



**Harmonogram sesji nr 1 - Runda I**

**17.10.2022 - 10:00**

Rozgrzewka: 9:00 do 9:45

10:00	1.	8 x 50m dowolny	Mieszane	Serie na czas	10	0:1nierozstawione	-
10:15	2.	50m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	10	0:2nierozstawione	-
10:42	3.	50m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	10	0:2nierozstawione	-
11:05	4.	50m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	10	0:2nierozstawione	-
11:29	5.	50m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	10	0:1nierozstawione	-
11:42	6.	100m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	10	0:3nierozstawione	-
12:16	7.	100m dowolny	Chłopców	Serie na czas	10	0:3nierozstawione	-
12:49	8.	4 x 50m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	10	0:1nierozstawione	-
13:02	9.	4 x 50m zmienny	Chłopców	Serie na czas	10	0:0nierozstawione	-
13:11	Koniec sesji				Całkowity czas	3:11	