

## Veiledende tidsskjema Øvre Eiker Cup 2010

### 6. mars 2010 kl. 10.00

Øvelse 1. 400m fri, damer	10.00
Øvelse 2. 800m fri, herrer	10.47
Øvelse 3. 100m individuell medley, damer	11.18
Øvelse 4. 200m individuell medley, herrer	11.51
Øvelse 5. 50m rygg, damer	12.16
Øvelse 6. 50m rygg, herrer	12.29
Øvelse 7. 100m bryst, damer	12.39
Øvelse 8. 100m bryst, herrer	13.09
<b>Pause</b>	<b>13.32</b>
Øvelse 9. 4*50m lag medley, damer	14.00
Øvelse 10. 4*50m lag medley, herrer	14.13
Øvelse 11. 200m rygg, damer	14.19
Øvelse 12. 200m rygg, herrer	14.41
Øvelse 13. 100m fri, damer	14.55
Øvelse 14. 100m fri, herrer	15.25
Øvelse 15. 100m butterfly, damer	15.48
Øvelse 16. 100m butterfly, herrer	15.59
Øvelse 17. 200m fri, damer	16.09
<b>Slutt</b>	<b>16.30</b>

### 7. mars 2010 kl. 10.00

Øvelse 18. 400m fri, herrer	10.00
Øvelse 19. 800m fri, damer	10.34
Øvelse 20. 100m individuell medley, herrer	11.39
Øvelse 21. 200m individuell medley, damer	11.55
Øvelse 22. 50m fri, herrer	12.18
Øvelse 23. 50m fri, damer	12.29
Øvelse 24. 100m rygg, herrer	12.46
Øvelse 25. 100m rygg, damer	12.57
<b>Pause</b>	<b>13.10</b>
Øvelse 26. 4*50m fri, herrer	13.40
Øvelse 27. 4*50m fri, damer	13.46
Øvelse 28. 200m bryst, herrer	13.55
Øvelse 29. 200m bryst, damer	14.08
Øvelse 30. 50m bryst, herrer	14.33
Øvelse 31. 50m bryst, damer	14.44
Øvelse 32. 50m butterfly, herrer	14.57
Øvelse 33. 50m butterfly, damer	15.04
Øvelse 34. 200m fri, herrer	15.16
<b>Slutt</b>	<b>15.29</b>