



Harmonogram sesji nr 1 - I edycja

16.10.2017 - 10:00

Rozgrzewka: 8:00 do 8:45

| | | | | | | | |
|-------|--------------|-----------------|-----------|----------------|----|------|----------|
| 10:00 | 1. | 8 x 50m dowolny | Mieszane | Serie na czas | 10 | 0:22 | 3 Serie |
| 10:22 | 2. | 50m grzbietowy | Dziewcz t | Serie na czas | 10 | 0:33 | 19 Serie |
| 10:55 | 3. | 50m grzbietowy | Chłopców | Serie na czas | 10 | 0:27 | 15 Serie |
| 11:22 | 4. | 50m klasyczny | Dziewcz t | Serie na czas | 10 | 0:26 | 14 Serie |
| 11:48 | 5. | 50m klasyczny | Chłopców | Serie na czas | 10 | 0:21 | 12 Serie |
| 12:09 | 6. | 100m dowolny | Dziewcz t | Serie na czas | 10 | 0:34 | 13 Serie |
| 12:43 | 7. | 100m dowolny | Chłopców | Serie na czas | 10 | 0:39 | 15 Serie |
| 13:22 | 8. | 4 x 50m zmienny | Dziewcz t | Serie na czas | 10 | 0:19 | 4 Serie |
| 13:41 | 9. | 4 x 50m zmienny | Chłopców | Serie na czas | 10 | 0:14 | 3 Serie |
| 13:55 | Koniec sesji | | | Całkowity czas | | 3:55 | |