

Bemærk venligst følgende:

- Nedenstående tabel viser kravtider udregnet på baggrund af en udviklingsmodel, og er således ikke et udtryk for hvilke mesterskaber der udbydes for de enkelte aldersgrupper og ej heller hvilke discipliner der udbydes ved de forskellige mesterskaber. Stævneproportioner og løbsprogram findes under de enkelte mesterskaber i aktivitetskalenderen på Dansk Svømmeunions hjemmeside.
- Kvalifikation til DÅM-K gruppe 1 i januar måned sker via kravtider for "Efterår".

DM: Danmarksmesterskab

ØM: Østdansk mesterskab

VM: Vestdansk mesterskab

		ÅM Grp. 2 - yngste årgang		ÅM Grp. 2 - ældste årgang		ÅM grp. 1 - yngste årgang		ÅM grp. 1 - ældste årgang		Junior - 1. år	Junior - 2. år	Senior
		Efterår	Forår	Efterår	Forår	Efterår	Forår	Efterår	Forår	Hele året	Hele året	Hele året
50 m fri svømning	DM	0:30,90	0:29,99	0:29,28	0:28,70	0:28,21	0:27,79	0:27,41	0:27,08	0:26,50	0:26,01	0:25,58
	ØM	0:31,51	0:30,57	0:29,85	0:29,26	0:28,76	0:28,33	0:27,94	0:27,60	0:27,01	0:26,51	0:26,08
	VM	0:32,41	0:31,45	0:30,70	0:30,10	0:29,58	0:29,13	0:28,74	0:28,39	0:27,78	0:27,27	0:26,82
100 m fri svømning	DM	1:08,58	1:06,21	1:04,37	1:02,86	1:01,59	1:00,49	0:59,51	0:58,64	0:57,14	0:55,87	0:54,77
	ØM	1:09,92	1:07,50	1:05,62	1:04,09	1:02,79	1:01,66	1:00,67	0:59,79	0:58,25	0:56,95	0:55,83
	VM	1:11,93	1:09,44	1:07,50	1:05,92	1:04,59	1:03,43	1:02,41	1:01,50	0:59,92	0:58,58	0:57,42
200 m fri svømning	DM	2:30,67	2:25,52	2:21,52	2:18,25	2:15,49	2:13,10	2:10,99	2:09,10	2:05,83	2:03,07	2:00,68
	ØM	2:33,62	2:28,37	2:24,29	2:20,95	2:18,14	2:15,70	2:13,54	2:11,62	2:08,28	2:05,47	2:03,03
	VM	2:38,05	2:32,63	2:28,44	2:25,01	2:22,11	2:19,59	2:17,38	2:15,39	2:11,96	2:09,06	2:06,55
400 m fri svømning	DM	5:15,09	5:05,36	4:57,82	4:51,66	4:46,45	4:41,93	4:37,95	4:34,39	4:28,23	4:23,02	4:18,50
	ØM	5:21,26	5:11,34	5:03,65	4:57,36	4:52,05	4:47,44	4:43,38	4:39,75	4:33,47	4:28,15	4:23,55
	VM	5:30,52	5:20,31	5:12,39	5:05,92	5:00,45	4:55,71	4:51,53	4:47,79	4:41,32	4:35,85	4:31,11
800 m fri svømning	DM	10:41,28	10:21,49	10:06,13	9:53,58	9:42,98	9:33,79	9:25,68	9:18,43	9:05,88	8:55,28	8:46,09
	ØM	10:53,85	10:33,66	10:18,00	10:05,20	9:54,38	9:45,01	9:36,74	9:29,34	9:16,55	9:05,73	8:56,35
	VM	11:12,71	10:51,92	10:35,80	10:22,62	10:11,49	10:01,84	9:53,33	9:45,71	9:32,54	9:21,40	9:11,75
1500 m fri svømning	DM	20:28,36	19:50,42	19:20,99	18:56,95	18:36,62	18:19,01	18:03,48	17:49,58	17:25,54	17:05,21	16:47,60
	ØM	20:52,44	20:13,75	19:43,73	19:19,21	18:58,47	18:40,51	18:24,67	18:10,50	17:45,97	17:25,24	17:07,28
	VM	21:28,57	20:48,74	20:17,84	19:52,60	19:31,25	19:12,76	18:56,45	18:41,86	18:16,62	17:55,27	17:36,78
50 m ryg-svømning	DM	0:38,16	0:36,58	0:35,36	0:34,36	0:33,51	0:32,78	0:32,14	0:31,56	0:30,56	0:29,72	0:28,98
	ØM	0:38,89	0:37,28	0:36,03	0:35,01	0:34,15	0:33,41	0:32,75	0:32,16	0:31,14	0:30,28	0:29,53
	VM	0:39,99	0:38,33	0:37,05	0:36,00	0:35,11	0:34,35	0:33,67	0:33,06	0:32,01	0:31,13	0:30,36
100 m ryg-svømning	DM	1:21,48	1:18,30	1:15,83	1:13,82	1:12,12	1:10,64	1:09,34	1:08,18	1:06,16	1:04,46	1:02,98
	ØM	1:23,05	1:19,81	1:17,29	1:15,24	1:13,50	1:11,99	1:10,67	1:09,48	1:07,42	1:05,69	1:04,18
	VM	1:25,40	1:22,07	1:19,48	1:17,36	1:15,57	1:14,02	1:12,66	1:11,43	1:09,32	1:07,53	1:05,98
