

Januar

DATO	FORMIDDAG		ETTERMIDDAG	
	Høyvann	Lavvann	Høyvann	Lavvann
FRE 1. jan.	11:09	05:05	23:47	17:38
LØR 2. jan.	11:53	05:49		18:25
SØN 3. jan.	00:34	06:35	12:38	19:12
MAN 4. jan.	01:22	07:21	13:25	20:00
TIR 5. jan.	02:10	08:08	14:14	20:48
ONS 6. jan.	02:59	08:57	15:05	21:40
TOR 7. jan.	03:53	09:52	16:01	22:36
FRE 8. jan.	04:53	10:56	17:07	23:41
LØR 9. jan.	06:02		18:21	12:11
SØN 10. jan.	07:13	00:51	19:39	13:28
MAN 11. jan.	08:17	02:00	20:43	14:35
TIR 12. jan.	09:09	02:57	21:39	15:30
ONS 13. jan.	09:54	03:46	22:23	16:15
TOR 14. jan.	10:31	04:27	23:02	16:54
FRE 15. jan.	11:06	05:03	23:37	17:30
LØR 16. jan.	11:38	05:36		18:04
SØN 17. jan.	00:10	06:08	12:10	18:37
MAN 18. jan.	00:43	06:40	12:42	19:10
TIR 19. jan.	01:16	07:11	13:14	19:43
ONS 20. jan.	01:48	07:43	13:48	20:16
TOR 21. jan.	02:23	08:18	14:24	20:53
FRE 22. jan.	03:01	08:57	15:05	21:35
LØR 23. jan.	03:45	09:44	15:55	22:27
SØN 24. jan.	04:41	10:46	17:00	23:32
MAN 25. jan.	05:52		18:26	12:07
TIR 26. jan.	07:12	00:53	19:52	13:35
ONS 27. jan.	08:22	02:09	21:03	14:48
TOR 28. jan.	09:19	03:12	22:00	15:47
FRE 29. jan.	10:09	04:05	22:50	16:39
LØR 30. jan.	10:55	04:53	23:35	17:26
SØN 31. jan.	11:39	05:37		18:12

Februar

DATO	FORMIDDAG		ETTERMIDDAG	
	Høyvann	Lavvann	Høyvann	Lavvann
MAN 1. feb.	00:19	06:20	12:23	18:55
TIR 2. feb.	01:01	07:03	13:07	19:38
ONS 3. feb.	01:44	07:46	13:52	20:21
TOR 4. feb.	02:27	08:31	14:39	21:07
FRE 5. feb.	03:14	09:19	15:29	21:54
LØR 6. feb.	04:05	10:14	16:28	22:54
SØN 7. feb.	05:10	11:27	17:46	
MAN 8. feb.	06:30	00:11	19:15	12:55
TIR 9. feb.	07:48	01:32	20:33	14:16
ONS 10. feb.	08:51	02:42	21:30	15:16
TOR 11. feb.	09:37	03:33	22:12	16:00
FRE 12. feb.	10:14	04:12	22:47	16:38
LØR 13. feb.	10:47	04:47	23:18	17:11
SØN 14. feb.	11:18	05:17	23:48	17:42
MAN 15. feb.	11:48	05:47		18:13
TIR 16. feb.	00:18	06:16	12:18	18:42
ONS 17. feb.	00:46	06:45	12:48	19:12
TOR 18. feb.	01:16	07:16	13:20	19:43
FRE 19. feb.	01:47	07:48	13:55	20:17
LØR 20. feb.	02:22	08:25	14:34	20:55
SØN 21. feb.	03:01	09:10	15:23	21:45
MAN 22. feb.	03:55	10:12	16:32	22:54
TIR 23. feb.	05:10	11:40	18:06	
ONS 24. feb.	06:38	00:23	19:39	13:13
TOR 25. feb.	07:58	01:49	20:51	14:31
FRE 26. feb.	09:00	02:56	21:47	15:32
LØR 27. feb.	09:52	03:50	22:34	16:22
SØN 28. feb.	10:38	04:37	23:17	17:08

Tidspunkta er for Ålesund og må derfor justerast med -5 minutt for Sandsøya (62' 25" og 5' 28")

