Estimert tidsskjema – Høstduppen 2026

Søndag 8. november 2026 kl. 11.00

Øvelse 1. 200m fri, damer	11.00
Øvelse 2. 200m fri, herrer	11.10
Øvelse 3. 50m butterfly, damer	11.18
Øvelse 4. 50m butterfly, herrer	11.22
Øvelse 5. 100m rygg, damer	11.25
Øvelse 6. 100m rygg, herrer	11.33
Øvelse 7. 50m bryst, damer	11.38
Øvelse 8. 50m bryst, herrer	11.42
Øvelse 9. 50m fri, damer	11.45
Øvelse 10. 50m fri, herrer	11.52
Øvelse 11. 4*50m fri, mixed	11.57
Premieutdeling	*12.03*
Pause	***12.06***
Øvelse 13. 400m fri, damer	12.50
Øvelse 14. 400m fri, herrer	13.05
Øvelse 15. 100m fri, damer	13.12
Øvelse 15. 100m fri, herrer	13.20
Øvelse 17. 50m rygg, damer	13.26
Øvelse 17. 50m rygg, herrer	13.31
Øvelse 19. 100m bryst, damer	13.34
Øvelse 19. 100m bryst, herrer	13.41
Øvelse 21. 100m individuell medley, damer	13.46
Øvelse 21. 100m individuell medley, herrer	13.55
Øvelse 23. 4*50m lag medley, mixed	13.59
Premieutdeling	*14.03*
Slutt	***14.06***

Oppdatert per 30. oktober 2026