



**Harmonogram sesji nr 1 - GPM V Puchar Wszechstronno ci Stylowej BLOK I**

**19/10/2013 - 9:30**

Rozgrzewka: 8:30 do 9:25

Odprawa kierowników ekip (dru yn): 9:00

Odprawa działaczy: 9:00

9:30	1.	100m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:24	12 Serie
9:54	2.	100m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:28	15 Serie
10:22	3.	100m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:26	13 Serie
10:48	4.	100m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:29	15 Serie
11:17	5.	100m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:26	12 Serie
11:43	6.	100m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:31	15 Serie
12:14	Koniec sesji				Całkowity czas	2:44	

**Harmonogram sesji nr 2 - GPM V Puchar Wszechstronno ci Stylowej BLOK II**

**19/10/2013 - 15:30**

Rozgrzewka: 14:30 do 15:25

15:30	7.	100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:24	13 Serie
15:54	8.	100m dowolny	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:28	16 Serie
16:22	9.	400m zmienny	Kobiet	Serie na czas	14 +	1:10	11 Serie
17:32	10.	400m zmienny	M czyzn	Serie na czas	14 +	1:24	14 Serie
18:56	Koniec sesji				Całkowity czas	3:26	