

Programmastructuur - Helmond (NED), 19-1-2020, 25m

	Prog.nr.	Afstand/zwemslag	Geslacht	Leeftijd	Limieten 25m	Limieten 50m
1	1	25m vrije slag met koprol	Alle	7-9		
1	2	100 wisselslag	Heren	10-11		
1	3	100 rugslag	Dames	10-10		
1	4	100 vlinderslag	Heren	12-13		
1	5	200 wisselslag	Dames	11-12		
1	6	100 rugslag	Heren	7-9		
1	7	100 wisselslag	Dames	7-9		
1	8	400 vrije slag	Heren	10-11		
1	9	400 vrije slag	Dames	10-10		
1	10	200 rugslag	Heren	12-13		
1	11	100 schoolslag	Dames	11-12		
1	12	50 vlinderslag	Heren	7-9		
1	13	100 schoolslag	Dames	7-9		
1	14	100 vlinderslag	Heren	10-11		
1	15	100 wisselslag	Dames	10-10		
1	16	50m borstcrawl benen	Alle	11-13		
1	17	50m borstcrawl benen	Alle	10-11		
1	18	4 x 25 vrije slag	Gemengd	7-9		