

ORGANISERENDE CLUB: **FIRST**

DATUM VAN DE WEDSTRIJD: **21/10/2018**

ZWEMBAD: **Bevegemse vijvers,Zottegem**

UITERSTE INSCHRIJFDATUM: **07/10/2018**

INZWEMMEN: **8u00-13u00**

AANVANG VAN DE WEDSTRIJD: **9u00-14u00**

Provinciaal kampioenschap "A" 2° dag

PROGRAMMA

<u>wed.nr.</u>	<u>afstand en stijl</u>	<u>M/V of G</u>	<u>categorie</u>
<i>Voormiddag</i>			
1	100m Vlinderslag	V	11/12/13/14/15-16/17-18/19+
2	100m Vlinderslag	M	11/12/13/14/15-16/17-18/19+
3	400m Vrije slag	V	11/12/13/14/15-16/17-18/19+
4	400m Vrije slag	M	11/12/13/14/15-16/17-18/19+
<i>pauze</i>			
5	100m Schoolslag	V	11/12/13/14/15-16/17-18/19+
6	100m Schoolslag	M	11/12/13/14/15-16/17-18/19+
<i>pauze</i>			
7	4x50m Wisselslag	V	11-12/13-14/15-16/17-18/19+
<i>Namiddag</i>			
8	100m Vrije slag	M	11/12/13/14/15-16/17-18/19+
9	100m Vrije slag	V	11/12/13/14/15-16/17-18/19+
10	200m Rugslag	M	11/12/13/14/15-16/17-18/19+
11	200m Rugslag	V	11/12/13/14/15-16/17-18/19+
<i>pauze</i>			
12	50m Schoolslag	M	11/12/13/14/15-16/17-18/19+
13	50m Schoolslag	V	11/12/13/14/15-16/17-18/19+
14	100m Wisselslag	M	11/12/13/14/15-16/17-18/19+
15	100m Wisselslag	V	11/12/13/14/15-16/17-18/19+
<i>pauze</i>			
16	4x50m Wisselslag	V	11-12/13-14/15-16/17-18/19+

Limiettijden!!!

Leden die wensen deel te nemen kunnen inschrijven via de website www.dzo.be

Sportieve groeten,
het trainerscorps