

**Harmonogram sesji nr 1 - Puchar Prezesa MSP Aquarius**

**10/1/2016 - 9:00**

Rozgrzewka: 8:30 do 8:55

Odprawa kierowników ekip (dru yn): 8:50

9:00	1.	25m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	8 - 10	0:10	6 Serie
9:10	2.	25m dowolny	Chłopców	Serie na czas	8 - 10	0:09	5 Serie
9:19	3.	25m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	8 - 10	0:08	5 Serie
9:27	4.	25m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	8 - 10	0:09	5 Serie
9:36	5.	25m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	9 - 10	0:05	3 Serie
9:41	6.	25m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	9 - 10	0:04	2 Serie
9:45	7.	4 x 25m zmienny	Mieszane	Serie na czas	8 - 10	0:06	2 Serie
9:51						0:40	
10:31	8.	100m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 13	0:03	1 Seria
10:34	9.	100m zmienny	Chłopców	Serie na czas	11 - 13	0:03	1 Seria
10:37	10.	50m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:03	1 Seria
10:40	11.	50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	11	0:04	2 Serie
10:44	12.	100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	12 +	0:14	5 Serie
10:58	13.	100m dowolny	M czyzn	Serie na czas	12 +	0:15	6 Serie
11:13	14.	50m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	11 +	0:12	6 Serie
11:25	15.	50m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	11 +	0:14	7 Serie
11:39	16.	50m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	11 +	0:11	5 Serie
11:50	17.	50m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	11 +	0:10	5 Serie
12:00	18.	50m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	14 - 16	0:03	1 Seria
12:03	19.	50m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	14 - 16	0:04	2 Serie
12:07	20.	4 x 50m zmienny	Mieszane	Serie na czas	11 - 14	0:10	2 Serie
12:17	Koniec sesji				Całkowity czas	3:17	