	Ceremonia medalowa		0:03		
16:13	10.	100m zmienny	Chłopców	Ceremonia medalowa		0:03		
16:16	13.	4 x 50m zmienny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:06	2 Serie	11
16:22	11.	200m dowolny	Dziewcz t	Ceremonia medalowa		0:03		
16:25	12.	200m dowolny	Chłopców	Ceremonia medalowa		0:03		
16:28	14.	4 x 50m zmienny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:06	2 Serie	12
16:34	Koniec sesji			Całkowity czas		3:34		

### Harmonogram sesji nr 2 - II Blok

12-11-2022 - 10:00

Rozgrzewka: 8:30 do 9:50

10:00	13.	4 x 50m zmienny	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:03		
10:03	14.	4 x 50m zmienny	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:03		
10:06	15.	50m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 14	0:10	6 Serie	35
10:16	16.	50m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	11 - 14	0:09	5 Serie	27
10:25	17.	100m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 14	0:10	4 Serie	20
10:35	18.	100m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	11 - 14	0:08	3 Serie	17
10:43	15.	50m grzbietowy	Dziewcz t	Ceremonia medalowa		0:03		
10:46	16.	50m grzbietowy	Chłopców	Ceremonia medalowa		0:03		
10:49	19.	100m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 14	0:07	3 Serie	14
10:56	20.	100m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	11 - 14	0:05	2 Serie	9
11:01	17.	100m klasyczny	Dziewcz t	Ceremonia medalowa		0:03		
11:04	18.	100m klasyczny	Chłopców	Ceremonia medalowa		0:03		
11:07	21.	100m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 14	0:13	6 Serie	35
11:20	22.	100m dowolny	Chłopców	Serie na czas	11 - 14	0:11	5 Serie	27
11:31	19.	100m motylkowy	Dziewcz t	Ceremonia medalowa		0:03		
11:34	20.	100m motylkowy	Chłopców	Ceremonia medalowa		0:03		
11:37	23.	50m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 14	0:09	6 Serie	35
11:46	24.	50m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	11 - 14	0:09	5 Serie	27
11:55	21.	100m dowolny	Dziewcz t	Ceremonia medalowa		0:03		
11:58	22.	100m dowolny	Chłopców	Ceremonia medalowa		0:03		
12:01	25.	200m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 14	0:08	2 Serie	12
12:09	26.	200m zmienny	Chłopców	Serie na czas	11 - 14	0:16	4 Serie	22
12:25	23.	50m klasyczny	Dziewcz t	Ceremonia medalowa		0:03		
12:28	24.	50m klasyczny	Chłopców	Ceremonia medalowa		0:03		
12:31	27.	4 x 50m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:05	2 Serie	8
12:36	25.	200m zmienny	Dziewcz t	Ceremonia medalowa		0:03		
12:39	26.	200m zmienny	Chłopców	Ceremonia medalowa		0:03		
12:42	28.	4 x 50m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:07	2 Serie	8

---

12:49	27.	4 x 50m dowolny	Kobiet	Ceremonia medalowa	0:03
12:52	28.	4 x 50m dowolny	M czyzn	Ceremonia medalowa	0:03
12:55	Koniec sesji			Całkowity czas	2:55