200 m ryg-svømning	DM	2:52,13	2:46,34	2:41,85	2:38,19	2:35,08	2:32,40	2:30,03	2:27,91	2:24,24	2:21,14	2:18,45
	ØM	2:55,45	2:49,55	2:44,97	2:41,23	2:38,07	2:35,33	2:32,91	2:30,75	2:27,00	2:23,84	2:21,10
	VM	3:00,44	2:54,36	2:49,65	2:45,80	2:42,54	2:39,72	2:37,23	2:35,00	2:31,15	2:27,90	2:25,07
50 m bryst-svømning	DM	0:44,25	0:42,13	0:40,49	0:39,15	0:38,01	0:37,03	0:36,16	0:35,39	0:34,04	0:32,91	0:31,93
	ØM	0:45,11	0:42,95	0:41,27	0:39,90	0:38,75	0:37,74	0:36,86	0:36,07	0:34,70	0:33,54	0:32,54
	VM	0:46,40	0:44,17	0:42,45	0:41,04	0:39,85	0:38,81	0:37,90	0:37,09	0:35,68	0:34,49	0:33,45
100 m bryst-svømning	DM	1:32,76	1:29,18	1:26,40	1:24,14	1:22,22	1:20,56	1:19,09	1:17,78	1:15,51	1:13,60	1:11,93
	ØM	1:34,56	1:30,91	1:28,08	1:25,76	1:23,81	1:22,11	1:20,62	1:19,28	1:16,97	1:15,01	1:13,32
	VM	1:37,26	1:33,50	1:30,59	1:28,21	1:26,19	1:24,45	1:22,91	1:21,54	1:19,15	1:17,14	1:15,40
200 m bryst-svømning	DM	3:11,39	3:04,75	2:59,60	2:55,40	2:51,84	2:48,76	2:46,04	2:43,61	2:39,40	2:35,85	2:32,77
	ØM	3:15,11	3:08,34	3:03,09	2:58,79	2:55,17	2:52,03	2:49,25	2:46,77	2:42,48	2:38,86	2:35,71
	VM	3:20,69	3:13,72	3:08,31	3:03,89	3:00,16	2:56,93	2:54,07	2:51,52	2:47,10	2:43,37	2:40,14
50 m butterfly	DM	0:37,20	0:35,42	0:34,05	0:32,93	0:31,98	0:31,15	0:30,43	0:29,78	0:28,65	0:27,71	0:26,88
	ØM	0:37,93	0:36,12	0:34,72	0:33,57	0:32,60	0:31,76	0:31,02	0:30,36	0:29,21	0:28,25	0:27,41
	VM	0:39,02	0:37,16	0:35,72	0:34,54	0:33,54	0:32,68	0:31,91	0:31,23	0:30,05	0:29,06	0:28,19
100 m butterfly	DM	1:24,76	1:20,38	1:16,98	1:14,20	1:11,85	1:09,81	1:08,02	1:06,41	1:03,63	1:01,28	0:59,25
	ØM	1:26,43	1:21,96	1:18,49	1:15,65	1:13,26	1:11,18	1:09,35	1:07,71	1:04,88	1:02,48	1:00,41
	VM	1:28,93	1:24,33	1:20,75	1:17,84	1:15,37	1:13,23	1:11,35	1:09,66	1:06,75	1:04,28	1:02,14
200 m butterfly	DM	3:05,95	2:58,32	2:52,41	2:47,58	2:43,49	2:39,95	2:36,83	2:34,04	2:29,21	2:25,12	2:21,58
	ØM	3:09,61	3:01,83	2:55,80	2:50,87	2:46,71	2:43,10	2:39,91	2:37,06	2:32,14	2:27,97	2:24,36
	VM	3:15,10	3:07,10	3:00,89	2:55,82	2:51,53	2:47,81	2:44,53	2:41,60	2:36,53	2:32,24	2:28,52
200 m indv. medley	DM	2:54,62	2:48,36	2:43,51	2:39,55	2:36,19	2:33,29	2:30,73	2:28,43	2:24,47	2:21,12	2:18,21
	ØM	2:58,03	2:51,65	2:46,70	2:42,65	2:39,23	2:36,27	2:33,66	2:31,32	2:27,27	2:23,85	2:20,89
	VM	3:03,14	2:56,57	2:51,48	2:47,31	2:43,79	2:40,74	2:38,05	2:35,65	2:31,48	2:27,96	2:24,91
400 m indv. medley	DM	6:40,49	6:21,55	6:06,85	5:54,85	5:44,70	5:35,90	5:28,15	5:21,21	5:09,20	4:59,05	4:50,26
	ØM	6:48,33	6:29,01	6:14,02	6:01,78	5:51,42	5:42,45	5:34,54	5:27,46	5:15,22	5:04,86	4:55,90
	VM	7:00,09	6:40,20	6:24,77	6:12,17	6:01,51	5:52,28	5:44,13	5:36,85	5:24,24	5:13,58	5:04,35

Bemærk venligst følgende:

- Nedenstående tabel viser kravtider udregnet på baggrund af en udviklingsmodel, og er således ikke et udtryk for hvilke mesterskaber der udbydes for de enkelte aldersgrupper og ej heller hvilke discipliner der udbydes ved de forskellige mesterskaber. Stævneproportioner og løbsprogram findes under de enkelte mesterskaber i aktivitetskalenderen på Dansk Svømmeunions hjemmeside.
- Kvalifikation til DÅM-K gruppe 1 i januar måned sker via kravtider for "Efterår".

