

Krav Junior NM kort- og langbane 2009

Kort/Lang Distanse	Damer / Jenter		Herrer / Gutter	
	Kort	Lang	Kort	Lang
	Tid	Tid	Tid	Tid
50m fri	28,23	29,29	25,32	26,33
100m fri	1.01,11	1.02,83	54,74	57,79
200m fri	2.12,78	2.16,63	2.00,99	2.05,87
400m fri	4.38,91	4.53,43	4.18,12	4.31,58
800m fri	9.43,70	9.57,12	9.00,05	9.20,89
1500m fri	18.44,02	19.19,34	17.30,01	18.08,43
50m rygg	32,56	34,57	29,43	31,26
100m rygg	1.10,19	1.13,05	1.03,38	1.07,24
200m rygg	2.32,30	2.39,91	2.19,86	2.26,96
50m bryst	35,88	37,15	31,92	33,87
100m bryst	1.17,42	1.21,83	1.10,46	1.15,22
200m bryst	2.48,18	2.56,77	2.35,75	2.44,99
50m butterfly	30,83	31,64	27,52	28,29
100m butterfly	1.09,01	1.10,96	1.01,60	1.04,75
200m butterfly	2.38,71	2.45,18	2.24,79	2.30,36
100m medley	1.10,69		1.03,13	
200m medley	2.31,40	2.37,49	2.18,95	2.25,18
400m medley	5.27,20	5.38,07	4.58,51	5.14,58

JUNIOR NM LANGBANE 2009

Sted	Tøyenbadet (Oslo)
Dato	11-14. juli 2009
Årsklasser	Junior (f.90-96)
Kvalperiode	26. juni 2008 – 25.juni 2009
Kommentar	Det er ikke kvalifiseringskrav på stafetter Det benyttes ikke "omregning" fra langbane. Kvaltider fra 50m og 25m sorteres uavhengig av bassenglengden de er oppnådd i

JUNIOR NM KORTBANE 2009

Sted	Harstad (Troms)
Dato	26-29. november 2009
Årsklasser	Junior (f.90-96)
Kvalperiode	19. november 2008 – 18. november 2009
Kommentar	Det er ikke kvalifiseringskrav på stafetter Det benyttes ikke "omregning" fra langbane. Kvaltider fra 50m og 25m sorteres uavhengig av bassenglengden de er oppnådd i