



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

11/10/2014 - 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	13 +	0:38	18 Serie
10:08	2.	100m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	13 +	0:45	23 Serie
10:53	3.	100m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	13 +	0:37	18 Serie
11:30	4.	100m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	13 +	0:45	23 Serie
12:15	5.	100m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	13 +	0:40	18 Serie
12:55	6.	100m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	13 +	0:49	23 Serie
13:44	Koniec sesji				Całkowity czas	4:14	

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

11/10/2014 - 15:30

Rozgrzewka: 14:30 do 15:25

15:30	7.	100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	13 +	0:33	18 Serie
16:03	8.	100m dowolny	M czyzn	Serie na czas	13 +	0:41	23 Serie
16:44	9.	200m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	13	0:22	6 Serie
17:06	10.	200m zmienny	Chłopców	Serie na czas	13	0:23	6 Serie
17:29	11.	400m zmienny	Kobiet	Serie na czas	14 +	1:13	11 Serie
18:42	12.	400m zmienny	M czyzn	Serie na czas	14 +	1:46	17 Serie
20:28	Koniec sesji				Całkowity czas	4:58	