

---

	Prog.nr.	Afstand/zwemslag	Geslacht	Leeftijd	Limieten 25m	Limieten 50m
1	1	4 x 200 vrije slag	Alle	80-359		
1	2	25 vrije slag	Alle	20-99		
1	3	100 rugslag	Alle	20-99		
1	4	50 vrije slag	Alle	20-99		
1	5	25 vlinderslag	Alle	20-99		
1	6	200 vlinderslag	Alle	20-99		
1	7	50 rugslag	Alle	20-99		
1	8	25 schoolslag	Alle	20-99		
1	9	100 vrije slag	Alle	20-99		
1	10	50 schoolslag	Alle	20-99		
1	11	4 x 50 wisselslag	Alle	80-359		
1	12	400 vrije slag	Alle	20-99		