



XXXII Ogólnopolskie Integracyjne Zawody Pływackie, II Runda Parapywackiego Grand Prix Polski  
Wrocław, 23-24.05.2026

**Harmonogram sesji nr 1 - Blok I**

**2026-05-23 - 14:00**

Rozgrzewka: 13:00 do 13:50

14:00	1.	100m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:04	1 Serie	4
14:04	2.	100m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0:07	2 Serie	10
14:11	3.	25m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:05	2 Serie	9
14:16	4.	25m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:07	3 Serie	13
14:23	5.	50m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:15	5 Serie	28
14:38	6.	50m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:26	10 Serie	58
15:04	7.	100m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:18	4 Serie	21
15:22	8.	100m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:17	4 Serie	19
15:39	9.	100m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:15	3 Serie	18
15:54	10.	100m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0:26	6 Serie	33
16:20	11.	100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:19	4 Serie	20
16:39	12.	100m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:34	9 Serie	49
17:13	13.	400m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:10	1 Serie	6
17:23	14.	400m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:18	2 Serie	11
17:41	15.	4 x 50m zmienny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:05	1 Serie	2
17:46	16.	4 x 50m zmienny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:06	1 Serie	3
17:52	Koniec sesji			Całkowity czas		3:52		

**Harmonogram sesji nr 2 - Blok II**

**2026-05-24 - 10:00**

Rozgrzewka: 9:00 do 9:50

10:00	17.	200m zmienny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:13	2 Serie	8
10:13	18.	200m zmienny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:06	1 Serie	6
10:19	19.	50m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:07	2 Serie	10
10:26	20.	50m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0:09	3 Serie	15
10:35	21.	50m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:13	4 Serie	22
10:48	22.	50m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0:22	7 Serie	41
11:10	23.	200m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:16	2 Serie	12
11:26	24.	200m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:19	3 Serie	15
11:45	25.	50m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:12	4 Serie	21
11:57	26.	50m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:09	3 Serie	17
12:06	27.	150m zmienny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:07	1 Serie	3
12:13	28.	150m zmienny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:07	1 Serie	4
12:20	29.	4 x 50m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:06	1 Serie	2
12:26	30.	4 x 50m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:05	1 Serie	5
12:31	Koniec sesji			Całkowity czas		2:31		