

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	32"	1'16"	2'50"	725	30"	1'18"	2'40"	800	14"	32"	1'31"	1'16"	550	1150	1750
19	34"	1'19"	3'00"	700	31"	1'21"	2'50"	775	14"50	34"	1'34"	1'19"	530	1100	1700
18	36"	1'22"	3'10"	675	32"	1'24"	3'00"	750	15"	36"	1'37"	1'22"	510	1050	1650
17	38"	1'25"	3'20"	650	33"	1'27"	3'10"	725	15"50	38"	1'40"	1'25"	490	1000	1600
16	40"	1'28"	3'30"	625	35"	1'30"	3'20"	700	16"	40"	1'43"	1'28"	470	950	1550
15	42"	1'33"	3'40"	600	37"	1'33"	3'30"	675	17"	42"	1'46"	1'33"	450	900	1500
14	44"	1'38"	3'50"	575	39"	1'36"	3'40"	650	18"	44"	1'49"	1'38"	430	850	1450
13	46"	1'43"	4'00"	550	41"	1'39"	3'50"	625	19"	46"	1'52"	1'43"	410	800	1400
12	48"	1'48"	4'10"	525	43"	1'42"	4'00"	600	20"	48"	1'55"	1'48"	390	750	1350
11	50"	1'53"	4'20"	500	45"	1'45"	4'05"	575	21"	50"	1'58"	1'53"	370	700	1300
10	52"	1'58"	4'30"	475	47"	1'48"	4'10"	550	22"	52"	2'01"	1'58"	350	650	1250
9	54"	2'01"	4'40"	450	49"	1'51"	4'15"	525	23"	54"	2'04"	2'01"	330	600	1200
8	56"	2'04"	4'50"	425	51"	1'54"	4'20"	500	24"	56"	2'07"	2'04"	310	550	1150
7	58"	2'07"	5'00"	400	53"	1'57"	4'30"	475	25"	58"	2'10"	2'07"	290	500	1100
6	1'00"	2'10"	5'10"	385	55"	2'00"	4'40"	465	26"	1'00"	2'13"	2'10"	270	450	1050
5	1'02"	2'13"	5'20"	375	57"	2'03"	4'50"	450	27"	1'02"	2'16"	2'13"	250	400	1000
4	1'04"	2'16"	5'30"	365	59"	2'06"	5'00"	435	28"	1'04"	2'19"	2'16"	230	350	950
3	1'06"	2'19"	5'40"	350	1'01"	2'09"	5'10"	425	29"	1'06"	2'22"	2'19"	210	300	900
2	1'08"	2'22"	5'50"	325	1'03"	2'12"	5'20"	400	30"	1'08"	2'25"	2'22"	190	250	850
1	1'10"	2'25"	6'00"	300	1'05"	2'15"	5'30"	375	31"	1'10"	2'28"	2'01"	180	200	800