

LAC
Steenwijk, 10-2-2018

Programmanr. 1
10-2-2018

Dames, 400m wisselslag

Dames Senioren Open
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
1.	Michelle van den Hoofdakker	Zv 44	NT	200302708	5:44.21	474
	50m: 1:18.50	150m: 200m:	250m: 300m:		350m: 5:44.21	
2.	Lisa van Riel	Swol 1894	6:06.86	199805652	5:53.46	438
	50m: 1:20.21	150m: 200m:	250m: 300m:		350m: 5:53.46	
3.	Janine ter Schure	't Tolhekke	NT	200105164	6:11.39	378
	50m: 1:27.00	150m: 200m:	250m: 300m:		350m: 6:11.39	
4.	Myrthe Muller	Swol 1894	6:34.92	200104430	6:25.60	337
	50m: 1:31.80	150m: 200m:	250m: 300m:		350m: 6:25.60	
5.	Myrthe Zuethof	Swol 1894	6:31.69	200005380	6:26.27	336
	50m: 1:37.49	150m: 200m:	250m: 300m:		350m: 6:26.27	
6.	Karin de Haan	't Tolhekke	7:07.26	200301456	6:33.15	318
	50m: 1:35.92	150m: 200m:	250m: 300m:		350m: 6:33.15	

Programmanr. 2
10-2-2018

Heren, 400m wisselslag

Heren Senioren Open
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
1.	Kylian Kooijman	Steenwijk 1934	5:25.01	199900763	5:14.78	465
	50m: 1:07.65	150m: 200m:	250m: 300m:		350m: 5:14.78	
2.	Diederik de Boer	Steenwijk 1934	5:38.19	200000269	5:23.84	427
	50m: 1:18.13	150m: 200m:	250m: 300m:		350m: 5:23.84	
3.	Geert de Haan	't Tolhekke	5:54.12	200200369	5:52.26	332
	50m: 1:22.07	150m: 200m:	250m: 300m:		350m: 5:52.26	

Programmanr. 3
10-2-2018

400m wisselslag

18 - 89 jaar
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
Heren Masters 45+, Heren						
1.	Korstaan de Boer	Steenwijk 1934	6:08.68	197101629	5:58.21	315
	50m: 1:18.92	150m: 200m:	250m: 300m:		350m: 5:58.21	

Programmanr. 4
10-2-2018

Meisjes, 1500m vrije slag

Meisjes Junioren 3 en later
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
1.	Nora Weerman	Zv 44	19:48.97	200400620	20:02.68	456
	100m: 1:09.71	1:09.71 500m:	900m:		1300m: 20:02.68	
	200m: 2:28.49	1:18.78 600m:	1000m:		1400m:	
	300m: 5:09.33	700m:	1100m:		1500m:	
	400m: 10:37.47	800m: 10:37.47	1200m:			
2.	Marlies Berends	HZ&PC Heerenveen	NT	200402194	21:15.52	382
	100m: 1:18.74	1:18.74 500m:	900m:		1300m: 21:15.52	
	200m: 2:43.40	1:24.66 600m:	1000m:		1400m:	
	300m: 5:34.73	700m:	1100m:		1500m:	
	400m: 12:01.30	800m: 12:01.30	1200m:			

LAC
Steenwijk, 10-2-2018

Programmanr. 4, Meisjes, 1500m vrije slag, Meisjes Junioren 3 en later

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
3.	Isabelle Meinema	Zv 44	22:06.08	200500216	21:25.34 373
	100m: 1:17.55	1:17.55	500m:	900m:	1300m:
	200m: 2:40.55	1:23.00	600m:	1000m:	1400m:
	300m:	700m:	1100m:	1500m:	21:25.34
	400m: 5:31.33	800m: 11:18.30	1200m:		
4.	Aniek Vuist	't Tolhekke	NT	200600958	26:17.58 202
	100m: 1:33.13	1:33.13	500m:	900m:	1300m:
	200m: 3:18.29	1:45.16	600m:	1000m:	1400m:
	300m:	700m:	1100m:	1500m:	26:17.58
	400m: 6:52.77	800m: 14:06.80	1200m:		
5.	Fianne Kroes	't Tolhekke	NT	200504190	26:30.61 197
	100m: 1:33.45	1:33.45	500m:	900m:	1300m:
	200m: 3:20.23	1:46.78	600m:	1000m:	1400m:
	300m:	700m:	1100m:	1500m:	26:30.61
	400m: 6:58.14	800m: 14:15.61	1200m:		