DM: Danmarksmesterskab

ØM: Østdansk mesterskab

VM: Vestdansk mesterskab

		ÅM Grp. 2 - yngste årgang		ÅM Grp. 2 - ældste årgang		ÅM grp. 1 - yngste årgang		ÅM grp. 1 - ældste årgang		Junior - 1. år	Junior - 2. år	Senior
		Efterår	Forår	Efterår	Forår	Efterår	Forår	Efterår	Forår	Hele året	Hele året	Hele året
50 m fri svømning	DM	0:30,10	0:29,19	0:28,48	0:27,90	0:27,41	0:26,99	0:26,61	0:26,28	0:25,70	0:25,21	0:24,78
	ØM	0:30,71	0:29,77	0:29,05	0:28,46	0:27,96	0:27,53	0:27,14	0:26,80	0:26,21	0:25,71	0:25,28
	VM	0:31,61	0:30,65	0:29,90	0:29,30	0:28,78	0:28,33	0:27,94	0:27,59	0:26,98	0:26,47	0:26,02
100 m fri svømning	DM	1:06,98	1:04,61	1:02,77	1:01,26	0:59,99	0:58,89	0:57,91	0:57,04	0:55,54	0:54,27	0:53,17
	ØM	1:08,32	1:05,90	1:04,02	1:02,49	1:01,19	1:00,06	0:59,07	0:58,19	0:56,65	0:55,35	0:54,23
	VM	1:10,33	1:07,84	1:05,90	1:04,32	1:02,99	1:01,83	1:00,81	0:59,90	0:58,32	0:56,98	0:55,82
200 m fri svømning	DM	2:27,47	2:22,32	2:18,32	2:15,05	2:12,29	2:09,90	2:07,79	2:05,90	2:02,63	1:59,87	1:57,48
	ØM	2:30,42	2:25,17	2:21,09	2:17,75	2:14,94	2:12,50	2:10,34	2:08,42	2:05,08	2:02,27	1:59,83
	VM	2:34,85	2:29,43	2:25,24	2:21,81	2:18,91	2:16,39	2:14,18	2:12,19	2:08,76	2:05,86	2:03,35
400 m fri svømning	DM	5:08,69	4:58,96	4:51,42	4:45,26	4:40,05	4:35,53	4:31,55	4:27,99	4:21,83	4:16,62	4:12,10
	ØM	5:14,86	5:04,94	4:57,25	4:50,96	4:45,65	4:41,04	4:36,98	4:33,35	4:27,07	4:21,75	4:17,15
	VM	5:24,12	5:13,91	5:05,99	4:59,52	4:54,05	4:49,31	4:45,13	4:41,39	4:34,92	4:29,45	4:24,71
800 m fri svømning	DM	10:28,48	10:08,69	9:53,33	9:40,78	9:30,18	9:20,99	9:12,88	9:05,63	8:53,08	8:42,48	8:33,29
	ØM	10:41,05	10:20,86	10:05,20	9:52,40	9:41,58	9:32,21	9:23,94	9:16,54	9:03,75	8:52,93	8:43,55
	VM	10:59,91	10:39,12	10:23,00	10:09,82	9:58,69	9:49,04	9:40,53	9:32,91	9:19,74	9:08,60	8:58,95
1500 m fri svømning	DM	20:04,36	19:26,42	18:56,99	18:32,95	18:12,62	17:55,01	17:39,48	17:25,58	17:01,54	16:41,21	16:23,60
	ØM	20:28,44	19:49,75	19:19,73	18:55,21	18:34,47	18:16,51	18:00,67	17:46,50	17:21,97	17:01,24	16:43,28
	VM	21:04,57	20:24,74	19:53,84	19:28,60	19:07,25	18:48,76	18:32,45	18:17,86	17:52,62	17:31,27	17:12,78
50 m ryg-svømning	DM	0:36,66	0:35,08	0:33,86	0:32,86	0:32,01	0:31,28	0:30,64	0:30,06	0:29,06	0:28,22	0:27,48
	ØM	0:37,39	0:35,78	0:34,53	0:33,51	0:32,65	0:31,91	0:31,25	0:30,66	0:29,64	0:28,78	0:28,03
	VM	0:38,49	0:36,83	0:35,55	0:34,50	0:33,61	0:32,85	0:32,17	0:31,56	0:30,51	0:29,63	0:28,86
100 m ryg-svømning	DM	1:18,48	1:15,30	1:12,83	1:10,82	1:09,12	1:07,64	1:06,34	1:05,18	1:03,16	1:01,46	0:59,98
	ØM	1:20,05	1:16,81	1:14,29	1:12,24	1:10,50	1:08,99	1:07,67	1:06,48	1:04,42	1:02,69	1:01,18
	VM	1:22,40	1:19,07	1:16,48	1:14,36	1:12,57	1:11,02	1:09,66	1:08,43	1:06,32	1:04,53	1:02,98
200 m ryg-svømning	DM	2:46,13	2:40,34	2:35,85	2:32,19	2:29,08	2:26,40	2:24,03	2:21,91	2:18,24	2:15,14	2:12,45
	ØM	2:49,45	2:43,55	2:38,97	2:35,23	2:32,07	2:29,33	2:26,91	2:24,75	2:21,00	2:17,84	2:15,10
	VM	2:54,44	2:48,36	2:43,65	2:39,80	2:36,54	2:33,72	2:31,23	2:29,00	2:25,15	2:21,90	2:19,07
50 m bryst-svømning	DM	0:42,90	0:40,78	0:39,14	0:37,80	0:36,66	0:35,68	0:34,81	0:34,04	0:32,69	0:31,56	0:30,58
