Veiledende tidsskjema – Adventsvøm 2012

Lørdag 24. november 2012 kl. 10.00

Øvelse 1. 400m fri, herrer	10.00
Øvelse 2. 400m fri, damer	10.31
Øvelse 3. 50m rygg, herrer	11.08
Øvelse 4. 50m rygg, damer	11.15
Øvelse 5. 200m bryst, herrer	11.27
Øvelse 6. 200m bryst, damer	11.49
Øvelse 7. 50m fri, herrer	12.23
Øvelse 8. 50m fri, damer	12.34
Øvelse 9. 200m individuell medley, herrer	12.52
Øvelse 10. 200m individuell medley, damer	13.09
Øvelse 11. 4*100m individuell medley, mixed	13.26
Pause	***13.46***
Øvelse 12. og 13. Adventcup	***14.15***
Øvelse 14. 200m rygg, herrer	14.45
Øvelse 15. 200m rygg, damer	14.58
Øvelse 16. 50m bryst, herrer	15.15
Øvelse 17. 50m bryst, damer	15.25
Øvelse 18. 100m fri, herrer	15.41
Øvelse 19. 100m fri, damer	15.53
Øvelse 20. 50m butterfly, herrer	16.12
Øvelse 21. 50m butterfly, damer	16.17
Øvelse 22. 100m individuell medley, herrer	16.25
Øvelse 23. 100m individuell medley, damer	16.32
Slutt	***16.45***