

Lørdag 22. april 2023 kl. 10.00

Øvelse 1. 800m fri, damer	10.00
Øvelse 2. 800m fri, herrer	10.16
Slutt	10.45

Lørdag 22. april 2023 kl. 11.30 Rekrutt

Øvelse 1. 25m fri, mixed	11.30
Øvelse 2. 25m rygg, mixed	12.01
Øvelse 3. 50m bryst, mixed	12.25
Øvelse 4. 25m butterfly, mixed	12.50
Øvelse 5. 4*25m fri, mixed	13.01
Slutt	13.10

Lørdag 22. april 2023 kl. 15.00

Øvelse 4. 200m butterfly, herrer	15.00
Øvelse 5. 100m rygg, damer	15.04
Øvelse 6. 100m rygg, herrer	15.16
Pause	15.19
Øvelse 7. 50m fri, damer	15.34
Øvelse 8. 50m fri, herrer	15.43
Øvelse 9. 100m bryst, damer	15.50
Øvelse 10. 100m bryst, herrer	16.03
Øvelse 11. 50m rygg, damer	16.11
Øvelse 12. 50m rygg, herrer	16.20
Pause	16.28
Øvelse 13. 6*100m individuell medley, mixed	16.44
Slutt	16.47

Søndag 23. april 2023 kl. 09.00

Øvelse 14. 400m individuell medley, herrer	09.00
Øvelse 15. 400m individuell medley, damer	09.09
Slutt	09.12

Søndag 23. april 2023 kl. 09.30 Rekrutt

Øvelse 6. 25m bryst, mixed	09.30
Øvelse 7. 50m fri, mixed	10.01
Øvelse 8. 4*25m fri, mixed	10.29
Slutt	10.38

Søndag 23. april 2023 kl. 11.00

Øvelse 16. 50m butterfly, herrer	11.00
Øvelse 17. 50m butterfly, damer	11.06
Øvelse 18. 200m fri, herrer	11.13
Øvelse 19. 200m fri, damer	11.22

<i>Pause</i>	<i>11.37</i>
Øvelse 20. 50m bryst, herrer	11.52
Øvelse 21. 50m bryst, damer	11.59
Øvelse 22. 100m individuell medley, herrer	12.10
Øvelse 23. 100m individuell medley, damer	12.18
<i>Pause</i>	<i>12.28</i>
Øvelse 24. 4*50m fri, mixed	12.43
<i>Slutt</i>	<i>12.52</i>