

Ogólnopolskie Drużynowe zawody dzieci 10-11 lat
 Łódź, 6-6-2018

Harmonogram sesji nr 1 - Blok I

2018-06-06 - 8:40

Rozgrzewka: 8:00 do 8:35

8:40	1.	100m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	12	0:08	3 Serie
8:48	2.	100m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	12	0:05	2 Serie
8:53	3.	50m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:11	6 Serie
9:04	4.	50m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	11	0:11	5 Serie
9:15	5.	50m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	10	0:16	9 Serie
9:31	6.	50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	10	0:22	11 Serie
9:53	7.	100m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	12	0:08	3 Serie
10:01	8.	100m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	12	0:12	4 Serie
10:13	9.	100m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:16	6 Serie
10:29	10.	100m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	11	0:17	6 Serie
10:46	11.	50m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	10	0:20	9 Serie
11:06	12.	50m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	10	0:25	11 Serie
11:31	13.	200m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	12	0:13	3 Serie
11:44	14.	200m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	12	0:13	3 Serie
11:57	15.	200m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:18	4 Serie
12:15	16.	200m dowolny	Chłopców	Serie na czas	11	0:32	7 Serie
12:47	17.	400m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	12	0:20	3 Serie
13:07	18.	400m dowolny	Chłopców	Serie na czas	12	0:29	4 Serie
13:36	19.	4 x 50m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:08	2 Serie
13:44	20.	4 x 50m zmienny	Chłopców	Serie na czas	11	0:09	2 Serie
13:53	21.	4 x 50m dowolny	Wszystkie	Serie na czas	12	0:10	3 Serie
14:03	Koniec sesji				Całkowity czas	5:23	

Harmonogram sesji nr 2 - Blok II

2018-06-06 - 15:30

Rozgrzewka: od 15:00

15:30	22.	100m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	12	0:09	4 Serie
15:39	23.	100m dowolny	Chłopców	Serie na czas	12	0:12	5 Serie
15:51	24.	100m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:22	7 Serie
16:13	25.	100m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	11	0:18	6 Serie
16:31	26.	50m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	10	0:18	9 Serie
16:49	27.	50m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	10	0:22	11 Serie
17:11	28.	200m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	12	0:14	3 Serie
17:25	29.	200m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	12	0:18	4 Serie
17:43	30.	100m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:20	7 Serie
18:03	31.	100m dowolny	Chłopców	Serie na czas	11	0:18	7 Serie
18:21	32.	100m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	10	0:27	9 Serie
18:48	33.	100m zmienny	Chłopców	Serie na czas	10	0:35	11 Serie
19:23	34.	100m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	12	0:08	3 Serie
19:31	35.	100m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	12	0:08	3 Serie
19:39	36.	200m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:13	3 Serie
19:52	37.	200m zmienny	Chłopców	Serie na czas	11	0:18	4 Serie
20:10	38.	200m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	12	0:12	3 Serie
20:22	39.	200m zmienny	Chłopców	Serie na czas	12	0:13	3 Serie
20:35	40.	4 x 50m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:07	2 Serie
20:42	41.	4 x 50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	11	0:08	2 Serie
20:50	42.	4 x 50m zmienny	Wszystkie	Serie na czas	12	0:11	3 Serie
21:01	Koniec sesji				Całkowity czas	5:31	