



## Harmonogram sesji nr 1 - I edycja

20.10.2023 - 10:00

Rozgrzewka: 9:00 do 9:45

10:00	1.	4 x 50m zmienny	Mieszane	Serie na czas	2012	0:22	6 Serie	31
10:22	2.	50m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	2012	0:13	9 Serie	53
10:35	3.	50m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	2012	0:12	8 Serie	48
10:47	4.	100m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	2012	0:42	15 Serie	88
11:29	5.	100m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	2012	0:27	10 Serie	56
11:56	6.	200m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	2012	0:40	10 Serie	57
12:36	7.	200m dowolny	Chłopców	Serie na czas	2012	0:35	8 Serie	48
13:11	8.	100m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	2012	0:37	14 Serie	79
13:48	9.	100m zmienny	Chłopców	Serie na czas	2012	0:26	10 Serie	58
14:14	10.	4 x 50m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	2012	0:14	4 Serie	24
14:28	11.	4 x 50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	2012	0:10	3 Serie	14
14:38	Koniec sesji			Całkowity czas		4:38		