

Programma Open Nederlandse Kampioenschappen Zwemmen 2010

Vrijdag 11 juni Series

1. 400m vrije slag
2. 400m vrije slag
3. 200m rugslag
4. 200m rugslag
5. 100m schoolslag
6. 100m schoolslag
7. 200m vlinderslag
8. 200m vlinderslag
9. 50m vrije slag
10. 50m vrije slag
11. 200m wisselslag
12. 200m wisselslag
13. 4x200m vrije slag est.
14. 4x100m vrije slag est.

Inzwemmen 08.00 uur, aanvang series 09.00 uur

jongens jeugd/heren senioren
meisjes jeugd/dames senioren
jongens jeugd/heren senioren
meisjes jeugd/dames senioren
jongens jeugd/heren senioren
meisjes jeugd/dames senioren
jongens jeugd/heren senioren
meisjes jeugd/dames senioren
jongens jeugd/heren senioren
meisjes jeugd/dames senioren
jongens jeugd/heren senioren
meisjes jeugd/dames senioren
heren
dames

Vrijdag 11 juni B-/A-finales

1. 400m vrije slag
2. 400m vrije slag
3. 200m rugslag
200m rugslag
4. 200m rugslag
200m rugslag
5. 100m schoolslag
100m schoolslag
6. 100m schoolslag
100m schoolslag
7. 200m vlinderslag
200m vlinderslag
8. 200m vlinderslag
200m vlinderslag
9. 50m vrije slag
50m vrije slag
10. 50m vrije slag
50m vrije slag
11. 200m wisselslag
200m wisselslag
12. 200m wisselslag
200m wisselslag
13. 4x200m vrije slag est.
14. 4x100m vrije slag est.

Inzwemmen 15.30 uur, aanvang finales 16.30 uur

heren snelste serie
dames snelste serie
heren B-finale
heren A-finale
dames B-finale
dames A-finale
heren B-finale
heren A-finale
dames B-finale
dames A-finale
heren B-finale
heren A-finale
dames B-finale
dames A-finale
heren B-finale
heren A-finale
dames B-finale
dames A-finale
heren snelste serie
dames snelste serie

Zaterdag 12 juni Series

15. 100m vlinderslag
16. 100m vlinderslag
17. 200m schoolslag
18. 200m schoolslag
19. 50m rugslag
20. 50m rugslag
21. 400m wisselslag
22. 200m vrije slag
23. 200m vrije slag
24. 800m vrije slag
25. 800m vrije slag
26. 4x100m wisselslag est.
27. 4x100m vrije slag est.

Inzwemmen 08.00 uur, aanvang series 09.00 uur

- meisjes jeugd/dames senioren
- jongens jeugd/heren senioren
- meisjes jeugd/dames senioren
- jongens jeugd/heren senioren
- meisjes jeugd/dames senioren
- jongens jeugd/heren senioren
- Jongens jeugd/heren senioren
- meisjes jeugd/dames senioren
- jongens jeugd/heren senioren
- meisjes jeugd/dames senioren
- jongens jeugd/heren senioren
- dames
- heren

Zaterdag 12 juni B-/A-finales

15. 100m vlinderslag
100m vlinderslag
16. 100m vlinderslag
100m vlinderslag
17. 200m schoolslag
200m schoolslag
18. 200m schoolslag
200m schoolslag
19. 50m rugslag
50m rugslag
20. 50m rugslag
50m rugslag
21. 400m wisselslag
22. 200m vrije slag
200m vrije slag
23. 200m vrije slag
200m vrije slag
24. 800m vrije slag
25. 800m vrije slag
26. 4x100m wisselslag est.
27. 4x100m vrije slag est.

Inzwemmen 15.30 uur, aanvang finales 16.30 uur

- dames B-finale
- dames A-finale
- heren B-finale
- heren A-finale
- dames B-finale
- dames A-finale
- heren B-finale
- heren A-finale
- dames B-finale
- dames A-finale
- heren B-finale
- heren A-finale
- dames snelste serie
- heren snelste serie
- dames snelste serie
- heren snelste serie

Zondag 13 juni Series

- 28. 100m vrije slag
- 29. 100m vrije slag
- 30. 100m rugslag
- 31. 100m rugslag
- 32. 50m schoolslag
- 33. 50m schoolslag
- 34. 400m wisselslag
- 35. 50m vlinderslag
- 36. 50m vlinderslag
- 37. 1500m vrije slag
- 38. 1500m vrije slag
- 39. 4x100m wisselslag est.
- 40. 4x200m vrije slag est.

