



Harmonogram sesji nr 3 - Płocka Liga Pływania 2024 - runda III

28.09.2024 - 10:00

Rozgrzewka: 9:00 do 9:45

10:00	45.	25m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	- 10	0:04	4 Serie	24
10:04	46.	25m dowolny	Chłopców	Serie na czas	- 10	0:06	5 Serie	28
10:10	47.	25m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	- 10	0:04	4 Serie	19
10:14	48.	25m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	- 10	0:05	4 Serie	21
10:19	49.	25m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	- 10	0:06	4 Serie	23
10:25	50.	25m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	- 10	0:05	4 Serie	24
10:30	51.	50m dowolny	Kobiet	Serie na czas	10 +	0:14	11 Serie	64
10:44	52.	50m dowolny	M czyzn	Serie na czas	10 +	0:11	9 Serie	52
10:55	DEKORACJA - wszystkie konkurencje na dystansie 25 m. - 45,46,47,48,49,50.						0:15	
11:10	53.	100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	11 +	0:07	4 Serie	20
11:17	54.	100m dowolny	M czyzn	Serie na czas	11 +	0:08	4 Serie	21
11:25	55.	50m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	10 +	0:09	6 Serie	31
11:34	56.	50m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	10 +	0:07	5 Serie	30
11:41	57.	100m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	11 +	0:10	4 Serie	21
11:51	58.	100m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	11 +	0:07	3 Serie	17
11:58	DEKORACJA - konkurencje 51,52(50dow K/M), 53,54(100dow K/M), 55,56(50klas K/M).						0:15	
12:13	59.	50m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	10 +	0:08	5 Serie	29
12:21	60.	50m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	10 +	0:09	5 Serie	29
12:30	61.	100m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	11 +	0:07	3 Serie	13
12:37	62.	100m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	11 +	0:08	3 Serie	13
12:45	63.	50m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	10 +	0:07	5 Serie	25
12:52	64.	50m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	10 +	0:04	3 Serie	18
12:56	65.	100m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	11 +	0:05	2 Serie	8
13:01	66.	100m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	11 +	0:04	2 Serie	7
13:05	DEKORACJA - konkurencje 57,58(100klas K/M), 59,60(50grzb K/M), 61,62(100grzb K/M).						0:15	
13:20	67.	100m zmienny	Kobiet	Serie na czas	10 +	0:13	6 Serie	34
13:33	68.	100m zmienny	M czyzn	Serie na czas	10 +	0:12	5 Serie	27
13:45	69.	4 x 50m dowolny	Mieszane	Serie na czas	Open	0:08	3 Serie	13
13:53	DEKORACJA - konkurencje 63,64(50mot K/M), 65,66(100mot K/M), 67,68(100zm K/M), 69(szt0:20							
14:13	Koniec sesji			Całkowity czas		4:13		