

Veiledende tidsskjema

14. mai 2011 kl. 10.00

Øvelse 1. 4*100m lag butterfly, damer	10.00
Øvelse 2. 4*100m lag butterfly, herrer	10.03
Øvelse 3. 200m rygg, damer	10.09
Øvelse 4. 200m individuell medley, herrer	10.25
Øvelse 5. 100m fri, damer	10.44
Øvelse 6. 1500m fri, herrer	10.58
Øvelse 7. 200m butterfly, damer	11.44
Øvelse 8. 100m bryst, herrer	11.55
Øvelse 9. 100m bryst, damer	12.06
Øvelse 10. 200m butterfly, herrer	12.19
Øvelse 11. 400m individuell medley, damer	12.26
Øvelse 12. 100m fri, herrer	12.36
Slutt	12.50

14. mai 2011 kl. 14.00

Øvelse 13. 4*100m lag rygg, damer	14.00
Øvelse 14. 4*100m lag rygg, herrer	14.03
Øvelse 15. 50m fri, damer	14.09
Øvelse 16. 400m individuell medley, herrer	14.19
Øvelse 17. 200m bryst, damer	14.29
Øvelse 18. 100m butterfly, herrer	14.46
Øvelse 19. 100m rygg, damer	14.56
Øvelse 20. 200m fri, herrer	15.06
Øvelse 21. 400m fri, damer	15.24
Øvelse 22. 200m rygg, herrer	15.48
Slutt	16.00

15. mai 2011 kl. 10.00

Øvelse 23. 4*100m lag bryst, damer	10.00
Øvelse 24. 4*100m lag bryst, herrer	10.03
Øvelse 25. 800m fri, damer	10.09
Øvelse 26. 50m fri, herrer	10.24
Øvelse 27. 100m butterfly, damer	10.36
Øvelse 28. 200m bryst, herrer	10.46
Pause	11.03
Øvelse 29. 200m fri, damer	11.33
Øvelse 30. 100m rygg, herrer	11.48
Øvelse 31. 200m individuell medley, damer	12.00
Øvelse 32. 400m fri, herrer	12.16
Øvelse 33. 4*100m lag medley, damer	12.40
Øvelse 34. 4*100m lag medley, herrer	12.46
Slutt	12.52