

Nederlandse Kampioenschappen 2022

Limiettijden



Het NK worden gehouden van **donderdag 16 t/m zondag 19 juni 2022**. Locatie is nog niet bekend

	Heren Senioren Open		Jongens Jeugd 1-2		Dames Senioren Open		Meisjes Jeugd 1-2	
	25m	50m	25m	50m	25m	50m	25m	50m
50m vrije slag	0:23,77	0:24,66	0:24,53	0:25,44	0:26,89	0:27,76	0:27,46	0:28,35
100m vrije slag	0:51,87	0:54,27	0:53,74	0:56,22	0:58,62	1:00,32	1:00,39	1:02,15
200m vrije slag	1:56,16	1:59,24	1:59,36	2:02,52	2:08,48	2:11,44	2:10,86	2:13,88
400m vrije slag	4:08,38	4:17,53	4:11,93	4:21,21	4:37,50	4:40,51	4:40,17	4:43,22
800m vrije slag all-in	8:43,99	8:54,27			9:22,75	9:29,15		
1500m vrije slag all-in	16:54,59	17:22,05			18:45,94	18:48,97		
50m rugslag	0:27,39	0:29,34	0:27,94	0:29,93	0:30,66	0:32,31	0:31,34	0:33,03
100m rugslag	0:59,17	1:03,48	0:59,87	1:04,23	1:06,24	1:09,33	1:07,45	1:10,59
200m rugslag	2:10,20	2:17,95	2:11,36	2:19,18	2:24,21	2:29,56	2:26,15	2:31,57
50m schoolslag	0:29,90	0:30,73	0:31,56	0:32,44	0:34,75	0:35,65	0:35,68	0:36,60
100m schoolslag	1:06,17	1:08,09	1:08,92	1:10,92	1:15,84	1:17,99	1:16,86	1:19,05
200m schoolslag	2:25,26	2:32,47	2:28,11	2:35,45	2:46,08	2:51,48	2:47,45	2:52,90
50m vlinderslag	0:25,86	0:26,48	0:26,78	0:27,42	0:29,30	0:29,36	0:30,11	0:30,17
100m vlinderslag	0:57,53	0:59,54	0:58,42	1:00,46	1:06,37	1:07,43	1:08,35	1:09,44
200m vlinderslag	2:16,92	2:20,07	2:14,09	2:17,17	2:30,70	2:33,47	2:34,17	2:37,00
200m wisselslag	2:10,86	2:16,08	2:13,72	2:19,06	2:25,71	2:30,80	2:28,64	2:33,84
400m wisselslag	4:44,87	4:55,83	4:39,80	4:50,56	5:17,78	5:26,89	5:10,85	5:19,76

De limieten kunnen gehaald worden t/m zondag 22 mei 2022.

Lees de bepalingen NK 2022 i.v.m. de bonusregeling die van toepassing is.