

## **Lørdag 30. mai 2026 kl. 09.30**

### **Øvelse 1. 4\*50m fri, mixed** **09.30**

Heat 1	09.30
Heat 2	09.33
Heat 3	09.36
Heat 4	09.39
Heat 5	09.42
Heat 6	09.46

### **Øvelse 2. 400m individuell medley, damer** **09.50**

Heat 1	09.50
Heat 2	09.59
Heat 3	10.08
Heat 4	10.17
Heat 5	10.26

### **Øvelse 3. 200m butterfly, herrer** **10.35**

Heat 1	10.35
Heat 2	10.40
Heat 3	10.45
Heat 4	10.50

### **Øvelse 4. 50m butterfly, damer** **10.55**

Heat 1	10.55
Heat 2	10.56
Heat 3	10.58
Heat 4	11.00
Heat 5	11.02
Heat 6	11.03
Heat 7	11.05
Heat 8	11.06
Heat 9	11.08
Heat 10	11.09
Heat 11	11.10
Heat 12	11.12
Heat 13	11.14

### **Øvelse 5. 100m fri, herrer** **11.17**

Heat 1	11.17
Heat 2	11.19
Heat 3	11.22
Heat 4	11.24
Heat 5	11.27
Heat 6	11.29
Heat 7	11.31
Heat 8	11.33
Heat 9	11.35
Heat 10	11.37
Heat 11	11.39
Heat 12	11.41
Heat 13	11.43
Heat 14	11.46

### ***Pause*** ***11.48***

### **Øvelse 6. 100m rygg, damer** **12.45**

Heat 1	12.45
Heat 2	12.48
Heat 3	12.51
Heat 4	12.54

Heat 5	12.57	
Heat 6	13.00	
Heat 7	13.03	
Heat 8	13.06	
Heat 9	13.08	
Heat 10	13.11	
Heat 11	13.13	
Heat 12	13.16	
Heat 13	13.18	
Heat 14	13.21	
<b>Øvelse 7. 50m bryst, herrer</b>		<b>13.25</b>
Heat 1	13.25	
Heat 2	13.26	
Heat 3	13.28	
Heat 4	13.30	
Heat 5	13.32	
Heat 6	13.34	
Heat 7	13.35	
Heat 8	13.37	
Heat 9	13.38	
Heat 10	13.40	
Heat 11	13.41	
Heat 12	13.43	
Heat 13	13.45	
<b>Øvelse 8. 200m bryst, damer</b>		<b>13.48</b>
Heat 1	13.48	
Heat 2	13.53	
Heat 3	13.59	
Heat 4	14.05	
Heat 5	14.10	
Heat 6	14.15	
Heat 7	14.20	
Heat 8	14.25	
Heat 9	14.29	
Heat 10	14.33	
Heat 11	14.39	
<b>Øvelse 9. 200m individuell medley, herrer</b>		<b>14.44</b>
Heat 1	14.44	
Heat 2	14.48	
Heat 3	14.53	
Heat 4	14.57	
Heat 5	15.01	
Heat 6	15.05	
Heat 7	15.09	
<b>Slutt</b>		<b>15.14</b>
<b>Søndag 31. mai 2026 kl. 09.30</b>		
<b>Øvelse 13. 4*50m lag medley, mixed</b>		<b>09.30</b>
Heat 1	09.30	
Heat 2	09.33	
Heat 3	09.36	
Heat 4	09.40	
Heat 5	09.43	
<b>Øvelse 14. 400m individuell medley, herrer</b>		<b>09.48</b>

Heat 1	09.48	
Heat 2	09.57	
Heat 3	10.06	
Heat 4	10.15	
Heat 5	10.23	
<b>Øvelse 15. 200m butterfly, damer</b>		<b>10.31</b>
Heat 1	10.31	
Heat 2	10.35	
Heat 3	10.39	
Heat 4	10.45	
<b>Øvelse 16. 50m butterfly, herrer</b>		<b>10.50</b>
Heat 1	10.50	
Heat 2	10.51	
Heat 3	10.53	
Heat 4	10.55	
Heat 5	10.56	
Heat 6	10.58	
Heat 7	10.59	
Heat 8	11.01	
Heat 9	11.02	
Heat 10	11.03	
Heat 11	11.04	
Heat 12	11.07	
<b>Øvelse 17. 100m fri, damer</b>		<b>11.10</b>
Heat 1	11.10	
Heat 2	11.12	
Heat 3	11.15	
Heat 4	11.18	
Heat 5	11.20	
Heat 6	11.23	
Heat 7	11.25	
Heat 8	11.27	
Heat 9	11.29	
Heat 10	11.31	
Heat 11	11.33	
Heat 12	11.35	
Heat 13	11.37	
Heat 14	11.39	
Heat 15	11.41	
Heat 16	11.44	
<b>Pause</b>		<b>11.47</b>
<b>Øvelse 18. 100m rygg, herrer</b>		<b>12.45</b>
Heat 1	12.45	
Heat 2	12.47	
Heat 3	12.50	
Heat 4	12.53	
Heat 5	12.56	
Heat 6	12.58	
Heat 7	13.01	
Heat 8	13.03	
Heat 9	13.06	
<b>Øvelse 19. 50m bryst, damer</b>		<b>13.10</b>
Heat 1	13.10	
Heat 2	13.11	
Heat 3	13.13	

Heat 4	13.15
Heat 5	13.17
Heat 6	13.18
Heat 7	13.20
Heat 8	13.22
Heat 9	13.23
Heat 10	13.25
Heat 11	13.26
Heat 12	13.28
Heat 13	13.29
Heat 14	13.32

**Øvelse 20. 200m bryst, herrer** **13.35**

Heat 1	13.35
Heat 2	13.40
Heat 3	13.45
Heat 4	13.50
Heat 5	13.54
Heat 6	13.59
Heat 7	14.02
Heat 8	14.07

**Øvelse 21. 200m individuell medley, damer** **14.12**

Heat 1	14.12
Heat 2	14.15
Heat 3	14.20
Heat 4	14.24
Heat 5	14.29
Heat 6	14.34
Heat 7	14.39
Heat 8	14.43
Heat 9	14.48

***Slutt*** **14.53**