



Puchar Polski w Pływaniu w Kategorii Masters
Łódź, 13-14.09.2025

Harmonogram sesji nr 1 - BLOK I

2025-09-13 - 13:45

Rozgrzewka: 13:00 do 13:35

13:45	Uroczyste otwarcie zawodów						0:15		
14:00	1.	50m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	20 - 94	0:06	3 Serie	24	
14:06	2.	50m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	20 - 94	0:07	4 Serie	37	
14:13	3.	100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	20 - 94	0:10	4 Serie	39	
14:23	4.	100m dowolny	M czyzn	Serie na czas	20 - 94	0:14	7 Serie	62	
14:37	5.	50m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	20 - 94	0:07	3 Serie	27	
14:44	6.	50m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	20 - 94	0:08	5 Serie	49	
14:52	7.	100m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	20 - 94	0:04	1 Seria	8	
14:56	8.	100m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	20 - 94	0:09	3 Serie	22	
15:05	9.	200m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	20 - 94	0:11	2 Serie	16	
15:16	10.	200m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	20 - 94	0:14	3 Serie	22	
15:30	11.	200m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	20 - 94	0:11	2 Serie	15	
15:41	12.	200m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	20 - 94	0:16	3 Serie	24	
15:57	13.	4 x 50m dowolny	Kobiet	Serie na czas	100 +	0:03	1 Seria	2	
16:00	14.	4 x 50m dowolny	M czyzn	Serie na czas	100 +	0:04	1 Seria	10	
16:04	15.	4 x 50m zmienny	Mieszane	Serie na czas	100 +	0:08	2 Serie	15	
16:12	16.	400m dowolny	Kobiet	Serie na czas	20 - 94	0:18	2 Serie	20	
16:30	17.	400m dowolny	M czyzn	Serie na czas	20 - 94	0:30	4 Serie	40	
17:00	Koniec sesji				Całkowity czas	3:15			

Harmonogram sesji nr 2 - BLOK II

2025-09-14 - 9:00

Rozgrzewka: 8:00 do 8:45

9:00	18.	50m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	20 - 94	0:05	3 Serie	22
9:05	19.	50m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	20 - 94	0:08	5 Serie	48
9:13	20.	100m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	20 - 94	0:06	2 Serie	19
9:19	21.	100m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	20 - 94	0:05	2 Serie	18
9:24	22.	50m dowolny	Kobiet	Serie na czas	20 - 94	0:07	4 Serie	40
9:31	23.	50m dowolny	M czyzn	Serie na czas	20 - 94	0:08	6 Serie	55
9:39	24.	100m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	20 - 94	0:09	2 Serie	19
9:48	25.	100m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	20 - 94	0:10	4 Serie	39
9:58	26.	100m zmienny	Kobiet	Serie na czas	20 - 94	0:08	3 Serie	27
10:06	27.	100m zmienny	M czyzn	Serie na czas	20 - 94	0:11	5 Serie	42
10:17	28.	200m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	20 - 94	0:05	1 Seria	5
10:22	29.	200m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	20 - 94	0:12	2 Serie	13
10:34	30.	200m dowolny	Kobiet	Serie na czas	20 - 94	0:14	3 Serie	26
10:48	31.	200m dowolny	M czyzn	Serie na czas	20 - 94	0:20	5 Serie	46
11:08	32.	4 x 50m dowolny	Mieszane	Serie na czas	100 +	0:08	2 Serie	16
11:16	33.	4 x 50m zmienny	Kobiet	Serie na czas	100 +	0:04	1 Seria	1
11:20	34.	4 x 50m zmienny	M czyzn	Serie na czas	100 +	0:04	1 Seria	7
11:24	Koniec sesji				Całkowity czas	2:24		