

Foreløpig tidskjema Strømmen Sparebank cup 1

Søndag 11. oktober 2026 kl. 12.00

Øvelse 1. 200m rygg, damer	12.00
Øvelse 2. 200m rygg, herrer	12.16
Øvelse 3. 100m rygg, damer	12.27
Øvelse 4. 100m rygg, herrer	12.36
Øvelse 5. 50m rygg, damer	12.38
Øvelse 6. 50m rygg, herrer	12.40
Øvelse 7. 4*50m fri, damer	12.42
Øvelse 8. 4*50m fri, herrer	12.49
Øvelse 9. 200m individuell medley, damer	12.53
Øvelse 10. 200m individuell medley, herrer	13.15
Premieutdeling og pause	13.32
Øvelse 11. 100m individuell medley, damer	14.02
Øvelse 12. 100m individuell medley, herrer	14.09
Øvelse 13. 100m fri, damer	14.11
Øvelse 14. 100m fri, herrer	14.14
Øvelse 15. 200m fri, damer	14.16
Øvelse 16. 200m fri, herrer	14.27
Øvelse 17. 400m fri, damer	14.31
Øvelse 18. 400m fri, herrer	14.57
Slutt	15.23