

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

Harmonogram sesji nr 1 - BLOK I

17.06.2019 - 9:00

Rozgrzewka: od 8:00

9:00	1.	50m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	12	0:13	8 Serie
9:13	2.	50m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	12	0:08	5 Serie
9:21	3.	200m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	12	0:20	5 Serie
9:41	4.	200m dowolny	Chłopców	Serie na czas	12	0:16	4 Serie
9:57	5.	200m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	12	0:17	4 Serie
10:14	6.	200m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	12	0:13	3 Serie
10:27	7.	100m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	12	0:22	9 Serie
10:49	8.	100m zmienny	Chłopców	Serie na czas	12	0:15	6 Serie
11:04	9.	4 x 100m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	12	0:13	2 Serie
11:17	10.	4 x 100m dowolny	Chłopców	Serie na czas	12	0:13	2 Serie
11:30	Koniec sesji			Całkowity czas		2:30	

Harmonogram sesji nr 2 - BLOK II

17.06.2019 - 14:30

14:30	11.	400m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	12	0:23	3 Serie
14:53	12.	400m dowolny	Chłopców	Serie na czas	12	0:14	2 Serie
15:07	13.	100m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	12	0:10	4 Serie
15:17	14.	100m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	12	0:08	3 Serie
15:25	15.	100m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	12	0:18	7 Serie
15:43	16.	100m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	12	0:16	6 Serie
15:59	17.	200m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	12	0:14	3 Serie
16:13	18.	200m zmienny	Chłopców	Serie na czas	12	0:09	2 Serie
16:22	19.	4 x 100m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	12	0:14	2 Serie
16:36	20.	4 x 100m zmienny	Chłopców	Serie na czas	12	0:15	2 Serie
16:51	Koniec sesji			Całkowity czas		2:21	

Harmonogram sesji nr 3 - BLOK III

18.06.2019 - 9:00

Rozgrzewka: od 8:00

9:00	21.	100m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	12	0:22	10 Serie
9:22	22.	100m dowolny	Chłopców	Serie na czas	12	0:18	8 Serie
9:40	23.	100m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	12	0:17	7 Serie
9:57	24.	100m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	12	0:10	4 Serie
10:07	25.	200m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	12	0:18	4 Serie
10:25	26.	200m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	12	0:14	3 Serie
10:39	27.	400m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	12	0:07	1 Seria
10:46	28.	400m dowolny	Chłopców	Serie na czas	12	0:13	2 Serie
10:59	Koniec sesji			Całkowity czas		1:59	