Tidene er justerte for sommertid

Mars

DATO	FORMIDDAG		ETTERMIDDAG	
	Høyvann	Lavvann	Høyvann	Lavvann
MAN 1. mar.	11:22	05:20	23:57	17:51
TIR 2. mar.		06:01	12:04	18:31
ONS 3. mar.	00:35	06:41	12:45	19:11
TOR 4. mar.	01:14	07:22	13:28	19:50
FRE 5. mar.	01:54	08:04	14:12	20:31
LØR 6. mar.	02:35	08:48	14:59	21:15
SØN 7. mar.	03:22	09:39	15:54	22:08
MAN 8. mar.	04:19	10:46	17:10	23:24
TIR 9. mar.	05:39		18:51	12:18
ONS 10. mar.	07:11	01:01	20:15	13:48
TOR 11. mar.	08:20	02:18	21:08	14:48
FRE 12. mar.	09:07	03:08	21:47	15:32
LØR 13. mar.	09:45	03:47	22:20	16:09
SØN 14. mar.	10:18	04:20	22:50	16:41
MAN 15. mar.	10:50	04:51	23:19	17:12
TIR 16. mar.	11:21	05:21	23:47	17:43
ONS 17. mar.	11:51	05:50		18:12
TOR 18. mar.	00:16	06:20	12:23	18:42
FRE 19. mar.	00:45	06:52	12:57	19:15
LØR 20. mar.	01:17	07:27	13:33	19:49
SØN 21. mar.	01:52	08:06	14:16	20:29
MAN 22. mar.	02:35	08:55	15:10	21:21
TIR 23. mar.	03:30	10:00	16:23	22:32
ONS 24. mar.	04:45	11:27	17:59	
TOR 25. mar.	06:16	00:05	19:28	12:59
FRE 26. mar.	07:36	01:31	20:35	14:12
LØR 27. mar.	08:38	02:37	21:26	15:10
SØN 28. mar.	10:30	04:29	23:11	16:59
MAN 29. mar.	11:17	05:16	23:52	17:44
TIR 30. mar.		05:58	12:00	18:26
ONS 31. mar.	00:31	06:40	12:43	19:05

April

DATO	FORMIDDAG		ETTERMIDDAG	
	Høyvann	Lavvann	Høyvann	Lavvann
TOR 1. apr.	01:09	07:20	13:25	19:43
FRE 2. apr.	01:46	08:00	14:06	20:21
LØR 3. apr.	02:24	08:41	14:49	21:00
SØN 4. apr.	03:04	09:24	15:35	21:42
MAN 5. apr.	03:47	10:13	16:29	22:31
TIR 6. apr.	04:39	11:15	17:43	23:43
ONS 7. apr.	05:52		19:12	12:37
TOR 8. apr.	07:15	01:10	20:34	14:00
FRE 9. apr.	08:30	02:32	21:30	15:04
LØR 10. apr.	09:23	03:28	22:09	15:51
SØN 11. apr.	10:05	04:09	22:43	16:29
MAN 12. apr.	10:42	04:45	23:15	17:05
TIR 13. apr.	11:18	05:18	23:46	17:38
ONS 14. apr.	11:52	05:52		18:11
TOR 15. apr.	00:17	06:24	12:26	18:43
FRE 16. apr.	00:47	06:58	13:02	19:17
LØR 17. apr.	01:20	07:34	13:40	19:52
SØN 18. apr.	01:55	08:14	14:23	20:31
MAN 19. apr.	02:36	09:00	15:12	21:17
TIR 20. apr.	03:23	09:53	16:10	22:11
ONS 21. apr.	04:20	10:59	17:24	23:23
TOR 22. apr.	05:33		18:49	12:19
FRE 23. apr.	06:54	00:48	20:07	13:38
LØR 24. apr.	08:09	02:06	21:10	14:47
SØN 25. apr.	09:14	03:12	22:02	15:45
MAN 26. apr.	10:07	04:06	22:45	16:33
TIR 27. apr.	10:55	04:53	23:27	17:18
ONS 28. apr.	11:40	05:37		17:59
TOR 29. apr.	00:05	06:19	12:23	18:39
FRE 30. apr.	00:43	07:00	13:05	19:17

Tidspunkta er for Ålesund og må derfor justerast med -5 minutt for Sandsøya (62' 25" og 5' 28")

