

Limieten Nederlandse Kampioenschappen Zwemmen



Open Nederlandse Kampioenschappen 2019

21 t/m 23 juni 2019

Limietperiode: 1 januari 2018 t/m 9 juni 2019

Alle tijden dienen gezwommen zijn op een 50m baan

Slag / afstand	Dames	Heren
50m vrije slag	0.27.74	0.24.94
100m vrije slag	1.01.36	0.55.11
200m vrije slag	2.11.97	2.00.79
400m vrije slag	4.42.52	4.17.45
800m vrije slag	9.33.14	8.54.00
1500m vrije slag	18.48.94	17.21.90
50m rugslag	0.32.65	0.29.33
100m rugslag	1.09.33	1.03.47
200m rugslag	2.29.49	2.17.94
50m schoolslag	0.36.07	0.32.16
100m schoolslag	1.18.20	1.09.93
200m schoolslag	2.51.39	2.32.45
50m vlinderslag	0.30.44	0.27.11
100m vlinderslag	1.08.53	0.59.54
200m vlinderslag	2.33.47	2.20.03
200m wisselslag	2.31.66	2.17.18
400m wisselslag	5.32.98	4.55.81
4x100m vrije slag est.	4.15.26	3.49.26
4x200m vrije slag est.	9.09.00	8.22.49
4x100m wisselslag est.	4.48.52	4.17.97

* bonusinschrijvingen zijn van toepassing.