

## **9. desember 2018 kl. 11.00**

Øvelse 1. 100m fri, damer	11.00
Øvelse 2. 100m fri, herrer	11.11
Øvelse 3. 50m rygg, damer	11.19
Øvelse 4. 50m rygg, herrer	11.24
Øvelse 5. 25m fri, damer	11.31
Øvelse 6. 25m fri, herrer	11.41
Øvelse 7. 25m butterfly, damer	11.49
Øvelse 8. 25m butterfly, herrer	11.55
<b><i>Pause</i></b>	<b><i>12.01</i></b>
Øvelse 9. 4*50m fri, mixed	12.06
<b><i>Pause</i></b>	<b><i>12.25</i></b>
Øvelse 10. 50m bryst, damer	12.55
Øvelse 11. 50m bryst, herrer	13.12
Øvelse 12. 25m rygg, damer	13.26
Øvelse 13. 25m rygg, herrer	13.33
Øvelse 14. 100m individuell medley, damer	13.37
Øvelse 15. 100m individuell medley, herrer	13.43
Øvelse 16. 200m fri, damer	13.49
Øvelse 17. 200m fri, herrer	13.54
<b><i>Slutt</i></b>	<b><i>13.57</i></b>