

NK lange baan 2025

Limieten

Versie 14-03-2025



onder 16			Heren			Onder 20			Senioren		
Afstand	25m	50m	Afstand	25m	50m	Afstand	25m	50m	Afstand	25m	50m
800m vrije slag	10:04,38	10:20,42	50m vrije slag	00:25,01	00:25,94	50m vrije slag	00:24,00	00:24,89	50m vrije slag	00:23,32	00:24,19
1500m vrije slag	18:56,41	19:29,15	100m vrije slag	00:55,73	00:57,67	100m vrije slag	00:53,43	00:55,28	100m vrije slag	00:51,89	00:53,70
			200m vrije slag	02:01,58	02:04,80	200m vrije slag	01:56,91	02:00,01	200m vrije slag	01:53,80	01:56,81
			400m vrije slag	04:22,51	04:32,18	400m vrije slag	04:15,62	04:25,04	400m vrije slag	04:11,03	04:20,28
			800m vrije slag (all-in)	08:57,23	09:12,12	800m vrije slag (all-in)	08:57,23	09:12,12	800m vrije slag (all-in)	08:57,23	09:12,12
			1500m vrije slag (all-in)	16:50,14	17:18,52	1500m vrije slag (all-in)	16:50,14	17:18,52	1500m vrije slag (all-in)	16:50,14	17:18,52
			50m schoolslag	00:32,00	00:33,28	50m schoolslag	00:30,56	00:31,78	50m schoolslag	00:29,60	00:30,79
			100m schoolslag	01:10,77	01:12,82	100m schoolslag	01:07,22	01:09,16	100m schoolslag	01:04,85	01:06,73
			200m schoolslag	02:33,21	02:39,99	200m schoolslag	02:26,29	02:32,76	200m schoolslag	02:21,67	02:27,94
			50m vlinderslag	00:27,34	00:27,99	50m vlinderslag	00:26,16	00:26,79	50m vlinderslag	00:25,38	00:25,99
			100m vlinderslag	01:01,14	01:03,28	100m vlinderslag	00:58,68	01:00,73	100m vlinderslag	00:57,04	00:59,03
			200m vlinderslag	02:24,39	02:29,11	200m vlinderslag	02:18,80	02:23,34	200m vlinderslag	02:15,08	02:19,49
			50m rugslag	00:29,20	00:31,10	50m rugslag	00:27,89	00:29,71	50m rugslag	00:27,02	00:28,78
			100m rugslag	01:02,03	01:06,23	100m rugslag	01:00,25	01:04,32	100m rugslag	00:59,06	01:03,06
			200m rugslag	02:14,97	02:23,01	200m rugslag	02:10,52	02:18,30	200m rugslag	02:07,56	02:15,16
			200m wisselslag	02:18,81	02:24,34	200m wisselslag	02:12,95	02:18,25	200m wisselslag	02:09,04	02:14,18
			400m wisselslag	05:03,24	05:13,17	400m wisselslag	04:56,69	05:06,41	400m wisselslag	04:52,33	05:01,90
									4 x 200m vrijeslag Estafette	07:53,40	08:10,30
									4 x 100m vrijeslag Estafette	03:35,87	03:42,35
									4 x 100m wisselslag Estafette	04:02,15	04:11,64

NK lange baan 2025

Limieten

Versie 14-03-2025



Dames

onder 16		
Afstand	25m	50m
800m vrije slag	10:21,81	10:31,70
1500m vrije slag	20:04,29	20:21,42

onder 18		
Afstand	25m	50m
50m vrije slag	00:27,99	00:28,82
100m vrije slag	01:01,45	01:03,24
200m vrije slag	02:14,95	02:17,30
400m vrije slag	04:48,49	04:53,58
800m vrije slag (all-in)	09:30,47	09:39,28
1500m vrije slag (all-in)	18:24,85	18:39,74
50m schoolslag	00:36,03	00:37,03
100m schoolslag	01:18,33	01:20,55
200m schoolslag	02:49,49	02:53,24
50m vlinderslag	00:30,45	00:30,51
100m vlinderslag	01:08,55	01:09,98
200m vlinderslag	02:39,59	02:42,53
50m rugslag	00:32,25	00:34,31
100m rugslag	01:09,18	01:12,00
200m rugslag	02:28,44	02:33,68
200m wisselslag	02:32,50	02:37,83
400m wisselslag	05:28,73	05:35,64

Onder 20		
Afstand	25m	50m
50m vrije slag	00:27,15	00:27,96
100m vrije slag	00:59,75	01:01,48
200m vrije slag	02:10,22	02:12,49
400m vrije slag	04:40,10	04:45,04
800m vrije slag (all-in)	09:30,47	09:39,28
1500m vrije slag (all-in)	18:24,85	18:39,74
50m schoolslag	00:34,88	00:35,85
100m schoolslag	01:15,89	01:18,04
200m schoolslag	02:45,17	02:48,83
50m vlinderslag	00:29,47	00:29,53
100m vlinderslag	01:06,32	01:07,71
200m vlinderslag	02:34,63	02:37,47
50m rugslag	00:31,21	00:33,20
100m rugslag	01:07,46	01:10,21
200m rugslag	02:23,88	02:28,96
200m wisselslag	02:27,29	02:32,44
400m wisselslag	05:20,45	05:27,18

Senioren		
Afstand	25m	50m
50m vrije slag	00:26,59	00:27,38
100m vrije slag	00:58,61	01:00,31
200m vrije slag	02:07,07	02:09,28
400m vrije slag	04:34,51	04:39,35
800m vrije slag (all-in)	09:30,47	09:39,28
1500m vrije slag (all-in)	18:24,85	18:39,74
50m schoolslag	00:34,11	00:35,06
100m schoolslag	01:14,26	01:16,37
200m schoolslag	02:42,29	02:45,88
50m vlinderslag	00:28,82	00:28,88
100m vlinderslag	01:04,84	01:06,20
200m vlinderslag	02:31,32	02:34,10
50m rugslag	00:30,51	00:32,46
100m rugslag	01:06,31	01:09,02
200m rugslag	02:20,84	02:25,81
200m wisselslag	02:23,82	02:28,85
400m wisselslag	05:14,93	05:21,55
4 x 200m vrije slag Estafette	08:48,60	08:56,37
4 x 100m vrije slag Estafette	04:03,83	04:06,83
4 x 100m wisselslag Estafette	04:34,58	04:41,04

NK lange baan 2025

Limieten

Versie 14-03-2025



Versiebeheer

- 31-01-2025 Publicatie
- 11-02-2025 Correctie limieten 4 x 100m vrij en 4 x 100m wisselslag
- 14-03-2025 Toevoegen Limieten 800m/1500m Onder 16