VOORPROGRAMMA

LIVE results op Swimrankings/Splash Me: JA **o** NEEN **x**

voor een zwemwedstrijd onder de reglementen van World Aquatics/KBZB/Zwemfed

Antw **o** Vl.Bra/Brus **o** Limb **o** O-Vl **x** W-Vl **o** Datum aanvraag: 28/12/2024

Goedgekeurd voor het VSW op:30/12/2024
door:Jasper Herman

Voorzitter: Naam:
Licentie nr: - E-mail:

Kamprechter : Naam: Geert Bisback
Licentie nr: TSZ/11081/74
E-mail: geert.bisback@regioovl.be

Kamprechter : Naam:
Licentie nr: - E-mail:

JASPER HERMAN
FIRST/11049/74 KF

ADMINISTRATIEVE GEGEVENS

Organisator (club afk.): **FIRST (Flanders Inter Regio Swim Team)**

Starter(s):
Herman Jasper FIRST/11049/74

Datum wedstrijd **: 09/03/2025**
Zwembadgegevens
Naam: Zottegem
Adres: Bevegemse vijvers

Jurysecretaris(sen):
Kerkhove Kurt FIRST/111396/70
Ruyskensveld Christof FIRST/11055/72

Aantal banen: 6
Lengte: 25m
Tijdopname: Handmatig 1 klok

Medische dienst: Hoge Redder

Aanvraag dubbelzwemmen[1]: JA **O** NEEN **X**
Baanbreedte (optioneel):

[1] *toegelaten voor wedstrijden met ENKEL 800m - 1500m (alle categorieën) en/of 400m vrije slag (enkel 9-10-jarigen) op het programma.*

INSCHRIJVINGEN

emailen naar:

Naam: Hurtekant Johan
E-mail: johan@hurtekant.be
Tel / GSM: 0495 94 97 93

Uiterste datum van inschrijving (UDI): **23/02/2025**
*(maximum **2 weken** vóór wedstrijddatum):*

Inschrijftijden van 1/01/2024 tot en met UDI

WEDSTRIJDGEGEVENS

Aard van de wedstrijd: Regionaal op uitnodiging: **X** Masters: **O**
(Wedstrijd- en/of bekerreglement bijvoegen indien van toepassing)

Aanvang inzwemmen: **13.00 u.** (kan worden opgesplitst afhankelijk van het aantal deelnemers)
Aanmelden officials bij kamprechter: **13.15 u.** (ten laatste 45 minuten vóór de aanvang)
Aanvang wedstrijd: **14.00 u.**
Aanvang inzwemmen finales:
Aanvang finales:

Maximum aantal individuele starten per zwemmer: **-** Onbeperkt: X
Aantal reserves bij finales:
Prijzen : zie wedstrijdreglement: X
3 medailles: O per leeftijdsjaar voor 9 en 10-jarige
O per leeftijdsjaar
O per leeftijdscategorie
O over jaren / categorieën heen

NAAM VAN DE WEDSTRIJD : Regionaal criterium dag 4

Wed.Nr.	Soort	Afstand	Stijl	Geslacht	Leeftijd/Categorie
1.	series	200m	vrije slag	Alle	9 / 9 / 10 / 10
2.	series	100m	vrije slag	Dames	11 / 12 / 13 / 14 / 15 - 16 / 17 +
3.	series	100m	vrije slag	Heren	11 / 12 / 13 / 14 / 15 - 16 / 17 +
4.	series	400m	wisselslag	Dames	11 / 12 / 13 / 14 / 15 - 16 / 17 +
5.	series	400m	wisselslag	Heren	11 / 12 / 13 / 14 / 15 - 16 / 17 +
6.	series	100m	schoolslag	Alle	9 / 9 / 10 / 10
	Pauze	Uitreiking van de medailles 9 en 10 jarigen			
7.	series	200m	schoolslag	Dames	11 / 12 / 13 / 14 / 15 - 16 / 17 +
8.	series	200m	schoolslag	Heren	11 / 12 / 13 / 14 / 15 - 16 / 17 +
9.	series	50m	vlinderslag	Dames	11 / 12 / 13 / 14 / 15 - 16 / 17 +
10.	series	50m	vlinderslag	Heren	11 / 12 / 13 / 14 / 15 - 16 / 17 +
11.	series	4 x 100m	wisselslag	Dames	11 - 13 / 14 - 16 / Open
12.	series	4 x 100m	wisselslag	Heren	11 - 13 / 14 - 16 / Open

De gemelde duur van een pauze is een richtlijn en kan aangepast worden ifv timing door de kamprechter.

