

Tidsskjema LÅMØ Vest 17-19.03.2023

Innsvømming

12.00-13.30

Fredag 17. mars 2023 kl. 14.00 - Fredag

Øvelse 3. 50m butterfly, jenter - født 2012	14.00
Øvelse 4. 50m butterfly, gutter - født 2012	14.11
<i>Premieutdeling 2012</i>	<i>14.17</i>
Øvelse 5. 100m butterfly, jenter - født 2011	14.22
Øvelse 6. 100m butterfly, gutter - født 2011	14.33
<i>Premieutdeling 2011</i>	<i>14.42</i>
Øvelse 7. 400m fri, jenter - født 2010	14.47
Øvelse 8. 400m fri, gutter - født 2010	15.08
<i>Premieutdeling 2010</i>	<i>15.28</i>
Øvelse 9. 400m fri, jenter - født 2009	15.33
Øvelse 10. 400m fri, gutter - født 2009	15.54
<i>Premieutdeling 2009</i>	<i>16.13</i>
Øvelse 11. 400m fri, jenter - født 2008	16.18
Øvelse 12. 400m fri, gutter - født 2008	16.38
<i>Premieutdeling 2008</i>	<i>16.57</i>
Øvelse 13. 400m fri, jenter - født 2007	17.02
Øvelse 14. 400m fri, gutter - født 2007	17.22
<i>Premieutdeling 2007</i>	<i>17.40</i>
Slutt	17.44



Lørdag 18. mars 2023 kl. 09.00 - Lørdag økt 1

Innsvømming	07.00-08.45
Øvelse 17. 200m fri, jenter - født 2012	09.00
Øvelse 18. 200m fri, gutter - født 2012	09.25
<i>Premieutdeling 2012</i>	<i>09.40</i>
Øvelse 19. 400m fri, jenter - født 2011	09.45
Øvelse 20. 400m fri, gutter - født 2011	10.10
<i>Premieutdeling 2011</i>	<i>10.33</i>
Øvelse 21. 100m butterfly, jenter - født 2010	10.38
Øvelse 22. 100m butterfly, gutter - født 2010	10.47
<i>Premieutdeling 2010</i>	<i>10.55</i>
Øvelse 23. 100m butterfly, jenter - født 2009	11.00
Øvelse 24. 100m butterfly, gutter - født 2009	11.09
<i>Premieutdeling 2009</i>	<i>11.16</i>
Øvelse 25. 100m butterfly, jenter - født 2008	11.21
Øvelse 26. 100m butterfly, gutter - født 2008	11.29
<i>Premieutdeling 2008</i>	<i>11.36</i>
Øvelse 27. 100m butterfly, jenter - født 2007	11.41
Øvelse 28. 100m butterfly, gutter - født 2007	11.49
<i>Premieutdeling 2007</i>	<i>11.56</i>
Slutt	12.00

Lørdag 18. mars 2023 kl. 15.00 - Lørdag økt 2

Innsvømming	13.45-14.45
Øvelse 31. 100m bryst, jenter - født 2012	15.00
Øvelse 32. 100m bryst, gutter - født 2012	15.17
<i>Premieutdeling 2012</i>	<i>15.27</i>
Øvelse 33. 200m bryst, jenter - født 2011	15.32
Øvelse 34. 200m bryst, gutter - født 2011	15.49
<i>Premieutdeling 2011</i>	<i>16.04</i>
Øvelse 35. 200m bryst, jenter - født 2010	16.09
Øvelse 36. 200m bryst, gutter - født 2010	16.24
<i>Premieutdeling 2010</i>	<i>16.38</i>
Øvelse 37. 200m bryst, jenter - født 2009	16.43
Øvelse 38. 200m bryst, gutter - født 2009	16.57
<i>Premieutdeling 2009</i>	<i>17.10</i>
Øvelse 39. 200m bryst, jenter - født 2008	17.15
Øvelse 40. 200m bryst, gutter - født 2008	17.29
<i>Premieutdeling 2008</i>	<i>17.42</i>
Øvelse 41. 200m bryst, jenter - født 2007	17.47
Øvelse 42. 200m bryst, gutter - født 2007	18.01
<i>Premieutdeling 2007</i>	<i>18.13</i>
Slutt	18.17



Søndag 19. mars 2023 kl. 09.00 - Søndag økt 1

Innsvømming	07.00-08.45
Øvelse 45. 100m rygg, jenter - født 2012	09.00
Øvelse 46. 100m rygg, gutter - født 2012	09.17
<i>Premieutdeling 2012</i>	09.27
Øvelse 47. 200m rygg, jenter - født 2011	09.32
Øvelse 48. 200m rygg, gutter - født 2011	09.48
<i>Premieutdeling 2011</i>	10.02
Øvelse 49. 200m rygg, jenter - født 2010	10.08
Øvelse 50. 200m rygg, gutter - født 2010	10.22
<i>Premieutdeling 2010</i>	10.35
Øvelse 51. 200m rygg, jenter - født 2009	10.40
Øvelse 52. 200m rygg, gutter - født 2009	10.54
<i>Premieutdeling 2009</i>	11.06
Øvelse 53. 200m rygg, jenter - født 2008	11.12
Øvelse 54. 200m rygg, gutter - født 2008	11.26
<i>Premieutdeling 2008</i>	11.38
Øvelse 55. 200m rygg, jenter - født 2007	11.43
Øvelse 56. 200m rygg, gutter - født 2007	11.56
<i>Premieutdeling 2007</i>	12.08
Slutt	12.12

Søndag 19. mars 2023 kl. 14.00 - Søndag økt 2

Innsvømming	12.45-13.45
Øvelse 59. 100m individuell medley, jenter - født 2012	14.00
Øvelse 60. 100m individuell medley, gutter - født 2012	14.15
<i>Premieutdeling 2012</i>	14.24
Øvelse 61. 200m individuell medley, jenter - født 2011	14.29
Øvelse 62. 200m individuell medley, gutter - født 2011	14.45
<i>Premieutdeling 2011</i>	14.59
Øvelse 63. 200m individuell medley, jenter - født 2010	15.04
Øvelse 64. 200m individuell medley, gutter - født 2010	15.18
<i>Premieutdeling 2010</i>	15.31
Øvelse 65. 200m individuell medley, jenter - født 2009	15.36
Øvelse 66. 200m individuell medley, gutter - født 2009	15.49
<i>Premieutdeling 2009</i>	16.01
Øvelse 67. 200m individuell medley, jenter - født 2008	16.06
Øvelse 68. 200m individuell medley, gutter - født 2008	16.19
<i>Premieutdeling 2008</i>	16.31
Øvelse 69. 200m individuell medley, jenter - født 2007	16.36
Øvelse 70. 200m individuell medley, gutter - født 2007	16.49
<i>Premieutdeling 2007</i>	17.00
<i>Premieutdeling sammenlagt</i>	
Slutt	17.25