



OTWARTE LETNIE MISTRZOSTWA WARSZAWY

Warszawa, 6. - 7.6.2025

Harmonogram sesji nr 1 - I Blok

06.06.2025 - 9:00

Rozgrzewka: 8:00 do 8:45

9:00	1.	50m dowolny	Dziewcząt	Serie na czas	- 16	0:32	26 Serie	259
9:32	2.	50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	- 16	0:35	29 Serie	290
10:07	3.	50m klasyczny	Dziewcząt	Serie na czas	- 16	0:26	18 Serie	178
10:33	4.	50m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	- 16	0:28	18 Serie	177
11:01	5.	200m grzbietowy	Dziewcząt	Serie na czas	10 - 16	0:24	6 Serie	58
11:25	6.	200m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	10 - 16	0:20	5 Serie	46
11:45	7.	100m motylkowy	Dziewcząt	Serie na czas	10 - 16	0:09	4 Serie	40
11:54	8.	100m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	10 - 16	0:16	7 Serie	61
12:10	9.	200m zmienny	Dziewcząt	Serie na czas	10 - 16	0:27	7 Serie	62
12:37	10.	200m zmienny	Chłopców	Serie na czas	10 - 16	0:28	7 Serie	63
13:05	Koniec sesji			Całkowity czas	4:05			

Harmonogram sesji nr 2 - II Blok

06.06.2025 - 16:00

Rozgrzewka: 15:00 do 15:45

16:00	11.	100m dowolny	Dziewcząt	Serie na czas	- 16	0:34	16 Serie	159
16:34	12.	100m dowolny	Chłopców	Serie na czas	- 16	0:37	19 Serie	187
17:11	13.	100m klasyczny	Dziewcząt	Serie na czas	10 - 16	0:18	8 Serie	77
17:29	14.	100m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	10 - 16	0:25	10 Serie	94
17:54	15.	200m motylkowy	Dziewcząt	Serie na czas	10 - 16	0:08	2 Serie	20
18:02	16.	200m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	10 - 16	0:11	3 Serie	24
18:13	17.	100m grzbietowy	Dziewcząt	Serie na czas	- 16	0:25	10 Serie	91
18:38	18.	100m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	- 16	0:25	10 Serie	96
19:03	19.	400m dowolny	Dziewcząt	Serie na czas	10 - 16	0:32	5 Serie	44
19:35	20.	400m dowolny	Chłopców	Serie na czas	10 - 16	0:27	4 Serie	39
20:02	Koniec sesji			Całkowity czas	4:02			

Harmonogram sesji nr 3 - III Blok

07.06.2025 - 9:00

Rozgrzewka: 8:00 do 8:45

9:00	21.	4 x 50m dowolny	Mieszane	Serie na czas	- 16	0:05	2 Serie	14
9:05	22.	50m motylkowy	Dziewcząt	Serie na czas	- 16	0:19	14 Serie	131
9:24	23.	50m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	- 16	0:18	14 Serie	134
9:42	24.	50m grzbietowy	Dziewcząt	Serie na czas	- 16	0:19	13 Serie	126
10:01	25.	50m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	- 16	0:19	13 Serie	128
10:20	26.	200m klasyczny	Dziewcząt	Serie na czas	10 - 16	0:20	5 Serie	47
10:40	27.	200m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	10 - 16	0:22	5 Serie	42
11:02	28.	200m dowolny	Dziewcząt	Serie na czas	10 - 16	0:31	8 Serie	72
11:33	29.	200m dowolny	Chłopców	Serie na czas	10 - 16	0:35	10 Serie	92
12:08	30.	400m zmienny	Dziewcząt	Serie na czas	11 - 16	0:21	3 Serie	21
12:29	31.	400m zmienny	Chłopców	Serie na czas	11 - 16	0:21	3 Serie	21
12:50	Koniec sesji			Całkowity czas	3:50			