



Harmonogram sesji nr 1 - Sobota Pływacka Małopolska Liga Młodzików

7/10/2023 - 9:30

Rozgrzewka: 8:30 do 9:25

9:30	1.	4 x 50m dowolny	Mieszane	Serie na czas	11	0:10	3 Serie	19
9:40	2.	4 x 100m zmienny	Mieszane	Serie na czas	12 - 13	0:20	3 Serie	22
10:00	3.	50m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 13	0:17	12 Serie	91
10:17	4.	50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	11 - 13	0:19	13 Serie	104
10:36	5.	50m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:05	3 Serie	18
10:41	6.	50m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	11	0:05	3 Serie	17
10:46	7.	100m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:07	3 Serie	18
10:53	8.	100m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:10	4 Serie	29
11:03	9.	50m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 13	0:15	9 Serie	68
11:18	10.	50m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	11 - 13	0:16	9 Serie	70
11:34	11.	200m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 13	0:22	5 Serie	40
11:56	12.	200m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	11 - 13	0:23	5 Serie	33
12:19	13.	200m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 13	0:28	7 Serie	54
12:47	14.	200m dowolny	Chłopców	Serie na czas	11 - 13	0:43	11 Serie	81
13:30	15.	100m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 13	0:26	11 Serie	83
13:56	16.	100m zmienny	Chłopców	Serie na czas	11 - 13	0:22	9 Serie	67
14:18	Koniec sesji				Całkowity czas	4:48		