

Mistrzostwa I liga 13 lat
D browa Górnicza, 25 - 26.05.2018r.

Harmonogram sesji nr 1 - BLOK I

25.05.2018 - 9:00

Rozgrzewka: od 8:00

9:00	1.	50m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	13	0:13	9 Serie
9:13	2.	50m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	13	0:11	8 Serie
9:24	3.	200m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	13	0:18	5 Serie
9:42	4.	200m dowolny	Chłopców	Serie na czas	13	0:21	6 Serie
10:03	5.	200m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	13	0:12	3 Serie
10:15	6.	200m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	13	0:12	3 Serie
10:27	7.	100m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	13	0:22	10 Serie
10:49	8.	100m zmienny	Chłopców	Serie na czas	13	0:18	8 Serie
11:07	9.	4 x 100m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	13	0:11	2 Serie
11:18	10.	4 x 100m dowolny	Chłopców	Serie na czas	13	0:18	3 Serie
11:36	Koniec sesji			Całkowity czas		2:36	

Harmonogram sesji nr 2 - BLOK II

25.05.2018 - 14:30

14:30	11.	400m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	13	0:13	2 Serie
14:43	12.	400m dowolny	Chłopców	Serie na czas	13	0:27	4 Serie
15:10	13.	100m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	13	0:08	4 Serie
15:18	14.	100m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	13	0:07	3 Serie
15:25	15.	100m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	13	0:17	7 Serie
15:42	16.	100m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	13	0:15	6 Serie
15:57	17.	200m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	13	0:15	4 Serie
16:12	18.	200m zmienny	Chłopców	Serie na czas	13	0:12	3 Serie
16:24	19.	4 x 100m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	13	0:13	2 Serie
16:37	20.	4 x 100m zmienny	Chłopców	Serie na czas	13	0:13	2 Serie
16:50	Koniec sesji			Całkowity czas		2:20	

Harmonogram sesji nr 3 - BLOK III

26.05.2018 - 9:00

Rozgrzewka: od 8:00

9:00	21.	100m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	13	0:16	8 Serie
9:16	22.	100m dowolny	Chłopców	Serie na czas	13	0:18	9 Serie
9:34	23.	100m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	13	0:13	6 Serie
9:47	24.	100m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	13	0:11	5 Serie
9:58	25.	200m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	13	0:17	4 Serie
10:15	26.	200m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	13	0:17	4 Serie
10:32	27.	800m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	13	0:25	2 Serie
10:57	28.	800m dowolny	Chłopców	Serie na czas	13	0:24	2 Serie
11:21	Koniec sesji			Całkowity czas		2:21	