[3] Gemengd is enkel toegelaten voor 9 en 10-jarigen en masters.
Een gemengde (mixed) aflossingsploeg (ook bij de 9 en 10 jarigen) moet steeds 2 zwemmers hebben van elk geslacht.

Programma en uitslag zal verschijnen op www.zwemfed.be/activiteiten en op volgende website(s):
- www.zwemclubfirst.be

Mag deelnemen wie op de desbetreffende zwemslag de limiettijd voor de Oost-Vlaamse kampioenschappen **niet** heeft behaald
(bijgevoegd het reglement opgesteld door het regiocomité Oost-Vlaanderen)

Startgeld € 4,00 te storten op rekeningnummer BE76 8905 3407 8795 met vermelding “Regionaal criterium 4de dag + naam club”

REGLEMENT OOST-VLAAMSE REGIOWEDSTRIJDEN ZWEMMEN 2024-2028

Algemene beschrijving

Regelmatigheidscriterium van meerdere wedstrijddagen, waarin alle zwemnummers minimaal één keer aan bod komt. Deze wedstrijddagen zullen (behalve de laatste finaledag) steeds in de namiddag plaatsvinden en dus maar een halve dag in nemen.

Na het verloop van het volledige criterium zal er een finaledag worden georganiseerd, waarbij de top acht per nummer van op de regiowedstrijden wordt uitgenodigd om nogmaals te strijden voor een podiumplaats tussen de snelste zwemmers van de regio (B-finale). Tijdens de finaledag zal ook de top acht van de provincie, van bepaalde nummers, bij de 13-14 jarigen, de 15-16 jarigen en de 17+'ers worden uitgenodigd. (A-finale).

Deelnemersveld

Het regiocomité Oost-Vlaanderen zal een tabel opmaken met limiettijden, die ook gelden voor deelname aan de Oost-Vlaamse Kampioenschappen. Alle zwemmers aangesloten bij een Oost-Vlaamse Club, lid van de Zwemfed, die de limiettijd voor de Oost-Vlaamse Kampioenschappen niet hebben gehaald mogen deelnemen aan de regiowedstrijden. Zelfde regel geldt voor de aflossingen, zwemmers die de limiet halen op een bepaald nummer, mogen op dat bepaalde nummer niet deelnemen aan de aflossing.

Vb. Mark haalt de limiet voor het OVK wel op de 100m vrije slag, maar niet op de 200m vlinderslag; dan mag hij deelnemen aan de 200m vlinderslag tijdens het regio-criterium, maar niet aan de 100m vrije slag.

Programma

Het programma, vooraf opgemaakt door het Regiocomité Oost-Vlaanderen, bestaat uit individuele nummers, aflossingen en een australian run.

Reglement

Er is een apart klassement per leeftijdsjaar en geslacht voor de 9 en 10 jarigen. De andere klassering is, per geslacht, als volgt: 11j / 12j / 13j / 14j / 15-16j / 17j+.

Er worden medailles voorzien voor de eerste drie zwemmers per zwemnummer volgens bovenstaande categorieën.

De categorieën voor de aflossingen zijn als volgt: 11j-13j / 14j-16j / open. Ook voor de aflossingen zijn er medailles voorzien, voor de eerste drie teams per aflossingnummer.

Er wordt een aandenken voorzien voor de eerste drie zwemmers per geslacht en per categorie in de Australian Run; de categorieën zijn te bespreken met de organiserende club van die wedstrijddag, afhankelijk van de drukte van de wedstrijd. Dit zal duidelijk vermeld worden op het voorprogramma.

We werken niet langer met een ploegenklassement, maar wel met een finaledag (zie algemene beschrijving); hiervoor worden de clubs persoonlijk aangeschreven. De finale dag zal worden georganiseerd door het Regiocomité, al dan niet in samenwerking met een Oost-Vlaamse club.

Startgelden en inschrijvingen

Inschrijvingen dienen in een Lenex-file uit Team Manager via mail verstuurd te worden naar het mailadres van de organiserende club, te vinden op het voorprogramma per wedstrijddag.