Inzwemmen 08.00 uur, aanvang series 09.00 uur

- jongens jeugd/heren senioren
- meisjes jeugd/dames senioren
- jongens jeugd/heren senioren
- meisjes jeugd/dames senioren
- jongens jeugd/heren senioren
- meisjes jeugd/dames senioren
- Meisjes jeugd/dames senioren
- Jongens jeugd/heren senioren
- Meisjes jeugd/dames senioren
- jongens jeugd/heren senioren
- meisjes jeugd/dames senioren
- heren
- dames

Zondag 13 juni B-/A--finales

- 28. 100m vrije slag
- 100m vrije slag
- 29. 100m vrije slag
- 100m vrije slag
- 30. 100m rugslag
- 100m rugslag
- 31. 100m rugslag
- 100m rugslag
- 32. 50m schoolslag
- 50m schoolslag
- 33. 50m schoolslag
- 50m schoolslag
- 34. 400m wisselslag
- 35. 50m vlinderslag
- 50m vlinderslag
- 36. 50m vlinderslag
- 50m vlinderslag
- 37. 1500m vrije slag
- 38. 1500m vrije slag
- 39. 4x100m wisselslag est.
- 40. 4x200m vrije slag est.

Inzwemmen 15.30 uur, aanvang finales 16.30 uur

- heren B-finale
- heren A-finale
- dames B-finale
- dames A-finale
- heren B-finale
- heren A-finale
- dames B-finale
- dames A-finale
- heren B-finale
- heren A-finale
- dames B-finale
- dames A-finale
- dames snelste serie
- heren B-finale
- heren A-finale
- dames B-finale
- dames A-finale
- heren snelste serie
- dames snelste serie
- heren snelste serie
- dames snelste serie

NB: indien de NOS de finales live uitzend, zullen op de betreffende dag eerst alle B- en vervolgens alle A-finales worden gezwommen.

Limietijden

			50m bad	25m bad
50m	rugslag	Dames senioren	00:31,41	00:29,88
100m	rugslag	Dames senioren	01:07,07	01:04,55
200m	rugslag	Dames senioren	02:24,39	02:19,85
50m	schoolslag	Dames senioren	00:34,61	00:33,58
100m	schoolslag	Dames senioren	01:15,70	01:13,55
200m	schoolslag	Dames senioren	02:42,87	02:38,04
50m	vlinderslag	Dames senioren	00:28,87	00:28,31
100m	vlinderslag	Dames senioren	01:04,34	01:03,54
200m	vlinderslag	Dames senioren	02:22,33	02:20,49
50m	vrije slag	Dames senioren	00:27,30	00:26,63
100m	vrije slag	Dames senioren	01:00,14	00:58,31
200m	vrije slag	Dames senioren	02:09,95	02:07,39
400m	vrije slag	Dames senioren	04:34,60	04:29,29
800m	vrije slag	Dames senioren	09:24,90	09:13,93
1500m	vrije slag	Dames senioren	18:16,05	17:56,29
200m	wisselslag	Dames senioren	02:27,51	02:23,64
400m	wisselslag	Dames senioren	05:11,33	05:04,77
50m	rugslag	Dames senioren 1	00:32,15	00:30,42
100m	rugslag	Dames senioren 1	01:08,75	01:05,80
200m	rugslag	Dames senioren 1	02:28,16	02:22,67
50m	schoolslag	Dames senioren 1	00:35,46	00:34,21
100m	schoolslag	Dames senioren 1	01:17,44	01:14,85
200m	schoolslag	Dames senioren 1	02:46,40	02:40,70
50m	vlinderslag	Dames senioren 1	00:29,80	00:29,20
100m	vlinderslag	Dames senioren 1	01:06,14	01:04,90
200m	vlinderslag	Dames senioren 1	02:25,73	02:23,09
50m	vrije slag	Dames senioren 1	00:28,00	00:27,32
100m	vrije slag	Dames senioren 1	01:01,39	00:59,60
200m	vrije slag	Dames senioren 1	02:12,78	02:09,55
400m	vrije slag	Dames senioren 1	04:39,57	04:33,06
800m	vrije slag	Dames senioren 1	09:37,98	09:23,85
1500m	vrije slag	Dames senioren 1	18:32,61	18:12,55
200m	wisselslag	Dames senioren 1	02:30,04	02:25,55
400m	wisselslag	Dames senioren 1	05:18,56	05:10,26
50m	rugslag	Heren senioren	00:28,04	00:26,20
100m	rugslag	Heren senioren	01:00,44	00:56,74
200m	rugslag	Heren senioren	02:11,37	02:04,76
50m	schoolslag	Heren senioren	00:30,70	00:29,51
100m	schoolslag	Heren senioren	01:07,30	01:04,46
200m	schoolslag	Heren senioren	02:25,78	02:19,89
50m	vlinderslag	Heren senioren	00:26,05	00:25,15
100m	vlinderslag	Heren senioren	00:57,74	00:55,86
200m	vlinderslag	Heren senioren	02:09,77	02:05,47
50m	vrije slag	Heren senioren	00:24,46	00:23,55
100m	vrije slag	Heren senioren	00:53,74	00:51,54
200m	vrije slag	Heren senioren	01:58,97	01:54,82
400m	vrije slag	Heren senioren	04:11,35	04:03,11
800m	vrije slag	Heren senioren	08:47,29	08:32,34
1500m	vrije slag	Heren senioren	16:43,25	16:14,81
200m	wisselslag	Heren senioren	02:13,63	02:08,35
400m	wisselslag	Heren senioren	04:44,01	04:32,93

