



MORNING PROGRAM BY HEATS

FRIDAY

- 1 – 50 m BR Women
heats 1 – 5
- 2 – 50 m BR Men
heats 1 – 5
- 3 – 200 m FR Women
heats 1 – 5
- 4 – 200 m FR Men
heats 1 – 5
- 5 – 200 m IM Women
heats 1 – 5
- 6 – 200 m IM Men
heats 1 – 5
- 7 – 100 m BA Women
heats 1 – 5
- 8 – 100 m BA Men
heats 1 – 5
- 9 – 100 m BU Women
heats 1 – 5
- 10 – 100 m BU Men
heats 1 – 5

SATURDAY

- 13 – 50 m FR Women
heats 1 – 5
- 14 – 50 m FR Men
heats 1 – 5
- 15 – 50 m BA Women
heats 1 – 5
- 16 – 50 m BA Men
heats 1 – 5
- 17 – 200 m BU Women
heats 1 – 4
- 18 – 200 m BU Men
heats 1 – 4
- 19 – 200 m BR Women
heats 1 – 5
- 20 – 200 m BR Men
heats 1 – 5

SUNDAY

- 25 – 100 m FR Women
heats 1 – 5
- 26 – 100 m FR Men
heats 1 – 5
- 27 – 100 m BR Women
heats 1 – 5
- 28 – 100 m BR Men
heats 1 – 5
- 29 – 200 m BA Women
heats 1 – 5
- 30 – 200 m BA Men
heats 1 – 5
- 31 – 50 m BU Women
heats 1 – 5
- 32 – 50 m BU Men
heats 1 – 5

30 minutes warm-up

- 1 – 50 m BR Women
heats 6 – 14
- 2 – 50 m BR Men
heats 6 – 14
- 3 – 200 m FR Women
heats 6 – 11
- 4 – 200 m FR Men
heats 6 – 11
- 5 – 200 m IM Women
heats 6 – 9
- 6 – 200 m IM Men
heats 6 – 9
- 7 – 100 m BA Women
heats 6 – 14
- 8 – 100 m BA Men
heats 6 – 13
- 9 – 100 m BU Women
heats 6 – 10
- 10 – 100 m BU Men
heats 6 – 10

30 minutes warm-up

- 13 – 50 m FR Women
heats 6 – 29
- 14 – 50 m FR Men
heats 6 – 27
- 15 – 50 m BA Women
heats 6 – 16
- 16 – 50 m BA Men
heats 6 – 14
- 19 – 200 m BR Women
heats 6 – 9
- 20 – 200 m BR Men
heats 6 – 9
- 21 – 400 m IM Women
heats 1 – 4
- 22 – 400 m IM Men
heats 1 – 4

30 minutes warm-up

- 25 – 100 m FR Women
heats 6 – 25
- 26 – 100 m FR Men
heats 6 – 25
- 27 – 100 m BR Women
heats 6 – 12
- 28 – 100 m BR Men
heats 6 – 11
- 29 – 200 m BA Women
heats 6 – 9
- 30 – 200 m BA Men
heats 6 – 9
- 31 – 50 m BU Women
heats 6 – 18
- 32 – 50 m BU Men
heats 6 – 20

PODUJATIE
PODPORILA

Nadácia **SPP**

DOOBEDNÝ PROGRAM PO ROZPLAVBÁCH



PIATOK

- 1 - 50 m P ženy
rozplavby 1 – 5
- 2 - 50 m P muži
rozplavby 1 – 5
- 3 - 200 m VS ženy
rozplavby 1 – 5
- 4 - 200 m VS muži
rozplavby 1 – 5
- 5 - 200 m PP ženy
rozplavby 1 – 5
- 6 - 200 m PP muži
rozplavby 1 – 5
- 7 - 100 m Z ženy
rozplavby 1 – 5
- 8 - 100 m Z muži
rozplavby 1 – 5
- 9 - 100 m M ženy
rozplavby 1 – 5
- 10 - 100 m M muži
rozplavby 1 – 5

SOBOTA

- 13 - 50 m VS ženy
rozplavby 1 – 5
- 14 - 50 m VS muži
rozplavby 1 – 5
- 15 - 50 m Z ženy
rozplavby 1 – 5
- 16 - 50 m Z muži
rozplavby 1 – 5
- 17 - 200 m M ženy
rozplavby 1 – 4
- 18 - 200 m M muži
rozplavby 1 – 4
- 19 - 200 m P ženy
rozplavby 1 – 5
- 20 - 200 m P muži
rozplavby 1 – 5

NEDEĽA

- 25 - 100 m VS ženy
rozplavby 1 – 5
- 26 - 100 m VS muži
rozplavby 1 – 5
- 27 - 100 m P ženy
rozplavby 1 – 5
- 28 - 100 m P muži
rozplavby 1 – 5
- 29 - 200 m Z ženy
rozplavby 1 – 5
- 30 - 200 m Z muži
rozplavby 1 – 5
- 31 - 50 m M ženy
rozplavby 1 – 5
- 32 - 50 m M muži
rozplavby 1 – 5

30 minút rozplávanie

- 1 - 50 m P ženy
rozplavby 6 – 14
- 2 - 50 m P muži
rozplavby 6 – 14
- 3 - 200 m VS ženy
rozplavby 6 – 11
- 4 - 200 m VS muži
rozplavby 6 – 11
- 5 - 200 m PP ženy
rozplavby 6 – 9
- 6 - 200 m PP muži
rozplavby 6 – 9
- 7 - 100 m Z ženy
rozplavby 6 – 14
- 8 - 100 m Z muži
rozplavby 6 – 13
- 9 - 100 m M ženy
rozplavby 6 – 10
- 10 - 100 m M muži
rozplavby 6 – 10

30 minút rozplávanie

- 13 - 50 m VS ženy
rozplavby 6 – 29
- 14 - 50 m VS muži
rozplavby 6 – 27
- 15 - 50 m Z ženy
rozplavby 6 – 16
- 16 - 50 m Z muži
rozplavby 6 – 14
- 19 - 200 m P ženy
rozplavby 6 – 9
- 20 - 200 m P muži
rozplavby 6 – 9
- 21 - 400 m PP ženy
rozplavby 1 – 4
- 22 - 400 m PP muži
rozplavby 1 – 4

30 minút rozplávanie

- 25 - 100 m VS ženy
rozplavby 6 – 25
- 26 - 100 m VS muži
rozplavby 6 – 25
- 27 - 100 m P ženy
rozplavby 6 – 12
- 28 - 100 m P muži
rozplavby 6 – 11
- 29 - 200 m Z ženy
rozplavby 6 – 9
- 30 - 200 m Z muži
rozplavby 6 – 9
- 31 - 50 m M ženy
rozplavby 6 – 18
- 32 - 50 m M muži
rozplavby 6 – 20

PODUJATIE
PODPORILA

Nadácia **SPP**