	ØM	0:43,76	0:41,60	0:39,92	0:38,55	0:37,40	0:36,39	0:35,51	0:34,72	0:33,35	0:32,19	0:31,19
	VM	0:45,05	0:42,82	0:41,10	0:39,69	0:38,50	0:37,46	0:36,55	0:35,74	0:34,33	0:33,14	0:32,10
100 m bryst-svømning	DM	1:30,06	1:26,48	1:23,70	1:21,44	1:19,52	1:17,86	1:16,39	1:15,08	1:12,81	1:10,90	1:09,23
	ØM	1:31,86	1:28,21	1:25,38	1:23,06	1:21,11	1:19,41	1:17,92	1:16,58	1:14,27	1:12,31	1:10,62
	VM	1:34,56	1:30,80	1:27,89	1:25,51	1:23,49	1:21,75	1:20,21	1:18,84	1:16,45	1:14,44	1:12,70
200 m bryst-svømning	DM	3:05,99	2:59,35	2:54,20	2:50,00	2:46,44	2:43,36	2:40,64	2:38,21	2:34,00	2:30,45	2:27,37
	ØM	3:09,71	3:02,94	2:57,69	2:53,39	2:49,77	2:46,63	2:43,85	2:41,37	2:37,08	2:33,46	2:30,31
	VM	3:15,29	3:08,32	3:02,91	2:58,49	2:54,76	2:51,53	2:48,67	2:46,12	2:41,70	2:37,97	2:34,74
50 m butterfly	DM	0:36,50	0:34,72	0:33,35	0:32,23	0:31,28	0:30,45	0:29,73	0:29,08	0:27,95	0:27,01	0:26,18
	ØM	0:37,23	0:35,42	0:34,02	0:32,87	0:31,90	0:31,06	0:30,32	0:29,66	0:28,51	0:27,55	0:26,71
	VM	0:38,32	0:36,46	0:35,02	0:33,84	0:32,84	0:31,98	0:31,21	0:30,53	0:29,35	0:28,36	0:27,49
100 m butterfly	DM	1:23,36	1:18,98	1:15,58	1:12,80	1:10,45	1:08,41	1:06,62	1:05,01	1:02,23	0:59,88	0:57,85
	ØM	1:25,03	1:20,56	1:17,09	1:14,25	1:11,86	1:09,78	1:07,95	1:06,31	1:03,48	1:01,08	0:59,01
	VM	1:27,53	1:22,93	1:19,35	1:16,44	1:13,97	1:11,83	1:09,95	1:08,26	1:05,35	1:02,88	1:00,74
200 m butterfly	DM	3:03,15	2:55,52	2:49,61	2:44,78	2:40,69	2:37,15	2:34,03	2:31,24	2:26,41	2:22,32	2:18,78
	ØM	3:06,81	2:59,03	2:53,00	2:48,07	2:43,91	2:40,30	2:37,11	2:34,26	2:29,34	2:25,17	2:21,56
	VM	3:12,30	3:04,30	2:58,09	2:53,02	2:48,73	2:45,01	2:41,73	2:38,80	2:33,73	2:29,44	2:25,72
100 m indv. medley	DM	1:20,68	1:17,35	1:14,77	1:12,66	1:10,87	1:09,33	1:07,96	1:06,75	1:04,64	1:02,85	1:01,31
	ØM	1:22,29	1:18,89	1:16,26	1:14,11	1:12,29	1:10,71	1:09,32	1:08,08	1:05,93	1:04,11	1:02,53
	VM	1:24,71	1:21,21	1:18,50	1:16,29	1:14,42	1:12,79	1:11,36	1:10,08	1:07,87	1:06,00	1:04,37
200 m indv. medley	DM	2:50,42	2:44,16	2:39,31	2:35,35	2:31,99	2:29,09	2:26,53	2:24,23	2:20,27	2:16,92	2:14,01
	ØM	2:53,83	2:47,45	2:42,50	2:38,45	2:35,03	2:32,07	2:29,46	2:27,12	2:23,07	2:19,65	2:16,69
	VM	2:58,94	2:52,37	2:47,28	2:43,11	2:39,59	2:36,54	2:33,85	2:31,45	2:27,28	2:23,76	2:20,71
400 m indv. medley	DM	6:32,09	6:13,15	5:58,45	5:46,45	5:36,30	5:27,50	5:19,75	5:12,81	5:00,80	4:50,65	4:41,86
	ØM	6:39,93	6:20,61	6:05,62	5:53,38	5:43,02	5:34,05	5:26,14	5:19,06	5:06,82	4:56,46	4:47,50
	VM	6:51,69	6:31,80	6:16,37	6:03,77	5:53,11	5:43,88	5:35,73	5:28,45	5:15,84	5:05,18	4:55,95

Bemærk venligst følgende:

- Nedenstående tabel viser kravtider udregnet på baggrund af en udviklingsmodel, og er således ikke et udtryk for hvilke mesterskaber der udbydes for de enkelte aldersgrupper og ej heller hvilke discipliner der udbydes ved de forskellige mesterskaber. Stævneproportioner og løbsprogram findes under de enkelte mesterskaber i aktivitetskalenderen på Dansk Svømmeunions hjemmeside.
- Kvalifikation til DÅM-K gruppe 1 i januar måned sker via kravtider for "Efterår".

