

Jesienne Zawody Pływackie Wola 2015
Mi d na, 7-11-2015

Harmonogram sesji nr 1 - 7 Listopad 2015

2015-11-07 - 8:30

Rozgrzewka: 8:00 do 8:20

Odprawa kierowników ekip (dru yn): 8:15

Odprawa działaczy: 7:00

Rozgrzewka dla zawodników Rocznika 2007,2008 i młodszy.

8:30	1.	25m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	- 8	0:05	6 Serie
8:35	2.	25m dowolny	Chłopców	Serie na czas	- 8	0:10	9 Serie
8:45	3.	25m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	- 8	0:05	5 Serie
8:50	4.	25m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	- 8	0:10	6 Serie
9:00	5.	25m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	- 8	0:05	7 Serie
9:05	6.	25m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	- 8	0:10	10 Serie
9:15	Koniec sesji			Całkowity czas		0:45	

Harmonogram sesji nr 2 - 7 Listopad 2015

2015-11-07 - 11:00

Rozgrzewka: 10:00 do 10:50

Rozgrzewka dla zawodników z Rocznika2006,2005-2004, 2003-2002, 2001 i starszy.

Po zako czeniu zawodów dekoracja najlepszych dru yn i zawodników.

11:00	7.	50m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	9 +	0:10	7 Serie
11:10	8.	50m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	9 +	0:05	5 Serie
11:15	9.	50m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	9 +	0:15	11 Serie
11:30	10.	50m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	9 +	0:15	10 Serie
11:45	11.	50m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	9 +	0:15	11 Serie
12:00	12.	50m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	9 +	0:15	9 Serie
12:15	13.	50m dowolny	Kobiet	Serie na czas	9 +	0:20	16 Serie
12:35	14.	50m dowolny	M czyzn	Serie na czas	9 +	0:20	14 Serie
12:55	15.	100m zmienny	Kobiet	Serie na czas	9 +	0:15	8 Serie
13:10	16.	100m zmienny	M czyzn	Serie na czas	9 +	0:15	6 Serie
13:25	17.	200m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	9 +	0:10	3 Serie
13:35	18.	200m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	9 +	0:15	3 Serie
13:50	Koniec sesji			Całkowity czas		2:50	