



Harmonogram sesji nr 1 - Andrzejkowe w Kozach BLOK I

1/12/2013 - 9:30

Rozgrzewka: 8:30 do 9:30

Rozgrzewka przed sesj popołudniow rozpocznie si bezpo rednio po zako czeniu I Bloku zawodów

9:30	1.	4 x 50m zmienny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:12	3 Serie
9:42	2.	4 x 50m zmienny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:16	4 Serie
9:58	3.	50m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	- 11	0:14	9 Serie
10:12	4.	50m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	- 11	0:16	10 Serie
10:28	5.	200m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:23	6 Serie
10:51	6.	200m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	Open	0:27	7 Serie
11:18	7.	50m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	- 11	0:29	19 Serie
11:47	8.	50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	- 11	0:24	16 Serie
12:11	9.	100m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	10 +	0:27	11 Serie
12:38	10.	100m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	10 +	0:30	12 Serie
13:08	11.	100m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	10 +	0:24	10 Serie
13:32	12.	100m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	10 +	0:29	13 Serie
14:01	13.	200m zmienny	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:16	4 Serie
14:17	14.	200m zmienny	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:22	6 Serie
14:39	Koniec sesji					Całkowity czas	5:09

Harmonogram sesji nr 2 - Andrzejkowe w Kozach BLOK II

1/12/2013 - 15:30

Rozgrzewka: 14:30 do 15:30

Rozgrzewka przed sesj popołudniow rozpocznie si bezpo rednio po zako czeniu I Bloku zawodów

Rozgrzewka przed sesj popołudniow rozpocznie si bezpo rednio po zako czeniu I Bloku zawodów							
15:30	15.	7 x 50m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:05	1 Seria
15:35	16.	7 x 50m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:05	1 Seria
15:40	17.	200m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:08	2 Serie
15:48	18.	200m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:08	2 Serie
15:56	19.	50m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	- 11	0:28	16 Serie
16:24	20.	50m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	- 11	0:19	11 Serie
16:43	21.	100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	10 +	0:28	13 Serie
17:11	22.	100m dowolny	M czyzn	Serie na czas	10 +	0:36	17 Serie
17:47	23.	100m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	10 +	0:11	5 Serie
17:58	24.	100m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	10 +	0:16	7 Serie
18:14	25.	50m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	- 11	0:28	17 Serie
18:42	26.	50m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	- 11	0:23	14 Serie
19:05	27.	100m zmienny	Kobiet	Serie na czas	10 +	0:27	12 Serie
19:32	28.	100m zmienny	M czyzn	Serie na czas	10 +	0:30	14 Serie
20:02	29.	4 x 50m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:14	4 Serie
20:16	30.	4 x 50m dowolny	M czyzn	Serie na czas	Open	0:14	4 Serie
20:30	Koniec sesji					Całkowity czas	5:00