








**Magyar Úszó Szövetség**  
**Aranyjelvényes Utánpótlás Program**  
**Serdülő - Ifjúsági**  
**- Szintidő táblázat -**

Korosztály	Méter	GYORSÚSZÁS	MELLÚSZÁS	HÁTÚSZÁS	PILLANGÓÚSZÁS	VEGYES ÚSZÁS
						
13-14 Lányok (Serdülő)	100	1:02,5	1:21	1:12	1:08	
	200	2:15	2:51	2:35	2:32	2:32
	400	4:44				5:21
	800	9:43				
	1500	19:22				
15-16 Fiúk (Serdülő)	100	57	1:13,5	1:04	1:01,5	
	200	2:02,5	2:40	2:20	2:18,5	2:19,5
	400	4:25				4:59,5
	800	9:11				
	1500	17:50				
15-16 Lányok (IFI)	100	1:00,5	1:18	1:08	1:05	
	200	2:09,5	2:48	2:26	2:24	2:26,5
	400	4:37				5:09
	800	9:27				
	1500	18:29				
17-18 Fiúk (IFI)	100	54	1:10	1:01	59,5	
	200	1:58	2:29,5	2:12	2:15,5	2:15
	400	4:16				4:49
	800	8:56				
	1500	17:20				