



Harmonogram sesji nr 1 - Sobota Pływacka Runda IV 2015/2016

13/2/2016 - 9:35

Rozgrzewka: 8:30 do 9:30

Odprawa działaczy: 9:00

9:35	1.	4 x 50m dowolny	Mieszane	Serie na czas	11 - 13	0:18	5 Serie
9:53	2.	50m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 13	0:12	8 Serie
10:05	3.	50m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	11 - 13	0:13	9 Serie
10:18	4.	200m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:21	5 Serie
10:39	5.	200m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:20	5 Serie
10:59	6.	50m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:07	4 Serie
11:06	7.	50m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	11	0:05	3 Serie
11:11	8.	100m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 13	0:23	9 Serie
11:34	9.	100m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	11 - 13	0:15	6 Serie
11:49	10.	100m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 13	0:24	11 Serie
12:13	11.	100m dowolny	Chłopców	Serie na czas	11 - 13	0:22	10 Serie
12:35	12.	100m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 12	0:19	8 Serie
12:54	13.	100m zmienny	Chłopców	Serie na czas	11 - 12	0:14	6 Serie
13:08	14.	200m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	13	0:09	2 Serie
13:17	15.	200m zmienny	Chłopców	Serie na czas	13	0:08	2 Serie
13:25	16.	400m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:23	3 Serie
13:48	17.	400m dowolny	Chłopców	Serie na czas	11	0:16	2 Serie
14:04	18.	800m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:35	3 Serie
14:39	19.	800m dowolny	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:58	5 Serie
15:37	Koniec sesji			Całkowity czas		6:02	