

Harmonogram sesji nr 1 - I Blok — 7.11.2026 - 9:00

Rozgrzewka: 8:00 do 8:50

9:00	1.	50m dowolny	Kobiet	Eliminacje	Open	0:42	35 Serie	207
9:42	2.	50m dowolny	Mężczyzn	Eliminacje	Open	0:38	34 Serie	203
10:20	3.	200m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:19	5 Serie	27
10:39	4.	200m grzbietowy	Mężczyzn	Serie na czas	Open	0:16	4 Serie	20
10:55	5.	50m klasyczny	Kobiet	Eliminacje	Open	0:39	27 Serie	162
11:34	6.	50m klasyczny	Mężczyzn	Eliminacje	Open	0:31	22 Serie	130
12:05	7.	50m grzbietowy	Kobiet	Eliminacje	Open	0:40	28 Serie	168
12:45	8.	50m grzbietowy	Mężczyzn	Eliminacje	Open	0:34	24 Serie	140
13:19	9.	200m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:30	8 Serie	45
13:49	10.	200m dowolny	Mężczyzn	Serie na czas	Open	0:29	8 Serie	45
14:18	11.	50m motylkowy	Kobiet	Eliminacje	Open	0:30	22 Serie	130
14:48	12.	50m motylkowy	Mężczyzn	Eliminacje	Open	0:23	19 Serie	114
15:11	13.	4 x 50m dowolny	Wszystkie	Serie na czas	Open	0:22	9 Serie	49
15:33	Koniec sesji				Całkowity czas	6:33		

Harmonogram sesji nr 3 - III Blok — 8.11.2026 - 9:00

Rozgrzewka: 8:00 do 8:50

9:00	14.	25m dowolny	Dziewcząt	Serie na czas	- 9	0:11	11 Serie	61
9:11	15.	25m dowolny	Chłopców	Serie na czas	- 9	0:10	10 Serie	55
9:21	16.	25m klasyczny	Dziewcząt	Serie na czas	- 9	0:07	6 Serie	32
9:28	17.	25m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	- 9	0:06	5 Serie	29
9:34	18.	25m grzbietowy	Dziewcząt	Serie na czas	- 9	0:13	11 Serie	61
9:47	19.	25m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	- 9	0:10	9 Serie	51
9:57	20.	4 x 25m dowolny	Mieszane	Serie na czas	Open	0:02	1 Seria	3
9:59	21.	400m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:19	3 Serie	16
10:18	22.	400m dowolny	Mężczyzn	Serie na czas	Open	0:20	3 Serie	13
10:38	23.	100m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	10 +	0:32	13 Serie	77
11:10	24.	100m klasyczny	Mężczyzn	Serie na czas	10 +	0:21	9 Serie	49
11:31	25.	100m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	10 +	0:31	13 Serie	74
12:02	26.	100m grzbietowy	Mężczyzn	Serie na czas	10 +	0:19	8 Serie	46
12:21	27.	100m zmienny	Kobiet	Serie na czas	10 +	0:29	13 Serie	75
12:50	28.	100m zmienny	Mężczyzn	Serie na czas	10 +	0:21	10 Serie	58
13:11	29.	100m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	11 +	0:06	3 Serie	18
13:17	30.	100m motylkowy	Mężczyzn	Serie na czas	11 +	0:07	3 Serie	18
13:24	31.	100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	10 +	0:40	19 Serie	111
14:04	32.	100m dowolny	Mężczyzn	Serie na czas	10 +	0:34	17 Serie	97
14:38	33.	4 x 50m zmienny	Wszystkie	Serie na czas	Open	0:13	5 Serie	27
14:51	Koniec sesji				Całkowity czas	5:51		