

**ZAWODY PŁYWACKIE  
DLA DZIECI I MŁODZIEŻY  
W WIEKU 9-13 LAT**

**PŁYWALNIA OSIR ŻOLIBÓRZ W WARSZAWIE  
8-9 GRUDNIA 2023**

**PULA NAGRÓD  
>50 TYŚ**

**LIGHT it UP!**  
**SWIMMING SHOW**



**LIGHT IT UP - SWIMMING SHOW**  
Warszawa, 8. - 9.12.2023

**Harmonogram sesji nr 1 - I Blok - Eliminacje**

**08.12.2023 - 9:00**

Rozgrzewka: 8:00 do 8:55

9:00	1.	50m dowolny	Dziewcz t	Eliminacje	9 - 13	0:38	30 Serie	176
9:38	2.	50m dowolny	Chłopców	Eliminacje	9 - 13	0:45	36 Serie	215
10:23	3.	100m grzbietowy	Dziewcz t	Eliminacje	10 - 13	0:21	9 Serie	51
10:44	4.	100m grzbietowy	Chłopców	Eliminacje	10 - 13	0:23	10 Serie	58
11:07	5.	50m klasyczny	Dziewcz t	Eliminacje	9 - 13	0:32	22 Serie	128
11:39	6.	50m klasyczny	Chłopców	Eliminacje	9 - 13	0:31	20 Serie	117
12:10	7.	100m motylkowy	Dziewcz t	Eliminacje	10 - 13	0:09	4 Serie	24
12:19	8.	100m motylkowy	Chłopców	Eliminacje	10 - 13	0:14	6 Serie	33
12:33	9.	100m zmienny	Dziewcz t	Eliminacje	10 - 13	0:30	14 Serie	84
13:03	10.	100m zmienny	Chłopców	Eliminacje	10 - 13	0:32	14 Serie	82
13:35	Koniec sesji				Całkowity czas	4:35		

**Harmonogram sesji nr 3 - III Blok - Eliminacje**

**09.12.2023 - 9:00**

Rozgrzewka: 8:00 do 8:55

9:00	11.	100m dowolny	Dziewcz t	Eliminacje	10 - 13	0:34	17 Serie	98
9:34	12.	100m dowolny	Chłopców	Eliminacje	10 - 13	0:34	18 Serie	108
10:08	13.	50m grzbietowy	Dziewcz t	Eliminacje	9 - 13	0:22	14 Serie	80
10:30	14.	50m grzbietowy	Chłopców	Eliminacje	9 - 13	0:21	14 Serie	82
10:51	15.	100m klasyczny	Dziewcz t	Eliminacje	10 - 13	0:25	11 Serie	63
11:16	16.	100m klasyczny	Chłopców	Eliminacje	10 - 13	0:21	9 Serie	53
11:37	17.	50m motylkowy	Dziewcz t	Eliminacje	9 - 13	0:21	16 Serie	95
11:58	18.	50m motylkowy	Chłopców	Eliminacje	9 - 13	0:21	16 Serie	93
12:19	Koniec sesji				Całkowity czas	3:19		



projekt współfinansuje  
miasto stołeczne  
Warszawa