Tidene er justerte for sommertid

Mai

DATO	FORMIDDAG		ETTERMIDDAG	
	Høyvann	Lavvann	Høyvann	Lavvann
LØR 1. mai.	01:20	07:40	13:47	19:55
SØN 2. mai.	01:58	08:21	14:30	20:34
MAN 3. mai.	02:38	09:04	15:15	21:14
TIR 4. mai.	03:19	09:51	16:07	22:02
ONS 5. mai.	04:08	10:46	17:09	23:00
TOR 6. mai.	05:06	11:51	18:21	
FRE 7. mai.	06:16	00:13	19:35	13:02
LØR 8. mai.	07:27	01:28	20:33	14:06
SØN 9. mai.	08:26	02:29	21:19	14:58
MAN 10. mai.	09:17	03:19	22:00	15:43
TIR 11. mai.	10:02	04:03	22:37	16:25
ONS 12. mai.	10:44	04:43	23:11	17:02
TOR 13. mai.	11:24	05:21	23:46	17:40
FRE 14. mai.		06:00	12:05	18:18
LØR 15. mai.	00:23	06:41	12:47	18:57
SØN 16. mai.	01:01	07:23	13:31	19:37
MAN 17. mai.	01:41	08:08	14:18	20:21
TIR 18. mai.	02:26	08:57	15:11	21:10
ONS 19. mai.	03:16	09:52	16:09	22:06
TOR 20. mai.	04:12	10:54	17:16	23:12
FRE 21. mai.	05:19		18:28	12:02
LØR 22. mai.	06:30	00:25	19:36	13:11
SØN 23. mai.	07:41	01:37	20:39	14:17
MAN 24. mai.	08:46	02:43	21:32	15:15
TIR 25. mai.	09:44	03:41	22:20	16:07
ONS 26. mai.	10:36	04:32	23:03	16:54
TOR 27. mai.	11:23	05:18	23:43	17:36
FRE 28. mai.		06:02	12:08	18:18
LØR 29. mai.	00:23	06:44	12:51	18:56
SØN 30. mai.	01:01	07:25	13:33	19:35
MAN 31. mai.	01:39	08:06	14:15	20:14

Juni

DATO	FORMIDDAG		ETTERMIDDAG	
	Høyvann	Lavvann	Høyvann	Lavvann
TIR 1. jun.	02:17	08:46	14:57	20:52
ONS 2. jun.	02:56	09:29	15:42	21:35
TOR 3. jun.	03:40	10:16	16:32	22:22
FRE 4. jun.	04:27	11:06	17:26	23:15
LØR 5. jun.	05:20		18:25	12:01
SØN 6. jun.	06:21	00:17	19:26	13:01
MAN 7. jun.	07:24	01:22	20:21	13:59
TIR 8. jun.	08:25	02:22	21:12	14:54
ONS 9. jun.	09:21	03:18	21:56	15:43
TOR 10. jun.	10:12	04:07	22:40	16:29
FRE 11. jun.	11:01	04:56	23:22	17:14
LØR 12. jun.	11:49	05:42		17:58
SØN 13. jun.	00:04	06:28	12:36	18:42
MAN 14. jun.	00:46	07:14	13:24	19:26
TIR 15. jun.	01:30	08:02	14:13	20:13
ONS 16. jun.	02:17	08:51	15:03	21:00
TOR 17. jun.	03:05	09:42	15:55	21:52
FRE 18. jun.	03:58	10:36	16:53	22:50
LØR 19. jun.	04:58	11:37	17:56	23:56
SØN 20. jun.	06:04		19:01	12:40
MAN 21. jun.	07:13	01:06	20:05	13:45
TIR 22. jun.	08:21	02:14	21:05	14:47
ONS 23. jun.	09:26	03:19	21:59	15:45
TOR 24. jun.	10:23	04:16	22:46	16:36
FRE 25. jun.	11:13	05:06	23:28	17:21
LØR 26. jun.	11:58	05:51		18:02
SØN 27. jun.	00:07	06:31	12:39	18:40
MAN 28. jun.	00:44	07:10	13:18	19:17
TIR 29. jun.	01:20	07:47	13:55	19:52
ONS 30. jun.	01:55	08:24	14:33	20:28

Tidspunkta er for Ålesund og må derfor justerast med -5 minutt for Sandsøya (62' 25" og 5' 28")