50m	rugslag	Heren senioren 1	00:28,56	00:26,69
100m	rugslag	Heren senioren 1	01:01,42	00:57,66
200m	rugslag	Heren senioren 1	02:13,51	02:06,79
50m	schoolslag	Heren senioren 1	00:31,12	00:29,92
100m	schoolslag	Heren senioren 1	01:08,38	01:05,49
200m	schoolslag	Heren senioren 1	02:28,23	02:22,23
50m	vlinderslag	Heren senioren 1	00:26,50	00:25,58
100m	vlinderslag	Heren senioren 1	00:58,63	00:56,71
200m	vlinderslag	Heren senioren 1	02:12,00	02:07,62
50m	vrije slag	Heren senioren 1	00:24,77	00:23,85
100m	vrije slag	Heren senioren 1	00:54,53	00:52,29
200m	vrije slag	Heren senioren 1	02:00,30	01:56,11
400m	vrije slag	Heren senioren 1	04:15,05	04:06,69
800m	vrije slag	Heren senioren 1	08:53,96	08:38,82
1500m	vrije slag	Heren senioren 1	16:57,68	16:28,84
200m	wisselslag	Heren senioren 1	02:15,71	02:10,35
400m	wisselslag	Heren senioren 1	04:48,44	04:37,19
50m	rugslag	Jongens Jeugd 1	00:29,70	00:28,31
100m	rugslag	Jongens Jeugd 1	01:05,25	01:01,25
200m	rugslag	Jongens Jeugd 1	02:21,85	02:14,72
50m	schoolslag	Jongens Jeugd 1	00:33,06	00:31,48
100m	schoolslag	Jongens Jeugd 1	01:12,88	01:09,80
200m	schoolslag	Jongens Jeugd 1	02:38,17	02:31,79
50m	vlinderslag	Jongens Jeugd 1	00:28,00	00:26,93
100m	vlinderslag	Jongens Jeugd 1	01:02,39	01:00,34
200m	vlinderslag	Jongens Jeugd 1	02:20,82	02:16,15
50m	vrije slag	Jongens Jeugd 1	00:25,60	00:24,85
100m	vrije slag	Jongens Jeugd 1	00:57,67	00:55,30
200m	vrije slag	Jongens Jeugd 1	02:06,59	02:02,18
400m	vrije slag	Jongens Jeugd 1	04:31,46	04:20,07
800m	vrije slag	Jongens Jeugd 1	09:21,80	09:14,36
1500m	vrije slag	Jongens Jeugd 1	18:00,30	17:29,00
200m	wisselslag	Jongens Jeugd 1	02:23,98	02:18,29
400m	wisselslag	Jongens Jeugd 1	05:06,04	04:53,83
50m	rugslag	Jongens Jeugd 2	00:29,03	00:27,13
100m	rugslag	Jongens Jeugd 2	01:02,18	00:58,37
200m	rugslag	Jongens Jeugd 2	02:15,18	02:08,38
50m	schoolslag	Jongens Jeugd 2	00:31,39	00:30,18
100m	schoolslag	Jongens Jeugd 2	01:09,21	01:06,28
200m	schoolslag	Jongens Jeugd 2	02:30,20	02:24,13
50m	vlinderslag	Jongens Jeugd 2	00:26,86	00:25,93
100m	vlinderslag	Jongens Jeugd 2	00:59,29	00:57,34
200m	vlinderslag	Jongens Jeugd 2	02:13,83	02:09,39
50m	vrije slag	Jongens Jeugd 2	00:24,94	00:24,02
100m	vrije slag	Jongens Jeugd 2	00:55,07	00:52,82
200m	vrije slag	Jongens Jeugd 2	02:00,89	01:56,68
400m	vrije slag	Jongens Jeugd 2	04:17,63	04:09,19
800m	vrije slag	Jongens Jeugd 2	09:01,47	08:46,13
1500m	vrije slag	Jongens Jeugd 2	17:07,53	16:38,41
200m	wisselslag	Jongens Jeugd 2	02:17,27	02:11,84
400m	wisselslag	Jongens Jeugd 2	04:51,77	04:40,39
50m	rugslag	Meisjes Jeugd 1	00:33,01	00:31,23
100m	rugslag	Meisjes Jeugd 1	01:10,73	01:07,69
200m	rugslag	Meisjes Jeugd 1	02:32,59	02:26,94

