

lac a-comp. deel 5
emmen , 31.1.2009

Programmanr. 1 Meisjes, 200m wisselslag 10 - 11 jaar
31.1.09 Resultaten

Rang	Geb.	Tijd	50m	100m	150m	200m
1.	HOFSTRA, Saranda	97 De Kikker	2:51.76	36.59		
2.	DAMEN, Caroline	97 De Spatters	3:07.94 FJ 1	44.20		
3.	HUIS, Myrna	97 ZC Borger	3:07.94 FJ 2	45.06		
4.	DUURSMA, Inez	97 De Spatters	3:08.99	42.16		
5.	URBANUS, Sharonne	97 ZPC Bikkel Hoogeveen	3:14.90	44.88		
6.	WOLBERS, Wiëlle	97 de Valken	3:14.99	45.83		
7.	NIJZINGH, Merlin	97 ZPC Bikkel Hoogeveen	3:17.16	47.76		
8.	EIROMKUI, Marley	97 ZPC Bikkel Hoogeveen	3:20.70	44.27		
9.	HUMMEL, Mariët	97 De Kikker	3:21.56	44.00		
10.	CAMIES, Laura	97 De Kikker	3:22.63	44.54		
11.	ENGBERTS, Lisanne	97 ZPC Bikkel Hoogeveen	3:26.44	52.06		
12.	TIMMER, Jolieke	98 de Valken	3:31.96	50.83		
13.	ROTMENSEN, Mirthe	97 ZPC Bikkel Hoogeveen	3:32.52	50.42		

Programmanr. 2 Jongens, 200m wisselslag 10 - 11 jaar
31.1.09 Resultaten

Rang	Geb.	Tijd	50m	100m	150m	200m
1.	VAN DER PLOEG, M.	97 De Kikker	2:50.26	39.06		
2.	WIJCHERS, Mickey	97 ZC Borger	3:02.78	41.51		
DIS	VAN GROL, Robin	98 De Kikker	3:06.04	46.34		

RH - Het eindpunt niet in rugligging aangeraakt.

Programmanr. 3 Meisjes, 1500m vrije slag 12 - 13 jaar
31.1.09 Resultaten

Punten: FINA 2004

Rang	Geb.	Tijd	Pnt
1.	VRIELING, Daniëlle	96 De Spatters	21:23.26 414
	100m: 1:17.09 1:17.09	500m: 900m:	1300m:
	200m: 2:41.97 1:24.88	600m: 1000m:	1400m:
	300m: 700m:	1100m:	1500m: 21:23.26
	400m: 5:33.53	800m: 11:18.03	1200m:
2.	ZEWUSTER, Inez	95 Vriledo	21:45.51 393
	100m: 1:16.76 1:16.76	500m: 900m:	1300m:
	200m: 2:42.58 1:25.82	600m: 1000m:	1400m:
	300m: 700m:	1100m:	1500m: 21:45.51
	400m: 5:41.54	800m: 11:34.95	1200m:
3.	VAN REIN, Yvonne	95 Vriledo	21:49.00 390
	100m: 1:18.14 1:18.14	500m: 900m:	1300m:
	200m: 2:45.00 1:26.86	600m: 1000m:	1400m:
	300m: 700m:	1100m:	1500m: 21:49.00
	400m: 5:42.39	800m: 11:35.78	1200m:
4.	VAN BURKEN, Mireille	95 ZPC Bikkel Hoogeveen	21:58.92 381
	100m: 1:15.51 1:15.51	500m: 900m:	1300m:
	200m: 2:39.42 1:23.91	600m: 1000m:	1400m:
	300m: 700m:	1100m:	1500m: 21:58.92
	400m: 5:32.80	800m: 11:29.92	1200m:
5.	FEIKENS, Elvira	95 De Spatters	22:37.57 350
	100m: 1:20.20 1:20.20	500m: 900m:	1300m:
	200m: 2:49.87 1:29.67	600m: 1000m:	1400m:
	300m: 700m:	1100m:	1500m: 22:37.57
	400m: 5:52.60	800m: 11:58.21	1200m:

