



Cieszy ski Miting Pływacki
Cieszyn,

Harmonogram sesji nr 1 - RUNDA I

12.12.2020 - 10:00

Rozgrzewka: 9:00 do 9:50

10:00	1.	25m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	- 10	0:24	14 Serie	83
10:24	2.	25m dowolny	Chłopców	Serie na czas	- 10	0:20	13 Serie	77
10:44	3.	25m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	- 10	0:24	14 Serie	83
11:08	4.	25m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	- 10	0:24	14 Serie	79
11:32	5.	25m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	- 10	0:16	10 Serie	59
11:48	6.	25m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	- 10	0:12	8 Serie	45
12:00	7.	25m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	- 10	0:24	13 Serie	74
12:24	8.	25m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	- 10	0:20	12 Serie	71
12:44	Koniec sesji			Całkowity czas		2:44		

Harmonogram sesji nr 2 - RUNDA II

12.12.2020 - 14:00

Rozgrzewka: 13:00 do 13:50

14:00	9.	8 x 50m dowolny	Mieszane	Serie na czas	11 - 14	0:08	1 Seria	2
14:08	10.	100m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 14	0:20	8 Serie	43
14:28	11.	100m dowolny	Chłopców	Serie na czas	11 - 14	0:20	8 Serie	44
14:48	12.	50m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 14	0:08	5 Serie	29
14:56	13.	50m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	11 - 14	0:12	6 Serie	33
15:08	14.	100m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 14	0:20	8 Serie	47
15:28	15.	100m zmienny	Chłopców	Serie na czas	11 - 14	0:20	7 Serie	39
15:48	16.	200m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 14	0:16	4 Serie	23
16:04	17.	200m dowolny	Chłopców	Serie na czas	11 - 14	0:16	4 Serie	19
16:20	18.	100m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 14	0:12	5 Serie	29
16:32	19.	100m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	11 - 14	0:20	6 Serie	32
16:52	20.	50m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 14	0:12	7 Serie	42
17:04	21.	50m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	11 - 14	0:08	6 Serie	36
17:12	22.	4 x 50m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 14	0:04	1 Seria	5
17:16	23.	4 x 50m zmienny	Chłopców	Serie na czas	11 - 14	0:04	1 Seria	6
17:20	Koniec sesji			Całkowity czas		3:20		