



ZIMOWE MISTRZOSTWA OKRĘGU ŚWIĘTOKRZYSKIEGO  
W PŁYWANIU  
Ostrowiec Św. 22-23.11.2025 r.



Harmonogram sesji nr 1 - I BLOK - Sobota 22.11.2025r.

22.11.2025 - 10:00

Rozgrzewka: 9:00 do 9:55

|       |              |                  |          |                    |      |      |         |    |
|-------|--------------|------------------|----------|--------------------|------|------|---------|----|
| 10:00 | 41.          | 1500m dowolny    | Kobiet   | Serie na czas      | 14 + | 0:25 | 1 Serie | 2  |
| 10:25 | 1.           | 1500m dowolny    | Mężczyzn | Serie na czas      | 14 + | 0:15 | 1 Serie | 2  |
| 10:40 | 2.           | 50m dowolny      | Kobiet   | Serie na czas      | Open | 0:05 | 5 Serie | 37 |
| 10:45 | 3.           | 50m dowolny      | Mężczyzn | Serie na czas      | Open |      | 6 Serie | 44 |
| 10:45 | 41.          | 1500m dowolny    | Kobiet   | Ceremonia medalowa |      | 0:10 |         |    |
| 10:55 | 1.           | 1500m dowolny    | Mężczyzn | Ceremonia medalowa |      | 0:05 |         |    |
| 11:00 | 4.           | 400m zmienny     | Kobiet   | Serie na czas      | Open | 0:05 | 1 Serie | 8  |
| 11:05 | 5.           | 400m zmienny     | Mężczyzn | Serie na czas      | Open | 0:10 | 1 Serie | 6  |
| 11:15 | 2.           | 50m dowolny      | Kobiet   | Ceremonia medalowa |      | 0:05 |         |    |
| 11:20 | 3.           | 50m dowolny      | Mężczyzn | Ceremonia medalowa |      | 0:05 |         |    |
| 11:25 | 6.           | 50m klasyczny    | Kobiet   | Serie na czas      | Open |      | 3 Serie | 17 |
| 11:25 | 7.           | 50m klasyczny    | Mężczyzn | Serie na czas      | Open | 0:05 | 2 Serie | 15 |
| 11:30 | 4.           | 400m zmienny     | Kobiet   | Ceremonia medalowa |      | 0:05 |         |    |
| 11:35 | 5.           | 400m zmienny     | Mężczyzn | Ceremonia medalowa |      | 0:05 |         |    |
| 11:40 | 8.           | 100m motylkowy   | Kobiet   | Serie na czas      | Open | 0:05 | 2 Serie | 14 |
| 11:45 | 9.           | 100m motylkowy   | Mężczyzn | Serie na czas      | Open |      | 2 Serie | 14 |
| 11:45 | 6.           | 50m klasyczny    | Kobiet   | Ceremonia medalowa |      | 0:05 |         |    |
| 11:50 | 7.           | 50m klasyczny    | Mężczyzn | Ceremonia medalowa |      | 0:05 |         |    |
| 11:55 | 10.          | 200m dowolny     | Kobiet   | Serie na czas      | Open | 0:05 | 3 Serie | 18 |
| 12:00 | 11.          | 200m dowolny     | Mężczyzn | Serie na czas      | Open | 0:10 | 4 Serie | 30 |
| 12:10 | 8.           | 100m motylkowy   | Kobiet   | Ceremonia medalowa |      | 0:05 |         |    |
| 12:15 | 9.           | 100m motylkowy   | Mężczyzn | Ceremonia medalowa |      | 0:05 |         |    |
| 12:20 | 12.          | 200m grzbietowy  | Kobiet   | Serie na czas      | Open | 0:05 | 3 Serie | 24 |
| 12:25 | 13.          | 200m grzbietowy  | Mężczyzn | Serie na czas      | Open | 0:05 | 2 Serie | 15 |
| 12:30 | 10.          | 200m dowolny     | Kobiet   | Ceremonia medalowa |      | 0:05 |         |    |
| 12:35 | 11.          | 200m dowolny     | Mężczyzn | Ceremonia medalowa |      | 0:05 |         |    |
| 12:40 | 14.          | 4 x 100m dowolny | Kobiet   | Serie na czas      | Open | 0:05 | 2 Serie | 12 |
| 12:45 | 15.          | 4 x 100m dowolny | Mężczyzn | Serie na czas      | Open | 0:05 | 2 Serie | 12 |
| 12:50 | 12.          | 200m grzbietowy  | Kobiet   | Ceremonia medalowa |      | 0:05 |         |    |
| 12:55 | 13.          | 200m grzbietowy  | Mężczyzn | Ceremonia medalowa |      | 0:10 |         |    |
| 13:05 | Koniec sesji |                  |          | Całkowity czas     |      | 3:05 |         |    |

