



Aqua Team Swim Cup IV
Mikołów, 29.03.2025



Harmonogram sesji nr 1 - Aqua Team Swim Cup IV

29.03.2025 - 9:00

Rozgrzewka: 8:00 do 8:40

Odprawa działaczy: 8:45

9:00	1.	4 x 50m dowolny	Mieszane	Serie na czas	2013 +	0:08	2 Serie	12
9:08	2.	100m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	- 12	0:22	8 Serie	47
9:30	3.	100m zmienny	Chłopców	Serie na czas	- 12	0:17	6 Serie	35
9:47	4.	50m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	- 12	0:20	11 Serie	66
10:07	5.	50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	- 12	0:13	8 Serie	48
10:20	6.	50m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	- 12	0:20	10 Serie	58
10:40	7.	50m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	- 12	0:11	6 Serie	32
10:51	8.	50m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	- 12	0:16	8 Serie	48
11:07	9.	50m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	- 12	0:15	8 Serie	46
11:22	10.	50m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	- 12	0:11	6 Serie	31
11:33	11.	50m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	- 12	0:08	4 Serie	19
11:41	12.	200m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	- 12	0:29	6 Serie	31
12:10	13.	200m dowolny	Chłopców	Serie na czas	- 12	0:18	4 Serie	22
12:28	Koniec sesji			Całkowity czas		3:28		

Harmonogram sesji nr 2 - Aqua Team Swim Cup IV

29.03.2025 - 14:00

Rozgrzewka: od 13:00

14:00	14.	4 x 50m zmienny	Mieszane	Serie na czas	- 2012	0:12	3 Serie	14
14:12	15.	50m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	13 +	0:11	7 Serie	42
14:23	16.	50m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	13 +	0:09	5 Serie	28
14:32	17.	200m dowolny	Kobiet	Serie na czas	13 +	0:15	4 Serie	19
14:47	18.	200m dowolny	M czyzn	Serie na czas	13 +	0:12	3 Serie	15
14:59	19.	100m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	13 +	0:10	4 Serie	22
15:09	20.	100m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	13 +	0:12	4 Serie	19
15:21	21.	200m zmienny	Kobiet	Serie na czas	13 +	0:20	5 Serie	26
15:41	22.	200m zmienny	M czyzn	Serie na czas	13 +	0:13	3 Serie	15
15:54	23.	50m dowolny	Kobiet	Serie na czas	13 +	0:11	7 Serie	39
16:05	24.	50m dowolny	M czyzn	Serie na czas	13 +	0:10	6 Serie	34
16:15	25.	100m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	13 +	0:13	5 Serie	29
16:28	26.	100m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	13 +	0:08	3 Serie	18
16:36	27.	400m dowolny	Kobiet	Serie na czas	13 +	0:27	4 Serie	20
17:03	28.	400m dowolny	M czyzn	Serie na czas	13 +	0:20	3 Serie	16
17:23	Koniec sesji			Całkowity czas		3:23		