De clubs dienen bij de inschrijving de naam en het CV-nummer van de afgevaardigden en officials op te geven (conform de reglementen van World Aquatics en de Zwemfed)

Het regiocomité Oost-Vlaanderen bepaalt de limiettijden, zwemmers die deze limiet niet halen vanaf 01 januari van het voorgaande seizoen tot en met de datum van inschrijving, kunnen deelnemen aan de regiowedstrijden. Er zullen limiettijden zijn voor groot – en klein bad. Zwemmers die geen (geldige) inschrijvingstijd hebben, mogen inschrijven zonder tijd (NT). Tussentijden worden niet aanvaard als inschrijvingstijd, met uitzondering van de eerste zwemtijd van een niet-gemengde aflossing.

De inschrijvingsgelden voor de regiowedstrijden bedragen €5 per start. Hiervan gaat er €4 per start naar de organiserende club en €1 naar de Zwemfed. Het bedrag van €4 wordt gefactureerd door de organiserende club.

Bij overschrijding van de maximale duur van een wedstrijddeel (vier uur), zullen clubs die te weinig officials leveren als eerste worden geschrapt (zoals besproken en beslist op de jaarvergadering 2023); nadien zal het regiocomité in samenspraak met de organiserende club schrappingen uitvoeren in het belang van de zwemmers en het goede verloop van de wedstrijd. Er worden in geen geval zwemmers, die de limiettijd niet hebben gehaald, van de organiserende club geschrapt.

Organiserende club

De organiserende club verstuurt de uitnodigingen, samen met het reglement, naar alle clubs uit de provincie en dit minstens dertig dagen voor de uiterste inschrijvingsdatum.

Er kunnen geen aanpassingen aan het vooropgestelde programma worden uitgevoerd zonder de toestemming van het Regiocomité Oost-Vlaanderen.

De organiserende club verzamelt de inschrijvingen en maakt het programma op.
De organiserende club stuurt het officieel voorprogramma minimaal 40 dagen voor de wedstrijd door naar de regioverantwoordelijke (VSW), ter goedkeuring. De organiserende club zal voor de wedstrijd een programma doorsturen; en na de wedstrijd de uitslag naar de kamprechter van dienst, naar de regioverantwoordelijke en naar het regiocomité.

De toegangsprijs voor publiek kan worden bepaald door de organiserende club.

DAG 1 – regionaal criterium (Relay Cup) – Sint-Niklaas

1	200m wisselslag	Gemengd 9 / 10
2	50m schoolslag	Dames 11 / 12 / 13 / 14 / 15-16 / 17+
3	50m schoolslag	Heren 11 / 12 / 13 / 14 / 15-16 / 17+
4	400m vrije slag	Dames 11 / 12 / 13 / 14
5	400m vrije slag	Heren 11/ 12 / 13 / 14
6	100m rugslag	Gemengd 9 / 10
7	4x50m wisselslag	Dames 11-13 / 14-16 / open
PAUZE (+ medailles 9 – 10 jaar)		
8	200m wisselslag	Heren 15-16 / 17+
9	200m wisselslag	Dames 15-16 / 17+
10	4x50m wisselslag	Heren 11-13 / 14-16 / open

DAG 2 – regionaal criterium (Relay Cup) – Dendermonde

1	400m vrije slag	Gemengd 9 / 10
2	200m vrije slag	Dames 11 / 12 / 13 / 14 / 15-16 / 17+
3	200m vrije slag	Heren 11 / 12 / 13 / 14 / 15-16 / 17+
4	50m rugslag	Dames 11 / 12 / 13 / 14 / 15-16 / 17+
5	50m rugslag	Heren 11 / 12 / 13 / 14 / 15-16 / 17+
6	4x50m vrije slag	Heren 11-13 / 14-16 / open
PAUZE (+ medailles 9 – 10 jaar)		
7	200m wisselslag	Heren 11/ 12 / 13 / 14
8	200m wisselslag	Dames 11 / 12 / 13 / 14
9	100m vlinderslag	Heren 11 / 12 / 13 / 14 / 15-16 / 17+
10	100m vlinderslag	Dames 11 / 12 / 13 / 14 / 15-16 / 17+
11	4x50m vrije slag	Dames 11-13 / 14-16 / open

DAG 3 – regionaal criterium (Relay Cup) - Wachtebeke

1	100m schoolslag	Gemengd 9 / 10
2	100m schoolslag	Dames 11 / 12 / 13 / 14 / 15-16 / 17+
3	100m schoolslag	Heren 11 / 12 / 13 / 14 / 15-16 / 17+
4	400m vrije slag	Dames 15-16 / 17+
5	400m vrije slag	Heren 15-16 / 17+
6	100m vrije slag	Gemengd 9 / 10
7	4x100m vrije slag	Dames 11-13 / 14-16 / open
PAUZE (+ medailles 9 – 10 jaar)		
8	200m rugslag	Heren 11 / 12 / 13 / 14 / 15-16 / 17+
9	200m rugslag	Dames 11 / 12 / 13 / 14 / 15-16 / 17+
10	50m vrije slag	Heren 11 / 12 / 13 / 14 / 15-16 / 17+
11	50m vrije slag	Dames 11 / 12 / 13 / 14 / 15-16 / 17+
12	4x100m vrije slag	Heren 11-13 / 14-16 / open

