



## Foreløpig tidsskjema Speed Open 2026

### Lørdag 24. oktober 2026 kl. 09.00

|                                 |                     |
|---------------------------------|---------------------|
| Øvelse 1. 50m fri, damer        | 09.00               |
| Øvelse 2. 50m fri, herrer       | 09.16               |
| Øvelse 3. 100m bryst, damer     | 09.27               |
| Øvelse 4. 100m bryst, herrer    | 09.44               |
| Øvelse 5. 200m bryst, damer     | 09.58               |
| Øvelse 6. 200m bryst, herrer    | 10.44               |
| Øvelse 7. 50m butterfly, damer  | 11.13               |
| Øvelse 8. 50m butterfly, herrer | 11.21               |
| <b><i>Pause</i></b>             | <b><i>11.28</i></b> |
| Øvelse 9. 100m rygg, damer      | 11.58               |
| Øvelse 10. 100m rygg, herrer    | 12.16               |
| Øvelse 11. 200m rygg, damer     | 12.28               |
| Øvelse 12. 200m rygg, herrer    | 12.55               |
| Øvelse 13. 400m fri, damer      | 13.14               |
| <b><i>Slutt</i></b>             | <b><i>14.04</i></b> |

### *Innsvømming mellom avdelingene*

### Lørdag 24. oktober 2026 kl. 15.00

|                                            |                     |
|--------------------------------------------|---------------------|
| Øvelse 14. 200m fri, damer                 | 15.00               |
| Øvelse 15. 200m fri, herrer                | 15.19               |
| Øvelse 16. 50m rygg, damer                 | 15.32               |
| Øvelse 17. 50m rygg, herrer                | 15.39               |
| Øvelse 18. 50m bryst, damer                | 15.44               |
| Øvelse 19. 50m bryst, herrer               | 15.51               |
| Øvelse 20. 100m butterfly, damer           | 15.57               |
| Øvelse 21. 100m butterfly, herrer          | 16.05               |
| Øvelse 22. 100m fri, damer                 | 16.15               |
| Øvelse 23. 100m fri, herrer                | 16.23               |
| Øvelse 24. 200m individuell medley, damer  | 16.32               |
| Øvelse 25. 200m individuell medley, herrer | 16.54               |
| Øvelse 26. 4*50m lag medley, mixed         | 17.09               |
| <b><i>Premieutdeling</i></b>               | <b><i>17.18</i></b> |
| Øvelse 27. 400m fri, herrer                | 17.21               |
| <b><i>Slutt</i></b>                        | <b><i>17.53</i></b> |

## **Søndag 25. oktober 2026 kl. 09.00**

|                                            |              |
|--------------------------------------------|--------------|
| Øvelse 28. 50m bryst, damer                | 09.00        |
| Øvelse 29. 50m bryst, herrer               | 09.11        |
| Øvelse 30. 50m rygg, damer                 | 09.19        |
| Øvelse 31. 50m rygg, herrer                | 09.30        |
| Øvelse 32. 100m individuell medley, damer  | 09.34        |
| Øvelse 33. 100m individuell medley, herrer | 09.50        |
| Øvelse 34. 200m individuell medley, damer  | 10.00        |
| Øvelse 35. 200m individuell medley, herrer | 10.26        |
| Øvelse 36. 200m fri, damer                 | 10.43        |
| Øvelse 37. 200m fri, herrer                | 11.00        |
| Øvelse 38. 100m butterfly, damer           | 11.14        |
| Øvelse 39. 100m butterfly, herrer          | 11.27        |
| Øvelse 40. 4*50m lag medley, mixed         | 11.35        |
| <i>Premieutdeling</i>                      | <i>11.48</i> |
| Øvelse 41. 400m fri, herrer                | 11.51        |
| <b>Slutt</b>                               | <b>12.22</b> |

### ***Innsvømming mellom avdelingene***

## **Søndag 25. oktober 2026 kl. 13.30**

|                                            |              |
|--------------------------------------------|--------------|
| Øvelse 42. 200m butterfly, damer           | 13.30        |
| Øvelse 43. 200m butterfly, herrer          | 13.33        |
| Øvelse 44. 100m individuell medley, damer  | 13.40        |
| Øvelse 45. 100m individuell medley, herrer | 13.48        |
| Øvelse 46. 50m fri, damer                  | 13.56        |
| Øvelse 47. 50m fri, herrer                 | 14.03        |
| Øvelse 48. 200m bryst, damer               | 14.11        |
| Øvelse 49. 200m bryst, herrer              | 14.24        |
| Øvelse 50. 200m rygg, damer                | 14.36        |
| Øvelse 51. 200m rygg, herrer               | 14.55        |
| Øvelse 52. 50m butterfly, damer            | 15.14        |
| Øvelse 53. 50m butterfly, herrer           | 15.20        |
| Øvelse 54. 100m rygg, damer                | 15.25        |
| Øvelse 55. 100m rygg, herrer               | 15.31        |
| Øvelse 56. 100m bryst, damer               | 15.38        |
| Øvelse 57. 100m bryst, herrer              | 15.45        |
| Øvelse 58. 400m fri, damer                 | 15.51        |
| Øvelse 59. 400m individuell medley, herrer | 16.30        |
| Øvelse 60. 400m individuell medley, damer  | 16.45        |
| <b>Slutt</b>                               | <b>17.00</b> |