Tidene er justerte for sommertid

Juli

DATO	FORMIDDAG		ETTERMIDDAG	
	Høyvann	Lavvann	Høyvann	Lavvann
TOR 1. jul.	02:32	09:02	15:11	21:05
FRE 2. jul.	03:09	09:40	15:50	21:42
LØR 3. jul.	03:47	10:20	16:32	22:25
SØN 4. jul.	04:31	11:06	17:22	23:16
MAN 5. jul.	05:24	11:59	18:18	
TIR 6. jul.	06:25	00:16	19:18	12:58
ONS 7. jul.	07:34	01:24	20:23	14:04
TOR 8. jul.	08:45	02:36	21:20	15:06
FRE 9. jul.	09:49	03:38	22:13	16:03
LØR 10. jul.	10:46	04:36	23:01	16:55
SØN 11. jul.	11:37	05:27	23:47	17:43
MAN 12. jul.		06:16	12:26	18:28
TIR 13. jul.	00:31	07:03	13:11	19:12
ONS 14. jul.	01:15	07:49	13:57	19:57
TOR 15. jul.	02:02	08:35	14:44	20:44
FRE 16. jul.	02:50	09:23	15:32	21:32
LØR 17. jul.	03:39	10:12	16:23	22:24
SØN 18. jul.	04:33	11:05	17:18	23:22
MAN 19. jul.	05:33		18:21	12:04
TIR 20. jul.	06:44	00:32	19:32	13:13
ONS 21. jul.	08:02	01:49	20:42	14:24
TOR 22. jul.	09:15	03:03	21:43	15:30
FRE 23. jul.	10:16	04:06	22:31	16:23
LØR 24. jul.	11:05	04:55	23:14	17:09
SØN 25. jul.	11:46	05:38	23:50	17:47
MAN 26. jul.		06:15	12:23	18:23
TIR 27. jul.	00:25	06:51	12:58	18:56
ONS 28. jul.	00:58	07:24	13:30	19:28
TOR 29. jul.	01:30	07:57	14:03	20:00
FRE 30. jul.	02:04	08:30	14:35	20:31
LØR 31. jul.	02:35	09:02	15:08	21:05

August

DATO	FORMIDDAG		ETTERMIDDAG	
	Høyvann	Lavvann	Høyvann	Lavvann
SØN 1. aug.	03:11	09:38	15:45	21:43
MAN 2. aug.	03:50	10:17	16:26	22:27
TIR 3. aug.	04:37	11:05	17:17	23:23
ONS 4. aug.	05:37		18:22	12:05
TOR 5. aug.	06:55	00:37	19:37	13:19
FRE 6. aug.	08:20	02:00	20:51	14:37
LØR 7. aug.	09:35	03:18	21:51	15:44
SØN 8. aug.	10:33	04:19	22:43	16:38
MAN 9. aug.	11:23	05:12	23:28	17:26
TIR 10. aug.		05:59	12:09	18:11
ONS 11. aug.	00:13	06:45	12:52	18:54
TOR 12. aug.	00:57	07:29	13:35	19:38
FRE 13. aug.	01:42	08:13	14:18	20:22
LØR 14. aug.	02:28	08:56	15:01	21:07
SØN 15. aug.	03:15	09:41	15:48	21:56
MAN 16. aug.	04:06	10:30	16:39	22:51
TIR 17. aug.	05:05	11:27	17:41	23:59
ONS 18. aug.	06:18		18:58	12:40
TOR 19. aug.	07:48	01:26	20:19	14:04
FRE 20. aug.	09:09	02:49	21:26	15:18
LØR 21. aug.	10:09	03:54	22:15	16:12
SØN 22. aug.	10:53	04:40	22:55	16:54
MAN 23. aug.	11:30	05:19	23:30	17:30
TIR 24. aug.		05:54	12:02	18:01
ONS 25. aug.	00:02	06:26	12:32	18:32
TOR 26. aug.	00:33	06:56	13:01	19:01
FRE 27. aug.	01:03	07:26	13:30	19:31
LØR 28. aug.	01:33	07:56	13:59	20:01
SØN 29. aug.	02:05	08:27	14:30	20:33
MAN 30. aug.	02:39	08:59	15:03	21:08
TIR 31. aug.	03:17	09:36	15:42	21:52

Tidspunkta er for Ålesund og må derfor justerast med -5 minutt for Sandsøya (62' 25" og 5' 28")

