

| 12-jun | | Bana | | | | | | | | | | |
|--------|-----------|---------------|---------------|--------------|--------------|--------------|-------------|----------|-----------|----------|-----------|-------|
| | | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | | 9 |
| Tisdag | 06:00 | | | | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Polisen | Polisen | | 06:00 |
| | 06:30 | | | | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Polisen | Polisen | | 06:30 |
| | 07:00 | | | | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Polisen | Polisen | Spårvägen | 07:00 |
| | 07:30 | | | | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Polisen | Polisen | Spårvägen | 07:30 |
| | 08:00 | Spårvägen | Spårvägen | Spårvägen | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Polisen | Polisen | Spårvägen | 08:00 |
| | 08:30 | Spårvägen | Spårvägen | Spårvägen | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Polisen | Polisen | Spårvägen | 08:30 |
| | 09:00 | Spårvägen | Spårvägen | Spårvägen | Neptun | Neptun | Neptun | | | | | 09:00 |
| | 09:30 | Spårvägen | Spårvägen | Spårvägen | Neptun | Neptun | Neptun | | | | | 09:30 |
| | 10:00 | Neptun kollo | Neptun kollo | Neptun kollo | Neptun kollo | Neptun kollo | | | | | | 10:00 |
| | 10:30 | Neptun kollo | Neptun kollo | Neptun kollo | Neptun kollo | Neptun kollo | | | | | | 10:30 |
| | 11:00 | Nep. Konstsim | Nep. Konstsim | | | | snabb crawl | crawl | bröstsims | rundsims | | 11:00 |
| | 11:30 | Nep. Konstsim | Nep. Konstsim | | | | | | | | | 11:30 |
| | 12:00 | Nep. Konstsim | Nep. Konstsim | | | | | | | | | 12:00 |
| | 12:30 | Nep. Konstsim | Nep. Konstsim | | | | | | | | | 12:30 |
| | 13:00 | Neptun kollo | Neptun kollo | Neptun kollo | Neptun kollo | Neptun kollo | | | | | | |
| | 13:30 | Neptun kollo | Neptun kollo | Neptun kollo | Neptun kollo | Neptun kollo | | | 13:30 | | | |
| | 14:00 | Neptun kollo | Neptun kollo | Neptun kollo | Neptun kollo | Neptun kollo | | | 14:00 | | | |
| | 14:30 | Neptun kollo | Neptun kollo | Neptun kollo | Neptun kollo | Neptun kollo | | | 14:30 | | | |
| | 15:00 | | | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | 15:00 |
| | 15:30 | | | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | 15:30 |
| 16:00 | | | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | 16:00 | |
| 16:30 | Polisen | Polisen | Polisen | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | 16:30 | |
| 17:00 | Polisen | Polisen | Polisen | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | 17:00 | |
| 17:30 | Polisen | Polisen | Polisen | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | 17:30 | |
| 18:00 | Polisen | Polisen | Polisen | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | 18:00 | |
| 18:30 | SKK polo | SKK polo | SKK polo | SKK polo | SKK polo | SKK polo | SKK polo | SKK polo | SKK polo | SKK polo | 18:30 | |
| 19:00 | SKK polo | SKK polo | SKK polo | SKK polo | SKK polo | SKK polo | SKK polo | SKK polo | SKK polo | SKK polo | 19:00 | |
| 19:30 | SKK polo | SKK polo | SKK polo | SKK polo | SKK polo | SKK polo | SKK polo | SKK polo | SKK polo | SKK polo | 19:30 | |
| 20:00 | City tria | City tria | City tria | City tria | City tria | Dolphins | Dolphins | Dolphins | Apnea | Apnea | 20:00 | |
| 20:30 | City tria | City tria | City tria | City tria | City tria | Dolphins | Dolphins | Dolphins | Apnea | Apnea | 20:30 | |

