

Friese Sprint Kampioenschappen 2012
Leeuwarden, 19 mei 2012

Programmanr. 1
19-5-2012

Dames, 50m vrije slag

11 jaar en ouder
Resultaten Voorronde

Rang			In.tijd	Tijd
11 jaar en ouder				
1.	Renate Hemmes	DZ&PC	26.72	199600418 26.90A
2.	Monique van der Struik	DZ&PC	27.65	199502502 27.66A
3.	Kinge Zandringa	ORCA	27.31	199801422 27.84A
4.	Marre Zandringa	ORCA	27.44	199701136 27.88A
5.	Anneliene Zuidema	ORCA	28.36	199800768 28.15A
6.	Nanda de Vries	HZ&PC Heerenveen	28.47	199204328 28.17A
7.	Hanny van Dijk	ORCA	28.88	199804514 28.32B
8.	Marrit Steenbergen	DZ&PC	28.30	200000086 28.41B
9.	Clariss de Vries	ORCA	28.39	199700942 28.58B
10.	Josien Wijkhuijs	ORCA	27.94	199902866 28.59B
11.	Ann Wanter	ORCA	27.87	198202386 28.68B
12.	Anja Mus	SG Middelse-Skelp	28.29	199403928 28.84B
13.	Lisanne Hassing	HZ&PC Heerenveen	28.71	199702584 29.03R
14.	Nenne Venema	DZ&PC	28.84	199503586 29.06R
15.	Hjordis Wagenaar	HZ&PC Heerenveen	28.64	199502170 29.17R
16.	Paula Duursma	DZ&PC	28.27	199300982 29.19R
17.	Desiree Vedder	HZ&PC Heerenveen	28.87	199600864 29.34
18.	Leandra Vedder	HZ&PC Heerenveen	29.75	199600866 29.45
19.	Sigrid Hogendorp	ORCA	29.27	199900962 29.46
20.	Carmen Weistra	ORCA	29.12	199802148 29.50
21.	Saskia Bergsma	De Wellerobben	29.42	199301686 29.99
22.	Rixt-Nynke Baron	F.Z.C.'54	29.72	199601896 30.05
23.	Hinke Groos	DZ&PC	29.56	199901768 30.06
24.	Kelly de Jong	HZ&PC Heerenveen	29.19	199501920 30.18
25.	Rebecca Jansen	ORCA	30.64	199703490 30.19
26.	Myrthe Offenga	ORCA	30.60	199901874 30.22
27.	Femke van der Gaast	SG. Bolsward-Workum	30.48	199404142 30.23
28.	Anna Rozema	F.Z.C.'54	30.64	200000622 30.32
29.	Myrna van Duijven	Isis	31.37	199900252 30.72
30.	Amarins Menger	HZ&PC Heerenveen	30.36	199406716 30.76
31.	Anna Regnerus	Wetterwille	30.42	199701656 30.77
32.	Eline Ligthart	De Vikings	30.75	199301706 30.81
33.	Carolien Baarda	ORCA	30.66	199704060 30.88
34.	Simone Mus	SG Middelse-Skelp	30.74	199601932 30.94
35.	Sanne Grovenstein	F.Z.C.'54	31.12	199803370 30.95
36.	Rixt Menger	ORCA	30.39	199602052 31.23
	Johanna de Boer	ZPD	31.54	199403944 31.23
38.	Rixt Meijer	HZ&PC Heerenveen	31.18	199700202 31.32
39.	Rosanna van Teijen	Isis	31.98	199803524 31.42
40.	Nynke Vlietstra	Wetterwille	31.16	198907110 31.53
41.	Gwen Sieswerda	F.Z.C.'54	31.87	199802342 31.59
42.	Nynke Ytsma	Wetterwille	31.57	199700792 31.85
43.	Arianne Jonkman	DZ&PC	31.57	199801590 32.15
44.	Rosalie Baarda	ORCA	31.89	199903460 32.33
45.	Annewietske Visser	Neptunia '24	32.16	199902674 32.36
46.	Ellen Jager	PWC Buitenpost	31.81	199801384 32.43
47.	Danieke van der Kooi	de Granaet	33.20	200000552 32.54
48.	Sanne Dijkstra	ORCA	32.78	199705876 32.61
49.	Elsa Bremer	DZ&PC	32.94	200001050 32.63
50.	Annet Postma	SG Middelse-Skelp	33.09	199905600 32.71
51.	Eva Koster	Wetterwille	32.29	200000728 32.76
52.	Esther Pot	ORCA	33.61	199903462 32.79

Friese Sprint Kampioenschappen 2012
Leeuwarden, 19 mei 2012

Programmanr. 1, Dames, 50m vrije slag, Voorronde, 11 jaar en ouder

Rang			In.tijd		Tijd
53.	Sigrid Huisman	De Wellerobben	32.35	199904050	32.85
	Brigitte van der Veen	de Granaet	32.81	199802600	32.85
55.	Esmee Verhoef	ORCA	32.94	199603802	32.88
	Christien Liemburg	HZ&PC Heerenveen	33.32	199903672	32.88
57.	Lisa Rozema	F.Z.C.'54	31.80	199600860	33.04
58.	Indyra Hummel	De Wellerobben	31.72	199600624	33.06
59.	Anouk Veenstra	Isis	32.91	199601412	33.08
60.	Winnie de Vries	De Wellerobben	32.44	199601456	33.14
61.	Daphne de Jong	Afc	33.39	199302388	33.28
62.	Evelien de Jong	Neptunia '24	33.27	199805316	33.31
63.	Heline Koning	SG. Bolsward-Workum	33.06	200000422	33.33
64.	Larissa Heddemma	DZ&PC	32.25	199705426	33.48
65.	Michelle Heddemma	DZ&PC	34.23	200002530	33.63
66.	Nienke Postma	ORCA	33.28	199801096	33.71
67.	Kira Savannah Stavorinus	ZPD	33.32	199704122	33.77
68.	Paulien Peterson	ZPD	33.42	199700906	33.86
69.	Fardau van der Meulen	Wetterwille	34.43	200000408	34.05
70.	Sabine Lageweg	HZ&PC Heerenveen	35.00	199900926	34.22
71.	Nadine Prins	PWC Buitenpost	33.34	199904736	34.28
72.	José Snoek	SG Middelse-Skelp	34.10	199606050	34.52
73.	Jildou Speerstra	SG. Bolsward-Workum	33.80	199903990	35.10
74.	Jamilah Louala	de Granaet	34.63	200001402	35.27
75.	Tabitha de Haan	de Granaet	35.06	200000550	36.03
DIS	Roelie de Boer	Wetterwille	30.29	199600508	
	<i>AA - Te vroeg weg of bewogen bij start.</i>				
DIS	Linda Noord	DZ&PC	31.29	199800454	
	<i>AA - Te vroeg weg of bewogen bij start.</i>				
AFGEM	Fenna Louwsma	ORCA	34.22	199901600	
11 - 13 jaar					
1.	Kinge Zandringa	ORCA	27.31	199801422	27.84A
2.	Anneliene Zuidema	ORCA	28.36	199800768	28.15A
3.	Hanny van Dijk	ORCA	28.88	199804514	28.32B
4.	Marrit Steenbergen	DZ&PC	28.30	200000086	28.41B
5.	Josien Wijkhuijs	ORCA	27.94	199902866	28.59B
6.	Sigrid Hogendorp	ORCA	29.27	199900962	29.46
7.	Carmen Weistra	ORCA	29.12	199802148	29.50
8.	Hinke Groos	DZ&PC	29.56	199901768	30.06
9.	Myrthe Offenga	ORCA	30.60	199901874	30.22
10.	Anna Rozema	F.Z.C.'54	30.64	200000622	30.32
11.	Myrna van Duijven	Isis	31.37	199900252	30.72
12.	Sanne Grovenstein	F.Z.C.'54	31.12	199803370	30.95
13.	Rosanna van Teijen	Isis	31.98	199803524	31.42
14.	Gwen Sieswerda	F.Z.C.'54	31.87	199802342	31.59
15.	Arianne Jonkman	DZ&PC	31.57	199801590	32.15
16.	Rosalie Baarda	ORCA	31.89	199903460	32.33
17.	Annewietske Visser	Neptunia '24	32.16	199902674	32.36
18.	Ellen Jager	PWC Buitenpost	31.81	199801384	32.43
19.	Danieke van der Kooi	de Granaet	33.20	200000552	32.54
20.	Elsa Bremer	DZ&PC	32.94	200001050	32.63
21.	Annet Postma	SG Middelse-Skelp	33.09	199905600	32.71
22.	Eva Koster	Wetterwille	32.29	200000728	32.76
23.	Esther Pot	ORCA	33.61	199903462	32.79
24.	Sigrid Huisman	De Wellerobben	32.35	199904050	32.85
	Brigitte van der Veen	de Granaet	32.81	199802600	32.85

Friese Sprint Kampioenschappen 2012
Leeuwarden, 19 mei 2012

Programmanr. 1, Meisjes, 50m vrije slag, Voorronde, 11 - 13 jaar

Rang			In.tijd		Tijd
26.	Christien Liemburg	HZ&PC Heerenveen	33.32	199903672	32.88
27.	Evelien de Jong	Neptunia '24	33.27	199805316	33.31
28.	Heline Koning	SG. Bolsward-Workum	33.06	200000422	33.33
29.	Michelle Heddema	DZ&PC	34.23	200002530	33.63
30.	Nienke Postma	ORCA	33.28	199801096	33.71
31.	Fardau van der Meulen	Wetterwille	34.43	200000408	34.05
32.	Sabine Lageweg	HZ&PC Heerenveen	35.00	199900926	34.22
33.	Nadine Prins	PWC Buitenpost	33.34	199904736	34.28
34.	Jildou Speerstra	SG. Bolsward-Workum	33.80	199903990	35.10
35.	Jamilah Louala	de Granaet	34.63	200001402	35.27
36.	Tabitha de Haan	de Granaet	35.06	200000550	36.03
DIS	Linda Noord	DZ&PC	31.29	199800454	
	<i>AA - Te vroeg weg of bewogen bij start.</i>				
AFGEM	Fenna Louwsma	ORCA	34.22	199901600	

14 - 15 jaar

1.	Renate Hemmes	DZ&PC	26.72	199600418	26.90A
2.	Marre Zandringa	ORCA	27.44	199701136	27.88A
3.	Claris de Vries	ORCA	28.39	199700942	28.58B
4.	Lisanne Hassing	HZ&PC Heerenveen	28.71	199702584	29.03R
5.	Desiree Vedder	HZ&PC Heerenveen	28.87	199600864	29.34
6.	Leandra Vedder	HZ&PC Heerenveen	29.75	199600866	29.45
7.	Rixt-Nynke Baron	F.Z.C.'54	29.72	199601896	30.05
8.	Rebecca Jansen	ORCA	30.64	199703490	30.19
9.	Anna Regnerus	Wetterwille	30.42	199701656	30.77
10.	Carolien Baarda	ORCA	30.66	199704060	30.88
11.	Simone Mus	SG Middelse-Skelp	30.74	199601932	30.94
12.	Rixt Menger	ORCA	30.39	199602052	31.23
13.	Rixt Meijer	HZ&PC Heerenveen	31.18	199700202	31.32
14.	Nynke Ytsma	Wetterwille	31.57	199700792	31.85
15.	Sanne Dijkstra	ORCA	32.78	199705876	32.61
16.	Esmee Verhoef	ORCA	32.94	199603802	32.88
17.	Lisa Rozema	F.Z.C.'54	31.80	199600860	33.04
18.	Indyra Hummel	De Wellerobben	31.72	199600624	33.06
19.	Anouk Veenstra	Isis	32.91	199601412	33.08
20.	Winnie de Vries	De Wellerobben	32.44	199601456	33.14
21.	Larissa Heddema	DZ&PC	32.25	199705426	33.48
22.	Kira Savannah Stavorinus	ZPD	33.32	199704122	33.77
23.	Paulien Peterson	ZPD	33.42	199700906	33.86
24.	José Snoek	SG Middelse-Skelp	34.10	199606050	34.52
DIS	Roelie de Boer	Wetterwille	30.29	199600508	
	<i>AA - Te vroeg weg of bewogen bij start.</i>				

16 jaar en ouder

1.	Monique van der Struik	DZ&PC	27.65	199502502	27.66A
2.	Nanda de Vries	HZ&PC Heerenveen	28.47	199204328	28.17A
3.	Ann Wanter	ORCA	27.87	198202386	28.68B
4.	Anja Mus	SG Middelse-Skelp	28.29	199403928	28.84B
5.	Nenne Venema	DZ&PC	28.84	199503586	29.06R
6.	Hjordis Wagenaar	HZ&PC Heerenveen	28.64	199502170	29.17R
7.	Paula Duursma	DZ&PC	28.27	199300982	29.19R
8.	Saskia Bergsma	De Wellerobben	29.42	199301686	29.99
9.	Kelly de Jong	HZ&PC Heerenveen	29.19	199501920	30.18
10.	Femke van der Gaast	SG. Bolsward-Workum	30.48	199404142	30.23
11.	Amarins Menger	HZ&PC Heerenveen	30.36	199406716	30.76

Friese Sprint Kampioenschappen 2012
Leeuwarden, 19 mei 2012

Programmanr. 1, Dames, 50m vrije slag, Voorronde, 16 jaar en ouder

Rang			In.tijd		Tijd
12.	Eline Ligthart	De Vikings	30.75	199301706	30.81
13.	Johanna de Boer	ZPD	31.54	199403944	31.23
14.	Nynke Vlietstra	Wetterwille	31.16	198907110	31.53
15.	Daphne de Jong	Afc	33.39	199302388	33.28