Harmonogram sesji nr 2 - II BLOK - Sobota 22.11.2025r.

22.11.2025 - 16:30

Rozgrzewka: 15:30 do 16:25

|       |     |                  |          |                    |      |      |         |    |
|-------|-----|------------------|----------|--------------------|------|------|---------|----|
| 16:30 | 14. | 4 x 100m dowolny | Kobiet   | Ceremonia medalowa |      | 0:05 |         |    |
| 16:35 | 15. | 4 x 100m dowolny | Mężczyzn | Ceremonia medalowa |      | 0:05 |         |    |
| 16:40 | 16. | 50m motylkowy    | Kobiet   | Serie na czas      | Open | 0:05 | 4 Serie | 29 |
| 16:45 | 17. | 50m motylkowy    | Mężczyzn | Serie na czas      | Open |      | 4 Serie | 31 |
| 16:45 | 18. | 400m dowolny     | Kobiet   | Serie na czas      | Open | 0:10 | 3 Serie | 24 |
| 16:55 | 19. | 400m dowolny     | Mężczyzn | Serie na czas      | Open | 0:05 | 3 Serie | 23 |
| 17:00 | 16. | 50m motylkowy    | Kobiet   | Ceremonia medalowa |      | 0:10 |         |    |
| 17:10 | 17. | 50m motylkowy    | Mężczyzn | Ceremonia medalowa |      | 0:05 |         |    |
| 17:15 | 20. | 100m klasyczny   | Kobiet   | Serie na czas      | Open |      | 3 Serie | 18 |
| 17:15 | 21. | 100m klasyczny   | Mężczyzn | Serie na czas      | Open | 0:05 | 2 Serie | 16 |
| 17:20 | 18. | 400m dowolny     | Kobiet   | Ceremonia medalowa |      | 0:05 |         |    |
| 17:25 | 19. | 400m dowolny     | Mężczyzn | Ceremonia medalowa |      | 0:05 |         |    |
| 17:30 | 22. | 100m grzbietowy  | Kobiet   | Serie na czas      | Open | 0:05 | 4 Serie | 31 |
| 17:35 | 23. | 100m grzbietowy  | Mężczyzn | Serie na czas      | Open | 0:05 | 4 Serie | 29 |
| 17:40 | 20. | 100m klasyczny   | Kobiet   | Ceremonia medalowa |      | 0:05 |         |    |
| 17:45 | 21. | 100m klasyczny   | Mężczyzn | Ceremonia medalowa |      | 0:05 |         |    |
| 17:50 | 24. | 200m zmienny     | Kobiet   | Serie na czas      | Open | 0:05 | 2 Serie | 14 |
| 17:55 | 25. | 200m zmienny     | Mężczyzn | Serie na czas      | Open | 0:05 | 3 Serie | 20 |
| 18:00 | 22. | 100m grzbietowy  | Kobiet   | Ceremonia medalowa |      | 0:05 |         |    |
| 18:05 | 23. | 100m grzbietowy  | Mężczyzn | Ceremonia medalowa |      | 0:10 |         |    |
| 18:15 | 24. | 200m zmienny     | Kobiet   | Ceremonia medalowa |      | 0:05 |         |    |
| 18:20 | 25. | 200m zmienny     | Mężczyzn | Ceremonia medalowa |      | 0:05 |         |    |
| 18:25 | 26. | 4 x 100m zmienny | Mieszane | Serie na czas      | Open | 0:10 | 3 Serie | 20 |



ZIMOWE MISTRZOSTWA OKRĘGU ŚWIĘTOKRZYSKIEGO  
W PŁYWANIU  
Ostrowiec Św. 22-23.11.2025 r.



