



## Limiettijden Fros Swimming kernteam 2022

	2010	2009	2008	2007	2006	2005	2004	2003
Dames	12j	13j	14j	15j	16j	17j	18j	19j en ouder
50m VS	37"	36"	34"	33"	32"	32"	31"	31"
50m SS	45"	44"	43"	42"	41"	40"	40"	39"
50m RS	45"	43"	41"	39"	38"	37"	36"	35"
50m DS	45"	43"	41"	39"	37"	36"	35"	34"
100m VS	1'20"	1'18"	1'15"	1'12"	1'11"	1'10"	1'09"	1'08"
100m SS	1'40"	1'38"	1'35"	1'32"	1'30"	1'28"	1'26"	1'25"
100m RS	1'32"	1'28"	1'25"	1'23"	1'21"	1'20"	1'19"	1'18"
100m DS	1'34"	1'30"	1'27"	1'25"	1'22"	1'20"	1'19"	1'18"
200m VS	2'55"	2'50"	2'45"	2'40"	2'35"	2'30"	2'27"	2'25"
200m SS	3'40"	3'30"	3'25"	3'20"	3'15"	3'10"	3'05"	3'05"
200m RS	3'20"	3'10"	3'05"	3'00"	2'55"	2'50"	2'45"	2'40"
200m DS	3'30"	3'20"	3'10"	3'05"	3'00"	2'55"	2'50"	2'50"
100m WS	1'30"	1'28"	1'25"	1'22"	1'20"	1'18"	1'17"	1'16"
200m WS	3'20"	3'15"	3'10"	3'05"	3'00"	2'55"	2'50"	2'50"
400m WS	7'15"	7'00"	6'45"	6'30"	6'15"	6'05"	5'55"	5'50"
400m VS	6'00"	5'50"	5'40"	5'35"	5'30"	5'25"	5'20"	5'15"
800m VS	12'15"	12'00"	11'45"	11'30"	11'15"	11'00"	10'45"	10'35"

Kandidaten min. 3 tijden, en tijden zijn geldig vanaf 1 januari 2021 (niet vroeger)