

**Harmonogram sesji nr 1 - I Blok**
**22-04-2023 - 12:00**

Rozgrzewka: od 11:00

12:00	1.	50m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	- 12	0:26	9 Serie	50
12:26	2.	50m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	- 12	0:17	6 Serie	36
12:43	3.	100m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	- 12	0:24	6 Serie	34
13:07	4.	100m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	- 12	0:21	5 Serie	27
13:28	1.	50m grzbietowy	Dziewcz t	Ceremonia medalowa		0:03		
13:31	2.	50m grzbietowy	Chłopców	Ceremonia medalowa		0:03		
13:34	5.	100m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	- 12	0:36	10 Serie	60
14:10	6.	100m dowolny	Chłopców	Serie na czas	- 12	0:31	9 Serie	50
14:41	3.	100m klasyczny	Dziewcz t	Ceremonia medalowa		0:03		
14:44	4.	100m klasyczny	Chłopców	Ceremonia medalowa		0:03		
14:47	7.	50m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	- 12	0:10	4 Serie	23
14:57	8.	50m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	- 12	0:14	5 Serie	27
15:11	5.	100m dowolny	Dziewcz t	Ceremonia medalowa		0:03		
15:14	6.	100m dowolny	Chłopców	Ceremonia medalowa		0:03		
15:17	9.	200m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	10 - 12	0:15	3 Serie	13
15:32	10.	200m zmienny	Chłopców	Serie na czas	10 - 12	0:09	2 Serie	8
15:41	7.	50m motylkowy	Dziewcz t	Ceremonia medalowa		0:03		
15:44	9.	200m zmienny	Dziewcz t	Ceremonia medalowa		0:03		
15:47	11.	4 x 50m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	- 12	0:11	3 Serie	15
15:58	12.	4 x 50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	- 12	0:10	3 Serie	13
16:08	10.	200m zmienny	Chłopców	Ceremonia medalowa		0:03		
16:11	8.	50m motylkowy	Chłopców	Ceremonia medalowa		0:03		
16:14	Koniec sesji			Całkowity czas		4:14		

**Harmonogram sesji nr 2 - II Blok**
**23-04-2023 - 10:00**

Rozgrzewka: 9:00 do 9:50

10:00	11.	4 x 50m dowolny	Dziewcz t	Ceremonia medalowa		0:03		
10:03	12.	4 x 50m dowolny	Chłopców	Ceremonia medalowa		0:03		
10:06	13.	50m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	- 12	0:21	8 Serie	48
10:27	14.	50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	- 12	0:22	9 Serie	49
10:49	15.	100m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	- 12	0:17	5 Serie	26
11:06	16.	100m zmienny	Chłopców	Serie na czas	- 12	0:17	5 Serie	30
11:23	13.	50m dowolny	Dziewcz t	Ceremonia medalowa		0:03		
11:26	14.	50m dowolny	Chłopców	Ceremonia medalowa		0:03		
11:29	17.	100m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	- 12	0:20	5 Serie	29
11:49	18.	100m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	- 12	0:19	5 Serie	27
12:08	15.	100m zmienny	Dziewcz t	Ceremonia medalowa		0:03		
12:11	16.	100m zmienny	Chłopców	Ceremonia medalowa		0:03		
12:14	19.	50m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	- 12	0:20	7 Serie	39
12:34	20.	50m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	- 12	0:16	6 Serie	31
12:50	17.	100m grzbietowy	Dziewcz t	Ceremonia medalowa		0:03		
12:53	18.	100m grzbietowy	Chłopców	Ceremonia medalowa		0:03		
12:56	21.	200m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	10 - 12	0:16	3 Serie	18
13:12	22.	200m dowolny	Chłopców	Serie na czas	10 - 12	0:21	4 Serie	20
13:33	19.	50m klasyczny	Dziewcz t	Ceremonia medalowa		0:03		
13:36	20.	50m klasyczny	Chłopców	Ceremonia medalowa		0:03		
13:39	23.	4 x 50m zmienny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:12	3 Serie	13
13:51	24.	4 x 50m zmienny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:07	2 Serie	11
13:58	21.	200m dowolny	Dziewcz t	Ceremonia medalowa		0:03		
14:01	22.	200m dowolny	Chłopców	Ceremonia medalowa		0:03		
14:04	23.	4 x 50m zmienny	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:03		
14:07	24.	4 x 50m zmienny	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:03		
14:10	Koniec sesji			Całkowity czas		4:10		