18:35 Koniec sesji

Całkowity czas

2:05

**Harmonogram sesji nr 3 - II BLOK - Niedziela 23.11.2025r.**

**23.11.2025 - 10:00**

Rozgrzewka: 9:00 do 9:55

|       |     |                  |          |                    |      |         |    |
|-------|-----|------------------|----------|--------------------|------|---------|----|
| 10:00 | 26. | 4 x 100m zmienny | Mieszane | Ceremonia medalowa | 0:05 |         |    |
| 10:05 | 27. | 100m dowolny     | Kobiet   | Serie na czas Open | 0:05 | 4 Serie | 30 |
| 10:10 | 28. | 100m dowolny     | Mężczyzn | Serie na czas Open | 0:05 | 6 Serie | 43 |
| 10:15 | 29. | 200m motylkowy   | Kobiet   | Serie na czas Open | 0:05 | 2 Serie | 9  |
| 10:20 | 30. | 200m motylkowy   | Mężczyzn | Serie na czas Open | 0:05 | 1 Seria | 8  |
| 10:25 | 27. | 100m dowolny     | Kobiet   | Ceremonia medalowa | 0:05 |         |    |
| 10:30 | 28. | 100m dowolny     | Mężczyzn | Ceremonia medalowa | 0:05 |         |    |
| 10:35 | 31. | 50m grzbietowy   | Kobiet   | Serie na czas Open | 0:05 | 4 Serie | 30 |
| 10:40 | 32. | 50m grzbietowy   | Mężczyzn | Serie na czas Open |      | 3 Serie | 21 |
| 10:40 | 29. | 200m motylkowy   | Kobiet   | Ceremonia medalowa | 0:05 |         |    |
| 10:45 | 30. | 200m motylkowy   | Mężczyzn | Ceremonia medalowa | 0:05 |         |    |
| 10:50 | 33. | 200m klasyczny   | Kobiet   | Serie na czas Open | 0:05 | 2 Serie | 11 |
| 10:55 | 34. | 200m klasyczny   | Mężczyzn | Serie na czas Open | 0:05 | 2 Serie | 11 |
| 11:00 | 31. | 50m grzbietowy   | Kobiet   | Ceremonia medalowa | 0:05 |         |    |
| 11:05 | 32. | 50m grzbietowy   | Mężczyzn | Ceremonia medalowa | 0:10 |         |    |
| 11:15 | 35. | 100m zmienny     | Kobiet   | Serie na czas Open | 0:05 | 4 Serie | 27 |
| 11:20 | 36. | 100m zmienny     | Mężczyzn | Serie na czas Open |      | 4 Serie | 28 |
| 11:20 | 33. | 200m klasyczny   | Kobiet   | Ceremonia medalowa | 0:05 |         |    |
| 11:25 | 34. | 200m klasyczny   | Mężczyzn | Ceremonia medalowa | 0:05 |         |    |
| 11:30 | 37. | 800m dowolny     | Kobiet   | Serie na czas 12 + | 0:15 | 2 Serie | 13 |
| 11:45 | 38. | 800m dowolny     | Mężczyzn | Serie na czas 12 + | 0:15 | 2 Serie | 14 |
| 12:00 | 35. | 100m zmienny     | Kobiet   | Ceremonia medalowa | 0:05 |         |    |
| 12:05 | 36. | 100m zmienny     | Mężczyzn | Ceremonia medalowa | 0:05 |         |    |
| 12:10 | 39. | 4 x 100m zmienny | Kobiet   | Serie na czas Open | 0:05 | 2 Serie | 12 |
| 12:15 | 40. | 4 x 100m zmienny | Mężczyzn | Serie na czas Open | 0:05 | 2 Serie | 11 |
| 12:20 | 37. | 800m dowolny     | Kobiet   | Ceremonia medalowa | 0:05 |         |    |
| 12:25 | 38. | 800m dowolny     | Mężczyzn | Ceremonia medalowa | 0:10 |         |    |
| 12:35 | 39. | 4 x 100m zmienny | Kobiet   | Ceremonia medalowa | 0:05 |         |    |
| 12:40 | 40. | 4 x 100m zmienny | Mężczyzn | Ceremonia medalowa | 0:05 |         |    |
| 12:45 |     | Koniec sesji     |          | Całkowity czas     | 2:45 |         |    |