

Meisjes/Dames					
		onder 14	onder 16	onder 18	18 en ouder
50m vrije slag	P	00:35.90	00:33.65	00:31.74	00:30.99
100m vrije slag	P	01:16.85	01:12.05	01:08.41	01:07.22
200m vrije slag	P	02:53.20	02:39.50	02:28.96	02:26.82
400m vrije slag	P	05:53.10	05:29.90	05:15.53	05:11.26
800m vrije slag		12:22.35	11:33.60	10:55.03	10:37.66
50m rugcrawl	P	00:40.85	00:38.25	00:36.47	00:35.94
100m rugcrawl	P	01:28.20	01:22.60	01:18.31	01:16.72
200m rugcrawl		03:09.20	02:57.20	02:48.41	02:45.43
50m schoolslag	P	00:44.90	00:42.30	00:40.40	00:39.60
100m schoolslag	P	01:37.50	01:31.75	01:27.57	01:25.83
200m schoolslag		03:30.25	03:17.90	03:09.36	03:06.02
50m vlinderslag	P	00:38.85	00:36.00	00:33.98	00:33.17
100m vlinderslag	P	01:29.55	01:23.10	01:18.81	01:17.12
200m vlinderslag		03:18.85	03:04.50	02:54.54	02:50.38
100 wisselslag		01:22.10	01:16.45	01:12.50	01:11.49
200 wisselslag	P	03:06.35	02:54.60	02:46.13	02:43.25
400 wisselslag		06:49.75	06:30.35	06:18.67	06:12.83

Bonusregeling:

50m + 0,5 sec	400m + 4,00 sec
100m + 1,00 sec	800m + 8,00 sec
200m + 2,00 sec	

** Boven limiet inschrijven mag als er voldaan wordt aan de bonusregeling.

Zwimmers die gebruik maken van de bonusregeling zullen worden geplaatst op de vrije banen in de 1e serie

LET OP! Er zullen geen extra series voort vloeien uit de zwimmers met het bonus limiet.

Jongens/Heren					
		onder 14	onder 16	onder 18	18 en ouder
50m vrije slag	P	00:34.10	00:31.70	00:28.30	00:27.70
100m vrije slag	P	01:13.90	01:08.70	01:01.40	01:00.00
200m vrije slag	P	02:44.80	02:33.20	02:16.80	02:14.30
400m vrije slag	P	05:47.50	05:22.80	04:47.60	04:42.10
1500m vrije slag		22:31.60	20:55.70	19:23.50	18:52.10
50m rugcrawl	P	00:37.20	00:34.40	00:30.70	00:29.90
100m rugcrawl	P	01:20.80	01:14.70	01:06.50	01:05.50
200m rugcrawl		02:57.10	02:43.50	02:25.70	02:24.00
50m schoolslag	P	00:42.90	00:39.50	00:35.00	00:34.00
100m schoolslag	P	01:33.90	01:26.70	01:16.80	01:14.90
200m schoolslag		03:20.80	03:05.30	02:44.20	02:39.90
50m vlinderslag	P	00:39.10	00:34.60	00:31.40	00:30.80
100m vlinderslag	P	01:26.40	01:16.50	01:09.50	01:08.10
200m vlinderslag		03:14.30	02:52.00	02:36.20	02:32.70
100 wisselslag		01:22.35	01:18.50	01:07.95	01:05.20
200 wisselslag	P	03:03.70	02:49.70	02:31.00	02:28.50
400 wisselslag		06:51.80	06:20.60	05:39.00	05:33.10

Bonusregeling:

50m + 0,5 sec

400m + 4,00 sec

100m + 1,00 sec

1500m + 15,00 sec

200m + 2,00 sec

** Boven limiet inschrijven mag als er voldaan wordt aan de bonusregeling.

Zwimmers die gebruik maken van de bonusregeling zullen worden geplaatst

op de vrije banen in de 1e serie

LET OP! Er zullen geen extra series voort vloeien uit de zwimmers met het bonus limiet.