



XII Otwarte Mistrzostwa Ostrołęki w Pływaniu  
Ostrołęka, 28.10.2023

Harmonogram sesji nr 1 - I DZIE

28.10.2023 - 10:10

Rozgrzewka: 9:00 do 9:45

10:10	1.	25m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	- 9	0:07	6 Serie	46
10:17	2.	25m dowolny	Chłopców	Serie na czas	- 9	0:07	6 Serie	44
10:24	3.	100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	13 +	0:12	6 Serie	43
10:36	4.	100m dowolny	M czyzn	Serie na czas	13 +	0:15	8 Serie	63
10:51	5.	50m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	- 12	0:19	14 Serie	107
11:10	6.	50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	- 12	0:16	12 Serie	96
11:26	1.	25m dowolny	Dziewcz t	Ceremonia medalowa		0:03		
11:29	2.	25m dowolny	Chłopców	Ceremonia medalowa		0:03		
11:32	3.	100m dowolny	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:03		
11:35	4.	100m dowolny	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:03		
11:38	5.	50m dowolny	Dziewcz t	Ceremonia medalowa		0:03		
11:41	6.	50m dowolny	Chłopców	Ceremonia medalowa		0:03		
11:44	7.	25m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	- 9	0:06	5 Serie	36
11:50	8.	25m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	- 9	0:07	5 Serie	34
11:57	9.	100m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	13 +	0:09	4 Serie	30
12:06	10.	100m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	13 +	0:12	5 Serie	36
12:18	11.	50m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	- 12	0:17	11 Serie	81
12:35	12.	50m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	- 12	0:13	8 Serie	63
12:48	7.	25m grzbietowy	Dziewcz t	Ceremonia medalowa		0:03		
12:51	8.	25m grzbietowy	Chłopców	Ceremonia medalowa		0:03		
12:54	9.	100m grzbietowy	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:03		
12:57	10.	100m grzbietowy	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:03		
13:00	11.	50m grzbietowy	Dziewcz t	Ceremonia medalowa		0:03		
13:03	12.	50m grzbietowy	Chłopców	Ceremonia medalowa		0:03		
13:06	13.	100m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	13 +	0:05	2 Serie	11
13:11	14.	100m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	13 +	0:04	2 Serie	14
13:15	15.	50m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	- 12	0:07	4 Serie	30
13:22	16.	50m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	- 12	0:06	4 Serie	29
13:28	13.	100m motylkowy	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:03		
13:31	14.	100m motylkowy	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:03		
13:34	15.	50m motylkowy	Dziewcz t	Ceremonia medalowa		0:03		
13:37	16.	50m motylkowy	Chłopców	Ceremonia medalowa		0:03		
13:40	17.	100m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	13 +	0:10	4 Serie	25
13:50	18.	100m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	13 +	0:10	4 Serie	30
14:00	19.	50m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	- 12	0:11	7 Serie	50
14:11	20.	50m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	- 12	0:12	7 Serie	51
14:23	17.	100m klasyczny	Kobiet	Ceremonia medalowa		0:03		
14:26	18.	100m klasyczny	M czyzn	Ceremonia medalowa		0:03		
14:29	19.	50m klasyczny	Dziewcz t	Ceremonia medalowa		0:03		
14:32	20.	50m klasyczny	Chłopców	Ceremonia medalowa		0:03		
14:35	Koniec sesji			Całkowity czas		4:25		