DAG 4 – regionaal criterium (Relay Cup) - Zottegem

1	200m vrije slag	Gemengd 9 / 10
2	100m vrije slag	Dames 11 / 12 / 13 / 14 / 15-16 / 17+
3	100m vrije slag	Heren 11 / 12 / 13 / 14 / 15-16 / 17+
4	400m wisselslag	Dames 11 / 12 / 13 / 14 / 15-16 / 17+
5	400m wisselslag	Heren 11 / 12 / 13 / 14 / 15-16 / 17+
6	100m schoolslag	Gemengd 9 / 10
PAUZE (+ medailles 9 – 10 jaar)		
7	200m schoolslag	Dames 11 / 12 / 13 / 14 / 15-16 / 17+
8	200m schoolslag	Heren 11 / 12 / 13 / 14 / 15-16 / 17+
9	50m vlinderslag	Dames 11 / 12 / 13 / 14 / 15-16 / 17+
10	50m vlinderslag	Heren 11 / 12 / 13 / 14 / 15-16 / 17+
11	4x100m wisselslag	Dames 11-13 / 14-16 / open
12	4x100m wisselslag	Heren 11-13 / 14-16 / open

DAG 5 – regionaal criterium (Relay Cup) - Temse

1	200m wisselslag	Gemengd 9 / 10
2	100m rugslag	Dames 11 / 12 / 13 / 14 / 15-16 / 17+
3	100m rugslag	Heren 11 / 12 / 13 / 14 / 15-16 / 17+
4	200m vlinderslag	Dames 11 / 12 / 13 / 14 / 15-16 / 17+
5	200m vlinderslag	Heren 11 / 12 / 13 / 14 / 15-16 / 17+
6	100m vrije slag	Gemengd 9 / 10
7	50m vrije slag	Dames 11 / 12 / 13 / 14 / 15-16 / 17+
8	50m vrije slag	Heren 11 / 12 / 13 / 14 / 15-16 / 17+
9	100m wisselslag	Dames 11 / 12 / 13 / 14 / 15-16 / 17+
10	100m wisselslag	Heren 11 / 12 / 13 / 14 / 15-16 / 17+
PAUZE		
1 – 5	AUSTRALIAN Run	11 / 12 / 13 / 14 / 15-16 / 17+

DAG 6 – FINALE DAG - RCOVL

1	200m wisselslag (B-finale)	Dames 11-12 / 13-14 / 15-16 / 17+
2	200m wisselslag (A-finale)	Dames 13-14 / 15-16 / 17+
3	200m wisselslag (B-finale)	Heren 11-12 / 13-14 / 15-16 / 17+
4	200m wisselslag (A-finale)	Heren 13-14 / 15-16 / 17+
MEDAILLES		
5	100m vlinderslag (B-finale)	Dames 11 / 12 / 13 / 14 / 15+
6	100m vlinderslag (A-finale)	Dames 13-14 / 15-16 / 17+
7	100m vlinderslag (B-finale)	Heren 11 / 12 / 13 / 14 / 15+
8	100m vlinderslag (A-finale)	Heren 13-14 / 15-16 / 17+
MEDAILLES		
9	100m rugslag (B-finale)	Dames 11 / 12 / 13 / 14 / 15+
10	100m rugslag (A-finale)	Dames 13-14 / 15-16 / 17+
11	100m rugslag (B-finale)	Heren 11 / 12 / 13 / 14 / 15+
12	100m rugslag (A-finale)	Heren 13-14 / 15-16 / 17+
PAUZE & MEDAILLES		
13	100m schoolslag (B-finale)	Dames 11 / 12 / 13 / 14 / 15+
14	100m schoolslag (A-finale)	Dames 13-14 / 15-16 / 17+
15	100m schoolslag (B-finale)	Heren 11 / 12 / 13 / 14 / 15+
16	100m schoolslag (A-finale)	Heren 13-14 / 15-16 / 17+
MEDAILLES		
17	100m vrije slag (B-finale)	Dames 11 / 12 / 13 / 14 / 15+
18	100m vrije slag (A-finale)	Dames 13-14 / 15-16 / 17+
19	100m vrije slag (B-finale)	Heren 11 / 12 / 13 / 14 / 15+
20	100m vrije slag (A-finale)	Heren 13-14 / 15-16 / 17+
PAUZE & MEDAILLES		
17	4x50m vrije slag (1 team per club)	Dames 11-12-13
18	4x50m vrije slag (1 team per club)	Heren 11-12-13
19	4x50m vrije slag (1 team per club)	Dames 14-15-16
20	4x50m vrije slag (1 team per club)	Heren 14-15-16
21	4x50m vrije slag (1 team per club)	Dames open
22	4x50m vrije slag (1 team per club)	Heren open
MEDAILLES		

