

Prog.nr.	Afstand/zwemslag	Geslacht	Leeftijd	Limieten 25m	Limieten 50m
1	1 400 vrije slag	Heren	11-99		
1	2 50 schoolslag	Dames	11-99		
1	3 50 schoolslag	Heren	11-99		
1	4 25 vrije slag	Alle	5-8		
1	5 25 vrije slag	Alle	9-11		
1	6 50 vrije slag	Alle	5-8		
1	7 50 vrije slag	Alle	9-11		
1	8 100 rugslag	Dames	11-99		
1	9 100 rugslag	Heren	11-99		
1	10 100 vrije slag	Alle	8-10		
1	11 200 vrije slag	Dames	11-99		
1	12 200 vrije slag	Heren	11-99		
1	13 100 wisselstag	Dames	11-99		
1	14 100 wisselstag	Heren	11-99		
1	15 100 rugslag	Alle	8-10		
1	16 25 schoolslag	Alle	5-8		
1	17 25 schoolslag	Alle	9-11		
1	18 50 schoolslag	Alle	5-8		
1	19 50 schoolslag	Alle	9-11		
1	20 200 rugslag	Dames	11-99		
1	21 200 rugslag	Heren	11-99		
1	22 50 vrije slag	Dames	11-99		
1	23 50 vrije slag	Heren	11-99		
1	24 100 schoolslag	Alle	8-10		
1	25 100 schoolslag	Dames	11-99		
1	26 100 schoolslag	Heren	11-99		
1	27 4 x 50 vrije slag	Dames	11-99		
1	28 4 x 50 vrije slag	Heren	11-99		
1	29 800 vrije slag	Dames	11-99		
1	30 800 vrije slag	Heren	11-99		