Foreløpig tidskjema før lagledermøte

6. desember 2014 kl. 12.00

Øvelse 1. 400m fri, herrer	12.00
Øvelse 2. 400m fri, damer	12.14
Øvelse 3. 100m bryst, herrer	12.46
Øvelse 4. 100m bryst, damer	12.55
Øvelse 5. 50m fri, herrer	13.06
Øvelse 6. 50m fri, damer	13.14
Øvelse 7. 200m rygg, herrer	13.24
Øvelse 8. 200m rygg, damer	13.34
Pause	***13.47***
Øvelse 9. 100m butterfly, herrer	14.17
Øvelse 10. 100m butterfly, damer	14.23
Øvelse 11. 50m rygg, herrer	14.32
Øvelse 12. 50m rygg, damer	14.39
Øvelse 13. 50m bryst, herrer	14.46
Øvelse 14. 50m bryst, damer	14.54
Pause	***15.04***
Øvelse 15. 4*50m fri, herrer	15.14
Øvelse 16. 4*50m fri, damer	15.18
Slutt	***15.26***

7. desember 2014 kl. 09.00

Øvelse 17. 200m butterfly, herrer	09.00
Øvelse 18. 200m butterfly, damer	09.04
Øvelse 19. 100m rygg, herrer	09.09
Øvelse 20. 100m rygg, damer	09.18
Øvelse 21. 200m bryst, herrer	09.32
Øvelse 22. 200m bryst, damer	09.47
Pause	***10.06***
Øvelse 23. 200m individuell medley, herrer	10.36
Øvelse 24. 200m individuell medley, damer	10.51
Øvelse 25. 100m fri, herrer	11.09
Øvelse 26. 100m fri, damer	11.19
Øvelse 27. 50m butterfly, herrer	11.31
Øvelse 28. 50m butterfly, damer	11.38
Pause	***11.48***
Øvelse 29. 4*50m lag medley, herrer	11.58
Øvelse 30. 4*50m lag medley, damer	12.03
Slutt	***12.12***