



Harmonogram sesji nr 1 - Grand Prix Puchar Polski BLOK I

9/11/2013 - 9:00

Rozgrzewka: od 8:00

9:00	1.	100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:19	11 Serie
9:19	2.	100m dowolny	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:27	16 Serie
9:46	3.	50m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:08	6 Serie
9:54	4.	50m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:13	10 Serie
10:07	5.	200m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:10	3 Serie
10:17	6.	200m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:25	8 Serie
10:42	7.	100m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:09	5 Serie
10:51	8.	100m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:13	7 Serie
11:04	9.	200m zmienny	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:16	5 Serie
11:20	10.	200m zmienny	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:29	9 Serie
11:49	11.	400m dowolny	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:38	7 Serie
12:27	12.	400m dowolny	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:52	10 Serie
13:19	Koniec sesji				Całkowity czas	4:19	

Harmonogram sesji nr 2 - Grand Prix Puchar Polski BLOK II

9/11/2013 - 17:00

Rozgrzewka: 15:45 do 16:45

17:00	13.	200m dowolny	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:30	10 Serie
17:30	14.	200m dowolny	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:44	16 Serie
18:14	15.	100m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:10	5 Serie
18:24	16.	100m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:19	10 Serie
18:43	17.	50m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:09	7 Serie
18:52	18.	50m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:16	14 Serie
19:08	19.	200m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:17	5 Serie
19:25	20.	200m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:19	6 Serie
19:44	21.	100m zmienny	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:15	8 Serie
19:59	22.	100m zmienny	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:25	14 Serie
20:24	23.	800m dowolny	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:53	5 Serie
21:17	Koniec sesji				Całkowity czas	4:17	

Harmonogram sesji nr 3 - Grand Prix Puchar Polsku

10/11/2013 - 9:00

Rozgrzewka: od 8:00

9:00	24.	400m zmienny	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:24	4 Serie
9:24	25.	400m zmienny	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:40	7 Serie
10:04	26.	50m dowolny	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:13	11 Serie
10:17	27.	50m dowolny	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:16	14 Serie
10:33	28.	200m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:14	4 Serie
10:47	29.	200m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:26	8 Serie
11:13	30.	100m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:14	7 Serie
11:27	31.	100m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:24	14 Serie
11:51	32.	50m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	14 +	0:09	7 Serie
12:00	33.	50m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	14 +	0:11	9 Serie
12:11	34.	1500m dowolny	M czyzn	Serie na czas	14 +	1:13	4 Serie
13:24	Koniec sesji				Całkowity czas	4:24	