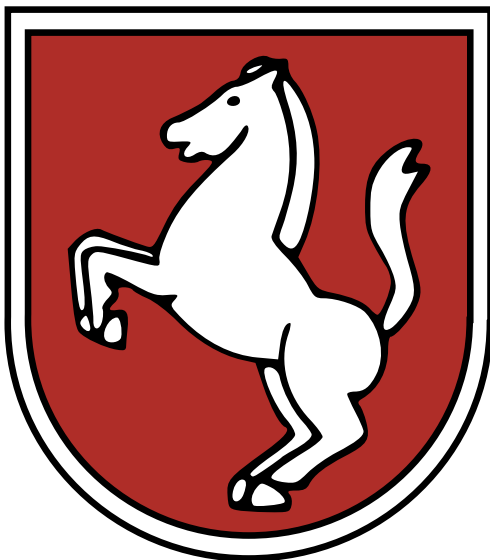


# Schwimm-Verband Südwestfalen



## Südwestfälische Meisterschaften der Lang- und Mittelstrecken 2020 Südwestfälische Masters-Meisterschaften der Langen Strecken 2020 Südwestfälischer Schwimm-Mehrkampf 2020

**Veranstalter:** Schwimm-Verband Südwestfalen e.V.  
**Ausrichter:** Sport-Union Annen e.V.  
**Ort:** Südbad Dortmund, Ruhrallee 30, 44319 Dortmund  
**Datum:** 29. Februar und 01. März 2020



<b>1. Veranstaltungsabschnitt</b>	Samstag, 29. Februar 2020
Einlass: 13:00    Einschw.: 13:00	Kari: 13:00    Beginn: 13:30
<b>2. Veranstaltungsabschnitt</b>	Samstag, 29. Februar 2020
Beginn: ca. 30 Min. nach Ende Abschnitt 1	
<b>3. Veranstaltungsabschnitt</b>	Sonntag, 01. März 2020
Einlass: 09:00    Einschw.: 09:00	Kari: 09:15    Beginn: 10:00
<b>4. Veranstaltungsabschnitt</b>	Sonntag, 01. März 2020
Beginn: ca. 60 Min. nach Ende Abschnitt 3	

# Pflichtzeiten

**Pflichtzeitentabelle:  
Südwestfälische Meisterschaften „Lange Strecken“ 2019**

	Jugend-D		Jugend-C		Jugend-B		Jugend-A		Junioren	Offen
Alter	10	11	12	13	14	15	16	17	18/19	20 u.ä.
Jahrg.	2010	2009	2008	2007	2006	2005	2004	2003	01/02	00 u.ä.
Strecke	männlich									
400 F	6:21,60	6:00,20	5:30,50	5:17,80	5:03,70	4:59,30	4:54,10	4:48,70	4:45,4	4:38,60
800 F	10:34,40 (Für die 800m F gilt die Zeit der 15 jährigen, max. 16 Teilnehmer)									
1500 F	---	23:30,00	22:30,90	21:11,20	20:22,60	19:56,70	19:30,30	19:07,00	18:54,20	18:27,90
400 L	---	6:54,10	6:21,40	5:56,40	5:46,60	5:36,50	5:29,80	5:27,00	5:22,80	5:14,90

**Pflichtzeitentabelle:  
Südwestfälische Meisterschaften „Lange Strecken“ 2019**

	Jugend-D		Jugend-C		Jugend-B		Jugend-A		Junioren	Offen
Alter	10	11	12	13	14	15	16	17	18/19	20 u.ä.
Jahrg.	2010	2009	2008	2007	2006	2005	2004	2003	01/02	00 u.ä.
Strecke	weiblich									
400 F	6:25,00	5:59,70	5:39,90	5:26,40	5:18,70	5:14,10	5:10,50	5:10,10	5:08,00	5:04,30
800 F	---	12:23,00	11:50,30	11:15,00	10:54,80	10:48,10	10:41,10	10:38,30	10:34,10	10:22,40
1500 F	20:42,80 (Für die 1500m F gilt die Zeit der 15 jährigen, max. 16 Teilnehmer)									
400 L	---	6:47,90	6:27,90	6:10,30	6:04,00	6:01,40	5:53,40	5:52,00	5:51,40	5:46,90