Programmanr. 2
19-5-2012

Heren, 100m wisselslag

11 jaar en ouder
Resultaten Voorronde

Punten: FINA 2008

Rang		Geb.		Tijd	Pnt		50m	100m
11 jaar en ouder								
1.	Erik Hagting	91	DZ&PC	59.95	661	A	27.36	32.59
2.	Ramon Fredrik	94	ORCA	1:00.12	656	A	27.57	32.55
3.	Maiko Bouma	94	DZ&PC	1:03.02	569	A	29.73	33.29
4.	Minne Koopmans	96	ORCA	1:04.63	528	A	29.69	34.94
5.	Hendrik Ben v/d Boon	88	ZPD	1:05.78	501	A	30.11	35.67
6.	Willem Kees Roos	94	ORCA	1:05.90	498	A	29.20	36.70
7.	Jens Kuitert	96	ORCA	1:06.18	492	B	30.42	35.76
8.	Allard Veenstra	97	HZ&PC Heerenveen	1:06.45	486	B	30.91	35.54
9.	Bauke Ytsma	93	Wetterwille	1:07.18	470	B	30.52	36.66
10.	Richard Kuipers	97	ORCA	1:07.33	467	B	30.58	36.75
11.	Luuk Veldman	99	Neptunia '24	1:08.06	452	B	30.91	37.15
12.	Stuart Vis	97	ORCA	1:08.54	443	B	32.06	36.48
13.	Herman van Dijk	89	De Wellerobben	1:08.86	436	R	33.03	35.83
14.	Oebele van der Velde	95	DZ&PC	1:09.14	431	R	33.84	35.30
15.	Alex Odinga	92	SG Middelse-Skelp	1:09.50	424	R	30.83	38.67
16.	Jacob de Roos	99	DZ&PC	1:09.62	422	R	33.27	36.35
17.	Jelmer Postma	97	ORCA	1:10.36	409		32.48	37.88
18.	Marc de Vries	95	HZ&PC Heerenveen	1:11.27	394		32.97	38.30
19.	Vincent Visser	97	HZ&PC Heerenveen	1:11.41	391		35.21	36.20
20.	Niek Zeilstra	94	F.Z.C.'54	1:11.95	383		32.94	39.01
21.	Mirko van Ligtenberg	98	Wetterwille	1:11.97	382		32.61	39.36
22.	Koen van der Eems	97	Wetterwille	1:12.17	379		34.05	38.12
23.	Hotze van der Werf	97	SG Middelse-Skelp	1:12.86	368		32.75	40.11
24.	Matthijs Jansen	96	Wetterwille	1:13.22	363		34.57	38.65
25.	Patrick de Roos	97	ZPD	1:13.55	358		33.74	39.81
26.	Bouke van der Zaag	96	PWC	1:14.01	351		33.74	40.27
27.	Jouke Minze Benedictus	94	PWC	1:14.41	346		34.58	39.83
28.	Frans Plat	84	F.Z.C.'54	1:14.72	342		36.31	38.41
29.	Daniël Westra	97	Wetterwille	1:15.42	332		34.15	41.27
30.	Bart Weiland	97	Wetterwille	1:15.62	329		34.88	40.74
31.	Rutger Hoving	95	PWC	1:15.84	327		35.83	40.01
32.	Martin van Kammen	95	ZPD	1:16.01	324		35.76	40.25
33.	Silvan Akkerman	97	HZ&PC Heerenveen	1:22.75	251		37.16	45.59
DIS	Jeroen Tijsma	95	PWC				35.30	
	<i>AA - Te vroeg weg of bewogen bij start.</i>							
DIS	Pieter Ytsma	95	ORCA				29.64	
	<i>AA - Te vroeg weg of bewogen bij start.</i>							
AFGEM	Jacko Korporaal	98	ZPD					

12 - 15 jaar

1.	Minne Koopmans	96	ORCA	1:04.63	528	A	29.69	34.94
2.	Jens Kuitert	96	ORCA	1:06.18	492	B	30.42	35.76
3.	Allard Veenstra	97	HZ&PC Heerenveen	1:06.45	486	B	30.91	35.54
4.	Richard Kuipers	97	ORCA	1:07.33	467	B	30.58	36.75
5.	Luuk Veldman	99	Neptunia '24	1:08.06	452	B	30.91	37.15
6.	Stuart Vis	97	ORCA	1:08.54	443	B	32.06	36.48
7.	Jacob de Roos	99	DZ&PC	1:09.62	422	R	33.27	36.35

Friese Sprint Kampioenschappen 2012
Leeuwarden, 19 mei 2012

Programmanr. 2, Jongens, 100m wisselslag, Voorronde, 12 - 15 jaar

Rang	Geb.		Tijd	Pnt	50m	100m
8.	Jelmer Postma	97 ORCA	1:10.36	409	32.48	37.88
9.	Vincent Visser	97 HZ&PC Heerenveen	1:11.41	391	35.21	36.20
10.	Mirko van Ligtenberg	98 Wetterwille	1:11.97	382	32.61	39.36
11.	Koen van der Eems	97 Wetterwille	1:12.17	379	34.05	38.12
12.	Hotze van der Werf	97 SG Middelse-Skelp	1:12.86	368	32.75	40.11
13.	Matthijs Jansen	96 Wetterwille	1:13.22	363	34.57	38.65
14.	Patrick de Roos	97 ZPD	1:13.55	358	33.74	39.81
15.	Bouke van der Zaag	96 PWC	1:14.01	351	33.74	40.27
16.	Daniël Westra	97 Wetterwille	1:15.42	332	34.15	41.27
17.	Bart Weiland	97 Wetterwille	1:15.62	329	34.88	40.74
18.	Silvan Akkerman	97 HZ&PC Heerenveen	1:22.75	251	37.16	45.59
AFGEM	Jacko Korporaal	98 ZPD				

16 - 17 jaar

1.	Ramon Fredrik	94 ORCA	1:00.12	656	A	27.57	32.55
2.	Maiko Bouma	94 DZ&PC	1:03.02	569	A	29.73	33.29
3.	Willem Kees Roos	94 ORCA	1:05.90	498	A	29.20	36.70
4.	Oebele van der Velde	95 DZ&PC	1:09.14	431	R	33.84	35.30
5.	Marc de Vries	95 HZ&PC Heerenveen	1:11.27	394		32.97	38.30
6.	Niek Zeilstra	94 F.Z.C.'54	1:11.95	383		32.94	39.01
7.	Jouke Minze Benedictus	94 PWC	1:14.41	346		34.58	39.83
8.	Rutger Hoving	95 PWC	1:15.84	327		35.83	40.01
9.	Martin van Kammen	95 ZPD	1:16.01	324		35.76	40.25
DIS	Pieter Ytsma	95 ORCA				29.64	
	<i>AA - Te vroeg weg of bewogen bij start.</i>						
DIS	Jeroen Tijsma	95 PWC				35.30	
	<i>AA - Te vroeg weg of bewogen bij start.</i>						

18 jaar en ouder

1.	Erik Hagting	91 DZ&PC	59.95	661	A	27.36	32.59
2.	Hendrik Ben v/d Boon	88 ZPD	1:05.78	501	A	30.11	35.67
3.	Bauke Ytsma	93 Wetterwille	1:07.18	470	B	30.52	36.66
4.	Herman van Dijk	89 De Wellerobben	1:08.86	436	R	33.03	35.83
5.	Alex Odinga	92 SG Middelse-Skelp	1:09.50	424	R	30.83	38.67
6.	Frans Plat	84 F.Z.C.'54	1:14.72	342		36.31	38.41

Programmanr. 3
19-5-2012

Dames, 50m schoolslag

11 jaar en ouder
Resultaten Voorronde

Rang			In.tijd		Tijd
11 jaar en ouder					
1.	Renate Hemmes	DZ&PC	34.43	199600418	35.14A
2.	Anneliene Zuidema	ORCA	37.55	199800768	36.57A
3.	Leandra Vedder	HZ&PC Heerenveen	37.62	199600866	36.62A
4.	Claris de Vries	ORCA	37.35	199700942	36.75A
5.	Paula Duursma	DZ&PC	36.10	199300982	36.85A
6.	Hinke Groos	DZ&PC	36.59	199901768	36.95A
7.	Marrit Steenbergen	DZ&PC	35.13	200000086	37.35B
8.	Nenne Venema	DZ&PC	38.01	199503586	37.65B
9.	Nanda de Vries	HZ&PC Heerenveen	38.09	199204328	38.11B
10.	Carolien Baarda	ORCA	38.41	199704060	38.13B
11.	Sigrid Hogendorp	ORCA	39.47	199900962	38.29B
12.	Lisanne Hassing	HZ&PC Heerenveen	38.56	199702584	38.43B
13.	Ann Wanter	ORCA	37.70	198202386	38.57R
14.	Daphne de Jong	Afc	39.55	199302388	38.90R
15.	Desiree Vedder	HZ&PC Heerenveen	38.46	199600864	39.58R

Friese Sprint Kampioenschappen 2012
Leeuwarden, 19 mei 2012

Programmanr. 3, Dames, 50m schoolslag, Voorronde, 11 jaar en ouder

Rang			In.tijd		Tijd
16.	Femke van der Gaast	SG. Bolsward-Workum	40.67	199404142	39.61R
17.	Irene Dotinga	Neptunia '24	39.84	199603516	39.84
18.	Hanny van Dijk	ORCA	40.28	199804514	39.98
19.	Eline Ligthart	De Vikings	40.68	199301706	40.13
20.	Johanna de Boer	ZPD	39.84	199403944	40.17
21.	Anne Tuinstra	SG. Bolsward-Workum	40.17	199804526	40.20
22.	Josien Wijkhuijs	ORCA	40.58	199902866	40.39
23.	Myrthe Offenga	ORCA	41.62	199901874	40.58
24.	Winnie de Vries	De Wellerobben	39.57	199601456	40.64
25.	Amarins Menger	HZ&PC Heerenveen	39.98	199406716	40.74
26.	Rebecca Jansen	ORCA	41.68	199703490	41.04
	Marre Zandringa	ORCA	38.14	199701136	41.04
28.	Nynke Vlietstra	Wetterwille	40.64	198907110	41.39
29.	Myrna van Duijven	Isis	41.55	199900252	41.50
30.	Carmen Weistra	ORCA	40.53	199802148	41.59
31.	José Snoek	SG Middelse-Skelp	42.34	199606050	41.75
32.	Kira Savannah Stavorinus	ZPD	40.95	199704122	42.26
33.	Eva Koster	Wetterwille	43.73	200000728	42.29
34.	Lisa Spoelstra	DZ&PC	41.99	199706172	42.31
35.	Esther Pot	ORCA	42.00	199903462	42.46
36.	Linda Noord	DZ&PC	42.50	199800454	42.71
37.	Sanne Dijkstra	ORCA	44.80	199705876	42.88
38.	Rixt-Nynke Baron	F.Z.C.'54	41.19	199601896	42.95
39.	Anouk Veenstra	Isis	42.08	199601412	43.02
40.	Nynke Ytsma	Wetterwille	42.42	199700792	43.38
41.	Nienke Postma	ORCA	42.36	199801096	43.41
42.	Renée Brouwer	HZ&PC Heerenveen	45.08	200003324	43.58
43.	Arienne Jonkman	DZ&PC	43.99	199801590	43.67
44.	Roelie de Boer	Wetterwille	42.36	199600508	43.81
45.	Elsa Bremer	DZ&PC	44.01	200001050	44.05
46.	Esmee Verhoef	ORCA	43.33	199603802	44.08
47.	Jildou Speerstra	SG. Bolsward-Workum	43.56	199903990	44.12
48.	Amarins van der Bij	Isis	44.12	199603558	44.19
49.	Lisa Rozema	F.Z.C.'54	44.23	199600860	44.41
50.	Paulien Peterson	ZPD	41.96	199700906	44.76
51.	Henriëke Jonkman	DZ&PC	44.64	200000840	44.83
52.	Rosalie Baarda	ORCA	44.11	199903460	44.87
53.	Sanne Grovenstein	F.Z.C.'54	45.36	199803370	44.92
54.	Noël Iris Hettinga	Neptunia '24	43.95	200002536	44.98
55.	Tabitha de Haan	de Granaet	44.83	200000550	45.07
56.	Iza van Veen	SG. Bolsward-Workum	45.31	200002470	45.10
57.	Nadine Prins	PWC Buitenpost	43.92	199904736	45.63
58.	Annet Postma	SG Middelse-Skelp	44.50	199905600	45.86
AFGEM	Rixt Menger	ORCA	39.80	199602052	
AFGEM	Manouk Zijlstra	Afc	44.09	200001230	

11 - 13 jaar

1.	Anneliene Zuidema	ORCA	37.55	199800768	36.57A
2.	Hinke Groos	DZ&PC	36.59	199901768	36.95A
3.	Marrit Steenbergen	DZ&PC	35.13	200000086	37.35B
4.	Sigrid Hogendorp	ORCA	39.47	199900962	38.29B
5.	Hanny van Dijk	ORCA	40.28	199804514	39.98
6.	Anne Tuinstra	SG. Bolsward-Workum	40.17	199804526	40.20
7.	Josien Wijkhuijs	ORCA	40.58	199902866	40.39
8.	Myrthe Offenga	ORCA	41.62	199901874	40.58

Friese Sprint Kampioenschappen 2012
Leeuwarden, 19 mei 2012

Programmanr. 3, Meisjes, 50m schoolslag, Voorronde, 11 - 13 jaar

Rang			In.tijd		Tijd
9.	Myrna van Duijven	Isis	41.55	199900252	41.50
10.	Carmen Weistra	ORCA	40.53	199802148	41.59
11.	Eva Koster	Wetterwille	43.73	200000728	42.29
12.	Esther Pot	ORCA	42.00	199903462	42.46
13.	Linda Noord	DZ&PC	42.50	199800454	42.71
14.	Nienke Postma	ORCA	42.36	199801096	43.41
15.	Renée Brouwer	HZ&PC Heerenveen	45.08	200003324	43.58
16.	Arienne Jonkman	DZ&PC	43.99	199801590	43.67
17.	Elsa Bremer	DZ&PC	44.01	200001050	44.05
18.	Jildou Speerstra	SG. Bolsward-Workum	43.56	199903990	44.12
19.	Henriëke Jonkman	DZ&PC	44.64	200000840	44.83
20.	Rosalie Baarda	ORCA	44.11	199903460	44.87
21.	Sanne Grovenstein	F.Z.C.'54	45.36	199803370	44.92
22.	Noël Iris Hettinga	Neptunia '24	43.95	200002536	44.98
23.	Tabitha de Haan	de Granaet	44.83	200000550	45.07
24.	Iza van Veen	SG. Bolsward-Workum	45.31	200002470	45.10
25.	Nadine Prins	PWC Buitenpost	43.92	199904736	45.63
26.	Annet Postma	SG Middelse-Skelp	44.50	199905600	45.86
AFGEM	Manouk Zijlstra	Afc	44.09	200001230	

14 - 15 jaar

1.	Renate Hemmes	DZ&PC	34.43	199600418	35.14A
2.	Leandra Vedder	HZ&PC Heerenveen	37.62	199600866	36.62A
3.	Clariss de Vries	ORCA	37.35	199700942	36.75A
4.	Carolien Baarda	ORCA	38.41	199704060	38.13B
5.	Lisanne Hassing	HZ&PC Heerenveen	38.56	199702584	38.43B
6.	Desiree Vedder	HZ&PC Heerenveen	38.46	199600864	39.58R
7.	Irene Dotinga	Neptunia '24	39.84	199603516	39.84
8.	Winnie de Vries	De Wellerobben	39.57	199601456	40.64
9.	Rebecca Jansen	ORCA	41.68	199703490	41.04
	Marre Zandringa	ORCA	38.14	199701136	41.04
11.	José Snoek	SG Middelse-Skelp	42.34	199606050	41.75
12.	Kira Savannah Stavorinus	ZPD	40.95	199704122	42.26
13.	Lisa Spoelstra	DZ&PC	41.99	199706172	42.31
14.	Sanne Dijkstra	ORCA	44.80	199705876	42.88
15.	Rixt-Nynke Baron	F.Z.C.'54	41.19	199601896	42.95
16.	Anouk Veenstra	Isis	42.08	199601412	43.02
17.	Nynke Ytsma	Wetterwille	42.42	199700792	43.38
18.	Roelie de Boer	Wetterwille	42.36	199600508	43.81
19.	Esmee Verhoef	ORCA	43.33	199603802	44.08
20.	Amarins van der Bij	Isis	44.12	199603558	44.19
21.	Lisa Rozema	F.Z.C.'54	44.23	199600860	44.41
22.	Paulien Peterson	ZPD	41.96	199700906	44.76
AFGEM	Rixt Menger	ORCA	39.80	199602052	

