

Horario de la sesión No. 1 - 1ª SESIÓN

15/01/2021 - 10:00

10:00	Inicio Calentamiento					1:00		
11:00	Final Calentamiento							
11:00	1.	400m Libre	Masc.	Final contra reloj	ABSO	0:15	3 Series	22
11:15	2.	400m Libre	Fem.	Final contra reloj	ABSO	0:20	3 Series	19
11:35	3.	200m Estilos	Masc.	Final contra reloj	ABSO	0:10	3 Series	23
11:45	4.	200m Estilos	Fem.	Final contra reloj	ABSO	0:10	3 Series	22
11:55	5.	50m Libre	Masc.	Final contra reloj	ABSO	0:05	3 Series	22
12:00	6.	50m Libre	Fem.	Final contra reloj	ABSO		3 Series	23
12:00	7.	1500m Libre	Masc.	Final contra reloj	ABSO	0:45	2 Series	12
12:45	8.	1500m Libre	Fem.	Final contra reloj	ABSO	0:40	2 Series	12
13:25	9.	100m Mariposa	Masc.	Final contra reloj	ABSO	0:05	3 Series	22
13:30	10.	100m Mariposa	Fem.	Final contra reloj	ABSO	0:05	3 Series	19
13:35	11.	200m Braza	Masc.	Final contra reloj	ABSO	0:10	3 Series	20
13:45	12.	200m Braza	Fem.	Final contra reloj	ABSO	0:15	3 Series	19
14:00	13.	4 x 100m Estilos	Masc.	Final contra reloj	ABSO	0:05	1 Serie	8
14:05	14.	4 x 100m Estilos	Fem.	Final contra reloj	ABSO	0:05	1 Serie	8
14:10	FINAL 1ª SESIÓN							
14:10	Final de sesión:				Duración total	4:10		

Horario de la sesión No. 2 - 2ª SESIÓN

15/01/2021 - 16:00

16:00	Inicio Calentamiento					1:00		
17:00	Final Calentamiento							
17:00	15.	100m Espalda	Masc.	Final contra reloj	ABSO	0:05	3 Series	23
17:05	16.	100m Espalda	Fem.	Final contra reloj	ABSO	0:05	3 Series	20
17:10	17.	200m Libre	Masc.	Final contra reloj	ABSO	0:10	3 Series	19
17:20	18.	200m Libre	Fem.	Final contra reloj	ABSO	0:10	3 Series	20
17:30	19.	100m Braza	Masc.	Final contra reloj	ABSO	0:05	3 Series	20
17:35	20.	100m Braza	Fem.	Final contra reloj	ABSO	0:10	3 Series	21
17:45	21.	400m Estilos	Masc.	Final contra reloj	ABSO	0:10	2 Series	12
17:55	22.	400m Estilos	Fem.	Final contra reloj	ABSO	0:15	2 Series	13
18:10	23.	200m Espalda	Masc.	Final contra reloj	ABSO	0:10	3 Series	22
18:20	24.	200m Espalda	Fem.	Final contra reloj	ABSO	0:10	3 Series	17
18:30	25.	100m Libre	Masc.	Final contra reloj	ABSO	0:05	3 Series	23
18:35	26.	100m Libre	Fem.	Final contra reloj	ABSO	0:05	3 Series	21
18:40	27.	200m Mariposa	Masc.	Final contra reloj	ABSO	0:10	2 Series	14
18:50	28.	200m Mariposa	Fem.	Final contra reloj	ABSO	0:05	2 Series	14
18:55	29.	4 x 100m Libre	Masc.	Final contra reloj	ABSO	0:05	1 Serie	7
19:00	30.	4 x 100m Libre	Fem.	Final contra reloj	ABSO	0:05	1 Serie	7
19:05	FINAL 2ª SESIÓN							
19:05	Final de sesión:				Duración total	3:05		