

XI Otwarte Mistrzostwa Ostrołęki w pływaniu  
Ostrołęka, 29.10.2022

**Harmonogram sesji nr 1 - I DZIE**

**29.10.2022 - 10:10**

Rozgrzewka: 9:00 do 9:45

10:10	1.	25m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	- 9	0:07	6 Serie	41
10:17	2.	25m dowolny	Chłopców	Serie na czas	- 9	0:05	4 Serie	32
10:22	3.	100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	13 +	0:06	3 Serie	22
10:28	4.	100m dowolny	M czyzn	Serie na czas	13 +	0:13	6 Serie	43
10:41	1.	25m dowolny	Dziewcz t	Ceremonia medalowa		0:05		
10:46	2.	25m dowolny	Chłopców	Ceremonia medalowa		0:05		
10:51	5.	50m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	- 12	0:17	13 Serie	101
11:08	6.	50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	- 12	0:19	13 Serie	104
11:27	3.	100m dowolny	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:05		
11:32	4.	100m dowolny	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:05		
11:37	7.	100m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	13 +	0:05	2 Serie	16
11:42	8.	100m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	13 +	0:07	3 Serie	19
11:49	5.	50m dowolny	Dziewcz t	Ceremonia medalowa		0:05		
11:54	6.	50m dowolny	Chłopców	Ceremonia medalowa		0:05		
11:59	9.	50m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	- 12	0:20	12 Serie	90
12:19	10.	50m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	- 12	0:20	11 Serie	83
12:39	7.	100m grzbietowy	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:05		
12:44	8.	100m grzbietowy	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:05		
12:49	11.	100m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	13 +	0:02	1 Seria	7
12:51	12.	100m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	13 +	0:05	2 Serie	11
12:56	9.	50m grzbietowy	Dziewcz t	Ceremonia medalowa		0:05		
13:01	10.	50m grzbietowy	Chłopców	Ceremonia medalowa		0:05		
13:06	13.	50m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	- 12	0:05	3 Serie	22
13:11	14.	50m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	- 12	0:04	3 Serie	18
13:15	11.	100m motylkowy	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:05		
13:20	12.	100m motylkowy	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:05		
13:25	15.	100m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	13 +	0:05	2 Serie	14
13:30	16.	100m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	13 +	0:09	4 Serie	28
13:39	13.	50m motylkowy	Dziewcz t	Ceremonia medalowa		0:05		
13:44	14.	50m motylkowy	Chłopców	Ceremonia medalowa		0:05		
13:49	17.	100m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	- 12	0:13	5 Serie	34
14:02	18.	100m zmienny	Chłopców	Serie na czas	- 12	0:09	4 Serie	26
14:11	15.	100m klasyczny	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:05		
14:16	16.	100m klasyczny	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:05		
14:21	19.	200m dowolny	Kobiet	Serie na czas	13 +	0:08	2 Serie	10
14:29	20.	200m dowolny	M czyzn	Serie na czas	13 +	0:08	2 Serie	14
14:37	17.	100m zmienny	Dziewcz t	Ceremonia medalowa		0:05		
14:42	18.	100m zmienny	Chłopców	Ceremonia medalowa		0:05		
14:47	19.	200m dowolny	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:05		
14:52	20.	200m dowolny	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:05		
14:57	Koniec sesji			Całkowity czas		4:47		