

Lac vrije slag
Winschoten, 5.3.2010

Programmanr. 1 400m vrije slag Mix Minioren 3 en 4
05.03.2010 - 19:00 Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
Meisjes Minioren 3 en 4, Meisjes					
1.	Josee Keizer	G.Z.V.W.	7:27.83	0000264	6:15.87
	50m:	150m:	250m:	350m:	
	100m: 1:30.82	200m: 3:09.36	300m:	400m: 6:15.87	
2.	Marieke Wildeboer	G.Z.V.W.	NT	0100016	6:16.02
	50m:	150m:	250m:	350m:	
	100m: 1:28.33	200m: 3:04.20	300m:	400m: 6:16.02	
3.	Marloes Potze	G.Z.V.W.	NT	0002332	6:32.26
	50m:	150m:	250m:	350m:	
	100m: 1:33.13	200m: 3:15.13	300m:	400m: 6:32.26	

Programmanr. 3 800m vrije slag Jongens Min. 5 en 6 en Meisjes Min. 5 en Jun. 1
05.03.2010 - 19:10 Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
Jongens Minioren 5 en 6, Jongens					
1.	Berjen Mellema	G.Z.V.W.	11:55.08	9800615	11:43.66
	100m: 1:22.55 1:22.55	300m:	500m:	700m:	
	200m: 2:51.49 1:28.94	400m: 5:52.32	600m:	800m: 11:43.66	
2.	Dennis Wildeboer	G.Z.V.W.	NT	9800571	12:58.89
	100m: 1:33.80 1:33.80	300m:	500m:	700m:	
	200m: 3:14.11 1:40.31	400m: 6:33.89	600m:	800m: 12:58.89	
3.	Jia Paul Lee	G.Z.V.W.	NT	9802651	14:35.20
	100m: 1:39.16 1:39.16	300m:	500m:	700m:	
	200m: 3:30.54 1:51.38	400m: 7:14.26	600m:	800m: 14:35.20	

Programmanr. 5 1500m vrije slag Mix Senioren Open
05.03.2010 - 19:20 Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
Dames Senioren Open, Dames					
1.	Eva Smit	G.Z.V.W.	21:00.00	9602690	20:29.32
	100m: 1:14.23 1:14.23	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:35.76 1:21.53	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:	700m:	1100m:	1500m: 20:29.32	
	400m: 5:20.00	800m: 10:47.42	1200m:		
2.	Tessa Keizer	G.Z.V.W.	21:59.61	9601586	21:01.97
	100m: 1:14.38 1:14.38	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:36.17 1:21.79	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:	700m:	1100m:	1500m: 21:01.97	
	400m: 5:23.21	800m: 11:05.09	1200m:		
3.	Relinda Baas	G.Z.V.W.	21:43.60	8900144	21:17.36
	100m: 1:18.06 1:18.06	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:42.20 1:24.14	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:	700m:	1100m:	1500m: 21:17.36	
	400m: 5:34.06	800m: 11:18.67	1200m:		

Lac vrije slag
Winschoten, 5.3.2010

Programmanr. 5, 1500m vrije slag

Heren Senioren Open, Heren

1. Stefan Ridderbos	Bubble	NT	9700851	20:46.38
100m: 1:16.47 1:16.47	500m:	900m:	1300m:	
200m: 2:38.53 1:22.06	600m:	1000m:	1400m:	
300m:	700m:	1100m:	1500m: 20:46.38	
400m: 5:26.35	800m: 11:04.38	1200m:		
2. Pascal Klopstra	G.Z.V.W.	23:14.51	9600667	21:30.16
100m: 1:19.02 1:19.02	500m:	900m:	1300m:	
200m: 2:44.29 1:25.27	600m:	1000m:	1400m:	
300m:	700m:	1100m:	1500m: 21:30.16	
400m: 5:36.42	800m: 11:24.23	1200m:		
3. Roy Potze	G.Z.V.W.	NT	9702457	22:15.95
100m: 1:23.76 1:23.76	500m:	900m:	1300m:	
200m: 2:55.02 1:31.26	600m:	1000m:	1400m:	
300m:	700m:	1100m:	1500m: 22:15.95	
400m: 5:57.04	800m: 11:56.92	1200m:		

Programmanr. 6
05.03.2010 - 20:10

2000m vrije slag

Senioren Open
Resultaten

Rang		In.tijd		Tijd
Dames Senioren Open, Dames				
1. Marijke Pras	G.Z.V.W.	28:22.90	9203700	29:32.26
100m: 1:19.95 1:19.95	600m:	1100m:	1600m:	
200m: 2:46.49 1:26.54	700m:	1200m:	1700m:	
300m:	800m: 11:38.73	1300m:	1800m:	
400m: 5:43.78	900m:	1400m:	1900m:	
500m:	1000m:	1500m: 22:09.59	2000m: 29:32.26	
Heren Senioren Open, Heren				
1. Martijn Smit	G.Z.V.W.	NT	9406113	28:17.86
100m: 1:16.80 1:16.80	600m:	1100m:	1600m:	
200m: 2:40.23 1:23.43	700m:	1200m:	1700m:	
300m:	800m: 11:18.39	1300m:	1800m:	
400m: 5:32.80	900m:	1400m:	1900m:	
500m:	1000m:	1500m: 21:17.23	2000m: 28:17.86	