| 15-jun | | Bana | | | | | | | | | | |
|--------|-----------|---------------|---------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|-----------|-----------|-----------|-------|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | | |
| Fredag | 06:00 | Neptun | Neptun | Neptun | Nep. Masters | Nep. Masters | Nep. Masters | Nep. Masters | | | | 06:00 |
| | 06:30 | Neptun | Neptun | Neptun | Nep. Masters | Nep. Masters | Nep. Masters | Nep. Masters | | | | 06:30 |
| | 07:00 | Neptun | Neptun | Neptun | Nep. Masters | Nep. Masters | Nep. Masters | Södertörn | Södertörn | Södertörn | Spårvägen | 07:00 |
| | 07:30 | Neptun | Neptun | Neptun | | | | Södertörn | Södertörn | Södertörn | Spårvägen | 07:30 |
| | 08:00 | Neptun | Neptun | Neptun | Spårvägen | Spårvägen | Spårvägen | Södertörn | Södertörn | Södertörn | Spårvägen | 08:00 |
| | 08:30 | Neptun | Neptun | Neptun | Spårvägen | Spårvägen | Spårvägen | Södertörn | Södertörn | Södertörn | Spårvägen | 08:30 |
| | 09:00 | Neptun | Neptun | Neptun | Spårvägen | Spårvägen | Spårvägen | snabb crawl | crawl | bröstsims | rundsims | 09:00 |
| | 09:30 | Neptun | Neptun | Neptun | Spårvägen | Spårvägen | Spårvägen | | | | | 09:30 |
| | 10:00 | Neptun kollo | Neptun kollo | Neptun kollo | Neptun kollo | Neptun kollo | Neptun kollo | | | | | 10:00 |
| | 10:30 | Neptun kollo | Neptun kollo | Neptun kollo | Neptun kollo | Neptun kollo | Neptun kollo | | | | | 10:30 |
| | 11:00 | Nep. Konstsim | Nep. Konstsim | Södertörn | Södertörn | Södertörn | 11:00 | | | | | |
| | 11:30 | Nep. Konstsim | Nep. Konstsim | Södertörn | Södertörn | Södertörn | 11:30 | | | | | |
| | 12:00 | Nep. Konstsim | Nep. Konstsim | Södertörn | Södertörn | Södertörn | 12:00 | | | | | |
| | 12:30 | Nep. Konstsim | Nep. Konstsim | Södertörn | Södertörn | Södertörn | 12:30 | | | | | |
| | 13:00 | Neptun kollo | Neptun kollo | Neptun kollo | Neptun kollo | Neptun kollo | 13:00 | | | | | |
| | 13:30 | Neptun kollo | Neptun kollo | Neptun kollo | Neptun kollo | Neptun kollo | 13:30 | | | | | |
| | 14:00 | Neptun kollo | Neptun kollo | Neptun kollo | Neptun kollo | Neptun kollo | 14:00 | | | | | |
| | 14:30 | Neptun kollo | Neptun kollo | Neptun kollo | Neptun kollo | Neptun kollo | 14:30 | | | | | |
| | 15:00 | Spårvägen | Spårvägen | Spårvägen | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | 15:00 |
| | 15:30 | Spårvägen | Spårvägen | Spårvägen | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | 15:30 |
| 16:00 | Spårvägen | Spårvägen | Spårvägen | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | 16:00 | |
| 16:30 | Spårvägen | Spårvägen | Spårvägen | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | 16:30 | |
| 17:00 | SKK | SKK | SKK | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | 17:00 | |
| 17:30 | SKK | SKK | SKK | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | 17:30 | |
| 18:00 | SKK | SKK | SKK | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | 18:00 | |
| 18:30 | SKK | SKK | SKK | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | 18:30 | |
| 19:00 | City tria | City tria | City tria | City tria | City tria | | | Apnea | Apnea | Apnea | 19:00 | |
| 19:30 | City tria | City tria | City tria | City tria | City tria | | | Apnea | Apnea | Apnea | 19:30 | |

| 17-jun | | Bana | | | | | | | | | | |
