

Harmonogram sesji nr 1 - Wtorek, 29 Listopad 2016

29.11.2016 - 9:00

Rozgrzewka: 8:00 do 8:45

Odprawa kierowników ekip (drużyn): 8:00

9:00	1.	200m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 12	1:38	24 Serie
10:38	2.	200m zmienny	Chłopców	Serie na czas	11 - 12	1:38	24 Serie
12:16	Koniec sesji				Całkowity czas	3:16	

Harmonogram sesji nr 2 -roda, 30 Listopad 2016

30.11.2016 - 9:00

Rozgrzewka: 8:00 do 8:55

Odprawa kierowników ekip (drużyn): 8:00

9:00	3.	400m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	11	1:08	9 Serie
10:08	4.	400m dowolny	Chłopców	Serie na czas	11	1:00	8 Serie
11:08	5.	800m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	12	1:22	6 Serie
12:30	6.	800m dowolny	Chłopców	Serie na czas	12	1:34	7 Serie
14:04	Koniec sesji				Całkowity czas	5:04	