

**Harmonogram sesji nr 1 - V Mi dzynarodowe Mistrzostwa Stalowej Woli w Pływaniu I**

**9/4/2016 - 15:00**

Rozgrzewka: 14:00 do 14:45

15:00	1.	50m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	10 - 15	0:22	13 Serie
15:22	2.	50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	10 - 15	0:25	15 Serie
15:47	3.	100m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	10 - 15	0:27	10 Serie
16:14	4.	100m zmienny	Chłopców	Serie na czas	10 - 15	0:23	9 Serie
16:37	5.	100m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	10 - 15	0:14	5 Serie
16:51	6.	100m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	10 - 15	0:10	4 Serie
17:01	7.	200m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	10 - 15	0:26	6 Serie
17:27	8.	200m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	10 - 15	0:27	6 Serie
17:54	9.	100m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	10 - 15	0:28	10 Serie
18:22	10.	100m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	10 - 15	0:27	10 Serie
18:49	11.	200m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	10 - 15	0:33	8 Serie
19:22	12.	200m dowolny	Chłopców	Serie na czas	10 - 15	0:19	5 Serie
19:41	13.	4 x 50m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	10 - 15	0:09	2 Serie
19:50	14.	4 x 50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	10 - 15	0:07	2 Serie
19:57	Koniec sesji				Całkowity czas	4:57	

**Harmonogram sesji nr 2 - V Mi dzynarodowe Mistrzostwa Stalowej Woli w Pływaniu II**

**10/4/2016 - 10:00**

Rozgrzewka: 9:00 do 9:50

10:00	15.	50m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	10 - 15	0:21	9 Serie
10:21	16.	50m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	10 - 15	0:17	10 Serie
10:38	17.	100m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	10 - 15	0:33	13 Serie
11:11	18.	100m dowolny	Chłopców	Serie na czas	10 - 15	0:33	13 Serie
11:44	19.	100m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	10 - 15	0:23	9 Serie
12:07	20.	100m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	10 - 15	0:26	10 Serie
12:33	21.	50m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	10 - 15	0:21	11 Serie
12:54	22.	50m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	10 - 15	0:20	11 Serie
13:14	23.	200m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	10 - 15	0:10	2 Serie
13:24	24.	200m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	10 - 15	0:09	2 Serie
13:33	25.	200m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	10 - 15	0:36	8 Serie
14:09	26.	200m zmienny	Chłopców	Serie na czas	10 - 15	0:25	6 Serie
14:34	27.	4 x 50m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	10 - 15	0:05	1 Seria
14:39	28.	4 x 50m zmienny	Chłopców	Serie na czas	10 - 15	0:07	2 Serie
14:46	Koniec sesji				Całkowity czas	4:46	