

## Open Vlaamse Kampioenschappen 2023 – Limiettijden\*

### Dames

#### Gezwommen in 50m bad

		15 jaar	16 jaar	17 jaar	18+ jaar
vrije slag	50 meter	00:30,55	00:30,01	00:29,94	00:29,78
	100 meter	01:06,04	01:05,02	01:04,79	01:04,63
	200 meter	02:22,96	02:20,92	02:19,58	02:18,65
	400 meter	05:02,42	04:57,35	04:54,44	04:53,51
	800 meter	10:20,88	10:13,45	10:06,78	10:04,64
	1500 meter	20:08,56	19:35,82	19:26,34	19:19,17
rugslag	50 meter	00:34,58	00:34,12	00:33,95	00:33,49
	100 meter	01:14,07	01:13,19	01:12,91	01:11,93
	200 meter	02:39,81	02:37,04	02:35,89	02:34,90
schoolslag	50 meter	00:38,29	00:37,63	00:37,30	00:37,20
	100 meter	01:23,52	01:21,79	01:21,20	01:20,85
	200 meter	03:00,27	02:56,98	02:54,76	02:54,28
vlinderslag	50 meter	00:32,61	00:31,80	00:31,57	00:31,46
	100 meter	01:11,72	01:10,66	01:09,93	01:09,78
	200 meter	02:39,81	02:36,44	02:34,82	02:34,71
wisselslag	200 meter	02:41,95	02:39,23	02:37,82	02:36,65
	400 meter	05:44,18	05:38,83	05:34,62	05:33,03

#### Gezwommen in 25m bad

		15 jaar	16 jaar	17 jaar	18+ jaar
vrije slag	50 meter	00:29,75	00:29,21	00:29,14	00:28,98
	100 meter	01:04,34	01:03,32	01:03,09	01:02,93
	200 meter	02:19,56	02:17,52	02:16,18	02:15,25
	400 meter	04:55,62	04:50,55	04:47,64	04:46,71
	800 meter	10:07,28	09:59,85	09:53,18	09:51,04
	1500 meter	19:43,06	19:10,32	19:00,84	18:53,67
rugslag	50 meter	00:33,98	00:33,52	00:33,35	00:32,89
	100 meter	01:12,87	01:11,99	01:11,71	01:10,73
	200 meter	02:37,41	02:34,64	02:33,49	02:32,50
schoolslag	50 meter	00:37,29	00:36,63	00:36,30	00:36,20
	100 meter	01:21,52	01:19,79	01:19,20	01:18,85
	200 meter	02:56,27	02:52,98	02:50,76	02:50,28
vlinderslag	50 meter	00:31,91	00:31,10	00:30,87	00:30,76
	100 meter	01:10,22	01:09,26	01:08,53	01:08,38
	200 meter	02:37,01	02:33,64	02:32,02	02:31,91
wisselslag	200 meter	02:38,75	02:36,03	02:34,62	02:33,45
	400 meter	05:37,88	05:32,53	05:28,32	05:26,73

## Heren

### Gezwommen in 50m bad

		16 jaar	17 jaar	18 jaar	19+ jaar
vrije slag	50 meter	00:27,51	00:27,18	00:26,88	00:26,40
	100 meter	01:00,29	00:59,75	00:58,89	00:57,83
	200 meter	02:11,73	02:10,34	02:08,87	02:07,14
	400 meter	04:41,65	04:37,72	04:33,76	04:29,69
	800 meter	09:55,12	09:42,14	09:27,19	09:21,12
	1500 meter	18:44,95	18:20,73	18:04,48	17:54,60
rugslag	50 meter	00:31,47	00:30,90	00:30,38	00:29,89
	100 meter	01:07,84	01:06,51	01:05,38	01:04,61
	200 meter	02:27,45	02:24,70	02:23,05	02:21,06
schoolslag	50 meter	00:34,80	00:34,31	00:33,56	00:32,91
	100 meter	01:16,53	01:14,86	01:13,69	01:12,09
	200 meter	02:46,36	02:42,10	02:38,78	02:36,34
vlinderslag	50 meter	00:29,42	00:28,93	00:28,54	00:28,13
	100 meter	01:04,74	01:03,84	01:03,26	01:02,16
	200 meter	02:26,03	02:23,28	02:20,83	02:19,67
wisselslag	200 meter	02:28,25	02:26,85	02:24,87	02:22,34
	400 meter	05:18,20	05:12,55	05:08,64	05:05,08

### Gezwommen in 25m bad

		16 jaar	17 jaar	18 jaar	19+ jaar
vrije slag	50 meter	00:26,71	00:26,38	00:26,08	00:25,60
	100 meter	00:58,59	00:58,05	00:57,19	00:56,13
	200 meter	02:08,33	02:06,94	02:05,47	02:03,74
	400 meter	04:34,85	04:30,92	04:26,96	04:22,89
	800 meter	09:41,52	09:28,54	09:13,59	09:07,52
	1500 meter	18:19,45	17:55,23	17:38,98	17:29,10
rugslag	50 meter	00:30,87	00:30,30	00:29,78	00:29,29
	100 meter	01:06,64	01:05,31	01:04,18	01:03,41
	200 meter	02:25,05	02:22,30	02:20,65	02:18,66
schoolslag	50 meter	00:33,80	00:33,31	00:32,56	00:31,91
	100 meter	01:14,53	01:12,86	01:11,69	01:10,09
	200 meter	02:42,36	02:38,10	02:34,78	02:32,34
vlinderslag	50 meter	00:28,72	00:28,23	00:27,84	00:27,43
	100 meter	01:03,34	01:02,44	01:01,86	01:00,76
	200 meter	02:23,23	02:20,48	02:18,03	02:16,87
wisselslag	200 meter	02:25,05	02:23,65	02:21,67	02:19,14
	400 meter	05:11,90	05:06,25	05:02,34	04:58,78

\*De limiettijden dienen gezwommen worden in een 25m- of 50m-bad en dit in de periode van 01/01/2022 tot en met 29/01/2023. Tussentijden zullen niet aanvaard worden als inschrijftijd (uitgezonderd de eerste tijd van een aflossing). Zwemmers die enkel deelnemen aan aflossingen dienen vooraf geen limiettijd gezwommen te hebben.