

Harmonogram sesji nr 1 - Czwartek, 18 Czerwiec 2026

18.06.2026 - 9:00

9:00	1.	4 x 50m zmienny	Mieszane	Serie na czas	14 +	0:10	4 Serie	39
9:10	2.	1500m dowolny	Kobiet	Serie na czas	14 +	1:10	3 Serie	25
10:20	3.	800m dowolny	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:30	3 Serie	27
10:50	4.	50m dowolny	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:15	13 Serie	126
11:05	5.	50m dowolny	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:20	17 Serie	167
11:25	6.	400m zmienny	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:20	3 Serie	21
11:45	7.	400m zmienny	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:15	2 Serie	20
12:00	8.	50m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:10	8 Serie	78
12:10	9.	50m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:10	10 Serie	93
12:20	10.	100m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:10	5 Serie	47
12:30	11.	100m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:10	6 Serie	54
12:40	12.	200m dowolny	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:25	7 Serie	65
13:05	13.	200m dowolny	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:25	8 Serie	73
13:30	14.	200m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:15	4 Serie	37
13:45	15.	200m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:10	4 Serie	34
13:55	16.	4 x 100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:15	2 Serie	20
14:10	17.	4 x 100m dowolny	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:10	2 Serie	20
14:20	Koniec sesji				Całkowity czas	5:20		

Harmonogram sesji nr 2 - Czwartek, 18 Czerwiec 2026

18.06.2026 - 16:00

16:00	18.	4 x 50m dowolny	Mieszane	Serie na czas	14 +	0:10	4 Serie	33
16:10	19.	50m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:10	10 Serie	95
16:20	20.	50m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:15	12 Serie	112
16:35	21.	400m dowolny	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:30	5 Serie	50
17:05	22.	400m dowolny	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:30	5 Serie	42
17:35	23.	100m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:15	7 Serie	68
17:50	24.	100m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:20	9 Serie	82
18:10	25.	100m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:10	6 Serie	58
18:20	26.	100m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:15	6 Serie	54
18:35	27.	200m zmienny	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:20	6 Serie	51
18:55	28.	200m zmienny	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:15	5 Serie	49
19:10	29.	4 x 200m dowolny	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:25	2 Serie	16
19:35	30.	4 x 200m dowolny	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:25	2 Serie	18
20:00	Koniec sesji				Całkowity czas	4:00		

Harmonogram sesji nr 3 - Piątek, 19 Czerwiec 2026

19.06.2026 - 9:00

9:00	31.	100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:20	11 Serie	108
9:20	32.	100m dowolny	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:25	15 Serie	142
9:45	33.	200m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:15	4 Serie	31
10:00	34.	200m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:10	3 Serie	28
10:10	35.	50m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:15	9 Serie	82
10:25	36.	50m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:10	9 Serie	84
10:35	37.	200m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:15	4 Serie	40
10:50	38.	200m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:20	5 Serie	47
11:10	39.	800m dowolny	Kobiet	Serie na czas	14 +	1:00	5 Serie	42
12:10	40.	1500m dowolny	M czyzn	Serie na czas	14 +	1:05	3 Serie	27
13:15	41.	4 x 100m zmienny	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:15	3 Serie	21
13:30	42.	4 x 100m zmienny	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:15	2 Serie	20
13:45	Koniec sesji				Całkowity czas	4:45		