

Harmonogram sesji nr 1 - I BLOK

11.10.2025 - 9:10

Rozgrzewka: od 8:00

9:10	1.	50m dowolny	Dziewcząt	Serie na czas	8 - 9	0:16	10 Serie	97
9:26	2.	50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	8 - 9	0:16	10 Serie	96
9:42	3.	100m dowolny	Dziewcząt	Serie na czas	10	0:13	5 Serie	50
9:55	4.	100m dowolny	Chłopców	Serie na czas	10	0:14	6 Serie	56
10:09	5.	50m klasyczny	Dziewcząt	Serie na czas	8 - 9	0:09	5 Serie	45
10:18	6.	50m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	8 - 9	0:09	5 Serie	43
10:27	7.	100m klasyczny	Dziewcząt	Serie na czas	10	0:11	4 Serie	36
10:38	8.	100m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	10	0:09	3 Serie	27
10:47	9.	50m grzbietowy	Dziewcząt	Serie na czas	8 - 9	0:12	7 Serie	64
10:59	10.	50m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	8 - 9	0:12	7 Serie	62
11:11	11.	100m grzbietowy	Dziewcząt	Serie na czas	10	0:11	4 Serie	39
11:22	12.	100m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	10	0:10	4 Serie	36
11:32	13.	50m motylkowy	Dziewcząt	Serie na czas	8 - 10	0:08	5 Serie	43
11:40	14.	50m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	8 - 10	0:08	5 Serie	45
11:48	15.	100m zmienny	Dziewcząt	Serie na czas	10	0:08	3 Serie	25
11:56	16.	100m zmienny	Chłopców	Serie na czas	10	0:07	3 Serie	23
12:03	Koniec sesji				Całkowity czas	2:53		

Harmonogram sesji nr 2 - II BLOK

11.10.2025 - 14:35

Rozgrzewka: od 13:30

14:35	17.	100m dowolny	Dziewcząt	Serie na czas	11 - 13	0:27	14 Serie	133
15:02	18.	100m dowolny	Chłopców	Serie na czas	11 - 13	0:23	12 Serie	120
15:25	19.	100m klasyczny	Dziewcząt	Serie na czas	11 - 13	0:18	8 Serie	78
15:43	20.	100m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	11 - 13	0:17	7 Serie	65
16:00	21.	100m grzbietowy	Dziewcząt	Serie na czas	11 - 13	0:20	9 Serie	84
16:20	22.	100m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	11 - 13	0:16	7 Serie	68
16:36	23.	100m motylkowy	Dziewcząt	Serie na czas	11 - 13	0:12	5 Serie	44
16:48	24.	100m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	11 - 13	0:11	5 Serie	41
16:59	25.	200m dowolny	Dziewcząt	Serie na czas	11 - 13	0:24	6 Serie	51
17:23	26.	200m dowolny	Chłopców	Serie na czas	11 - 13	0:18	5 Serie	45
17:41	27.	100m zmienny	Dziewcząt	Serie na czas	11	0:05	2 Serie	20
17:46	28.	100m zmienny	Chłopców	Serie na czas	11	0:07	3 Serie	21
17:53	29.	200m zmienny	Dziewcząt	Serie na czas	12 - 13	0:14	4 Serie	38
18:07	30.	200m zmienny	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:12	3 Serie	22
18:19	Koniec sesji				Całkowity czas	3:44		