Veiledende tidsskjema – Adventsvøm 2011

Lørdag 3. desember 2011 kl. 10.00

Øvelse 1. 400m fri, herrer	10.00
Øvelse 2. 400m fri, damer	10.27
Øvelse 3. 50m rygg, herrer	10.58
Øvelse 4. 50m rygg, damer	11.04
Øvelse 5. 200m bryst, herrer	11.11
Øvelse 6. 200m bryst, damer	11.24
Øvelse 7. 50m fri, herrer	11.42
Øvelse 8. 50m fri, damer	11.54
Øvelse 9. 200m individuell medley, herrer	12.05
Øvelse 10. 200m individuell medley, damer	12.13
Øvelse 11. 4*100m individuell medley, mixed	12.30
Pause	***12.42***
Øvelse 12. og 13. Adventcup	***13.15***
Øvelse 14. 200m rygg, herrer	13.45
Øvelse 15. 200m rygg, damer	13.56
Øvelse 16. 50m bryst, herrer	14.09
Øvelse 17. 50m bryst, damer	14.19
Øvelse 18. 100m fri, herrer	14.29
Øvelse 19. 100m fri, damer	14.45
Øvelse 20. 50m butterfly, herrer	15.00
Øvelse 21. 50m butterfly, damer	15.05
Øvelse 22. 100m individuell medley, herrer	15.11
Øvelse 23. 100m individuell medley, damer	15.20
Slutt	