



Harmonogram sesji nr 1 - XI Puchar Rycerza Kmity BLOK Długodystansowy

22/4/2016 - 15:30

Rozgrzewka: 14:30 do 15:25

15:30	1.	400m dowolny	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:45	7 Serie
16:15	2.	400m dowolny	M czyzn	Serie na czas	12 +	1:01	10 Serie
17:16	3.	400m zmienny	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:33	5 Serie
17:49	4.	400m zmienny	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:34	5 Serie
18:23	5.	800m dowolny	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:46	4 Serie
19:09	6.	800m dowolny	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:35	3 Serie
19:44	7.	1500m dowolny	M czyzn	Serie na czas	14 +	1:17	4 Serie
21:01	Koniec sesji			Całkowity czas		5:31	

Harmonogram sesji nr 2 - XI Puchar Rycerza Kmity ELIMINACJE

23/4/2016 - 8:30

Rozgrzewka: 8:00 do 8:25

8:30	8.	100m motylkowy	Dziewcz t	Eliminacje	10 - 13	0:12	5 Serie
8:42	9.	100m motylkowy	Chłopców	Eliminacje	10 - 13	0:15	6 Serie
8:57	10.	200m motylkowy	Kobiet	Eliminacje	14 +	0:16	4 Serie
9:13	11.	200m motylkowy	M czyzn	Eliminacje	14 +	0:22	6 Serie
9:35	12.	50m dowolny	Kobiet	Eliminacje	10 +	0:27	18 Serie
10:02	13.	50m dowolny	M czyzn	Eliminacje	10 +	0:36	24 Serie
10:38	14.	100m zmienny	Kobiet	Eliminacje	12 +	0:27	12 Serie
11:05	15.	100m zmienny	M czyzn	Eliminacje	12 +	0:26	12 Serie
11:31	Rozgrzewka					0:30	
12:01	16.	200m grzbietowy	Kobiet	Wolniejsze serie	12 +	0:12	3 Serie
12:13	17.	200m grzbietowy	M czyzn	Wolniejsze serie	12 +	0:12	3 Serie
12:25	18.	50m klasyczny	Kobiet	Eliminacje	10 +	0:24	14 Serie
12:49	19.	50m klasyczny	M czyzn	Eliminacje	10 +	0:28	16 Serie
13:17	20.	200m dowolny	Kobiet	Wolniejsze serie	12 +	0:32	9 Serie
13:49	21.	200m dowolny	M czyzn	Wolniejsze serie	12 +	0:33	9 Serie
14:22	Koniec sesji			Całkowity czas		5:52	

Harmonogram sesji nr 4 - XI Puchar Rycerza Kmity ELIMINACJE

24/4/2016 - 9:00

Rozgrzewka: 8:30 do 8:55

9:00	22.	50m motylkowy	Kobiet	Eliminacje	10 +	0:31	19 Serie
9:31	23.	50m motylkowy	M czyzn	Eliminacje	10 +	0:29	19 Serie
10:00	24.	200m klasyczny	Kobiet	Wolniejsze serie	12 +	0:22	5 Serie
10:22	25.	200m klasyczny	M czyzn	Wolniejsze serie	12 +	0:21	5 Serie
10:43	Rozgrzewka					0:30	
11:13	26.	50m grzbietowy	Kobiet	Eliminacje	10 +	0:26	16 Serie
11:39	27.	50m grzbietowy	M czyzn	Eliminacje	10 +	0:28	17 Serie
12:07	28.	100m dowolny	Kobiet	Eliminacje	12 +	0:35	17 Serie
12:42	29.	100m dowolny	M czyzn	Eliminacje	12 +	0:40	20 Serie
13:22	Koniec sesji			Całkowity czas		4:22	