Tidsskjema – Høstduppen rekrutt 2026

Lørdag 7. november 2026 kl. 16.00

Innsvømming	15.00
Lagledermøte	15.15
Innmarsj	15.50
Visnig av starter	15.55
Øvelse 1. 50m fri, damer	16.00
Øvelse 2. 50m fri, herrer	16.10
Øvelse 3. 50m bryst, damer	16.19
Øvelse 4. 50m bryst, herrer	16.23
Øvelse 5. 25m butterfly, damer	16.27
Øvelse 6. 25m butterfly, herrer	16.29
Øvelse 7. 25m fri, damer	16.31
Øvelse 8. 25m fri, herrer	16.39
Øvelse 9. 100m fri, damer	16.46
Øvelse 10. 100m fri, herrer	16.48
Innmarsj med premieutdeling	*16.51*
Pause	***16.56***
Øvelse 11. 50m rygg, damer	17.30
Øvelse 12. 50m rygg, herrer	17.37
Øvelse 13. 25m rygg, damer	17.44
Øvelse 14. 25m rygg, herrer	17.52
Øvelse 15. 25m bryst, damer	18.00
Øvelse 16. 25m bryst, herrer	18.05
Øvelse 17. 100m individuell medley, mixed	18.10
Øvelse 19. 4*25m fri, mixed	18.12
Slutt	***18.18***

Oppdatert 6. november 2026