



Liga Szkół Mistrzostwa Sportowego - II runda
Lublin, 22. - 23.3.2024

Harmonogram sesji nr 1 - I DZIE - BLOK POPOŁUDNIOWY

22.03.2024 - 15:50

Rozgrzewka: 14:30 do 15:40

15:50	UROCZYSTE OTWARCIE				0:10			
16:00	1.	50m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:05	4 Serie	36
16:05	2.	50m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:06	5 Serie	46
16:11	3.	50m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:04	3 Serie	28
16:15	4.	50m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:05	4 Serie	36
16:20	5.	100m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:08	4 Serie	31
16:28	6.	100m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0:08	4 Serie	37
16:36	7.	200m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:12	4 Serie	36
16:48	8.	200m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:14	5 Serie	47
17:02	9.	200m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:14	4 Serie	32
17:16	10.	200m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0:13	4 Serie	34
17:29	11.	400m zmienny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:19	3 Serie	26
17:48	12.	400m zmienny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:18	3 Serie	27
18:06	ZGŁASZANIE SKŁADÓW SZTAFET				0:15			
18:21	13.	4 x 200m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:20	2 Serie	12
18:41	14.	4 x 200m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:18	2 Serie	12
18:59	Koniec sesji			Całkowity czas		3:09		

Harmonogram sesji nr 2 - II DZIE - BLOK PORANNY

23.03.2024 - 9:00

Rozgrzewka: 7:45 do 8:50

9:00	15.	50m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:05	4 Serie	37
9:05	16.	50m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0:06	5 Serie	45
9:11	17.	50m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:05	4 Serie	37
9:16	18.	50m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0:05	4 Serie	39
9:21	19.	400m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:23	4 Serie	37
9:44	20.	400m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:26	5 Serie	46
10:10	21.	100m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:06	3 Serie	30
10:16	22.	100m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:08	4 Serie	35
10:24	23.	200m zmienny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:10	3 Serie	30
10:34	24.	200m zmienny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:13	4 Serie	35
10:47	ZGŁASZANIE SKŁADÓW SZTAFET				0:15			
11:02	25.	4 x 100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:10	2 Serie	12
11:12	26.	4 x 100m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:09	2 Serie	12
11:21	Koniec sesji			Całkowity czas		2:21		

Harmonogram sesji nr 3 - II DZIE - BLOK POPOŁUDNIOWY

23.03.2024 - 15:30

Rozgrzewka: 14:30 do 15:20

15:30	27.	8 x 50m dowolny	Mieszane	Serie na czas	Open	0:09	2 Serie	12
15:39	28.	200m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:14	4 Serie	31
15:53	29.	200m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0:13	4 Serie	32
16:06	30.	100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:07	4 Serie	38
16:13	31.	100m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:09	5 Serie	49
16:22	32.	100m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:08	4 Serie	33
16:30	33.	100m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0:07	4 Serie	38
16:37	34.	200m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:11	3 Serie	28
16:48	35.	200m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:14	4 Serie	38
17:02	36.	800m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:33	3 Serie	25
17:35	37.	1500m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:55	3 Serie	28
18:30	38.	4 x 100m zmienny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:10	2 Serie	12
18:40	39.	4 x 100m zmienny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:10	2 Serie	12
18:50	Koniec sesji			Całkowity czas		3:20		