



Harmonogram sesji nr 1 - DMW Młodzików Drużynowy Puchar Prezesa MOZP BLOK I

24/6/2017 - 10:05

Rozgrzewka: 9:00 do 10:00

10:05	1.	100m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:06	2 Serie
10:11	2.	100m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:08	3 Serie
10:19	101.	50m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:02	1 Seria
10:21	102.	50m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	11	0:02	1 Seria
10:23	3.	100m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 13	0:11	4 Serie
10:34	4.	100m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	11 - 13	0:12	4 Serie
10:46	5.	200m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:13	3 Serie
10:59	6.	200m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:12	3 Serie
11:11	103.	100m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:03	1 Seria
11:14	7.	400m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:29	4 Serie
11:43	8.	400m dowolny	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:22	3 Serie
12:05	104.	200m dowolny	Chłopców	Serie na czas	11	0:04	1 Seria
12:09	9.	4 x 50m dowolny	Wszystkie	Serie na czas	11 - 13	0:07	2 Serie
12:16	Koniec sesji				Całkowity czas	2:11	

Harmonogram sesji nr 2 - DMW Młodzików Drużynowy Puchar Prezesa MOZP BLOK II

24/6/2017 - 15:15

Rozgrzewka: 14:10 do 15:10

15:15	10.	100m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 13	0:12	5 Serie
15:27	11.	100m dowolny	Chłopców	Serie na czas	11 - 13	0:12	5 Serie
15:39	12.	200m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:09	2 Serie
15:48	13.	200m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:10	2 Serie
15:58	105.	50m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:02	1 Seria
16:00	106.	50m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	11	0:03	1 Seria
16:03	14.	100m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:07	3 Serie
16:10	15.	100m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:08	3 Serie
16:18	16.	200m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:13	3 Serie
16:31	17.	200m zmienny	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:14	3 Serie
16:45	107.	100m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:03	1 Seria
16:48	108.	100m zmienny	Chłopców	Serie na czas	11	0:02	1 Seria
16:50	18.	4 x 50m zmienny	Wszystkie	Serie na czas	11 - 13	0:08	2 Serie
16:58	Koniec sesji				Całkowity czas	1:43	