

ORGANISERENDE ZWEMCLUB:

Royal Ostend Swimming Club (ROSC)

ZWEMBAD:

Stedelijk zwembad, Koninginnelaan 1

8400 Oostende

DATUM WEDSTRIJD: 2, 3 & 4/10/2020

UITERSTE INSCHRIJFDATUM: 16/08/2020

INZWEMMEN:

VR 16u55 / ZA VM 7u55 – NM 12u55/ ZO VM 6u55 – NM 11u55

AANVANG VAN DE WEDSTRIJD:

VR 18u00/ ZA VM 9u30 – NM 14u00 / ZO VM 8u30 – NM 13u00

START VERGADERING OFFICIALS:

VR 17u15 / ZA VM 8u45 – NM 13u15 / ZO VM 7u45 – NM 12u15

PROGRAMMA VRIJDAG (AVOND)

Wed. Nr.	Soort	Afstand	Stijl	Geslacht ¹	Leeftijden
1.	series	400 m	vrije slag	dames	13 en ouder
2.	series	400 m	vrije slag	heren	13 en ouder
3.	series	200 m	wisselslag	dames	13 en ouder
4.	series	200 m	wisselslag	heren	13 en ouder

PROGRAMMA ZATERDAG (VOORMIDDAG)

Wed. Nr.	Soort	Afstand	Stijl	Geslacht ¹	Leeftijden
5.	voorrunde	100 m	vrije slag	heren	13 - 14 / 15 - 16 / 17 en ouder
6.	voorrunde	100 m	schoolslag	dames	13 - 14 / 15 - 16 / 17 en ouder
7.	voorrunde	100 m	rugslag	heren	13 - 14 / 15 - 16 / 17 en ouder
8.	voorrunde	100 m	vlinderslag	dames	13 - 14 / 15 - 16 / 17 en ouder

PROGRAMMA ZATERDAG (NAMIDDAG)

Wed. Nr.	Soort	Afstand	Stijl	Geslacht ¹	Leeftijden
9.	series	100 m	vlinderslag	meisjes	11 - 12
10.	series	100 m	vrije slag	jongens	9 - 10 / 11 - 12
11.	series	200 m	wisselslag	meisjes	9 - 10 / 11 - 12
12.	series	100 m	schoolslag	jongens	9 - 10 / 11 - 12
13.	series	400 m	vrije slag	meisjes	9 - 10 / 11 - 12
14.	series	100 m	rugslag	jongens	11 - 12

PROGRAMMA ZATERDAG (FINALES START 18u00)

Wed. Nr.	Soort	Afstand	Stijl	Geslacht ¹	Leeftijden
15.	finale	100 m	vrije slag	heren	13 - 14
	finale	100 m	vrije slag	heren	15 - 16
	finale	100 m	vrije slag	heren	17 en ouder
16.	finale	100 m	schoolslag	dames	13 - 14
	finale	100 m	schoolslag	dames	15 - 16
	finale	100 m	schoolslag	dames	17 en ouder
17.	finale	100 m	rugslag	heren	13 - 14
	finale	100 m	rugslag	heren	15 - 16
	finale	100 m	rugslag	heren	17 en ouder
18.	finale	100 m	vlinderslag	dames	13 - 14
	finale	100 m	vlinderslag	dames	15 - 16
	finale	100 m	vlinderslag	dames	17 en ouder

De opgegeven duur van een pauze is indicatief en kan in functie van de timing aangepast worden door de kamprechter.

PROGRAMMA ZONDAG (VOORMIDDAG)

Wed. Nr.	Soort	Afstand	Stijl	Geslacht ¹	Leeftijden
19.	voorrunde	100 m	vrije slag	dames	13 - 14 / 15 - 16 / 17 en ouder
20.	voorrunde	100 m	schoolslag	heren	13 - 14 / 15 - 16 / 17 en ouder
21.	voorrunde	100 m	rugslag	dames	13 - 14 / 15 - 16 / 17 en ouder
22.	voorrunde	100 m	vlinderslag	heren	13 - 14 / 15 - 16 / 17 en ouder

PROGRAMMA ZONDAG (NAMIDDAG)

Wed. Nr.	Soort	Afstand	Stijl	Geslacht ¹	Leeftijden
23.	series	100 m	vlinderslag	jongens	11 - 12
24.	series	100 m	vrije slag	meisjes	9 -10 / 11 - 12
25.	series	200 m	wisselslag	jongens	9 -10 / 11 - 12
26.	series	100 m	schoolslag	meisjes	9 -10 / 11 - 12
27.	series	400 m	vrije slag	jongens	9 -10 / 11 - 12
28.	series	100 m	rugslag	meisjes	11 - 12

PROGRAMMA ZONDAG (FINALES START 17u00)

Wed. Nr.	Soort	Afstand	Stijl	Geslacht ¹	Leeftijden
29.	finale	100 m	vrije slag	dames	13 - 14
	finale	100 m	vrije slag	dames	15 - 16
	finale	100 m	vrije slag	dames	17 en ouder
30.	finale	100 m	schoolslag	heren	13 - 14
	finale	100 m	schoolslag	heren	15 - 16
	finale	100 m	schoolslag	heren	17 en ouder
31.	finale	100 m	rugslag	dames	13 - 14
	finale	100 m	rugslag	dames	15 - 16
	finale	100 m	rugslag	dames	17 en ouder
32.	finale	100 m	vlinderslag	heren	13 - 14
	finale	100 m	vlinderslag	heren	15 - 16
	finale	100 m	vlinderslag	heren	17 en ouder

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

Sportieve groeten,
Het trainerscorps