50m	schoolslag	Meisjes Jeugd 1	00:36,38	00:35,11
100m	schoolslag	Meisjes Jeugd 1	01:19,32	01:16,68
200m	schoolslag	Meisjes Jeugd 1	02:50,18	02:44,34
50m	vlinderslag	Meisjes Jeugd 1	00:30,65	00:30,00
100m	vlinderslag	Meisjes Jeugd 1	01:07,71	01:06,45
200m	vlinderslag	Meisjes Jeugd 1	02:28,52	02:25,83
50m	vrije slag	Meisjes Jeugd 1	00:28,60	00:27,92
100m	vrije slag	Meisjes Jeugd 1	01:02,83	01:00,99
200m	vrije slag	Meisjes Jeugd 1	02:16,02	02:12,71
400m	vrije slag	Meisjes Jeugd 1	04:46,26	04:39,60
800m	vrije slag	Meisjes Jeugd 1	09:55,24	09:40,70
1500m	vrije slag	Meisjes Jeugd 1	18:53,70	18:33,26
200m	wisselslag	Meisjes Jeugd 1	02:32,38	02:27,83
400m	wisselslag	Meisjes Jeugd 1	05:25,81	05:17,30
50m	rugslag	Meisjes Jeugd 2	00:32,64	00:30,88
100m	rugslag	Meisjes Jeugd 2	01:09,94	01:06,93
200m	rugslag	Meisjes Jeugd 2	02:30,89	02:25,29
50m	schoolslag	Meisjes Jeugd 2	00:36,04	00:34,78
100m	schoolslag	Meisjes Jeugd 2	01:18,58	01:15,96
200m	schoolslag	Meisjes Jeugd 2	02:48,60	02:42,83
50m	vlinderslag	Meisjes Jeugd 2	00:30,55	00:29,98
100m	vlinderslag	Meisjes Jeugd 2	01:07,49	01:06,23
200m	vlinderslag	Meisjes Jeugd 2	02:28,04	02:25,35
50m	vrije slag	Meisjes Jeugd 2	00:28,60	00:27,92
100m	vrije slag	Meisjes Jeugd 2	01:02,16	01:00,34
200m	vrije slag	Meisjes Jeugd 2	02:14,57	02:11,29
400m	vrije slag	Meisjes Jeugd 2	04:42,11	04:35,55
800m	vrije slag	Meisjes Jeugd 2	09:46,63	09:32,30
1500m	vrije slag	Meisjes Jeugd 2	18:37,29	18:17,15
200m	wisselslag	Meisjes Jeugd 2	02:31,24	02:26,72
400m	wisselslag	Meisjes Jeugd 2	05:23,37	05:14,94
4x100m	vrije slag	estafette dames	04:10,18	04:02,57
4x100m	wisselslag	estafette dames	04:37,94	04:30,34
4x200m	vrije slag	estafette dames	09:00,59	08:49,95
4x100m	vrije slag	estafette heren	03:43,56	03:34,40
4x100m	wisselslag	estafette heren	04:08,79	03:57,74
4x200m	vrije slag	estafette heren	08:14,92	07:57,65