

FROS & AFSTB-CTFN

CHAMPIONNATS NATIONAUX de NATATION 2024  
 NATIONAAL ZWEMKAMPIOENSCHAPPEN 2024  
 16 & 17 NOVEMBER 2024  
 Plaats Blankenberge (Org. Fros)

PROGRAMMA SESSIE 1

	<i>16-11-2024 jour 1</i>	CTFN	<i>16-11-2024 dag 1</i>	Fros
	COURSES	LIMITE	WEDSTRIJDEN	LIMIET
1	50m Brasse Messieurs	0.45.00	50m Schoolslag Heren	0.42.00
2	50m Papillon Dames	0.46.00	50m Vlinderslag Dames	0.43.00
3	400m Nage Libre Messieurs	5.53.00	400m Vrije Slag Heren	5.48.00
4	200m Nage Libre Dames	3.14.00	200m Vrije Slag Dames	3.09.00
Médailles courses 1 et 2				
5	100m Papillon Messieurs	1.31.00	100m Vlinderslag Heren	1.26.00
6	200m Papillon Dames	4.27.00	200m Vlinderslag Dames	4.22.00
Médailles courses 3 et 4				
7	200m Dos Messieurs	3.18.00	200m Rug Heren	3.13.00
8	100m Dos Dames	1.39.00	100m Rug Dames	1.34.00
Médailles courses 5 et 6				
9	200m Quatre Nages Messieurs	3.09.00	200m Wisselslag Heren	3.04.00
10	4 x 50m Nage Libre mixte 2D + 2M	2.30.00	4 x 50m Vrije slag gemengd 2D + 2H	2.30.00
Pause de midi – Médailles courses 7, 8, 9 et 10				
11	50m Dos Messieurs	0.44.00	50m Rug Heren	0.41.00
12	50m Nage Libre Dames	0.41.00	50m Vrije Slag Dames	0.38.00
13	200m Brasse Messieurs	3.28.00	200m Schoolslag Heren	3.23.00
14	100m Brasse Dames	1.47.00	100m Schoolslag Dames	1.42.00
Médailles courses 11 et 12				
15	100m Nage Libre Messieurs	1.13.00	100m Vrije Slag Heren	1.08.00
16	400m Quatre Nages Dames	7.24.00	400m Wisselslag Dames	7.19.00
Médailles courses 13 et 14				
17	4*100m Nage Libre Messieurs	5.23.00	4*100m Vrije Slag Heren	5.23.00
18	4*100m Quatre Nages Dames	6.52.00	4*100m Wisselslag Dames	6.52.00
Médailles courses 15 et 16				
19	4*50m Quatre Nages Mess.	2.35.00	4*50m Wisselslag Heren	2.35.00
20	4*50m Nage Libre Dames	2.40.00	4*50m Vrije Slag Dames	2.40.00
Médailles courses 17, 18, 19 et 20				

PROGRAMME SESSION 2

	<i>17-11-2024 jour 2</i>	CTFN	<i>17-11-2024 dag 2</i>	Fros
	COURSES	LIMITE	WEDSTRIJDEN	LIMIET
21	50m Brasse Dames	0.51.00	50m Schoolslag Dames	0.48.00
22	50m Papillon Messieurs	0.40.00	50m Vlinderslag Heren	0.37.00
23	400m Nage Libre Dames	6.46.00	400m Vrije Slag Dames	6.41.00
24	200m Nage Libre Messieurs	2.45.00	200m Vrije Slag Heren	2.40.00
Médailles courses 1 et 2				
25	100m Papillon Dames	1.48.00	100m Vlinderslag Dames	1.43.00
26	200m Papillon Messieurs	3.50.00	200m Vlinderslag Heren	3.45.00
Médailles courses 3 et 4				
27	200m Dos Dames	3.39.00	200m Rug Dames	3.34.00
28	100m Dos Messieurs	1.31.00	100m Rug Heren	1.26.00
Médailles courses 5 et 6				
29	200m Quatre Nages Dames	3.41.00	200m Wisselslag Dames	3.36.00
30	4 x 50m Quatre Nages Mixte 2D + 2M	2.50.00	4 x 50m Wisselslag gemengd 2D + 2H	2.45.00
Pause de midi- Médailles courses 7, 8, 9 et 10				
31	50m Dos Dames	0.49.00	50m rug Dames	0.46.00
32	50m Nage Libre Messieurs	0.33.00	50m Vrije Slag Heren	0.32.00
33	200m Brasse Dames	3.50.00	200m Schoolslag Dames	3.45.00
34	100m Brasse Messieurs	1.36.00	100m Schoolslag Heren	1.31.00
Médailles courses 11 et 12				
35	100m Nage Libre Dames	1.27.00	100m Vrije Slag Dames	1.22.00
36	400m Quatre Nages Messieurs	6.46.00	400m Wisselslag Heren	6.41.00
Médailles courses 13 et 14				
37	4*100m Nage Libre Dames:	6.09.00	4*100m Vrije Slag Dames	6.09.00
38	4*100m Quatre Nages Mess.	5.58.00	4*100m Wisselslag Heren	5.58.00
Médailles courses 15 et 16				
39	4*50m Quatre Nages Dames	3.02.00	4*50m Wisselslag Dames	3.02.00
40	4*50m Nage Libre Messieurs	2.13.00	4*50m Vrije Slag Heren	2.13.00
Médailles courses 17, 18, 19 et 20				

**Bij een overschrijding limiettijd tijdens het kampioenschap worden de zwemmers uitgesloten (zowel voor de CTFN als Fros zwemmers).**

**Si le temps limite est dépassé pendant le championnat, les nageurs seront exclus (tant pour les nageurs CTFN que Fros).**

**Inscriptions à envoyer à - Inschrijvingen sturen naar**

**Hubert Mattens : [h.mattens@skynet.be](mailto:h.mattens@skynet.be) & [luc@zwemclubdelfino.be](mailto:luc@zwemclubdelfino.be)**

Via Splash avec le fichier **lxf** (joindre une version **pdf**) ou via fichier Excel en pièce jointe (n'utilise que celui-ci)

Via Splash zie **Lxf-files in bijlage. (met pdf uitprint)** of via Excel in bijlage (enkel deze gebruiken)

Ou - Of Via Excel - Via bijgevoegd Excel-document.

**Pour le 1 NOVEMBRE 2024 (au plus tard) - Voor 1 NOVEMBER 2024 (ten laatste)**

HORAIRE	UURREGELING
(pour les deux journées)	(voor beide dagen)
09h00 Réunion Chefs d'équipe	09u00 Vergadering ploegleiders
09h00 Réunion du jury	09u00 Juryvergadering
09h00 Échauffement	09u00 Inzwemmen
10h00 Début des épreuves	10u00 Aanvang wedstrijden

L'horaire correct sera communiqué dès que possible. / **De juiste uurregeling zal zo snel mogelijk gemeld worden.**

Merci de respecter la date limite d'inscription / **Respecteer de uiterste inschrijfdatum a.u.b.**