Zimowe Mistrzostwa Okręgu Podkarpackiego 2026 w pływaniu
Mielec, 21-22.11.2026

Harmonogram sesji nr 1 - I BLOK — 2026-11-21 - 10:00

Rozgrzewka: 9:00 do 9:50

10:00	1.	800m dowolny	Kobiet	Serie na czas	13 +	0:27	2 Serie	14
10:27	2.	800m dowolny	Mężczyzn	Serie na czas	13 +	0:14	1 Seria	7
10:41	3.	50m dowolny	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:15	11 Serie	86
10:56	4.	50m dowolny	Mężczyzn	Serie na czas	12 +	0:20	16 Serie	125
11:16	5.	400m zmienny	Kobiet	Serie na czas	13 +	0:15	2 Serie	9
11:31	6.	400m zmienny	Mężczyzn	Serie na czas	13 +	0:08	1 Seria	7
11:39	7.	50m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:10	7 Serie	53
11:49	8.	50m klasyczny	Mężczyzn	Serie na czas	12 +	0:13	9 Serie	71
12:02	9.	100m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:07	3 Serie	24
12:09	10.	100m motylkowy	Mężczyzn	Serie na czas	12 +	0:11	5 Serie	37
12:20	11.	200m dowolny	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:27	7 Serie	52
12:47	12.	200m dowolny	Mężczyzn	Serie na czas	12 +	0:23	6 Serie	46
13:10	13.	200m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:20	5 Serie	39
13:30	14.	200m grzbietowy	Mężczyzn	Serie na czas	12 +	0:15	4 Serie	32
13:45	15.	4 x 50m dowolny	Mieszane	Serie na czas	Open	0:0	nierozstawione	-
13:53	Koniec sesji				Całkowity czas	3:53		

Harmonogram sesji nr 2 - II BLOK — 2026-11-21 - 15:00

Rozgrzewka: 14:00 do 14:50

15:00	16.	50m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:11	8 Serie	62
15:11	17.	50m motylkowy	Mężczyzn	Serie na czas	12 +	0:17	12 Serie	91
15:28	18.	400m dowolny	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:34	5 Serie	36
16:02	19.	400m dowolny	Mężczyzn	Serie na czas	12 +	0:28	4 Serie	31
16:30	20.	100m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:17	7 Serie	49
16:47	21.	100m klasyczny	Mężczyzn	Serie na czas	12 +	0:19	8 Serie	57
17:06	22.	100m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:19	8 Serie	57
17:25	23.	100m grzbietowy	Mężczyzn	Serie na czas	12 +	0:19	8 Serie	58
17:44	24.	200m zmienny	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:19	5 Serie	36
18:03	25.	200m zmienny	Mężczyzn	Serie na czas	12 +	0:24	6 Serie	41
18:27	26.	4 x 100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:1	nierozstawione	-
18:37	27.	4 x 100m dowolny	Mężczyzn	Serie na czas	Open	0:0	nierozstawione	-
18:46	Koniec sesji				Całkowity czas	3:46		

Harmonogram sesji nr 3 - III BLOK — 2026-11-22 - 10:00

Rozgrzewka: 9:00 do 9:50

10:00	28.	100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:16	8 Serie	64
10:16	29.	100m dowolny	Mężczyzn	Serie na czas	12 +	0:25	12 Serie	90
10:41	30.	200m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:09	2 Serie	15
10:50	31.	200m motylkowy	Mężczyzn	Serie na czas	12 +	0:09	2 Serie	14
10:59	32.	50m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:11	7 Serie	53
11:10	33.	50m grzbietowy	Mężczyzn	Serie na czas	12 +	0:10	7 Serie	55
11:20	34.	200m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:17	4 Serie	30
11:37	35.	200m klasyczny	Mężczyzn	Serie na czas	12 +	0:21	5 Serie	34
11:58	36.	100m zmienny	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:22	10 Serie	74
12:20	37.	100m zmienny	Mężczyzn	Serie na czas	12 +	0:20	9 Serie	72
12:40	38.	1500m dowolny	Kobiet	Serie na czas	17 +	0:19	1 Seria	1
12:59	39.	1500m dowolny	Mężczyzn	Serie na czas	14 +	0:49	2 Serie	14
13:48	40.	4 x 100m zmienny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:1	nierozstawione	-
13:58	41.	4 x 100m zmienny	Mężczyzn	Serie na czas	Open	0:1	nierozstawione	-
14:08	Koniec sesji				Całkowity czas	4:08		