



### Harmonogram sesji nr 1 - Drużynowy Wielobój Dzieci 10 - 11 lat Blok I

31/5/2015 - 9:05

Rozgrzewka: 8:00 do 9:00

9:05	1.	50m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:12	6 Serie
9:17	2.	50m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	11	0:13	7 Serie
9:30	3.	50m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	10	0:13	7 Serie
9:43	4.	50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	10	0:13	7 Serie
9:56	5.	100m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:17	6 Serie
10:13	6.	100m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	11	0:23	8 Serie
10:36	7.	50m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	10	0:15	7 Serie
10:51	8.	50m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	10	0:12	6 Serie
11:03	9.	200m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:27	6 Serie
11:30	10.	200m dowolny	Chłopców	Serie na czas	11	0:31	7 Serie
12:01	11.	4 x 50m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:09	2 Serie
12:10	12.	4 x 50m zmienny	Chłopców	Serie na czas	11	0:08	2 Serie
12:18	Koniec sesji			Całkowity czas		3:13	

### Harmonogram sesji nr 2 - Drużynowy Wielobój Dzieci 10 - 11 lat Blok II

31/5/2015 - 15:05

Rozgrzewka: 14:00 do 15:00

15:05	13.	100m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:18	6 Serie
15:23	14.	100m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	11	0:18	6 Serie
15:41	15.	50m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	10	0:13	7 Serie
15:54	16.	50m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	10	0:13	6 Serie
16:07	17.	100m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:21	8 Serie
16:28	18.	100m dowolny	Chłopców	Serie na czas	11	0:27	10 Serie
16:55	19.	100m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	10	0:22	7 Serie
17:17	20.	100m zmienny	Chłopców	Serie na czas	10	0:24	7 Serie
17:41	21.	200m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:19	4 Serie
18:00	22.	200m zmienny	Chłopców	Serie na czas	11	0:23	5 Serie
18:23	23.	4 x 50m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:08	2 Serie
18:31	24.	4 x 50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	11	0:08	2 Serie
18:39	Koniec sesji			Całkowity czas		3:34	