

Zimowe Mistrzostwa Polski Juniorów Osób Niepełnosprawnych w Pływaniu 21-22.11.2020  
Bydgoszcz, 21. - 22.11.2020

**Harmonogram sesji nr 1 - I Blok**

**21.11.2020 - 9:50**

Rozgrzewka: 9:00 do 9:30

9:50	1.	50m dowolny	Kobiet	Serie na czas	- 20	0:23	6 Serie	32
10:13	2.	50m dowolny	M czyzn	Serie na czas	- 20	0:27	8 Serie	48
10:40	3.	100m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	- 20	0:11	2 Serie	12
10:51	4.	100m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	- 20	0:15	3 Serie	18
11:06	5.	50m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	- 20	0:08	2 Serie	10
11:14	6.	50m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	- 20	0:10	3 Serie	14
11:24	7.	400m dowolny	Kobiet	Serie na czas	- 20	0:11	1 Seria	5
11:35	8.	400m dowolny	M czyzn	Serie na czas	- 20	0:21	2 Serie	9
11:56	9.	4 x 100m zmienny	Kobiet	Serie na czas	- 20	0:11	1 Seria	2
12:07	10.	4 x 100m zmienny	M czyzn	Serie na czas	- 20	0:06	1 Seria	2
12:13	Koniec sesji			Całkowity czas		2:23		

**Harmonogram sesji nr 2 - II Blok**

**21.11.2020 - 15:10**

Rozgrzewka: 14:30 do 15:00

15:10	11.	100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	- 21	0:32	6 Serie	32
15:42	12.	100m dowolny	M czyzn	Serie na czas	- 20	0:35	8 Serie	44
16:17	13.	50m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	- 20	0:16	4 Serie	20
16:33	14.	50m klasyczny	M czyzn	Serie na czas	- 20	0:15	4 Serie	23
16:48	15.	100m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	- 20	0:16	3 Serie	16
17:04	16.	100m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	- 20	0:26	5 Serie	26
17:30	17.	100m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	- 20	0:04	1 Seria	1
17:34	18.	100m motylkowy	M czyzn	Serie na czas	- 20	0:04	1 Seria	6
17:38	19.	4 x 100m dowolny	Kobiet	Serie na czas	- 20	0:11	1 Seria	3
17:49	20.	4 x 100m dowolny	M czyzn	Serie na czas	- 20	0:06	1 Seria	3
17:55	Koniec sesji			Całkowity czas		2:45		

**Harmonogram sesji nr 3 - III Blok**

**22.11.2020 - 9:45**

Rozgrzewka: 9:00 do 9:30

9:45	21.	50m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	- 20	0:20	5 Serie	29
10:05	22.	50m grzbietowy	M czyzn	Serie na czas	- 20	0:29	8 Serie	44
10:34	23.	150m zmienny	Kobiet	Serie na czas	- 20	0:09	1 Seria	2
10:43	24.	150m zmienny	M czyzn	Serie na czas	- 20	0:07	1 Seria	1
10:50	25.	200m zmienny	Kobiet	Serie na czas	- 20	0:14	2 Serie	7
11:04	26.	200m zmienny	M czyzn	Serie na czas	- 20	0:13	2 Serie	12
11:17	27.	200m dowolny	Kobiet	Serie na czas	- 20	0:21	3 Serie	14
11:38	28.	200m dowolny	M czyzn	Serie na czas	- 20	0:24	4 Serie	19
12:02	29.	4 x 50m dowolny	Kobiet	Serie na czas	- 20	0:06	1 Seria	3
12:08	30.	4 x 50m dowolny	M czyzn	Serie na czas	- 20	0:04	1 Seria	4
12:12	31.	4 x 50m dowolny	Mieszane	Serie na czas	- 20	0:05	1 Seria	5
12:17	Koniec sesji			Całkowity czas		2:32		