

ORGANISERENDE ZWEMCLUB: <b>STW</b>	DATUM VAN DE WEDSTRIJD: <b>17/03/2019</b>
ZWEMBAD: <b>Sinbad, Parklaan 117, Sint-Niklaas</b>	UITERSTE INSCHRIJFDATUM: <b>02/03/2019</b>
INZWEMMEN: <b>8u30-13u00</b>	AANVANG V/D WEDSTRIJD: <b>9u30-14u00</b>

**PROGRAMMA Wisselbeker Tony Van Puymbrouck**

<u>wed.nr.</u>	<u>afstand en stijl</u>	<u>M/V of G</u>	<u>categorie</u>
<b><u>Voormiddag</u></b>			
1	200m Wisselslag	V	11-12/13-14/15-16/17-18/19+
2	200m Wisselslag	M	11-12/13-14/15-16/17-18/19+
3	4x100m Wisselslag	V	11-12/13-14/15-16/11+
4	4x100m Wisselslag	M	11-12/13-14/15-16/11+
<b><u>Namiddag</u></b>			
5	400m Vrije slag	M/V	9/9/10/10
6	200m wisselslag	M/V	9/9/10/10
<b><u>Pauze</u></b>			
7	200m Vrije slag	M	11-12/13-14/15-16/17-18/19+
8	200m Vrije slag	V	11-12/13-14/15-16/17-18/19+
9	200m Rugslag	M	11-12/13-14/15-16/17-18/19+
10	200m Rugslag	V	11-12/13-14/15-16/17-18/19+
11	200m Schoolslag	M	11-12/13-14/15-16/17-18/19+
12	200m Schoolslag	V	11-12/13-14/15-16/17-18/19+
13	200m Vlinderslag	M	11-12/13-14/15-16/17-18/19+
14	200m Vlinderslag	V	11-12/13-14/15-16/17-18/19+
<b><u>Pauze</u></b>			
15	100m Vrije slag	M	11-12/13-14/15-16/17-18/19+
16	100m Vrije slag	V	11-12/13-14/15-16/17-18/19+
17	100m Rugslag	M	11-12/13-14/15-16/17-18/19+
18	100m Rugslag	V	11-12/13-14/15-16/17-18/19+
19	100m Schoolslag	M	11-12/13-14/15-16/17-18/19+
20	100m Schoolslag	V	11-12/13-14/15-16/17-18/19+
21	100m Vlinderslag	M	11-12/13-14/15-16/17-18/19+
22	100m Vlinderslag	V	11-12/13-14/15-16/17-18/19+

**!Deelname aan de 200m wi+200m+100m verplicht**  
**Eerste 9 inschrijvingen bevestigd van deelname(mogelijkheid tot aflossing k**

**Leden die wensen deel te nemen kunnen inschrijven via de website [www.dzo.be](http://www.dzo.be)**

Sportieve groeten,  
het trainerscorps

