



DĘBICA

XIII Mistrzostwa Polski Lekarzy w Pływaniu
Dębica, 20-22.04.2017r.**Harmonogram sesji nr 1 - I Dzie****2017-04-20 - 15:00**

Rozgrzewka: 14:30 do 14:55

15:00	1.	50m dowolny	Kobiet	Serie na czas	24 +	0:05	5 Serie
15:05	2.	50m dowolny	M czyzn	Serie na czas	24 +	0:10	7 Serie
15:15	3.	100m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	24 +	0:10	5 Serie
15:25	4.	100m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	24 +	0:10	4 Serie
15:35	1.	50m dowolny	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:05	
15:40	2.	50m dowolny	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:05	
15:45	3.	100m klasyczny	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:05	
15:50	4.	100m klasyczny	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:05	
15:55	5.	200m zmienny	Kobiet	Serie na czas	24 +	0:15	4 Serie
16:10	6.	200m zmienny	M czyzn	Serie na czas	24 +	0:20	5 Serie
16:30	7.	50m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	24 +	0:05	5 Serie
16:35	8.	50m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	24 +	0:10	5 Serie
16:45	5.	200m zmienny	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:05	
16:50	6.	200m zmienny	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:05	
16:55	7.	50m grzbietowy	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:05	
17:00	8.	50m grzbietowy	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:05	
17:05	9.	4 x 50m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open		1 Serie
17:05	10.	4 x 50m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:05	1 Serie
17:10	9.	4 x 50m dowolny	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:05	
17:15	10.	4 x 50m dowolny	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:05	
17:20	Koniec sesji			Całkowity czas		2:20	

Harmonogram sesji nr 2 - II Dzie - Blok przedpołudniowy**2017-04-21 - 10:30**

Rozgrzewka: 9:00 do 10:20

10:30	11.	100m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	24 +	0:10	4 Serie
10:40	12.	100m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	24 +	0:05	4 Serie
10:45	13.	400m dowolny	Kobiet	Serie na czas	24 +	0:20	3 Serie
11:05	14.	400m dowolny	M czyzn	Serie na czas	24 +	0:40	6 Serie
11:45	11.	100m grzbietowy	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:05	
11:50	12.	100m grzbietowy	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:05	
11:55	13.	400m dowolny	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:05	
12:00	14.	400m dowolny	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:05	
12:05	15.	50m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	24 +	0:05	5 Serie
12:10	16.	50m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	24 +	0:05	5 Serie
12:15	17.	200m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	24 +	0:05	1 Serie
12:20	18.	200m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	24 +	0:05	1 Serie
12:25	15.	50m klasyczny	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:05	
12:30	16.	50m klasyczny	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:05	
12:35	17.	200m motylkowy	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:05	
12:40	18.	200m motylkowy	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:05	
12:45	19.	4 x 50m dowolny	Mieszane	Serie na czas	Open	0:05	2 Serie
12:50	19.	4 x 50m dowolny	Mieszane	Ceremonia medalowa		0:05	
12:55	Koniec sesji			Całkowity czas		2:25	



Olimp Labs®



DARCO®



SURET



DĘBICA



XIII Mistrzostwa Polski Lekarzy w Pływaniu
Dębica, 20-22.04.2017r.

Harmonogram sesji nr 3 - II Dzień Blok popołudniowy

2017-04-21 - 15:00

Rozgrzewka: 14:00 do 14:50

15:00	20.	100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	24 +	0:10	4 Serie
15:10	21.	100m dowolny	M czyzn	Serie na czas	24 +	0:15	8 Serie
15:25	22.	100m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	24 +	0:05	2 Serie
15:30	23.	100m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	24 +		2 Serie
15:30	20.	100m dowolny	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:05	
15:35	21.	100m dowolny	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:05	
15:40	22.	100m motylkowy	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:05	
15:45	24.	200m dowolny	Kobiet	Serie na czas	24 +	0:15	4 Serie
16:00	25.	200m dowolny	M czyzn	Serie na czas	24 +	0:15	5 Serie
16:15	27.	50m dowolny	Wszystkie	Serie na czas	24 +		1 Seria
16:15	23.	100m motylkowy	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:05	
16:20	24.	200m dowolny	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:05	
16:25	25.	200m dowolny	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:05	
16:30	27.	50m dowolny	Wszystkie	Ceremonia medalowa		0:05	
16:35	Koniec sesji				Całkowity czas	1:35	

Harmonogram sesji nr 4 - III Dzień

2017-04-22 - 9:00

Rozgrzewka: od 8:30

9:00	28.	50m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	24 +	0:05	4 Serie
9:05	29.	50m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	24 +	0:10	6 Serie
9:15	26.	4 x 50m dowolny	Mieszane	Serie na czas	Open		1 Seria
9:15	30.	800m dowolny	Kobiet	Serie na czas	24 +	0:35	3 Serie
9:50	26.	4 x 50m dowolny	Mieszane	Ceremonia medalowa		0:05	
9:55	28.	50m motylkowy	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:05	
10:00	29.	50m motylkowy	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:05	
10:05	30.	800m dowolny	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:05	
10:10	31.	1500m dowolny	M czyzn	Serie na czas	24 +	1:10	3 Serie
11:20	31.	1500m dowolny	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:05	
11:25	Koniec sesji				Całkowity czas	2:25	



Olimp Labs®



SURET

