



Harmonogram sesji nr 1 - Małopolska Liga Młodzików

9/11/2019 - 10:00

Rozgrzewka: 9:00 do 9:55

10:00	1.	4 x 50m dowolny	Mieszane	Serie na czas	12 - 13	0:03	1 Seria
10:03	2.	200m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:04	1 Seria
10:07	3.	200m zmienny	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:09	2 Serie
10:16	4.	50m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:03	2 Serie
10:19	5.	50m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:04	3 Serie
10:23	6.	200m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:08	2 Serie
10:31	7.	200m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:04	1 Seria
10:35	8.	50m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:03	2 Serie
10:38	9.	50m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:05	3 Serie
10:43	10.	100m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:07	3 Serie
10:50	11.	100m dowolny	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:11	5 Serie
11:01	12.	50m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:03	2 Serie
11:04	13.	50m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:03	2 Serie
11:07	14.	100m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:02	1 Seria
11:09	15.	100m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:05	2 Serie
11:14	16.	200m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:09	2 Serie
11:23	17.	200m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:08	2 Serie
11:31	18.	400m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:13	2 Serie
11:44	19.	400m dowolny	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:20	3 Serie
12:04	20.	4 x 100m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:05	1 Seria
12:09	21.	4 x 100m zmienny	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:05	1 Seria
12:14	Koniec sesji				Całkowity czas	2:14	