

Prog.nr.	Afstand/zwemslag	Geslacht	Leeftijd	Limieten 25m	Limieten 50m
1	1 400 vrije slag	Dames	8-10		
1	2 400 vrije slag	Heren	8-10		
1	3 400 vrije slag	Dames	11-99		
1	4 400 vrije slag	Heren	11-99		
1	5 800 vrije slag	Dames	11-99		
1	6 800 vrije slag	Heren	11-99		
1	7 1500 vrije slag	Dames	11-99		
1	8 1500 vrije slag	Heren	11-99		
1	9 200 wisselslag	Dames	8-10		
1	10 200 wisselslag	Heren	8-10		
1	11 400 wisselslag	Dames	11-99		
1	12 400 wisselslag	Heren	11-99		
1	13 800 vrije slag	Dames	11-99		
1	14 800 vrije slag	Heren	11-99		
1	15 200 wisselslag	Dames	11-99		
1	16 200 wisselslag	Heren	11-99		