



Harmonogram sesji nr 1 - Sobota Pływacka Małopolska Liga Młodzików

21/5/2022 - 10:30

Rozgrzewka: 9:30 do 10:30

|       |              |                  |           |               |                |      |          |    |
|-------|--------------|------------------|-----------|---------------|----------------|------|----------|----|
| 10:30 | 1.           | 4 x 50m zmienny  | Dziewcz t | Serie na czas | 11             | 0:04 | 1 Seria  | 7  |
| 10:34 | 2.           | 4 x 50m zmienny  | Chłopców  | Serie na czas | 11             | 0:04 | 1 Seria  | 5  |
| 10:38 | 3.           | 4 x 100m zmienny | Dziewcz t | Serie na czas | 12 - 13        | 0:13 | 2 Serie  | 9  |
| 10:51 | 4.           | 4 x 100m zmienny | Chłopców  | Serie na czas | 12 - 13        | 0:13 | 2 Serie  | 9  |
| 11:04 | 5.           | 100m dowolny     | Dziewcz t | Serie na czas | 11 - 13        | 0:24 | 11 Serie | 82 |
| 11:28 | 6.           | 100m dowolny     | Chłopców  | Serie na czas | 11 - 13        | 0:27 | 12 Serie | 94 |
| 11:55 | 7.           | 100m klasyczny   | Dziewcz t | Serie na czas | 11             | 0:12 | 4 Serie  | 25 |
| 12:07 | 8.           | 100m klasyczny   | Chłopców  | Serie na czas | 11             | 0:08 | 3 Serie  | 19 |
| 12:15 | 9.           | 200m klasyczny   | Dziewcz t | Serie na czas | 12 - 13        | 0:17 | 4 Serie  | 27 |
| 12:32 | 10.          | 200m klasyczny   | Chłopców  | Serie na czas | 12 - 13        | 0:18 | 4 Serie  | 30 |
| 12:50 | 11.          | 50m motylkowy    | Dziewcz t | Serie na czas | 11 - 13        | 0:09 | 6 Serie  | 48 |
| 12:59 | 12.          | 50m motylkowy    | Chłopców  | Serie na czas | 11 - 13        | 0:12 | 8 Serie  | 63 |
| 13:11 | 13.          | 100m grzbietowy  | Dziewcz t | Serie na czas | 11 - 13        | 0:18 | 7 Serie  | 52 |
| 13:29 | 14.          | 100m grzbietowy  | Chłopców  | Serie na czas | 11 - 13        | 0:23 | 9 Serie  | 67 |
| 13:52 | 15.          | 400m dowolny     | Dziewcz t | Serie na czas | 12 - 13        | 0:20 | 3 Serie  | 21 |
| 14:12 | 16.          | 400m dowolny     | Chłopców  | Serie na czas | 12 - 13        | 0:27 | 4 Serie  | 30 |
| 14:39 | 17.          | 200m zmienny     | Dziewcz t | Serie na czas | 11 - 13        | 0:16 | 4 Serie  | 31 |
| 14:55 | 18.          | 200m zmienny     | Chłopców  | Serie na czas | 11 - 13        | 0:21 | 5 Serie  | 36 |
| 15:16 | Koniec sesji |                  |           |               | Całkowity czas | 4:46 |          |    |