



### Harmonogram sesji nr 1 - Mistrzostwa Dolnego I ska MDM Młodzików 12-13 lat BLOK I 4/12/2020 - 16:00

Rozgrzewka: 15:00 do 15:55

16:00	101.	50m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:07	5 Serie	39
16:07	102.	50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:06	4 Serie	30
16:13	1.	100m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:09	4 Serie	25
16:22	2.	100m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:08	3 Serie	24
16:30	3.	100m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:16	6 Serie	48
16:46	4.	100m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:10	4 Serie	30
16:56	5.	200m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:17	4 Serie	26
17:13	6.	200m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:17	4 Serie	26
17:30	7.	400m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:30	4 Serie	28
18:00	8.	400m dowolny	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:28	4 Serie	26
18:28	9.	4 x 50m dowolny	Mieszane	Serie na czas	12		brak zgłosze	-
18:28	10.	4 x 50m zmienny	Mieszane	Serie na czas	13	0:03	1 Serie	1
18:31	Koniec sesji				Całkowity czas	2:31		

### Harmonogram sesji nr 2 - Mistrzostwa Dolnego I ska MDM Młodzików 12-13 lat BLOK II 4/12/2020 - 19:00

Rozgrzewka: 18:30 do 18:55

19:00	103.	50m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:06	4 Serie	27
19:06	104.	50m dowolny	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:06	4 Serie	31
19:12	21.	100m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:02	1 Serie	5
19:14	22.	100m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:03	1 Serie	5
19:17	23.	100m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:08	3 Serie	21
19:25	24.	100m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:05	2 Serie	13
19:30	25.	200m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:08	2 Serie	14
19:38	26.	200m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:08	2 Serie	10
19:46	27.	400m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:22	3 Serie	24
20:08	28.	400m dowolny	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:15	2 Serie	14
20:23	29.	4 x 50m dowolny	Wszystkie	Serie na czas	12	0:03	1 Serie	7
20:26	30.	4 x 50m zmienny	Wszystkie	Serie na czas	13	0:04	1 Serie	2
20:30	Koniec sesji				Całkowity czas	1:30		

### Harmonogram sesji nr 3 - Mistrzostwa Dolnego I ska MDM Młodzików 12-13 lat BLOK III 5/12/2020 - 8:45

Rozgrzewka: 8:00 do 8:40

8:45	11.	100m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:13	6 Serie	46
8:58	12.	100m dowolny	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:12	6 Serie	46
9:10	13.	200m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:13	3 Serie	18
9:23	14.	200m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:09	2 Serie	11
9:32	15.	100m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:10	4 Serie	31
9:42	16.	100m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:10	4 Serie	26
9:52	17.	200m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:13	3 Serie	24
10:05	18.	200m zmienny	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:16	4 Serie	25
10:21	19.	4 x 50m zmienny	Wszystkie	Serie na czas	12	0:04	1 Serie	7
10:25	20.	4 x 50m dowolny	Wszystkie	Serie na czas	13	0:03	1 Serie	8
10:28	Koniec sesji				Całkowity czas	1:43		



**Harmonogram sesji nr 4 - Mistrzostwa Dolnego I ska MDM Młodzików 12-13 lat BLOK IV 5/12/2020 - 11:30**

Rozgrzewka: 11:00 do 11:25

11:30	31.	100m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:13	6 Serie	43
11:43	32.	100m dowolny	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:11	5 Serie	37
11:54	33.	200m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:14	3 Serie	19
12:08	34.	200m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:05	1 Seria	8
12:13	35.	100m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:07	3 Serie	24
12:20	36.	100m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:05	2 Serie	16
12:25	37.	200m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:17	4 Serie	29
12:42	38.	200m zmienny	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:12	3 Serie	21
12:54	39.	4 x 50m zmienny	Wszystkie	Serie na czas	12	0:04	1 Seria	7
12:58	40.	4 x 50m dowolny	Wszystkie	Serie na czas	13	0:03	1 Seria	6
13:01	Koniec sesji				Całkowity czas	1:31		