



VLAAMSE KAMPIOENSCHAPPEN 2018

- Antwerpen (50m) - Du vendredi 23 février 2018 au dimanche 25 février 2018
PISCINE D ANVERS

Vendredi 23 Février 2018

07:30	Echauffement
08:30	1 50m Dos Messieurs - Séries
	2 100m Brasse Dames - Séries
	3 200m Nage Libre Messieurs - Séries
	4 100m Dos Dames - Séries
	5 400m 4 Nages Messieurs - Séries
	6 50m Nage Libre Dames - Séries
	7 50m Brasse Messieurs - Séries
	8 200m Papillon Dames - Séries
	9 100m Papillon Messieurs - Séries
	10 400m Nage Libre Dames - Séries
	11 800m Nage Libre Messieurs
	39 25m Dos Dames

Vendredi 23 Février 2018

14:30	Echauffement
16:00	1 50m Dos Messieurs - Finale
	2 100m Brasse Dames - Finale
	3 200m Nage Libre Messieurs - Finale
	4 100m Dos Dames - Finale
	5 400m 4 Nages Messieurs - Finale
	6 50m Nage Libre Dames - Finale
	7 50m Brasse Messieurs - Finale
	8 200m Papillon Dames - Finale
	9 100m Papillon Messieurs - Finale
	10 400m Nage Libre Dames - Finale
	12 4 x 100m 4 Nages Messieurs
	13 4 x 100m 4 Nages Dames

Samedi 24 Février 2018

07:30	Echauffement
08:30	14 100m Brasse Messieurs - Séries
	15 200m 4 Nages Dames - Séries
	16 100m Dos Messieurs - Séries
	17 100m Nage Libre Dames - Séries
	18 50m Nage Libre Messieurs - Séries
	19 200m Dos Dames - Séries
	20 200m Papillon Messieurs - Séries
	21 200m Brasse Dames - Séries
	22 400m Nage Libre Messieurs - Séries
	23 50m Papillon Dames - Séries
	24 800m Nage Libre Dames

Samedi 24 Février 2018

14:30	Echauffement
16:00	14 100m Brasse Messieurs - Finale
	15 200m 4 Nages Dames - Finale
	16 100m Dos Messieurs - Finale
	17 100m Nage Libre Dames - Finale
	18 50m Nage Libre Messieurs - Finale
	19 200m Dos Dames - Finale
	20 200m Papillon Messieurs - Finale
	21 200m Brasse Dames - Finale
	22 400m Nage Libre Messieurs - Finale
	23 50m Papillon Dames - Finale
	25 4 x 100m Nage Libre Messieurs
	26 4 x 100m Nage Libre Dames

Dimanche 25 Février 2018

07:30	Echauffement
08:30	27 200m 4 Nages Messieurs - Séries
	28 50m Dos Dames - Séries
	29 100m Nage Libre Messieurs - Séries
	30 200m Nage Libre Dames - Séries
	31 200m Dos Messieurs - Séries
	32 400m 4 Nages Dames - Séries
	33 200m Brasse Messieurs - Séries
	34 50m Brasse Dames - Séries
	35 50m Papillon Messieurs - Séries
	36 100m Papillon Dames - Séries
	37 1500m Nage Libre Messieurs
	38 1500m Nage Libre Dames

Dimanche 25 Février 2018

14:30	Echauffement
16:00	27 200m 4 Nages Messieurs - Finale
	28 50m Dos Dames - Finale
	29 100m Nage Libre Messieurs - Finale
	30 200m Nage Libre Dames - Finale
	31 200m Dos Messieurs - Finale
	32 400m 4 Nages Dames - Finale
	33 200m Brasse Messieurs - Finale
	34 50m Brasse Dames - Finale
	35 50m Papillon Messieurs - Finale
	36 100m Papillon Dames - Finale

Entraîneurs

CLAES Ronald

GARRAUX Eva

ESN/002567

15 ans

4	100m Dos - Séries	01:10,00 ^{50m}	50m : 01:10,00 (25/11/17) 25m : 01:08,54 (11/11/17)	Requin : 01:07,00 CBJ : 01:14,50	R-Club : 01:06,84 R-ClubTC : 01:06,27	R-Dis : 01:05,10 R-Fran : 01:03,14	R-BEL : 01:01,56
6	50m Nage Libre - Séries	00:30,36 ^{50m}	50m : 00:30,36 (17/03/17) 25m : 00:29,74 (12/02/17)	Requin : 00:27,50 CBJ : 00:30,50	R-Club : 00:27,70 R-ClubTC : 00:27,70	R-Dis : 00:25,26 R-Fran : 00:25,26	
19	200m Dos - Séries	02:29,20 ^{50m}	50m : 02:29,20 (12/05/17) 25m : 02:22,48 (11/11/17)	Requin : 02:31,00 CBJ : 02:40,40	R-Club : 02:28,72 R-ClubTC : 02:22,48	R-Dis : 02:15,58 R-Fran : 02:15,58	R-BEL : 02:13,76
23	50m Papillon - Séries	00:31,47 ^{50m}	50m : 00:31,47 (22/04/17) 25m : 00:31,09 (11/11/17)	Requin : 00:30,50 CBJ : 00:32,90	R-Club : 00:30,22 R-ClubTC : 00:28,86	R-Dis : 00:28,27 R-Fran : 00:28,27	
28	50m Dos - Séries	00:33,02 ^{50m}	50m : 00:33,02 (22/04/17) 25m : 00:33,16 (11/11/17)	Requin : 00:31,50 CBJ : 00:35,10	R-Club : 00:31,72 R-ClubTC : 00:31,34	R-Dis : 00:30,83 R-Fran : 00:29,15	
36	100m Papillon - Séries	01:11,02 ^{50m}	50m : 01:11,02 (25/11/17) 25m : 01:07,75 (11/11/17)	Requin : 01:07,00 CBJ : 01:12,20	R-Club : 01:06,21 R-ClubTC : 01:03,60	R-Dis : 01:03,42 R-Fran : 01:03,23	R-BEL : 01:01,14

1 nageurs - 6 départs