



VII Otwarte Mistrzostwa Północnego Mazowsza w pływaniu pod Patronatem Burmistrza Miasta Mława Piotra Jankowskiego  
Mława, 8.3.2025

**Harmonogram sesji nr 1 - I BLOK**

**08.03.2025 - 10:00**

Rozgrzewka: 9:00 do 9:50

10:00	1.	4 x 25m dowolny	Wszystkie	Serie na czas	- 9	0:Cnierozstawione	-
10:02	2.	4 x 50m dowolny	Wszystkie	Serie na czas	10 +	0:1nierozstawione	-
10:13	3.	25m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	- 9	0:1nierozstawione	-
10:23	4.	25m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	- 9	0:1nierozstawione	-
10:34	5.	25m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	- 9	0:Cnierozstawione	-
10:40	6.	25m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	- 9	0:Cnierozstawione	-
10:45	7.	50m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	10 +	0:3nierozstawione	-
11:18	8.	50m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	10 +	0:2nierozstawione	-
11:45	9.	100m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	10 +	0:2nierozstawione	-
12:13	10.	100m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	10 +	0:2nierozstawione	-
12:41	11.	50m dowolny	Kobiet	Serie na czas	10 +	0:3nierozstawione	-
13:20	12.	50m dowolny	M czyzn	Serie na czas	10 +	0:3nierozstawione	-
13:56	13.	100m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	13 +	0:Cnierozstawione	-
14:03	14.	100m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	13 +	0:Cnierozstawione	-
14:10	Koniec sesji			Całkowity czas		4:10	

**Harmonogram sesji nr 2 - II BLOK**

**08.03.2025 - 15:30**

Rozgrzewka: 14:30 do 15:25

15:30	15.	4 x 25m zmienny	Wszystkie	Serie na czas	- 9	0:Cnierozstawione	-
15:33	16.	4 x 50m zmienny	Wszystkie	Serie na czas	10 +	0:1nierozstawione	-
15:44	17.	25m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	- 9	0:Cnierozstawione	-
15:53	18.	25m dowolny	Chłopców	Serie na czas	- 9	0:Cnierozstawione	-
16:02	19.	25m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	- 10	0:Cnierozstawione	-
16:08	20.	25m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	- 10	0:Cnierozstawione	-
16:13	21.	100m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	11 +	0:3nierozstawione	-
16:43	22.	100m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	11 +	0:2nierozstawione	-
17:08	23.	50m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	10 +	0:3nierozstawione	-
17:38	24.	50m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	10 +	0:2nierozstawione	-
18:04	25.	100m zmienny	Kobiet	Serie na czas	11 +	0:2nierozstawione	-
18:28	26.	100m zmienny	M czyzn	Serie na czas	11 +	0:2nierozstawione	-
18:51	27.	50m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	10 +	0:1nierozstawione	-
19:06	28.	50m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	10 +	0:1nierozstawione	-
19:20	29.	100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	10 +	0:4nierozstawione	-
20:05	30.	100m dowolny	M czyzn	Serie na czas	10 +	0:3nierozstawione	-
20:42	Koniec sesji			Całkowity czas		5:12	