

Tidsskjema er veiledende**Søndag 15. februar 2026 kl. 10.00**

Øvelse 1. 200m individuell medley, damer	10.00
Øvelse 2. 200m individuell medley, herrer	10.14
Øvelse 3. 50m bryst, damer	10.32
Øvelse 4. 50m bryst, herrer	10.46
Øvelse 5. 100m butterfly, damer	10.58
Øvelse 6. 100m butterfly, herrer	11.06
Øvelse 7. 50m fri, damer	11.16
Øvelse 8. 50m fri, herrer	11.30
Øvelse 9. 200m rygg, damer	11.44
Øvelse 10. 200m rygg, herrer	11.52
Øvelse 11. 4*50m fri, damer	12.10
Øvelse 12. 4*50m fri, herrer	12.20
<i>Pause</i>	<i>12.29</i>
Øvelse 11. 200m bryst, damer	13.00
Øvelse 14. 200m bryst, herrer	13.10
Øvelse 15. 50m rygg, damer	13.29
Øvelse 16. 50m rygg, herrer	13.37
Øvelse 17. 100m fri, damer	13.46
Øvelse 18. 100m fri, herrer	13.57
Øvelse 19. 50m butterfly, damer	14.07
Øvelse 20. 50m butterfly, herrer	14.15
Øvelse 21. 400m fri, damer	14.25
Øvelse 22. 400m fri, herrer	14.39
<i>Slutt</i>	<i>15.05</i>