3. januar 2016 kl. 10.00

Øvelse 1. 100m fri, damer	10.00
Øvelse 2. 100m fri, herrer	10.19
Øvelse 3. 200m bryst, damer	10.31
Øvelse 4. 200m bryst, herrer	10.56
Øvelse 5. 50m rygg, damer	11.24
Øvelse 6. 50m rygg, herrer	11.34
Øvelse 7. 100m individuell medley, damer	11.40
Øvelse 8. 100m individuell medley, herrer	11.57
Øvelse 9. 200m fri, damer	12.06
Øvelse 10. 200m fri, herrer	12.14
Øvelse 11. 50m bryst, damer	12.24
Øvelse 12. 50m bryst, herrer	12.34
Øvelse 13. 100m butterfly, damer	12.42
Øvelse 14. 100m butterfly, herrer	12.57
Øvelse 15. 4*50m lag medley, damer	13.04
Øvelse 16. 4*50m lag medley, herrer	13.14
Pause	***13.22***
Øvelse 17. 400m fri, damer	14.00
Øvelse 18. 400m fri, herrer	14.55
Øvelse 19. 100m rygg, damer	15.31
Øvelse 20. 100m rygg, herrer	15.41
Øvelse 21. 200m individuell medley, damer	15.50
Øvelse 22. 200m individuell medley, herrer	16.06
Øvelse 23. 50m butterfly, damer	16.24
Øvelse 24. 50m butterfly, herrer	16.34
Øvelse 25. 100m bryst, damer	16.40
Øvelse 26. 100m bryst, herrer	16.50
Øvelse 27. 50m fri, damer	16.55
Øvelse 28. 50m fri, herrer	17.06
Øvelse 29. 200m rygg, damer	17.12
Øvelse 30. 200m rygg, herrer	17.36
Øvelse 31. 1500m fri, damer	17.57
Øvelse 32. 1500m fri, herrer	18.40
Slutt	***19.22***

Foreløpig tidsskjema med forbehold