

OGÓLNOPOLSKI SPRAWDZIAN WSZECHSTRONNO CI STYLOWEJ
Warszawa, 28. - 29.10.2021

Harmonogram sesji nr 1 - I BLOK

28.10.2021 - 9:15

Rozgrzewka: od 8:30

9:15	1.	100m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	13 +	0:12	6 Serie	36
9:27	2.	100m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	13 +	0:19	10 Serie	55
9:46	3.	100m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	13 +	0:12	6 Serie	35
9:58	4.	100m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	13 +	0:21	10 Serie	58
10:19	5.	100m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	13 +	0:13	6 Serie	36
10:32	6.	100m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	13 +	0:21	10 Serie	56
10:53	Koniec sesji				Całkowity czas	1:38		

Harmonogram sesji nr 2 - II BLOK

29.10.2021 - 9:15

Rozgrzewka: od 8:30

9:15	7.	100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	13 +	0:10	6 Serie	33
9:25	8.	100m dowolny	M czyzn	Serie na czas	13 +	0:18	10 Serie	60
9:43	9.	400m zmienny	Kobiet	Serie na czas	13 +	0:37	6 Serie	35
10:20	10.	400m zmienny	M czyzn	Serie na czas	13 +	0:52	9 Serie	54
11:12	Koniec sesji				Całkowity czas	1:57		