



VII Otwarte Mistrzostwa Północnego Mazowsza w pływaniu pod Patronatem Burmistrza Miasta Mława Piotra Jankowskiego
Mława, 8.3.2025

Harmonogram sesji nr 1 - I BLOK

08.03.2025 - 10:00

Rozgrzewka: 9:00 do 9:50

10:00	1.	4 x 25m dowolny	Wszystkie	Serie na czas	- 9	0:02	1 Seria	5
10:02	2.	4 x 50m dowolny	Wszystkie	Serie na czas	10 +	0:11	4 Serie	23
10:13	3.	25m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	- 9	0:10	8 Serie	48
10:23	4.	25m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	- 9	0:11	8 Serie	46
10:34	5.	25m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	- 9	0:06	5 Serie	30
10:40	6.	25m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	- 9	0:05	4 Serie	23
10:45	7.	50m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	10 +	0:33	22 Serie	128
11:18	8.	50m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	10 +	0:27	17 Serie	98
11:45	9.	100m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	10 +	0:28	11 Serie	62
12:13	10.	100m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	10 +	0:28	11 Serie	61
12:41	11.	50m dowolny	Kobiet	Serie na czas	10 +	0:39	30 Serie	179
13:20	12.	50m dowolny	M czyzn	Serie na czas	10 +	0:36	27 Serie	158
13:56	13.	100m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	13 +	0:07	3 Serie	16
14:03	14.	100m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	13 +	0:07	3 Serie	14
14:10	Koniec sesji				Całkowity czas	4:10		

Harmonogram sesji nr 2 - II BLOK

08.03.2025 - 15:30

Rozgrzewka: 14:30 do 15:25

15:30	15.	4 x 25m zmienny	Wszystkie	Serie na czas	- 9	0:03	1 Seria	5
15:33	16.	4 x 50m zmienny	Wszystkie	Serie na czas	10 +	0:11	4 Serie	22
15:44	17.	25m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	- 9	0:09	8 Serie	47
15:53	18.	25m dowolny	Chłopców	Serie na czas	- 9	0:09	8 Serie	43
16:02	19.	25m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	- 10	0:06	5 Serie	29
16:08	20.	25m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	- 10	0:05	4 Serie	23
16:13	21.	100m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	11 +	0:30	12 Serie	68
16:43	22.	100m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	11 +	0:25	10 Serie	55
17:08	23.	50m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	10 +	0:30	19 Serie	114
17:38	24.	50m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	10 +	0:26	16 Serie	92
18:04	25.	100m zmienny	Kobiet	Serie na czas	11 +	0:24	11 Serie	65
18:28	26.	100m zmienny	M czyzn	Serie na czas	11 +	0:23	10 Serie	59
18:51	27.	50m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	10 +	0:15	10 Serie	58
19:06	28.	50m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	10 +	0:14	10 Serie	57
19:20	29.	100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	10 +	0:45	21 Serie	123
20:05	30.	100m dowolny	M czyzn	Serie na czas	10 +	0:37	17 Serie	99
20:42	Koniec sesji				Całkowity czas	5:12		