

Letnie Mistrzostwa Polski Masters LC
Lublin, 19. - 21.6.2026

Harmonogram sesji nr 1 - BLOK I

19.06.2026 - 14:00

Rozgrzewka: 13:00 do 13:55

14:00	1.	50m dowolny	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:15	9 Serie	87
14:15	2.	50m dowolny	M czyzn	Serie na czas	20 +	0:25	16 Serie	158
14:40	3.	200m zmienny	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:26	5 Serie	44
15:06	4.	200m dowolny	M czyzn	Serie na czas	20 +	0:33	7 Serie	63
15:39	5.	4 x 50m dowolny	Mieszane	Serie na czas	100 - 399	0:11	3 Serie	26
15:50	6.	800m dowolny	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:48	3 Serie	30
16:38	7.	800m dowolny	M czyzn	Serie na czas	20 +	1:06	4 Serie	36
17:44	8.	1500m dowolny	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:39	1 Seria	7
18:23	9.	1500m dowolny	M czyzn	Serie na czas	20 +	0:53	2 Serie	19
19:16	Koniec sesji				Całkowity czas	5:16		

Harmonogram sesji nr 2 - BLOK II

20.06.2026 - 9:00

Rozgrzewka: 8:15 do 8:55

9:00	10.	50m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:14	7 Serie	62
9:14	11.	50m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	20 +	0:17	9 Serie	87
9:31	12.	200m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:20	4 Serie	38
9:51	13.	200m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	20 +	0:30	6 Serie	56
10:21	14.	100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:23	9 Serie	81
10:44	15.	100m dowolny	M czyzn	Serie na czas	20 +	0:32	13 Serie	121
11:16	16.	200m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:05	1 Seria	7
11:21	17.	200m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	20 +	0:18	3 Serie	27
11:39	18.	4 x 50m zmienny	Kobiet	Serie na czas	100 - 399	0:08	2 Serie	14
11:47	19.	4 x 50m zmienny	M czyzn	Serie na czas	100 - 399	0:10	3 Serie	28
11:57	Koniec sesji				Całkowity czas	2:57		

Harmonogram sesji nr 3 - BLOK III

20.06.2026 - 14:45

Rozgrzewka: 14:00 do 14:45

14:45	Uroczyste otwarcie					0:15		
15:00	20.	100m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:21	6 Serie	51
15:21	21.	100m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	20 +	0:23	8 Serie	71
15:44	22.	50m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:11	6 Serie	57
15:55	23.	50m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	20 +	0:14	9 Serie	85
16:09	24.	100m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:17	5 Serie	41
16:26	25.	100m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	20 +	0:18	6 Serie	57
16:44	26.	200m dowolny	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:28	6 Serie	52
17:12	27.	200m dowolny	M czyzn	Serie na czas	20 +	0:35	8 Serie	77
17:47	28.	4 x 50m dowolny	Kobiet	Serie na czas	100 - 399	0:07	2 Serie	13
17:54	29.	4 x 50m dowolny	M czyzn	Serie na czas	100 - 399	0:10	3 Serie	27
18:04	30.	400m zmienny	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:09	1 Seria	9
18:13	31.	400m zmienny	M czyzn	Serie na czas	20 +	0:38	4 Serie	36
18:51	Koniec sesji				Całkowity czas	4:06		

Harmonogram sesji nr 4 - BLOK IV

21.06.2026 - 9:00

Rozgrzewka: 8:00 do 8:55

9:00	32.	100m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:08	3 Serie	25
9:08	33.	100m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	20 +	0:14	5 Serie	49
9:22	34.	200m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:21	4 Serie	34
9:43	35.	200m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	20 +	0:33	6 Serie	54
10:16	36.	50m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:12	6 Serie	57
10:28	37.	50m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	20 +	0:18	10 Serie	96
10:46	38.	4 x 50m zmienny	Mieszane	Serie na czas	100 - 399	0:14	3 Serie	25
11:00	39.	400m dowolny	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:44	5 Serie	42
11:44	40.	400m dowolny	M czyzn	Serie na czas	20 +	1:10	8 Serie	71
12:54	Koniec sesji				Całkowity czas	3:54		