

PUCHAR SPRINTU z okazji 20-lecia istnienia sekcji pływackiej UKS „POLONEZ” WYSZKÓW
Wyszków, 22.12.2020

Harmonogram sesji nr 1 - Blok - I - roczniki 2010,2011,2012

22.12.2020 - 14:30

Rozgrzewka: 14:00 do 14:30

14:30	1.	25m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	8 - 9	0:08	7 Serie	37
14:38	2.	25m dowolny	Chłopców	Serie na czas	8 - 9	0:12	10 Serie	55
14:50	3.	50m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	10	0:02	2 Serie	9
14:52	4.	50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	10	0:04	3 Serie	17
14:56	5.	50m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	10	0:04	2 Serie	10
15:00	6.	50m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	10	0:01	1 Seria	6
15:01	7.	25m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	8 - 9	0:09	7 Serie	37
15:10	8.	25m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	8 - 9	0:14	10 Serie	55
15:24	9.	50m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	10	0:02	1 Seria	4
15:26	10.	50m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	10	0:03	2 Serie	12
15:29	Koniec sesji				Całkowity czas	0:59		

Harmonogram sesji nr 2 - Blok- II A -DZIEWCZYNY

22.12.2020 - 16:30

Rozgrzewka: 16:00 do 16:30

16:30	11.	50m dowolny	Kobiet	Serie na czas	11 +	0:11	10 Serie	55
16:41	12.	50m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	11 +	0:06	4 Serie	22
16:47	13.	50m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	11 +	0:06	4 Serie	22
16:53	14.	50m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	11 +	0:06	5 Serie	26
16:59	15.	100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	11 +	0:05	3 Serie	13
17:04	16.	100m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	11 +	0:07	3 Serie	14
17:11	17.	100m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	11 +	0:05	2 Serie	10
17:16	18.	100m zmienny	Kobiet	Serie na czas	11 +	0:06	3 Serie	14
17:22	Koniec sesji				Całkowity czas	0:52		

Harmonogram sesji nr 3 - Blok II B - CHŁOPCY

22.12.2020 - 18:15

Rozgrzewka: 17:45 do 18:15

18:15	19.	50m dowolny	M czyzn	Serie na czas	11 +	0:10	9 Serie	53
18:25	20.	50m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	11 +	0:07	5 Serie	27
18:32	21.	50m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	11 +	0:05	4 Serie	23
18:37	22.	50m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	11 +	0:07	6 Serie	36
18:44	23.	100m dowolny	M czyzn	Serie na czas	11 +	0:08	4 Serie	21
18:52	24.	100m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	11 +	0:06	3 Serie	17
18:58	25.	100m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	11 +	0:06	3 Serie	15
19:04	26.	100m zmienny	M czyzn	Serie na czas	11 +	0:12	6 Serie	34
19:16	Koniec sesji				Całkowity czas	1:01		