

Harmonogram sesji nr 1 - BLOK 1

07.12.2025 - 9:00

Rozgrzewka: 8:25 do 8:55

9:00	1.	25m dowolny	Dziewcząt	Serie na czas	- 10	0:10	8 Serie	47
9:10	2.	25m dowolny	Chłopców	Serie na czas	- 10	0:10	7 Serie	42
9:20	3.	25m grzbietowy	Dziewcząt	Serie na czas	- 10	0:15	7 Serie	38
9:35	4.	25m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	- 10	0:10	6 Serie	33
9:45	5.	25m klasyczny	Dziewcząt	Serie na czas	- 10	0:10	6 Serie	36
9:55	6.	25m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	- 10	0:10	5 Serie	28
10:05	7.	25m motylkowy	Dziewcząt	Serie na czas	2015		1 Seria	4
10:05	8.	25m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	2015	0:05	1 Seria	2
10:10	9.	6 x 25m dowolny	Mieszane	Serie na czas	- 10	0:05	2 Serie	10
10:15	Koniec sesji				Całkowity czas	1:15		

Harmonogram sesji nr 2 - BLOK 2

07.12.2025 - 11:35

Rozgrzewka: 11:00 do 11:30

11:35	10.	50m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	11 +	0:10	6 Serie	34
11:45	11.	50m grzbietowy	Mężczyzn	Serie na czas	11 +	0:10	5 Serie	30
11:55	12.	50m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	11 +	0:15	6 Serie	35
12:10	13.	50m klasyczny	Mężczyzn	Serie na czas	11 +	0:15	8 Serie	43
12:25	14.	50m dowolny	Kobiet	Serie na czas	11 +	0:15	10 Serie	58
12:40	15.	50m dowolny	Mężczyzn	Serie na czas	11 +	0:20	10 Serie	57
13:00	16.	100m zmienny	Kobiet	Serie na czas	11 +	0:10	4 Serie	20
13:10	17.	100m zmienny	Mężczyzn	Serie na czas	11 +	0:10	3 Serie	17
13:20	18.	6 x 50m dowolny	Mieszane	Serie na czas	11 +	0:15	3 Serie	15
13:35	Koniec sesji				Całkowity czas	2:00		