

## Saturday 20th July

Session 1 Warm up 09.45 – 10.45  
Start 11.00

Session 2 Warm up TBC  
Start

Session 3 Warm up TBC  
Start

## Sunday 21st July

Session 4 Warm up 08.30 – 09.30  
Start 09.45

Session 5 Warm up TBC  
Start

Session 6 Warm up TBC  
Start

### **SATURDAY JULY 20<sup>H</sup> 2019**

#### **Session 1**

- 1) Boys 400 IM
- 2) Girls 400 Free
- 3) Boys 50 fly
- 4) Girls 50 fly
- 5) Boys 100 IM
- 6) Girls 200 Breastroke

#### **Session 2**

- 7) Boys 200 Fly
- 8) Girls 200 IM
- 9) Boys 25m Back
- 10) Girls 25m Back
- 11) Boys 100 Back
- 12) Girls 100 Fly
- 13) Boys 25m Fly
- 14) Girls 25m Fly
- 15) Boys 100 Breastroke

#### **Session 3**

- 16) Girls 200 Back
- 17) Boys 200 Free
- 18) Girls 50 Breastroke
- 19) Boys 50 Free
- 20) Girls 100 Free

25 metres are for Bicester Blue Fins  
Swimmers only in stage 5 or High 5's

### **SUNDAY JULY 21<sup>ST</sup> 2019**

#### **Session 4**

- 21) Girls 400 IM
- 22) Boys 400 Free
- 23) Girls 50 Backstroke
- 24) Boys 50 Backstroke
- 25) Girls 100 IM
- 26) Boys 200 Breastroke

#### **Session 5**

- 27) Girls 200 Fly
- 28) Boys 200 IM
- 29) Girls 25m Breastroke
- 30) Boys 25m Breastroke
- 31) Girls 100 Back
- 32) Boys 100 Fly
- 33) Girls 25m Free
- 34) Boys 25m Free
- 35) Girls 100 Breastroke

#### **Session 6**

- 36) Boys 200 Back
- 37) Girls 200 Free
- 38) Boys 50 Breastroke
- 39) Girls 50 Free
- 40) Boys 100 Free