



Puchar Polski Masters w Pływaniu - Katowice 2026  
Katowice, 25. - 26.4.2026



Basen  
Brynów

**Harmonogram sesji nr 1 - BLOK I**

**25.04.2026 - 16:00**

Rozgrzewka: 15:00 do 15:50

16:00	1.	50m dowolny	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:15	7 Serie	39
16:15	2.	50m dowolny	M czyzn	Serie na czas	20 +	0:20	14 Serie	84
16:35	3.	100m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:20	5 Serie	28
16:55	4.	100m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	20 +	0:20	7 Serie	39
17:15	5.	50m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:10	5 Serie	29
17:25	6.	50m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	20 +	0:20	11 Serie	66
17:45	7.	200m dowolny	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:20	4 Serie	24
18:05	8.	200m dowolny	M czyzn	Serie na czas	20 +	0:35	8 Serie	47
18:40	9.	200m zmienny	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:15	3 Serie	13
18:55	10.	200m zmienny	M czyzn	Serie na czas	20 +	0:15	4 Serie	22
19:10	11.	100m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:10	2 Serie	12
19:20	12.	100m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	20 +	0:10	5 Serie	30
19:30	13.	200m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:20	3 Serie	17
19:50	14.	200m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	20 +	0:25	6 Serie	32
20:15	15.	4 x 50m dowolny	Mieszane	Serie na czas	80 +	0:15	4 Serie	21
20:30	Koniec sesji			Całkowity czas		4:30		

**Harmonogram sesji nr 2 - BLOK II**

**26.04.2026 - 9:00**

Rozgrzewka: 8:00 do 8:50

9:00	16.	4 x 50m zmienny	Mieszane	Serie na czas	80 +	0:15	4 Serie	21
9:15	17.	50m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:10	4 Serie	19
9:25	18.	50m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	20 +	0:10	8 Serie	47
9:35	19.	100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:15	5 Serie	28
9:50	20.	100m dowolny	M czyzn	Serie na czas	20 +	0:25	10 Serie	55
10:15	21.	100m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:15	4 Serie	21
10:30	22.	100m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	20 +	0:15	7 Serie	41
10:45	23.	200m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:20	3 Serie	17
11:05	24.	200m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	20 +	0:20	3 Serie	18
11:25	25.	200m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:05	1 Seria	6
11:30	26.	200m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	20 +	0:15	3 Serie	17
11:45	27.	100m zmienny	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:15	5 Serie	30
12:00	28.	100m zmienny	M czyzn	Serie na czas	20 +	0:25	9 Serie	52
12:25	29.	50m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:05	3 Serie	18
12:30	30.	50m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	20 +	0:20	8 Serie	43
12:50	31.	400m dowolny	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:30	3 Serie	16
13:20	32.	400m dowolny	M czyzn	Serie na czas	20 +	1:00	7 Serie	37
14:20	Koniec sesji			Całkowity czas		5:20		