DM: Danmarksmesterskab

ØM: Østdansk mesterskab

VM: Vestdansk mesterskab

		ÅM Grp. 2 - yngste årgang		ÅM Grp. 2 - ældste årgang		ÅM grp. 1 - yngste årgang		ÅM grp. 1 - ældste årgang		Junior - 1. år	Junior - 2. år	Senior
		Efterår	Forår	Efterår	Forår	Efterår	Forår	Efterår	Forår	Hele året	Hele året	Hele året
50 m fri svømning	DM	0:36,29	0:34,85	0:33,73	0:32,81	0:32,04	0:31,37	0:30,78	0:30,25	0:29,34	0:28,57	0:27,90
	ØM	0:37,00	0:35,53	0:34,39	0:33,46	0:32,67	0:31,99	0:31,39	0:30,85	0:29,91	0:29,13	0:28,44
	VM	0:38,07	0:36,56	0:35,38	0:34,42	0:33,61	0:32,91	0:32,29	0:31,74	0:30,78	0:29,97	0:29,26
100 m fri svømning	DM	1:19,60	1:16,33	1:13,80	1:11,73	1:09,98	1:08,46	1:07,13	1:05,93	1:03,86	1:02,11	1:00,60
	ØM	1:21,16	1:17,83	1:15,25	1:13,14	1:11,36	1:09,81	1:08,45	1:07,23	1:05,12	1:03,33	1:01,79
	VM	1:23,52	1:20,09	1:17,43	1:15,26	1:13,42	1:11,83	1:10,42	1:09,17	1:07,00	1:05,16	1:03,57
200 m fri svømning	DM	2:56,65	2:48,60	2:42,35	2:37,25	2:32,94	2:29,20	2:25,90	2:22,95	2:17,85	2:13,53	2:09,80
	ØM	3:00,14	2:51,92	2:45,55	2:40,35	2:35,95	2:32,13	2:28,77	2:25,76	2:20,56	2:16,16	2:12,34
	VM	3:05,36	2:56,91	2:50,35	2:44,99	2:40,46	2:36,54	2:33,08	2:29,98	2:24,62	2:20,09	2:16,17
400 m fri svømning	DM	6:15,04	5:57,99	5:44,76	5:33,96	5:24,82	5:16,90	5:09,92	5:03,68	4:52,87	4:43,74	4:35,82
	ØM	6:22,44	6:05,05	5:51,56	5:40,54	5:31,22	5:23,15	5:16,03	5:09,66	4:58,63	4:49,31	4:41,24
	VM	6:33,55	6:15,65	6:01,76	5:50,41	5:40,82	5:32,51	5:25,18	5:18,62	5:07,28	4:57,68	4:49,37
800 m fri svømning	DM	12:43,41	12:08,69	11:41,76	11:19,76	11:01,16	10:45,05	10:30,83	10:18,12	9:56,12	9:37,52	9:21,40
	ØM	12:58,48	12:23,07	11:55,61	11:33,17	11:14,19	10:57,76	10:43,26	10:30,29	10:07,85	9:48,87	9:32,44
	VM	13:21,10	12:44,65	12:16,37	11:53,27	11:33,74	11:16,82	11:01,89	10:48,54	10:25,44	10:05,91	9:48,99
1500 m fri svømning	DM	24:22,51	23:15,98	22:24,38	21:42,22	21:06,57	20:35,69	20:08,46	19:44,09	19:01,93	18:26,29	17:55,41
	ØM	24:51,40	23:43,54	22:50,91	22:07,90	21:31,54	21:00,05	20:32,27	20:07,42	19:24,41	18:48,05	18:16,56
	VM	25:34,73	24:24,88	23:30,70	22:46,43	22:09,00	21:36,58	21:07,98	20:42,40	19:58,13	19:20,70	18:48,28
50 m ryg-svømning	DM	0:44,54	0:42,55	0:41,01	0:39,76	0:38,69	0:37,77	0:36,96	0:36,24	0:34,98	0:33,92	0:33,00
	ØM	0:45,40	0:43,38	0:41,81	0:40,53	0:39,44	0:38,50	0:37,68	0:36,94	0:35,65	0:34,57	0:33,63
	VM	0:46,70	0:44,62	0:43,00	0:41,68	0:40,57	0:39,60	0:38,75	0:37,98	0:36,67	0:35,55	0:34,58
100 m ryg-svømning	DM	1:33,67	1:29,47	1:26,21	1:23,55	1:21,30	1:19,35	1:17,63	1:16,09	1:13,43	1:11,18	1:09,23
	ØM	1:35,49	1:31,21	1:27,89	1:25,17	1:22,88	1:20,89	1:19,13	1:17,56	1:14,85	1:12,55	1:10,56
	VM	1:38,23	1:33,82	1:30,40	1:27,60	1:25,24	1:23,19	1:21,39	1:19,77	1:16,98	1:14,61	1:12,57
200 m ryg-svømning	DM	3:18,63	3:10,13	3:03,53	2:58,15	2:53,59	2:49,65	2:46,16	2:43,05	2:37,66	2:33,11	2:29,16
	ØM	3:22,50	3:13,83	3:07,10	3:01,61	2:56,96	2:52,94	2:49,39	2:46,21	2:40,72	2:36,07	2:32,05
