

Mistrzostwa Polski Masters 2025
Gliwice, 14. - 16.11.2025

Harmonogram sesji nr 1 - Piątek, 14 Listopad 2025

14.11.2025 - 15:00

Rozgrzewka: 14:00 do 14:55

15:00	1.	50m dowolny	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:15	10 Serie	96
15:15	2.	50m dowolny	Mężczyzn	Serie na czas	20 +	0:25	19 Serie	184
15:40	3.	200m zmienny	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:25	5 Serie	44
16:05	4.	200m zmienny	Mężczyzn	Serie na czas	20 +	0:35	8 Serie	78
16:40	5.	4 x 50m dowolny	Mieszane	Serie na czas	80 +	0:10	3 Serie	26
16:50	6.	800m dowolny	Kobiet	Serie na czas	20 +	1:05	4 Serie	35
17:55	7.	1500m dowolny	Mężczyzn	Serie na czas	20 +	3:10	6 Serie	53
21:05	Koniec sesji				Całkowity czas	6:05		

Harmonogram sesji nr 2 - Sobota, 15 Listopad 2025

15.11.2025 - 9:00

Rozgrzewka: 8:00 do 8:45

9:00	8.	50m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:15	8 Serie	71
9:15	9.	50m grzbietowy	Mężczyzn	Serie na czas	20 +	0:15	11 Serie	101
9:30	10.	200m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:25	5 Serie	42
9:55	11.	200m klasyczny	Mężczyzn	Serie na czas	20 +	0:40	8 Serie	75
10:35	12.	100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:25	9 Serie	82
11:00	13.	100m dowolny	Mężczyzn	Serie na czas	20 +	0:30	16 Serie	155
11:30	14.	200m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:10	2 Serie	15
11:40	15.	200m motylkowy	Mężczyzn	Serie na czas	20 +	0:30	5 Serie	46
12:10	16.	4 x 50m zmienny	Kobiet	Serie na czas	80 +	0:05	2 Serie	14
12:15	17.	4 x 50m zmienny	Mężczyzn	Serie na czas	80 +	0:15	4 Serie	33
12:30	Koniec sesji				Całkowity czas	3:30		

Harmonogram sesji nr 3 - Sobota, 15 Listopad 2025

15.11.2025 - 15:00

Rozgrzewka: od 14:30

15:00	18.	100m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:15	6 Serie	52
15:15	19.	100m klasyczny	Mężczyzn	Serie na czas	20 +	0:25	10 Serie	99
15:40	20.	50m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:10	7 Serie	69
15:50	21.	50m motylkowy	Mężczyzn	Serie na czas	20 +	0:15	13 Serie	129
16:05	22.	100m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:15	5 Serie	49
16:20	23.	100m grzbietowy	Mężczyzn	Serie na czas	20 +	0:25	8 Serie	75
16:45	24.	200m dowolny	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:30	6 Serie	52
17:15	25.	200m dowolny	Mężczyzn	Serie na czas	20 +	0:40	11 Serie	101
17:55	26.	4 x 50m dowolny	Kobiet	Serie na czas	80 +	0:10	2 Serie	14
18:05	27.	4 x 50m dowolny	Mężczyzn	Serie na czas	80 +	0:15	4 Serie	34
18:20	28.	400m zmienny	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:20	3 Serie	22
18:40	29.	400m zmienny	Mężczyzn	Serie na czas	20 +	0:40	4 Serie	40
19:20	Koniec sesji				Całkowity czas	4:20		



Mistrzostwa Polski Masters 2025
Gliwice, 14. - 16.11.2025

Harmonogram sesji nr 4 - Niedziela, 16 Listopad 2025

16.11.2025 - 10:00

Rozgrzewka: 9:00 do 9:45

10:00	30.	100m zmienny	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:20	7 Serie	61
10:20	31.	100m zmienny	Mężczyzn	Serie na czas	20 +	0:25	11 Serie	101
10:45	32.	100m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:05	3 Serie	29
10:50	33.	100m motylkowy	Mężczyzn	Serie na czas	20 +	0:15	6 Serie	58
11:05	34.	200m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:25	4 Serie	37
11:30	35.	200m grzbietowy	Mężczyzn	Serie na czas	20 +	0:25	6 Serie	52
11:55	36.	50m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:10	5 Serie	49
12:05	37.	50m klasyczny	Mężczyzn	Serie na czas	20 +	0:15	11 Serie	110
12:20	38.	4 x 50m zmienny	Mieszane	Serie na czas	80 +	0:10	3 Serie	27
12:30	39.	400m dowolny	Kobiet	Serie na czas	20 +	0:35	4 Serie	35
13:05	40.	400m dowolny	Mężczyzn	Serie na czas	20 +	1:15	9 Serie	83
14:20	Koniec sesji				Całkowity czas	4:20		