16 jaar en ouder

1.	Paula Duursma	DZ&PC	36.10	199300982	36.85A
2.	Nenne Venema	DZ&PC	38.01	199503586	37.65B
3.	Nanda de Vries	HZ&PC Heerenveen	38.09	199204328	38.11B
4.	Ann Wanter	ORCA	37.70	198202386	38.57R
5.	Daphne de Jong	Afc	39.55	199302388	38.90R
6.	Femke van der Gaast	SG. Bolsward-Workum	40.67	199404142	39.61R
7.	Eline Ligthart	De Vikings	40.68	199301706	40.13
8.	Johanna de Boer	ZPD	39.84	199403944	40.17
9.	Amarins Menger	HZ&PC Heerenveen	39.98	199406716	40.74

Friese Sprint Kampioenschappen 2012
Leeuwarden, 19 mei 2012

Programmanr. 3, Dames, 50m schoolslag, Voorronde, 16 jaar en ouder

Rang			In.tijd	Tijd	
10.	Nynke Vlietstra	Wetterwille	40.64	198907110	41.39

Programmanr. 4
19-5-2012

Heren, 50m rugslag

11 jaar en ouder
Resultaten Voorronde

Rang			In.tijd	Tijd	
11 jaar en ouder					
1.	Ramon Fredrik	ORCA	27.13	199403933	26.91A
2.	Erik Hagting	DZ&PC	27.02	199100829	27.96A
3.	Erik Nijholt	DZ&PC	28.99	199401349	28.46A
4.	Willem Kees Roos	ORCA	27.99	199402693	28.87A
5.	Pieter Ytsma	ORCA	29.78	199501809	29.64A
6.	Jens Kuitert	ORCA	29.50	199603891	29.75A
7.	Luuk Veldman	Neptunia '24	34.33	199900981	30.41B
8.	Richard Kuipers	ORCA	32.00	199704171	30.76B
9.	Bauke Ytsma	Wetterwille	31.06	199301311	31.47B
10.	Sietse Wijbenga	ZPD	31.08	199301967	31.51B
11.	René Beetsma	HZ&PC Heerenveen	31.44	196900069	31.68B
12.	Allard Veenstra	HZ&PC Heerenveen	31.78	199703453	31.83B
13.	Alex Odinga	SG Middelse-Skelp	31.86	199205557	32.69R
14.	Patrick de Roos	ZPD	32.86	199702071	33.02R
15.	Jelmer Postma	ORCA	32.51	199701631	33.04R
16.	Jelmer Groos	DZ&PC	32.48	199602945	33.32R
17.	Bouke van der Zaag	PWC Buitenpost	33.24	199602255	33.43
18.	Jan-Arnoud Melse	DZ&PC	34.18	199900785	33.48
19.	Marc de Vries	HZ&PC Heerenveen	33.31	199500381	33.64
20.	Mathijs Mulder	HZ&PC Heerenveen	33.99	199700071	34.18
21.	Mirko van Ligtenberg	Wetterwille	32.73	199800735	34.23
22.	Matthijs Jansen	Wetterwille	35.35	199602379	34.58
23.	Jacko Korporaal	ZPD	34.73	199802247	34.88
24.	Bart Weiland	Wetterwille	34.68	199700777	35.22
25.	Hotze van der Werf	SG Middelse-Skelp	42.15	199701329	35.57
26.	Stuart Vis	ORCA	33.98	199702991	35.60
27.	Silvan Akkerman	HZ&PC Heerenveen	35.47	199700113	35.77
28.	Almar Kleefstra	Wetterwille	37.94	199900555	37.98
29.	Daniël Westra	Wetterwille	37.39	199704189	38.06
30.	Erwin Heinsius	HZ&PC Heerenveen	39.17	199900695	38.91
31.	Jilles Kootstra	SG Middelse-Skelp	41.44	199701327	40.88
32.	Wilco Baarda	SG Middelse-Skelp	44.12	199804793	40.90
33.	Remco Witteveen	ORCA	39.59	199902535	41.06
34.	Evert Veldema	SG Middelse-Skelp	47.78	199904055	46.46
AFGEM	Auke Jan Ytsma	ORCA	41.75	199900905	

12 - 15 jaar

1.	Jens Kuitert	ORCA	29.50	199603891	29.75A
2.	Luuk Veldman	Neptunia '24	34.33	199900981	30.41B
3.	Richard Kuipers	ORCA	32.00	199704171	30.76B
4.	Allard Veenstra	HZ&PC Heerenveen	31.78	199703453	31.83B
5.	Patrick de Roos	ZPD	32.86	199702071	33.02R
6.	Jelmer Postma	ORCA	32.51	199701631	33.04R
7.	Jelmer Groos	DZ&PC	32.48	199602945	33.32R
8.	Bouke van der Zaag	PWC Buitenpost	33.24	199602255	33.43
9.	Jan-Arnoud Melse	DZ&PC	34.18	199900785	33.48

Friese Sprint Kampioenschappen 2012
Leeuwarden, 19 mei 2012

Programmanr. 4, Jongens, 50m rugslag, Voorronde, 12 - 15 jaar

Rang			In.tijd		Tijd
10.	Mathijs Mulder	HZ&PC Heerenveen	33.99	199700071	34.18
11.	Mirko van Ligtenberg	Wetterwille	32.73	199800735	34.23
12.	Matthijs Jansen	Wetterwille	35.35	199602379	34.58
13.	Jacko Korporaal	ZPD	34.73	199802247	34.88
14.	Bart Weiland	Wetterwille	34.68	199700777	35.22
15.	Hotze van der Werf	SG Middelse-Skelp	42.15	199701329	35.57
16.	Stuart Vis	ORCA	33.98	199702991	35.60
17.	Silvan Akkerman	HZ&PC Heerenveen	35.47	199700113	35.77
18.	Almar Kleefstra	Wetterwille	37.94	199900555	37.98
19.	Daniël Westra	Wetterwille	37.39	199704189	38.06
20.	Erwin Heinsius	HZ&PC Heerenveen	39.17	199900695	38.91
21.	Jilles Kootstra	SG Middelse-Skelp	41.44	199701327	40.88
22.	Wilco Baarda	SG Middelse-Skelp	44.12	199804793	40.90
23.	Remco Witteveen	ORCA	39.59	199902535	41.06
24.	Evert Veldema	SG Middelse-Skelp	47.78	199904055	46.46
AFGEM	Auke Jan Ytsma	ORCA	41.75	199900905	

16 - 17 jaar

1.	Ramon Fredrik	ORCA	27.13	199403933	26.91A
2.	Erik Nijholt	DZ&PC	28.99	199401349	28.46A
3.	Willem Kees Roos	ORCA	27.99	199402693	28.87A
4.	Pieter Ytsma	ORCA	29.78	199501809	29.64A
5.	Marc de Vries	HZ&PC Heerenveen	33.31	199500381	33.64

18 jaar en ouder

1.	Erik Hagting	DZ&PC	27.02	199100829	27.96A
2.	Bauke Ytsma	Wetterwille	31.06	199301311	31.47B
3.	Sietse Wijbenga	ZPD	31.08	199301967	31.51B
4.	René Beetsma	HZ&PC Heerenveen	31.44	196900069	31.68B
5.	Alex Odinga	SG Middelse-Skelp	31.86	199205557	32.69R

Programmanr. 5
19-5-2012

Dames, 50m vlinderslag

11 jaar en ouder
Resultaten Voorronde

Rang			In.tijd		Tijd
11 jaar en ouder					
1.	Monique van der Struik	DZ&PC	28.75	199502502	29.21A
2.	Kinge Zandringa	ORCA	29.11	199801422	29.70A
3.	Renate Hemmes	DZ&PC	29.97	199600418	30.09A
4.	Marrit Steenbergen	DZ&PC	30.05	200000086	30.52A
5.	Anneliene Zuidema	ORCA	30.77	199800768	30.78A
6.	Nanda de Vries	HZ&PC Heerenveen	31.01	199204328	30.93A
7.	Hanny van Dijk	ORCA	32.62	199804514	31.13B
8.	Ann Wanter	ORCA	30.64	198202386	31.25B
9.	Marre Zandringa	ORCA	30.80	199701136	31.31B
10.	Josien Wijkhuijs	ORCA	30.72	199902866	31.89B
11.	Carmen Weistra	ORCA	31.33	199802148	31.90B
12.	Anja Mus	SG Middelse-Skelp	31.54	199403928	32.17B
13.	Leandra Vedder	HZ&PC Heerenveen	32.95	199600866	32.73R
14.	Claris de Vries	ORCA	33.20	199700942	32.76R
15.	Kelly de Jong	HZ&PC Heerenveen	31.76	199501920	32.83R
16.	Myrthe Sijtsema	HZ&PC Heerenveen	33.17	199502706	32.86R
17.	Desiree Vedder	HZ&PC Heerenveen	32.06	199600864	33.14

Friese Sprint Kampioenschappen 2012
Leeuwarden, 19 mei 2012

Programmanr. 5, Dames, 50m vlinderslag, Voorronde, 11 jaar en ouder

Rang			In.tijd		Tijd
18.	Nenne Venema	DZ&PC	31.68	199503586	33.22
19.	Saskia Bergsma	De Wellerobben	33.54	199301686	33.24
20.	Paula Duursma	DZ&PC	30.73	199300982	33.26
21.	Hinke Groos	DZ&PC	32.75	199901768	33.31
22.	Rixt Menger	ORCA	32.09	199602052	33.41
23.	Nynke Ytsma	Wetterwille	33.23	199700792	33.72
24.	Simone Mus	SG Middelse-Skelp	34.85	199601932	33.75
25.	Anna Rozema	F.Z.C.'54	34.70	200000622	33.78
26.	Rixt-Nynke Baron	F.Z.C.'54	34.35	199601896	34.06
27.	Lisa Rozema	F.Z.C.'54	34.88	199600860	34.23
28.	Carolien Baarda	ORCA	35.03	199704060	34.52
29.	Ellen Jager	PWC Buitenpost	34.97	199801384	34.61
30.	Sigrid Hogendorp	ORCA	34.91	199900962	34.95
31.	Gwen Sieswerda	F.Z.C.'54	37.35	199802342	35.34
32.	Johanna de Boer	ZPD	37.28	199403944	35.73
33.	Anna Regnerus	Wetterwille	34.98	199701656	35.81
34.	Rebecca Jansen	ORCA	35.30	199703490	35.83
35.	Annewietske Visser	Neptunia '24	35.32	199902674	35.85
36.	Danieke van der Kooi	de Granaet	36.28	200000552	35.94
37.	Nynke Vlietstra	Wetterwille	34.02	198907110	36.02
38.	Elsa Bremer	DZ&PC	36.08	200001050	36.72
39.	Indyra Hummel	De Wellerobben	34.38	199600624	36.76
40.	Larissa Heddema	DZ&PC	36.55	199705426	37.01
41.	Myrthe Offenga	ORCA	37.27	199901874	37.05
42.	Michelle Heddema	DZ&PC	36.30	200002530	37.08
43.	Fardau van der Meulen	Wetterwille	36.87	200000408	37.80
44.	Rosanna van Teijen	Isis	39.80	199803524	37.90
45.	Rosalie Baarda	ORCA	38.05	199903460	38.14
46.	Esmee Verhoef	ORCA	37.77	199603802	38.20
47.	Winnie de Vries	De Wellerobben	40.99	199601456	38.69
48.	Arienne Jonkman	DZ&PC	38.18	199801590	39.08
49.	Sabine Lageweg	HZ&PC Heerenveen	41.03	199900926	39.84
50.	Sanne Grovenstein	F.Z.C.'54	39.88	199803370	39.86
51.	Eva Koster	Wetterwille	37.92	200000728	39.87
52.	Jamilah Louala	de Granaet	40.13	200001402	40.36
53.	Tabitha de Haan	de Granaet	41.40	200000550	40.84
54.	Anouk Veenstra	Isis	40.37	199601412	41.22
55.	Heline Koning	SG. Bolsward-Workum	40.07	200000422	41.82
56.	Paulien Peterson	ZPD	40.44	199700906	41.84
57.	Sigrid Huisman	De Wellerobben	41.09	199904050	42.93
AFGEM	Fenna Louwsma	ORCA	38.44	199901600	
AFGEM	José Snoek	SG Middelse-Skelp	41.03	199606050	
AFGEM	Roelie de Boer	Wetterwille	36.93	199600508	

11 - 13 jaar

1.	Kinge Zandringa	ORCA	29.11	199801422	29.70A
2.	Marrit Steenbergen	DZ&PC	30.05	200000086	30.52A
3.	Anneliene Zuidema	ORCA	30.77	199800768	30.78A
4.	Hanny van Dijk	ORCA	32.62	199804514	31.13B
5.	Josien Wijkhuijs	ORCA	30.72	199902866	31.89B
6.	Carmen Weistra	ORCA	31.33	199802148	31.90B
7.	Hinke Groos	DZ&PC	32.75	199901768	33.31
8.	Anna Rozema	F.Z.C.'54	34.70	200000622	33.78
9.	Ellen Jager	PWC Buitenpost	34.97	199801384	34.61
10.	Sigrid Hogendorp	ORCA	34.91	199900962	34.95

Friese Sprint Kampioenschappen 2012
Leeuwarden, 19 mei 2012

Programmanr. 5, Meisjes, 50m vlinderslag, Voorronde, 11 - 13 jaar

Rang			In.tijd		Tijd
11.	Gwen Sieswerda	F.Z.C.'54	37.35	199802342	35.34
12.	Annewietske Visser	Neptunia '24	35.32	199902674	35.85
13.	Danieke van der Kooi	de Granaet	36.28	200000552	35.94
14.	Elsa Bremer	DZ&PC	36.08	200001050	36.72
15.	Myrthe Offenga	ORCA	37.27	199901874	37.05
16.	Michelle Heddema	DZ&PC	36.30	200002530	37.08
17.	Fardau van der Meulen	Wetterwille	36.87	200000408	37.80
18.	Rosanna van Teijen	Isis	39.80	199803524	37.90
19.	Rosalie Baarda	ORCA	38.05	199903460	38.14
20.	Arienne Jonkman	DZ&PC	38.18	199801590	39.08
21.	Sabine Lageweg	HZ&PC Heerenveen	41.03	199900926	39.84
22.	Sanne Grovenstein	F.Z.C.'54	39.88	199803370	39.86
23.	Eva Koster	Wetterwille	37.92	200000728	39.87
24.	Jamilah Louala	de Granaet	40.13	200001402	40.36
25.	Tabitha de Haan	de Granaet	41.40	200000550	40.84
26.	Heline Koning	SG. Bolsward-Workum	40.07	200000422	41.82
27.	Sigrid Huisman	De Wellerobben	41.09	199904050	42.93
AFGEM	Fenna Louwsma	ORCA	38.44	199901600	

