

Mistrzostwa Okręgu Gliwickiego Open
Gliwice, 23-24.06.2017r.

Harmonogram sesji nr 1 - Piątek, 23 Czerwiec 2017

23.06.2017 - 15:00

Rozgrzewka: 14:00 do 14:45

15:00	1.	4 x 50m zmienny	Mieszane	Serie na czas	Open	0:10	3 Serie
15:10	2.	50m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:13	10 Serie
15:23	3.	50m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:19	15 Serie
15:42	4.	50m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:07	5 Serie
15:49	5.	50m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:10	7 Serie
15:59	6.	100m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:11	5 Serie
16:10	7.	100m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0:15	8 Serie
16:25	8.	200m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:20	6 Serie
16:45	9.	200m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:27	8 Serie
17:12	10.	200m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:14	4 Serie
17:26	11.	200m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0:14	4 Serie
17:40	12.	400m zmienny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:13	2 Serie
17:53	13.	400m zmienny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:18	3 Serie
18:11	14.	4 x 200m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:11	1 Seria
18:22	15.	4 x 200m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:20	2 Serie
18:42	Koniec sesji				Całkowity czas	3:42	

Harmonogram sesji nr 2 - Sobota, 24 Czerwiec 2017

24.06.2017 - 10:00

Rozgrzewka: 9:00 do 9:45

10:00	16.	4 x 50m dowolny	Mieszane	Serie na czas	Open	0:06	2 Serie
10:06	17.	50m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:12	9 Serie
10:18	18.	50m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0:16	12 Serie
10:34	19.	50m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:09	6 Serie
10:43	20.	50m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0:09	7 Serie
10:52	21.	400m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:24	4 Serie
11:16	22.	400m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:37	6 Serie
11:53	23.	200m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:15	4 Serie
12:08	24.	200m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:16	4 Serie
12:24	25.	200m zmienny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:14	4 Serie
12:38	26.	200m zmienny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:17	5 Serie
12:55	27.	4 x 100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:11	2 Serie
13:06	28.	4 x 100m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:17	3 Serie
13:23	Koniec sesji				Całkowity czas	3:23	

Harmonogram sesji nr 3 - Sobota, 24 Czerwiec 2017

24.06.2017 - 16:00

Rozgrzewka: 15:00 do 15:45

16:00	29.	200m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:11	3 Serie
16:11	30.	200m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0:14	4 Serie
16:25	31.	100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:19	10 Serie
16:44	32.	100m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:24	13 Serie
17:08	33.	100m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:11	5 Serie
17:19	34.	100m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0:12	6 Serie
17:31	35.	100m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:11	5 Serie
17:42	36.	100m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:13	6 Serie
17:55	37.	800m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:34	3 Serie
18:29	38.	1500m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:39	2 Serie
19:08	39.	4 x 100m zmienny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:12	2 Serie
19:20	40.	4 x 100m zmienny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:11	2 Serie
19:31	Koniec sesji				Całkowity czas	3:31	