



## Vrije Zwemmers Oostende

Zaterdag 19 februari 2011

om 18.30 uur

STEDELIJK ZWEMBAD OOSTENDE

[www.vzo.be](http://www.vzo.be)

Erkenningsnummer: 110219100617

### KROKUSCRITERIUM

#### PROGRAMMA

1. 100m schoolslag heren benj. - min. - kad.- pup. en sen.
2. 50m vlinderslag heren dolfijntjes en veteranen
3. 50m vlinderslag dames dolfijntjes en veteranen
4. 100m schoolslag dames benj. – min. – kad. – pup. en sen
5. 100m rugslag heren benjamins en miniemen
6. 50m schoolslag heren eendjes, dolfijntjes en veteranen
7. 50m schoolslag dames eendjes, dolfijntjes en veteranen
8. 200m wisselslag dames kadetten, pupillen en senioren.

#### **PAUZE**

9. 200m wisselslag heren kadetten, pupillen en senioren
10. 50m rugslag heren eendjes, dolfijntjes en veteranen
11. 50m rugslag dames eendjes, dolfijntjes en veteranen
12. 100m rugslag dames benjamins en miniemen
13. 100m vrije slag heren ben. – min. – kad. – pup. en sen.
14. 50m vrije slag heren eendjes, dolfijntjes en veteranen
15. 50m vrije slag dames eendjes, dolfijntjes en veteranen
16. 100m vrije slag dames benj. – min. – kad.- pup. en sen.

- Veteranen zijn 1 categorie
- Medailles voor de eerste 3 plaatsen per categorie en per koers
- Er wordt gezwommen in acht banen over 50m
- Max. aantal startplaatsen per clubs : 60 (max. 10 clubs)

Bevestiging deelname **zo spoedig mogelijk** aan [john.praet@skynet.be](mailto:john.praet@skynet.be)

Juryvergadering om 17.30 uur. Geen startbriefjes, wel een inschrijvingslijst per zwemmer met vermelding van naam en voornaam, geb. jaar, categorie en de koersnummers en inschrijftijd. Een diskette Best mag ook.

Deze lijst dient **ten laatste op donderdag 10 februari 2011** in het bezit te zijn van Freddy Marlein, Kwartelstraat 40, 8400 Oostende. Tel: 059/80 00 63  
gsm: 0475/81 84 34 e-mail: <[freddymarlein@skynet.be](mailto:freddymarlein@skynet.be)>



Met medewerking Stadsbestuur Oostende