

1° Parte	2° Parte	3° Parte
200 dorso A	200 misti A	100 farfalla A
50 dorso B	100 stile libero B	100 farfalla B
100 rana A	50 stile libero A	200 stile libero A
100 rana B	100 dorso B	50 stile libero B
200 farfalla A	100 dorso A	100 misti A
50 farfalla B	50 rana B	100 misti B
100 stile libero A	200 rana A	4X100 stile libero A
4X100 mista A	4X50 mista B	4x50 stile libero B