

Międzywojewódzkie Drużynowe Mistrzostwa Młodzików 12-13 lat – CRS Bielany
Warszawa, 29. - 30.3.2025

Harmonogram sesji nr 1 - I Dzień

29.03.2025 - 9:30

Rozgrzewka: od 8:30

9:30	1.	100m motylkowy	Dziewcząt	Serie na czas	12 - 13	0:15	7 Serie	40
9:45	2.	100m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:15	7 Serie	40
10:00	3.	100m klasyczny	Dziewcząt	Serie na czas	12 - 13	0:25	10 Serie	57
10:25	4.	100m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:25	10 Serie	56
10:50	5.	200m grzbietowy	Dziewcząt	Serie na czas	12 - 13	0:35	9 Serie	49
11:25	6.	200m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:30	6 Serie	35
11:55	7.	400m dowolny	Dziewcząt	Serie na czas	12 - 13	0:55	8 Serie	43
12:50	8.	400m dowolny	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:55	8 Serie	45
13:45	9.	4 x 50m zmienny	Wszystkie	Serie na czas	12 - 13	0:15	6 Serie	36
14:00	Koniec sesji			Całkowity czas		4:30		

Harmonogram sesji nr 2 - II Dzień

30.03.2025 - 9:30

Rozgrzewka: od 8:30

9:30	10.	100m dowolny	Dziewcząt	Serie na czas	12 - 13	0:25	14 Serie	80
9:55	11.	100m dowolny	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:30	14 Serie	82
10:25	12.	200m klasyczny	Dziewcząt	Serie na czas	12 - 13	0:25	6 Serie	34
10:50	13.	200m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:25	6 Serie	33
11:15	14.	100m grzbietowy	Dziewcząt	Serie na czas	12 - 13	0:20	9 Serie	54
11:35	15.	100m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:20	9 Serie	49
11:55	16.	200m zmienny	Dziewcząt	Serie na czas	12 - 13	0:25	7 Serie	41
12:20	17.	200m zmienny	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:20	5 Serie	28
12:40	18.	4 x 50m dowolny	Wszystkie	Serie na czas	12 - 13	0:15	6 Serie	36
12:55	Koniec sesji			Całkowity czas		3:25		