



## Szczegółowy program zawodów pływackich

---

**Miejsce:** pływalnia "Aquarius", [COS Cetniewo](#)

**Termin:** 5-7.09.2024 r. (czwartek-sobota)

### **Czwartek, 5.09.2024 r , godz. 14.00 - 16.00**

- godz. 14.00 – 14.20 odprawa techniczna i rozgrzewka
- godz. 14.20 – 14.35 25 m styl dowolny dzieci
- godz. 14.40 – 15.00 50 m styl klasyczny
- godz. 15.05 – 15.25 50 m styl motylkowy
- godz. 15.30 – 16.00 100 m styl dowolny

### **Piątek, 6.09.2024 r., godz. 09.00 - 11.00**

- godz. 09.00 – 09.20 odprawa techniczna i rozgrzewka
- godz. 09.20 – 09.40 50 m styl dowolny
- godz. 09.45 – 10.05 50 m styl grzbietowy
- godz. 10.10 – 11.00 400 m styl dowolny

### **Sobota, 7.09.2024 r., godz. 09.00 - 11.00**

- godz. 09.00 – 09.20 odprawa techniczna i rozgrzewka
- godz. 09.20 – 09.50 100 m styl klasyczny
- godz. 09.55 – 10.25 100 m styl zmienny
- godz. 10.30 – 11.00 sztafety

**Kategorie:** panie, panowie, osoby towarzyszące i dzieci

#### **Kategorie wiekowe:**

- A (do 35 r.ż.)
- B (36-45 r.ż.)
- C (46-55 r.ż.)
- D (56-65 r.ż.)
- E (66-70 r.ż.)
- F (powyżej 70 r.ż.)

Uczestników prosimy o korzystanie z czepków.

**Opiekun dyscypliny:** Maria Szuber

