

70 - 74 jaar, Heren, Lange baan (50m)

1-1-1900-31-7-2016

**25 vrije slag****50 vrije slag**

1. Grapendaal Aad	42	08-021	42.07	50m	26-9-15	Kampen (NED)	122
-------------------	----	--------	-------	-----	---------	--------------	-----

**100 vrije slag**

1. Grapendaal Aad	42	08-021	2:20.48	50m	23-9-12	Alkmaar (NED)	37
-------------------	----	--------	---------	-----	---------	---------------	----

**200 vrije slag****250 vrije slag****300 vrije slag****400 vrije slag****500 vrije slag****800 vrije slag****1000 vrije slag****1250 vrije slag****1500 vrije slag****2000 vrije slag****2500 vrije slag****3000 vrije slag****4000 vrije slag****5000 vrije slag****6000 vrije slag****10000 vrije slag****20000 vrije slag****22000 vrije slag****25 rugslag****50 rugslag**

1. Grapendaal Aad	42	08-021	55.94	50m	4-9-13	Eindhoven (NED)	79
-------------------	----	--------	-------	-----	--------	-----------------	----

**100 rugslag****200 rugslag****500 rugslag****25 schoolslag****50 schoolslag**

1. Grapendaal Aad	42	08-021	1:03.16	50m	21-4-13	Kampen (NED)	75
-------------------	----	--------	---------	-----	---------	--------------	----

**100 schoolslag****200 schoolslag****500 schoolslag****800 schoolslag****1000 schoolslag****1500 schoolslag****2000 schoolslag****2500 schoolslag****3000 schoolslag****4000 schoolslag****5000 schoolslag****25 vlinderslag****50 vlinderslag**

1. Grapendaal Aad	42	08-021	1:14.59	50m	24-3-13	Amersfoort (NED)	27
-------------------	----	--------	---------	-----	---------	------------------	----

**100 vlinderslag****200 vlinderslag****100 wisselslag****200 wisselslag****300 wisselslag**

**400 wisselslag**