



Harmonogram sesji nr 1 - I BLOK

09.11.2024 - 11:00

Rozgrzewka: 9:45 do 10:55

11:00	UROCZYSTE OTWARCIE ZAWODÓW						0:15		
11:15	1.	50m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	- 15	0:41	27 Serie	270	
11:56	2.	50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	- 15	0:45	30 Serie	299	
12:41	3.	50m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	- 15	0:34	20 Serie	194	
13:15	4.	50m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	- 15	0:30	17 Serie	162	
13:45	5.	200m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 15	0:12	3 Serie	24	
13:57	6.	200m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	12 - 15	0:11	3 Serie	29	
14:08	7.	200m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 15	0:12	3 Serie	28	
14:20	8.	200m zmienny	Chłopców	Serie na czas	12 - 15	0:12	3 Serie	22	
14:32	9.	100m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	10 - 15	0:27	12 Serie	113	
14:59	10.	100m dowolny	Chłopców	Serie na czas	10 - 15	0:34	16 Serie	151	
15:33	11.	100m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	10 - 15	0:20	8 Serie	80	
15:53	12.	100m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	10 - 15	0:20	8 Serie	72	
16:13	Koniec sesji						Całkowity czas	5:13	

Harmonogram sesji nr 2 - II BLOK

10.11.2024 - 10:15

Rozgrzewka: 9:00 do 10:10

10:15	13.	50m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	- 15	0:14	9 Serie	81	
10:29	14.	50m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	- 15	0:18	12 Serie	120	
10:47	15.	50m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	- 15	0:30	18 Serie	174	
11:17	16.	50m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	- 15	0:29	18 Serie	174	
11:46	17.	200m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 15	0:13	3 Serie	30	
11:59	18.	200m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	12 - 15	0:14	3 Serie	26	
12:13	19.	200m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 15	0:11	3 Serie	22	
12:24	20.	200m dowolny	Chłopców	Serie na czas	12 - 15	0:19	5 Serie	46	
12:43	21.	100m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 15	0:05	2 Serie	15	
12:48	22.	100m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	12 - 15	0:04	2 Serie	20	
12:52	23.	100m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	10 - 15	0:20	8 Serie	71	
13:12	24.	100m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	10 - 15	0:19	8 Serie	75	
13:31	25.	400m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	13 - 15	0:07	1 Seria	7	
13:38	26.	400m dowolny	Chłopców	Serie na czas	13 - 15	0:12	2 Serie	15	
13:50	Koniec sesji						Całkowity czas	3:35	