

時間								時間
8:10	集合、報到時間							8:10
8:30	小學熱身時間(8:30 – 8:40)							8:30
8:40	中學熱身時間(8:40 – 8:50)							8:40
9:00	開幕典禮							9:00
	場次	項目編號	男子	項目名稱	女子	項目編號	場次	
9:15	3	1	DS1	50米自由泳	DS1	4	2	9:35
	3	2	DS2		DS2	5	1	
	2	3	DS3		DS3	6	1	
	2	28	DS4		DS4	33	2	
	1	29	DS5		DS5	34	1	
	2	30	MS1		MS1	35	1	
	1	31	MS2		MS2	36	1	
	1	32	MS3		MS3	37	1	
10:00	3	7	DS1	50米蛙泳	DS1	10	2	10:15
	2	8	DS2		DS2	11	2	
	2	9	DS3		DS3	12	2	
	1	38	DS4		DS4	43	1	
	1	39	DS5		DS5	44	1	
	1	40	MS1		MS1	45	1	
	1	41	MS2					
10:30	1	13	DS1	50米背泳	DS1	16	1	10:40
	1	14	DS2		DS2	17	1	
	1	15	DS3		DS3	18	1	
	1	48	DS4		DS4	51	1	
	1	49	DS5		DS5	52	1	
	1	50	MS組		MS組	53	1	
10:50	1	19	DS1	50米蝶泳	DS1	22	1	11:00
	1	20	DS2		DS2	23	1	
	1	21	DS3		DS3	24	1	
	1	54	DS4		DS4	57	1	
	1	55	DS5		DS5	58	1	
	1	56	MS組		MS組	59	1	
11:10	1	60	DS組	100米自由泳	DS組	62	1	11:10
	1	61	MS組		MS組	63	1	
11:25	1	64	DS組	100米蛙泳	DS組	66	1	11:25
	1	65	MS組		MS組	67	1	
11:45		25	DS1	班際4x50米 男女混合自由泳接力	DS1	25	1	11:45
		26	DS2		DS2	26	1	
		27	DS3		DS3	27	1	
		68	DS公開組4x50米 男女混合自由泳接力			68	1	
		69	MS級公開組4x50米 男女混合自由泳接力			69	1	
12:15	閉幕及頒獎典禮							12:15