

Mistrzostwa Okręgu Gliwickiego Open
Gliwice, 17-18.06.2014r.

Harmonogram sesji nr 1 - Piątek, 17 Czerwiec 2016

17.06.2016 - 10:00

Rozgrzewka: 9:00 do 9:45

10:00	1.	4 x 50m zmienny	Mieszane	Serie na czas	Open	0:12	4 Serie
10:12	2.	50m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:14	10 Serie
10:26	3.	50m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:20	16 Serie
10:46	4.	50m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:08	5 Serie
10:54	5.	50m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:10	7 Serie
11:04	6.	100m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:11	5 Serie
11:15	7.	100m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0:13	7 Serie
11:28	8.	200m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:17	5 Serie
11:45	9.	200m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:32	10 Serie
12:17	10.	200m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:11	3 Serie
12:28	11.	200m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0:14	4 Serie
12:42	12.	400m zmienny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:20	3 Serie
13:02	13.	400m zmienny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:19	3 Serie
13:21							
13:21	14.	4 x 200m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:11	1 Seria
13:32	15.	4 x 200m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:22	2 Serie
13:54	Koniec sesji				Całkowity czas	3:54	

Harmonogram sesji nr 2 - Piątek, 17 Czerwiec 2016

17.06.2016 - 16:00

Rozgrzewka: 15:00 do 15:45

16:00	16.	4 x 50m dowolny	Mieszane	Serie na czas	Open	0:08	3 Serie
16:08	17.	50m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:13	9 Serie
16:21	18.	50m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0:19	14 Serie
16:40	19.	50m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:08	6 Serie
16:48	20.	50m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0:12	9 Serie
17:00	21.	400m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:24	4 Serie
17:24	22.	400m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:41	7 Serie
18:05	23.	200m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:13	3 Serie
18:18	24.	200m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:15	4 Serie
18:33	25.	200m zmienny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:22	6 Serie
18:55	26.	200m zmienny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:21	6 Serie
19:16							
19:16	27.	4 x 100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:11	2 Serie
19:27	28.	4 x 100m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:24	3 Serie
19:51	Koniec sesji				Całkowity czas	3:51	

Harmonogram sesji nr 3 - Sobota, 18 Czerwiec 2016

18.06.2016 - 10:00

Rozgrzewka: 9:00 do 9:45

10:00	29.	200m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:12	3 Serie
10:12	30.	200m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0:14	4 Serie
10:26	31.	100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:16	8 Serie
10:42	32.	100m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:30	16 Serie
11:12	33.	100m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:10	5 Serie
11:22	34.	100m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0:10	5 Serie
11:32	35.	100m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:12	5 Serie
11:44	36.	100m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:13	6 Serie
11:57	37.	800m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:35	3 Serie
12:32	38.	1500m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	1:21	4 Serie
13:53							
13:53	39.	4 x 100m zmienny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:12	2 Serie
14:05	40.	4 x 100m zmienny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:11	2 Serie

Mistrzostwa Okręgu I śkiego Open
Gliwice, 17-18.06.2014r.

14:16 Koniec sesji

Całkowity czas 4:16