Programmanr. 5
10-2-2018

Jongens, 1500m vrije slag

Jongens Junioren 2 en later
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1.	Robin van den Berg	Zv 44	18:59.42	200400699	18:03.27 520
	100m: 1:06.15	1:06.15	500m:	900m:	1300m:
	200m: 2:17.28	1:11.13	600m:	1000m:	1400m:
	300m:	700m:	1100m:	1500m:	18:03.27
	400m: 4:41.06	800m: 9:34.66	1200m:		
2.	Meindert Dekkinga	HZ&PC Heerenveen	19:28.11	200400377	18:49.46 459
	100m: 1:08.74	1:08.74	500m:	900m:	1300m:
	200m: 2:24.30	1:15.56	600m:	1000m:	1400m:
	300m:	700m:	1100m:	1500m:	18:49.46
	400m: 4:54.84	800m: 9:59.90	1200m:		
3.	Quinn Heederik	Deltasteur	20:19.03	200400093	18:58.10 448
	100m:	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:26.10	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:	700m:	1100m:	1500m:	18:58.10
	400m: 5:38.29	800m: 10:47.36	1200m:		
4.	Yanieck Frijstein	Deltasteur	NT	200500329	19:03.11 442
	100m: 1:11.17	1:11.17	500m:	900m:	1300m:
	200m: 2:26.70	1:15.53	600m:	1000m:	1400m:
	300m:	700m:	1100m:	1500m:	19:03.11
	400m: 4:59.94	800m: 10:04.17	1200m:		
5.	Marco Wagter	Steenwijk 1934	NT	200500003	23:10.57 246
	100m: 1:27.04	1:27.04	500m:	900m:	1300m:
	200m: 3:00.92	1:33.88	600m:	1000m:	1400m:
	300m:	700m:	1100m:	1500m:	23:10.57
	400m: 6:10.44	800m: 12:29.44	1200m:		
6.	Kay van Sleen	Steenwijk 1934	NT	200400083	23:40.82 230
	100m: 1:26.22	1:26.22	500m:	900m:	1300m:
	200m: 3:01.20	1:34.98	600m:	1000m:	1400m:
	300m:	700m:	1100m:	1500m:	23:40.82
	400m: 6:12.60	800m: 12:36.09	1200m:		

Programmanr. 6
10-2-2018

Meisjes, 800m vrije slag

Meisjes Junioren 1 en later
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1.	Julia van den Bosch	Deltasteur	NT	200600232	11:53.73 318
	100m: 1:23.82	1:23.82	300m:	500m:	700m:
	200m: 2:54.76	1:30.94	400m: 5:57.32	600m:	800m: 11:53.73
2.	Maud Dokter	HZ&PC Heerenveen	NT	200601672	11:55.83 316
	100m: 1:24.43	1:24.43	300m:	500m:	700m:
	200m: 2:57.21	1:32.78	400m: 6:00.04	600m:	800m: 11:55.83
3.	Liselotte Schaap	HZ&PC Heerenveen	13:28.30	200603016	12:48.45 255
	100m: 1:28.49	1:28.49	300m:	500m:	700m:
	200m: 3:04.49	1:36.00	400m: 6:22.81	600m:	800m: 12:48.45
4.	Jessica Dekkinga	HZ&PC Heerenveen	13:58.84	200600180	13:52.38 201
	100m: 1:37.18	1:37.18	300m:	500m:	700m:
	200m: 3:22.84	1:45.66	400m: 6:56.26	600m:	800m: 13:52.38

LAC
Steenwijk, 10-2-2018

Programmanr. 7
10-2-2018

Jongens, 800m vrije slag

Jongens Minioren 6 en later
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1.	Seb Pieterman	Swol 1894	NT 200600331	12:38.48	212
	100m: 1:26.90	1:26.90	300m: 500m:	700m: 12:38.48	
	200m: 3:04.32	1:37.42	400m: 600m:	800m:	
			6:19.71		

Programmanr. 8
10-2-2018

400m vrije slag

Mix Minioren 4 en later
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
------	------	------------	--------	------	----

