

Veiledende tidsskjema LÅMØ Øst 2017

Fredag 10. februar 2017 kl. 13.40

<i>Innsvømming avsluttes</i>	13.40
<i>Innmarsj dommere</i>	13.45
<i>Velkommen fra Lambertseter</i>	13.47
<i>Åpning av Cato Bratbakk, president i NSF</i>	13.52
Øvelse 1. 50m butterfly, jenter - født 2006	14.00
Øvelse 2. 50m butterfly, gutter - født 2006	14.08
<i>Premeiutdeling 2006</i>	14.14
Øvelse 3. 100m butterfly, jenter - født 2005	14.19
Øvelse 4. 100m butterfly, gutter - født 2005	14.44
<i>Premeiutdeling 2005</i>	15.01
Øvelse 5. 400m fri, jenter - født 2004	15.06
Øvelse 6. 400m fri, gutter - født 2004	15.31
<i>Premeiutdeling 2004</i>	15.55
Øvelse 7. 400m fri, jenter - født 2003	16.00
Øvelse 8. 400m fri, gutter - født 2003	16.23
<i>Premeiutdeling 2003</i>	16.46
Øvelse 9. 400m fri, jenter - født 2002	16.51
Øvelse 10. 400m fri, gutter - født 2002	17.14
<i>Premeiutdeling 2002</i>	17.35
Øvelse 11. 400m fri, jenter - født 2001	17.40
Øvelse 12. 400m fri, gutter - født 2001	18.03
<i>Premeiutdeling 2001</i>	18.24
Slutt	18.28

Lørdag 11. februar 2017 kl. 09.00

Øvelse 13. 400m fri, jenter - født 2006	09.00
Øvelse 14. 400m fri, gutter - født 2006	09.41
<i>Premeiutdeling 2006</i>	<i>10.13</i>
Øvelse 15. 400m fri, jenter - født 2005	10.18
Øvelse 16. 400m fri, gutter - født 2005	11.31
<i>Premeiutdeling 2005</i>	<i>12.20</i>
Øvelse 17. 100m butterfly, jenter - født 2004	12.25
Øvelse 18. 100m butterfly, gutter - født 2004	12.34
<i>Premeiutdeling 2004</i>	<i>12.42</i>
Øvelse 19. 100m butterfly, jenter - født 2003	12.47
Øvelse 20. 100m butterfly, gutter - født 2003	12.56
<i>Premeiutdeling 2003</i>	<i>13.04</i>
Øvelse 21. 100m butterfly, jenter - født 2002	13.09
Øvelse 22. 100m butterfly, gutter - født 2002	13.17
<i>Premeiutdeling 2002</i>	<i>13.24</i>
Øvelse 23. 100m butterfly, jenter - født 2001	13.29
Øvelse 24. 100m butterfly, gutter - født 2001	13.37
<i>Premeiutdeling 2001</i>	<i>13.44</i>
Slutt	13.47

Lørdag 11. februar 2017 kl. 15.00

Øvelse 25. 100m bryst, jenter - født 2006	15.00
Øvelse 26. 100m bryst, gutter - født 2006	15.14
<i>Premeiutdeling 2006</i>	<i>15.24</i>
Øvelse 27. 200m bryst, jenter - født 2005	15.29
Øvelse 28. 200m bryst, gutter - født 2005	16.14
<i>Premeiutdeling 2005</i>	<i>16.45</i>
Øvelse 29. 200m bryst, jenter - født 2004	16.50
Øvelse 30. 200m bryst, gutter - født 2004	17.06
<i>Premeiutdeling 2004</i>	<i>17.22</i>
Øvelse 31. 200m bryst, jenter - født 2003	17.27
Øvelse 32. 200m bryst, gutter - født 2003	17.43
<i>Premeiutdeling 2003</i>	<i>17.58</i>
Øvelse 33. 200m bryst, jenter - født 2002	18.03
Øvelse 34. 200m bryst, gutter - født 2002	18.18
<i>Premeiutdeling 2002</i>	<i>18.32</i>
Øvelse 35. 200m bryst, jenter - født 2001	18.37
Øvelse 36. 200m bryst, gutter - født 2001	18.52
<i>Premeiutdeling 2001</i>	<i>19.06</i>
Slutt	19.10

Søndag 12. februar 2017 kl. 09.00

Øvelse 37. 100m rygg, jenter - født 2006	09.00
Øvelse 38. 100m rygg, gutter - født 2006	09.13
<i>Premeiutdeling 2006</i>	<i>09.22</i>
Øvelse 39. 200m rygg, jenter - født 2005	09.27
Øvelse 40. 200m rygg, gutter - født 2005	10.08
<i>Premeiutdeling 2005</i>	<i>10.36</i>
Øvelse 41. 200m rygg, jenter - født 2004	10.41
Øvelse 42. 200m rygg, gutter - født 2004	10.56
<i>Premeiutdeling 2004</i>	<i>11.10</i>
Øvelse 43. 200m rygg, jenter - født 2003	11.15
Øvelse 44. 200m rygg, gutter - født 2003	11.29
<i>Premeiutdeling 2003</i>	<i>11.42</i>
Øvelse 45. 200m rygg, jenter - født 2002	11.47
Øvelse 46. 200m rygg, gutter - født 2002	12.01
<i>Premeiutdeling 2002</i>	<i>12.13</i>
Øvelse 47. 200m rygg, jenter - født 2001	12.18
Øvelse 48. 200m rygg, gutter - født 2001	12.32
<i>Premeiutdeling 2001</i>	<i>12.44</i>
Slutt	12.48

Søndag 12. februar 2017 kl. 14.00

Øvelse 49. 200m individuell medley, jenter - født 2006	14.00
Øvelse 50. 200m individuell medley, gutter - født 2006	14.23
<i>Premeiutdeling 2006</i>	<i>14.41</i>
Øvelse 51. 200m individuell medley, jenter - født 2005	14.46
Øvelse 52. 200m individuell medley, gutter - født 2005	15.28
<i>Premeiutdeling 2005</i>	<i>15.56</i>
Øvelse 53. 200m individuell medley, jenter - født 2004	16.01
Øvelse 54. 200m individuell medley, gutter - født 2004	16.16
<i>Premeiutdeling 2004</i>	<i>16.30</i>
Øvelse 55. 200m individuell medley, jenter - født 2003	16.35
Øvelse 56. 200m individuell medley, gutter - født 2003	16.49
<i>Premeiutdeling 2003</i>	<i>17.02</i>
Øvelse 57. 200m individuell medley, jenter - født 2002	17.07
Øvelse 58. 200m individuell medley, gutter - født 2002	17.21
<i>Premeiutdeling 2002</i>	<i>17.34</i>
Øvelse 59. 200m individuell medley, jenter - født 2001	17.39
Øvelse 60. 200m individuell medley, gutter - født 2001	17.53
<i>Premeiutdeling 2001</i>	<i>18.05</i>
<i>Premeiutdeling sammenlagt</i>	<i>18.10</i>
Slutt	18.30