



Programma

ONMK 2015 korte baan			
Dag 1 vrijdagochtend sessie 1			
01	1500m	vrije slag	Dames
02	800m	vrije slag	Heren
Dag 1 vrijdagmiddag sessie 2			
03	4 x 200m	vrije slag	Dames/Heren/ Gemengd
05	50m	vlinderslag	Dames
06	50m	vlinderslag	Heren
07	200m	wisselslag	Dames
08	200m	wisselslag	Heren
09	100m	schoolslag	Dames
10	100m	schoolslag	Heren
11	200m	vrije slag	Dames
12	200m	vrije slag	Heren
13	4 x 50m	wisselslag	Dames
14	4 x 50m	wisselslag	Heren
Dag 2 zaterdagochtend sessie 3			
16	400m	vrije slag	Heren
17	400m	vrije slag	Dames
18	50m	rugslag	Heren
19	50m	rugslag	Dames
20	200m	schoolslag	Heren
21	200m	schoolslag	Dames
22	4 x 100m	wisselslag	Dames/Heren/ Gemengd

Dag 2 zaterdagmiddag sessie 4			
24	4 x 50m	vrije slag	Heren
25	4 x 50m	vrije slag	Dames
26	200m	vlinderslag	Heren
27	200m	vlinderslag	Dames
28	100m	vrije slag	Heren
29	100m	vrije slag	Dames
30	50m	schoolslag	Heren
31	50m	schoolslag	Dames
32	100m	rugslag	Heren
33	100m	rugslag	Dames
34	4 x 50m	wisselslag	Gemengd
36	400m	wisselslag	Heren
37	400m	wisselslag	Dames
Dag 3 zondagochtend sessie 5			
39	800m	vrije slag	Dames
40	1500m	vrije slag	Heren
Dag 3 zondagmiddag sessie 6			
41	4 x 100m	vrije slag	Dames/Heren /Gemengd
43	200m	rugslag	Dames
44	200m	rugslag	Heren
45	100m	wisselslag	Dames
46	100m	wisselslag	Heren
47	50m	vrije slag	Dames
48	50m	vrije slag	Heren
49	100m	vlinderslag	Dames
50	100m	vlinderslag	Heren
51	4 x 50m	vrije slag	Gemengd

Overzicht sessies			
Vrijdag 23 januari 2015			
Sessie	Inzwem	Wedstrijd	Einde
1	8:00	9:00	12:30
2	13:00	14:00	18:00
Zaterdag 24 januari 2015			
Sessie	Inzwem	Wedstrijd	Einde
3	8:00	9:00	12:30
4	13:00	14:00	18:00
Mastersbuffet		17:00	20:00
Zondag 25 januari 2015			
Sessie	Inzwem	Wedstrijd	Einde
5	8:00	9:00	12:30
6	13:00	14:00	17:30

Oneven nummers = Dames
Even nummers = Heren

De inschrijving start op 1 december 2014 en sluit op zaterdag 27 december 2014 om 12.00 uur.