

**Harmonogram sesji nr 1 - BLOK I****02.06.2022 - 10:00**

Rozgrzewka: 9:00 do 9:50

10:00	1.	50m motylkowy	Dziewcząt	Serie na czas	12	0:15	9 Serie	53
10:15	2.	50m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	12	0:20	10 Serie	59
10:35	3.	200m dowolny	Dziewcząt	Serie na czas	12	0:30	7 Serie	41
11:05	4.	200m dowolny	Chłopców	Serie na czas	12	0:40	9 Serie	49
11:45	5.	200m grzbietowy	Dziewcząt	Serie na czas	12	0:20	4 Serie	20
12:05	6.	200m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	12	0:20	5 Serie	26
12:25	7.	100m zmienny	Dziewcząt	Serie na czas	12	0:35	12 Serie	68
13:00	8.	100m zmienny	Chłopców	Serie na czas	12	0:30	10 Serie	55
13:30	Przerwa							
13:30	9.	4 x 100m dowolny	Dziewcząt	Serie na czas	12	0:20	3 Serie	15
13:50	10.	4 x 100m dowolny	Chłopców	Serie na czas	12	0:30	4 Serie	19
14:20	Koniec sesji				Całkowity czas	4:20		

Harmonogram sesji nr 2 - BLOK II**03.06.2022 - 10:00**

Rozgrzewka: 9:00 do 9:50

Odprawa działaczy: 8:00

II Blok będzie do Ustalenia proponowana godzina podana w komunikacie

10:00	11.	400m dowolny	Dziewcząt	Serie na czas	12	0:30	5 Serie	25
10:30	12.	400m dowolny	Chłopców	Serie na czas	12	0:30	4 Serie	21
11:00	13.	100m motylkowy	Dziewcząt	Serie na czas	12	0:10	3 Serie	13
11:10	14.	100m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	12	0:10	4 Serie	19
11:20	15.	100m klasyczny	Dziewcząt	Serie na czas	12	0:35	12 Serie	72
11:55	16.	100m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	12	0:35	11 Serie	63
12:30	17.	200m zmienny	Dziewcząt	Serie na czas	12	0:25	5 Serie	27
12:55	18.	200m zmienny	Chłopców	Serie na czas	12	0:25	6 Serie	33
13:20	Przerwa							
13:20	19.	4 x 100m zmienny	Dziewcząt	Serie na czas	12	0:15	2 Serie	12
13:35	20.	4 x 100m zmienny	Chłopców	Serie na czas	12	0:25	3 Serie	17
14:00	Koniec sesji				Całkowity czas	4:00		

Harmonogram sesji nr 3 - BLOK III**03.06.2022 - 15:45**

Rozgrzewka: 14:00 do 14:50

15:45	21.	100m dowolny	Dziewcząt	Serie na czas	12	0:35	14 Serie	83
16:20	22.	100m dowolny	Chłopców	Serie na czas	12	0:45	16 Serie	92
17:05	23.	100m grzbietowy	Dziewcząt	Serie na czas	12	0:25	9 Serie	49
17:30	24.	100m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	12	0:20	8 Serie	44
17:50	25.	200m klasyczny	Dziewcząt	Serie na czas	12	0:25	5 Serie	28
18:15	26.	200m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	12	0:30	6 Serie	33
18:45	27.	800m dowolny	Dziewcząt	Serie na czas	12	0:15	2 Serie	7
19:00	28.	800m dowolny	Chłopców	Serie na czas	12	0:15	2 Serie	10
19:15	Koniec sesji				Całkowity czas	3:30		

SZULC WOJCIECH

 Obsługa Zawodów Pływackich SYSTEM Colorado Time Systems
 Pomiar czasu elektronicznego / SPLASH Meet Manager
 Rejestracja VIDEO Live

793 252 566

Splash Meet Manager, 11.72268

Registered to Polish Swimming Federation

03.06.2022 14:52 - Strona 1

