

Open Nederlandse Masters Kampioenschappen 2009 korte baan
Vlissingen, 23. - 25.1.2009

Programmanr. 13
24.01.2009 - 9:25

Heren, 400m wisselslag

Masters 20+
Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd				tijd				RT	
DIS	Jory van der Gracht	OEZA	5:23.78				8701097				5:28.21 +0,92	
	<i>SK - Niet met twee handen gelijktijdig keer- en/of eindpunt aangetikt.</i>											
	50m:	33.43	33.43	150m:	1:55.11	41.15	250m:	3:26.23	49.67	350m:	4:51.87	35.36
	100m:	1:13.96	40.53	200m:	2:36.56	41.45	300m:	4:16.51	50.28	400m:	5:28.21	36.34

Programmanr. 13
24.01.2009 - 9:25

Heren, 400m wisselslag

Masters 25+
Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd				tijd				RT	
1.	Rob van Vliet	WZK Zwemmen	4:48.71				8402459				4:53.97 +0,95	
	50m:	30.49	30.49	150m:	1:46.60	39.74	250m:	3:05.02	40.33	350m:	4:20.70	34.57
	100m:	1:06.86	36.37	200m:	2:24.69	38.09	300m:	3:46.13	41.11	400m:	4:53.97	33.27
2.	Alexander Hulleman	De Zijl/LGB	5:07.69				8300989				5:11.81 +0,87	
	50m:	32.00	32.00	150m:	1:49.82	41.35	250m:	3:16.00	45.35	350m:	4:36.72	35.90
	100m:	1:08.47	36.47	200m:	2:30.65	40.83	300m:	4:00.82	44.82	400m:	5:11.81	35.09
3.	Jeroen Vogelsang	Het Y	5:26.56				8001645				5:21.32 +0,90	
	50m:	32.82	32.82	150m:	1:57.06	46.43	250m:	3:24.78	44.07	350m:	4:46.35	36.36
	100m:	1:10.63	37.81	200m:	2:40.71	43.65	300m:	4:09.99	45.21	400m:	5:21.32	34.97
4.	Albert van Piekeren	Octopus	5:18.53				8401767				5:30.48 +0,82	
	50m:	34.03	34.03	150m:	1:54.93	40.88	250m:	3:21.74	46.38	350m:	4:47.61	39.79
	100m:	1:14.05	40.02	200m:	2:35.36	40.43	300m:	4:07.82	46.08	400m:	5:30.48	42.87

Programmanr. 13
24.01.2009 - 9:25

Heren, 400m wisselslag

Masters 30+
Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd				tijd				RT	
1.	Freddie Geerlings	NIMO	5:16.15				7900379				5:08.31 +0,97	
	50m:	33.36	33.36	150m:	1:53.70	39.82	250m:	3:13.85	40.67	350m:	4:32.34	36.34
	100m:	1:13.88	40.52	200m:	2:33.18	39.48	300m:	3:56.00	42.15	400m:	5:08.31	35.97
2.	Ivo Roozeboom	DES	5:06.10				7700801				5:16.24 +0,96	
	50m:	32.82	32.82	150m:	1:54.00	40.91	250m:	3:21.85	47.96	350m:	4:44.36	34.29
	100m:	1:13.09	40.27	200m:	2:33.89	39.89	300m:	4:10.07	48.22	400m:	5:16.24	31.88
3.	Ferdie Witvoet	De Pinquin	5:14.93				7801241				5:19.23 +0,89	
	50m:	32.33	32.33	150m:	1:50.70	40.07	250m:	3:16.42	47.00	350m:	4:42.62	37.18
	100m:	1:10.63	38.30	200m:	2:29.42	38.72	300m:	4:05.44	49.02	400m:	5:19.23	36.61