lac a-comp. deel 5
emmen , 31.1.2009

Programmanr. 3, Meisjes, 1500m vrije slag, 12 - 13 jaar

Rang		Geb.		Tijd	Pnt
6.	FEIKENS, Loysa	95	De Spatters	23:16.55	321
	100m: 1:24.33 1:24.33	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:56.70 1:32.37	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:	700m:	1100m:	1500m: 23:16.55	
	400m: 6:47.25	800m: 13:03.99	1200m:		
7.	HUP, Maaïke	95	ZPC Bikkel Hoogeveen	23:39.20	306
	100m: 1:23.71 1:23.71	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:55.01 1:31.30	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:	700m:	1100m:	1500m: 23:39.20	
	400m: 6:02.64	800m: 12:26.84	1200m:		
8.	VAN DER WIJK, Desirée	95	ZPC Bikkel Hoogeveen	24:05.67	289
	100m: 1:26.68 1:26.68	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:59.87 1:33.19	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:	700m:	1100m:	1500m: 24:05.67	
	400m: 6:11.64	800m: 12:39.43	1200m:		
9.	HAANDRIKMAN, Karin	96	De Spatters	24:19.47	281
	100m: 1:28.81 1:28.81	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 3:01.91 1:33.10	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:	700m:	1100m:	1500m: 24:19.47	
	400m: 6:15.28	800m: 12:45.94	1200m:		

Programmanr. 4
31.1.09

Jongens, 400m wisselslag

12 - 13 jaar
Resultaten

Punten: FINA 2004

Rang		Geb.		Tijd	Pnt
1.	KEEN, Rowan	95	ZC Borger	5:42.36	366
	50m:	150m:	250m:	350m:	
	100m: 1:23.15	200m:	300m:	400m: 5:42.36	
2.	KNOL, Derk-Jan	95	ZPC Bikkel Hoogeveen	5:58.14	319
	50m:	150m:	250m:	350m:	
	100m: 1:21.67	200m:	300m:	400m: 5:58.14	
3.	LEMS, Koen	96	De Kikker	6:11.07	287
	50m:	150m:	250m:	350m:	
	100m: 1:32.49	200m:	300m:	400m: 6:11.07	
4.	BOLT, Edwin	95	ZPC Bikkel Hoogeveen	6:51.01	211
	50m:	150m:	250m:	350m:	
	100m: 1:41.18	200m:	300m:	400m: 6:51.01	

Programmanr. 5
31.1.09

Dames, 2000m vrije slag

14 jaar en ouder
Resultaten

Punten: FINA 2004

Rang		Geb.		Tijd	Pnt
1.	RIJPERS, Beau	94	ZPC Bikkel Hoogeveen	25:41.91	541
	100m: 1:10.29 1:10.29	600m:	1100m:	1600m:	
	200m: 2:26.57 1:16.28	700m:	1200m:	1700m:	
	300m:	800m: 10:06.91	1300m:	1800m:	
	400m: 4:58.88	900m:	1400m:	1900m:	
	500m:	1000m:	1500m: 20:30.20	2000m: 25:41.91	
2.	BOXMA, Linda	85	De Spatters	25:48.70	534
	100m: 1:11.49 1:11.49	600m:	1100m:	1600m:	
	200m: 2:28.77 1:17.28	700m:	1200m:	1700m:	
	300m:	800m: 10:17.13	1300m:	1800m:	
	400m: 5:04.78	900m:	1400m:	1900m:	
	500m:	1000m:	1500m: 19:20.28	2000m: 25:48.70	

