

GRAND PRIX WMOZP 2012-2013 I runda
Warszawa, 5.3.2025

Harmonogram sesji nr 1 - I Blok

05.03.2025 - 9:15

Rozgrzewka: 8:30 do 9:10

9:15	1.	4 x 50m zmienny	Wszystkie	Serie na czas	12 - 13	0:19	7 Serie	41
9:34	2.	50m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:09	7 Serie	39
9:43	3.	50m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:11	8 Serie	45
9:54	4.	100m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:23	10 Serie	59
10:17	5.	100m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:29	12 Serie	69
10:46	6.	200m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:37	8 Serie	44
11:23	7.	200m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:31	7 Serie	40
11:54	8.	100m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:29	14 Serie	80
12:23	9.	100m dowolny	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:41	19 Serie	110
13:04	10.	200m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:20	5 Serie	26
13:24	11.	200m zmienny	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:20	5 Serie	26
13:44	12.	4 x 100m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:14	3 Serie	17
13:58	13.	4 x 100m dowolny	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:17	4 Serie	21
14:15	Koniec sesji				Całkowity czas	5:00		