Programmanr. 13
24.01.2009 - 9:25

Heren, 400m wisselslag

Masters 35+
Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd				tijd				RT	
1.	Agnus Gerringa	DWK	5:17.80				7100285				5:19.27 +0,94	
	50m:	33.23	33.23	150m:	1:55.29	42.03	250m:	3:20.85	44.81	350m:	4:43.58	36.63
	100m:	1:13.26	40.03	200m:	2:36.04	40.75	300m:	4:06.95	46.10	400m:	5:19.27	35.69
2.	Stefan Dortmund	Electrolux AZC	5:26.90				7201167				5:32.90 +0,94	
	50m:	34.30	34.30	150m:	1:57.86	42.48	250m:	3:26.35	46.34	350m:	4:52.92	40.02
	100m:	1:15.38	41.08	200m:	2:40.01	42.15	300m:	4:12.90	46.55	400m:	5:32.90	39.98
3.	Gerard Eghuizen	HZ&PC Heerenveen	5:50.92				7400197				5:52.72 +1,17	
	50m:	35.16	35.16	150m:	2:01.74	43.71	250m:	3:36.55	51.58	350m:	5:11.61	41.99
	100m:	1:18.03	42.87	200m:	2:44.97	43.23	300m:	4:29.62	53.07	400m:	5:52.72	41.11

Open Nederlandse Masters Kampioenschappen 2009 korte baan
Vlissingen, 23. - 25.1.2009

Programmanr. 13, Heren, 400m wisselslag

Programmanr. 13 Heren, 400m wisselslag Masters 40+
24.01.2009 - 9:25 Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd	tijd	RT
1.	René Beetsma	DZ&PC	5:04.40	6900069	5:06.86 +0,93
	50m: 31.94 31.94	150m: 1:48.68 40.01	250m: 3:12.26 43.79	350m: 4:32.98 35.69	
	100m: 1:08.67 36.73	200m: 2:28.47 39.79	300m: 3:57.29 45.03	400m: 5:06.86 33.88	
2.	Arjon de Bok	De Biesboschwemmers	5:09.57	6900125	5:17.37 +1,01
	50m: 32.07 32.07	150m: 1:52.66 43.58	250m: 3:20.03 45.85	350m: 4:41.39 37.45	
	100m: 1:09.08 37.01	200m: 2:34.18 41.52	300m: 4:03.94 43.91	400m: 5:17.37 35.98	
3.	Harold Matla	PSV	5:30.29	6800591	5:34.14 +0,96
	50m: 35.49 35.49	150m: 2:01.41 44.50	250m: 3:32.44 44.82	350m: 4:57.73 39.38	
	100m: 1:16.91 41.42	200m: 2:47.62 46.21	300m: 4:18.35 45.91	400m: 5:34.14 36.41	

Programmanr. 13 Heren, 400m wisselslag Masters 45+
24.01.2009 - 9:25 Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd	tijd	RT
1.	Edwin v. Norden	AZ&PC	4:55.38	6300563	5:21.08 +0,90
	50m: 31.29 31.29	150m: 1:53.01 44.50	250m: 3:21.53 45.78	350m: 4:45.29 37.04	
	100m: 1:08.51 37.22	200m: 2:35.75 42.74	300m: 4:08.25 46.72	400m: 5:21.08 35.79	
2.	Ronald Grove	Oceanus	5:37.25	6100161	5:34.35 +0,90
	50m: 34.45 34.45	150m: 2:02.39 45.40	250m: 3:33.14 46.79	350m: 4:57.38 37.02	
	100m: 1:16.99 42.54	200m: 2:46.35 43.96	300m: 4:20.36 47.22	400m: 5:34.35 36.97	
3.	Hans Vloedgraven	Old Dutch	5:45.59	6400917	5:46.65 +0,94
	50m: 34.10 34.10	150m: 2:00.46 44.98	250m: 3:35.43 50.67	350m: 5:06.33 39.91	
	100m: 1:15.48 41.38	200m: 2:44.76 44.30	300m: 4:26.42 50.99	400m: 5:46.65 40.32	
4.	Paul van der Voort	De Zwoer	5:51.21	6200715	6:05.52 +1,06
	50m: 37.84 37.84	150m: 2:09.82 45.43	250m: 3:51.31 55.17	350m: 5:27.26 39.99	
	100m: 1:24.39 46.55	200m: 2:56.14 46.32	300m: 4:47.27 55.96	400m: 6:05.52 38.26	
5.	Jan Smalheer	SCOM	6:29.07	6400701	6:40.95 +1,24
	50m: 41.96 41.96	150m: 2:21.87 52.40	250m: 4:13.81 59.96	350m: 5:57.51 43.86	
	100m: 1:29.47 47.51	200m: 3:13.85 51.98	300m: 5:13.65 59.84	400m: 6:40.95 43.44	
6.	Rik van Gasteren	AquAmigos	7:41.59	6401015	7:37.43 +1,14
	50m: 53.02 53.02	150m: 2:56.81 59.38	250m: 4:58.40 1:03.57	350m: 6:50.21 53.21	
	100m: 1:57.43 1:04.41	200m: 3:54.83 58.02	300m: 5:57.00 58.60	400m: 7:37.43 47.22	