LIMIETEN OVK:

Bij het behalen van deze limieten, kan er op dat nummer niet deelgenomen worden aan de regiowedstrijden.

HEREN 25m RCOVL	11 jaar	12 jaar	13 jaar	14 jaar	15 jaar	16 jaar	17+ jaar
50m vrije slag	00:35.80	00:33.48	00:30.61	00:29.28	00:28.42	00:27.13	00:26.67
100m vrije slag	01:19.62	01:14.47	01:08.08	01:05.12	01:03.22	01:00.34	00:59.31
200m vrije slag	02:56.45	02:45.03	02:30.87	02:24.31	02:20.10	02:13.73	02:11.46
400m vrije slag	06:16.89	05:52.50	05:22.26	05:08.23	04:59.24	04:45.63	04:40.79
50m rugslag	00:39.62	00:37.06	00:34.04	00:32.56	00:31.62	00:30.18	00:29.67
100m rugslag	01:26.61	01:21.01	01:14.41	01:11.17	01:09.10	01:05.97	01:04.85
200m rugslag	03:09.30	02:57.05	02:42.63	02:35.55	02:31.03	02:24.18	02:21.74
50m schoolslag	00:44.71	00:41.82	00:38.41	00:36.74	00:35.67	00:34.06	00:33.48
100m schoolslag	01:39.07	01:32.66	01:25.11	01:21.41	01:19.04	01:15.46	01:14.18
200m schoolslag	03:35.34	03:21.41	03:05.00	02:56.94	02:50.73	02:44.01	02:41.23
50m vlinderslag	00:38.98	00:36.46	00:33.48	00:32.03	00:31.10	00:29.69	00:29.18
100m vlinderslag	01:25.63	01:20.08	01:13.56	01:10.36	01:08.32	01:05.22	01:04.11
200m vlinderslag	03:11.49	02:59.10	02:44.51	02:37.35	02:32.78	02:25.84	02:23.37
200m wisselslag	03:16.47	03:03.75	02:48.78	02:41.44	02:36.75	02:29.64	02:27.11
400m wisselslag	07:00.81	06:33.58	06:01.51	05:45.78	05:35.73	05:20.50	05:15.07

DAMES 25m RCOVL	11 jaar	12 jaar	13 jaar	14 jaar	15 jaar	16 jaar	17+ jaar
50m vrije slag	00:36.99	00:35.14	00:33.30	00:32.01	00:31.15	00:30.33	00:29.84
100m vrije slag	01:21.06	01:17.00	01:12.97	01:10.16	01:08.26	01:06.48	01:05.40
200m vrije slag	02:57.96	02:49.05	02:40.19	02:34.03	02:29.86	02:25.93	02:23.58
400m vrije slag	06:13.16	05:54.47	05:35.89	05:22.97	05:14.24	05:05.99	05:01.06
50m rugslag	00:41.11	00:39.05	00:37.18	00:35.75	00:34.79	00:33.88	00:33.33
100m rugslag	01:29.37	01:24.90	01:20.83	01:17.72	01:15.63	01:13.66	01:12.46
200m rugslag	03:13.66	03:03.96	02:55.15	02:48.40	02:43.87	02:39.60	02:37.02
50m schoolslag	00:46.19	00:43.88	00:41.77	00:40.17	00:39.09	00:38.06	00:37.46
100m schoolslag	01:41.53	01:36.45	01:31.83	01:28.30	01:25.91	01:23.68	01:22.32
200m schoolslag	03:39.11	03:28.14	03:18.16	03:10.54	03:05.41	03:00.57	02:57.65
50m vlinderslag	00:39.70	00:37.70	00:35.90	00:34.51	00:33.59	00:32.72	00:32.18
100m vlinderslag	01:28.01	01:23.60	01:19.60	01:16.53	01:14.47	01:12.53	01:11.36
200m vlinderslag	03:14.75	03:04.99	02:56.14	02:49.36	02:44.80	02:40.50	02:37.91
200m wisselslag	03:18.41	03:08.48	02:59.45	02:52.54	02:47.89	02:43.51	02:40.88
400m wisselslag	07:01.61	06:40.50	06:21.31	06:06.63	05:56.76	05:47.45	05:41.84

