



Zimowe Mistrzostwa DOZP w kategorii 14 lat i starsi w pływaniu
Wrocław, 15. - 16.11.2025

Harmonogram sesji nr 1 - Sobota, 15 Listopad 2025

15.11.2025 - 8:00

Rozgrzewka: 7:15 do 8:00

8:00	1.	800m dowolny	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:26	2 Serie	12
8:26	2.	800m dowolny	Mężczyzn	Serie na czas	14 +	0:14	1 Seria	10
8:40	3.	1500m dowolny	Mężczyzn	Serie na czas	14 +	0:18	1 Seria	3
8:58	4.	400m zmienny	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:08	1 Seria	10
9:06	5.	400m zmienny	Mężczyzn	Serie na czas	14 +	0:06	1 Seria	6
9:12	Koniec sesji				Całkowity czas	1:12		

Harmonogram sesji nr 2 - Niedziela, 16 Listopad 2025

16.11.2025 - 9:00

Rozgrzewka: 8:00 do 8:55

9:00	6.	4 x 50m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:04	1 Seria	7
9:04	7.	4 x 50m dowolny	Mężczyzn	Serie na czas	Open	0:04	2 Serie	11
9:08	8.	200m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:10	2 Serie	11
9:18	9.	200m motylkowy	Mężczyzn	Serie na czas	14 +	0:04	1 Seria	8
9:22	10.	50m dowolny	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:08	7 Serie	70
9:30	11.	50m dowolny	Mężczyzn	Serie na czas	14 +	0:12	9 Serie	90
9:42	12.	100m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:08	3 Serie	29
9:50	13.	100m grzbietowy	Mężczyzn	Serie na czas	14 +	0:06	3 Serie	22
9:56	14.	50m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:06	3 Serie	25
10:02	15.	50m klasyczny	Mężczyzn	Serie na czas	14 +	0:06	4 Serie	39
10:08	16.	100m zmienny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:10	5 Serie	45
10:18	17.	100m zmienny	Mężczyzn	Serie na czas	Open	0:10	4 Serie	35
10:28	18.	50m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:06	4 Serie	40
10:34	19.	50m motylkowy	Mężczyzn	Serie na czas	14 +	0:06	5 Serie	49
10:40	20.	200m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:08	2 Serie	12
10:48	21.	200m klasyczny	Mężczyzn	Serie na czas	14 +	0:10	2 Serie	16
10:58	22.	200m dowolny	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:14	4 Serie	36
11:12	23.	200m dowolny	Mężczyzn	Serie na czas	14 +	0:16	5 Serie	47
11:28	24.	4 x 25m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:0	nierozstawione	-
11:30	25.	4 x 25m dowolny	Mężczyzn	Serie na czas	Open	0:0	nierozstawione	-
11:32	Koniec sesji				Całkowity czas	2:32		

Harmonogram sesji nr 3 - Niedziela, 16 Listopad 2025

16.11.2025 - 13:00

Rozgrzewka: 12:00 do 12:30

13:00	26.	4 x 50m zmienny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:04	1 Seria	4
13:04	27.	4 x 50m zmienny	Mężczyzn	Serie na czas	Open	0:02	1 Seria	7
13:06	28.	100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:14	7 Serie	65
13:20	29.	100m dowolny	Mężczyzn	Serie na czas	14 +	0:16	8 Serie	78
13:36	30.	200m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:08	2 Serie	14
13:44	31.	200m grzbietowy	Mężczyzn	Serie na czas	14 +	0:10	2 Serie	15
13:54	32.	100m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:06	3 Serie	25
14:00	33.	100m klasyczny	Mężczyzn	Serie na czas	14 +	0:10	4 Serie	33
14:10	34.	100m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:06	2 Serie	16
14:16	35.	100m motylkowy	Mężczyzn	Serie na czas	14 +	0:04	2 Serie	20
14:20	36.	200m zmienny	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:08	2 Serie	12
14:28	37.	200m zmienny	Mężczyzn	Serie na czas	14 +	0:08	2 Serie	15
14:36	38.	50m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:06	4 Serie	32
14:42	39.	50m grzbietowy	Mężczyzn	Serie na czas	14 +	0:06	3 Serie	29
14:48	40.	400m dowolny	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:14	2 Serie	19
15:02	41.	400m dowolny	Mężczyzn	Serie na czas	14 +	0:22	4 Serie	35
15:24	42.	4 x 25m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:0	nierozstawione	-
15:26	43.	4 x 25m dowolny	Mężczyzn	Serie na czas	Open	0:0	nierozstawione	-
15:30	Koniec sesji				Całkowity czas	2:30		