NG.ZA Mykhaylo Zakharchevskiy Dynamo Kharkiv SMC 5:45.57 201

Programmanr. 13 Heren, 400m wisselslag Masters 50+
24.01.2009 - 9:25 Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd	tijd	RT
1.	Hugo Bregman <i>Nederlands Masters Record</i>	WVZ	5:03.97	5800069	4:58.99 +0,89
	50m: 30.51 30.51	150m: 1:44.05 38.38	250m: 3:06.53 42.95	350m: 4:25.36 35.38	
	100m: 1:05.67 35.16	200m: 2:23.58 39.53	300m: 3:49.98 43.45	400m: 4:58.99 33.63	
2.	Peter Verberne	ACZ	7:05.34	5900719	7:08.67 +1,21
	50m: 48.12 48.12	150m: 2:39.90 51.68	250m: 4:33.41 1:03.91	350m: 6:25.38 47.65	
	100m: 1:48.22 1:00.10	200m: 3:29.50 49.60	300m: 5:37.73 1:04.32	400m: 7:08.67 43.29	

Open Nederlandse Masters Kampioenschappen 2009 korte baan
Vlissingen, 23. - 25.1.2009

Programmanr. 13, Heren, 400m wisselslag

Programmanr. 13 Heren, 400m wisselslag Masters 65+
24.01.2009 - 9:25 Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd		tijd		RT
1.	Rob Hanou	PSV	6:21.95		4300109		6:43.55 +1,07
	50m: 40.34 40.34	150m: 2:30.26 58.27	250m: 4:20.72 53.82	350m: 6:00.82 45.00			
	100m: 1:31.99 51.65	200m: 3:26.90 56.64	300m: 5:15.82 55.10	400m: 6:43.55 42.73			

Programmanr. 13 Heren, 400m wisselslag Masters 70+
24.01.2009 - 9:25 Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd		tijd		RT
1.	Nico Geers	Van Uden-De Gouwe	7:16.75		3800007		7:09.59 +0,99
	<i>Nederlands Masters Record</i>						
	50m: 47.23 47.23	150m: 2:37.46 54.88	250m: 4:37.74 1:05.65	350m: 6:28.10 45.57			
	100m: 1:42.58 55.35	200m: 3:32.09 54.63	300m: 5:42.53 1:04.79	400m: 7:09.59 41.49			
2.	Rob van Gestel	PSV	7:57.15		3500005		8:32.30 +1,20
	50m: 57.55 57.55	150m: 3:06.51 1:07.31	250m: 5:19.52 1:08.17	350m: 7:32.88 1:02.67			
	100m: 1:59.20 1:01.65	200m: 4:11.35 1:04.84	300m: 6:30.21 1:10.69	400m: 8:32.30 59.42			