Programmanr. 9
10-2-2018

Dames, 2000m vrije slag

Dames Senioren Open
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1.	Lindsey Berghuis	Zv 44	NT 200300104	24:41.74	
	100m: 1:06.73	1:06.73	600m: 1100m:	1600m:	
	200m: 2:19.29	1:12.56	700m: 1200m:	1700m:	
	300m: 4:46.46		800m: 9:43.70	1300m:	
	400m: 4:46.46		900m: 1400m:	1800m:	
	500m:		1000m: 1500m: 18:28.67	1900m:	
				2000m: 24:41.74	
2.	Denice Koolman	Zv 44	NT 200200132	24:56.55	
	100m: 1:07.45	1:07.45	600m: 1100m:	1600m:	
	200m: 2:20.98	1:13.53	700m: 1200m:	1700m:	
	300m: 4:49.95		800m: 9:49.04	1300m:	
	400m: 4:49.95		900m: 1400m:	1800m:	
	500m:		1000m: 1500m: 18:38.60	1900m:	
				2000m: 24:56.55	
3.	Daniëlle Meinema	Zv 44	30:40.89 200300534	25:19.40	
	100m: 1:08.47	1:08.47	600m: 1100m:	1600m:	
	200m: 2:23.30	1:14.83	700m: 1200m:	1700m:	
	300m: 4:54.26		800m: 9:59.75	1300m:	
	400m: 4:54.26		900m: 1400m:	1800m:	
	500m:		1000m: 1500m: 18:54.98	1900m:	
				2000m: 25:19.40	
4.	Naomi Polinder	Zv 44	NT 200300020	27:09.31	
	100m: 1:11.77	1:11.77	600m: 1100m:	1600m:	
	200m: 2:30.80	1:19.03	700m: 1200m:	1700m:	
	300m: 5:11.09		800m: 10:35.22	1300m:	
	400m: 5:11.09		900m: 1400m:	1800m:	
	500m:		1000m: 1500m: 20:18.79	1900m:	
				2000m: 27:09.31	
5.	Ageeth de Haan	't Tolhekke	NT 199901022	27:30.26	
	100m: 1:12.48	1:12.48	600m: 1100m:	1600m:	
	200m: 2:33.86	1:21.38	700m: 1200m:	1700m:	
	300m: 5:20.45		800m: 10:54.16	1300m:	
	400m: 5:20.45		900m: 1400m:	1800m:	
	500m:		1000m: 1500m: 20:45.95	1900m:	
				2000m: 27:30.26	
6.	Cynthia Koolman	Zv 44	NT 200300232	27:36.06	
	100m: 1:15.02	1:15.02	600m: 1100m:	1600m:	
	200m: 2:36.43	1:21.41	700m: 1200m:	1700m:	
	300m: 5:20.45		800m: 10:56.44	1300m:	
	400m: 5:20.45		900m: 1400m:	1800m:	
	500m:		1000m: 1500m: 20:44.61	1900m:	
				2000m: 27:36.06	
7.	Nanda de Vries	Steenwijk 1934	27:00.00 199204328	31:26.88	
	100m: 1:21.87	1:21.87	600m: 1100m:	1600m:	
	200m: 2:54.67		700m: 1200m:	1700m:	
	300m: 5:49.39		800m: 11:44.70	1300m:	
	400m: 5:49.39		900m: 1400m:	1800m:	
	500m:		1000m: 1500m: 22:51.67	1900m:	
				2000m: 31:26.88	
8.	Janine ter Schure	't Tolhekke	NT 200105164	31:58.17	
	100m: 1:22.39	1:22.39	600m: 1100m:	1600m:	
	200m: 2:54.67	1:32.28	700m: 1200m:	1700m:	
	300m: 5:49.39		800m: 11:44.70	1300m:	
	400m: 5:49.39		900m: 1400m:	1800m:	
	500m:		1000m: 1500m: 22:51.67	1900m:	
				2000m: 31:58.17	
9.	Aimee Heerschop	't Tolhekke	NT 200300146	33:54.62	
	100m: 1:31.80	1:31.80	600m: 1100m:	1600m:	
	200m: 3:12.11	1:40.31	700m: 1200m:	1700m:	
	300m: 6:34.89		800m: 13:23.59	1300m:	
	400m: 6:34.89		900m: 1400m:	1800m:	
	500m:		1000m: 1500m: 25:25.03	1900m:	
				2000m: 33:54.62	

