

Veiledende tidsskjema**Fredag 13. januar 2023 kl. 17.00**

Øvelse 1. 1500m fri, damer	17.00
Øvelse 2. 1500m fri, herrer	18.12
Øvelse 3. 200m butterfly, damer	19.29
Øvelse 4. 200m butterfly, herrer	19.32
Øvelse 5. 400m individuell medley, damer	19.39
Øvelse 6. 400m individuell medley, herrer	20.01
Slutt	20.14

Lørdag 14. januar 2023 kl. 09.00

Øvelse 7. 50m rygg, damer	09.00
Øvelse 8. 50m rygg, herrer	09.13
Øvelse 9. 100m butterfly, damer	09.24
Øvelse 10. 100m butterfly, herrer	09.45
Øvelse 11. 200m bryst, damer	10.07
Øvelse 12. 200m bryst, herrer	10.33
Øvelse 13. 50m bryst, damer	10.51
Øvelse 14. 50m bryst, herrer	11.04
Pause	11.18
Øvelse 15. 200m rygg, damer	11.50
Øvelse 16. 200m rygg, herrer	12.20
Øvelse 17. 100m individuell medley, damer	12.48
Øvelse 18. 100m individuell medley, herrer	13.04
Øvelse 19. 100m fri, damer	13.22
Øvelse 20. 100m fri, herrer	13.41
Slutt	14.04

Lørdag 14. januar 2023 kl. 17.00

Øvelse 21. 50m rygg, damer - Finale	17.00
Øvelse 22. 50m rygg, herrer - Finale	17.11
<i>Premieutdeling 50m rygg</i>	<i>17.22</i>
Øvelse 23. 100m butterfly, damer - Finale	17.31
Øvelse 24. 100m butterfly, herrer - Finale	17.45
<i>Premieutdeling 100m b.fly</i>	<i>17.58</i>
Øvelse 25. 100m fri, damer - Finale	18.07
Øvelse 26. 100m fri, herrer - Finale	18.19
<i>Premieutdeling 100m fri</i>	<i>18.31</i>
Øvelse 201. 50m bryst, damer - Runde 1	18.40
Øvelse 202. 50m bryst, herrer - Runde 1	18.48
Øvelse 203. 50m bryst, damer - Runde 2	18.56
Øvelse 204. 50m bryst, herrer - Runde 2	18.59
Øvelse 205. 50m bryst, damer - Runde 3	19.02
Øvelse 206. 50m bryst, herrer - Runde 3	19.05
Øvelse 207. 50m bryst, damer - Finale	19.08
Øvelse 208. 50m bryst, herrer - Finale	19.11
<i>Premieutdeling utslagscup</i>	<i>19.15</i>
Slutt	19.24

Søndag 15. januar 2023 kl. 09.00

Øvelse 29. 50m butterfly, damer	09.00
Øvelse 30. 50m butterfly, herrer	09.09
Øvelse 31. 200m fri, damer	09.21
Øvelse 32. 200m fri, herrer	09.55
Øvelse 33. 100m rygg, damer	10.20
Øvelse 34. 100m rygg, herrer	10.30
Øvelse 35. 4*50m bryst, mixed født 2009-2012	10.42
Øvelse 36. 4*50m bryst, mixed født 2008 oe.	10.50
Pause	10.57
Øvelse 37. 100m bryst, damer	11.30
Øvelse 38. 100m bryst, herrer	11.45
Øvelse 39. 50m fri, damer	12.01
Øvelse 40. 50m fri, herrer	12.11
Øvelse 41. 200m individuell medley, damer	12.19
Øvelse 42. 200m individuell medley, herrer	12.46
Øvelse 43. 4*50m lag medley, damer	13.08
Øvelse 44. 4*50m lag medley, herrer	13.18
Slutt	13.24