14 - 15 jaar

1.	Renate Hemmes	DZ&PC	29.97	199600418	30.09A
2.	Marre Zandringa	ORCA	30.80	199701136	31.31B
3.	Leandra Vedder	HZ&PC Heerenveen	32.95	199600866	32.73R
4.	Claris de Vries	ORCA	33.20	199700942	32.76R
5.	Desiree Vedder	HZ&PC Heerenveen	32.06	199600864	33.14
6.	Rixt Menger	ORCA	32.09	199602052	33.41
7.	Nynke Ytsma	Wetterwille	33.23	199700792	33.72
8.	Simone Mus	SG Middelse-Skelp	34.85	199601932	33.75
9.	Rixt-Nynke Baron	F.Z.C.'54	34.35	199601896	34.06
10.	Lisa Rozema	F.Z.C.'54	34.88	199600860	34.23
11.	Carolien Baarda	ORCA	35.03	199704060	34.52
12.	Anna Regnerus	Wetterwille	34.98	199701656	35.81
13.	Rebecca Jansen	ORCA	35.30	199703490	35.83
14.	Indyra Hummel	De Wellerobben	34.38	199600624	36.76
15.	Larissa Heddema	DZ&PC	36.55	199705426	37.01
16.	Esmee Verhoef	ORCA	37.77	199603802	38.20
17.	Winnie de Vries	De Wellerobben	40.99	199601456	38.69
18.	Anouk Veenstra	Isis	40.37	199601412	41.22
19.	Paulien Peterson	ZPD	40.44	199700906	41.84
AFGEM	José Snoek	SG Middelse-Skelp	41.03	199606050	
AFGEM	Roelie de Boer	Wetterwille	36.93	199600508	

16 jaar en ouder

1.	Monique van der Struik	DZ&PC	28.75	199502502	29.21A
2.	Nanda de Vries	HZ&PC Heerenveen	31.01	199204328	30.93A
3.	Ann Wanter	ORCA	30.64	198202386	31.25B
4.	Anja Mus	SG Middelse-Skelp	31.54	199403928	32.17B
5.	Kelly de Jong	HZ&PC Heerenveen	31.76	199501920	32.83R
6.	Myrthe Sijtsma	HZ&PC Heerenveen	33.17	199502706	32.86R
7.	Nenne Venema	DZ&PC	31.68	199503586	33.22
8.	Saskia Bergsma	De Wellerobben	33.54	199301686	33.24
9.	Paula Duursma	DZ&PC	30.73	199300982	33.26
10.	Johanna de Boer	ZPD	37.28	199403944	35.73
11.	Nynke Vlietstra	Wetterwille	34.02	198907110	36.02

Friese Sprint Kampioenschappen 2012
Leeuwarden, 19 mei 2012

Programmanr. 6 Heren, 4 x 50m vrije slag 11 jaar en ouder
19-5-2012 Resultaten

Rang			In.tijd	Tijd
1.	ORCA 1	ORCA	1:41.39	1:39.35
	Ramon Fredrik 94	24.81 Pieter Ytsma 95		24.93
	Jens Kuitert 96	25.42 Willem Kees Roos 94		24.19
2.	HZ&PC Heerenveen 1	HZ&PC Heerenveen	1:42.23	1:39.47
	Ruben Bonnema 95	25.83 Dennis Bos 92		24.29
	Janco Nolles 89	25.07 Casper Hut 78		24.28
3.	DZ&PC 1	DZ&PC	1:41.59	1:40.94
	Erik Nijholt 94	24.85 Erik Hagting 91		24.56
	Oebele van der Velde 95	26.66 Maiko Bouma 94		24.87
4.	ORCA 2	ORCA	1:46.90	1:46.78
	Minne Koopmans 96	26.14 Richard Kuipers 97		26.29
	Jelmer Postma 97	27.18 Stuart Vis 97		27.17
5.	Wetterwille 1	Wetterwille	1:51.95	1:51.94
	Wiebe Auke Postma 97	27.95 Bart Weiland 97		27.93
	Mirko van Ligtenberg 98	28.40 Koen van der Eems 97		27.66
6.	HZ&PC Heerenveen 2	HZ&PC Heerenveen	1:53.80	1:52.87
	Mathijs Mulder 97	27.95 Jelmer Meijer 99		30.47
	Vincent Visser 97	28.20 Allard Veenstra 97		26.25
7.	PWC 1	PWC Buitenpost	1:56.60	1:55.29
	Jeroen Tijsma 95	28.86 Wesley Smit 91		28.73
	Rutger Hoving 95	28.97 Jouke Minze Benedictus 94		28.73
8.	PWC 2	PWC Buitenpost	1:59.33	1:58.51
	Jorn den Hamer 96	32.72 Herman Buist 98		29.78
	Hessel Bierma 96	29.83 Bouke van der Zaag 96		26.18

Programmanr. 7 Dames, 4 x 50m wisselslag 10 jaar en ouder
19-5-2012 Resultaten

Rang			In.tijd	Tijd
1.	ORCA 2	ORCA	2:05.87	2:03.29
	Hanny van Dijk 98	30.61 Kinge Zandringa 98		28.38
	Anneliene Zuidema 98	35.42 Josien Wijkhuijs 99		28.88
2.	DZ&PC 1	DZ&PC	2:03.70	2:04.25
	Monique van der Struik 95	31.06 Marrit Steenbergen 00		29.98
	Renate Hemmes 96	34.39 Nenne Venema 95		28.82
3.	HZ&PC Heerenveen 1	HZ&PC Heerenveen	2:09.60	2:05.57
	Hjordis Wagenaar 95	32.62 Chantal Nap 89		28.64
	Leandra Vedder 96	36.49 Nanda de Vries 92		27.82
4.	ORCA 1	ORCA	2:07.45	2:07.35
	Claris de Vries 97	30.82 Ann Wanter 82		31.39
	Carolien Baarda 97	37.35 Marre Zandringa 97		27.79
5.	Wetterwille 1	Wetterwille	2:17.82	2:19.01
	Anna Regnerus 97	33.85 Nynke Ytsma 97		33.21
	Nynke Vlietstra 89	41.27 Roelie de Boer 96		30.68
6.	ORCA 3	ORCA	2:19.49	2:19.90
	Myrthe Offenga 99	35.30 Carmen Weistra 98		31.98
	Rosalie Baarda 99	42.99 Sigrid Hogendorp 99		29.63
7.	F.Z.C.'54 1	F.Z.C.'54	2:20.61	2:20.87
	Gwen Sieswerda 98	34.42 Anna Rozema 00		33.97
	Rixt-Nynke Baron 96	41.54 Sanne Grovenstein 98		30.94

Friese Sprint Kampioenschappen 2012
Leeuwarden, 19 mei 2012

Programmanr. 7, Dames, 4 x 50m wisselslag, 10 jaar en ouder

Rang			In.tijd		Tijd
8.	De Wellerobben 1	De Wellerobben	2:22.27		2:22.28
	Sigrid Huisman	99 37.44	Saskia Bergsma	93	32.21
	Winnie de Vries	96 40.82	Marleen Leistra	98	31.81
DIS	de Granaet 1	de Granaet	2:31.48		2:34.91
	<i>RC - Rugligging verlaten tijdens de race zonder met de keerhandeling bezig te zijn.</i>				
	Jamilah Louala	00 41.03	Danieke van der Kooi	00	35.31
	Tabitha de Haan	00 46.30	Brigitte van der Veen	98	32.27

Programmanr. 8
19-5-2012

Heren, 50m vlinderslag

11 jaar en ouder
Resultaten Voorronde

Rang			In.tijd		Tijd
11 jaar en ouder					
1.	Ramon Fredrik	ORCA	25.86	199403933	26.21A
2.	Dennis Bos	HZ&PC Heerenveen	26.16	199201965	26.48A
3.	Erik Nijholt	DZ&PC	26.96	199401349	27.27A
4.	Casper Hut	HZ&PC Heerenveen	26.95	197800471	27.72A
5.	Minne Koopmans	ORCA	28.28	199603557	28.25A
6.	Jens Kuitert	ORCA	28.85	199603891	28.33A
7.	Hendrik Ben v/d Boon	ZPD	28.86	198804761	28.95B
8.	Pieter Ytsma	ORCA	28.97	199501809	29.04B
9.	Willem Kees Roos	ORCA	27.22	199402693	29.22B
	Bauke Ytsma	Wetterwille	29.36	199301311	29.22B
11.	Sander Akkerman	HZ&PC Heerenveen	29.09	199501527	29.54B
12.	Sietse Wijbenga	ZPD	29.76	199301967	29.71B
13.	Luuk Veldman	Neptunia '24	29.85	199900981	29.98R
14.	Vincent Visser	HZ&PC Heerenveen	31.42	199700395	30.15R
15.	Allard Veenstra	HZ&PC Heerenveen	31.45	199703453	30.22R
16.	Mathijs Mulder	HZ&PC Heerenveen	29.78	199700071	30.38R
17.	René Beetsma	HZ&PC Heerenveen	29.90	196900069	30.43
18.	Niek Zeilstra	F.Z.C.'54	32.88	199403167	31.07
19.	Richard Kuipers	ORCA	31.22	199704171	31.25
20.	Marc de Vries	HZ&PC Heerenveen	32.52	199500381	31.54
21.	Jacob de Roos	DZ&PC	31.56	199900553	31.71
22.	Bart Weiland	Wetterwille	31.42	199700777	31.73
23.	Jouke Minze Benedictus	PWC Buitenpost	32.84	199401149	31.82
24.	Frans Plat	F.Z.C.'54	34.41	198401781	32.00
25.	Hotze van der Werf	SG Middelse-Skelp	33.38	199701329	32.09
26.	Stuart Vis	ORCA	30.89	199702991	32.11
27.	Jelmer Groos	DZ&PC	31.95	199602945	32.15
28.	Wiebe Auke Postma	Wetterwille	31.74	199702657	32.66
29.	Jelmer Postma	ORCA	32.53	199701631	32.94
30.	Mirko van Ligtenberg	Wetterwille	32.07	199800735	33.27
31.	Matthijs Jansen	Wetterwille	35.76	199602379	33.63
32.	Patrick de Roos	ZPD	35.03	199702071	34.58
33.	Herman Buist	PWC Buitenpost	34.89	199801525	37.64
34.	Eric Offenga	ORCA	36.37	199604473	39.20
AFGEM	Alex Odinga	SG Middelse-Skelp	28.50	199205557	
AFGEM	Jacko Korporaal	ZPD	36.89	199802247	

Friese Sprint Kampioenschappen 2012
Leeuwarden, 19 mei 2012

Programmanr. 8, Heren, 50m vlinderslag, Voorronde

12 - 15 jaar

1.	Minne Koopmans	ORCA	28.28	199603557	28.25A
2.	Jens Kuitert	ORCA	28.85	199603891	28.33A
3.	Luuk Veldman	Neptunia '24	29.85	199900981	29.98R
4.	Vincent Visser	HZ&PC Heerenveen	31.42	199700395	30.15R
5.	Allard Veenstra	HZ&PC Heerenveen	31.45	199703453	30.22R
6.	Mathijs Mulder	HZ&PC Heerenveen	29.78	199700071	30.38R
7.	Richard Kuipers	ORCA	31.22	199704171	31.25
8.	Jacob de Roos	DZ&PC	31.56	199900553	31.71
9.	Bart Weiland	Wetterwille	31.42	199700777	31.73
10.	Hotze van der Werf	SG Middelse-Skelp	33.38	199701329	32.09
11.	Stuart Vis	ORCA	30.89	199702991	32.11
12.	Jelmer Groos	DZ&PC	31.95	199602945	32.15
13.	Wiebe Auke Postma	Wetterwille	31.74	199702657	32.66
14.	Jelmer Postma	ORCA	32.53	199701631	32.94
15.	Mirko van Ligtenberg	Wetterwille	32.07	199800735	33.27
16.	Matthijs Jansen	Wetterwille	35.76	199602379	33.63
17.	Patrick de Roos	ZPD	35.03	199702071	34.58
18.	Herman Buist	PWC Buitenpost	34.89	199801525	37.64
19.	Eric Offenga	ORCA	36.37	199604473	39.20
AFGEM	Jacko Korporaal	ZPD	36.89	199802247	

16 - 17 jaar

1.	Ramon Fredrik	ORCA	25.86	199403933	26.21A
2.	Erik Nijholt	DZ&PC	26.96	199401349	27.27A
3.	Pieter Ytsma	ORCA	28.97	199501809	29.04B
4.	Willem Kees Roos	ORCA	27.22	199402693	29.22B
5.	Sander Akkerman	HZ&PC Heerenveen	29.09	199501527	29.54B
6.	Niek Zeilstra	F.Z.C.'54	32.88	199403167	31.07
7.	Marc de Vries	HZ&PC Heerenveen	32.52	199500381	31.54
8.	Jouke Minze Benedictus	PWC Buitenpost	32.84	199401149	31.82

18 jaar en ouder

1.	Dennis Bos	HZ&PC Heerenveen	26.16	199201965	26.48A
2.	Casper Hut	HZ&PC Heerenveen	26.95	197800471	27.72A
3.	Hendrik Ben v/d Boon	ZPD	28.86	198804761	28.95B
4.	Bauke Ytsma	Wetterwille	29.36	199301311	29.22B
5.	Sietse Wijbenga	ZPD	29.76	199301967	29.71B
6.	René Beetsma	HZ&PC Heerenveen	29.90	196900069	30.43
7.	Frans Plat	F.Z.C.'54	34.41	198401781	32.00
AFGEM	Alex Odinga	SG Middelse-Skelp	28.50	199205557	

Programmanr. 9
19-5-2012

Dames, 50m rugslag

11 jaar en ouder
Resultaten Voorronde

Rang			In.tijd	Tijd	
11 jaar en ouder					
1.	Hanny van Dijk	ORCA	31.27	199804514	30.56A
2.	Clarís de Vries	ORCA	30.96	199700942	30.84A
3.	Monique van der Struik	DZ&PC	30.38	199502502	31.20A
4.	Myrthe Sijtsema	HZ&PC Heerenveen	31.94	199502706	31.74A
5.	Hjordis Wagenaar	HZ&PC Heerenveen	31.68	199502170	32.00A
6.	Anneliene Zuidema	ORCA	32.26	199800768	32.41A

