

**PROGRAM MINUTOWY**  
**Mistrzostw Polski Juniorów i Juniorów Młodszych**  
**w Pływaniu Niepełnosprawnych**  
**Tychy 10-12. 04. 2015r.**

**Dzień I – piątek 10.04.2015**

**godz. od 16:00 klasyfikacja medyczna (I tor na basenie rozgrzewkowym)**

**godz. do 18:00 przyjazd ekip**

**godz. 19:00 -20:00 kolacja w miejscu zakwaterowania**

**godz. 20:00 odprawa techniczna w Hotelu AROS**

**Dzień II - sobota 11.04.2015**

**godz. 7:00-8:00 śniadanie**

**godz. 9:00-12:00 klasyfikacja medyczna (I tor na basenie rozgrzewkowym)**

**godz. 12:00-12:45 rozgrzewka na basenie**

**godz. 13:00 otwarcie uroczyste Mistrzostw**

**godz. 13:30 – 15:30 I blok zawodów**

**BLOK I**

1. 50 m st. dowolnym S1-S13 dziewcząt i chłopców,
2. 100 m st. klasycznym SB4-SB13 dziewcząt i chłopców,
3. 50 m st. motylkowym S5-S13 dziewcząt i chłopców,
4. 400 m st. dowolnym S6-S13 dziewcząt i chłopców,
5. 4 x 100 m st. zmiennym 34 pkt, open dziewcząt i chłopców.

**godz. 15:30-16:00 przerwa na posiłek (lunch pakiety na pływalni)**

**godz. 16:00-16:30 rozgrzewka na basenie**

**godz. 16:30-18:30 II blok zawodów**

**BLOK II**

6. 100 m st. dowolnym S1-S13 dziewcząt i chłopców,
7. 50 m st. klasycznym SB1-SB13 dziewcząt i chłopców,
8. 100 m st. grzbietowym S1-S13 dziewcząt i chłopców,
9. 100 m st. zmiennym SM5-SM13 dziewcząt i chłopców,
10. Sztafeta 4 x 100 dowolnym 34 pkt, open dziewcząt i chłopców.

**godz. 19:00-20:00 kolacja w miejscu zakwaterowania**

**Dzień II - niedziela 12.04.2015**

**Godz. 06:30-07:30 śniadanie**

**godz. 8:15-9:00 rozgrzewka na basenie**

**godz. 09:00-12:30 III blok zawodów**

**BLOK III**

11. 50 m st. grzbietowym S1-S13 dziewcząt i chłopców,
12. 200 m st. dowolnym S2-S13 dziewcząt i chłopców,
13. 100 m st. motylkowym S8-S13 dziewcząt i chłopców,
14. 200 m/150m st. zmiennym SM1- SM13 dziewcząt i chłopców,
15. 4 x 50 m st. dowolnym 20 pkt/open dziewcząt i chłopców.

**godz. 13.00 uroczyste zakończenie Mistrzostw, wręczenie nagród**  
**godz. 13.30-14.30 obiad, wyjazd zawodników**