

## Lambada 2026 -Foreløpig tidsskjema

### Lørdag 6. juni 2026 kl. 09.00

Øvelse 1. 50m butterfly, damer	09.00
Øvelse 2. 50m butterfly, herrer	09.07
Øvelse 3. 100m rygg, damer	09.15
Øvelse 4. 100m rygg, herrer	09.29
Øvelse 5. 50m bryst, damer	09.41
Øvelse 6. 50m bryst, herrer	09.54
Øvelse 7. 100m fri, damer	10.02
Øvelse 8. 100m fri, herrer	10.16
Øvelse 9. 4*50m fri, mixed	10.28
Øvelse 10. 100m individuell medley, damer	10.42
Øvelse 11. 100m individuell medley, herrer	11.00
Øvelse 12. 50m rygg, damer	11.16
Øvelse 13. 50m rygg, herrer	11.23
Øvelse 14. 100m bryst, damer	11.27
Øvelse 15. 100m bryst, herrer	11.38
<b>Slutt</b>	<b>11.50</b>

### Lørdag 6. juni 2026 kl. 13.00

Øvelse 16. 200m fri, damer	13.00
Øvelse 17. 200m fri, herrer	13.16
Øvelse 18. 50m butterfly, damer	13.39
Øvelse 19. 50m butterfly, herrer	13.47
Øvelse 20. 100m rygg, damer	13.54
Øvelse 21. 100m rygg, herrer	14.05
Øvelse 22. 50m fri, damer	14.11
Øvelse 23. 50m fri, herrer	14.21
Øvelse 24. 100m bryst, damer	14.30
Øvelse 25. 100m bryst, herrer	14.41
<b>Slutt</b>	<b>14.49</b>

### Søndag 7. juni 2026 kl. 13.30

Øvelse 26. 100m fri, damer	13.30
Øvelse 27. 100m fri, herrer	13.45
Øvelse 28. 50m rygg, damer	14.03
Øvelse 29. 50m rygg, herrer	14.13
Øvelse 30. 100m individuell medley, damer	14.20
Øvelse 31. 100m individuell medley, herrer	14.34
Øvelse 32. 100m butterfly, damer	14.45
Øvelse 33. 100m butterfly, herrer	14.51
Øvelse 34. 50m bryst, damer	14.59
Øvelse 35. 50m bryst, herrer	15.08
<b>Slutt</b>	<b>15.18</b>