Friese Sprint Kampioenschappen 2012
Leeuwarden, 19 mei 2012

Programmanr. 9, Dames, 50m rugslag, Voorronde, 11 jaar en ouder

Rang			In.tijd		Tijd
7.	Nanda de Vries	HZ&PC Heerenveen	32.06	199204328	32.65B
8.	Marre Zandringa	ORCA	31.94	199701136	32.71B
9.	Carmen Weistra	ORCA	32.57	199802148	33.58B
10.	Anna Regnerus	Wetterwille	33.66	199701656	33.76B
11.	Irene Dotinga	Neptunia '24	35.33	199603516	34.07B
12.	Rixt Menger	ORCA	33.50	199602052	34.20B
13.	Sigrid Hogendorp	ORCA	35.79	199900962	34.24R
14.	Gwen Sieswerda	F.Z.C.'54	33.60	199802342	34.46R
15.	Myrthe Offenga	ORCA	34.78	199901874	34.49R
16.	Josien Wijkhuijs	ORCA	34.79	199902866	34.59R
17.	Lisanne Hassing	HZ&PC Heerenveen	35.87	199702584	35.50
18.	Esmee Verhoef	ORCA	34.60	199603802	35.52
19.	Rebecca Jansen	ORCA	34.80	199703490	35.88
20.	Ilse Marije Sijpersma	Neptunia '24	35.90	199901014	36.07
21.	Johanna de Boer	ZPD	35.33	199403944	36.24
22.	Carolien Baarda	ORCA	35.22	199704060	36.34
23.	Saskia Bergsma	De Wellerobben	36.34	199301686	36.69
24.	Indyra Hummel	De Wellerobben	36.10	199600624	36.86
25.	Lisa Rozema	F.Z.C.'54	38.02	199600860	37.01
26.	Elsa Bremer	DZ&PC	37.52	200001050	37.05
27.	Ellen Jager	PWC Buitenpost	37.16	199801384	37.21
28.	Nienke Postma	ORCA	37.50	199801096	37.39
29.	Rosalie Spekrijse	Neptunia '24	39.35	199803856	37.54
	Michelle Heddemma	DZ&PC	38.55	200002530	37.54
31.	Rosanna van Teijen	Isis	38.75	199803524	37.77
	Linda Noord	DZ&PC	37.27	199800454	37.77
33.	Roelie de Boer	Wetterwille	36.51	199600508	37.83
34.	Nynke Ytsma	Wetterwille	37.55	199700792	37.87
35.	Rosalie Baarda	ORCA	37.90	199903460	38.09
36.	Brigitte van der Veen	de Granaet	38.03	199802600	38.21
37.	Esther Pot	ORCA	37.48	199903462	38.25
38.	Annewietske Visser	Neptunia '24	38.06	199902674	38.28
39.	Swanet van der Wal	ZPD	37.97	199701930	38.57
40.	Kira Savannah Stavorinus	ZPD	39.20	199704122	38.65
41.	Danieke van der Kooi	de Granaet	37.49	200000552	38.66
42.	Sanne Grovenstein	F.Z.C.'54	38.95	199803370	39.43
43.	Sanne Dijkstra	ORCA	41.02	199705876	39.63
44.	Paulien Peterson	ZPD	39.63	199700906	39.64
45.	Nynke Vlietstra	Wetterwille	36.36	198907110	39.68
46.	Sigrid Huisman	De Wellerobben	39.10	199904050	39.91
47.	Heline Koning	SG. Bolsward-Workum	38.93	200000422	40.28
48.	Evelien de Jong	Neptunia '24	40.58	199805316	40.34
49.	Winnie de Vries	De Wellerobben	38.33	199601456	40.43
50.	José Snoek	SG Middelse-Skelp	39.86	199606050	40.63
51.	Fardau van der Meulen	Wetterwille	39.48	200000408	40.94
52.	Anouk Veenstra	Isis	39.59	199601412	41.19
53.	Eva Koster	Wetterwille	38.83	200000728	41.36
54.	Henriette Jonkman	DZ&PC	41.43	200000840	41.83
55.	Mallika Vries	Wetterwille	41.24	200003904	43.26
DIS	Jamilah Louala	de Granaet	37.94	200001402	
	<i>AA - Te vroeg weg of bewogen bij start.</i>				
DIS	Christien Liemburg	HZ&PC Heerenveen	40.32	199903672	
	<i>AA - Te vroeg weg of bewogen bij start.</i>				
AFGEM	Fenna Louwsma	ORCA	38.84	199901600	
AFGEM	Marrit Steenbergen	DZ&PC	31.59	200000086	
AFGEM	Arianne Jonkman	DZ&PC	39.24	199801590	

Friese Sprint Kampioenschappen 2012
Leeuwarden, 19 mei 2012

Programmanr. 9, Dames, 50m rugslag, Voorronde

11 - 13 jaar

1.	Hanny van Dijk	ORCA	31.27	199804514	30.56A
2.	Anneliene Zuidema	ORCA	32.26	199800768	32.41A
3.	Carmen Weistra	ORCA	32.57	199802148	33.58B
4.	Sigrid Hogendorp	ORCA	35.79	199900962	34.24R
5.	Gwen Sieswerda	F.Z.C.'54	33.60	199802342	34.46R
6.	Myrthe Offenga	ORCA	34.78	199901874	34.49R
7.	Josien Wijkhuijs	ORCA	34.79	199902866	34.59R
8.	Ilse Marije Sijpersma	Neptunia '24	35.90	199901014	36.07
9.	Elsa Bremer	DZ&PC	37.52	200001050	37.05
10.	Ellen Jager	PWC Buitenpost	37.16	199801384	37.21
11.	Nienke Postma	ORCA	37.50	199801096	37.39
12.	Rosalie Spekrijse	Neptunia '24	39.35	199803856	37.54
	Michelle Heddema	DZ&PC	38.55	200002530	37.54
14.	Rosanna van Teijen	Isis	38.75	199803524	37.77
	Linda Noord	DZ&PC	37.27	199800454	37.77
16.	Rosalie Baarda	ORCA	37.90	199903460	38.09
17.	Brigitte van der Veen	de Granaet	38.03	199802600	38.21
18.	Esther Pot	ORCA	37.48	199903462	38.25
19.	Annewietske Visser	Neptunia '24	38.06	199902674	38.28
20.	Danieke van der Kooi	de Granaet	37.49	200000552	38.66
21.	Sanne Grovenstein	F.Z.C.'54	38.95	199803370	39.43
22.	Sigrid Huisman	De Wellerobben	39.10	199904050	39.91
23.	Heline Koning	SG. Bolsward-Workum	38.93	200000422	40.28
24.	Evelien de Jong	Neptunia '24	40.58	199805316	40.34
25.	Fardau van der Meulen	Wetterwille	39.48	200000408	40.94
26.	Eva Koster	Wetterwille	38.83	200000728	41.36
27.	Henriette Jonkman	DZ&PC	41.43	200000840	41.83
28.	Mallika Vries	Wetterwille	41.24	200003904	43.26
DIS	Jamilah Louala	de Granaet	37.94	200001402	
	<i>AA - Te vroeg weg of bewogen bij start.</i>				
DIS	Christien Liemburg	HZ&PC Heerenveen	40.32	199903672	
	<i>AA - Te vroeg weg of bewogen bij start.</i>				
AFGEM	Fenna Louwsma	ORCA	38.84	199901600	
AFGEM	Arianne Jonkman	DZ&PC	39.24	199801590	
AFGEM	Marrit Steenbergen	DZ&PC	31.59	200000086	

14 - 15 jaar

1.	Clariss de Vries	ORCA	30.96	199700942	30.84A
2.	Marre Zandringa	ORCA	31.94	199701136	32.71B
3.	Anna Regnerus	Wetterwille	33.66	199701656	33.76B
4.	Irene Dotinga	Neptunia '24	35.33	199603516	34.07B
5.	Rixt Menger	ORCA	33.50	199602052	34.20B
6.	Lisanne Hassing	HZ&PC Heerenveen	35.87	199702584	35.50
7.	Esmee Verhoef	ORCA	34.60	199603802	35.52
8.	Rebecca Jansen	ORCA	34.80	199703490	35.88
9.	Carolien Baarda	ORCA	35.22	199704060	36.34
10.	Indyra Hummel	De Wellerobben	36.10	199600624	36.86
11.	Lisa Rozema	F.Z.C.'54	38.02	199600860	37.01
12.	Roelie de Boer	Wetterwille	36.51	199600508	37.83
13.	Nynke Ytsma	Wetterwille	37.55	199700792	37.87
14.	Swanet van der Wal	ZPD	37.97	199701930	38.57
15.	Kira Savannah Stavorinus	ZPD	39.20	199704122	38.65
16.	Sanne Dijkstra	ORCA	41.02	199705876	39.63
17.	Paulien Peterson	ZPD	39.63	199700906	39.64
18.	Winnie de Vries	De Wellerobben	38.33	199601456	40.43

Friese Sprint Kampioenschappen 2012
Leeuwarden, 19 mei 2012

Programmanr. 9, Meisjes, 50m rugslag, Voorronde, 14 - 15 jaar

Rang			In.tijd		Tijd
19.	José Snoek	SG Middelse-Skelp	39.86	199606050	40.63
20.	Anouk Veenstra	Isis	39.59	199601412	41.19

16 jaar en ouder

1.	Monique van der Struik	DZ&PC	30.38	199502502	31.20A
2.	Myrthe Sijtsema	HZ&PC Heerenveen	31.94	199502706	31.74A
3.	Hjordis Wagenaar	HZ&PC Heerenveen	31.68	199502170	32.00A
4.	Nanda de Vries	HZ&PC Heerenveen	32.06	199204328	32.65B
5.	Johanna de Boer	ZPD	35.33	199403944	36.24
6.	Saskia Bergsma	De Wellerobben	36.34	199301686	36.69
7.	Nynke Vlietstra	Wetterwille	36.36	198907110	39.68

Programmanr. 10
19-5-2012

Heren, 50m schoolslag

11 jaar en ouder
Resultaten Voorronde

Rang			In.tijd		Tijd
11 jaar en ouder					
1.	Ramon Fredrik	ORCA	31.89	199403933	31.53A
2.	Hendrik Ben v/d Boon	ZPD	32.34	198804761	32.03A
3.	Dennis Bos	HZ&PC Heerenveen	32.69	199201965	32.20A
4.	Alan Slomp	DZ&PC	31.62	198703071	32.26A
5.	Herman van Dijk	De Wellerobben	32.13	198900691	32.55A
6.	Janco Nolles	HZ&PC Heerenveen	32.92	198902291	33.28A
7.	Maiko Bouma	DZ&PC	32.24	199400963	33.38B
8.	Oebele van der Velde	DZ&PC	32.95	199502731	33.63B
9.	René Beetsma	HZ&PC Heerenveen	33.23	196900069	33.95B
10.	Bauke Ytsma	Wetterwille	35.39	199301311	35.14B
11.	Frans Plat	F.Z.C.'54	35.67	198401781	35.24B
12.	Jacob de Roos	DZ&PC	35.25	199900553	35.80B
13.	Richard Kuipers	ORCA	36.89	199704171	36.13R
14.	Allard Veenstra	HZ&PC Heerenveen	35.38	199703453	36.16R
15.	Jens Kuitert	ORCA	37.11	199603891	36.24R
16.	Pieter Ytsma	ORCA	34.56	199501809	36.51R
17.	Luuk Veldman	Neptunia '24	37.48	199900981	36.80
18.	Willem Kees Roos	ORCA	34.01	199402693	36.86
19.	Wiebe Auke Postma	Wetterwille	36.41	199702657	36.87
20.	Stuart Vis	ORCA	35.15	199702991	37.05
21.	Matthijs Jansen	Wetterwille	37.65	199602379	37.22
22.	Jeroen Tijsma	PWC Buitenpost	36.74	199503655	37.39
23.	Mirko van Ligtenberg	Wetterwille	36.76	199800735	37.53
24.	Martin van Kammen	ZPD	38.07	199502687	37.65
25.	Hessel Bierma	PWC Buitenpost	37.04	199602257	37.71
26.	Marc de Vries	HZ&PC Heerenveen	37.36	199500381	38.11
27.	Jelmer Postma	ORCA	37.93	199701631	38.58
28.	Niek Zeilstra	F.Z.C.'54	40.25	199403167	38.64
29.	Hotze van der Werf	SG Middelse-Skelp	40.79	199701329	40.64
30.	Daniël Westra	Wetterwille	42.09	199704189	41.37
31.	Stefan Reinderink	DZ&PC	42.05	199900787	41.45
32.	Bart Weiland	Wetterwille	40.82	199700777	41.73
	Silvan Akkerman	HZ&PC Heerenveen	40.36	199700113	41.73
34.	Jelmer Meijer	HZ&PC Heerenveen	41.59	199900177	42.14
AFGEM	Alex Odinga	SG Middelse-Skelp	34.17	199205557	
AFGEM	Jacko Korporaal	ZPD	42.36	199802247	

Friese Sprint Kampioenschappen 2012
Leeuwarden, 19 mei 2012

Programmanr. 10, Heren, 50m schoolslag, Voorronde

12 - 15 jaar

1.	Jacob de Roos	DZ&PC	35.25	199900553	35.80B
2.	Richard Kuipers	ORCA	36.89	199704171	36.13R
3.	Allard Veenstra	HZ&PC Heerenveen	35.38	199703453	36.16R
4.	Jens Kuitert	ORCA	37.11	199603891	36.24R
5.	Luuk Veldman	Neptunia '24	37.48	199900981	36.80
6.	Wiebe Auke Postma	Wetterwille	36.41	199702657	36.87
7.	Stuart Vis	ORCA	35.15	199702991	37.05
8.	Matthijs Jansen	Wetterwille	37.65	199602379	37.22
9.	Mirko van Ligtenberg	Wetterwille	36.76	199800735	37.53
10.	Hessel Bierma	PWC Buitenpost	37.04	199602257	37.71
11.	Jelmer Postma	ORCA	37.93	199701631	38.58
12.	Hotze van der Werf	SG Middelse-Skelp	40.79	199701329	40.64
13.	Daniël Westra	Wetterwille	42.09	199704189	41.37
14.	Stefan Reinderink	DZ&PC	42.05	199900787	41.45
15.	Silvan Akkerman	HZ&PC Heerenveen	40.36	199700113	41.73
	Bart Weiland	Wetterwille	40.82	199700777	41.73
17.	Jelmer Meijer	HZ&PC Heerenveen	41.59	199900177	42.14
AFGEM	Jacko Korporaal	ZPD	42.36	199802247	

