

Harmonogram sesji nr 1 - RUNDA I**2016-11-22 - 10:00**

Rozgrzewka: 9:00 do 9:50

Odprawa kierowników ekip (dru yn): 9:15

Odprawa działaczy: 8:00

10:00	1.	25m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	- 8	0:12	9 Serie
10:12	2.	25m dowolny	Chłopców	Serie na czas	- 8	0:15	10 Serie
10:27	3.	100m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	9 - 12	0:36	14 Serie
11:03	4.	100m dowolny	Chłopców	Serie na czas	9 - 12	0:30	12 Serie
11:33	5.	25m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	- 8	0:15	10 Serie
11:48	6.	25m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	- 8	0:12	10 Serie
12:00	7.	50m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	9 - 12	0:24	13 Serie
12:24	8.	50m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	9 - 12	0:18	10 Serie
12:42	9.	100m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	9 - 12	0:15	6 Serie
12:57	10.	100m zmienny	Chłopców	Serie na czas	9 - 12	0:12	4 Serie
13:09	11.	8 x 50m dowolny	Mieszane	Serie na czas	- 12	0:24	2 Serie
13:33	Koniec sesji				Całkowity czas	3:33	