lac a-comp. deel 5
emmen , 31.1.2009

Programmanr. 5, Dames, 2000m vrije slag, 14 jaar en ouder

Rang		Geb.		Tijd	Pnt
3.	HARMSSEN, Janneke	77	De Spatters	26:53.67	472
	100m: 1:16.03 1:16.03	600m:	1100m:	1600m:	
	200m: 2:38.57 1:22.54	700m:	1200m:	1700m:	
	300m:	800m: 10:47.17	1300m:	1800m:	
	400m: 5:23.86	900m:	1400m:	1900m:	
	500m:	1000m:	1500m: 20:11.81	2000m: 26:53.67	
4.	STENVELD, Margot	88	Ritola Z&PC	27:17.23	452
	100m: 1:17.51 1:17.51	600m:	1100m:	1600m:	
	200m: 2:39.13 1:21.62	700m:	1200m:	1700m:	
	300m:	800m: 10:53.60	1300m:	1800m:	
	400m: 5:23.07	900m:	1400m:	1900m:	
	500m:	1000m:	1500m: 20:29.85	2000m: 27:17.23	
5.	VAN DER WIJK, Sandra	92	ZPC Bikkel Hoogeveen	28:03.56	416
	100m: 1:18.40 1:18.40	600m:	1100m:	1600m:	
	200m: 2:41.74 1:23.34	700m:	1200m:	1700m:	
	300m:	800m: 11:12.62	1300m:	1800m:	
	400m: 5:30.87	900m:	1400m:	1900m:	
	500m:	1000m:	1500m: 21:03.18	2000m: 28:03.56	
6.	WOLBERS, Jante	89	de Valken	29:15.39	367
	100m: 1:17.22 1:17.22	600m:	1100m:	1600m:	
	200m: 2:39.91 1:22.69	700m:	1200m:	1700m:	
	300m:	800m: 1:19.92	1300m:	1800m:	
	400m: 5:31.51	900m:	1400m:	1900m:	
	500m:	1000m:	1500m: 21:43.02	2000m: 29:15.39	
7.	KRUIZINGA, Daniëlle	94	ZPC Bikkel Hoogeveen	29:23.72	361
	100m: 1:18.27 1:18.27	600m:	1100m:	1600m:	
	200m: 2:44.23 1:25.96	700m:	1200m:	1700m:	
	300m:	800m: 11:35.79	1300m:	1800m:	
	400m: 5:38.55	900m:	1400m:	1900m:	
	500m:	1000m:	1500m: 22:07.18	2000m: 29:23.72	
8.	EILANDER, Nienke	93	ZPC Bikkel Hoogeveen	29:33.22	356
	100m: 1:17.00 1:17.00	600m:	1100m:	1600m:	
	200m: 2:42.63 1:25.63	700m:	1200m:	1700m:	
	300m:	800m: 11:40.18	1300m:	1800m:	
	400m: 5:40.05	900m:	1400m:	1900m:	
	500m:	1000m:	1500m: 22:02.19	2000m: 29:33.22	
9.	VAN DER MEER, Antje	92	De Kikker	30:08.47	335
	100m: 1:17.99 1:17.99	600m:	1100m:	1600m:	
	200m: 2:46.30 1:28.31	700m:	1200m:	1700m:	
	300m:	800m: 11:54.87	1300m:	1800m:	
	400m: 5:48.32	900m:	1400m:	1900m:	
	500m:	1000m:	1500m: 22:40.69	2000m: 30:08.47	
10.	DOUMA, Elianne	93	Vriledo	30:32.83	322
	100m: 1:18.49 1:18.49	600m:	1100m:	1600m:	
	200m: 2:44.36 1:25.87	700m:	1200m:	1700m:	
	300m:	800m: 11:54.83	1300m:	1800m: 22:51.34	
	400m: 5:44.26	900m:	1400m:	1900m:	
	500m:	1000m:	1500m:	2000m: 30:32.83	
11.	NIJWENING, Mariët	93	de Valken	31:43.61	287
	100m: 1:21.46 1:21.46	600m:	1100m:	1600m:	
	200m: 2:52.24 1:30.78	700m:	1200m:	1700m:	
	300m:	800m: 12:18.74	1300m:	1800m:	
	400m: 5:59.50	900m:	1400m:	1900m:	
	500m:	1000m:	1500m:	2000m: 31:43.61	

lac a-comp. deel 5
emmen , 31.1.2009

Programmanr. 6
31.1.09

Heren, 400m wisselslag

14 jaar en ouder
Resultaten

Punten: FINA 2004

Rang		Geb.		Tijd	Pnt
1.	KEEN, Kieran	92	ZC Borger	5:23.70	432
	50m:	150m:	250m:	350m:	
	100m: 1:15.51	200m:	300m:	400m: 5:23.70	
2.	HUMMEL, Peter	93	De Kikker	5:27.38	418
	50m:	150m:	250m:	350m:	
	100m: 1:17.03	200m:	300m:	400m: 5:27.38	
3.	HOVENKAMP, Richard	94	De Spatters	5:35.70	388
	50m:	150m:	250m:	350m:	
	100m: 1:16.37	200m:	300m:	400m: 5:35.70	
4.	KEIZER, Jeroen	90	ZZG de Boskickers	5:36.98	383
	50m:	150m:	250m:	350m:	
	100m: 1:14.51	200m:	300m:	400m: 5:36.98	
5.	BEKKERING, Chris	92	ZZG de Boskickers	5:46.85	352
	50m:	150m:	250m:	350m:	
	100m: 1:16.87	200m:	300m:	400m: 5:46.85	
6.	SCHOEMAKER, Niels	93	ZPC Bikkel Hoogeveen	6:01.37	311
	50m:	150m:	250m:	350m:	
	100m: 1:26.33	200m:	300m:	400m: 6:01.37	
7.	MULDER, Kevin	94	ZPC Bikkel Hoogeveen	6:28.70	250
	50m:	150m:	250m:	350m:	
	100m: 1:42.89	200m:	300m:	400m: 6:28.70	
DIS	VERBON, Bart	93	De Kikker	5:44.33	
	<i>SK - Niet met twee handen gelijktijdig keer- en/of eindpunt aangetikt.</i>				
	50m:	150m:	250m:	350m:	
	100m: 1:19.40	200m:	300m:	400m: 5:44.33	