16 - 17 jaar

1.	Ramon Fredrik	ORCA	31.89	199403933	31.53A
2.	Maiko Bouma	DZ&PC	32.24	199400963	33.38B
3.	Oebele van der Velde	DZ&PC	32.95	199502731	33.63B
4.	Pieter Ytsma	ORCA	34.56	199501809	36.51R
5.	Willem Kees Roos	ORCA	34.01	199402693	36.86
6.	Jeroen Tijisma	PWC Buitenpost	36.74	199503655	37.39
7.	Martin van Kammen	ZPD	38.07	199502687	37.65
8.	Marc de Vries	HZ&PC Heerenveen	37.36	199500381	38.11
9.	Niek Zeilstra	F.Z.C.'54	40.25	199403167	38.64

18 jaar en ouder

1.	Hendrik Ben v/d Boon	ZPD	32.34	198804761	32.03A
2.	Dennis Bos	HZ&PC Heerenveen	32.69	199201965	32.20A
3.	Alan Slomp	DZ&PC	31.62	198703071	32.26A
4.	Herman van Dijk	De Wellerobben	32.13	198900691	32.55A
5.	Janco Nolles	HZ&PC Heerenveen	32.92	198902291	33.28A
6.	René Beetsma	HZ&PC Heerenveen	33.23	196900069	33.95B
7.	Bauke Ytsma	Wetterwille	35.39	199301311	35.14B
8.	Frans Plat	F.Z.C.'54	35.67	198401781	35.24B
AFGEM	Alex Odinga	SG Middelse-Skelp	34.17	199205557	

Programmanr. 11
19-5-2012

Dames, 100m wisselslag

11 jaar en ouder
Resultaten Voorronde

Punten: FINA 2008

Rang	Geb.		Tijd	Pnt	50m	100m
11 jaar en ouder						
1.	Renate Hemmes	96	DZ&PC	1:08.33	669 A	31.44 36.89
2.	Monique van der Struik	95	DZ&PC	1:09.39	638 A	32.04 37.35
3.	Anneliene Zuidema	98	ORCA	1:10.06	620 A	32.63 37.43
4.	Marre Zandringa	97	ORCA	1:10.56	607 A	32.52 38.04
5.	Marrit Steenbergen	00	DZ&PC	1:10.86	600 A	33.46 37.40
6.	Hanny van Dijk	98	ORCA	1:11.37	587 A	32.87 38.50

Friese Sprint Kampioenschappen 2012
Leeuwarden, 19 mei 2012

Programmanr. 11, Dames, 100m wisselslag, Voorronde, 11 jaar en ouder

Rang	Geb.	Tijd	Pnt	50m	100m		
7.	Kinge Zandringa	98	ORCA	1:11.48	584 B	32.46	39.02
8.	Ann Wanter	82	ORCA	1:12.06	570 B	34.05	38.01
9.	Nanda de Vries	92	HZ&PC Heerenveen	1:12.35	563 B	33.09	39.26
10.	Leandra Vedder	96	HZ&PC Heerenveen	1:12.38	563 B	33.97	38.41
11.	Hinke Groos	99	DZ&PC	1:12.97	549 B	34.61	38.36
12.	Josien Wijkhuijs	99	ORCA	1:13.63	534 B	33.75	39.88
13.	Carmen Weistra	98	ORCA	1:14.63	513 R	34.31	40.32
14.	Anja Mus	94	SG Middelse-Skelp	1:15.22	501 ?	34.86	40.36
	Nenne Venema	95	DZ&PC	1:15.22	501 ?	36.23	38.99
16.	Sigrid Hogendorp	99	ORCA	1:16.19	482 R	35.14	41.05
17.	Irene Dotinga	96	Neptunia '24	1:16.47	477	35.75	40.72
18.	Femke van der Gaast	94	SG. Bolsward-Workum	1:16.80	471	35.37	41.43
19.	Carolien Baarda	97	ORCA	1:17.00	467	35.96	41.04
20.	Johanna de Boer	94	ZPD	1:17.06	466	36.34	40.72
21.	Simone Mus	96	SG Middelse-Skelp	1:17.24	463	35.82	41.42
22.	Anna Rozema	00	F.Z.C.'54	1:17.45	459	37.44	40.01
23.	Gwen Sieswerda	98	F.Z.C.'54	1:17.66	455	35.24	42.42
24.	Rebecca Jansen	97	ORCA	1:17.83	452	36.26	41.57
25.	Rixt-Nynke Baron	96	F.Z.C.'54	1:19.10	431	36.40	42.70
26.	Nynke Ytsma	97	Wetterwille	1:19.17	430	36.47	42.70
27.	Rixt Meijer	97	HZ&PC Heerenveen	1:19.66	422	37.04	42.62
28.	Myrthe Offenga	99	ORCA	1:19.82	419	37.67	42.15
	Nynke Vlietstra	89	Wetterwille	1:19.82	419	38.79	41.03
30.	Anna Regnerus	97	Wetterwille	1:19.86	419	35.72	44.14
31.	Eline Ligthart	93	De Vikings	1:19.87	419	37.71	42.16
32.	Saskia Bergsma	93	De Wellerobben	1:20.15	414	35.24	44.91
33.	Annewietske Visser	99	Neptunia '24	1:20.57	408	37.75	42.82
34.	Elsa Bremer	00	DZ&PC	1:20.82	404	37.41	43.41
35.	Linda Noord	98	DZ&PC	1:21.19	399	37.91	43.28
36.	Ilse Marije Sijpersma	99	Neptunia '24	1:21.39	396	36.76	44.63
37.	Roelie de Boer	96	Wetterwille	1:21.56	393	38.58	42.98
38.	Esmee Verhoef	96	ORCA	1:22.10	385	36.95	45.15
39.	Ellen Jager	98	PWC	1:22.15	385	36.75	45.40
40.	Rosalie Baarda	99	ORCA	1:22.39	381	38.34	44.05
41.	Lisa Rozema	96	F.Z.C.'54	1:22.65	378	36.58	46.07
42.	Arienne Jonkman	98	DZ&PC	1:23.11	372	39.40	43.71
43.	Brigitte van der Veen	98	de Granaet	1:23.40	368	37.75	45.65
44.	Esther Pot	99	ORCA	1:23.70	364	40.91	42.79
45.	Fardau van der Meulen	00	Wetterwille	1:24.61	352	38.97	45.64
46.	Kira Savannah Stavorinus	97	ZPD	1:24.82	350	40.59	44.23
47.	Sanne Grovenstein	98	F.Z.C.'54	1:24.91	348	41.05	43.86
48.	Amarins van der Bij	96	Isis	1:25.77	338	39.48	46.29
49.	Indyra Hummel	96	De Wellerobben	1:25.81	338	39.13	46.68
50.	José Snoek	96	SG Middelse-Skelp	1:26.14	334	40.81	45.33
51.	Sigrid Huisman	99	De Wellerobben	1:26.17	333	40.00	46.17
52.	Paulien Peterson	97	ZPD	1:26.39	331	40.91	45.48
53.	Annet Postma	99	SG Middelse-Skelp	1:27.09	323	40.87	46.22
54.	Sanne Dijkstra	97	ORCA	1:27.38	320	40.74	46.64
55.	Christien Liemburg	99	HZ&PC Heerenveen	1:27.98	313	41.36	46.62
56.	Eva Koster	00	Wetterwille	1:28.18	311	40.83	47.35
57.	Tabitha de Haan	00	de Granaet	1:29.24	300	41.28	47.96
58.	Nelie vd Kooi	98	SG Middelse-Skelp	1:29.72	295	43.98	45.74
59.	Swanet van der Wal	97	ZPD	1:30.15	291	41.51	48.64
60.	Henriëke Jonkman	00	DZ&PC	1:30.70	286	42.14	48.56
61.	Nadine Prins	99	PWC	1:31.92	275	42.18	49.74
DIS	Nienke Postma	98	ORCA			40.42	
	<i>AA - Te vroeg weg of bewogen bij start.</i>						
DIS	Myrna van Duijven	99	Isis			37.24	
	<i>AA - Te vroeg weg of bewogen bij start.</i>						
AFGEM	Fenna Louwsma	99	ORCA				
AFGEM	Rixt Menger	96	ORCA				

Friese Sprint Kampioenschappen 2012
Leeuwarden, 19 mei 2012

Programmanr. 11, Dames, 100m wisselslag, Voorronde, 11 jaar en ouder

Rang		Geb.		Tijd	Pnt		50m	100m
AFGEM	Janny Groos	00	DZ&PC					
11 - 13 jaar								
1.	Anneliene Zuidema	98	ORCA	1:10.06	620	A	32.63	37.43
2.	Marrit Steenbergen	00	DZ&PC	1:10.86	600	A	33.46	37.40
3.	Hanny van Dijk	98	ORCA	1:11.37	587	A	32.87	38.50
4.	Kinge Zandringa	98	ORCA	1:11.48	584	B	32.46	39.02
5.	Hinke Groos	99	DZ&PC	1:12.97	549	B	34.61	38.36
6.	Josien Wijkhuijs	99	ORCA	1:13.63	534	B	33.75	39.88
7.	Carmen Weistra	98	ORCA	1:14.63	513	R	34.31	40.32
8.	Sigrid Hogendorp	99	ORCA	1:16.19	482	R	35.14	41.05
9.	Anna Rozema	00	F.Z.C.'54	1:17.45	459		37.44	40.01
10.	Gwen Sieswerda	98	F.Z.C.'54	1:17.66	455		35.24	42.42
11.	Myrthe Offenga	99	ORCA	1:19.82	419		37.67	42.15
12.	Annewietske Visser	99	Neptunia '24	1:20.57	408		37.75	42.82
13.	Elsa Bremer	00	DZ&PC	1:20.82	404		37.41	43.41
14.	Linda Noord	98	DZ&PC	1:21.19	399		37.91	43.28
15.	Ilse Marije Sijpersma	99	Neptunia '24	1:21.39	396		36.76	44.63
16.	Ellen Jager	98	PWC	1:22.15	385		36.75	45.40
17.	Rosalie Baarda	99	ORCA	1:22.39	381		38.34	44.05
18.	Arianne Jonkman	98	DZ&PC	1:23.11	372		39.40	43.71
19.	Brigitte van der Veen	98	de Granaet	1:23.40	368		37.75	45.65
20.	Esther Pot	99	ORCA	1:23.70	364		40.91	42.79
21.	Fardau van der Meulen	00	Wetterwille	1:24.61	352		38.97	45.64
22.	Sanne Grovenstein	98	F.Z.C.'54	1:24.91	348		41.05	43.86
23.	Sigrid Huisman	99	De Wellerobben	1:26.17	333		40.00	46.17
24.	Annet Postma	99	SG Middelse-Skelp	1:27.09	323		40.87	46.22
25.	Christien Liemburg	99	HZ&PC Heerenveen	1:27.98	313		41.36	46.62
26.	Eva Koster	00	Wetterwille	1:28.18	311		40.83	47.35
27.	Tabitha de Haan	00	de Granaet	1:29.24	300		41.28	47.96
28.	Nelie vd Kooi	98	SG Middelse-Skelp	1:29.72	295		43.98	45.74
29.	Henriëke Jonkman	00	DZ&PC	1:30.70	286		42.14	48.56
30.	Nadine Prins	99	PWC	1:31.92	275		42.18	49.74
DIS	Nienke Postma	98	ORCA				40.42	
	<i>AA - Te vroeg weg of bewogen bij start.</i>							
DIS	Myrna van Duijven	99	Isis				37.24	
	<i>AA - Te vroeg weg of bewogen bij start.</i>							
AFGEM	Fenna Louwsma	99	ORCA					
AFGEM	Janny Groos	00	DZ&PC					

14 - 15 jaar

1.	Renate Hemmes	96	DZ&PC	1:08.33	669	A	31.44	36.89
2.	Marre Zandringa	97	ORCA	1:10.56	607	A	32.52	38.04
3.	Leandra Vedder	96	HZ&PC Heerenveen	1:12.38	563	B	33.97	38.41
4.	Irene Dotinga	96	Neptunia '24	1:16.47	477		35.75	40.72
5.	Carolien Baarda	97	ORCA	1:17.00	467		35.96	41.04
6.	Simone Mus	96	SG Middelse-Skelp	1:17.24	463		35.82	41.42
7.	Rebecca Jansen	97	ORCA	1:17.83	452		36.26	41.57
8.	Rixt-Nynke Baron	96	F.Z.C.'54	1:19.10	431		36.40	42.70
9.	Nynke Ytsma	97	Wetterwille	1:19.17	430		36.47	42.70
10.	Rixt Meijer	97	HZ&PC Heerenveen	1:19.66	422		37.04	42.62
11.	Anna Regnerus	97	Wetterwille	1:19.86	419		35.72	44.14
12.	Roelie de Boer	96	Wetterwille	1:21.56	393		38.58	42.98
13.	Esmee Verhoef	96	ORCA	1:22.10	385		36.95	45.15
14.	Lisa Rozema	96	F.Z.C.'54	1:22.65	378		36.58	46.07
15.	Kira Savannah Stavorinus	97	ZPD	1:24.82	350		40.59	44.23
16.	Amarins van der Bij	96	Isis	1:25.77	338		39.48	46.29
17.	Indyra Hummel	96	De Wellerobben	1:25.81	338		39.13	46.68
18.	José Snoek	96	SG Middelse-Skelp	1:26.14	334		40.81	45.33

Friese Sprint Kampioenschappen 2012
Leeuwarden, 19 mei 2012

Programmanr. 11, Meisjes, 100m wisselslag, Voorronde, 14 - 15 jaar

Rang	Geb.		Tijd	Pnt	50m	100m
19.	Paulien Peterson	97 ZPD	1:26.39	331	40.91	45.48
20.	Sanne Dijkstra	97 ORCA	1:27.38	320	40.74	46.64
21.	Swanet van der Wal	97 ZPD	1:30.15	291	41.51	48.64
AFGEM	Rixt Menger	96 ORCA				

16 jaar en ouder

1.	Monique van der Struik	95 DZ&PC	1:09.39	638 A	32.04	37.35
2.	Ann Wanter	82 ORCA	1:12.06	570 B	34.05	38.01
3.	Nanda de Vries	92 HZ&PC Heerenveen	1:12.35	563 B	33.09	39.26
4.	Anja Mus	94 SG Middelse-Skelp	1:15.22	501 ?	34.86	40.36
	Nenne Venema	95 DZ&PC	1:15.22	501 ?	36.23	38.99
6.	Femke van der Gaast	94 SG. Bolsward-Workum	1:16.80	471	35.37	41.43
7.	Johanna de Boer	94 ZPD	1:17.06	466	36.34	40.72
8.	Nynke Vlietstra	89 Wetterwille	1:19.82	419	38.79	41.03
9.	Eline Ligthart	93 De Vikings	1:19.87	419	37.71	42.16
10.	Saskia Bergsma	93 De Wellerobben	1:20.15	414	35.24	44.91

