



OSLO IDRETTSLAG

SVØMMING - Fokus på utvikling!

Endring av tidspunkt, 2.økt lørdag (Eldre: 2001- o.e)

Vi gjør oppmerksomme på at lørdagens økt nr. 2 for 2001 og eldre er fremskjøvet en time. Stevnestart økt 2 vil derfor være kl. 13:00. Se under for oppdatert tidsplan for OI Open vår 09.-10.mai 2015 på Tøyenbadet.

Tidsplan

9. mai 2015 kl. 09.00 (Yngre: 2002-2005)

Innsvømming	08.00
<i>Lagledermøte</i>	<i>08.00</i>
<i>Dommermøte</i>	<i>08.30</i>
Øvelse 1. 200m fri, herrer	09.00
Øvelse 2. 200m fri, damer	09.29
Øvelse 3. 50m butterfly, herrer	10.16
Øvelse 4. 50m butterfly, damer	10.26
Øvelse 5. 100m rygg, herrer	10.43
Øvelse 6. 100m rygg, damer	10.59
Øvelse 7. 200m butterfly, herrer	11.31
Øvelse 8. 200m butterfly, damer	11.36
Slutt	11.40

9. mai 2015 kl. 13.00 (Eldre: 2001 – o.e)

Innsvømming	11.45
Øvelse 9. 200m fri, herrer	13.00
Øvelse 10. 200m fri, damer	13.19
Øvelse 11. 50m butterfly, herrer	13.39
Øvelse 12. 50m butterfly, damer	13.46
Øvelse 13. 100m rygg, herrer	13.53
Øvelse 14. 100m rygg, damer	14.05
Øvelse 15. 200m butterfly, herrer	14.19
Øvelse 16. 200m butterfly, damer	14.27
Øvelse 17. 1500m fri, herrer	14.34
Slutt	15.14



OSLO IDRETTSLAG

SVØMMING - *Fokus på utvikling!*

10. mai 2015 kl. 09.00 (Yngre: 2002-2005)

Innsvømming	08.00
<i>Dommermøte</i>	<i>08:30</i>
Øvelse 18. 100m fri, herrer	09.00
Øvelse 19. 100m fri, herrer	09.19
Øvelse 20. 200m individuell medley, herrer	09.49
Øvelse 21. 200m individuell medley, damer	10.15
Øvelse 22. 100m bryst, herrer	10.58
Øvelse 23. 100m bryst, damer	11.21
Øvelse 24. 50m fri, herrer	12.00
Øvelse 25. 50m fri, damer	12.13
Utdeling av bestemannspremie Yngre	12:35
Slutt	12.35

10. mai 2015 kl. 14.00 (Eldre: 2001 – o.e)

Innsvømming	12.45
Øvelse 26. 100m fri, herrer	14.00
Øvelse 27. 100m fri, damer	14.19
Øvelse 28. 200m individuell medley, herrer	14.33
Øvelse 29. 200m individuell medley, damer	14.50
Øvelse 30. 100m bryst, herrer	15.05
Øvelse 31. 100m bryst, damer	15.22
Øvelse 32. 50m fri, herrer	15.35
Øvelse 33. 50m fri, damer	15.47
Øvelse 34. 1500m fri, damer	15.59
Utdeling av bestemannspremie eldre	16:25
Slutt	16.25