

**Lørdag 11. januar 2025 kl. 11.00**

**Øvelse 1. 400m fri, damer 11.00**

Heat 1 11.00

Heat 2 11.08

Heat 3 11.15

**Øvelse 2. 400m fri, herrer 11.22**

Heat 1 11.22

Heat 2 11.29

**Øvelse 3. 50m rygg, damer 11.36**

Heat 1 11.36

Heat 2 11.38

Heat 3 11.40

Heat 4 11.42

**Øvelse 4. 50m rygg, herrer 11.44**

Heat 1 11.44

Heat 2 11.46

**Øvelse 5. 100m bryst, damer 11.48**

Heat 1 11.48

Heat 2 11.51

Heat 3 11.54

**Øvelse 6. 100m bryst, herrer 11.57**

Heat 1 11.57

Heat 2 12.00

Heat 3 12.02

**Øvelse 7. 100m individuell medley, damer 12.05**

Heat 1 12.05

Heat 2 12.07

Heat 3 12.09

**Øvelse 8. 100m individuell medley, herrer 12.13**

Heat 1 12.13

Heat 2 12.15

**Pause 12.18**

**Slutt**

**Lørdag 11. januar 2025 kl. 16.00**

**Øvelse 11. 200m bryst, damer 16.00**

Heat 1 16.00

Heat 2 16.05

**Øvelse 12. 200m bryst, herrer 16.10**

Heat 1 16.10

Heat 2 16.15

**Øvelse 13. 50m butterfly, damer 16.19**

Heat 1 16.19

Heat 2 16.20

Heat 3 16.22

**Øvelse 14. 50m butterfly, herrer 16.24**

Heat 1 16.24

Heat 2 16.25

**Øvelse 15. 200m individuell medley, damer 16.27**

Heat 1 16.27

Heat 2 16.32

Heat 3 16.37

Heat 4 16.41

**Øvelse 16. 200m individuell medley, herrer 16.46**

Heat 1 16.46

Heat 2 16.50

**Pause 16.55**

**Øvelse 17. 800m fri, damer 17.10**

Heat 1 17.10

**Øvelse 18. 800m fri, herrer 17.25**

Heat 1 17.25

**Slutt 17.37**

**Søndag 12. januar 2025 kl. 09.00**

**Øvelse 19. 400m individuell medley, herrer 09.00**

Heat 1 09.00

**Øvelse 20. 400m individuell medley, damer 09.08**

Heat 1 09.08

**Øvelse 21. 100m fri, herrer 09.17**

Heat 1 09.17

Heat 2 09.19

Heat 3 09.22

**Øvelse 22. 100m fri, damer 09.24**

Heat 1 09.24

Heat 2 09.26

Heat 3 09.29

Heat 4 09.31

Heat 5 09.34

**Øvelse 23. 50m bryst, herrer 09.36**

Heat 1 09.36

Heat 2 09.38

Heat 3 09.39

**Øvelse 24. 50m bryst, damer 09.41**

Heat 1 09.41

Heat 2 09.43

Heat 3 09.45

Heat 4 09.46

Heat 5 09.48

**Øvelse 25. 200m rygg, herrer 09.51**

Heat 1 09.51

Heat 2 09.55

**Øvelse 26. 200m rygg, damer 10.00**

Heat 1 10.00

Heat 2 10.05

Heat 3 10.10

**Pause 10.14**

**Slutt**

**Søndag 12. januar 2025 kl. 12.30**

**Øvelse 29. 100m butterfly, herrer 12.30**

Heat 1 12.30

Heat 2 12.32

**Øvelse 30. 100m butterfly, damer 12.35**

Heat 1 12.35

Heat 2 12.37

Heat 3 12.40

**Øvelse 31. 50m fri, herrer 12.43**

Heat 1 12.43

Heat 2 12.45

Heat 3 12.46

Heat 4 12.47

**Øvelse 32. 50m fri, damer 12.50**

Heat 1 12.50

Heat 2 12.51

Heat 3 12.53

Heat 4 12.54

Heat 5 12.56

Heat 6 12.57

**Øvelse 33. 100m rygg, herrer 13.00**

Heat 1 13.00

Heat 2 13.02

**Øvelse 34. 100m rygg, damer 13.06**

Heat 1 13.06

Heat 2 13.09

**Pause 13.12**

**Slutt**