

Lørdag 28. januar 2023 kl. 10.00

Øvelse 1. 4*50m fri, herrer	10.00
Øvelse 2. 4*50m fri, damer	10.08
Pause	10.16
Øvelse 3. 100m bryst, herrer	10.31
Øvelse 4. 100m bryst, damer	10.41
Øvelse 5. 400m fri, herrer	10.59
Øvelse 6. 400m fri, damer	11.24
Øvelse 7. 50m butterfly, herrer	11.48
Øvelse 8. 50m butterfly, damer	11.54
Slutt	11.59

Lørdag 28. januar 2023 kl. 13.00 Rekrutt

Øvelse 1. 25m fri, mixed	13.00
Øvelse 2. 100m fri, mixed	13.25
Øvelse 3. 25m rygg, mixed	13.31
Øvelse 4. 4*25m fri, mixed	13.58
Slutt	14.04

Lørdag 28. januar 2023 kl. 15.00

Øvelse 9. 200m rygg, herrer	15.00
Øvelse 10. 200m rygg, damer	15.10
Øvelse 11. 50m fri, herrer	15.26
Øvelse 12. 50m fri, damer	15.36
Øvelse 13. 200m individuell medley, herrer	15.49
Øvelse 14. 200m individuell medley, damer	15.59
Øvelse 15. 50m bryst, herrer	16.09
Øvelse 16. 50m bryst, damer	16.25
Slutt	16.40

Søndag 29. januar 2023 kl. 09.00

Øvelse 17. 100m rygg, damer	09.00
Øvelse 18. 100m rygg, herrer	09.14
Øvelse 19. 200m bryst, damer	09.24
Øvelse 20. 200m bryst, herrer	09.45
Øvelse 21. 100m individuell medley, damer	10.00
Øvelse 22. 100m individuell medley, herrer	10.09
Slutt	10.17

Søndag 29. januar 2023 kl. 11.00

Øvelse 5. 50m bryst, mixed	11.00
Øvelse 6. 25m rygg, mixed	11.17
Øvelse 7. 50m fri, mixed	11.41
Øvelse 8. 25m butterfly, mixed	12.06
Slutt	12.09

Søndag 29. januar 2023 kl. 13.00

Øvelse 23. 6*50m bryst, mixed	13.00
Pause	13.14
Øvelse 24. 100m butterfly, damer	13.29
Øvelse 25. 100m butterfly, herrer	13.39
Øvelse 26. 200m fri, damer	13.48
Øvelse 27. 200m fri, herrer	14.03
Øvelse 28. 50m rygg, damer	14.19
Øvelse 29. 50m rygg, herrer	14.30
Slutt	14.38