



Memoriał Jerzego Szczerbatego - Puchar Ziemi Podkarpackiej  
Tarnobrzeg, 29.03.2025

**Harmonogram sesji nr 1 - I BLOK**

**2025-03-29 - 10:00**

Rozgrzewka: 9:00 do 9:50

10:00	1.	100m klasyczny	Kobiet	Eliminacje	12 +	0:15	6 Serie	34
10:15	2.	100m klasyczny	M czyzn	Eliminacje	12 +	0:21	9 Serie	49
10:36	3.	50m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:15	11 Serie	63
10:51	4.	50m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:18	13 Serie	78
11:09	5.	100m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:19	8 Serie	43
11:28	6.	100m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:22	9 Serie	50
11:50	7.	100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:27	13 Serie	75
12:17	8.	100m dowolny	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:33	16 Serie	95
12:50	9.	200m zmienny	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:16	4 Serie	24
13:06	10.	200m zmienny	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:26	6 Serie	31
13:32	11.	6 x 50m dowolny	Mieszane	Serie na czas	Open	0:07	2 Serie	12
13:39	Koniec sesji				Całkowity czas	3:39		

**Harmonogram sesji nr 2 - II BLOK**

**2025-03-29 - 15:30**

Rozgrzewka: 14:30 do 15:20

15:30	1.	100m klasyczny	Kobiet	Finał	12 +	0:05	2 Serie	-
15:35	2.	100m klasyczny	M czyzn	Finał	12 +	0:05	2 Serie	-
15:40	12.	50m dowolny	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:18	14 Serie	81
15:58	13.	50m dowolny	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:22	18 Serie	106
16:20	14.	100m zmienny	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:20	9 Serie	51
16:40	15.	100m zmienny	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:24	11 Serie	63
17:04	16.	50m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:09	6 Serie	35
17:13	17.	50m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:12	8 Serie	47
17:25	18.	50m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:15	10 Serie	57
17:40	19.	50m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:16	11 Serie	62
17:56	20.	100m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:12	5 Serie	29
18:08	21.	100m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:16	7 Serie	37
18:24	22.	4 x 50m zmienny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:06	2 Serie	10
18:30	23.	4 x 50m zmienny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:07	3 Serie	15
18:37	Koniec sesji				Całkowity czas	3:07		