

Warm-up Session #1 11:30-12:00

Competition Pool

<u>Lane 1</u>	<u>Lane 2</u>	<u>Lane 3</u>	<u>Lane 4</u>	<u>Lane 5</u>	<u>Lane 6</u>	<u>Lane 7</u>	<u>Lane 8</u>	<u>Lane 9</u>	<u>Lane 10</u>
SOCA	SOCA	SOCA	SOCA	SOCA	SOCA	SOCA	SOCA	ROHE	ROHE

Diving Pool

<u>Lane 1</u>	<u>Lane 2</u>	<u>Lane 3</u>	<u>Lane 4</u>	<u>Lane 5</u>	<u>Lane 6</u>
AUWL	AUWL	AUWL	AUWL	AUWL	AUWL

Shallow Pool

<u>Lane 1</u>	<u>Lane 2</u>	<u>Lane 3</u>	<u>Lane 4</u>	<u>Lane 5</u>	<u>Lane 6</u>
RRWE	RRWE	RRWE	RRWE	MIDL	MILE

Warm-up Session #2 12:00-12:30

Competition Pool

<u>Lane 1</u>	<u>Lane 2</u>	<u>Lane 3</u>	<u>Lane 4</u>	<u>Lane 5</u>	<u>Lane 6</u>	<u>Lane 7</u>	<u>Lane 8</u>	<u>Lane 9</u>	<u>Lane 10</u>
KELL	KELL	KELL	KECE	KECE	KEFR	KETC	KETC	SACE	SACE

Diving Pool

<u>Lane 1</u>	<u>Lane 2</u>	<u>Lane 3</u>	<u>Lane 4</u>	<u>Lane 5</u>	<u>Lane 6</u>
AULT	AULT	AULT	AULT	NWEA	NWEA

Shallow Pool

<u>Lane 1</u>	<u>Lane 2</u>	<u>Lane 3</u>	<u>Lane 4</u>	<u>Lane 5</u>	<u>Lane 6</u>
AUVA	AUVA	AUVA	AUVA	NONE	NONE

Warm-up Session #3 12:30-1:00

Competition Pool

<u>Lane 1</u>	<u>Lane 2</u>	<u>Lane 3</u>	<u>Lane 4</u>	<u>Lane 5</u>	<u>Lane 6</u>	<u>Lane 7</u>	<u>Lane 8</u>	<u>Lane 9</u>	<u>Lane 10</u>
MANS	MANS	MANS OAK	MNLR	MNLR	MNLR	MASU MATI	MALE	RKWL	RKWL

Diving Pool

<u>Lane 1</u>	<u>Lane 2</u>	<u>Lane 3</u>	<u>Lane 4</u>	<u>Lane 5</u>	<u>Lane 6</u>
LUBB	LUBB	LUBB	LUCR	LUCR	LUMO

Shallow Pool

<u>Lane 1</u>	<u>Lane 2</u>	<u>Lane 3</u>	<u>Lane 4</u>	<u>Lane 5</u>	<u>Lane 6</u>
CPVR	CPVR	CPVR	CPVR	TYLE	TYLE

Warm-up Session #4 1:00-1:20

Competition Pool

<u>Lane 1</u>	<u>Lane 2</u>	<u>Lane 3</u>	<u>Lane 4</u>	<u>Lane 5</u>	<u>Lane 6</u>	<u>Lane 7</u>	<u>Lane 8</u>	<u>Lane 9</u>	<u>Lane 10</u>
Pace	Dive	Dive	Dive	Dive	Dive	Dive	Dive	Dive	Pace

Diving Pool

General Warm-up All Lanes

Shallow Pool

General Warm-up All Lanes