LAC
Steenwijk, 10-2-2018

Programmanr. 9, Dames, 2000m vrije slag, Dames Senioren Open

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
10.	Fayola van den Berg	Steenwijk 1934	NT 200200146	35:59.27	
	100m: 1:32.24	1:32.24	600m: 1100m:	1600m:	
	200m: 3:16.00	1:43.76	700m: 1200m:	1700m:	
	300m:		800m: 14:00.38	1300m: 1800m:	
	400m: 6:51.00		900m:	1400m: 1900m:	
	500m:	1000m:	1500m: 26:51.05	2000m: 35:59.27	
AFGEM	Chanien Gras	't Tolhekke	NT 199802076		

Programmanr. 10
10-2-2018

Heren, 2000m vrije slag

Heren Senioren Open
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1.	Michiel Jorink	Zv 44	NT 198701613	S14 23:58.07	
	100m: 1:03.20	1:03.20	600m: 1100m:	1600m:	
	200m: 2:12.51	1:09.31	700m: 1200m:	1700m:	
	300m:		800m: 9:18.23	1300m: 1800m:	
	400m: 4:32.36		900m:	1400m: 1900m:	
	500m:	1000m:	1500m: 17:52.67	2000m: 23:58.07	
2.	Kylian Kooijman	Steenwijk 1934	27:01.15 199900763	25:57.82	
	100m: 1:09.86	1:09.86	600m: 1100m:	1600m:	
	200m: 2:27.32	1:17.46	700m: 1200m:	1700m:	
	300m:		800m: 10:19.70	1300m: 1800m:	
	400m: 5:04.51		900m:	1400m: 1900m:	
	500m:	1000m:	1500m: 19:32.54	2000m: 25:57.82	
3.	Jelle Heijman	Steenwijk 1934	26:05.09 200000635	26:10.66	
	100m: 1:11.00	1:11.00	600m: 1100m:	1600m:	
	200m: 2:28.38	1:17.38	700m: 1200m:	1700m:	
	300m:		800m: 10:23.80	1300m: 1800m:	
	400m: 5:06.54		900m:	1400m: 1900m:	
	500m:	1000m:	1500m: 19:35.76	2000m: 26:10.66	
4.	Diederik de Boer	Steenwijk 1934	26:34.10 200000269	26:20.07	
	100m: 1:10.79	1:10.79	600m: 1100m:	1600m:	
	200m: 2:27.91	1:17.12	700m: 1200m:	1700m:	
	300m:		800m: 10:19.64	1300m: 1800m:	
	400m: 5:04.25		900m:	1400m: 1900m:	
	500m:	1000m:	1500m: 19:36.53	2000m: 26:20.07	
5.	Thijs van Erp	Swol 1894	28:20.52 200200313	26:33.01	
	100m: 1:10.55	1:10.55	600m: 1100m:	1600m:	
	200m: 2:26.65	1:16.10	700m: 1200m:	1700m:	
	300m:		800m: 10:23.87	1300m: 1800m:	
	400m: 5:04.08		900m:	1400m: 1900m:	
	500m:	1000m:	1500m: 19:50.55	2000m: 26:33.01	

Programmanr. 11
10-2-2018

2000m vrije slag

18 - 89 jaar
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1.	Ottomar Brussee	't Tolhekke	NT 199006129	30:01.71	
	100m: 1:12.77	1:12.77	600m: 1100m:	1600m:	
	200m: 2:35.91	1:23.14	700m: 1200m:	1700m:	
	300m:		800m: 11:30.63	1300m: 1800m:	
	400m: 5:29.45		900m:	1400m: 1900m:	
	500m:	1000m:	1500m: 22:16.13	2000m: 30:01.71	

Heren Masters 45+, Heren

1.	Chris Kouwenhoven	De Spatters 2	29:00.00 197101669	28:52.49	
	100m: 1:21.13	1:21.13	600m: 1100m:	1600m:	
	200m: 2:47.28	1:26.15	700m: 1200m:	1700m:	
	300m:		800m: 11:28.35	1300m: 1800m:	
	400m: 5:41.21		900m:	1400m: 1900m:	
	500m:	1000m:	1500m: 21:37.42	2000m: 28:52.49	