HEREN 50m RCOVL	11 jaar	12 jaar	13 jaar	14 jaar	15 jaar	16 jaar	17+ jaar
50m vrije slag	00:37.13	00:34.72	00:31.75	00:30.37	00:29.48	00:28.14	00:27.66
100m vrije slag	01:23.20	01:17.82	01:11.14	01:08.05	01:06.07	01:03.06	01:01.99
200m vrije slag	03:01.12	02:49.40	02:34.87	02:28.13	02:23.81	02:17.27	02:14.94
400m vrije slag	06:30.78	06:05.49	05:34.14	05:19.59	05:10.27	04:56.15	04:51.13
50m rugslag	00:42.49	00:39.74	00:36.50	00:34.92	00:33.91	00:32.37	00:31.81
100m rugslag	01:32.48	01:26.49	01:19.44	01:15.98	01:13.78	01:10.43	01:09.24
200m rugslag	03:20.57	03:07.60	02:52.31	02:44.81	02:40.02	02:32.76	02:30.18
50m schoolslag	00:46.51	00:43.49	00:39.95	00:38.21	00:37.10	00:35.42	00:34.81
100m schoolslag	01:41.94	01:35.34	01:27.57	01:23.76	01:21.32	01:17.64	01:16.32
200m schoolslag	03:45.72	03:31.11	03:13.91	03:05.47	03:00.08	02:51.91	02:49.00
50m vlinderslag	00:39.92	00:37.33	00:34.29	00:32.80	00:31.84	00:30.40	00:29.88
100m vlinderslag	01:28.62	01:22.88	01:16.13	01:12.81	01:10.70	01:07.50	01:06.35
200m vlinderslag	03:17.74	03:04.95	02:49.88	02:42.48	02:37.77	02:30.61	02:28.06
200m wisselslag	03:24.30	03:11.08	02:55.51	02:47.87	02:43.00	02:35.61	02:32.97
400m wisselslag	07:16.99	06:48.72	06:15.41	05:59.07	05:48.64	05:32.83	05:27.19

DAMES 50m RCOVL	11 jaar	12 jaar	13 jaar	14 jaar	15 jaar	16 jaar	17+ jaar
50m vrije slag	00:38.19	00:36.28	00:34.38	00:33.05	00:32.16	00:31.31	00:30.81
100m vrije slag	01:23.42	01:19.25	01:15.09	01:13.20	01:10.25	01:08.41	01:07.31
200m vrije slag	03:02.27	02:53.15	02:44.07	02:37.75	02:33.49	02:29.47	02:27.05
400m vrije slag	06:21.38	06:02.29	05:43.30	05:30.08	05:21.16	05:12.74	05:07.69
50m rugslag	00:43.93	00:41.73	00:39.73	00:38.20	00:37.17	00:36.20	00:35.61
100m rugslag	01:33.54	01:28.86	01:24.60	01:21.34	01:19.15	01:17.08	01:15.84
200m rugslag	03:20.84	03:10.78	03:01.64	02:54.65	02:49.95	02:45.51	02:42.84
50m schoolslag	00:47.71	00:45.32	00:43.15	00:41.49	00:40.37	00:39.32	00:38.68
100m schoolslag	01:44.42	01:39.19	01:34.44	01:30.80	01:28.35	01:26.05	01:24.67
200m schoolslag	03:46.24	03:34.92	03:24.61	03:16.73	03:11.45	03:06.45	03:03.44
50m vlinderslag	00:39.77	00:37.79	00:35.98	00:34.59	00:33.66	00:32.78	00:32.25
100m vlinderslag	01:30.34	01:25.82	01:21.70	01:18.55	01:16.44	01:14.44	01:13.24
200m vlinderslag	03:18.34	03:08.41	02:59.37	02:52.47	02:47.83	02:43.45	02:40.82
200m wisselslag	03:25.36	03:15.07	03:05.72	02:58.57	02:53.76	02:49.23	02:46.50
400m wisselslag	07:13.70	06:51.98	06:32.24	06:17.14	06:06.98	05:57.40	05:51.64