|--------|-----------|-----------------------------|--------------|--------------|--------------|-----------|------------|----------|-------------|------------|----------|-------|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | | |
| Söndag | 07:45 | TT Triathlon | TT Triathlon | TT Triathlon | TT Triathlon | | | | | | 07:45 | |
| | 08:00 | TT Triathlon | TT Triathlon | TT Triathlon | TT Triathlon | | | | | | 08:00 | |
| | 08:30 | TT Triathlon | TT Triathlon | TT Triathlon | TT Triathlon | | | N.Master | N.Master | N.Master | N.Master | 08:30 |
| | 09:00 | | | | | | | N.Master | N.Master | N.Master | N.Master | 09:00 |
| | 09:30 | | | | | | | N.Master | N.Master | N.Master | N.Master | 09:30 |
| | 10:00 | Polo sommar cup 10.00-16.00 | | | | | | | | | 10:00 | |
| | 10:30 | | | | | | | | | | 10:30 | |
| | 11:00 | | | | | | | | | | 11:00 | |
| | 11:30 | | | | | | | | | | 11:30 | |
| | 12:00 | | | | | | | | | | 12:00 | |
| | 12:30 | | | | | | | | | | 12:30 | |
| | 13:00 | | | | | | | | | | 13:00 | |
| | 13:30 | | | | | | | | | | 13:30 | |
| | 14:00 | | | | | | | | | | 14:00 | |
| | 14:30 | | | | | | | | | | 14:30 | |
| | 15:00 | 15:00 | | | | | | | | | | |
| | 15:30 | 15:30 | | | | | | | | | | |
| | 16:00 | Södertörn | Södertörn | Södertörn | Södertörn | Södertörn | Snabbcrawl | crawl | bröstsimsim | Rundsimsim | 16:00 | |
| | 16:30 | Södertörn | Södertörn | Södertörn | Södertörn | Södertörn | | | | | 16:30 | |
| | 17:00 | Södertörn | Södertörn | Södertörn | Södertörn | Södertörn | | | | | 17:00 | |
| 17:30 | Södertörn | Södertörn | Södertörn | Södertörn | Södertörn | 17:30 | | | | | | |
| 18:00 | | | | | | 18:00 | | | | | | |
| 18:30 | | | | | | 18:30 | | | | | | |
| 19:00 | | | | | | 19:00 | | | | | | |
| 19:30 | | | | | | 19:30 | | | | | | |

| 19-jun | | Bana | | | | | | | | | | |
|--------|-----------|---------------|---------------|-----------|-----------|-----------|-------------|----------|-----------|----------|-----------|-------|
| | | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | | 9 |
| Tisdag | 06:00 | NEC | Södertörn | Södertörn | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Polisen | Polisen | | 06:00 |
| | 06:30 | NEC | Södertörn | Södertörn | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Polisen | Polisen | | 06:30 |
| | 07:00 | NEC | Södertörn | Södertörn | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Polisen | Polisen | Spårvägen | 07:00 |
| | 07:30 | NEC | Södertörn | Södertörn | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Polisen | Polisen | Spårvägen | 07:30 |
| | 08:00 | NEC | NEC | NEC | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Polisen | Polisen | Spårvägen | 08:00 |
| | 08:30 | NEC | NEC | NEC | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Polisen | Polisen | Spårvägen | 08:30 |
| | 09:00 | NEC | NEC | NEC | Neptun | Neptun | Neptun | | | | | 09:00 |
| | 09:30 | NEC | NEC | NEC | Neptun | Neptun | Neptun | | | | | 09:30 |
| | 10:00 | Nep. Konstsim | Nep. Konstsim | Spårvägen | Spårvägen | Spårvägen | snabb crawl | crawl | bröstsims | rundsims | | 10:00 |
| | 10:30 | Nep. Konstsim | Nep. Konstsim | Spårvägen | Spårvägen | Spårvägen | | | | | | 10:30 |
| | 11:00 | Nep. Konstsim | Nep. Konstsim | Spårvägen | Spårvägen | Spårvägen | | | | | | 11:00 |
| | 11:30 | Nep. Konstsim | Nep. Konstsim | Spårvägen | Spårvägen | Spårvägen | | | | | | 11:30 |
| | 12:00 | Nep. Konstsim | Nep. Konstsim | Södertörn | Södertörn | Södertörn | | | | | | 12:00 |
