

Harmonogram sesji nr 1 - Bijemy Rekordy BLOK I 14 lat i starsi
19/12/2020 - 8:00

Rozgrzewka: 7:00 do 7:50

8:00	1.	200m motylkowy	Kobiet	Eliminacje	14 +	0:07	2 Serie	13	
8:07	2.	200m motylkowy	M czyzn	Eliminacje	14 +	0:11	3 Serie	22	
8:18	3.	50m dowolny	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:05	4 Serie	30	
8:23	4.	50m dowolny	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:10	8 Serie	58	
8:33	5.	100m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:07	3 Serie	19	
8:40	6.	100m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:06	3 Serie	22	
8:46	7.	200m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:08	2 Serie	13	
8:54	8.	200m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:07	2 Serie	15	
9:01	9.	200m dowolny	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:13	4 Serie	25	
9:14	10.	200m dowolny	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:12	4 Serie	30	
9:26	11.	400m zmienny	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:08	1 Seria	8	
9:34	12.	400m zmienny	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:06	1 Seria	5	
9:40	Koniec sesji					Całkowity czas	1:40		

Harmonogram sesji nr 2 - Bijemy Rekordy BLOK II 9-11 lat
19/12/2020 - 11:00

Rozgrzewka: 10:00 do 10:50

11:00	13.	50m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	9 - 11	0:07	5 Serie	40	
11:07	14.	50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	9 - 11	0:09	6 Serie	48	
11:16	15.	100m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	9 - 11	0:08	3 Serie	23	
11:24	16.	100m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	9 - 11	0:11	4 Serie	26	
11:35	17.	50m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	9 - 11	0:06	3 Serie	18	
11:41	18.	50m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	9 - 11	0:04	3 Serie	20	
11:45	19.	100m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	9 - 11	0:11	4 Serie	30	
11:56	20.	100m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	9 - 11	0:09	3 Serie	23	
12:05	21.	100m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	9 - 11	0:10	4 Serie	26	
12:15	22.	100m zmienny	Chłopców	Serie na czas	9 - 11	0:07	3 Serie	17	
12:22	23.	200m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	9 - 11	0:13	3 Serie	19	
12:35	24.	200m dowolny	Chłopców	Serie na czas	9 - 11	0:13	3 Serie	19	
12:48	Koniec sesji					Całkowity czas	1:48		

Harmonogram sesji nr 3 - Bijemy Rekordy BLOK III 12-13 lat
19/12/2020 - 14:15

Rozgrzewka: 13:15 do 14:05

14:15	25.	200m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:24	7 Serie	51	
14:39	26.	200m dowolny	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:07	2 Serie	16	
14:46	27.	100m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:07	3 Serie	21	
14:53	28.	100m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:04	2 Serie	11	
14:57	29.	100m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:11	5 Serie	33	
15:08	30.	100m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:05	2 Serie	12	
15:13	31.	50m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:07	5 Serie	35	
15:20	32.	50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:04	3 Serie	23	
15:24	33.	100m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:09	4 Serie	27	
15:33	34.	100m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:04	2 Serie	16	
15:37	35.	200m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:19	5 Serie	35	
15:56	36.	200m zmienny	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:07	2 Serie	15	
16:03	Koniec sesji					Całkowity czas	1:48		

Harmonogram sesji nr 4 - Bijemy Rekordy BLOK IV 14 lat i starsi

19/12/2020 - 17:30

Rozgrzewka: 16:30 do 17:20

17:30	1.	200m motylkowy	Kobiet	Finał	14 +	0:03	1 Seria	-
17:33	2.	200m motylkowy	M czyzn	Finał	14 +	0:04	1 Seria	-
17:37	37.	100m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:05	2 Serie	15
17:42	38.	100m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:06	3 Serie	17
17:48	39.	100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:08	4 Serie	29
17:56	40.	100m dowolny	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:11	6 Serie	48
18:07	41.	200m zmienny	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:11	3 Serie	17
18:18	42.	200m zmienny	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:10	3 Serie	23
18:28	43.	200m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:07	2 Serie	13
18:35	44.	200m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:04	1 Seria	8
18:39	45.	100m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:04	2 Serie	14
18:43	46.	100m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:06	3 Serie	24
18:49	47.	400m dowolny	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:12	2 Serie	12
19:01	48.	400m dowolny	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:17	3 Serie	17
19:18	Koniec sesji				Całkowity czas	1:48		