LAC
Steenwijk, 10-2-2018

Programmanr. 11, 2000m vrije slag

Dames Masters 50+, Dames

1. Wilna Heijman	Steenwijk 1934	28:33.05	196400506	29:17.41
100m: 1:19.63	1:19.63	600m:	1100m:	1600m:
200m: 2:44.59	1:24.96	700m:	1200m:	1700m:
300m:		800m: 11:25.35	1300m:	1800m:
400m: 5:37.11		900m:	1400m:	1900m:
500m:		1000m:	1500m: 21:46.84	2000m: 29:17.41

Dames Masters 60+, Dames

1. Monica Bakker	Steenwijk 1934	31:08.60	195600082	35:11.06
100m: 1:31.44	1:31.44	600m:	1100m:	1600m:
200m: 3:11.35	1:39.91	700m:	1200m:	1700m:
300m:		800m: 13:36.24	1300m:	1800m:
400m: 6:38.89		900m:	1400m:	1900m:
500m:		1000m:	1500m: 26:07.37	2000m: 35:11.06

Programmanr. 12
10-2-2018

Meisjes, 400m wisselslag

Meisjes Junioren 3 en later
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
1.	Jolijn Liezen	Zv 44	NT	200500518	5:53.07	439
	50m:	150m:	250m:	350m:		
	100m: 1:24.36	200m:	300m:	400m: 5:53.07		
2.	Veerle Riezebos	Zv 44	NT	200600712	5:59.39	417
	50m:	150m:	250m:	350m:		
	100m: 1:26.60	200m:	300m:	400m: 5:59.39		
3.	Carlein Polinder	Zv 44	NT	200600128	6:34.25	316
	50m:	150m:	250m:	350m:		
	100m: 1:38.01	200m:	300m:	400m: 6:34.25		
4.	Michelle van den Berg	Zv 44	7:25.09	200500286	6:46.33	288
	50m:	150m:	250m:	350m:		
	100m: 1:41.68	200m:	300m:	400m: 6:46.33		
5.	Liselotte Schaap	HZ&PC Heerenveen	7:01.90	200603016	6:50.56	279
	50m:	150m:	250m:	350m:		
	100m: 1:44.99	200m:	300m:	400m: 6:50.56		
6.	Jessica Dekkinga	HZ&PC Heerenveen	NT	200600180	7:49.86	186
	50m:	150m:	250m:	350m:		
	100m: 2:08.24	200m:	300m:	400m: 7:49.86		
DIS	Puk Lubbers	Zv 44	NT	200600832		
	<i>AE - De aangegeven zwemslag niet uitgevoerd.</i>					

Programmanr. 13
10-2-2018

Jongens, 400m wisselslag

Jongens Junioren 2 en later
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
1.	Sven Klink	Deltasteur	5:43.07	200500349	5:30.87	400
	50m:	150m:	250m:	350m:		
	100m: 1:14.76	200m:	300m:	400m: 5:30.87		
2.	Matthew Critchell	Deltasteur	NT	200403011	5:47.34	346
	50m:	150m:	250m:	350m:		
	100m: 1:24.48	200m:	300m:	400m: 5:47.34		
3.	Matthias van Dijk	Swol 1894	NT	200502947	6:41.87	223
	50m:	150m:	250m:	350m:		
	100m: 1:40.46	200m:	300m:	400m: 6:41.87		

LAC
Steenwijk, 10-2-2018

Programmanr. 14
10-2-2018

Meisjes, 200m wisselslag

Meisjes Junioren 1 en later
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m	150m	200m
1. Demi de Wolf	Deltasteur	3:29.02	200600240	3:10.96	288	44.97		3:10.96
2. Sanne van 't Oever	Deltasteur	3:19.86	200600418	3:12.04	283	42.89		3:12.04

Programmanr. 15
10-2-2018

Jongens, 200m wisselslag

Jongens Minioren 6 en later
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m	150m	200m
1. L. Nederburgh	Swol 1894	3:39.49	200600219	3:24.01	174	41.24		3:24.01

Programmanr. 16
10-2-2018

200m wisselslag

Mix Minioren 4 en later
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m	150m	200m
-----------	------------	--------	------	----	-----	------	------	------