Tidene er justerte for sommertid

September

DATO	FORMIDDAG		ETTERMIDDAG	
	Høyvann	Lavvann	Høyvann	Lavvann
ONS 1. sep.	04:03	10:22	16:31	22:49
TOR 2. sep.	05:06	11:25	17:39	
FRE 3. sep.	06:33	00:07	19:05	12:49
LØR 4. sep.	08:08	01:41	20:26	14:17
SØN 5. sep.	09:21	03:00	21:30	15:26
MAN 6. sep.	10:18	04:01	22:22	16:20
TIR 7. sep.	11:05	04:52	23:09	17:08
ONS 8. sep.	11:48	05:39	23:54	17:52
TOR 9. sep.		06:23	12:29	18:34
FRE 10. sep.	00:37	07:05	13:09	19:17
LØR 11. sep.	01:21	07:46	13:49	19:59
SØN 12. sep.	02:05	08:27	14:30	20:42
MAN 13. sep.	02:51	09:09	15:14	21:30
TIR 14. sep.	03:41	09:56	16:03	22:23
ONS 15. sep.	04:39	10:51	17:02	23:32
TOR 16. sep.	05:56		18:19	12:06
FRE 17. sep.	07:31	00:59	19:48	13:39
LØR 18. sep.	08:53	02:26	20:58	14:56
SØN 19. sep.	09:49	03:28	21:48	15:50
MAN 20. sep.	10:28	04:13	22:26	16:29
TIR 21. sep.	11:02	04:50	23:01	17:02
ONS 22. sep.	11:32	05:23	23:33	17:34
TOR 23. sep.		05:54	12:01	18:03
FRE 24. sep.	00:03	06:24	12:29	18:33
LØR 25. sep.	00:35	06:54	12:58	19:03
SØN 26. sep.	01:06	07:24	13:27	19:34
MAN 27. sep.	01:38	07:55	13:58	20:09
TIR 28. sep.	02:15	08:29	14:33	20:47
ONS 29. sep.	02:57	09:08	15:13	21:33
TOR 30. sep.	03:46	09:55	16:03	22:33

Oktober

DATO	FORMIDDAG		ETTERMIDDAG	
	Høyvann	Lavvann	Høyvann	Lavvann
FRE 1. okt.	04:55	11:01	17:12	23:52
LØR 2. okt.	06:22		18:38	12:27
SØN 3. okt.	07:53	01:22	20:01	13:55
MAN 4. okt.	09:02	02:38	21:06	15:04
TIR 5. okt.	09:56	03:38	21:59	15:59
ONS 6. okt.	10:42	04:29	22:48	16:47
TOR 7. okt.	11:23	05:15	23:32	17:31
FRE 8. okt.		05:58	12:03	18:13
LØR 9. okt.	00:17	06:39	12:42	18:55
SØN 10. okt.	01:00	07:19	13:21	19:37
MAN 11. okt.	01:44	07:59	14:02	20:21
TIR 12. okt.	02:31	08:40	14:44	21:06
ONS 13. okt.	03:18	09:24	15:30	21:58
TOR 14. okt.	04:15	10:17	16:25	23:02
FRE 15. okt.	05:29	11:28	17:36	
LØR 16. okt.	06:57	00:22	18:59	12:55
SØN 17. okt.	08:15	01:42	20:12	14:14
MAN 18. okt.	09:12	02:47	21:08	15:12
TIR 19. okt.	09:53	03:35	21:50	15:54
ONS 20. okt.	10:27	04:13	22:27	16:29
TOR 21. okt.	10:59	04:48	23:02	17:03
FRE 22. okt.	11:29	05:21	23:36	17:36
LØR 23. okt.	11:59	05:54		18:08
SØN 24. okt.	00:10	06:25	12:30	18:42
MAN 25. okt.	00:45	06:58	13:02	19:17
TIR 26. okt.	01:22	07:32	13:35	19:54
ONS 27. okt.	02:01	08:08	14:12	20:36
TOR 28. okt.	02:47	08:50	14:56	21:25
FRE 29. okt.	03:40	09:40	15:48	22:26
LØR 30. okt.	04:48	10:46	16:55	23:39
SØN 31. okt.	05:08	11:05	17:13	23:59

Tidspunkta er for Ålesund og må derfor justerast med -5 minutt for Sandsøya (62' 25" og 5' 28")

