

Selectiecriteria High Performance 2025

Minimum leeftijd instroom: geboortjaar 2011

Meisjes	Instaptijd	14/2011	15/2010	16/2009	17/2008	18/2007	19/2006
400 m zwemtest	5'45"	5'30"	5'24"	5'18"	5'12"	5'06"	5'00"
3000 m looptest	12'40"	12'05"	11'52"	11'39"	11'26"	11'13"	11'00"

Jongens	Instaptijd	14/2011	15/2010	16/2009	17/2008	18/2007	19/2006
400 m zwemtest	5'35"	5'20"	5'14"	5'08"	5'02"	4'56"	4'50"
3000 m looptest	11'15"	10'40"	10'28"	10'16"	10'04"	9'52"	9'40"

Doorstroom criteria:

- * Minimum in één van de twee testen de selectietijd behalen
- * Maximum marge op de minst goede test: 3%

Meisjes	14/2011		15/2010		16/2009		17/2008		18/2007		19/2006	
400 m zwemtest	5'30"	5'39"	5'24"	5'33"	5'18"	5'27"	5'12"	5'21"	5'06"	5'14"	5'00"	5'09"
3000 m looptest	12'05"	12'25"	11'52"	12'12"	11'39"	11'59"	11'26"	11'46"	11'13"	11'33"	11'00"	11'20"

Jongens	14/2011		15/2010		16/2009		17/2008		18/2007		19/2006	
400 m zwemtest	5'20"	5'29"	5'14"	5'23"	5'08"	5'17"	5'02"	5'11"	4'56"	5'05"	4'50"	4'59"
3000 m looptest	10'40"	10'58"	10'28"	10'46"	10'16"	10'34"	10'04"	10'22"	9'52"	10'10"	9'40"	9'58"