	VM	3:28,31	3:19,38	3:12,46	3:06,80	3:02,02	2:57,88	2:54,22	2:50,95	2:45,30	2:40,51	2:36,37
50 m bryst-svømning	DM	0:50,97	0:48,35	0:46,31	0:44,65	0:43,25	0:42,03	0:40,95	0:39,99	0:38,33	0:36,92	0:35,70
	ØM	0:51,97	0:49,30	0:47,22	0:45,52	0:44,09	0:42,85	0:41,75	0:40,77	0:39,07	0:37,64	0:36,40
	VM	0:53,47	0:50,71	0:48,58	0:46,83	0:45,35	0:44,07	0:42,94	0:41,94	0:40,19	0:38,71	0:37,43
100 m bryst-svømning	DM	1:45,86	1:41,00	1:37,23	1:34,15	1:31,55	1:29,30	1:27,31	1:25,53	1:22,45	1:19,84	1:17,59
	ØM	1:47,93	1:42,98	1:39,13	1:35,99	1:33,34	1:31,04	1:29,01	1:27,19	1:24,05	1:21,40	1:19,10
	VM	1:51,04	1:45,94	1:41,99	1:38,75	1:36,02	1:33,65	1:31,56	1:29,69	1:26,46	1:23,73	1:21,36
200 m bryst-svømning	DM	3:47,15	3:37,22	3:29,51	3:23,21	3:17,89	3:13,28	3:09,21	3:05,58	2:59,28	2:53,96	2:49,35
	ØM	3:51,60	3:41,47	3:33,61	3:27,19	3:21,76	3:17,06	3:12,91	3:09,20	3:02,78	2:57,35	2:52,65
	VM	3:58,29	3:47,86	3:39,77	3:33,16	3:27,57	3:22,73	3:18,45	3:14,63	3:08,02	3:02,44	2:57,59
50 m butterfly	DM	0:43,24	0:40,92	0:39,13	0:37,66	0:36,43	0:35,35	0:34,40	0:33,56	0:32,09	0:30,85	0:29,78
	ØM	0:44,09	0:41,73	0:39,90	0:38,41	0:37,14	0:36,05	0:35,08	0:34,22	0:32,72	0:31,46	0:30,36
	VM	0:45,37	0:42,94	0:41,06	0:39,52	0:38,22	0:37,09	0:36,10	0:35,21	0:33,67	0:32,37	0:31,24
100 m butterfly	DM	1:41,84	1:35,78	1:31,07	1:27,23	1:23,98	1:21,17	1:18,69	1:16,47	1:12,63	1:09,38	1:06,57
	ØM	1:43,85	1:37,67	1:32,88	1:28,96	1:25,64	1:22,77	1:20,24	1:17,98	1:14,06	1:10,75	1:07,88
	VM	1:46,88	1:40,51	1:35,58	1:31,54	1:28,13	1:25,18	1:22,57	1:20,24	1:16,21	1:12,80	1:09,84
200 m butterfly	DM	4:10,82	3:53,36	3:39,82	3:28,76	3:19,40	3:11,30	3:04,15	2:57,75	2:46,69	2:37,33	2:29,23
	ØM	4:15,80	3:57,99	3:44,18	3:32,89	3:23,35	3:15,08	3:07,79	3:01,27	2:49,98	2:40,44	2:32,17
	VM	4:23,26	4:04,93	3:50,71	3:39,09	3:29,27	3:20,76	3:13,25	3:06,54	2:54,92	2:45,10	2:36,59
200 m indv. medley	DM	3:21,92	3:12,85	3:05,81	3:00,06	2:55,20	2:50,99	2:47,28	2:43,95	2:38,21	2:33,35	2:29,14
	ØM	3:25,89	3:16,64	3:09,46	3:03,60	2:58,64	2:54,35	2:50,56	2:47,17	2:41,31	2:36,35	2:32,05
	VM	3:31,85	3:22,33	3:14,94	3:08,90	3:03,80	2:59,38	2:55,48	2:51,99	2:45,96	2:40,85	2:36,43
400 m indv. medley	DM	7:20,77	6:59,86	6:43,64	6:30,39	6:19,19	6:09,48	6:00,92	5:53,27	5:40,01	5:28,81	5:19,11
	ØM	7:29,46	7:08,13	6:51,59	6:38,07	6:26,64	6:16,75	6:08,01	6:00,20	5:46,69	5:35,26	5:25,36
	VM	7:42,49	7:20,54	7:03,51	6:49,59	6:37,83	6:27,64	6:18,65	6:10,61	5:56,70	5:44,93	5:34,74

Bemærk venligst følgende:

- Nedenstående tabel viser kravtider udregnet på baggrund af en udviklingsmodel, og er således ikke et udtryk for hvilke mesterskaber der udbydes for de enkelte aldersgrupper og ej heller hvilke discipliner der udbydes ved de forskellige mesterskaber. Stævneproportioner og løbsprogram findes under de enkelte mesterskaber i aktivitetskalenderen på Dansk Svømmeunions hjemmeside.
- Kvalifikation til DÅM-K gruppe 1 i januar måned sker via kravtider for "Efterår".

