

Międzywojewódzkie Drużynowe Mistrzostwa Młodzików 13 lat
Gliwice, 23 - 24 marzec 2018

Harmonogram sesji nr 1 - Dzień I

29.03.2019 - 10:00

Rozgrzewka: 9:00 do 9:45

10:00	1.	100m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	13	0:15	6 Serie
10:15	2.	100m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	13	0:13	6 Serie
10:28	3.	100m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	13	0:19	8 Serie
10:47	4.	100m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	13	0:20	8 Serie
11:07	5.	200m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	13	0:30	7 Serie
11:37	6.	200m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	13	0:30	7 Serie
12:07	7.	400m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	13	0:42	6 Serie
12:49	8.	400m dowolny	Chłopców	Serie na czas	13	0:46	7 Serie
13:35	9.	4 x 50m zmienny	Wszystkie	Serie na czas	13	0:21	6 Serie
13:56	Koniec sesji			Całkowity czas		3:56	

Harmonogram sesji nr 2 - Dzień II

30.03.2019 - 10:00

Rozgrzewka: 9:00 do 9:45

10:00	10.	100m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	13	0:20	10 Serie
10:20	11.	100m dowolny	Chłopców	Serie na czas	13	0:24	12 Serie
10:44	12.	200m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	13	0:22	5 Serie
11:06	13.	200m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	13	0:21	5 Serie
11:27	14.	100m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	13	0:16	7 Serie
11:43	15.	100m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	13	0:16	7 Serie
11:59	16.	200m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	13	0:19	5 Serie
12:18	17.	200m zmienny	Chłopców	Serie na czas	13	0:20	5 Serie
12:38	18.	4 x 50m dowolny	Wszystkie	Serie na czas	13	0:18	6 Serie
12:56	Koniec sesji			Całkowity czas		2:56	