

MDMM 12 lat - II runda i DWP dzieci 10-11 lat  
Lublin, 9. - 10.6.2018

**Harmonogram sesji nr 1 - BLOK I**

**09.06.2018 - 14:45**

Rozgrzewka: 14:00 do 14:40

14:45	1.	100m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	12	0:07	3 Serie
14:52	2.	100m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	12	0:09	4 Serie
15:01	3.	50m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:11	7 Serie
15:12	4.	50m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	11	0:08	5 Serie
15:20	5.	50m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	10	0:09	6 Serie
15:29	6.	50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	10	0:12	8 Serie
15:41	7.	100m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	12	0:12	5 Serie
15:53	8.	100m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	12	0:13	5 Serie
16:06	9.	100m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:18	7 Serie
16:24	10.	100m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	11	0:12	5 Serie
16:36	11.	50m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	10	0:10	6 Serie
16:46	12.	50m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	10	0:13	7 Serie
16:59	13.	200m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	12	0:17	4 Serie
17:16	14.	200m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	12	0:20	5 Serie
17:36	15.	200m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:31	7 Serie
18:07	16.	200m dowolny	Chłopców	Serie na czas	11	0:18	4 Serie
18:25	17.	400m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	12	0:29	4 Serie
18:54	18.	400m dowolny	Chłopców	Serie na czas	12	0:27	4 Serie
19:21	19.	4 x 50m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:07	2 Serie
19:28	20.	4 x 50m zmienny	Chłopców	Serie na czas	11	0:04	1 Seria
19:32	21.	4 x 50m dowolny	Wszystkie	Serie na czas	12	0:09	3 Serie
19:41	Koniec sesji				Całkowity czas	4:56	

**Harmonogram sesji nr 2 - BLOK II**

**10.06.2018 - 9:30**

Rozgrzewka: od 9:00

9:30	22.	100m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	12	0:13	6 Serie
9:43	23.	100m dowolny	Chłopców	Serie na czas	12	0:14	7 Serie
9:57	24.	100m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:22	8 Serie
10:19	25.	100m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	11	0:14	5 Serie
10:33	26.	50m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	10	0:09	6 Serie
10:42	27.	50m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	10	0:13	8 Serie
10:55	28.	200m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	12	0:14	3 Serie
11:09	29.	200m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	12	0:14	3 Serie
11:23	30.	100m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:21	9 Serie
11:44	31.	100m dowolny	Chłopców	Serie na czas	11	0:13	6 Serie
11:57	32.	100m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	10	0:18	6 Serie
12:15	33.	100m zmienny	Chłopców	Serie na czas	10	0:21	7 Serie
12:36	34.	100m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	12	0:13	5 Serie
12:49	35.	100m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	12	0:11	5 Serie
13:00	36.	200m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:17	4 Serie
13:17	37.	200m zmienny	Chłopców	Serie na czas	11	0:21	5 Serie
13:38	38.	200m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	12	0:12	3 Serie
13:50	39.	200m zmienny	Chłopców	Serie na czas	12	0:12	3 Serie
14:02	40.	4 x 50m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	11	0:07	2 Serie
14:09	41.	4 x 50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	11	0:04	1 Seria
14:13	42.	4 x 50m zmienny	Wszystkie	Serie na czas	12	0:10	3 Serie
14:23	Koniec sesji				Całkowity czas	4:53	