

Horario de la sesión No. 1 - 1 SESIÓN

20/11/2021 - 13:00

13:00	Inicio Calentamiento					0:30		
13:30	Final Calentamiento							
13:30	1.	100m Libre	Fem.	Final contra reloj	20 - 89	0:10	4 Series	27
13:40	2.	100m Libre	Masc.	Final contra reloj	20 - 89	0:10	4 Series	29
13:50	3.	100m Espalda	Fem.	Final contra reloj	20 - 89	0:05	2 Series	10
13:55	4.	100m Espalda	Masc.	Final contra reloj	20 - 89	0:05	2 Series	16
14:00	5.	100m Mariposa	Fem.	Final contra reloj	20 - 89	0:05	2 Series	10
14:05	6.	100m Mariposa	Masc.	Final contra reloj	20 - 89	0:05	2 Series	9
14:10	7.	100m Braza	Fem.	Final contra reloj	20 - 89	0:10	3 Series	18
14:20	8.	100m Braza	Masc.	Final contra reloj	20 - 89	0:05	2 Series	13
14:25	9.	4 x 50m Libre	Mixtoed	Final contra reloj	80 - 399	0:05	2 Series	13
14:30	Final de sesión:				Duración total	1:30		