DM: Danmarksmesterskab

ØM: Østdansk mesterskab

VM: Vestdansk mesterskab

		ÅM Grp. 2 - yngste årgang		ÅM Grp. 2 - ældste årgang		ÅM grp. 1 - yngste årgang		ÅM grp. 1 - ældste årgang		Junior - 1. år	Junior - 2. år	Senior
		Efterår	Forår	Efterår	Forår	Efterår	Forår	Efterår	Forår	Hele året	Hele året	Hele året
50 m fri svømning	DM	0:35,69	0:34,25	0:33,13	0:32,21	0:31,44	0:30,77	0:30,18	0:29,65	0:28,74	0:27,97	0:27,30
	ØM	0:36,40	0:34,93	0:33,79	0:32,86	0:32,07	0:31,39	0:30,79	0:30,25	0:29,31	0:28,53	0:27,84
	VM	0:37,47	0:35,96	0:34,78	0:33,82	0:33,01	0:32,31	0:31,69	0:31,14	0:30,18	0:29,37	0:28,66
100 m fri svømning	DM	1:18,40	1:15,13	1:12,60	1:10,53	1:08,78	1:07,26	1:05,93	1:04,73	1:02,66	1:00,91	0:59,40
	ØM	1:19,96	1:16,63	1:14,05	1:11,94	1:10,16	1:08,61	1:07,25	1:06,03	1:03,92	1:02,13	1:00,59
	VM	1:22,32	1:18,89	1:16,23	1:14,06	1:12,22	1:10,63	1:09,22	1:07,97	1:05,80	1:03,96	1:02,37
200 m fri svømning	DM	2:54,25	2:46,20	2:39,95	2:34,85	2:30,54	2:26,80	2:23,50	2:20,55	2:15,45	2:11,13	2:07,40
	ØM	2:57,74	2:49,52	2:43,15	2:37,95	2:33,55	2:29,73	2:26,37	2:23,36	2:18,16	2:13,76	2:09,94
	VM	3:02,96	2:54,51	2:47,95	2:42,59	2:38,06	2:34,14	2:30,68	2:27,58	2:22,22	2:17,69	2:13,77
400 m fri svømning	DM	6:10,24	5:53,19	5:39,96	5:29,16	5:20,02	5:12,10	5:05,12	4:58,88	4:48,07	4:38,94	4:31,02
	ØM	6:17,64	6:00,25	5:46,76	5:35,74	5:26,42	5:18,35	5:11,23	5:04,86	4:53,83	4:44,51	4:36,44
	VM	6:28,75	6:10,85	5:56,96	5:45,61	5:36,02	5:27,71	5:20,38	5:13,82	5:02,48	4:52,88	4:44,57
800 m fri svømning	DM	12:33,81	11:59,09	11:32,16	11:10,16	10:51,56	10:35,45	10:21,23	10:08,52	9:46,52	9:27,92	9:11,80
	ØM	12:48,88	12:13,47	11:46,01	11:23,57	11:04,59	10:48,16	10:33,66	10:20,69	9:58,25	9:39,27	9:22,84
	VM	13:11,50	12:35,05	12:06,77	11:43,67	11:24,14	11:07,22	10:52,29	10:38,94	10:15,84	9:56,31	9:39,39
1500 m fri svømning	DM	24:04,51	22:57,98	22:06,38	21:24,22	20:48,57	20:17,69	19:50,46	19:26,09	18:43,93	18:08,29	17:37,41
	ØM	24:33,40	23:25,54	22:32,91	21:49,90	21:13,54	20:42,05	20:14,27	19:49,42	19:06,41	18:30,05	17:58,56
	VM	25:16,73	24:06,88	23:12,70	22:28,43	21:51,00	21:18,58	20:49,98	20:24,40	19:40,13	19:02,70	18:30,28
50 m ryg-svømning	DM	0:43,29	0:41,30	0:39,76	0:38,51	0:37,44	0:36,52	0:35,71	0:34,99	0:33,73	0:32,67	0:31,75
	ØM	0:44,15	0:42,13	0:40,56	0:39,28	0:38,19	0:37,25	0:36,43	0:35,69	0:34,40	0:33,32	0:32,38
	VM	0:45,45	0:43,37	0:41,75	0:40,43	0:39,32	0:38,35	0:37,50	0:36,73	0:35,42	0:34,30	0:33,33
100 m ryg-svømning	DM	1:31,17	1:26,97	1:23,71	1:21,05	1:18,80	1:16,85	1:15,13	1:13,59	1:10,93	1:08,68	1:06,73
	ØM	1:32,99	1:28,71	1:25,39	1:22,67	1:20,38	1:18,39	1:16,63	1:15,06	1:12,35	1:10,05	1:08,06
	VM	1:35,73	1:31,32	1:27,90	1:25,10	1:22,74	1:20,69	1:18,89	1:17,27	1:14,48	1:12,11	1:10,07
200 m ryg-svømning	DM	3:13,63	3:05,13	2:58,53	2:53,15	2:48,59	2:44,65	2:41,16	2:38,05	2:32,66	2:28,11	2:24,16
