

Harmonogram sesji nr 1 - IV Otwarte Mistrzostwa w Pływaniu PRO-SWIM 2017 BLOK I

7/5/2017 - 9:35

Rozgrzewka: 9:00 do 9:30

9:35	1.	25m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	- 9	0:17	11 Serie
9:52	2.	25m dowolny	Chłopców	Serie na czas	- 9	0:17	11 Serie
10:09	3.	25m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	- 9	0:18	11 Serie
10:27	4.	25m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	- 9	0:22	14 Serie
10:49	5.	25m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	- 9	0:12	7 Serie
11:01	6.	25m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	- 9	0:13	8 Serie
11:14	7.	4 x 25m dowolny	Wszystkie	Serie na czas	- 9	0:07	3 Serie
11:21	Koniec sesji			Całkowity czas		1:46	

Harmonogram sesji nr 2 - IV Otwarte Mistrzostwa w Pływaniu PRO-SWIM 2017 BLOK II

7/5/2017 - 12:00

Rozgrzewka: 11:30 do 11:55

12:00	8.	50m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	10 - 14	0:14	8 Serie
12:14	9.	50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	10 - 14	0:19	11 Serie
12:33	10.	50m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	10 - 14	0:09	5 Serie
12:42	11.	50m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	10 - 14	0:13	7 Serie
12:55	12.	50m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	10 - 14	0:12	6 Serie
13:07	13.	50m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	10 - 14	0:12	6 Serie
13:19	14.	50m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	10 - 14	0:06	3 Serie
13:25	15.	50m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	10 - 14	0:10	5 Serie
13:35	16.	100m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	10 - 14	0:18	6 Serie
13:53	17.	100m zmienny	Chłopców	Serie na czas	10 - 14	0:22	7 Serie
14:15	18.	4 x 50m zmienny	Wszystkie	Serie na czas	10 - 14	0:09	2 Serie
14:24	Koniec sesji			Całkowity czas		2:24	