| | 12:30 | Nep. Konstsim | Nep. Konstsim | Södertörn | Södertörn | Södertörn | | | | | | 12:30 |
| | 13:00 | Neptun kollo | Neptun kollo | SKK | SKK | SKK | | | | | | 13:00 |
| | 13:30 | Neptun kollo | Neptun kollo | SKK | SKK | SKK | | | | | | 13:30 |
| | 14:00 | Södertörn | Södertörn | SKK | SKK | SKK | | | | | | 14:00 |
| | 14:30 | Södertörn | Södertörn | SKK | SKK | SKK | | | | | | 14:30 |
| | 15:00 | Polisen | Polisen | Polisen | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | 15:00 |
| | 15:30 | Polisen | Polisen | Polisen | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | 15:30 |
| 16:00 | Polisen | Polisen | Polisen | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | 16:00 | |
| 16:30 | Polisen | Polisen | Polisen | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | 16:30 | |
| 17:00 | Polisen | Polisen | Polisen | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | 17:00 | |
| 17:30 | Polisen | Polisen | Polisen | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | 17:30 | |
| 18:00 | Polisen | Polisen | Polisen | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | 18:00 | |
| 18:30 | SKK polo | SKK polo | SKK polo | SKK polo | SKK polo | SKK polo | SKK polo | SKK polo | SKK polo | SKK polo | 18:30 | |
| 19:00 | SKK polo | SKK polo | SKK polo | SKK polo | SKK polo | SKK polo | SKK polo | SKK polo | SKK polo | SKK polo | 19:00 | |
| 19:30 | SKK polo | SKK polo | SKK polo | SKK polo | SKK polo | SKK polo | SKK polo | SKK polo | SKK polo | SKK polo | 19:30 | |
| 20:00 | City tria | City tria | City tria | City tria | City tria | Dolphins | Dolphins | Dolphins | Apnea | Apnea | 20:00 | |
| 20:30 | City tria | City tria | City tria | City tria | City tria | Dolphins | Dolphins | Dolphins | Apnea | Apnea | 20:30 | |

| 24-jun | | Bana | | | | | | | | | | |
|--------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-------------|-------|-------------|------------|-------|-------|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | | |
| Söndag | 07:45 | | | | | | | | | | 07:45 | |
| | 08:00 | | | | | | | | | | 08:00 | |
| | 08:30 | | | | | | | | | | 08:30 | |
| | 09:00 | | | | | | | | | | 09:00 | |
| | 09:30 | | | | | | | | | | 09:30 | |
| | 10:00 | | | | | | | | | | 10:00 | |
| | 10:30 | | | | | | | | | | 10:30 | |
| | 11:00 | | | | | | | | | | 11:00 | |
| | 11:30 | | | | | | | | | | 11:30 | |
| | 12:00 | | | | | | | | | | 12:00 | |
| | 12:30 | | | | | | | | | | 12:30 | |
| | 13:00 | | | | | | | | | | 13:00 | |
| | 13:30 | | | | | | | | | | 13:30 | |
| | 14:00 | | | | | | | | | | 14:00 | |
| | 14:30 | | | | | | | | | | 14:30 | |
| | 15:00 | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | snabb crawl | crawl | bröstsimsim | rundsimsim | | 15:00 |
| | 15:30 | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | | | | | | 15:30 |
| | 16:00 | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | | | | | | 16:00 |
| | 16:30 | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | Neptun | | | | | | 16:30 |
| | 17:00 | Södertörn | Södertörn | Södertörn | Södertörn | Södertörn | | | | | | 17:00 |
| 17:30 | Södertörn | Södertörn | Södertörn | Södertörn | Södertörn | | | | | | 17:30 | |
| 18:00 | Södertörn | Södertörn | Södertörn | Södertörn | Södertörn | | | | | | 18:00 | |
| 18:30 | Södertörn | Södertörn | Södertörn | Södertörn | Södertörn | | | | | | 18:30 | |
| 19:00 | | | | | | | | | | | 19:00 | |
| 19:30 | | | | | | | | | | | 19:30 | |