	ØM	3:17,50	3:08,83	3:02,10	2:56,61	2:51,96	2:47,94	2:44,39	2:41,21	2:35,72	2:31,07	2:27,05
	VM	3:23,31	3:14,38	3:07,46	3:01,80	2:57,02	2:52,88	2:49,22	2:45,95	2:40,30	2:35,51	2:31,37
50 m bryst-svømning	DM	0:49,87	0:47,25	0:45,21	0:43,55	0:42,15	0:40,93	0:39,85	0:38,89	0:37,23	0:35,82	0:34,60
	ØM	0:50,87	0:48,20	0:46,12	0:44,42	0:42,99	0:41,75	0:40,65	0:39,67	0:37,97	0:36,54	0:35,30
	VM	0:52,37	0:49,61	0:47,48	0:45,73	0:44,25	0:42,97	0:41,84	0:40,84	0:39,09	0:37,61	0:36,33
100 m bryst-svømning	DM	1:43,66	1:38,80	1:35,03	1:31,95	1:29,35	1:27,10	1:25,11	1:23,33	1:20,25	1:17,64	1:15,39
	ØM	1:45,73	1:40,78	1:36,93	1:33,79	1:31,14	1:28,84	1:26,81	1:24,99	1:21,85	1:19,20	1:16,90
	VM	1:48,84	1:43,74	1:39,79	1:36,55	1:33,82	1:31,45	1:29,36	1:27,49	1:24,26	1:21,53	1:19,16
200 m bryst-svømning	DM	3:42,75	3:32,82	3:25,11	3:18,81	3:13,49	3:08,88	3:04,81	3:01,18	2:54,88	2:49,56	2:44,95
	ØM	3:47,20	3:37,07	3:29,21	3:22,79	3:17,36	3:12,66	3:08,51	3:04,80	2:58,38	2:52,95	2:48,25
	VM	3:53,89	3:43,46	3:35,37	3:28,76	3:23,17	3:18,33	3:14,05	3:10,23	3:03,62	2:58,04	2:53,19
50 m butterfly	DM	0:42,74	0:40,42	0:38,63	0:37,16	0:35,93	0:34,85	0:33,90	0:33,06	0:31,59	0:30,35	0:29,28
	ØM	0:43,59	0:41,23	0:39,40	0:37,91	0:36,64	0:35,55	0:34,58	0:33,72	0:32,22	0:30,96	0:29,86
	VM	0:44,87	0:42,44	0:40,56	0:39,02	0:37,72	0:36,59	0:35,60	0:34,71	0:33,17	0:31,87	0:30,74
100 m butterfly	DM	1:40,84	1:34,78	1:30,07	1:26,23	1:22,98	1:20,17	1:17,69	1:15,47	1:11,63	1:08,38	1:05,57
	ØM	1:42,85	1:36,67	1:31,88	1:27,96	1:24,64	1:21,77	1:19,24	1:16,98	1:13,06	1:09,75	1:06,88
	VM	1:45,88	1:39,51	1:34,58	1:30,54	1:27,13	1:24,18	1:21,57	1:19,24	1:15,21	1:11,80	1:08,84
200 m butterfly	DM	4:08,82	3:51,36	3:37,82	3:26,76	3:17,40	3:09,30	3:02,15	2:55,75	2:44,69	2:35,33	2:27,23
	ØM	4:13,80	3:55,99	3:42,18	3:30,89	3:21,35	3:13,08	3:05,79	2:59,27	2:47,98	2:38,44	2:30,17
	VM	4:21,26	4:02,93	3:48,71	3:37,09	3:27,27	3:18,76	3:11,25	3:04,54	2:52,92	2:43,10	2:34,59
100 m indv. medley	DM	1:32,80	1:28,55	1:25,26	1:22,57	1:20,30	1:18,33	1:16,59	1:15,04	1:12,35	1:10,08	1:08,11
	ØM	1:34,65	1:30,33	1:26,97	1:24,22	1:21,91	1:19,90	1:18,12	1:16,54	1:13,80	1:11,48	1:09,47
	VM	1:37,44	1:32,98	1:29,53	1:26,70	1:24,31	1:22,25	1:20,42	1:18,79	1:15,97	1:13,58	1:11,51
200 m indv. medley	DM	3:18,72	3:09,65	3:02,61	2:56,86	2:52,00	2:47,79	2:44,08	2:40,75	2:35,01	2:30,15	2:25,94
	ØM	3:22,69	3:13,44	3:06,26	3:00,40	2:55,44	2:51,15	2:47,36	2:43,97	2:38,11	2:33,15	2:28,85
	VM	3:28,65	3:19,13	3:11,74	3:05,70	3:00,60	2:56,18	2:52,28	2:48,79	2:42,76	2:37,65	2:33,23
400 m indv. medley	DM	7:14,37	6:53,46	6:37,24	6:23,99	6:12,79	6:03,08	5:54,52	5:46,87	5:33,61	5:22,41	5:12,71
	ØM	7:23,06	7:01,73	6:45,19	6:31,67	6:20,24	6:10,35	6:01,61	5:53,80	5:40,29	5:28,86	5:18,96
	VM	7:36,09	7:14,14	6:57,11	6:43,19	6:31,43	6:21,24	6:12,25	6:04,21	5:50,30	5:38,53	5:28,34