



Harmonogram sesji nr 1 - SP Ogólnopolskie Zawody Wytrzymałości i Wszechstronności I 21/11/2020 - 9:30

Rozgrzewka: 8:30 do 9:25

9:30	1.	100m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	10	0:11	4 Serie	32
9:41	2.	100m zmienny	Chłopców	Serie na czas	10	0:13	5 Serie	38
9:54	3.	200m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 12	0:43	10 Serie	75
10:37	4.	200m zmienny	Chłopców	Serie na czas	11 - 12	0:43	10 Serie	80
11:20	5.	200m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	10	0:22	5 Serie	36
11:42	6.	200m dowolny	Chłopców	Serie na czas	10	0:27	6 Serie	42
12:09	Koniec sesji				Całkowity czas	2:39		

Harmonogram sesji nr 2 - SP Ogólnopolskie Zawody Wytrzymałości i Wszechstronności II 21/11/2020 - 15:30

Rozgrzewka: 14:30 do 15:25

15:30	7.	400m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 12	1:05	9 Serie	70
16:35	8.	400m dowolny	Chłopców	Serie na czas	11 - 12	1:22	11 Serie	82
17:57	Koniec sesji				Całkowity czas	2:27		