

# OTWARTE LETNIE MISTRZOSTWA WARSZAWY



OTWARTE LETNIE MISTRZOSTWA WARSZAWY  
WARSZAWA, 12. - 13.6.2026

## Harmonogram sesji nr 1 - I Blok

12.06.2026 - 9:00

Rozgrzewka: 8:00 do 8:45

9:00	1.	50m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	- 16	0:23	19 Serie	182
9:23	2.	50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	- 16	0:28	23 Serie	223
9:51	3.	50m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	- 16	0:19	11 Serie	107
10:10	4.	50m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	- 16	0:17	12 Serie	120
10:27	5.	200m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	10 - 16	0:20	5 Serie	44
10:47	6.	200m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	10 - 16	0:19	5 Serie	44
11:06	7.	100m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	10 - 16	0:11	5 Serie	41
11:17	8.	100m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	10 - 16	0:10	4 Serie	39
11:27	9.	200m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	10 - 16	0:20	5 Serie	45
11:47	10.	200m zmienny	Chłopców	Serie na czas	10 - 16	0:18	5 Serie	50
12:05	Koniec sesji			Całkowity czas		3:05		

## Harmonogram sesji nr 2 - II Blok

12.06.2026 - 16:00

Rozgrzewka: 15:00 do 15:45

16:00	11.	100m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	- 16	0:28	12 Serie	117
16:28	12.	100m dowolny	Chłopców	Serie na czas	- 16	0:25	13 Serie	127
16:53	13.	100m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	10 - 16	0:12	5 Serie	47
17:05	14.	100m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	10 - 16	0:14	5 Serie	45
17:19	15.	200m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	10 - 16	0:09	2 Serie	12
17:28	16.	200m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	10 - 16	0:07	2 Serie	16
17:35	17.	100m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	- 16	0:18	7 Serie	66
17:53	18.	100m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	- 16	0:18	7 Serie	63
18:11	19.	400m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	10 - 16	0:29	4 Serie	32
18:40	20.	400m dowolny	Chłopców	Serie na czas	10 - 16	0:20	3 Serie	25
19:00	Koniec sesji			Całkowity czas		3:00		

## Harmonogram sesji nr 3 - III Blok

13.06.2026 - 9:00

Rozgrzewka: 8:00 do 8:45

9:00	21.	4 x 50m dowolny	Mieszane	Serie na czas	- 16	0:03	1 Seria	4
9:03	22.	50m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	- 16	0:15	12 Serie	114
9:18	23.	50m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	- 16	0:18	13 Serie	122
9:36	24.	50m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	- 16	0:16	11 Serie	107
9:52	25.	50m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	- 16	0:20	13 Serie	127
10:12	26.	200m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	10 - 16	0:22	5 Serie	45
10:34	27.	200m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	10 - 16	0:22	5 Serie	42
10:56	28.	200m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	10 - 16	0:34	9 Serie	82
11:30	29.	200m dowolny	Chłopców	Serie na czas	10 - 16	0:35	10 Serie	94
12:05	30.	400m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	11 - 16	0:22	3 Serie	27
12:27	31.	400m zmienny	Chłopców	Serie na czas	11 - 16	0:16	2 Serie	16
12:43	Koniec sesji			Całkowity czas		3:43		