Programmanr. 12
19-5-2012

Heren, 50m vrije slag

11 jaar en ouder
Resultaten Voorronde

Rang		In.tijd	Tijd
11 jaar en ouder			
1.	Ramon Fredrik	ORCA	24.00 199403933 24.59A
2.	Erik Nijholt	DZ&PC	24.64 199401349 24.86A
3.	Casper Hut	HZ&PC Heerenveen	24.95 197800471 25.24A
4.	Willem Kees Roos	ORCA	24.51 199402693 25.27A
5.	Janco Nolles	HZ&PC Heerenveen	25.36 198902291 25.43A
6.	Maiko Bouma	DZ&PC	24.61 199400963 25.45A
7.	Erik Hagting	DZ&PC	25.18 199100829 25.46B
8.	Pieter Ytsma	ORCA	25.34 199501809 25.77B
9.	Jens Kuitert	ORCA	25.89 199603891 25.94B
10.	Minne Koopmans	ORCA	26.75 199603557 26.20B
11.	Bouke van der Zaag	PWC Buitenpost	26.91 199602255 26.32B
12.	Hendrik Ben v/d Boon	ZPD	25.75 198804761 26.34B
13.	Luuk Veldman	Neptunia '24	26.79 199900981 26.57R
14.	Bauke Ytsma	Wetterwille	26.44 199301311 26.62R
15.	Sietse Wijbenga	ZPD	26.66 199301967 27.00R
16.	Allard Veenstra	HZ&PC Heerenveen	25.62 199703453 27.05R
17.	Oebele van der Velde	DZ&PC	27.14 199502731 27.15
18.	René Beetsma	HZ&PC Heerenveen	26.70 196900069 27.24
19.	Richard Kuipers	ORCA	27.54 199704171 27.36
20.	Koen van der Eems	Wetterwille	27.42 199700807 27.43
21.	Jelmer Postma	ORCA	28.01 199701631 27.54
22.	Sander Akkerman	HZ&PC Heerenveen	27.32 199501527 28.03
23.	Stuart Vis	ORCA	26.25 199702991 28.05
24.	Bart Weiland	Wetterwille	28.12 199700777 28.30
25.	Niek Zeilstra	F.Z.C.'54	27.54 199403167 28.50
26.	Jacko Korporaal	ZPD	28.84 199802247 28.51
27.	Wiebe Auke Postma	Wetterwille	28.39 199702657 28.52
28.	Mathijs Mulder	HZ&PC Heerenveen	28.46 199700071 28.53
29.	Daniël Westra	Wetterwille	29.94 199704189 28.68
30.	Matthijs Jansen	Wetterwille	29.74 199602379 28.81
31.	Mirko van Ligtenberg	Wetterwille	28.02 199800735 28.83
32.	Vincent Visser	HZ&PC Heerenveen	29.83 199700395 28.85
33.	Jouke Minze Benedictus	PWC Buitenpost	28.70 199401149 28.87

Friese Sprint Kampioenschappen 2012
Leeuwarden, 19 mei 2012

Programmanr. 12, Heren, 50m vrije slag, Voorronde, 11 jaar en ouder

Rang			In.tijd		Tijd
34.	Marc de Vries	HZ&PC Heerenveen	28.54	199500381	28.92
35.	Herman van Dijk	De Wellerobben	28.35	198900691	29.01
36.	Jeroen Tijsma	PWC Buitenpost	29.19	199503655	29.16
37.	Jan-Arnoud Melse	DZ&PC	30.30	199900785	29.24
38.	Martin van Kammen	ZPD	29.72	199502687	29.33
39.	Patrick de Roos	ZPD	28.88	199702071	29.36
40.	Wesley Smit	PWC Buitenpost	29.36	199107043	29.42
41.	Rutger Hoving	PWC Buitenpost	29.11	199503661	29.77
42.	Jelmer Groos	DZ&PC	28.35	199602945	29.97
43.	Herman Buist	PWC Buitenpost	29.64	199801525	30.56
44.	Frans Plat	F.Z.C.'54	30.16	198401781	30.71
45.	Silvan Akkerman	HZ&PC Heerenveen	30.34	199700113	31.12
46.	Jelmer Meijer	HZ&PC Heerenveen	29.89	199900177	31.47
47.	Almar Kleefstra	Wetterwille	32.72	199900555	33.01
48.	Erwin Heinsius	HZ&PC Heerenveen	33.72	199900695	33.03
49.	Jilles Kootstra	SG Middelse-Skelp	33.40	199701327	33.07
50.	Eric Offenga	ORCA	32.43	199604473	33.27
51.	Remco Witteveen	ORCA	34.08	199902535	33.45
52.	Wilco Baarda	SG Middelse-Skelp	38.17	199804793	35.77
AFGEM	Auke Jan Ytsma	ORCA	33.72	199900905	
AFGEM	Alex Odinga	SG Middelse-Skelp	27.26	199205557	

12 - 15 jaar

1.	Jens Kuitert	ORCA	25.89	199603891	25.94B
2.	Minne Koopmans	ORCA	26.75	199603557	26.20B
3.	Bouke van der Zaag	PWC Buitenpost	26.91	199602255	26.32B
4.	Luuk Veldman	Neptunia '24	26.79	199900981	26.57R
5.	Allard Veenstra	HZ&PC Heerenveen	25.62	199703453	27.05R
6.	Richard Kuipers	ORCA	27.54	199704171	27.36
7.	Koen van der Eems	Wetterwille	27.42	199700807	27.43
8.	Jelmer Postma	ORCA	28.01	199701631	27.54
9.	Stuart Vis	ORCA	26.25	199702991	28.05
10.	Bart Weiland	Wetterwille	28.12	199700777	28.30
11.	Jacko Korporaal	ZPD	28.84	199802247	28.51
12.	Wiebe Auke Postma	Wetterwille	28.39	199702657	28.52
13.	Mathijs Mulder	HZ&PC Heerenveen	28.46	199700071	28.53
14.	Daniël Westra	Wetterwille	29.94	199704189	28.68
15.	Matthijs Jansen	Wetterwille	29.74	199602379	28.81
16.	Mirko van Ligtenberg	Wetterwille	28.02	199800735	28.83
17.	Vincent Visser	HZ&PC Heerenveen	29.83	199700395	28.85
18.	Jan-Arnoud Melse	DZ&PC	30.30	199900785	29.24
19.	Patrick de Roos	ZPD	28.88	199702071	29.36
20.	Jelmer Groos	DZ&PC	28.35	199602945	29.97
21.	Herman Buist	PWC Buitenpost	29.64	199801525	30.56
22.	Silvan Akkerman	HZ&PC Heerenveen	30.34	199700113	31.12
23.	Jelmer Meijer	HZ&PC Heerenveen	29.89	199900177	31.47
24.	Almar Kleefstra	Wetterwille	32.72	199900555	33.01
25.	Erwin Heinsius	HZ&PC Heerenveen	33.72	199900695	33.03
26.	Jilles Kootstra	SG Middelse-Skelp	33.40	199701327	33.07
27.	Eric Offenga	ORCA	32.43	199604473	33.27
28.	Remco Witteveen	ORCA	34.08	199902535	33.45
29.	Wilco Baarda	SG Middelse-Skelp	38.17	199804793	35.77
AFGEM	Auke Jan Ytsma	ORCA	33.72	199900905	

Friese Sprint Kampioenschappen 2012
Leeuwarden, 19 mei 2012

Programmanr. 12, Heren, 50m vrije slag, Voorronde

16 - 17 jaar

1.	Ramon Fredrik	ORCA	24.00	199403933	24.59A
2.	Erik Nijholt	DZ&PC	24.64	199401349	24.86A
3.	Willem Kees Roos	ORCA	24.51	199402693	25.27A
4.	Maiko Bouma	DZ&PC	24.61	199400963	25.45A
5.	Pieter Ytsma	ORCA	25.34	199501809	25.77B
6.	Oebele van der Velde	DZ&PC	27.14	199502731	27.15
7.	Sander Akkerman	HZ&PC Heerenveen	27.32	199501527	28.03
8.	Niek Zeilstra	F.Z.C.'54	27.54	199403167	28.50
9.	Jouke Minze Benedictus	PWC Buitenpost	28.70	199401149	28.87
10.	Marc de Vries	HZ&PC Heerenveen	28.54	199500381	28.92
11.	Jeroen Tijsma	PWC Buitenpost	29.19	199503655	29.16
12.	Martin van Kammen	ZPD	29.72	199502687	29.33
13.	Rutger Hoving	PWC Buitenpost	29.11	199503661	29.77

18 jaar en ouder

1.	Casper Hut	HZ&PC Heerenveen	24.95	197800471	25.24A
2.	Janco Nolles	HZ&PC Heerenveen	25.36	198902291	25.43A
3.	Erik Hagting	DZ&PC	25.18	199100829	25.46B
4.	Hendrik Ben v/d Boon	ZPD	25.75	198804761	26.34B
5.	Bauke Ytsma	Wetterwille	26.44	199301311	26.62R
6.	Sietse Wijbenga	ZPD	26.66	199301967	27.00R
7.	René Beetsma	HZ&PC Heerenveen	26.70	196900069	27.24
8.	Herman van Dijk	De Wellerobben	28.35	198900691	29.01
9.	Wesley Smit	PWC Buitenpost	29.36	199107043	29.42
10.	Frans Plat	F.Z.C.'54	30.16	198401781	30.71
AFGEM	Alex Odinga	SG Middelse-Skelp	27.26	199205557	

Programmanr. 13
19-5-2012

Dames, 4 x 50m vrije slag

alg. leeftijdsgroep
Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd	
1.	DZ&PC 1	DZ&PC	1:51.51		1:51.07	
	Monique van der Struik	95	27.64	Marrit Steenberghe	00	27.87
	Nenne Venema	95	29.02	Renate Hemmes	96	26.54
2.	ORCA 2	ORCA	1:52.49		1:51.47	
	Hanny van Dijk	98	28.39	Kinge Zandringa	98	26.98
	Anneliene Zuidema	98	27.71	Josien Wijkhuijs	99	28.39
3.	HZ&PC Heerenveen 1	HZ&PC Heerenveen	1:55.73		1:53.81	
	Hjordis Wagenaar	95	29.21	Chantal Nap	89	27.84
	Lisanne Hassing	97	28.99	Nanda de Vries	92	27.77
4.	ORCA 1	ORCA	1:54.34		1:56.56	
	Claris de Vries	97	28.66	Marre Zandringa	97	28.09
	Ann Wanter	82	29.42	Rixt Menger	96	30.39
5.	ORCA 3	ORCA	2:00.88		2:03.03	
	Myrthe Offenga	99	31.08	Carmen Weistra	98	29.58
	Rosalie Baarda	99	32.28	Sigrid Hogendorp	99	30.09
6.	Wetterwille 1	Wetterwille	2:03.44		2:06.38	
	Roelie de Boer	96	31.76	Nynke Vlietstra	89	31.88
	Nynke Ytsma	97	31.90	Anna Regnerus	97	30.84
7.	F.Z.C.'54 1	F.Z.C.'54	2:03.35		2:06.43	
	Anna Rozema	00	31.27	Sanne Grovenstein	98	31.71
	Gwen Sieswerda	98	32.32	Rixt-Nynke Baron	96	31.13

Friese Sprint Kampioenschappen 2012
Leeuwarden, 19 mei 2012

Programmanr. 13, Dames, 4 x 50m vrije slag, alg. leeftijdsgroep

Rang			In.tijd	Tijd	
8.	De Wellerobben 1		2:05.93	2:11.31	
	Indyra Hummel	96	33.90	Sigrid Huisman	99
	Winnie de Vries	96	33.94	Saskia Bergsma	93
9.	de Granaet 1		2:15.32	2:20.59	
	Brigitte van der Veen	98	33.76	Tabitha de Haan	00
	Jamilah Louala	00	35.66	Danieke van der Kooi	00

Programmanr. 14
19-5-2012

Heren, 4 x 50m wisselslag

alg. leeftijdsgroep
Resultaten

Rang			In.tijd	Tijd	
1.	DZ&PC 1		1:50.21	1:51.04	
	Erik Hagting	91	27.82	Erik Nijholt	94
	Alan Slomp	87	31.66	Maiko Bouma	94
2.	ORCA 1		1:56.08	1:53.10	
	Willem Kees Roos	94	28.78	Jens Kuitert	96
	Ramon Fredrik	94	30.75	Pieter Ytsma	95
3.	HZ&PC Heerenveen 1		1:56.54	1:57.89	
	Janco Nolles	89	31.37	Casper Hut	78
	René Beetsma	69	33.02	Ruben Bonnema	95
4.	ORCA 2		2:00.94	2:02.66	
	Jelmer Postma	97	33.19	Minne Koopmans	96
	Stuart Vis	97	35.70	Richard Kuipers	97
5.	ZPD 1		2:03.80	2:03.09	
	Patrick de Roos	97	33.35	Sietse Wijbenga	93
	Hendrik Ben v/d Boon	88	32.44	Jacko Korporaal	98
6.	HZ&PC Heerenveen 2		2:05.18	2:08.84	
	Allard Veenstra	97	32.98	Mathijs Mulder	97
	Vincent Visser	97	35.03	Jelmer Meijer	99
7.	Wetterwille 1		2:07.98	2:09.46	
	Mirko van Ligtenberg	98	33.81	Bart Weiland	97
	Wiebe Auke Postma	97	37.05	Koen van der Eems	97
8.	PWC 1		2:15.07	2:16.63	
	Wesley Smit	91	36.71	Jouke Minze Benedictus	94
	Jeroen Tijmsma	95	38.02	Rutger Hoving	95
9.	PWC 2		2:17.36	2:20.06	
	Bouke van der Zaag	96	32.93	Herman Buist	98
	Hessel Bierma	96	37.27	Jorn den Hamer	96

Programmanr. 1
19-5-2012

Dames, 50m vrije slag

alg. leeftijdsgroep
Resultaten Finale

Rang			In.tijd	Tijd	
Finale A					
1.	Renate Hemmes	DZ&PC	26.90	199600418	27.11
2.	Kinge Zandringa	ORCA	27.84	199801422	27.65
3.	Monique van der Struik	DZ&PC	27.66	199502502	27.71
4.	Marre Zandringa	ORCA	27.88	199701136	27.79
5.	Anneliene Zuidema	ORCA	28.15	199800768	28.40
6.	Nanda de Vries	HZ&PC Heerenveen	28.17	199204328	28.41
Finale B					
7.	Ann Wanter	ORCA	28.68	198202386	28.58

