

# Tidsskjema Asker Open 2010

Tidspunktene er kun veiledende og kan fravikes.

Spesielt for 1500 fri og 400 fri kan strykninger medføre raskere gjennomføring, siden heatene for disse øvelsene settes opp på stevnedagen

## 8. januar 2010 kl. 18.30

Øvelse 1. 1500m fri, damer 98 oe	18.30
Øvelse 2. 1500m fri, herrer 98 oe	20.38
<i>Slutt</i>	<i>22.28</i>

## 9. januar 2010 kl. 08.30

Øvelse 3. 4*50m fri, damer 96 oy	08.30
Øvelse 4. 4*50m fri, herrer 96 oy	08.43
Øvelse 5. 200m individuell medley, damer 96 oy	08.50
Øvelse 6. 200m individuell medley, herrer 96 oy	10.06
Øvelse 7. 50m rygg, damer 96-98	10.52
Øvelse 8. 50m rygg, herrer 96-98	11.01
Øvelse 9. 100m bryst, damer 96 oy	11.06
Øvelse 10. 100m bryst, herrer 96 oy	11.35
Øvelse 11. 200m rygg, damer 96-98	11.54
Øvelse 12. 200m rygg, herrer 96-98	12.58
Øvelse 13. 50m butterfly, damer 96 oy	13.26
Øvelse 14. 50m butterfly, herrer 96 oy	13.38
Øvelse 15. 100m fri, damer 96-98	13.48
Øvelse 16. 100m fri, herrer 96-98	14.20
<i>Slutt</i>	<i>14.36</i>

## 9. januar 2010 kl. 15.30

Øvelse 17. 4*50m fri, damer	15.30
Øvelse 18. 4*50m fri, herrer	15.41
Øvelse 19. 200m individuell medley, damer 95 oe	15.48
Øvelse 20. 200m individuell medley, herrer 95 oe	16.24
Øvelse 21. 50m rygg, damer 95 oe	16.51
Øvelse 22. 50m rygg, herrer 95 oe	16.57
Øvelse 23. 100m bryst, damer 95 oe	17.03
Øvelse 24. 100m bryst, herrer 95 oe	17.22
Øvelse 25. 200m rygg, damer 95 oe	17.38
Øvelse 26. 200m rygg, herrer 95 oe	18.01
Øvelse 27. 50m butterfly, damer 95 oe	18.13
Øvelse 28. 50m butterfly, herrer 95 oe	18.23
Øvelse 29. 100m fri, damer 95 oe	18.31
Øvelse 30. 100m fri, herrer 95 oe	18.53
<i>Slutt</i>	<i>19.09</i>

## 10. januar 2010 kl. 08.30

Øvelse 31. 400m fri, damer 96 oy	08.30
Øvelse 32. 400m fri, herrer 96 oy	10.40
Øvelse 33. 100m butterfly, damer 96-98	11.40
Øvelse 34. 100m butterfly, herrer 96-98	12.03
Øvelse 35. 50m fri, damer 96-98	12.16
Øvelse 36. 50m fri, herrer 96-98	12.32
Øvelse 37. 100m rygg, damer 96 oy	12.40
Øvelse 38. 100m rygg, herrer 96 oy	12.59
Øvelse 39. 200m bryst, damer 96-98	13.11
Øvelse 40. 200m bryst, herrer 96-98	14.35
<i>Slutt</i>	<i>15.21</i>

## 10. januar 2010 kl. 16.00

Øvelse 41. 400m fri, damer 95 oe	16.00
Øvelse 42. 400m fri, herrer 95 oe	16.47
Øvelse 43. 100m butterfly, damer 95 oe	17.35
Øvelse 44. 100m butterfly, herrer 95 oe	17.46
Øvelse 45. 50m fri, damer 95 oe	17.55
Øvelse 46. 50m fri, herrer 95 oe	18.08
Øvelse 47. 100m rygg, damer 95 oe	18.17
Øvelse 48. 100m rygg, herrer 95 oe	18.27
Øvelse 49. 200m bryst, damer 95 oe	18.37
Øvelse 50. 200m bryst, herrer 95 oe	18.59
<i>Slutt</i>	<i>19.16</i>