



Harmonogram sesji nr 1 - Otwarte Zawody Pływackie o Puchar Prezesa MOZP

22/12/2012 - 10:05

Rozgrzewka: 9:00 do 10:00

10:05	1.	4 x 50m zmienny	Kobiet	Serie na czas	11 +	0:10	3 Serie	
10:15	2.	4 x 50m zmienny	M czyzn	Serie na czas	11 +	0:10	3 Serie	
10:25	3.	50m dowolny	Kobiet	Serie na czas	11 +	0:14	11 Serie	
10:39	4.	50m dowolny	M czyzn	Serie na czas	11 +	0:21	17 Serie	
11:00	5.	50m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	11 +	0:13	9 Serie	
11:13	6.	50m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	11 +	0:11	8 Serie	
11:24	7.	50m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	11 +	0:11	8 Serie	
11:35	8.	50m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	11 +	0:12	9 Serie	
11:47	9.	50m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	11 +	0:14	10 Serie	
12:01	10.	50m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	11 +	0:11	8 Serie	
12:12	11.	400m dowolny	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:30	5 Serie	
12:42	12.	400m dowolny	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:29	5 Serie	
13:11	13.	100m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	11 +	0:17	7 Serie	
13:28	14.	100m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	11 +	0:15	7 Serie	
13:43	Przerwa techniczna						0:25	
14:08	15.	100m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	11 +	0:15	7 Serie	
14:23	16.	100m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	11 +	0:13	6 Serie	
14:36	17.	100m zmienny	Kobiet	Serie na czas	11 +	0:15	7 Serie	
14:51	18.	100m zmienny	M czyzn	Serie na czas	11 +	0:17	8 Serie	
15:08	19.	100m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:06	3 Serie	
15:14	20.	100m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:09	4 Serie	
15:23	21.	100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	11 +	0:19	10 Serie	
15:42	22.	100m dowolny	M czyzn	Serie na czas	11 +	0:22	11 Serie	
16:04	23.	200m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:12	3 Serie	
16:16	24.	200m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:19	5 Serie	
16:35	25.	200m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:11	3 Serie	
16:46	26.	200m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:07	2 Serie	
16:53	27.	200m zmienny	Kobiet	Serie na czas	11 +	0:19	5 Serie	
17:12	28.	200m zmienny	M czyzn	Serie na czas	11 +	0:14	4 Serie	
17:26	Koniec sesji				Całkowity czas	7:21		