

ZWEMMEN NORMEN 5 LOSP ♀

PUNTEN	School slag 50m	School slag 100m	School slag 200m	School slag 12'	Crawl 50m	Crawl 100m	Crawl 200m	Crawl 12'	Vlinder slag 25m	Rug slag 50m	Rug slag 100m	Wissel slag 100m	Vrije slag 8'	Vrije slag 15'	Vrije slag 30'
20	36"	1'21"	3'00"	575	34"	1'26"	2'50"	750	15"	36"	1'36"	1'21"	520	1100	1650
19	38"	1'24"	3'10"	650	35"	1'29"	3'00"	725	15"50	38"	1'39"	1'24"	500	1050	1600
18	40"	1'27"	3'20"	625	36"	1'32"	3'10"	700	16"	40"	1'42"	1'27"	480	1000	1550
17	42"	1'30"	3'30"	600	37"	1'35"	3'20"	675	16"50	42"	1'45"	1'30"	460	950	1500
16	44"	1'33"	3'40"	575	39"	1'38"	3'30"	650	17"	44"	1'48"	1'33"	440	900	1450
15	46"	1'38"	3'50"	550	41"	1'41"	3'40"	625	18"	46"	1'51"	1'38"	420	850	1400
14	48"	1'43"	4'00"	525	43"	1'44"	3'50"	600	19"	48"	1'54"	1'43"	400	800	1350
13	50"	1'48"	4'10"	500	45"	1'47"	4'00"	575	20"	50"	1'57"	1'48"	380	750	1300
12	52"	1'53"	4'20"	475	47"	1'50"	4'10"	550	21"	52"	2'00"	1'53"	360	700	1250
11	54"	1'58"	4'30"	450	49"	1'53"	4'15"	525	22"	54"	2'03"	1'58"	340	650	1200
10	56"	2'03"	4'40"	425	51"	1'56"	4'20"	500	23"	56"	2'06"	2'03"	320	600	1150
9	58"	2'06"	4'50"	400	53"	1'59"	4'25"	475	24"	58"	2'09"	2'06"	300	550	1100
8	1'00"	2'09"	5'00"	375	55"	2'02"	4'30"	450	25"	1'00"	2'12"	2'09"	280	500	1050
7	1'02"	2'12"	5'10"	350	57"	2'05"	4'40"	425	26"	1'02"	2'15"	2'12"	260	450	1000
6	1'04"	2'15"	5'20"	335	59"	2'08"	4'50"	400	27"	1'04"	2'18"	2'15"	240	400	900
5	1'06"	2'18"	5'30"	325	1'01"	2'11"	5'00"	375	28"	1'06"	2'21"	2'18"	220	350	850
4	1'08"	2'21"	5'40"	315	1'03"	2'14"	5'10"	350	29"	1'08"	2'24"	2'21"	200	300	800
3	1'10"	2'24"	5'50"	300	1'05"	2'17"	5'20"	325	30"	1'10"	2'27"	2'24"	180	250	750
2	1'12"	2'27"	6'00"	275	1'07"	2'20"	5'30"	300	31"	1'12"	2'30"	2'27"	160	200	700
1	1'14"	2'30"	6'10"	250	1'09"	2'23"	5'40"	275	32"	1'14"	2'33"	2'30"	140	150	650