Friese Sprint Kampioenschappen 2012
Leeuwarden, 19 mei 2012

Programmanr. 1, Dames, 50m vrije slag, Finale, alg. leeftijdsgroep

Rang			In.tijd		Tijd
8.	Josien Wijkhuijs	ORCA	28.59	199902866	28.87
9.	Lisanne Hassing	HZ&PC Heerenveen	29.03	199702584	29.02
10.	Hjordis Wagenaar	HZ&PC Heerenveen	29.17	199502170	29.09
11.	Nenne Venema	DZ&PC	29.06	199503586	29.26
12.	Paula Duursma	DZ&PC	29.19	199300982	29.87

Programmanr. 2
19-5-2012

Heren, 100m wisselslag

alg. leeftijdsgroep
Resultaten Finale

Punten: FINA 2008

Rang		Geb.		Tijd	Pnt	50m	100m
Finale A							
1.	Ramon Fredrik	94	ORCA	59.64	672		
2.	Erik Hagting	91	DZ&PC	59.82	666		
3.	Maiko Bouma	94	DZ&PC	1:03.96	545		
4.	Minne Koopmans	96	ORCA	1:05.22	514		
5.	Hendrik Ben v/d Boon	88	ZPD	1:07.00	474		
6.	Bauke Ytsma	93	Wetterwille	1:10.08	414		
Finale B							
7.	Richard Kuipers	97	ORCA	1:07.10	472		
8.	Jacob de Roos	99	DZ&PC	1:09.23	429		
9.	Jelmer Postma	97	ORCA	1:09.87	418		
10.	Oebele van der Velde	95	DZ&PC	1:10.42	408		
11.	Herman van Dijk	89	De Wellerobben	1:11.74	386		
12.	Stuart Vis	97	ORCA	1:14.74	341		

Programmanr. 15
19-5-2012

Meisjes, 4 x 50m wisselslag
wordt gezwommen in de middagsessie

8 - 10 jaar
Resultaten

Rang				In.tijd		Tijd
1.	ORCA 1		ORCA	2:49.60		2:42.74
	Shanice Wortel	01	40.92	Lize Janna de Vries	01	
	Eva de Groot	01		Kirsten Mulder	01	
2.	Wetterwille 2		Wetterwille	2:56.18		2:47.42
	Janneke Weiland	01	38.89	Nynke Zandstra	02	
	Ineke van der Meer	01		Ielan van Meerlo	02	
3.	ORCA 2		ORCA	3:16.75		3:09.52
	Anneke vd Laan	02	46.34	Lotte Dijkstra	02	
	Laura Schevel	02		Devra van Gelder	01	
DIS	DZ&PC 2		DZ&PC	3:02.27		2:58.42
	<i>SL - Met één hand keer- en/of eindpunt aangetikt.</i>					
	Chantal Middelkamp	01	44.30	Margriet Bremer	02	
	Charissa de Vries	02		Sanne Noord	01	

Friese Sprint Kampioenschappen 2012
Leeuwarden, 19 mei 2012

Programmanr. 3 Dames, 50m schoolslag alg. leeftijdsgroep
19-5-2012 Resultaten Finale

Rang		In.tijd	Tijd
Finale A			
1.	Renate Hemmes DZ&PC	35.14 199600418	34.86
2.	Claris de Vries ORCA	36.75 199700942	36.11
3.	Leandra Vedder HZ&PC Heerenveen	36.62 199600866	36.31
4.	Anneliene Zuidema ORCA	36.57 199800768	36.72
5.	Hinke Groos DZ&PC	36.95 199901768	37.02
6.	Paula Duursma DZ&PC	36.85 199300982	37.45
Finale B			
7.	Lisanne Hassing HZ&PC Heerenveen	38.43 199702584	38.28
8.	Ann Wanter ORCA	38.57 198202386	38.46
9.	Daphne de Jong Afc	38.90 199302388	38.73
10.	Nenne Venema DZ&PC	37.65 199503586	38.85
11.	Carolien Baarda ORCA	38.13 199704060	39.09
12.	Irene Dotinga Neptunia '24	39.84 199603516	40.08

Programmanr. 4 Heren, 50m rugslag alg. leeftijdsgroep
19-5-2012 Resultaten Finale

Rang		In.tijd	Tijd
Finale A			
1.	Ramon Fredrik ORCA	26.91 199403933	27.60
2.	Erik Hagting DZ&PC	27.96 199100829	27.73
3.	Willem Kees Roos ORCA	28.87 199402693	29.09
4.	Erik Nijholt DZ&PC	28.46 199401349	29.13
5.	Pieter Ytsma ORCA	29.64 199501809	30.07
6.	Jens Kuitert ORCA	29.75 199603891	30.23
Finale B			
7.	Luuk Veldman Neptunia '24	30.41 199900981	29.97
8.	Richard Kuipers ORCA	30.76 199704171	30.92
9.	René Beetsma HZ&PC Heerenveen	31.68 196900069	31.82
	Bauke Ytsma Wetterwille	31.47 199301311	31.82
11.	Jelmer Postma ORCA	33.04 199701631	33.09
12.	Patrick de Roos ZPD	33.02 199702071	33.88

Programmanr. 16 Jongens, 4 x 50m vrije slag 9 - 11 jaar
19-5-2012 wordt gezwommen in middagsessie Resultaten

Rang		In.tijd	Tijd
1.	DZ&PC 2 DZ&PC	2:14.23	2:19.46
	Lennard Dussel 01 36.06 Koendert Kellner 00		
	Freek-Jan Melse 00 Jelle Betten 00		
2.	Wetterwille 2 Wetterwille	2:32.00	2:26.31
	Jurre van Meerlo 00 39.25 Bas Koster 00		
	Reinout Beerda 00 Lieuwe Minnema 00		
3.	de Granaet 1 de Granaet	2:30.39	2:26.71
	Marcel Delfstra 01 34.62 Jan Berend Sipma 02		
	Olaf Jan Bosscher 02 Hugo Jan Bosscher 00		

Friese Sprint Kampioenschappen 2012
Leeuwarden, 19 mei 2012

Programmanr. 5 Dames, 50m vlinderslag alg. leeftijdsgroep
19-5-2012 Resultaten Finale

Rang			In.tijd		Tijd
Finale A					
1.	Kinge Zandringa	ORCA	29.70	199801422	29.08
2.	Monique van der Struik	DZ&PC	29.21	199502502	29.55
3.	Renate Hemmes	DZ&PC	30.09	199600418	30.12
4.	Marrit Steenbergen	DZ&PC	30.52	200000086	30.78
5.	Nanda de Vries	HZ&PC Heerenveen	30.93	199204328	31.25
6.	Anneliene Zuidema	ORCA	30.78	199800768	31.65
Finale B					
7.	Ann Wanter	ORCA	31.25	198202386	31.21
8.	Marre Zandringa	ORCA	31.31	199701136	31.44
9.	Carmen Weistra	ORCA	31.90	199802148	32.15
10.	Josien Wijkhuijs	ORCA	31.89	199902866	32.31
11.	Leandra Vedder	HZ&PC Heerenveen	32.73	199600866	32.86
12.	Myrthe Sijtsma	HZ&PC Heerenveen	32.86	199502706	32.92

Programmanr. 8 Heren, 50m vlinderslag alg. leeftijdsgroep
19-5-2012 Resultaten Finale

Rang			In.tijd		Tijd
Finale A					
1.	Ramon Fredrik	ORCA	26.21	199403933	26.67
2.	Erik Nijholt	DZ&PC	27.27	199401349	27.30
3.	Casper Hut	HZ&PC Heerenveen	27.72	197800471	27.34
4.	Minne Koopmans	ORCA	28.25	199603557	28.31
5.	Jens Kuitert	ORCA	28.33	199603891	28.88
6.	Hendrik Ben v/d Boon	ZPD	28.95	198804761	29.16
Finale B					
7.	Pieter Ytsma	ORCA	29.04	199501809	29.16
8.	Bauke Ytsma	Wetterwille	29.22	199301311	29.64
9.	René Beetsma	HZ&PC Heerenveen	30.43	196900069	30.01
10.	Vincent Visser	HZ&PC Heerenveen	30.15	199700395	30.12
11.	Mathijs Mulder	HZ&PC Heerenveen	30.38	199700071	30.95
12.	Marc de Vries	HZ&PC Heerenveen	31.54	199500381	31.90

Programmanr. 17 Meisjes, 4 x 50m vrije slag 8 - 10 jaar
19-5-2012 wordt gezwommen in middagsessie Resultaten

Rang				In.tijd		Tijd
1.	ORCA 1	ORCA		2:31.03		2:24.20
	Shanice Wortel	01	35.93	Lize Janna de Vries	01	
	Eva de Groot	01		Kirsten Mulder	01	
2.	Wetterwille 2	Wetterwille		2:37.05		2:32.14
	Nynke Zandstra	02	35.24	Ielan van Meerlo	02	
	Ineke van der Meer	01		Janneke Weiland	01	
3.	DZ&PC 2	DZ&PC		2:35.86		2:32.31
	Charissa de Vries	02	40.44	Margriet Bremer	02	
	Sanne Noord	01		Chantal Middelkamp	01	
4.	ORCA 2	ORCA		2:45.06		2:43.46
	Anneke vd Laan	02	40.99	Lotte Dijkstra	02	
	Laura Schevel	02		Devra van Gelder	01	

Friese Sprint Kampioenschappen 2012
Leeuwarden, 19 mei 2012

Programmanr. 9 Dames, 50m rugslag alg. leeftijdsgroep
19-5-2012 Resultaten Finale

Rang			In.tijd		Tijd
Finale A					
1.	Clariss de Vries	ORCA	30.84	199700942	30.23
2.	Hanny van Dijk	ORCA	30.56	199804514	30.65
3.	Monique van der Struik	DZ&PC	31.20	199502502	31.30
4.	Myrthe Sijtsema	HZ&PC Heerenveen	31.74	199502706	31.37
5.	Hjordis Wagenaar	HZ&PC Heerenveen	32.00	199502170	32.92
6.	Anneliene Zuidema	ORCA	32.41	199800768	33.53
Finale B					
7.	Carmen Weistra	ORCA	33.58	199802148	32.99
8.	Josien Wijkhuijs	ORCA	34.59	199902866	33.94
9.	Anna Regnerus	Wetterwille	33.76	199701656	34.09
10.	Irene Dotinga	Neptunia '24	34.07	199603516	34.18
11.	Esmee Verhoef	ORCA	35.52	199603802	35.00
12.	Lisanne Hassing	HZ&PC Heerenveen	35.50	199702584	35.17

Programmanr. 10 Heren, 50m schoolslag alg. leeftijdsgroep
19-5-2012 Resultaten Finale

Rang			In.tijd		Tijd
Finale A					
1.	Ramon Fredrik	ORCA	31.53	199403933	31.69
2.	Alan Slomp	DZ&PC	32.26	198703071	31.77
3.	Hendrik Ben v/d Boon	ZPD	32.03	198804761	31.95
4.	Herman van Dijk	De Wellerobben	32.55	198900691	32.91
5.	Oebele van der Velde	DZ&PC	33.63	199502731	33.61
6.	Janco Nolles	HZ&PC Heerenveen	33.28	198902291	34.05
Finale B					
7.	René Beetsma	HZ&PC Heerenveen	33.95	196900069	33.66
8.	Bauke Ytsma	Wetterwille	35.14	199301311	35.34
9.	Jacob de Roos	DZ&PC	35.80	199900553	35.88
10.	Luuk Veldman	Neptunia '24	36.80	199900981	36.37
11.	Jens Kuitert	ORCA	36.24	199603891	39.00
AFGEM	Wiebe Auke Postma	Wetterwille	36.87	199702657	

Programmanr. 18 Jongens, 4 x 50m wisselslag 9 - 11 jaar
19-5-2012 wordt gezwommen in middagsessie Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
DIS	DZ&PC 2	DZ&PC	2:29.99		2:39.28
<i>RD - Rugligging verlaten en stuwbewegingen gemaakt zonder met de keerhandeling bezig te zijn.</i>					
	Jelle Betten	00	35.53	Koendert Kellner	00
	Freek-Jan Melse	00		Lennard Dussel	01
DIS	de Granaet 1	de Granaet	2:46.38		2:45.75
<i>SA - Na start en/of keerpunt niet met het hoofd het wateroppervlak doorbroken bij de 2e armslag.</i>					
	Jan Berend Sipma	02	46.31	Marcel Delfstra	01
	Hugo Jan Bosscher	00		Olaf Jan Bosscher	02
DIS	Wetterwille 2	Wetterwille	2:59.20		2:56.70
<i>VE - De bewegingen van de benen niet op gelijke wijze uitgevoerd.</i>					
	Jurre van Meerlo	00	48.06	Bas Koster	00
	Lieuwe Minnema	00		Reinout Beerda	00

Friese Sprint Kampioenschappen 2012
Leeuwarden, 19 mei 2012

Programmanr. 11
19-5-2012

Dames, 100m wisselslag

alg. leeftijdsgroep
Resultaten Finale

Punten: FINA 2008

Rang	Geb.		Tijd	Pnt	50m	100m
Finale A						
1.	Renate Hemmes	96 DZ&PC	1:07.61	690		
2.	Monique van der Struik	95 DZ&PC	1:08.93	651		
3.	Marrit Steenbergen	00 DZ&PC	1:09.39	638		
4.	Ann Wanter	82 ORCA	1:11.50	584		
5.	Anneliene Zuidema	98 ORCA	1:13.63	534		
6.	Leandra Vedder	96 HZ&PC Heerenveen	1:13.92	528		
Finale B						
7.	Josien Wijkhuijs	99 ORCA	1:13.40	539		
8.	Hinke Groos	99 DZ&PC	1:13.41	539		
9.	Carmen Weistra	98 ORCA	1:15.07	504		
10.	Carolien Baarda	97 ORCA	1:17.43	460		
11.	Irene Dotinga	96 Neptunia '24	1:17.62	456		
12.	Nenne Venema	95 DZ&PC	1:18.36	443		

Programmanr. 12
19-5-2012

Heren, 50m vrije slag

alg. leeftijdsgroep
Resultaten Finale

Rang		In.tijd	Tijd
Finale A			
1.	Ramon Fredrik	ORCA	24.59 199403933 24.50
2.	Erik Nijholt	DZ&PC	24.86 199401349 24.74
3.	Casper Hut	HZ&PC Heerenveen	25.24 197800471 25.23
4.	Willem Kees Roos	ORCA	25.27 199402693 25.52
5.	Maiko Bouma	DZ&PC	25.45 199400963 25.57
6.	Janco Nolles	HZ&PC Heerenveen	25.43 198902291 25.88
Finale B			
7.	Erik Hagting	DZ&PC	25.46 199100829 25.45
8.	Pieter Ytsma	ORCA	25.77 199501809 25.54
9.	Hendrik Ben v/d Boon	ZPD	26.34 198804761 26.55
10.	Jens Kuitert	ORCA	25.94 199603891 26.64
11.	Minne Koopmans	ORCA	26.20 199603557 26.75
12.	Luuk Veldman	Neptunia '24	26.57 199900981 27.10