

# Nederlandse Kampioenschappen korte baan 2023

## Programma

Versie: 17-10-2023



De NK worden gehouden van **15 t/m 17 december 2023**. Locatie is het Hofbad in Den Haag (8 banen – 25m), Ypenburgse Boslaan 30 te 2496 ZA Den Haag

Er is mogelijkheid om te zwemmen op donderdag 14 december van 18.00 tot 19.30 uur.

### Programma

#### Vrijdag sessie 1 (09.00u)

##### Series

400m vrije slag dames  
**100m rugslag heren**  
200m rugslag dames  
**50m schoolslag heren**  
50m vrije slag dames  
**200m vlinderslag heren**  
100m wisselslag dames  
**100m vrije slag heren**  
200m schoolslag dames  
**200m wisselslag heren**  
50m vlinderslag dames  
**1500m vrije slag heren series**

#### Zaterdag sessie 3 (09.00u)

##### Series

**800m vrije slag heren series**  
100m rugslag dames  
**100m vlinderslag heren**  
50m schoolslag dames  
**200m vrije slag heren**  
100m vrije slag dames  
**200m schoolslag heren**  
200m vlinderslag dames  
**50m rugslag heren**  
200m wisselslag dames  
**400m wisselslag heren**  
800m vrije slag dames series

#### Zondag sessie 5 (09.00u)

##### Series

**400m vrije slag heren**  
400m wisselslag dames  
**100m schoolslag heren**  
50m rugslag dames  
**50m vrije slag heren**  
200m vrije slag dames  
**200m rugslag heren**  
100m schoolslag dames  
**50m vlinderslag heren**  
100m vlinderslag dames  
**100m wisselslag heren**  
1500m vrije slag dames series

*40 minuten pauze/inzwemmen*

*40 minuten pauze/inzwemmen*

#### 1500m vrije slag junioren 1-2 jongens

800m vrije slag junioren 1-2 meisjes

1500m vrije slag junioren 3-4 jongens

**800m vrije slag junioren 3-4 meisjes**

#### Vrijdag sessie 2

##### B/A-finales (17.00u)

1500m vrije slag heren s.s.  
400m vrije slag dames (p)  
**100m rugslag heren (p)**  
200m rugslag dames  
**50m schoolslag heren (p)**  
50m vrije slag dames (p)  
  
**200m vlinderslag heren**  
100m wisselslag dames (p)  
**100m vrije slag heren (p)**  
200m schoolslag dames  
**200m wisselslag heren (p)**  
50m vlinderslag dames (p)  
  
**4x200m vrije slag est. heren**  
4x200m vrije slag est. dames

#### Zaterdag sessie 4

##### B/A-finales (17.00u)

800m vrije slag dames s.s.  
**400m wisselslag heren**  
100m rugslag dames (p)  
**100m vlinderslag heren (p)**  
50m schoolslag dames (p)  
**200m vrije slag heren (p)**  
  
100m vrije slag dames (p)  
**200m schoolslag heren**  
200m vlinderslag dames  
**50m rugslag heren (p)**  
200m wisselslag dames (p)  
**800m vrije slag heren s.s.**

4x100m vrije slag est. dames  
**4x100m wisselslag est. heren**

#### Zondag sessie 6

##### B/A-finales (17.00u)

**400m vrije slag heren (p)**  
400m wisselslag dames  
**100m schoolslag heren (p)**  
50m rugslag dames (p)  
**50m vrije slag heren (p)**  
200m vrije slag dames (p)  
  
**200m rugslag heren**  
100m schoolslag dames (p)  
**50m vlinderslag heren (p)**  
100m vlinderslag dames (p)  
**100m wisselslag heren (p)**  
1500m vrije slag dames s.s.

**4x100m vrije slag est. Heren**  
4x100m wisselslag est. dames