Tidene er justerte for sommertid

November

DATO	FORMIDDAG		ETTERMIDDAG	
	Høyvann	Lavvann	Høyvann	Lavvann
MAN 1. nov.	06:28		18:31	12:27
TIR 2. nov.	07:34	01:10	19:39	13:36
ONS 3. nov.	08:29	02:11	20:36	14:35
TOR 4. nov.	09:17	03:04	21:27	15:25
FRE 5. nov.	10:00	03:51	22:15	16:12
LØR 6. nov.	10:40	04:34	23:00	16:56
SØN 7. nov.	11:20	05:16	23:44	17:38
MAN 8. nov.		05:56	12:00	18:22
TIR 9. nov.	00:30	06:37	12:40	19:05
ONS 10. nov.	01:14	07:17	13:21	19:49
TOR 11. nov.	02:01	08:00	14:05	20:37
FRE 12. nov.	02:53	08:48	14:53	21:31
LØR 13. nov.	03:53	09:44	15:49	22:33
SØN 14. nov.	05:01	10:53	16:56	23:41
MAN 15. nov.	06:14		18:08	12:08
TIR 16. nov.	07:17	00:48	19:11	13:14
ONS 17. nov.	08:06	01:42	20:04	14:06
TOR 18. nov.	08:46	02:29	20:49	14:50
FRE 19. nov.	09:23	03:10	21:31	15:30
LØR 20. nov.	09:58	03:48	22:10	16:09
SØN 21. nov.	10:31	04:24	22:49	16:46
MAN 22. nov.	11:06	05:00	23:29	17:24
TIR 23. nov.	11:42	05:37		18:04
ONS 24. nov.	00:11	06:16	12:20	18:46
TOR 25. nov.	00:54	06:56	13:00	19:30
FRE 26. nov.	01:41	07:40	13:46	20:21
LØR 27. nov.	02:35	08:31	14:37	21:16
SØN 28. nov.	03:34	09:29	15:37	22:19
MAN 29. nov.	04:42	10:39	16:47	23:30
TIR 30. nov.	05:56	11:55	18:01	

Desember

DATO	FORMIDDAG		ETTERMIDDAG	
	Høyvann	Lavvann	Høyvann	Lavvann
ONS 1. des.	07:02	00:39	19:11	13:07
TOR 2. des.	08:02	01:43	20:16	14:11
FRE 3. des.	08:55	02:41	21:12	15:08
LØR 4. des.	09:41	03:31	22:03	15:58
SØN 5. des.	10:24	04:17	22:50	16:44
MAN 6. des.	11:05	05:00	23:34	17:27
TIR 7. des.	11:44	05:40		18:09
ONS 8. des.	00:17	06:19	12:23	18:50
TOR 9. des.	00:59	06:58	13:01	19:31
FRE 10. des.	01:41	07:37	13:41	20:12
LØR 11. des.	02:24	08:17	14:22	20:56
SØN 12. des.	03:11	09:02	15:07	21:44
MAN 13. des.	04:02	09:52	15:58	22:38
TIR 14. des.	05:01	10:52	16:57	23:37
ONS 15. des.	06:03		18:03	12:00
TOR 16. des.	07:05	00:40	19:10	13:07
FRE 17. des.	07:59	01:38	20:08	14:06
LØR 18. des.	08:46	02:30	21:03	14:58
SØN 19. des.	09:29	03:18	21:49	15:45
MAN 20. des.	10:09	04:00	22:35	16:29
TIR 21. des.	10:49	04:43	23:19	17:12
ONS 22. des.	11:27	05:23		17:54
TOR 23. des.	00:02	06:04	12:08	18:38
FRE 24. des.	00:46	06:46	12:50	19:23
LØR 25. des.	01:32	07:30	13:35	20:10
SØN 26. des.	02:21	08:18	14:25	21:01
MAN 27. des.	03:14	09:10	15:18	21:55
TIR 28. des.	04:11	10:10	16:20	22:58
ONS 29. des.	05:17	11:20	17:31	
TOR 30. des.	06:27	00:06	18:47	12:37
FRE 31. des.	07:35	01:16	19:59	13:50

Tidspunkta er for Ålesund og må derfor justerast med -5 minutt for Sandsøya (62' 25" og 5' 28")

Tidene er justerte for sommertid