

Lørdag 25. mars 2023 kl. 09.00

Øvelse 1. 100m fri, damer	09.00
Øvelse 2. 4*50m fri, mixed	09.18
Øvelse 3. 200m individuell medley, damer	09.27
Øvelse 4. 200m individuell medley, herrer	09.32
Øvelse 5. 100m rygg, damer	09.48
Øvelse 6. 100m rygg, herrer	10.02
Øvelse 7. 50m butterfly, damer	10.13
Øvelse 8. 50m butterfly, herrer	10.20
Øvelse 9. 50m fri, damer	10.27
Øvelse 10. 50m fri, herrer	10.37
Slutt	10.48

Lørdag 25. mars 2023 kl. 12.00

Øvelse 11. 100m fri, damer	12.00
Øvelse 12. 100m fri, herrer	12.43
Øvelse 13. 200m individuell medley, damer	13.09
Øvelse 14. 200m individuell medley, herrer	13.25
Øvelse 15. 100m rygg, damer	13.44
Øvelse 16. 100m rygg, herrer	14.14
Pause	14.32
Øvelse 17. 50m butterfly, damer	15.00
Øvelse 18. 50m butterfly, herrer	15.18
Øvelse 19. 50m fri, damer	15.33
Øvelse 20. 50m fri, herrer	15.57
Øvelse 21. 1500m fri, damer	16.15
Slutt	17.24

Søndag 26. mars 2023 kl. 09.00

Øvelse 22. 100m fri, herrer	09.00
Øvelse 23. 4*50m lag medley, mixed	09.12
Øvelse 24. 100m bryst, herrer	09.22
Øvelse 25. 100m bryst, damer	09.36
Øvelse 26. 200m butterfly, herrer	09.58
Øvelse 27. 200m butterfly, damer	10.02
Øvelse 28. 200m fri, herrer	10.06
Øvelse 29. 200m fri, damer	10.15
Øvelse 30. 50m rygg, herrer	10.28
Øvelse 31. 50m rygg, damer	10.36
Slutt	10.48

Søndag 26. mars 2023 kl. 12.00

Øvelse 32. 400m individuell medley, herrer	12.00
Øvelse 33. 400m individuell medley, damer	12.20
Øvelse 34. 100m bryst, herrer	12.41
Øvelse 35. 100m bryst, damer	13.06
Øvelse 36. 200m butterfly, herrer	13.46
Øvelse 37. 200m butterfly, damer	13.56
Øvelse 38. 200m fri, herrer	14.04

<i>Pause</i>	<i>14.37</i>
Øvelse 39. 200m fri, damer	15.00
Øvelse 40. 50m rygg, herrer	15.49
Øvelse 41. 50m rygg, damer	16.03
Øvelse 42. 1500m fri, herrer	16.27
<i>Slutt</i>	<i>17.32</i>